وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عمار ثليجي الأغـواط

كليـة العلوم الاجتماعية

قســم علم النفس وعلوم التربية والارطفونيا

رقم: ...../2022

ميدان العلوم الإنسانية والاجتماعية

شعبة : قســم علم النفس وعلوم التربية والارطفونيا

تخصص: علم تفس تربوي

العنوان:

الضغط النفسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي وعلاقته بظاهرة العنف المدرسي

دراسة ميدانية بثانوية الجودي بالاغواط

مذكرة مكملة لنيل متطلبات شهادة الماستر أكاديمي في علم النفس

تخصص: علم النفس تربوي

إعداد الطلبة:

- بودبوس بسمة
- بقيرة حنان

إشراف الاستاذ :

د. الشارف سعدية

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الجامعة	العضوية
عون علي	أستاذ التعليم العالي	جامعة عمار ثليجي بالأغـواط	رئيسا
د. الشارف سعدية	أستاذ مساعد أ	جامعة عمار ثليجي بالأغـواط	مشرفا
حنة الهاشمي	أستاذ محاضر أ	جامعة عمار ثليجي بالأغـواط	مناقشا

الموسم الجامعي :2022-2023

كلمةالشكر وعرفان

. في مثل هذه اللحظات يتوقف اليراع ليفكر قبل أن يخط الحروف ليجمعها في كلمات...

تتبعثر الأحرف وعبثاً أن يحاول تجميعها في سطور

سطوراً كثيرة تمر في الخيال ولا يبقى لنا في نهاية المطاف إلا قليلاً من الذكريات وصور تجمعنا برفاق كانوا إلى جانبنا.....

فواجب علينا شكرهم ووداعهم ونحن نخطو خطوتنا الأولى في غمار الحياة ونخص بالجزيل الشكر والعرفان إلى كل من أشعل شمعة في دروب عملنا و

وإلى من وقف على المنابر وأعطى من حصيلة فكره لينير دربنا

إلى الأساتذة الكرام في كلية العلوم الاجتماعية بجامعة عمار ثليجي الاغواط

ونتوجه بالشكر الجزيل إلى

الأستاذة شارف سعدية

الذي تفضلت بالإشراف على هذا البحث فجزاه الله عنا كل خير فله منا كل التقدير والاحترام

الذي لم يبخل علينا بالمساعدة طوال رحلة بحثنا

الذي نقول له بشراك قول رسول الله صلى الله عليه وسلم:

"إن الحوت في البحر ، والطير في السماء ، ليصلون على معلم الناس الخير"

اهداء

الحمد الله المبتدئ بالإحسان والمتفضل بلا نقصان العزيز الرحمان

ذو الجلال والإكرام خالق الأنام هو السلام ومنه السلام

الى حبيبي وقرة عيني رسول الله صلى الله عليه وسلم

الى الوالدة الكريمة أطال الله في عمرها

التي لو لم يكن لها فضل في حياتي لما وصلت الى هذه اللحظة

الى أبي الطاهرة أطال الله في العمر

الى العائلة الكريمة .... كل باسمه

الى زوجي

الى عائلتي الصغيرة

الى من كانوا سندا لي

ولا انسى من وجهني ودرسني من ابتدائي الى الجامعة

الى كل من يعرفني

حنان

اهداء

بسم الله الرحمان الرحيم (الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات)

" لم يبقى للأخرين ما يقدمونه لي ....فان والدي قد فعل كل شيء

الى سندي وملجئ.... داعمي ومشجعي الدائم

حين ينادوني باسمه اسعد... بأني ابنته وثمرته

من رأيت انعكاس نجاحي وفرحي بريقا في عينه

اليك والدي العزيز

" اذا رزقت بفرحة فابدا بها مع امك "

رفيقتي وأماني..... بطلتي ومعلمتي الاولى

من علمت معنى الحنان والعطاء

معنى الصبر و القوة والحب

من كان دعائه ورضاها بوصلتي في المسير

اليك والدتي الجميلة

بسمة

كليـة العلوم الاجتماعية
قســم علم النفس وعلوم التربية والارطفونيا
رقم: ...../2022

ميدان العلوم الانسانية والاجتماعية
شعبة : قســم علم النفس وعلوم التربية والارطفونيا
تخصص: علم نفس عيادي

العنوان:

المناعة النفسية وعلاقتها بقلق الموت لدى عينة من المصابين بكوفيد 19

دراسة ميدانية بمستشفى 240 سرير بمدينة الاغواط

مذكرة مكملة لنيل متطلبات شهادة الماستر أكاديمي في علم النفس

تخصص: علم النفس عيادي

إعداد الطلبة:
- جمال الدين جيلالي
- ليندة عياد

إشراف الاستاذ :
د. فارسي ابراهيم الخليل

الموسم الجامعي :2021-2022

ملخص الدارسة

تهدف الدراسة الى التعرف على العلاقة بين المناعة النفسية وقلق الموت حيث ثم تطبيق الدراسة على عينة من مصابي كوفيد 19 بمصلحة الكوفيد ب 240 سرير حيث بلغت عينة الدراسة 30 فردا من الجنسين من خلال الاعتماد على ادوات مقياس المناعة النفسية ومقياس قلق الموت وبالاعتماد على برنامج الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية حيث توصلنا الى النتائج التالية:

- وجود مستوى متوسط في المناعة النفسية لدى افراد العينة
- وجود مستوى متوسط في قلق الموت لدى افراد العينة
- وجود فروق دالة احصائيا في المناعة النفسية تعزي لمتغير الجنس
- وجود فروق دالة احصائيا في مستوى قلق الموت تعزي لمتغير الجنس
- توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين المناعة النفسية وقلق الموت لدى افراد العينة

الكلمات المفتاحية: المناعة النفسية، قلق الموت ، كوفيد 19

Abstract

The study aims to identify the relationship between psychological immunity and death anxiety, as the study was then applied to a sample of Covid 19 patients in the interest of Covid with 240 beds, where the study sample reached 30 individuals of both sexes by relying on the tools of the psychological immunity scale and the death anxiety scale and based on the statistical package program For social sciences, we reached the following results:

The presence of an average level of psychological immunity among the sample members

•There is an average level of death anxiety among the sample members

•There are statistically significant differences in psychological immunity due to the gender variable

•There are statistically significant differences in the level of death anxiety due to the gender variable

•There is a statistically significant relationship between psychological immunity and death anxiety among the sample members

Keywords: psychological immunity, death anxiety, covid 19

فهرس المحتويات

شكر

اهداء

مقدمة

الفصل الاول : اطار نضري للدراسة

1- الإشكالية.....04

2-التساؤلات الفرعية:.....05

3-الفرضيات.....05

4- أهداف الدراسة:.....06

5- أهمية الدراسة:.....06

6- مصطلحات ومفاهيم الدراسة:.....07

7- الدراسات السابقة.....08

الفصل الثاني: العنف المدرسي

تمهيد

1- تعريف العنف المدرسي:.....16

2-أنواع العنف المدرسي:.....16

3-أسباب العنف المدرسي:.....17

4- .نتائج العنف المدرسي:.....21

5-النظريات المفسرة للعنف المدرسي:.....22

الفصل الثالث: الضغط النفسي

تمهيد

1- الخلفية التاريخية للضغط النفسي.....29

2- تطور مفهوم الضغوط النفسية.....31

3- تعريف الضغط النفسي.....33
4- أنواع الضغط النفسي.....34
5- مصادر الضغط النفسي.....35
6- مستويات الضغط النفسي.....36
7- مراحل الضغط النفسي.....38
8- أبعاد الضغط النفسي.....40
9- أثار الضغط النفسي.....41
10- استراتيجية التعامل الضغط النفسي.....46
11- النظريات المفسرة للضغط النفسي.....47

الفصل الرابع: الجانب الميداني والدراسة

صدق وثبات أداة الدراسة.....54
عينة الدراسة 59
عرض نتائج الدراسة.....60
مناقشة الدراسة على ضوء الفرضيات.....63
الخاتمة 67
قائمة المراجع

مقدمة

يعتبر العنف ظاهرة اجتماعية عرفيا الإنسان منذ القديم، ومع مرور الزمن وبروز أساليب جديدة ومعقدة في الحياة أخذت مظاهر وأشكال العنف في التنوع من حيث الشدة، وباتت تشكل خطرا على حياة الأفراد والمجتمعات، وقد أصبح العنف في هذا العصر الحديث ظاهرة سلوكية تهدد كيان الأسرة والمجتمع والدولة.

ومن هذا المنطق أصبح موضوع العنف اليوم يحظى بإتمام واسع من طرف الخبراء والباحثين في عدة مجالات وعمى الأخص مجال علم الاجتماع وعلم النفس، حيث أصبح يشكل محورا لعديد من الدراسات الحديثة نظرا لآثاره السلبية عمى سلامة الحياة الاجتماعية ونظاميا العام.

أما في الجزائر فقد أخذ العنف منحى تصاعديا داخل المجتمع بظهور أشكال جديدة منه هزت كيان الأسرة وراجع لظروف التي مرت بها الجزائر في العشرينيتان الماضيتان، وظاهرة العنف المدرسي باعتبارها أحد مظاهر العنف أصبحت تسترعي اهتمام الدولة من جية و الأسرة التربوية من جية أخرى حيث تواجه الجزائر في الآونة الأخيرة انتشارا واسعا في أعمال العنف المدرسي لدى التلاميذ من سب و شتم و ضرب، كلها تحدث في الوسط المدرسي وهذا ما تشير إليه صفحات الجرائد اليومية وتقارير وزارة التربية الوطنية التي دقت ناقوس الخطر و تدعو جميع المختصين في مجال العموم الاجتماعية الإنسانية إلى تكثيف الجيود في طريقة التقليل من هذه السلوكات.

ولم يكن تفاقم هذه الظاهرة عمى علاقة بالضغط النفسي الذي يعيشه التلاميذ في المرحلة الثانوية وخاصة من طرف مؤسسات التنشئة الاجتماعية كالأسرة والوسط الاجتماعي والمدرسة، والضغط النفسي هو حالة توتر وانفعال شديد يشعر بها التلميذ نتيجة هذه الضغوط التي يتعرض ليا من مؤسسات التنشئة الاجتماعية تكون حاجز بينو وبين إشباع حاجاتها البيولوجية والنفسية.

وقد عبر التلاميذ عن عدم تقبلهم لهذه الضغوطات الاجتماعية بحالة العنف المدرسي، الذي تفاقم في الآونة الأخيرة بشكل متسارع.

من هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة لإلقاء وتسميط الضوء عمى طبيعة العلاقة بين الضغط النفسي والعنف المدرسي، وقد اتبعنا في الدراسة الحالية الخطة المنهجية التالية:

لقد قسمنا هذه الدراسة إلى قسمين أساسيين:

***القسم الأول :الجانب النظري للدراسة** :ويحتوي على ثلاثة فصول.

-**الفصل الأول أو التمهيدي** :يتناول إشكالية الدراسة وتساؤلاتها، فرضياتها وأهدافها وأهميتها، وعرض الدراسات السابقة وتحديد المفاهيم تحديدا إجرائيا.

-**الفصل الثاني** :يتناول الضغط النفسي.

-**الفصل الثالث** :العنف المدرسي.

***القسم الثاني :الجانب التطبيقي للدراسة** :ويحتوي عمى فصمين:

-**الفصل الأول** :الإجراءات المنهجية لدراسة

-**الفصل الثاني** :عرض وتحميل نتائج الدراسة وتفسيرها، ومناقشة الدراسة عمى ضوء الفرضيات والإطار النظري والدراسات السابقة.

.

الجانب النظري

الفصل الاول

إشكالية الدراسة

واعتباراتها

- الإشكالية

تعرف المجتمعات المعاصرة الكثير من الظواهر الاجتماعية الخطيرة التي تؤثر سلبا على النسيج الأخلاقي والتوازن الاجتماعي، ومن بين هذه الظواهر "العنف" الذي يعتبر ظاهرة اجتماعية تهدد كيان الأسرة والمجتمع والدولة، ومست هذه الظاهرة جميع النظم الاجتماعية التي تسير الحياة الاجتماعية، ومن هنا جاء الاهتمام الكثير من الباحثين والعلماء في مجال العلوم الاجتماعية والإنسانية لهذه الظاهرة، وأجريت عدة دراسات نفسية و تربوية تناولت ظاهرة العنف.

ومن هذا المنطلق فإن ظاهرة العنف امتدت إلى الوسط المدرسي، وخاصة المرحلة الثانوية باعتبارها مرحلة انتقالية يعيش التلميذ خلالها تغيرات معقدة على الصعيدين النفسي والجسمي، وهذا نتاجه فترة المراهقة التي يمر بها، وهي مرحلة حرجة في حياة الفرد لأنها مرحلة تصاحبها تغيرات جسمية وانفعالية تؤدي إلى حدوث عدة صراعات نفسية كالتوتر والقلق و نقص في الاتزان الانفعالي حيث يصبح المراهق المتمدرس في المرحلة الثانوية يعاني من صراع نفسي وعدم استقرار عاطفي مع محيطه الاجتماعي و الأسري والمدرسي يؤدي به إلى سلوكات عنيفة يقوم بها في الوسط المدرسي من سب و شتم وضرب ويجمع كل المهتمين والباحثين في مجال العلوم الاجتماعية والإنسانية على أن سلوك الفرد يشكل في مؤسسات التنشئة الاجتماعية المتمثلة في الأسرة والوسط الاجتماعي والمدرسة التي يتعلم منها التلميذ كل طرق ومهارات اكتساب السلوك الأخلاقي والاجتماعي الذي يتوافق مع المعايير الأخلاقية والقيم الإنسانية.

والتلميذ خلال حياته الأسرية والمدرسية قد يتعرض إلى ضغوط نفسية تسببها له مؤسسات التنشئة الاجتماعية تجعله غير متوافق وتحدث له صراع نفسي يؤدي به إلى حالة العنف المدرسي والتي تعكس حالة فشل التلميذ في إحداث التوافق والانسجام النفسي والاجتماعي وهذا يسبب كل هذه الضغوط النفسية، ويعبر عنها بحالة العنف في المدرسة.

وعليه، جاءت دراستنا هذه التسلط الضوء على الظاهرة وهي الضغط النفسي وعلاقته بالعنف المدرسي لدى تلاميذ أولى ثانوي.

ويمكن تحديد مشكلة البحث في التساؤل التالي: هل توجد علاقة ارتباطيه ودالة إحصائية بين الضغط النفسي والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي ؟

2- التساؤلات الفرعية:

- هل توجد علاقة ارتباطية بين ضغوط الأسرة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي؟
- هل توجد علاقة ارتباطية بين ضغوط البيئة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي؟
- هل توجد علاقة ارتباطية بين ضغوط المدرسة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي؟

3- الفرضيات

3-1- الفرضية العامة

توجد علاقة ارتباطيه ودالة إحصائيا بين الضغط النفسي والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

3-2- الفرضية الفرعية

أ- توجد علاقة ارتباطية بين ضغوط الأسرة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

ب- توجد علاقة ارتباطية بين ضغوط البيئة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

ج- توجد علاقة ارتباطية بين ضغوط المدرسة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

4- أهداف الدراسة

يمكن عرض أهداف الدراسة كالتالي:

* تهدف الدراسة في معرفة وجود علاقة ارتباطية ودالة احصائيا بين الضغط النفسي والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

* تهدف الدراسة إلى معرفة وجود علاقة بين ضغوط الاسرة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

* تهدف الدراسة إلى معرفة وجود علاقة بين ضغوط البيئة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

* تهدف الدراسة إلى معرفة وجود علاقة بين ضغوط المدرسة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

5- أهمية الدراسة:

1- تحاول الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغط النفسي والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي .

2- تحاول الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين ضغوط الأسرة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

3- تحاول الدراسة التعرف كذلك على طبيعة العلاقة بين ضغوط البيئة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

4- تحاول الدراسة التعرف كذلك على طبيعة العلاقة بين ضغوط المدرسة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

5- تحاول الدراسة تقديم مقاييس على البيئة الجزائرية لقياس الضغط النفسي وكذلك العنف المدرسي.

6- تعتمد الدراسة على استخدام الأدوات الإحصائية المناسبة في معالجة نتائجها وذلك باستعمال معادلة معامل الارتباط (لبرسون) لمعرفة العلاقة بين متغير الضغط النفسي وكذلك

العنف المدرسي.

7- على الرغم من أهمية دراسة العلاقة بين المتغيرين، إلا أن الموضوع لم ينل ويلق الاهتمام الكبير من طرف الباحثين الجزائريين، وهذا في حدود علم الباحث.

8- نظرا لخطورة هذه الظاهرة على النظام التعليمي وتدميرها لكل العلاقات بين أفراد المؤسسات التربوية.

6- مصطلحات ومفاهيم الدراسة

التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة :

1- الضغط النفسي (stress):

هو تلك المعوقات المادية والمعنوية المتوالية التي تواجه التلميذ في محيطه الأسري والمدرسي والإجتماعي، وتعوق وتكبح قدرته على تحقيق أهدافه وإشباع حاجته، ويعجز عن تحمل هذه الأعباء، لأنها فوق قدرته وطاقته وتحمله، وتقيسه أبعاد الضغط النفسي المدرجة في إستبيان هذه الدراسة والتي نقسمه إلى ثلاثة (3) أبعاد وهي :

* **بعد ضغط الأسرة** : ويتمثل في كل مشاكل التي تعاني منها الأسرة سواء كانت إقتصادية كدخل الأسرة أو إجتماعية كحالة فصال الوالدين وأثرها على نفسية التلميذ .

* **بعد ضغط المدرسي** : وتتمثل في قوانين المدرسية ،كثافة البرنامج الدراسي حالة الإجهاد والإعياء أثناء فترة الإمتحان وتأثيراتها السلبية على مزاج التلميذ.

* بعد ضغط البيئة :وتتمثل في العلاقات مع الزملاء وكذلك ظروف البيئة المهمشة والتي تنعدم فيها كل مرافق الحياة الترفيهية والتي تؤثر سلبا على نفسية التلميذ .

2- العنف المدرسي :

يشير العنف المدرسي إلى كل السلوكات العنيفة التي يقوم بها التلميذ تجاه الأساتذة أو زملائه التلاميذ أو إتجاه الطاقم الإداري في الثانويات سواء كان هذا العنف لفظيا أو ماديا أو نفسيا أو، بمعنى أخر هو كل السوكات غير مقبولة إجتماعيا والممارسة في الوسط المدرسي من طرف كل من الأستاذ والتلميذ والطاقم الإداري ضد بعضهما البعض، بحيث

تؤثر هذه الممارسات على السير الحسن للعملية التربوية وعلى النظام العام للدراسة وهذا ما يقيسه إستبيان العنف المدرسي.

7- الدراسات السابقة

من الدراسات التي تناولت موضوع الضغط النفسي نذكر ما يلي:

7-1) دراسة (يوسف عبد الفتاح محمد 1999)

أجرى هذا البحث بهدف التعرف على طبيعة الضغوط النفسية لدى المعلمين والمعلمات بالإضافة إلى الفروق بينهما في شعورهم بهذه الضغوط ومن ثم الوقوف على الحاجات الإرشادية للمعلمين المرتبطة بهذه الضغوط، وشملت العينة 189 معلمة ومعلم تم اختيارهم عشوائيا من المدارس الإعدادية واستعمل الباحث الضغوط النفسية للمعلمين ثم أجرى مقارنة بينهم في الشعور بالضغوط وتبين بأن هناك 4 مظاهر للضغوط النفسية لهذه الشريحة.

- الضغوط الإدارية
- الضغوط الطلابية
- الضغوط التدريسية
- ضغوط خاصة بالعلاقة بين الزملاء

وتوصلت نتائج هذه الدراسة إلى أن الضغوط الإدارية التي يتعرض إليها المعلمين في المرتبة الأولى، تليها الضغوط التدريسية ثم تأتي الضغوط الناتجة عن العلاقة بين الزملاء.

7-2) دراسة (جمعة سيد يوسف 1994م)

والتي كانت بعنوان (الفروق بين الإناث والذكور في إحراك الحياة المثيرة للمشقة أو الضغط النفسي) وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الفروق بين الجنسين في إدراك الحياة وتقديرهم لها في ضوء ما تثير لهم من ضغط نفسي وأجريت الدراسة على عينة قوامها 210 فردا وطبق عليهم مقياس إعادة التوافق الإجتماعي (srss) (قائمة أحداث الحياة لهولمز وراي)، ومن أهم ما توصل إليه الباحث وجود فروق جوهرية في تقدير أحداث الحياة

المثيرة إلى ضغط النفسي لصالح الإناث في 12 حدثا، وفرق واحد لصالح الذكور. ولقد كانت الأحداث السلبية أشد وقعا على الفرد وأكثر إثارة للضغط النفسي .

7-3) دراسة (حسن محمد عبد المعطي 1992م):

بعنوان "ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية وبعض متغيرات الشخصية "أجريت الدراسة على عينة من 168 من الجنسين 90 ذكر 78 إناث تراوحت أعمارهم مابين (23-50 سنة)، إعتمدت الدراسة على أداتين هما استبيان ضغوط أحداث الحياة ومقياس الصحة النفسية ،أوضحت النتائج وجود علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائيا بين ضغوط أحداث الحياة وجميع الأعراض الإكلينكية المرضية في عينة الذكور وبعض الأعراض في عينة الإناث والعينة ككل . **(فوزي محمد الهادي ،2005،ص 19)**

7-4) دراسة (جيمس كاندر أوغراندل 1984):

بعنوان (الإهتمام الإجتماعي كمخفف لأثر ضغوط الحياة):هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين حجم ضغوط الحياة وحجم الإهتمام الإجتماعي لدى الفرد، ومعرفة العلاقة بين الإهتمام الإجتماعي وكل من القلق والإكتئاب والعدوانية لدى الذين لديهم ضغوط حالية مرتفعة أو منخفضة.

تكونت عينة (الدراسة من 87 طلبة علم النفس بواقع 55 طالبة و32 طالب حيث طبقت عليهم أدوات الدراسة وبعد عام تقريبا أعيد تطبيق الأدوات عليهم مرة أخرى باستخدام الباحث في الدراسة الأدوات التالية :

1- مقياس الإهتمام الإجتماعي، وهو من إعداد الباحث (كاندل 1975)

2- قائمة الإهتمام الإجتماعي من إعداد (جريفر وأخرون 1973)

3- مقياس إعادة توافق الإجتماعي من إعداد (راهي وهلمز 1967)

4- قائمة التأثير العاطفي المتعدد من إعداد (زكرمان ولوبين 1965)

أهم ما توصلت إليه الدراسة:

1- يوجد إرتباط سالب دال إحصائيا بين الإهتمام الإجتماعي وعدد الخبرات الضاغطة.

2- توجد علاقة إرتباطية موجبة بين ضغوط الحياة من جهة وبين القلق والإكتئاب والعدوانية خصوصا لدى ذوي الإهتمام الإجتماعي المنخفض عند لدى ذوي الإهتمام الاجتماعي المنخفض عند لدى ذوي الإهتمام الإجتماعي المرتفع .

3- توجد علاقة إرتباطية سالبة بين الأعراض النفسية (القلق، الإكتئاب، العدوانية)

4- أظهرت نتائج الدراسة أن الإهتمام الإجتماعي له أثر في تخفيف تأثير ضغوط الحياة وأثر في خفض إدراك ضغوط الحياة . **(رفيق عوض الله، 2001)**

و من الدراسات التي تناولت موضوع العنف المدرسي ما يلي :

7-5) دراسة (عود، 1996):

تهدف هذه الدراسة إلى توضح معنى ومفهوم العنف في مؤسسات التربية والتعليم وإلى معرفة الأساليب والطرق التي يستخدمها الطلبة لحل المشكلات المدرسية القائمة بين بعضهم البعض وبينهم وبين المعلمين من جانب أخر، كما تم توضيح مدى تأثير مكان الإقامة على مفهوم العنف والكشف عن مدى تأثير التنشئة الاجتماعية للطالب على مفهومه للعنف واستخدامه له، وتتكون عينة الدراسة من 35 طالب وطالبة تراوحت أعمارهم بين 10 إلى 15 سنة، إستخدم الباحث في دراسته الأدوات التالية :

- استبيان يحتوي على مجموعة من الأسئلة وعلى الطالب الإجابة عليها .
- المقابلة الشخصية لمعرفة أساليب الحل للطالب في بعض المسائل وأسفرت النتائج أن الطلبة يميلون إلى العنف الجسدي واللفظي أكثر من الطالبات تجاه هذا الموقف.

7-6) دراسة (سعيد، 1998):

الهدف من الدراسة هو التعرف على عوامل انتشار العنف بين الشباب ومظاهر العنف والدور الذي تلعبه الإدارة التعليمية والأسرة وجماعة الأقران ووسائل الإعلام في تعليم واكساب الشباب نمط من السلوك العنيف، يتكون مجتمع الدراسة من المدارس الابتدائية والثانوية بقسميها واستخدام الباحث المنهج المقارن في دراسة عوامل انتشار العنف في

المدارس، وأهم النتائج المتوصل إليها أن هناك علاقة إيجابية بين مشاهدة أفلام العنف في وسائل الإعلام وبين جرائم العنف، كما تشير إلى وجود أنماط متعددة من العنف.

7-7) دراسة (أل رشود، 2000):

هدفت تلك الدراسة إلى التعرف على إتجاهات طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض نحو العنف يعد السلوك العنيف من أخطر المشكلات التي تهدد أمن واستقرار المجتمع وأفراده وخاصة في المدارس، حيث أصبحت جرائم العنف خلال السنوات الأخيرة أمرا مثير للقلق، ومشكلة لافتة للنظر توصلت الدراسة إلى أن كثير من أفراد عينة الدراسة أكدوا على خطورة مشكلة العنف النظام داخل الأسرة ومرافقة الرفاق من العوامل الرئيسية المؤثرة في سلوك الطلاب داخل المدارس وأن أسباب العنف هو الإنهيار الأسري والعنف الإعلامي وتأثير الرفاق.

7-8) دراسة (العاجز، 2002):

هدفت الدراسة إلى تحقيق ما يلي : التعرف على العوامل المؤدية إلى تفشي ظاهرة العنف لدى طلبة المرحلة الثانوية وأهميتها في تكوين الشخصية وبلغت عينة الدراسة 198 معلما ومعلمة أي 92% من مجتمع الدراسة الأصلي موزعين المناطق التعليمية وجاءت نتائج الدراسة إلى أن مجال المتعلق بوسائل الإعلام في المرتبة الأولى من حيث درجة تأثيره على سلوك العنف ثم المجال المتعلق بالعوامل المدرسية في المرتبة الثانية .

7-9) دراسة (Sauzouk,1983):

هدفت الدراسة إلى التعرف على السمات الإجتماعية والنفسية لمرتكبي العنف ضد الأخرين من طلاب المدارس الثانوية حيث تكمن أهمية هذه الدراسة إلى تحليل السمات الإجتماعية والنفسية لم تكبى العنف ضد الأخرين من طلاب المدارس الثانوية وتكونت العينة من 250 طالب وطالبة من المدارس الثانوية، وخلصت إلى أن أكثر السمات النفسية والإجتماعية لمرتكبي العنف تعود للمحيط الأسري الذي ينشأ ويتفاعل فيه الفرد.

7-10) دراسة (Knox,1996):

هدفت الدراسة لمعرفة أثر المناخ المدرسي على عنف التلاميذ، وقد أجريت الدراسة على 400 تلميذ بالمدارس الثانوية، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن معظم أعمال العنف الطلابي بالمدارس ناتجة على المناخ المدرسي السيء الذي ينعكس بصورة سلبية على التلاميذ داخل وخارج المدرسة.

ولهذا فقد أوصت هذه الدراسة بالعمل على تعديل البيئة المدرسية وما تتضمنها من برامج وأنشطة لتحقيق السلوك الإيجابي للتلاميذ.

8-التعقيب على الدراسات السابقة

من خلال استعراضنا للدراسات السابقة يتضح أن الدراسات التي تناولت الضغط النفسي تتفق مع دراساتنا الحالية التي تناولت الضغط النفسي وعلاقته بالعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة اولى ثانوي.

فدراسة يوسف عبد الفتاح محمد 1999 بعنوان "طبيعة الضغوط النفسية لدى المعلمين والمتعلمين" وخلصت الى الضغوط الادارية في المرتبة الأولى، تليها تليها الضغوط التدريسية في المرتبة الثانية.

أما فيما يتعلق بمتغير العنف المدرسي فالدراسات السابقة أيضا تتفق مع دراستنا الحالية ومنها دراسة آل رشود2000 بعنوان "اتجاهات طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض نحو العنف"، وخلصت إلى أن الأسباب العنف هو الانهيار الأسري والعنف الاعلامي وتأثير الرفاق، ودراسة العاجز 2002 بعنوان "العوامل المؤدية الى تفشي ظاهرة العنف لدى طلبة المرحلة الثانوية" .

دراسة Knox 1996 والتي هي بعنوان "أثر المناخ الدراسي على عنف التلاميذ والتي خلصت الى أن العنف الطلابي بالمدارس ناتج على المناخ المدرسي السيء الذي ينعكس بصورة سلبية على التلاميذ.

مما سبق يمكننا القول بان هذه الدراسات تتشابه مع دراستنا الحالية من حيث العينة والنتائج والتي تصب في النهاية في حوصلة واحدة وهي أن الضغوط النفسية سواءا كانت أسرية او بيئية او مدرسية هي اسباب العنف الحاصل في المدارس.

الفصل الثاني
العنف المدرسي

تمهيد

تحتل ظاهرة العنف المدرسي أهمية بالغة في مجالات الحياة التربوية، إذ أصبحت المسألة في خضم المشكلات الاجتماعية التي واجهت المجتمعات العربية خاصة المجتمع الجزائري.

تعد المؤسسات التربوية الأم الثانية بعد الأسرة التي تربي الأجيال وتسعى إلى تكوينهم إكسابهم مختلف القيم الدينية والأخلاقية بلوغا إلى تنشئة الفرد تنشئة صحيحة لكي يصبح قدوة للمجتمع.

لقد أصبحت المؤسسات التربوية تعاني العديد من المشاكل وهي ظاهرة العنف التي كثرت أنواعه وأسبابه، إلا أن وصل تأثيره على التحصيل الدراسي، مما أحدث أضرارا مادية ومعنوية للأفراد؛ كما أن هذه الأخيرة أدت إلى بروز العديد من التفسيرات التي تهدف إلى اقتراح حلول للحد من هذه الظاهرة.

1- تعريف العنف المدرسي:

هو كل تصرف يقوم به المدرس أو التلميذ بغية إلحاق الأذى جسميا أو نفسيا، كالسخرية أو سماعه للكلمات البذيئة التي تمس كرامته. ((Alin Baueret, (2010),

ويعرفه آلان بووي Alan bouer على أنه تصرف يصدر من التلميذ داخل المدرسة سواء كان هذا السلوك جسميا أم رمزيا يهدف بإلحاق الأذى والضرر بممتلكات المدرسة

(عبد العزيز موسى، ،2009،ص120.)

وﻟﺬا فإن تصرف الفرد السيئ قد يؤدي إلى تخريب الممتلكات المدرسية كتحطيم الطاولات والكراسي، كلها تصرفات تؤثر على الأفراد الآخرين بالمدرسة وقد يكون هذا التصرف له غاية شخصية أو جماعية مباشرة أو غير مباشرة.

2-أنواع العنف المدرسي:

ينقسم العنف المدرسي إلى ثلاثة أنواع وهي كالتالي:

1-عنف من خارج المدرسة :ويكون عن طريق الإزعاج أو التخريب، أو يكون بشكل فردي أو جماعي يحدث عند مجيء الآباء دفاعا عن أبنائهم فيقومون بالاعتداء على نظام المدرسة والإدارة والمعلمين.

2-عنف من داخل المدرسة :يتضح فيما يلي:

العنف بين الطلاب.

العنف بين المعلمين.

العنف بين المعلمين والطلاب.

التخريب المتعمد للممتلكات.

عقوبات جسدية تتمثل في استعمال أسلوب الضرب، كالضرب بالأيدي وشد الشعر والوقوف على رجل واحدة والأيدي مرفوعة.

عقوبات نفسية تتمثل في أسلوب التوبيخ، السخرية، الكلام الجارح.

عقوبات ذاتية صادرة عن الفرد ذاته في توبيخ الضمير واحتقار الذات والانطواء الذي يصل إلى درجة الانتحار.

العقوبات التشجيعية الناتجة عن تكريم المجتهد ومكافئته ضد النوع يعني عقابا غير مباشر للآخرين، ومن العقوبات الأخرى نجد حذف العلامات، الإنذار وحرمان التلاميذ من النشاطات الترفيهية.

انتشار ظاهرة تشويه المقاعد المدرسية وتكسير الزجاج.

انتشار السرقة والتدخين والتشاجر بين التلاميذ داخل وخارج القسم واستعمال الأسلحة البيضاء.

(الغياث، 2008، ص 23)

ومن خلال ذلك يرى المربون أن عنف التلاميذ يعود إلى الشعور بالرجولة ونزعة التمرد على المعلم ومحاولة الانتقام من المدرسة، وذلك لتعويض فشله المدرسي بالإضافة غلى البؤس الاجتماعي وتهاون الآباء في تربية أبنائهم.

وأخيرا يمكن القول أن العنف المدرسي يتخذ أشكالا متعددة قد تكون جسدية أو نفسية صادرة عن التلميذ أو الأستاذ والتي تظهر في الضرب والتخريب والإهمال وعدم المبالاة أثناء التدريس، مما ينتج عنه خلق بعض الفوضى داخل القسم.

3-أسباب العنف المدرسي:

التنشئة الاجتماعية" :والتي تتمثل في دور الأسرة تشكيل أو إكساب الفرد السلوكيات الغير سوية، فهي الجماعة الأولى التي يكسب فيها الفرد ثقافة القيم والعادات السائدة في المجتمع، إذ يتعلم الفرد الصواب والخطأ وما عليه من واجبات وما له من حقوق"،وللأسرة دور هام في تربية أبنائها،" فإذا كانت الأسرة مستقرة وتلبي حاجات الطفل فهذا يعود بالإيجاب على الطفل وسعادته، أما إذا كانت الأسرة مضطربة هذا سيؤدي حتما إلى اضطراب أبنائها، فالأسرة تعتبر كالأرض الخصبة للانحرافات السلوكية" . **(26 Ficher, (2004)**

[1]بالإضافة إلى ذلك نذكر طبيعة التسلط الوالدي اتجاه الطفل والوقوف أمام رغباته ونوعية العقاب الذي يستخدمه الآباء على أولادهم يؤدي إلى آثار نفسية وجسمية ترجع سلبا على حياته اليومية. **(شاكر، 2008، ص50.)**

وهناك نوع آخر من المعاملات الأسرية التي تتضح في التدليل والحماية المفرطة للطفل التي تفقده الثقة بنفسه، ومن الملاحظ أن الأطفال الذين يمارس عليهم العقاب البدني في منازلهم يكون رد فعلهم عدوانيا مع زملائهم، وحتى مع أساتذهم، فالسلطة الأبوية لا تزال في مجتمعنا هذا، وكذا الظروف الاجتماعية التي لها دور في التأثير على سلوك التلميذ داخل المدرسة، فكلما كانت الظروف الاجتماعية متوازنة كلما كانت شخصية الفرد قوية وقادرة على مواجهة الصعاب، بالإضافة غلى نوعية السكن والمستوى الاقتصادي للأسرة، كلها عوامل تساهم في ظهور العنف.

وليست الأسرة وحدها المسؤولة عن إكساب الأفراد للتصرفات العنيفة بل هناك عوامل أخرى تتمثل فيما يلي:

أسباب بيداغوجية :والتي تتمثل في عدم كفاءة المعلم واعتماده على الكتاب المدرسي والمذكرات، حيث أشار الدكتور فاخر عاقل" أن المعلم يجب أن يستمر طوال حياته المهنية على عملية التعلم وفي التردد على المؤسسات التي تدرب المعلمين، وتحفزهم كما يجب على المعلم أن يكون عالما بأصول التربية وعلم النفس من أجل الوصول إلى سياسة رشيدة يستدل بها أثناء عمله. **(الدسوقي، 1961، ص112.)**

ومن الملاحظ أن هناك صنفين من المعلمين صنف إيجابي له القدرة على تغيير سلوك التلاميذ وصنف سلبي يزيد الأمر تعقيدا فيستعمل الضرب والسخرية من التلاميذ أثناء الوقوع في الخطأ.

إن نقص التكوين للأّساتذة ووجودهم في اختصاص غير اختصاصهم له تأثير على التلاميذ بالإضافة غلى المظهر العام كالتأخر عن العمل، وعدم الاهتمام بالتلاميذ، وكذلك الحرية

[1] Gustave nicolas), **stressant la rentré scolaire**, édmalanique, 2ème éd, Canada, p26.

المطلقة للتلاميذ تزيد في عملية التشويش وتلقيب الأساتذة والاستهزاء بهم من خلال وضع اسم غير مناسب له غير اسمه أو ربما بطريقة هزلية مضحكة على السبورة أو الحائط كلها تصرفات تعبر عن آراء التلاميذ نتيجة للمعاملة القهرية لهم، بالإضافة إلى التخريب المتعمد للأدوات المدرسية، والعنف الجسدي ضد الأساتذة، فالتلاميذ ليسوا الوحيدون الذين يسلط عليهم العنف بل أصبح الأساتذة عرضة للخطر من طرف التلاميذ، نجد منها المعن وي والجسدي مما يتطلب إعادة العلاقة بين المعلم والمتعلم. **(غياث، 2006، ص 63)**

أسباب إدارية :وتكون من خلال أسلوب التعامل السائد في المدرسة الذي ينعكس سلبا أو إيجابا على المدرسة عموما وعلى المعلم خاصة، إذ يتضح ذلك في فرض القواعد والتعليمات والنظم، فإذا كان الأسلوب صارما يؤدي ذلك إلى نفور التلاميذ من المدرسة

(الشهري، 2008-2009 ، ص 31)

أسباب تعود إلى المؤسسة التربوية نفسها :وذلك من خلال تصميم المؤسسة وبنائها وازدحام الفصول الدراسية ونقص المرافق الضرورية وقلة الخدمات أو انعدامها.

غياب الأساتذة عن الحصص وتعويضهم بمعلمين آخرين لا يخاف منهم الطلاب ومن ثم الخروج عن النظام داخل الصف وسلوكات بعض المعلمين الغير اللائقة أسباب تعود غلى التلاميذ أنفسهم من خلال عملية التنشئة الاجتماعية التي مر بها الأطفال، وتعاطي المخدرات والشعور بالظلم والتعويض عن الفشل ومخالطة أقران السوء والتأثر بهم بمشاهد العنف

بالإضافة إلى ذلك إهمال الأساتذة لبعض من التلاميذ والتعامل مع النجباء فقط وغياب الأنشطة الثقافية والرياضية له تأثير سلبي على التلاميذ لأن كل منهم له موهبة يطلع إلى توفير الظروف الملائمة لإشباعها وتنميتها.

كثافة البرامج الدراسية: إن كثافة البرامج يضغط على المدرس لأنها برامجه وخاصة في السنوات النهائية التي تجري فيها الامتحانات النهائية، يجعل المدرس يستعمل أسلوب الإلقاء والسرعة في الانتقال من درس لآخر وهذا ما يضر بالتلميذ وخاصة الأقل ذكاء وفهما.

اكتظاظ الأقسام الدراسية وارتفاع مستوى النمو الديمغرافي وقلة الهياكل التربوية في بعض المناطق جعل الكثير من الأقسام يصل إلى حوالي 50 تلميذا أو أكثر مما يسبب ضغط على المعلم، وهذا يؤدي إلى انتشار الفوضى داخل القسم وبالتالي لجوء المعلمين إلى استخدام العنف للسيطرة على نظام القسم وهدوئه[2].

أسباب اقتصادية :انتشار البطالة بين الشباب وانخفاض مستوى المعيشة الأسري، والأطفال الذين ينتمون إلى أسر منخفضة الدخل تزيد عدوانيتهم حيث أكد" ميشيل جورام "أن قلة المصادر وندرتها وقلة النشاط الاقتصادي يؤدي إلى العنف كما يبدوا واضحا في المجتمعات الفقيرة والمحرومة[3].

أسباب إعلامية :تتمثل في مشاهدة العنف عن طريق التقليد لما تعرضه وسائل الإعلام المختلفة[4].

إذ يعتبر الإعلام أكثر استعمالا لإيصال المعلومات مما يدفع التلميذ إلى التقليد والمحاكاة، كالكذب والتزوير...، بالإضافة إلى استغلال ساعات بين الإشهار والأفلام يثير رغبات وحاجات عديدة تتمثل في الألبسة الفاخرة والأكل المتنوع والسيارات...، إذ نجد الأب لا يمكنه توفير كل ما يشاهده الطفل مما يسبب النقص والإحباط لدى الطفل[5].

وفي الأخير يتضح أن للعنف المدرسي أسباب عديدة لا يمكن حصرها في مجال واحد سواء في الأسرة أو المدرسة أو المجتمع أو أسباب أخرى، لم نتطرق إليها كلها عوامل تساعد على ارتكاب العنف داخل المؤسسات التربوية مما ينعكس سلبا على التلاميذ وعلى مستقبلهم لأن فشلهم قد يؤدي بهم إلى الشارع مما يزيد الأمر تعقيدا وتصبح حياتهم مهددة ومعرضة للخطر.

---

[2] سابق، ص38 مرجع بو فلجة الغياث،

[3] محمد خضر بن عبد الرحمن، الاغتراب والتطرف نحو العنف، دار غريب للنشر والتوزيع د.ط 1999،ص93.

[4] علي عبد الله الغزالة، مواجهة ظاهرة العنف في المدارس والجامعات، دار علم للثقافة للنشر والتوزيع، الاردن،ط1، 2011،ض41.

[5] بدرة معتصم ميموني، الاضطرابات النفسية للطفل والمراهق، الجزائر، دار المطبوعات الجامعية، ط1، 2006، 247.

4- .نتائج العنف المدرسي:

إن العنف هو نقيض للتربية فهو يهدر الكرامة الإنسانية لأنه يقوم على تهميش الأخر والحط من قيمته الإنسانية التي كرمها الله، وبالتالي يولد إحساسا بعدم الثقة وتدني مستوى الذات وتكوين مفهوم سلبي اتجاه الآخرين.

وللعنف المدرسي نتائج أخرى تتمثل في إحباط التلاميذ وشعورهم بالرعب النفور من الأستاذ وكراهية المادة بسبب عدم فهم ما هو معطى مما يوصل ذلك إلى الفشل.

اكتساب التلاميذ صورة ضعيفة عن الذات مما يتولد لاحقا العجز.

إعطاء دليل على عدم أهلية الأستاذ للتعليم وإشارة إلى فقدانه لأساليب التعامل الناجحة مع تلاميذه.

تدني المستوى التحصيلي للتلميذ والرسوب المدرسي نتيجة للغيابات المتكررة وبالتالي الانقطاع عن الدراسة. لا يمكن للعنف أن يؤدي إلى نمو طاقة التفكير والإبداع ولا يؤدي غلى أفضل النتائج فالقدرة على التفكير لا تكون إلا في مناخ الحرية، وإذا كانت العقوبة تساعد على زيادة التحصيل فإن الأمر لا يتعدى أن يكون في مدة زمنية عابرة.

إهانة بعض المعلمين من التلاميذ وزيادة معدلات الجريمة.

فشل النظام التعليمي وفشل الغدارة المدرسية في السيطرة على التلاميذ.

عدم الشعور بالمسؤولية **(بوزندة، 2007-2008، ص 100)**

تخلي كل من المدرس والمدرسة عن دوريهما الحقيقي وتقمص دور المصلح الاجتماعي الذي يعتبر بعيدا عن دوريهما رغم التداخل بين الدورين.

يؤثر العنف على الهوية العلمية للشخص الذي تعرض للعنف سواء كان أستاذا أو مسؤولا إداريا أو عاملا، حيث يتسبب العنف في خلق مشاكل نفسية(تخوف، تردد وفي بعض الأحيان الرغبة في الانتحار).

إن كل هذه النتائج يكتشفها المدرس يوميا أثناء عملية التدريس وعليه أن يبادر بالتعاون مع الأخصائي النفسي المدرسي لدراستها ومعرفة بواعث هذا السلوك وأن يعمل على معالجتها

مع العلم أن العقاب في مثل هذه الحالات يؤدي إلى تدعيم وتقوية هذا السلوك، كما يجب العمل على إيجاد العلاج المناسب لرفع معنويات التلاميذ وذلك من خلال الأنشطة المتعددة **(عمران، 2003، ص 89)**

5-النظريات المفسرة للعنف المدرسي:

النظريات الاجتماعية المفسرة للعنف المدرسي:

5-1-نظرية التفاعل الرمزي :ترى هذه النظرية أن الكائنات الإنسانية تسلك إزاء الأشياء في ضوء ما تنطوي

عليه هذه الأشياء من معان ظاهرة لهم، هذه المعاني هي نتاج التفاعل الاجتماعي في المجتمع الإنساني، إذ يرى

أصحاب هذه النظرية أن الجانب الأهم في التنشئة الاجتماعية يقع على عاتق الأم ويشاركها في ذلك الأب، والأجداد والمعلمون، كما يرى أصحاب هذه النظرية أن العدوان سلوك يتم تعلمه من خلال عملية التفاعل، قد يتم تعلم الأطفال العنف بطريقة مباشرة عن طريق القدوة التي تتمثل لدى أفراد الأسرة، كما يمكن أن يكتسب الأطفال العنف على اعتبار أنه شيء مستحب في مواقف معينة، وأنه سبيل لحل المشكلات وهو الطريقة الوحيدة للحصول على الاحتياجات وأداؤه ضرورة لنجاح الحياة، **(منير، 2005، ص 41)**

كما ترى هذه النظرية أن العنف يمكن التخفيف منه عن طريق عدم تعلمه وعن طريق إحداث التغيرات الثقافية وإعداد بعض البرامج القومية الفعالة من خلال المدارس ووسائل الإعلام .**(لطفي ، 2001، ص 13)**

5-2-نظرية التعلم الاجتماعي :يقصد بها تلك النظريات ترتكز على أهمية التفاعل الاجتماعي والمعايير الاجتماعية في حدوث عملية التعلم، معناه التعلم لا يتم في فراغ وإنما يتم في المحيط الاجتماعي، إذ تشير هذه النظرية إن العدوان ما هو إلا صورة من صور السلوك الاجتماعي كما يعتبر العدوان سلوك مكتسب بالتعلم، من أبرز الممثلين لوجهة النظر نجد بامدورا Bandura وزيمان ولوالترز .

وباس Bass من خلال ما يلي :

نظرية التعلم بالتقليد حيث تؤكد هذه النظرية على حدوث التعلم نتيجة التقليد لملاحظة سلوك الآخرين، إذ يرى باندورا أن الشخصية لا تفهم إلا من خلال السياق الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي، والسلوك عنده يتشكل بالملاحظة عن طريق الانتباه –التذكر، التخيل والتفكير لها القدرة على اكتساب السلوك، كما تؤكد دراساته بجامعة "ستانفورد "على مخاطر النماذج العدوانية على شاشة التلفزيون، فالأطفال الذين يشاهدون المناظر العنيفة يتصرفون بعنف أكبر، وأن هناك مصادر يتعلم من خلالها الطفل بالملاحظة من بينها التأثير الأسري، جماعة الأقران، التلفزيون، إضافة إلى ذلك نجد الضغوط البيئية مثل درجة الحرارة المرتفعة، الازدحام، تجعل الفرد مهيئا للاستجابة العدوانية من خلال تأثيرها على الفرد كالسمع ونبض القلب والشعور بالانزعاج، وزيادة على ذلك نجد التلوث البيئي، فإن ارتفاع معدلات التلوث كتلوث الهواء والتربة والأغذية تؤثر في الجهاز العصبي والبناء النفسي للفرد

(سلاطنة، 2008، ص49.)

كما يؤكد والترز أن السلوكات الإنسانية متعلمة تختلف من سلوكات مقبولة وأخرى مرفوضة، من خلال ذلك يمكن القول أن عملية التعلم تحدث عن طريق التقليد بالملاحظة، وأن العوامل البيئية تساهم في نشر العنف الذي مصدره الأسرة والمدرسة والأصدقاء عن طريق المحاكاة أو النمذجة بالإضافة غلى مشاهدة الأفلام التي تبث في وسائل الإعلام التي تؤثر فيهم.

5-3- .نظرية التفكك الاجتماعي:

يرى علماء الاجتماع أن التفكك هو أحد الأسباب الرئيسية لحدوث سلوك العنف بالإضافة إلى صراع الأدوار الاجتماعية، إذ يساهم التفكك الاجتماعي في نمو ظاهرة السلوك المنحرف، إذ أن الفرد يرتبط بمجموعة من الوحدات والنظم لكل وحدة مجموعة من المعايير التي تنظم سلوكه، إذ تختلف هذه المعايير داخل المجتمع، يتضح مفهوم التفكك الاجتماعي في تصور محمد عارف انه يشير إلى تناقض وصراع المعايير الثقافية وضعف اثر قواعد السلوك ومعاييره وصراع الأدوار الاجتماعية وانعدام الالتقاء بين الوسائل التي يجيزها

المجتمع مع غايات الثقافة فيها، وبالتالي انهيار الجماعات وسوء أدائها لوظائفها، ويتخذ التفكك الاجتماعي شكلين أساسين هما:

الشكل الأول هو اضطراب البناء الاجتماعي الذي يتمثل في انعدام النظم الاجتماعية وتدهورها وتوقفها عن النمو، بالإضافة إلى الفساد في العلاقات الأساسية بين الأفراد والجماعات والمؤسسات والطبقات الاجتماعية، أما الشكل الثاني يتضح في قصور الأداء الوظيفي كالفشل في القيام بمتطلبات الوظيفة مثل الأغراض والأهداف مع حدوث بعض الخلط والغموض، هذا الشكل يشمل سوء الأداء الوظيفي وبالتالي افتقاره إلى وجود التلاؤم بين عناصر البناء الاجتماعي.

5-4-نظرية الضبط الاجتماعي :يرى أصحاب هذه النظرية أن العنف غريزة داخلية في الإنسان يتم التعبير عنها عندما يفشل المجتمع في وضع قيود وضوابط محكمة على الأفراد، إذ نجد أعضاء المجموعة الذين لا يتم ضبط سلوكهم عن طريق الأسرة وغيرها من الجماعات الأولية، يتم ضبط سلوكهم عن طريق رحال الشرطة والخوف من القانون، وعندما تفشل هذه الضوابط يظهر سلوك العنف بين الأفراد، نجد هذه النظرية تدور حول أن الناس بطبيعتهم يتسم سلوكهم بالعنف

5-5-نظرية ثقافة العنف :إذ تتخذ هذه النظرية أن العنف وسيلة لتحقيق الأهداف ويتحول العنف لديها إلى أسلوب حياة تنظمه قواعد خاصة بهذه الثقافة وهذا ما ذهب إليه كلوارد Ohlimوأولم Cloward أن الثقافة الفرعية للجريمة تنشأ عندما تظهر أنساق فرعية منظمة من المعايير والقيم تدعم السلوك الإجرامي، وتصبح وسيلة لحل المشكلات إذ حدد **كوهن** خصائص الثقافة الفرعية في خمسة خصائص وهي عدم النفعية والاتجاه الرافض لثقافة المجتمع والنظر لثقافة الانحراف والبحث عن اللذة والاستقلال والحقد، هذه الثقافة لا تنشأ من الفراغ بل من الظروف التي تعيشها فئات المجتمع الفقيرة مثل التفكك الأسري وغياب الآباء وفقدان القدرة في السيطرة على الأطفال والشباب، إلى تطوير قيم مخالفة للقيم السائدة، يرى وولفجانج أن الثقافة الفرعية هي السبب الرئيسي لارتفاع معدلات العنف في الجماعات

الفقيرة إذ تعد هذه الثقافة جزءا من الثقافة العامة السائدة في المجتمع وأن العنف جزء من حياة الأفراد، حيث لا ينظرون إليه كتصرف لا أخلاقي بل أنهم لا يشعرون بالذنب نتيجة عدوانهم، كما كشفت الدراسات الحديثة أن أسباب ارتفاع نسبة العنف بين الأقليات والطبقات الدنيا لا ترجع إلى الثقافة الفرعية للعنف بل إلى الفقر والحرمان وعدم المساواة

5-6-نظرية الصراع :يرى أصحاب هذه النظرية أن العنف وسيلة للصراع بين النوعين (الجنسين)، إذ يعد العنف وسيلة أساسية لغرض سيطرة الرجل وتميزه على المرأة، وهو وسيلة لتأكيد عدم المساواة بينهما، كما وجد حل لمشكلة العنف من خلال إتاحة فرص المساواة بين أفراد المجتمع

5-7-نظرية المصدر (المورد): يشير Goode أن كل التعاملات والعلاقات الاجتماعية داخل الأنساق الاجتماعية تعتمد إلى حد ما على القوة أو على التهديد بما في ذلك النسق الاجتماعي كلما زادت الموارد التي يتحكم فيها الشخص، كلما زادت القوة التي يستطيع أن يحشدها، وكلما زادت مصادر وموارد الشخص كلما قلت درجة ممارسته الفعلية للعنف وبالتالي أن الفرد يلجأ إلى استخدام العنف عندما تكون موارده كافية.

5-8-النظرية الإيكولوجية :طرح كاربارتو النموذج الايكولوجي في تفسير الطبيعة المعقدة لظاهرة إساءة معاملة الطفل من خلال التطور والتكيف المتبادل بين التنظيم والبيئة، إذ يعتبر هذا المنظور الصلاحية الاجتماعية وكيفية التبادل بين التنظيم والبيئة، إذ يعتبر هذا المنظور الصلاحية الاجتماعية وكيفية التفاعل بين الأنساق المتداخلة التي يحدث في ظلها التطور الإنساني كما يحدد العوامل السياسية والاقتصادية والديمغرافية التي تشكل نوعية الحياة للأطفال داخل الأسرة.

ومن النظريات التي تفسر العنف المدرسي نجد أيضا نظرية ماسلو إذ يشبهها بالهرم، نظرية هرمية الحاجات أي أن الفرد يكتسب الكثير من الحاجات النفسية كالحاجة إلى الحب والأمن التي وصفها في شكل مدرج هرمي يبدأ بالحاجات الفزيولوجية وينتهي بالحاجة إلى تحقيق الذات في قيمة الهرم، فعندما يكون الطفل محروما من إشباع حاجاته النفسية فإن ذلك

سنعكس على سلوكه عدم الإحساس بالأمان والنقص وقد يكون الحرمان سبب في المعاملة الوالدية غير السوية، فالأطفال غير الآمنين لديهم مهما يتعرضون للسخرية من زملائهم فيلجئون إلى العنف لتحسين تقدير الذات لديهم لذلك يجب على المدرسة أن توفر الأمن لأطفالها وجعلهم يثقون بأنفسهم.

5-9-المنظور النمائي :يشير ايكون أن الشعور بالأمن النفسي يعد حجر الزاوية في الشخصية السوية وينشأ الأمن من إشباع حاجات الطفل الأساسية مما يجعله يثق بنفسه وبالآخرين، أما الإساءة والإهمال تجعل الطفل لا يشعر بالأمن بل يشعر بالعجز وغير قادر على مواجهة المشاكل التي تعترضه

5-10-النظرية الوظيفية :ترى أن العنف يظهر نتيجة لفقدان الارتباط والانتماء للجماعات التي تنظم وتوجه السلوك لأعضائها، أو هو نتيجة لفقدان المعايير ونقص التوجيه والضبط الاجتماعي.

يرى الوظيفيون أنه يمكن التخفيف من حدة العنف عن طريق العمل على زيادة التكامل الاجتماعي والعمل على زيادة ارتباط الأفراد بالجماعات التي تعمل على إشباع حاجاتهم النفسية والاجتماعية وغرس القيم الدينية وقيم الانتماء بين الجماعات.

الفصل الثالث
الضغط النفسي

تمهيد:

يتعرض الإنسان خلال حياته اليومية لمجموعة من المشاكل وضغوط التي تعكس صفوى مساره قد يكون مهني أو حياتي فالإنسان مزود بقدرات وإمكانيات داخلية قد يستطيع بفضلها التكيف مع هذه الضغوط وبالتالي التغلب عليها وتخلف هذه الإمكانيات على حسب نمط الشخصية التي يتميز بها فالأطباء يتعرضون للضغوط النفسية والمعنية إن كان في القطاع العام أو الخاص.

1- الخلفية التاريخية لمصطلح الضغوط النفسية:

إن دراسة تاريخ مفهوم الضغط من الناحية الزمنية لهو أمر ليس باليسير أن كلمة ضغط "stress " في حد ذاتها سابقة لتاريخها، فهناك من يراها مأخوذة من الكلمة اللاتينية (stringere) التي تعني " سحبه بشدة" وأن هذه الكلمة استخدمت لأول مرة خلال القرن الرابع عشر، ولكن لم يكن هذا الاستخدام بصورة ثابتة ومنظمة.

في حين يرى البعض أن المصطلح مشتق من الكلمة الفرنسية القديمة destresse والتي Stress تشير إلى معنى الاختناق والشعور بالضيق أو الظلم، وقد تحولت في الانجليزية إلى أشارت إلي معنى التناقض، والمصطلح في الأصل قد استخدم للتعبير عن معاناة وضيق أو Pressure اضطهاد وفي الانجليزية الحديثة ظهرت الحاجة لوجود مصطلح يعني معنى الضغط في آن واحد وذلك لوصف الألم الكامن والمتضمن الكلمة الأول " الضغط التوكيث Emphasis"

Stress وأيضا الاعتدالية المتضمنة في الكلمة الثانية: التوكيد، وعبر الوت استخدم مصطلح ليعطي هذا المعنى، وفي الأدب التكنيكي فقد كان الإجماع إلى إعطاء مصطلح معنى stress التوكيد في الشيء. **(فونتانا، 1994، ص 12).**

أما (Smith) فقد أصل المعنى الاشتقاقي للمصطلح بعرض أصوله اللغوية في منبته اللاتيني فذكر أن مصطلح التوتر Stress اشتق من الاسم اللاتيني "Strictus" بمعنى الشدة "Tight" أو الضيق "Narrow" وهذا الاسم مشتق من الفعل اللاتيني "Stringer" بمعنى سحبه بقوة "To Tighter" وقد ظهرت كلمة Stress لأول مرة في قاموس مفهوم الانفعال " Emotion " ثم اشتهر بعد ذلك باسم "Stress" كونه يعبر عن الجوانب السلبية للانفعال والغضب. **(جودة أمال، 1998، ص 102).**

ويرى لازاروس (1966Lazarus) أن الأدبيات المعنية بهذا المصطلح ترى آن نشأة مفهوم الضغط يرتبط تاريخيا بميدان الهندسة، وهي تعني في الاستخدام العلمي قوة

خاصة، أو تأكيد لكلمة أو فكرة خلال الكلام أو الكتابة. وترى (كوباسا Rabasa 1979)، أن مفهوم الضغط انتقل إلى علم الاجتماع عام 1946، وأوضح (كوكس Cox) أن الضغوط تظهر في مجموعة من المتاعب Troubles التي يقصد بها المواقف التي تخرج عن النمط العادي للحياة أو مواقف تعرقل الأنشطة العادية. **(الموسوي حسن، 1998، ص 102)**.

إن هذا المفهوم الذي شاع استخدامه في علم النفس والطب النفسي، تمت استعارته من الدراسات الهندسية والفيزيائية، حينما كان يشير إلى (الإجهاد Strain، والضغط Press، والعب Load). هذا المفهوم استعاره علم النفس في بداية القرن العشرين عندما انفصل عن الفلسفة وأثبت استقلاليته كعلم له منهج خاص به، وأيضاً جرى استخدامه في الصحة النفسية والطب النفسي على يد (هانز سيلي) الطبيب الكندي في العام 1956 م عندما درس أثر التغيرات الجسدية والانفعالية غير السارة الناتجة عن الضغط والإحباط والإجهاد.

ويرى مارشال وكوبر(Marshal and Cooper 1979) أن الاشتقاق اللغوي للمصطلح مشتق من اللغة اللاتينية، وقد استخدمت شعبية في القرن السابع عشر بمعنى الشدة، الحزن، أو البلاء. وطوال القرنين الثامن عشر والتاسع عشر أصبحت الكلمة تشير إلى القوة، الضغط، أو الإجهاد، إضافة إلى أن المصطلح ازداد انتشارا وتداولا في علم الفيزياء والهندسة كما أسلفن، كما استخدم مصطلح ضغوط العمل أو الضغوط المهنية في مجال الإدارة، وحظي باهتمام العديد من الباحثين فكتاب السلوك التنظيمي، وقد وجهت وجهودهم نحو التعرف إلى طبيعة ضغط العمل، ومسبباته، والآثار المترتبة عليه، ومعاناة الأفراد من ضغط العمل تمثل احد الجوانب الهامة في حياة المنظمات والمؤسسات الحديثة. **(عسكر علي، 1988 ، ص 54)**.

وقد رتبت شيلي تيلر المساهمات التاريخية الأولى في مجال الدراسات الخاصة بالضغط النفسي على النحو التالي:

مساهمات والتر كانون (Walter cannon):

أول من وصف مصطلح المواجهة أو الهروب (fight or flight) من جانب أن استجابة الهجوم أو الهروب هي طريقة للتكيف، سلوك تكفي لأنها تعين الكائن على أن يستجيب بسرعة للتهديد وخلص إلى القول من جانب آخر أن الضغط قد يؤدي بالكائن إلى أن يغير من الأداء الوجداني والفسيولوجي، وقد يؤدي إلى مشاكل طبية مع الوقت، وبالذات حينما لا يستطيع الكائن أن يهاجم ويتعرض إلى خطر مستمر فإن حالة التهيج الفسيولوجي قد تستمر دون انقطاع الأمر الذي يمهد لأرضية خصبة الحدوث مشاكل صحية، ومثال ذلك الأعمال التي قام بها ماهل Mahl، 195 على الكلاب والقرود والتي كشفت أن تعرضها المستمر لظروف تثير القلق أدت إلى زيادة إفرازات حمض الهيدروكلوريك الذي قد يؤدي إلى تكوين تقرحات.

مساهمات ولف وولف (1940) wolf & Wolf:

ركزت أعماله على اثر الانفعال على إفرازات الجسم، وان الناس يطورون استجابات فسيولوجية مختلفة مع أنهم يتعرضون إلي نفس المضغوط، وهذا يظهر استعداد وراثي للمرض الأمر الذي يجعل فلانا يصاب بالقرحة وآخر يصاب بضغط الدم ...

أعمال هانز سيلي (1956-1976) Hans Soyle:

طور هذا العالم مفهوم حالة التكيف العام (general adaptation syndrome) التي تعتبر حجر الزاوية في موضوع الضغوط وتتكون من ثلاث مراحل:

- مرحلة اليقظة Alarm.
- مرحلة المقاومة Resistance.
- مرحلة الإعياء أو الإنهاك Exhaustion.

2- تطور مفهوم الضغوط النفسية:

إن مفهوم (الضغط النفسي) قد تطور كمفهوم يستحق الدراسة وبشكل سريع خلال الثمانينات، وإلى حد كبير بسبب الضرورة التي أوجدتها الأعداد الكبيرة الذين يحتاجون إلى رعاية أو علاج، وعلى الرغم من ذلك كان الضغط النفسي كموضوع محطة للدراسات المتقدمة خلال هذا القرن تحت وجهة النظر القائلة بأن الأحداث الخارجية أو الصدمات النفسية هي التي تحدث اعتلالا في الصحة. **(Puckett, 1993،p32).**

ويرى الباحث أن أحداث الحياة المتسارعة تحمل الإنسان ضغوطاً جمة، يسايرها في داخل البيت وخارجه، وهي بحاجة إلى درجة عالية من المسايرة لغرض التوافق النفسي، ولكن قد يواجهه الفشل في هذه الموازنة الصعبة، فحتى انجح البشر تواجههم لحظات من خيبة الأمل، فإنسان ما قبل التاريخ تعرض لعوامل البيئة القاسية سواء المناخية أم التعايش مع الوحوش الضارية وكان عليه التعامل مباشرة أو الهرب لحماية نفسه، أما في العصور الوسطى فإن انتشار الأمراض والمجاعات كانت السبب الرئيس لتهديد حياة الإنسان، فكان عليه العمل بكد ليكتش فالأسباب التغلب على هذه التهديدات، واستطاع الإنسان النجاح أمام هذه التهديات البيئية، فأمكن من خلال عمليات التحضر والتقدم العلمي حل المشكلات التي تعاني منها الإنسان القديم، إلا أن هذا التقدم قد خلق بدوره أشكالا جديدة من المخاطر والتهديدات التي لم تعد ذات طبيعة مادية فحسب، وإنما أصبحت تمثل تهديدات اجتماعية ونفسية. **(الكخن خالد، 1997، ص 25).**

أما الإنسان اليوم فيعيش في بيئة تتسم بالتغير السريع والمستمر، الذي يصعب ملاحقته في كافة المجالات، فشاهدنا خلال السنوات الماضية انتشار الأقمار الصناعية، وهبوط الإنسان على القمر وثورة المعلومات، وتعاظم المعارف، والتطور الهائل في وسائل الإعلام، فجعلتنا مثقلين بأخبار الأحداث والمشاكل العالمية. إننا نعيش عصرا يطلق عليه العديد المسميات، فهو عصر "عدم التأكد" عند الاقتصادي جون جلبرت، وعصر "صدمة

المستقبل" عند الكاتب والفيلسوف الفن توفلر، عصر "القرية العالمية" عند مارشال ماكلوهان الباحث في وسائل الإعلام، ويمكن أن يطلق عليه عصر "الضغط" حيث أن كارل البرخت يعتبر الضغط هو مرض القرن العشرين. **(محمد لطفي راشد، 1992، ص54).**

3- تعريفات الضغط النفسي:

الضغوط النفسية هي ظاهرة معقدة ومتداخلة وقد أطلق العلماء الكثير من التعريفات للضغوط، بالتأكيد هذه التعريفات قد اختلفت تبعا للمدارس والمشارب الفكرية والاجتماعية لمدارسهم التي ينتمون إليها.

ففي اللغة: "الضغطة" بالضم تعني الضيق والشدة، وضغطه عصره وزحمه، وتتضاغطوا ازدحموا. ضغط ضغطا عصرا، ضيق على الشخص. **(القاموس العربي الوسيط، 1997، ص444).**

أما سلي (Seyle 1976)، والذي يعد الأب الروحي لدراسات الضغط فيعرفها بأنه الاستجابة الفسيولوجية التي ترتبط بعملية التكيف، فالجسم يبذل مجهودا لكي يتكيف مع الظروف الخارجية والداخلية محدثا نمطا من الاستجابات الغير نوعية التي تحدث حالة من السرور أو الألم، وعرفها (غولدنبرغ Goldenberg،1977) أنها ظروف شديدة تنهك الإنسان وتبدد قدراته ووصفها (بلوشر Blosher 1987) بأنها التهديد الذي يواجه إشباع الحاجات، أما (سبيك Speck 1993) فعرف الضغط بأنه صراع ضميري يقود الإنسان إلى الإنطفاء وهو مشكلة معنوية يمكن حلها بتقييم الإنسان لنفسه حين يعرف ما هو صحيح وما هو خطأ، أي أنه يعتبر الضغط مثيرا مثله مثل كل من عبد الله وعبد الفتاح (1995) حيث عرفا الضغط علي أنه خلجات نفسية لا تجد لها مصرفا ملائما موفقا، مصيره إلى الانحباس في تغيرات عضوية قد تكون على درجة عظيمة من الخطورة "أما العاصي (1993) فقد عرفه بأنه " مجموعة من المؤثرات التي تتجمع في الإنسان.

الضغط النفسي: حالة من التوتر الشديد والانعصاب يحدث بسبب عوامل خارجية تضغط على الفرد، وتخلق حالة من اختلال التوازن واضطراب السلوك. **(الرشيد هارون، 1999، ص 17).**

ويرى (ديفيد مونتانا) أن الضغط النفسي عبارة عن العنصر المجدد للطاقة التكيفية لكل من العقل والجسم، فإذا كانت هذه الطاقة يمكنها احتواء المتطلبات وستمع بالاستثارة المتضمنة فيها، فإن الضغط النفسي يكون مقبولا وغير مفيد بل ضار.

(فونتانا دافيد، 1994،ص 14).

ويرى (الأشول) أن الضغوط النفسية تتوقف على عنصرين رئيسيين هما الفعل ورد الفعل ويقول: وعموما لا يمكن أن شخصا بما يعاني من الضغوط النفسية ما لم يكن هناك مصدر لهذه الضغوط واستجابات من جانب الفرد، وعلى ذلك فإن العناصر التي تشكل أي موفق ضاغط هي مصادر الموقف الضاغط، والاستجابة لهذا الموقف الضاغط.

(الأشول عادل عز الدين، 1993، ص 15).

ويبين براون ورالف (Brown and Ralph 1994) أن الضغط هو عبارة عن محصلة حالتين مختلفتين، الأولى تشير إلى الظروف البيئية المحيطة بالفرد وتسبب له الضيق والتوتر، أما الثانية فتعني ردود الفعل النفسية المتمثلة في الشعور بالحزن الذي ينتاب الفرد داخليا.

ويرى م(حمد 1992) أن الضغط نتيجة للتفاعل بين مسببات الضغط والخصائص التي يتم بها الفرد، وبذلك تصب المكونات الثلاثة للضغط وهي المسببات، خصائص الفرد والتفاعل بين كل منهما. **(محمد لطفي راشد، 1992، ص23).**

4- أنواع الضغط النفسي:

4-1- الضغط النفسي السلبي: هي عبارة عن الضغوطات التي يواجهها سلبا على الحالة الجسدية والنفسية وتؤدي إلى عوارض مرتبطة بالضغط النفسي كالصداع ... **(عبيد ماجدة بهاء الدين عبيد، 2008، ص 25).**

4-2- الضغط النفسي الإيجابي: قد يكون للضغط تأثير من أنه أساسي في الحدث على التحريض والإدراك موفر الإثارة التي يمس إليها الأضرار إلى الكفاح على قدم المساواة أو

بنجاح حيال الحالات فالتوتر والتنبه ضروريان بكثير من مظاهر الحياة ومن نعما سوف تكون الحياة مسيئة والضغط يوفر أيضا حسب الإلحاحية. **(سمير شيخاني، 2003، ص 14)**.

4-3- الضغط النفسي المؤقت: هي التي تحيط بالفرد لمدة وجيزة، ثم تزول وعادة ما تكون مرتبطة لموقف مفاجئ، لا يدوم أثره طويلا، ولهذه أثر محدود على الفرد، إلا إن كانت قدرة تحمل أضعف من الموقف الذي تعرض لها. **(عمر مصطفى محمد النعاس، 2008، ص 31)**.

4-4- الضغط النفسي الدائم: هي التي تحيط بالفرن لمدة طويلة نسبيا، مثل ذلك: تعرض الفرد لمرض مزمن، وألام مرافقة له، أوضاع مالية واجتماعية متواضعة، ولا تساعد على تحمل هذا الموقف الذي أو ذاك. **(عمر محمد الخرباشة وأحمد عبد الحليم، 2007، ص 54)**.

5- مصادر الضغوط النفسية:

ترتبط الضغوط بالأحداث اليومية، نحن بالا استثناء نتعرض لها يوميا من مصادر مختلفة المصادر الضغوط لحد ما يلي: **(اسعد ميخائيل، 1986، ص 102)**.

5-1- الإحباط: حالة من التأزم النفسي، نشأ مواجهة الفرد لعائق يحول دون إشباع دوافع أو حاجة ملحة أو تحقيق هدف معين: **(عبد الحميد محمد الشلالي، 2001، ص 79)**.

كما يعرف الإحباط بأنه الحالة التي يشعر الإنسان معهما بعدم إمكانية قيامه بالنشاط المطلوب بينه وبين تحقيق الهدف الذي يسعى إليه. **(رمضان محمد القدافي، 1998، ص 117)**.

5-2- الصراع: هو تعارض بين دافعين أو نزعتين أو أكثر، وهنا يقع الصراع بين أجزاء الشخصية أو مكنوناتها مما يسبب للشخص الحيرة والإرباك والتردد.

(حسن فايد، 2004، ص 420).

كما يعرف بأنه حالة انفعالية دافعية غير سارة قوامها الشعور بالحيرة والتردد والضيق والقلق، تصيب الفرد عندما تنازعه اتجاهات مختلفة ذات قوى متساوية بشأن بعض دوافعه وأهدافه التي يسعى إلى إشباعها وتحقيقها. **(أشرف عبد الغني وأميمة الشربيني، 2003، ص 185)**.

5-3- التكيف: تعتمد صحة الفرد العامة على الاحتفاظ بتوازن بين الجانب العقلي والبدن، في مواجهة التغيرات الحياتية، وتكمن الخطورة في أن هذه التغيرات من شأنها إحداث خلل في التوازن الكيمائي والذهني وإجبار الجسم على اللجوء إلى عملية التكيف للاحتفاظ بذلك التوازن. **(علي عسكر، 2003، ص52).**

5-4- التهديد: هو توقع حدوث تغير قد يصيب الشخص، أو وقوع أمر غير مرغوب فيه، وكلما ازداد مستوى التوقع ارتفاع مستوى الشعور بالتهديد.

ويعرف العلماء بين كل من التهديد والإحباط على النحو التالي: أن التهديد يمثل توقعات ينتظر حدوثها رغم أنها لم تحدث بعد، أما الإحباط فهو نتيجة لأحداث قد وقعت بالفعل وأصبحت حقيقة. **(رمضان محمد القذافي، 1998، ص 117).**

6- مستويات الضغط النفسي:

6-1- المستوى الفيزيولوجية:

يظهر الضغط على شكل اضطرابات وظيفية للأعضاء منها: ارتفاع معدل التنفس تزايد ضربات القلب بالنسبة للإنسان بحيث يصبح أكثر نشاطا...

6-1-1- على المستوى الخلوي: الضغط على المستوى الخلوي مرتبط بالديناميكية الكيمائية فالخلية تتغذى على كمية من الطاقة كي تعيش وهذه الطاقة تستهلك خلال عملية التحول الغذائي وبعد انتهائه تقوم وحدات من الخلية برمي الفضلات الناتجة عن هذه العملية إلى الخارج بطريقة تحفظ وحدة تركيب الخلية، وعندما تطرح الخلية الفضلات فيها تبذل طاقة لذلك يجب أن تكون الطاقة التي تحصل عليها من خلال العمليات الأيضية أكبر من الفضلات والطاقة التي تحررها، عند طرحها إلى الخارج وإذا حدث العكس فإنه يحدث ما يسمى بالتسمم الخلوي والذي يولد نقص وظيفي على مستوى الخلية وبالتالي يظهر الضغط.

.(DELAY,1956 , P289)

6-1-2- على المستوى العضلي: عند تكرار تنبيه العضلة على فترات قصيرة لا يمكن حدوث كزاز ما فإن النقطة التي تبديها العضلة لكل تنبيه تقف بعد سلسلة من هذه التنبيهات وعندئذ يمكن القول أن العضلة قد أجهدت أو احترق. **(صبيحة عمران شلش، 1984، ص 326)**.

6-1-3- على المستوى العصبي: يظهر على المستوى العصبي الخلايا العصبية ثم يظهر في المركز المخية العليا والدماغ هو الذي يحدد ويصدر الحكم إذا كان ضغطا أم لا، ويظهر الضغط بوضوح على مستوى الانعكاس المخي ولا يظهر على الأعصاب المحيطة لأن هذه الأخيرة غير قابلة للضغط.

6-1-4- على مستوى الغدد: أثبتت الدراسات التي أجريت حول التغيرات التي تطرأ على الإفراز الهرموني أن هذا الأمر يضطرب عن تعرض الجسم للضغط. وبينت التجارب أن النشاط الزائد للغدد الدرقية عادة ما ينجم عنه زيادة في الضغط العصبي كما أن هذا الأخير يؤدي إلى تضخم الغدة الدرقية وزيادة إفرازاتها مما يزيد بدوره من شدة التوتر النفسي وحدته.

(نصر الدين جابر، 1998، ص 197).

6-2- الضغط على المستوى النفسي:

يظهر على شكل إحساس بالضيق الذي يصاحب أداء أي عمل من الأعمال كما يمكن ملاحظته على شكل صراعات وإحباطات، فالإحباطات تنشأ عندما يقوم الشخص بمحاولات متكررة تتوج بالفشل في تحقيق هدف معين أو اجتناب وضعية أو موقف ضاغط وعندما تتكرر هذه الإحباطات عند الشخص بإمكانها أن تؤدي إلى نشوء الضغط النفسي، وعلى النقيض من ذلك فهي ليست دائما مضرة أي أنها من الممكن أن تنتج لدى الفرد حيوية تمكنه من تحقيق أهدافه ثم النجاح، وهذا ما يسمى بالضغط المفيد.

(سامي عبد القوي، 1996، ص 150).

أما الصراع فهو حالة قوتين أو أكثر لا هر مقاومة ذهنية سببها أهداف متعارضة وبسبب تصاعد المقاومة وتزايد حدتها يقع الفرد تحت وطأة الضغط وعادة ما يصاحب ظهور

الضغط في هذا المستوى الشعور بعدم الثبات وعدم الاستقرار والشقق والضيق الشديد والاضطراب في الحالات الانفعالية. **(فردي لخضر، 1999، ص 33).**

6 -3- الضغط على المستوى الاجتماعية:

عند الحديث عن الضغط في هذا المستوى يجب أولا الحديث عن التفاعل بين الفرد والبيئة التي يعيش فيها لأن الفرد في أي مجتمع من المجتمعات لا يمكن بأي حال من الأحوال أن يعيش بمعزل عن الآخرين. فهو ككل متكامل حصيلة لما يتعرض له من مؤشرات وضغوط اجتماعية، فالفرد حصيلة الضغوط الاجتماعية متشابهة، وبذلك يصبح الفرد في الحقيقة هو حصيلة هذه الضغوط الاجتماعية مع بعضها البعض من ناحية ومع الخصائص الموجودة لدى الفرد والتي لا يكون مصدرها الضغوط الاجتماعية من ناحية أخرى. **(ماهر محمود عمر، 1992، ص141).**

والعادات والتقاليد قوة اجتماعية هائلة تسبب ضغطا على الفرد وعلى المجتمع حتى يشعر الجميع أنهم تحت ضغط من نوع خاص لا يمكن تجاهله أو تفاديه بسهولة والقيم والمعايير تمثل أيضا ضغطا اجتماعيا قويا يتحكم في سلوك الأفراد سواء في دور توجيه هذا السلوك أو الحكم على تحصيل السلوك، والرأي العام ضغط اجتماعي من نوع آخر يشعر به الفرد ويحسب حسابه أثناء تصرفه وكذلك الدعاية والإعلام ضغط كبير يوجه التفاعل اليومي للفرد مع عناصر بيئته، وتعتبر الإشاعة كذلك صورة من الضغوط الاجتماعية.

(سعد عبد الرحمات، 1977، ص158).

وهناك ضغوط مهنية مرتبطة بالشكل الذي يسير وفقه العمل وكنت ضغوط عائلية غالبا ما تكون ناتجة عن الصراع بين الأزواج. **(JEAN, CASTON, 1993 .P 28).**

7- مراحل الضغط النفسي:

يعتبر هانز سيلاي Hars selye من الرواد الأوائل الذين اهتموا بموضوع الضغط النفسي ونتائجه السلبية والمرضية، حيث كانت أعماله بشكل خاص منطلقا لزيادة الاهتمام

بالضغط، وقد أكدت تجاربه وجود آثار للضغط النفسي على العمليات الفسيولوجية العضوية، حيث قدم سيلاي نموذجا من ثلاث خطوات تتضمنها الاستجابة للضغط النفسي أطلق عليها اسم متلازمة الكيف العام بوري سيلاي أن الضغط النفسي استجابة تتكون من ثلاث مراحل:

7-1- مرحلة التحذير أو الصدمة:

وفيها تنشط العضوية لمواجهة التهديد وتقوم بإفراز الهرمونات ويتسارع النبض والتنفس، ويصبح فيها الشخص في حالة متأهبة واستعداد للمواجهة أو الهرب، حيث تمثل هذه المرحلة في ردة فعل هي بمثابة الإنذار وتتجلى بتحريك قدرات الجسم للتصدي للعوامل الضاغطة. **(محمد أحمد النابلسي وآخرون، 1991، ص182).**

7-2- مرحلة المقاومة:

حيث تعمل العضوية على مقاومة التهديد وكلما زادت حالة الضغط انتقل الفرد إلى مرحلة المقاومة وفيها يشعر الفرد بالقلق والتوتر والإعياء مما يشير إلى مقاومة الفرد للضغط وقد يترتب على هذه المقاومة وقوع حوادث وضعف القرارات المتخذة والمعرضة للأمراض خلال هذه المرحلة، و ذلك لأن الفرد لا يستطيع أن يسيطر على الموقف بأحكام.

7-3- مرحلة الإنهاك:

الفشل في التغلب على التهديد واستمرار الضغط النفسي لفترة طويلة مما ينجم عنه استهلاك العضوية لمصادرها الفسيولوجية مما يؤدي إلى الانهيار الجسمي أو الانفعالي، فعندما تنهار المقاومة يحل الإرهاق وتظهر الأمراض المرتبطة بالإجهاد مثل القرحة المعدية، الصداع، ارتفاع ضغط الدم والأخطار التي تشكل تهديدا مباشر للفرد والمنظمة على السواء، ويفسر "HEBB " الضغط النفسي بطريقة أخرى تبين أن الفرد يعمل تحت ظروف خارجة عن إرادته في التحكم فيها فيصبح قلقا، ضعيف التركيز ، فيقل أيضا أداؤه عن المتوقع وهنا يصل لحالة الانهيار النفسي.

8- أبعاد الضغوط النفسية:

8-1- الأبعاد الخارجية للضغط:

- **البيئة الطبيعية:** حيث يوجد في البيئة الطبيعية ضغوطا لما تحويه من ضغوط الغلاف الجوي ودرجة الحرارة والبرودة، والتضاريس صحراء جبال شح الموارد الطبيعية، والكوارث الكونية، وأيضا الضغط السكاني في القرى والأحياء الشعبية وازدحام السكان، وقلة الخدمات، وضغوط ضيق السكن، وقلة عدد الحجرات في المنزل، وضعف الإضاءة .... الخ.

- **البيئة الاجتماعية:** توجد ضغوط التشكيلات والوصفيات والتفاوت الحضري، و صراع الأجيال، واختلاف الميول والاتجاهات، وصراع القيم، وفقدان أو موت شخص عزيز، وكذلك الحوادث السارة يمكن أن تكون مصدر للضغوط حيث تؤدي إلى تغير الحياة، وتتطلب إعادة التوافق الثابت، كما أن التغيرات الحادة، تجعل التوافق صعبة وتنتج الضغوط.

(الرشيدي هارون، 1999، ص 4).

- **الوضع الاقتصادي:** تتمثل الضغوط في البطالة، وانخفاض الإنتاج، وعلم عدالة توزيع النتائج القومي، والتفاوت الطبقي، حيث يكون معنى الضغط هنا التباين بين المتطلبات التي ينبغي أن يؤديها الفرد، وقدرته على الاستجابة لها، كما أنها الشعور بالوطنية و العبء، وعدم الرضا الناتج من عدم التوافق مع الأوضاع الاقتصادية. **(جودة سرية، 2004، ص 14).**

- **الوضع السياسي:** تنشأ الضغوط من عدم الرضا عن نظام الحكم، والصراعات السياسية والصراعات النقابية، ودم أهلية النظام الحاكم، وضغط الحكم بالنسبة للحاكم، ويكون تعريف الضغط هنا على أنه، عدم الرضا، والشعور بالوطأة الناتج عن عدم التكيف مع الأوضاع السياسية القائمة.

- **الضغوط المهنية:** يكون منشؤها مهنة الفرد وما يقوم به من عمل، مثل الشقاق مع الزملاء وضغوط قواعد العمل، وعدم الرضا عن المركز الوظيفي، والمرتب، والترقية،

والتمييز غير المبرر ومجموعة الصعوبات المباشرة وغير المباشرة التي يواجهها الفرد في مهنته وعمله.

- **الضغوط المدرسية:** وتتمثل في ضغوط المناهج الدراسية والامتحانات والعقوبات والقواعد المنزلية، وضغط الزملاء، وازدحام الفصول، والنشاط المدرسي، والواجبات المنزلية، وما يتوقعه الأهل من التلميذ في المناخ المدرسي، والشعور بالوطأة والعبء بصفة عامة.

- **المستوى الاجتماعي:** حيث تتشكل الضغوط وتختلف من حيث تشدها وترتبها ومصدرها طبقا للوسط الاجتماعي الذي تنشأ فيه، فما يمثل ضغطا في الطبقات العليا قد لا يكون كذلك في الطبقات الوسطى والدنيا، ويأتي الفقر في مقدمة ضغوط الطبقات الدنيا، بينما هو لا يعد كذلك في الطبقات العليا، ولقد أثبتت الدراسات أن أفراد الطبقات الدنيا أكثر تأثير من أفراد الطبقات العليا الضغوط. **(الرشيدي هارون، 1999، ص 5-6).**

8-2- الأبعاد الداخلية: يمكن أن ينشأ الضغط من عوامل فردية "ذاتية" وهي إما أن تكون جسمية أو نفسية.

- **الضغوط الجسمية:** حيث تنشأ هذه الضغوط من اختلالات بنية الجسم، والتعوق في أحد أعطائه، وقصور في الوظائف البيولوجية، والاضطرابات الهرمونية، وما يصيب الجهاز الدوري والنفسي من أمراض، فلقد استخدم سيلي (H.Style) مفهوم الضغوط ليشير على العدوان الفوز في المباشر على الجسم، كما أنه الاستجابة النوعية التي يقوم بها الجسم نحو خطر ما.

- **الضغوط المعرفية:** تكون هذه الضغوط في جوانب معرفية عقلية فتكون من التشوه الإدراكي والاختلالات الوظيفية العقلية مثل: القصور في التفكير والاستنتاج، والتذكر.

- **الضغوط النفسية:** عندما يكون الإنسان في حالة صراع أو قلق، وشعور بالإحباط وعدم توافق وتكيف نفسي. **(الرشيدي هارون، 1999، ص 6-7).**

9- آثار الضغط النفسي:

9-1- الأثار الصحية:

- **الصداع:** يعتبر مرض الصداع واحد من أهم الأمراض وأكثرها شيوعا لدى الأشخاص المعرضين للضغط، إذ أنه ينشا عن عوامل نفسية تؤدي إلى اضطرابات في الجهاز الدوري، للفرد وتقود بدورها إلى الصداع، وذلك أن الشخص الذي يصاب بالصداع بصفة مستمرة غالبا ما تحدث أن تجتمع عليه وتتراكم مجموعة من الضغوط لا يستطيع تحملها، وحينئذ تؤثر هذه الضغوط على الأوعية الدموية في الرأس، فتمتد وتؤدي إلى توتر عضلات الوجه والرأس وينتج ألم الصداع. **(عبد الرحمان أحمد محمد بن هيجان، 1998، ص220).**

- **أمراض القلب:** إن الأسباب الأكثر توترا لهذه الأمراض هي: ارتفاع ضغط الدم، الإفراط في تعاطي المخدرات، وكذا زيادة الكلسترول ومعلوم أن المشاكل القلبية قد تؤدي إلى إحداث سكتة الناجمة عن تراكم الدهون في الشرايين القلبية، يستجيبون للضغوط بعدوانية، وقد يكون الحال نفسها بالنسبة للذين أو اللواتي يخضعون إلى التزامات كبيرة على مستوي المردود في عملهم. **(الهاشمي لوكيا وآخرون، 2001، ص 33).**

- **اضطرابات الجهاز العصبي:** هناك صلة وثيقة بين الجهاز العصبي والجهاز المناعي حيث يتألف الثاني من جملة الخلايا والأجسام المضادة والكريات البيضاء المكلفة بحماية العضوية لما اعتداءات والهجمات البكتيرية الخبيثة والميكروبية، وذلك ضد كل نمو غير سليم لخلايا الجسم " بعض أشكال السرطان".

لهذا يسكن فهم ما ينجر عن أي اضطراب في الجهاز العصبي من خسائر في الجهاز المناعي، وقد أكدت بعض الدراسات أن هذه القابلية المسبقة للمرض تنمو وتطوره، على الخصوص لدى الأفراد الذين يملكون إمكانية ضئيلة لممارسة الإدارية والتحكم في حياتهم.

- **الاضطرابات الصغيرة:** يشعر كل من الشعور المستمر بالتعب، الإصابة بالشقيقة وبالخصوص الميل إلى الأرق وأعراض مصادفة كثيرا للضغط على مستوى الجسد وكذا السلوك. **(الهاشمي لوكيا، 2001، ص 34).**

- **اضطرابات الجهاز الهضمي:** تعتبر من الاضطرابات المألوفة بالنسبة لكثير من الأشخاص الذين يعانون ضغوط العمل، وذلك على اعتبار أن هذه الاضطرابات تمثل رد فعل جسم الفرد اتجاه هذه الضغوط، هذه الاضطرابات غالبا ما تشمل قرحة المعدة، وقرحة القولون، والسمنة. **(عبد الرحمان أحمد محمد هيجان، 1998، ص 224).**

- **ارتفاع الضغط:** هو أحد الأمراض السيكوسوماتية الناجمة عن استمرار التوتر واحتسابه وعجز الفرد عن مواجهة وحل هذا التوتر، فيؤدي إلى خلل في النشاط الهرموني للجهاز الغدي وبالتالي يؤدي إلى تغيير في كيمياء الدم في الجسم.

(فرج عبد القادر طه وآخرون، ب ت، ص 221).

- **الاضطرابات الجلدية:** من الصب أن نفكر أحيانا في لجلك كجهاز مستقل عن الجسم قادر على الاستجابة للضغوط لكن وظيفة المعقدة وأعصاب التحكم الموجودة فيه تجعله جهاز استجابة حساس للضغوط لكن وضعه المكشوف في الجسم يجعله نافذة ملائمة للتعبير عن القلق والانفعالات التي بيديها الفرد. **(عبد الرحمان احمد محمد هيجان، 1998، ص 23).** - **الاضطراب التنفسية:** إن حالات الضغط الشديدة تؤدي إلى التقلص الممرات الهوائية الموصلة للرئتين، وهذا ما يعوق تنفس الفرد الذي يسجل pneumograph ويمكن قياس مدى تأثير الضغط على الجهاز التنفسي بواسطة جهاز عملية التنفس ومدى عمقها والنمط الذي تتخذه. **(عبد الرحمان العيسوي، 1992، ص 96).**

كما يؤدي الضغط على مستوى الجهاز التنفسي إلى ارتفاع نسبة استهلال الأكسيجين والتي تتم بصعوبة كبيرة. **(Robert Andrirnet, 1974, p112).**

9-2- الآثار النفسية:

نظرا لكون الجسم كنظام متكامل فإن أي خلل جسمي من شأنه التأثير على الجانب العقلي أو النفسي فالفرد الواقع تحت الضغوط يوسف بأنه سريع التحول في مزاجه وانفعالاته، لديه تقدير منخفض للذات، غير راض عن عمله، يتبنى اتجاهات سلبية نحو عمله، ومن أهم هذه العواقب النفسية هي:

- **القلق:** وهو حالة من الحالات التوتر المرتبطة بالفهم والإحساس بالذنب وعدم الأمان والحاجة المستمرة إلى إعادة الطمأنينة إلى النفس، ويكون مرتبطا بأعراض مرضية جسدية نفسية مثل: التنفس الزائد على الحد، صعوبة التنفس، والاضطرابات المعدية، وارتفاع ضغط الدم، ويعد الأرق مؤشرا يعدل عليه في تشخيص حالات القلق.

(جيرمي سترا نكس، 2003، ص 199).

فالقلق يعتبر نذيرا بالخطر الذي يهدد أمن وسلامة الفرد النفسية وتقديره لذاته كما يتهدد إحساسه بالسعادة والرضا، إذ هو حالة ناجمة عن الخوف. **(Ander Legrill, 1955, p478)**

كما يعتبر واحد من الاستجابات الأكثر شيوعا لدى الأفراد اللذين يعانون من ضغوط العمل، ويمكن وضعها أنها حالة الفعالية غير سارة تستشيرها مواقف ضاغطة وترتبط بمشاعر ذاتية من التوتر والخوف، وهي وسيلة يمكن الفرد من التعبير عن غرائزه السكينة والمشاعر الضاغطة. **(Elliot Jalquzes, 1955, p478)**

- **الاكتئاب:** يعتبر الكتاب من أكثر الظواهر النفسية انتشارا ونستطيع القول أن أي واحد منا قد يتملكه في وقت من الأوقات شعور بالخوف أو ضيق، أو أننا نشعر أحيانا باضطراب يمنعنا من محاربة أنشطة الحياة المعتادة كالعمل وتناول الطعام والنوم وزيادة الأصدقاء، وكل هذه المعلومات هي في الغالب دلالة على الاكتئاب النفسي.

فالاكتئاب استجابة نفسية تتركها ضغوط العمل على الفرد، ذلك أنه عندما تزداد حدة الضغوط على الأفراد داخل بيئة العمل فإن البعض منهم لا يستطيع مواجهتها والتكيف معها

بطريقة ملائمة مما قد يؤدي به إلى الاكتئاب ويصبح الفرد في هذه الحالة عرضة: للحزن، وتوتر الأعصاب، والشعور باليأس، وقلة النشاط، وتناقص الاهتمام بالعمل، والعجز عن القيام بأي عمل، وذلك بسبب عدم الثقة في النفس وانعدام القدرة على التركيز.

(عبد الرحمان أحمد بن هيجان، 1998، ص 141).

- **الإحباط:** ويعرف بأنه حالة من الحزن لا توجد بينها علاقة وبين التطوير المنطقي للأحداث، وقد يكون الشكل المتوسط من أشكال الإحباط نتيجة مباشرة لحدوث أزمة في علاقات العمل وقد تتخذ الأشكال الخطيرة من الإحباط شكل اضطرابات كيميائية حيوية وقد يؤدي الشكل المفرط من أشكال الإحباط إلى الانتحار ومن التعريفات الأخرى للإحباط إنه حالة مزاجية تتميز بالإحساس بالاكتئاب ووهن العزيمة والتغيرات الأخرى المزاجية مثل الإحساس باليل والذنب. **(جيرمي سترانكي، 2003، ص 199).**

- **الاحتراق النفسي:** هناك اختلاف ملحوظ في التعريفات من ناحية الباحثين الذين يتناولون هذا المفهوم، ويصح التعبير أكثر وضوحا عندما يستند الشخص على التعريف الوارد في القاموس وتفصيلاته في البحوث حيث يشير التعبير إلى التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات والسلوك كرد فعل الضغط العمل. **(حمدي ياسين وآخرون، 1999، ص 177).**

- **الانهيار العصبي:** وهو ألم نفسي مصحوب بالعجز ومشاعر عدم تقدير الذات ونقص في النشاط النفسي والجسمي ويؤثر الانهيار على النشاط بصفة عامة والوظائف العقلية كالذاكرة والانتهاء بصفة خاصة **(Cortes élasticité, 1974, p442)**

وقد جرت العادة على تصنيف الانهيار كمرض نفسي بحد ذاته، ولكن تنوع الأساليب الكامنة وراء الحالات الانهيارية تجعلنا ميالين لاعتباره واحد من المظاهر المرضية التي يمكنها أن ترافق عددا من الاضطرابات النفسية أو الجسدية أو الكيميائية، ويمكن تلخيص مظاهر الانهيار على النحو التالي:

- اضطراب التفكير: انخفاض القدرة على التخيل انخفاض الذاكرة والقدرة على التركيز.

- الإجهاد النفسي الحركي: قلة الكلام مع انخفاض الصوت، تباطؤ حركي.

- مظاهر متنوعة تتمحور حول الرأس، والإحباط مشاعر الكتب...الخ.

مع أن هذه المظاهر ليست بالثابتة وليس من الضروري أن تظهر لدى جميع مرضي الانهيار، حيث أن هناك نوع من الانهيار يسمى بالانهيار المقنع وهو انهيار يتجلى بمظاهر جسدية كالإجهاد أكثر من تهنيه بالمظاهر النفسية.

9-3- الآثار السلوكية:

حينما يتجاوز الضغط المستويات المعادية أو المألوفة، تظهر ردود فعل سلوكية أهمها تعاطي الكحول اضطرابات عادات الأكل والشرب واضطرابات النوم وتعاطي المخدرات.

(موسوعة علم النفس والتربية، 2001، ص65).

10- إستراتيجية التعامل مع الضغوط النفسية:

الضغوط النفسية كانت من العمل أو من البشر عموما تؤثر على الأعصاب وبذلك تدمر الصحة، لذا و علينا متحولة التقليل و التخلص من تلك الضغوط و نتعلم كيف نتعامل معها وتحولها إلى صالحنا كما يلي:

- تعلم كيف تجابه الضغوط من البشر وتصمد أمامها و تفكر في تحليلها التحليل العلمي والعملي لتحولها لمصلحة نفسك.

- أعط نفسك الراحة التامة والهدوء.

- الإقلاع عن الشعور العدواني وتعلم طرق جديدة للتغلب على الغضب والغيرة.

(عبد الفتاح محمد سيد الخوجا، 2001، ص 100).

- تناول بعض الأطعمة التي تكافح الضغط النفسي (الخبز الكامل، البرتقال، السمك...)

(سمير شيخاني، 2003، ص 45).

– التركيز على تناول أطعمة غنية بالبوتاسيوم حيث أثبتت العديد من الدراسات أن البعض النقص في عنصر بالبوتاسيوم في الدم يؤدي إلى ظهور الانفعال الزائد ومن أهم مصادر بالبوتاسيوم ، الأسماك ومنتجات الألبان، البقوليات، اللحوم الحمراء، المسكرات، الموز، البطاطا والحزر.

– التركيز على تناول أغذية غنية بمادة السير وتين العصبية داخله وربطها بالمخ وأيضا تساعد على النوم.

– الإكثار من شرب الماء بمعدل أكواب يوميا لأن قلة السوائل وجفاف الجسم من السوائل يؤدي الى الشعور بالإرهاق والتعب والضغط النفسي. **(www.altibbi.com/510)**

– العلاج بالتنفس السليم لأن التنفس وسيلة فعالة لإزالة التوتر وإعادة التوازن.

(أكرم عثمان، 2002، ص 104).

– العلاج بالنوم لتأهيل القوة الجسدية والعقلية والنفسية. **(فاديا عبدوش، 2002، ص 96).**

11– النظريات المفسرة للضغط النفسي:

11–1– نظرية تناذر التكيف:

وقد شرح في كتابه "Hans selye" 1907–1982 يؤكد بها الطبيب الكندي الأصل ضغوط الحياة الذي ألفه سنة 1956 عندما كان طالبا في كلية الطب والذي تحدث فيه عن جملة أعراض التكيف وهي مجموعة من الأعراض والتغيرات التي تحدث عندما يتعرض الكائن الحي للضغوط شديدة من أجل تحقيق نوع من التوافق بين الكائن والبيئة الضاغطة وتتكون هذه الأعراض حسب سيلاي من ثلاث مراحل هي:

– **مرحلة الإنذار**: تتمثل هذه المرحلة استعداد الجسم لمقاومة مصدر توالد الضغط.

– **مرحلة المقاومة:** بتمثل هذه المرحلة في تطبيق آليات التعامل أو المجابهة المختلفة بهدف الوصول إلى مستوى التكيف المقبول.

- **مرحلة الإنهاك:** وفيها يتم صرف كل الوسائل الدفاعية والكيفية والمدخرة وعليه فإن خلية المقاومة تنهار ويظهر الضغط الشديد أو الفشل الفسيولوجي وبالتالي يصبح الجسم غير قادر على المقاومة كما يصبح سريع التأثر بالأمراض. **(Norberts sillamy, 1998, P 293)**

أما عن عوامل الضغط فترجعها هذه النظرية إلى ثلاث عوامل هي:

- **عوامل الضغط الجسدي:** مثل الأحداث المزعجة، الحوادث والآلام الجسدية ... الخ
- **عوامل الضغط النفسي:** مثل القلق، الأفعال، المخاوف بأنواعها الإرهاق الفكري.
- **عوامل الضغط الاجتماعية:** مثل الصراعات المهنية، والعلاقات الاجتماعية البيئة والعزلة.

(محمد أحمد النابلسي وآخرين،1991، ص 258).

2-11- النظرية السلوكية:

توضح هذه النظرية أن أهم المحددات للخلل الوظيفي البيولوجي أو الوظيفي، الإنجاح وهو الاستجابة الخاصة للعضو، المواقف الانفعالية التي سيقي تعلمها، وتؤمن هذه النظرية أنه كنتيجة للارتباط بين الموقف الانفعالي واستجابة عضو خاص، يشير أي موقف ضاغط جديد استجابة لدى نفس العضو وعنما يتكرر هذا الموقف لدرجة كافية وشديدة يظهر الخلل الوظيفي أو الإنجاح في هذا العضو، وقد أخذ أصحاب النظرية السلوكية يستخدمون مبدأ التعليم والتغذية الرجعية لشرح تأثير العوامل السيكولوجية على العقل الجسمية.

ويعتبر Megrath أول من صاغ نموذجا في هذا المجال و أسماه تعوج العمليات ويهتم هذا النموذج بالعمليات التي تحدث أثناء مواجهة أو استجابة الفرد لمصدر مضغط ويرى Megrath وبعض العلماء أن الموقف المجهد أو الضاغط أربع مراحل تشكل حلقة مغلقة.

- المرحلة (1) تربط بين أ و ب وتسمى بعملية التقويم المعرفي.
- المرحلة (2) تربط بين ب و ج وتسمي بعملية اتخاذ القرارات.

- المرحلة (3) تربط بين ج و د وتسمى بعملية الأداء.

- المرحلة (4) تكون بين السلوك والموقف وتسمى بعملية الحصيلة أو النتائج.

ويبرهن شواردز أن دوائر التغذية الرجعية هي الأساسي لكل عمليات الجسم المرتبطة بالاستجابة الأولية للجسم حينما يستقبل تهديدا، وتكون نتيجة هذا النشاط زيادة ضغط الدم، زيادة ضربات القلب، زيادة مستوى السكر في الدم، مما يهيئ للجسم بكل استعداداته الفسيولوجية للهجوم أو الهروب، وعلى أي حال حينما ترتفع ضربات القلب ويزداد ضغط الدم إلى مستوى معين تصل الإشارات للمخ لإيقاف نشاط العمليات الفسيولوجية.

(الهاشمي لوكيا وآخرون، 2002، ص7).

11-3- النظرية الاجتماعية البينية:

ظهرت هذه النظرية نتيجة لدراسات عديدة قام بها معهد البحوث الاجتماعية بجامعة ميتشغان، والهدف منه هو توفير إطار نظري للبحث في تأثير العمل على الصحة.

(عمار الطيب كشرود، 1995، ص 320).

ولقد استعمله العديد من الباحثين كأساس للاستعمال في دراسات متعلقة بالضغط والعمل وقد تمت صياغة هذه النظرية من قبل Frensh Kan حيث يعتبر من رواد هذه النظرية وقد سماها سنة 1962 نموذجا، أسماء بالنموذج الاجتماعي- البيئي للضغط.

ويمثل الضغط هنا كعلامات شاملة لمجموعة من الظواهر والعمليات التي تحتوي على ستة أقسام مرتبطة بعوامل سببية، ففئات العلاقات والفرضيات موضحة بواسطة أسهم تدل على اتجاهات سببية.

وترى المدرسة الظواهرية الأمريكية والتي تهتم بدراسة العوامل الاجتماعية والتي يعتبرونها الأصل في الإصابة بأي مرض لأنها تمثل ضغوطا كبيرة على الفرد، وهذا ما يؤدي إلى الإصابة بالمرض العقلي. **(Plusieurs auteurs, 1991, p 757)**

تفسير المشاكل المختارة التي تتعلق بعلم النفس "Mechanic" ولقد حاول مكانيك الاجتماعي التكيفي، ويعرف مكانيك الضغط على أنه استجابات غير مريحة يقوم بها الفرد في مواقف معينة وبأنه بغض النظر يواصل موضحا عما إذا كان الموقف ضاغطا أم لا فإن الاستجابات لهذا الموقف الضاغط توقف على أربعة عوامل هي:

- طاقة وقدرة الفرد.
- المهارات والمحاولات الناتجة من التطبيقات الجماعية والتقليدية.
- الوسائل المعطاة للفرد من قبل البنية الاجتماعية.
- المعايير التي تحدد أين وكيف يستعمل الفرد هذه العوامل أو الوسائل.
- فعندما يشعر الأفراد بأنهم ليسوا مستعدين لمواجهة الموقف المضغط فإنهم يمرون بخبرة تشعل في عدم الراحة المفرطة، وتنتج تلك المشاعر من فقدان المعلومات الملائمة والمهارات ومن جهل الفرد بالموقف أو الخصائص الشخصية المعينة للفرد مثل: انخفاض الثقة بالنفس، وبصفة عامة فإن الأفراد الذين لديهم مهارات واستعدادات أكثر من غيرهم تكون لهم القدرة على مباشرة العمل بثقة تامة أفضل من غيرهم ممن لا يملكون هذه الخصائص.

11-4- نظرية التحليل النفسي:

اهتم المحللون النفسيون بالاضطرابات السيكوسوماتية وقدموا نظريتهم في التحليل النفسي التي ركزت على مراحل النمو لتقدم تغيرات لكل اضطراب من الاضطرابات السيكوسوماتية وقد قدم " Alexander" سنة 1950 عدة بحوث في هذا الميدان، ويرى بأن التوترات والشدائد في نظام واحد لها نتائج وعواقب مرضية تعود على النظم والأجهزة الأخرى في الجسم.

وحسب "Alexander " فإن القلق والخوف اللذين يحدثان نتيجة لصراعات حادة في حياة الإنسان يمكن أن يعبر عنها ليس فقط عن طريق مشاعر ذاتية بعدم الراحة بل أيضا

عن طريق تغيرات في العمليات الفيزيولوجية وعندما تكون استجابات الجسم لمصادر توالد الضغط غير مناسبة أو ملائمة فإنه قد تظهر تلك العمليات الفسيولوجية الأساسية التي يمكنها أن تشمل في عدد الكريات الحمراء داخل الجسم وزيادة في إفراز الأدرينالين وكذلك زيادة في كمية سكر الدم.

السيكوسوماتية من وجهة نظر التحليل النفسي تصف اضطرابات فيزيولوجية معينة ناتجة عن حالات انفعالية معينة.

– **زيادة ضغط الدم:** يعاني الفرد من الشعور بالتهديد المستمر وكبت الغيظ وعدم الشعور بالأمن مما يؤدي بالقلق والعدوان.

– **الصداع النصفي:** يعاني الفرد من الرغبة الجامحة والملحة في الوصول إلى حد الكمال وبذل المجهود ولا يرضى إلا إذا تحققت أهدافه بدرجة عالية.

– **الالتهابات الجلدية:** يشعر الفرد بالصراع المتضمن العدوان على الآخرين والشعور بتخلي الآخرين عنه ومعاملتهم الغير عائلة والشعور الشديد بالثقب وعدم الأهلية مع تقديره المنخفض لذاته. **(كامل محمد محمد عويضه، 1996، ص 71).**

– **قرحة المعدة:** وإن أساس هذه القرحة يعود إلى الوقت الذي كان يواجه فيه الطفل المشاكل المتعلقة بعملية التغذية، وسلوك الأم الرافض الذي خلق مواقف انفعالية مؤلمة لدى الطفل، ورغبة الطفل في الاستقلال في الوقت الذي رفض فيه عجزه ضرورة الاعتماد على الأم، ويبدأ يظهر الصراع بين الاعتماد والاستقلال في مراحل النمو الأولى ويستمر ذلك إلى الكبير ومن هنا تظهر قرحة المعدة.

– **قرحة القولون:** يعود أساسها إلى عملية التدريب على النظافة في الصغر، والمواقف الانفعالية التي صاحبت هذه الفترة نتيجة أوامر الوالدين المتشددة لتنظيم عملية التحكم في الإخراج والتي كانت فوق طاقة الطفل مما أدي برغبة الطفل في عقاب الطفل، وخاصة عقاب العضو المذنب من جسمه وهو الأمعاء. **(كامل محمد محمد عويضه، 1991، ص 90).**

- **الربو الشعبي:** ويرجع أساس الربو إلى حياة الطفل الأولى، فالطفل يدرك ويقدر اعتماده علي الوالدين وعلى الأقل على الأم كي يعيش، لكن الطفل يلاحظ فتور عواطف الأم أحيانا يقاسي من رفضها لبعض مطالبه مما ينمي إليه اتجاها عدائيا نحوها لكن خوف الطفل من رد الأم على هذا العداء بالهجر والنبذ فإنه يخاف من التعبير عنه مباشرة وبصوت عال ويلج إلى الأسلوب الغير مباشر الذي يظهر في صورة أنين المصاحبة لصعوبات التنفس في الربو الشعبي.

وفي سنة 1966 قام "Lazarus" بصياغة نموذج سماء النموذج النفسي للضغط وفيه أوضح بأنه لكي يكون الموقف أو الحدث مجتهدا يجب أن ندرك أولا بأنه كذلك بمعنى أن الأساس في نظرية "Lazarus" هو أن الاستجابة للضغط تحدث فقط عندما يقيم الفرد موقفه الحالي على أنه مجهد، وقد توصل لازاريس إلى هذه النتيجة بعد قيام بعديد من الدراسات.

(عمار كشمرود، 1995، ص322).

خلاصة الفصل:

من خلال هذا الفصل تطرقنا للضغط النفسي حاولنا جاهدين إبراز أهم الجوانب الملمة بالضغط النفسي ونستنتج أن الضغوط هي الحالة التي يدركها الفرد الذي يتعرض إلى ظروف معينة، وعلى الرغم مما تسببه الضغوط من آثار سلبية، فإنها ليست جميعها شيئا ضارا أو حالة مرضية، بل قد تكون حالة صحية دافعة السلوك الجيد وللنجاح وحافزا على الانجاز.

.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع
الجانب الميداني للدراسة

1- تمهيد:

إن لأي دراسة علمية كانت مجموعة من الإجراءات الواجب اتباعها بحيث لا يمكن الوصول إلى نتائج ذات مصداقية علمية، إلا بإتباع إجراءات منهجية مضبوطة ومدروسة بدقة، وخطوات علمية صحيحة تتفق مع مقتضيات التحرير العلمي، فوضوح المنهج وما يبنى في إطاره من تصميم محكم، وتجانس العينة، وسلامة طرق تحديدها وحصرها، ومناسبة أدوات البحث للمتغيرات المدروسة، ما هي إلا وسائل تساعد الباحث للوصول إلى نتائج ذات قيمة علمية، وهذا ما نحاول مراعاته من خلال هذه الدراسة، فقد حرص الباحث على إتباع خطوات منهجية صحيحة، مع تتبع إجراءات منظمة ومتسلسلة، لإخراج الدراسة في أسمى شكل ومضمون ممكن.

2- منهج الدراسة:

يعد منهج البحث عنصرا رئيسيا من عناصر البحث العلمي، نظرا لأنه يفيد في تحديد الطريقة التي سيسلكها الباحث في جمع البيانات وتحليلها ومناقشتها وتفسيرها، ويفيد أيضا في الحكم على جودة البحث **(مساعد النوح، 2004، ص121)**.

ولقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي في البحث كونه سيتناول المناعة النفسية وعلاقتها بقلق الموت حيث يعبر عن هذه المتغيرات كماً وكيفاً، فهو أسلوب من أساليب البحث الذي يدرس الظاهرة دراسة كيفية توضح خصائصها ودراسة كمية توضح حجمها وتغيراتها **(عطوي جودت،2007، ص173)**

ويعد المنهج الوصفي أكثر المناهج شيوعا وانتشارا واستخداما في الدراسات التربوية والنفسية بصفة خاصة والاجتماعية بصفة عامة، ويركز على ما هو كائن في وصفه وتفسيره للظاهرة موضوع البحث، ويعبر المنهج الوصفي عن جمع البيانات بنوعيها الكيفي والكمي حول الظاهرة محل الدراسة من أجل تحليلها وتفسيرها لاستخلاص النتائج لمعرفة طبيعتها وخصائصها، وتحديد العلاقات بين عناصرها وبينها وبين الظواهر الأخرى والوصول إلى تعميمات **(حسن محمد عبد الباسط، 1990، ص198)**.

2. مجتمع وعينة الدراسة

لقد أصبحت العينات أساسا في الكثير من الدراسات النظرية والعلمية، حيث يعتمد عليها الباحثون كونها توفر الكثير من الوقت والجهد والمال. وقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على مجموعة من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي بلغ عددهم 90 حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية

عينة الدراسة

تعريف العينة :هي مجتمع الدراسة التي تجمع منه البيانات الميدانية فالعينة هي جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي ثم تعمم الد ا رسة على المجتمع كله

(رشيد زرواتي، 2002 ، ص191)

الجدول(09): يوضح خصائص العينة حسب مؤشر نوع الجنس:

الجنس	التكرار	النسبة المئوية%
ذكر	25	**%13.88**
أنثى	65	**%36.11**
المجموع	**90**	**%100**

من خلال الجدول المبين اعلاه الذي يتناول مؤشر الجنس نجد أن نسبة أفراد العينة من الاناث اكثر من نسبة أفراد العينة من الذكور حيث تقدر الأولى بنسبة 36.11%، وتمثل الثانية نسبة 13.88% من إجمالي أفراد العينة.

3. أدوات الدراسة :

قصد الوصول إلى حلول اشكالية البحث المطروحة وللتحقق من صحة فرضيات البحث، لزم اتباع أنجع الطرق وذلك من خلال الدراسة والتفحص، حيث اعتمدنا في دراستنا الحالية على مقياس الضغوط النفسية

صدق وثبات أداة الدراسة

المقياس الأول:

2-1-ثبات وصدق مقياس الضغط: :

الجدول رقم (01): اختبار ألفا كرومباخ لمقياس

الرقم	المتغير	عدد العبارات	ألفا كرومباخ
01	**المحور الأول**	07	0.85
02	**المحور الثاني**	06	0.67
03	**المحور الثالث**	07	0.62
الكلي		20	0.81

حساب الصدق لمقياس الصدق التمييزي عن طريق المقارنة الطرفية بين الذين تحصلوا على الدرجات العليا (الثلث الأعلى) والذين تحصلوا على الدرجات المنخفضة (الثلث الأدنى) في المقياس، وبعد ذلك تم حساب الفروق بين متوسطي المجموعتين بتطبيق اختبار " ت " ونتائج الجدول تمثل ذلك

جدول رقم (02): يمثل قيمة "ت" لدلالة الفروق بين الثلث الأعلى والثلث الأدنى لمقياس قلق الموت

العبارات	العبارات	الدرجة الكلية للمحور	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 1	العبارة5	0.562**	0.759**
العبارة 2	العبارة6	0.808**	0.792**
العبارة 3	العبارة7	0.787**	0.762**
العبارة 4	العبارة5	0.360**	

تعليق:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكمية للمحور الثاني (ضغوط البيئة)بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الثاني مع الدرجة الكمية لو ككل كميا دالة إحصائيا فمنيا ما هو دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01=a) وعددها 05 عبارات وهي (9-10-11-12-13) حيث تراوحت قيم الارتباط فيما ما بين (0.75) كأعمى ارتباط كان بين العبارة (11) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0.46) كأدنى ارتباط كان بين العبارة(12) والدرجة الكلية للمحور ككل، أما العبارات الي جاءت دالة عند مستوى الدلالة ألفا (a= 0.05) فقد كانت في العبارة (8)بارتباط قدر ب (0.44)، ومنه يمكن القول بأن المحور الثاني(ضغوط البيئة)صادق ، كما هو موضح في الجدول التالي

العبارات	**الدرجة الكلية للمحور**	**العبارات**	**الدرجة الكلية للمحور**
العبارة 8	**0.447***	**العبارة 12**	**0.465****
العبارة 9	**0.708****	**العبارة13**	**0.578****
العبارة 10	**0.730****	**الارتباط دال عند مستوى الدلالة الفا 0.05***	
العبارة 11	**0.752****	**الارتباط دال عند مستوى الدلالة الفا 0.01****	

الارتباط بين العبارات والدرجة الكمية لمحور ضغوط البيئة

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكمية للمحور الثالث (ضغوط المدرسة)بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الثالث مع الدرجة الكمية له ككل كلها دالة إحصائيا فمنها ما هو دال عند مستوى الدلالة ألفا (a= 0.01) وعددها 05 عبارات وهي (14-17-18-19-20) حيث تتراوح قيم الارتباط فيها مابين (0.81) كأعلى ارتباط كان بين العبارات (19-20) والدرجة الكلية للمحور ككل (0.54) كأدنى ارتباط كان بين العبارة 17 والدرجة الكلية للمحور ككل ، اما العبارات التي جاءت دالة عند مستوى الدلالة ألفا(a= 0.05) فقد كانت في العبارتين (15-17) بارتباط قدر ب (0.45، 0.43) كما هما على الترتيب، ومنه يمكن القول بأن المحور الثالث (ضغوط المدرسة)صادق ، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم 05 يوضح مصفوفة ارتباطات عبا رات مع درجته الكمية للمحور الثالث

العبارات	**الدرجة الكلية للمحور**	**العبارات**	**الدرجة الكلية للمحور**
العبارة 14	**0.588****	**العبارة 18**	**0.754****
العبارة 15	**0.451***	**العبارة19**	**0.481****
العبارة 16	**0.434***	**العبارة 20**	**0.481****

العبارة 17	**0.546****	**الارتباط دال عند مستوى الدلالة الفا 0.05***
		الارتباط دال عند مستوى الدلالة الفا 0.01*

الارتباط بين الدرجات الكمية للمحاور مع الدرجة الكمية للمقياس ككل:

كما تم حساب أو تقدير الارتباطات بين الدرجة الكمية لكل محور مع الدرجة الكمية لمقياس الضغط النفسي حول(المحاور الثلاثة)حيث جاءت كميا دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (a= 0.05) وتراوحت قيم الارتباط فييا ما بين **(0.82)** كأعلى قيمة كانت بين الدرجة الكلية للمحور الأول مع الدرجة الكمية للمقياس ككل، و**(0.67)** كأدنى ارتباط كان بين الدرجة الكمية للمحور الثالث والدرجة الكلية للمقياس، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق كما هو موضح في الجدول التالي:

العبارات	**الدرجة الكلية للمقياس**
المحور 1	**0.821****
المحور 2	**0.726****
المحور 3	**0.679****
الارتباط دال عند مستوى الدالة الفا 0.01**	

كماهو موضح في الجدول التالي:

1-ثبات وصدق مقياس العنف

أ/االثبات

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي ياستخدام الفا كرونباخ . حيث قدرت قيمة المعامل (0.91) ومنه يمكن القول بان هذا المقياس ثابت كما هو موضخ في الجدول التالي :

الجدول رقم 07 يوضح ثبات مقياس أداة الدراسة عن طريق التناسق الداخلي		
	معامل الفا كرونباخ	**عدد العبارات**
	0.910	**20**

ب /الصدق :الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق هذا المقياس بطريقة الاتساق الداخلي، عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس ككل مقد جاءت كل عبا ا رت المقياس دالة إحصائيا فمنيا ما بو دال عند ألفا (a= 0.01) وعددها 19 عبارة، وقد كانت في **العبارات ذات الأرقام (1-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-20) وقد تراوحت فيها قيم الارتباط مابين (0.82) كاعلى ارتباط كان بين العبارة رقم 19 والدرجة الكلية للمقياس ككل و (0.47) كادنى ارتباط كان بين العبارة رقم 03** والدرجة الكلية للمقياس ككل، أما العبا ا رت التي جاءت دالة عند ألفا(a= 0.05) فعددها **01** عبارة واحدة وهي ذات العبارة 02 حيث قدرت فيها قيمة الارتباط ب (0.45) كماهي على الترتيب، وعموم يمكن القول بأن هذا المقياس صادق.

وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

الجدول رقم(08) يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات مع درجته الكلية للمقياس ككل			
العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 01	0.483**	العبارة 11	0.511**
العبارة 02	0.453*	العبارة 12	0.696**
العبارة03	0.471**	العبارة 13	0.640**
العبارة 04	0.566**	العبارة 14	0.667**
العبارة 05	0.570**	العبارة 15	0.578**
العبارة 06	0.631**	العبارة 16	0.726**
العبارة 07	0.657**	العبارة 17	0.572**
العبارة 08	0.608**	. العبارة 18	0.553**
العبارة 09	0.596**	العبارة 19	0.823**
العبارة 10	0.794**	العبارة 20	0.564**
**الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا 0.01			
*الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا0.05			

عرض نتائج الدراسة

عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الاولى

نصت الفرضية الخامسة على: " توجد علاقة ارتباطية ذات دالة إحصائية بين الحاجات الإرشادية والقلق لدى تلاميذ التعليم الثانوي وقد تم التحقق من صحة هذه الفرضية باستخدام اختبار الارتباط بيرسون R وكانت النتائج كما في الجدول التالي:

الجدول رقم (10): يوضح توجد علاقة ذات علاقة احصائية بين ضغوط الأسرة والعنف المدرسي لدى افراد العينة

الجدول رقم 10 يوضح العلاقة بين الاسرة والعنف		
الأسرة		العنف
	معامل الارتباط	7600**
	مستوى الدلالة	0.000
	حجم العينة	90
** الارتباط دال عند (a= 0.01)		

من خلال الجدول رقم 10 أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في الأسرة ودرجاتهم في العنف المدرسي بمغ 0.76 (وهي قيمة مرتفعة وموجبة، وهذا يعني أن الارتباط بين الأسرة والعنف المدرسي هو إرتباط طردي، أي أنو كلما ارتفعت درجات أفراد العينة في الأسرة كلما إرتفعت درجاتهم في العنف المدرسي والعكس صحيح، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ومنه نستطيع القول بأنه لا يمكن قبول الفرض الصفري الذي ينفي وجود ،α=0,01 العلاقة، وبالتالي نتوصل إلى قبول فرضية البحث الأولى والقائمة بوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الأسرة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي" ، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو % 99 مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%

الفرضة الفرعية الثانية:

نصت الفرضية الفرعية الثانية على" :توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين ضغوط البيئة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي"، ومع المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى:

الجدول رقم 14 يوضح العلاقة بين الأسرة والعنف		
البيئة		العنف
	معامل الارتباط	8020**
	مستوى الدلالة	0.000
	حجم العينة	90
** الارتباط دال عند (a= 0.01)		

من خلال الجدول رقم 14 أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في البيئة ودرجاتهم في العنف المدرسي بلغ 0.80 وهي قيمة مرتفعة وموجبة، وهذا يعني أن الارتباط بين البيئة والعنف المدرسي هو ارتباط طردي، أي أنه كلما ارتفعت درجات أفراد العينة فبالبيئة كلما ارتفعت درجاتهم في العنف المدرسي والعكس صحيح، كما أن ،نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا0,01 .

القول بأنه لا يمكن قبول الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي نتوصل إلى قبول فرضية البحث الثانية والقائمة بوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين البيئة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي " ، ونسبة التأكد من ىذه النتيجة هو % 99 مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة1%.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

نصت الفرضية الفرعية الثالثة على" :توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين ضغوط المدرسة والعنف

المدرسي"، لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى:

الجدول رقم 15 يوضح العلاقة بين الاسرة والعنف		
المدرسة		العنف
	معامل الارتباط	7980**
	مستوى الدلالة	0.000
	حجم العينة	90
** الارتباط دال عند (a= 0.01)		

من خلال الجدول رقم 15 أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في المدرسة ودرجاتهم في العنف المدرسي بلغ 0.79 وهي قيمة مرتفعة وموجبة، وهذا يعني أن الارتباط بين المدرسة والعنف المدرسييه ارتباط طردي، أي أنه كلما ارتفعت درجات أفراد العينة في المدرسة كمما إرتفعت درجاتهم في العنف المدرسي والعكس صحيح، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا α=0,01 ومنه نستطيع القول بأنو لا يمكن قبول الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي نتوصل إلى قبول فرضية البحث الثالثة والقائمة بوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين المدرسة والعنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي" ، ونسبة التأكد من .هذه النتيجة هو % 99 مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسة 1%

مناقشة الدراسة على ضوء الفرضيات

تفسير ومناقشة نتائج الدراسة : تم تفسير نتائج الدراسة وفق النتائج المتحصل عليها في الجداول، وبالرجوع إلى الجانب النظري والدراسات السابقة.

أ /مناقشة وتفسير الفرضية الأولى

–لقد كانت الفرضية الأولى تنص عمى:

"توجد علاقة بين ضغوط الأسرة و العنف المدرسي لدى تلاميذ السنة أولى."

وجاءت نتائج الد راسة بعد تحميل البيانات ان قيمة معامل الارتباط يرسبون بين درجات أفراد العينة الدراسة في الأسرة و درجاتيم في العنف المدرسي بلغت 0.76 وهي قيمة مرتفعة موجبة وهذا يعني آن الارتباط بين الآسرة.

العنف المدرسي طرديا اي انه كلما ارتفعت درجات أفراد العينة في ضغوط الأسرة كلما ارتفعت درجاتهم في العنف المدرسي و العكس صحيح كما أن نتيجةهذا الارتباط جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفاa= 0.01

ومنه نستطيع القول انه لا يمكن القبول بالفرص الصغرى الذي ينيي وجود العلاقة .وبالتالي نتوصل إلى قبول فرصة البحث الأولى و القائمة يوجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين ضغوط الأسرة و العنف المدرسي لدى التلاميذ السنة الأولى ثانوي و ىذا أمر منطقي بالنسبة لمتلاميذ الذي يعيش ضغوط أسرية تكون سبب في جنوحو لمعنف و هذا كما تشير إليه الدراسة السابقة دراسة 1983 **sow ZOUK**

ب/مناقشة و تفسير الفرضية الثانية

–لقد كانت الفرضية الثانية تنص على:

"توجد علاقة بين ضغوط البيئية و العنف المدرسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي"

وجاءت نتائج الدراسة بعد التحميل البيانات أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين دراجات أفراد العينة الد راسية في ضغوط البيئة و درجاتهم في العنف المدرسي بلغت 0.80 كما أشار إليو الجدول رقم 13(و هي قيمة مرتفعة و موجبة ،هذا يعني أن)

الارتباط بين ضغوط البيئية و العنف المدرسي هو ارتباط طرديا ، أي انو كلما ارتفعت درجات أفراد العينة في ضغوط البيئة ارتفعت درجاتهم في العنف المدرسي و العكس صحيح ومنو يمكن كما أن نتيجة بذا الارتباط دالة إحصائيا عند مستوي الدلالة ألفا \ 0.01= القول انه لا يمكن القبول بالفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة.

وبالتالي تتوصل إلى قبول فرضية البحث الثانية و القائمة بوجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين ضغوط البيئة و العنف المدرسي لدي تلاميذ السنة الأولى ثانوي ، وهذا أمر جد معقول بالنسبة لمتمميذ الذي يعيش ضغوط في البيئة تكون سببا في تولد العنف لديو وهذا كما تشير إليو الدراسة السابقة. **دراسة آل رشود 2000**

–لقد كانت الفرضية الثالثة تنص على:

"توجد علاقة بين ضغوط المدرسة العنف المدرسي لدي تلاميذ السنة الأولى ثانوي"

وجاءت نتائج الدراسات بعد تحميل البيانات أن قيمة معامل الارتباط برسون بين درجات أفراد العينة الدراسية في ضغوط المد سة ودرجاتهم في العنف المدرسي بلغت كما أشار إليو الجدول رقم15 و هي قيمة مرتفعة موجبة. وهذا يعني أن الارتباط بين ضغوط المدرسة و العنف المدرسي هو ارتباط طرديا، أي انو كلما ارتفعت درجاتيم أفراد العينة في ضغوط المدرسة ارتفعت درجاتيم في العنف المدرسي ،و العكس صحيح ،كما أن نتيجة هذا الارتباط دالة احصائيا عند مستوي الدلالة ألفا0.01=

و منه يمكن القول أن لا يمكن القبول بالفرض الصفر ي الذي ينفي وجود العلاقة ، وبالتالي نتوصل إلى قبول فرضية البحث الثالثة و القائمة بوجود العلاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين ضغوط المدرسية و العنف المدرسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي. **وهذا ماتوافق مع دراسة KNOX1996**

الخاتمة

من خلال ما توصلت اليه الدراسة في الجانب النظري والتطبيقي ومنه نستطيع القول انه لا يمكن القبول بالفرص الصغرى الذي ينيي وجود العلاقة. وبالتالي نتوصل إلى قبول فرصة البحث الأولى و القائمة يوجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين ضغوط الأسرة و العنف المدرسي لدى التلاميذ السنة الأولى ثانوي و هذا أمر منطقي بالنسبة للتلاميذ الذي يعيش ضغوط أسرية تكون سبب في جنوحه لعنف و هذا

قائمة المراجع

. قائمة المراجع

الكتب العربية

1- اسعد يوسف ميخائيل، علم الاضطرابات السلوكية، مؤسسة النوري للطباعة، ب1، 1986، دمشق.

2- اشرف عبد الغني واميمة محمود الشربيني، الصحة النفسية، دار المعارف، بط، 2003، القاهرة.

3- اكرم مصباح عثمان، مستوى الأسرة وعلاقة بالسمات الشخصية والتحصيل الدراسي، دار ابن حزم، ط1، 2002، بيروت، لبنان.

4- الأشول عادل عز الدين، الضغوط النفسية والإرشاد الأسري للأطفال المتخلفين عقليا، ديوان جامعة عين شمس، ط1، القاهرة، مصر.

5- الهاشمي لوكيا وآخرون، الضغط النفسي في العمل، جملة أبحاث نفسية تربوية، 2002.

6- الهاشمي لوكيا و آخرون، الإجهاد لدى المكتئبين، مشروع بحث، ج1، 2003.

7- الرشيدي هارون، الضغوط النفية طبيعتها ونظرياتها برنامج لمساعدة الذات في علاجها، مكتبة الأنجلو المصرية، بط، 1999، القاهرة، مصر.

8- اندرو سيزلاقي مارك جي ولاس، السلوك التنظيمي والأداء، معهد الإدارة العامة، 1991، لندن.

9- جيرمي سترانكس، الصحة والسلامة في العمل، ترجمة -بهاء شهيق- ط1، مجموعة النيل العربية، ب ط، 2003، القاهرة -مصر.

10- حسن فايد، علم النفس العام مؤسسة حورس الدولية ومؤسسة للنشر، ط1، القاهرة - مصر.

11- حمدي ياسين واخرون، علم النفس الصناعي بين النظرية والتطبيق، ط1، دار الكتاب الحديثة، 1999، الكويت.

12- رمضان محمد القدافي، الصحة النفسية والتوافق، المكتب الجامعي الحديث، ط3، 1998، الإسكندرية –مصر.

13- سعد عبد الرحمان، السلوك الأساسي مكتبة الفلاح، ب ط، 1977، الكويت.

14- سامي عبد القويعلي، مقدمة في علم النفس البيولوجي مكتبة النهضة المصرية، ب ط، 1994، القاهرة –مصر.

15- سمير الشيخاني، الضغط النفسي، مدار الفكر العربي، ط1، 2003، لبنان.

16- حمد مصطفى محمد نعاس، الضغوط المهنية وعلاقتها بالصحة النفسية، ط1، 2008.

17- عبيد ماجد بهاء الدين، الضغط النفسي ومشكلاته وآثاره على الصحة النفسية، دار الصفاء، ط1، 2018، عمان.

18- عبد الحميد محمد الشادلي، الصحة النفسية والسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، ط2، 2001، الاسكندرية–مصر.

19- علي عسكر، ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث، ط3، 2003، الكويت.

20- عبد الرحمان بن أحمد هيجان، ضغوط العمل، معهد الإدارة العامية، 1998، الرياض.

21- عبد الرحمان العيسوي، أصول علم النفس الحديث، المكتب العربي الحديث، 1992،الاسكندرية- مصر.

- عبد الفتاح محمد السيد خوجا، علم النفس والعلاج النفسي المعاصر، دار النشر والتوزيع، ط1، 2008.

23- عمار كشرود، علم النفس الصناعي و التنظيمي الحديث مفاهيم و نظريات، مج2، دار الكتاب الوطنية، بنغازي، 1995.

24- قونتانا دافيد، الضغوط النفسية تغلب عليها ابدا الحياة ترجمة حمدي فرماوي ورضا أبو سريع، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر.

25- محمد البسيوني السيد بسيون، ضغوط العمل أثارها وعلاقتها بالأداء المدربين، بط، 1995، الاسكندرية-مصر.

26- محمد احمد النابلسي وآخرون، الصدمة النفسية، دار النهضة العربية، 1991، بيروت.

27- ماهر محمود عمر، سيكولوجيا العلاقات الاجتماعية، دار المعرفة الجامعية، 1992، مصر.

28- كامل محمد محمد عريضة، علم النص الصناعي، دار الكتب العلمية، 1996، مصر.

سوسن شاكر مجيد، العنف والطفولة، دار صفاء للنشر والتوزيع، د.ط، 2008

كمال الدسوقي، علم النفس العقابي، دار المعارف، مصر، د.ط، 1961،

عبد الرحمن العيسوي، سيكولوجية العنف المدرسي والمشاكل السلوكية، دار النهضة العربية، ط1، 200

محمد خضر بن عبد الرحمن، الاغتراب والتطرف نحو العنف، دار غريب للنشر والتوزيع د.ط 1999،

علي عبد الله الغزالة، مواجهة ظاهرة العنف في المدارس والجامعات، دار علم للثقافة للنشر والتوزيع، الاردن،ط1،

2011

بدرة معتصم ميموني، الاضطرابات النفسية للطفل والمراهق، الجزائر، دار المطبوعات الجامعية، ط1، 2006

د.أمينة منير عبد الحميد جادو العنف المدرسي بين الأسرة والمدرسة والإعلام، القاهرة دار السحاب للنشر و التوزيع،ط1، 2005

د.بلقاسم سلاطنة، العنف والفقر في المجتمع الجزائري، دار الفجر للنشر والتوزيع،ط1، 2008

طه عبد العظيم حسين، سيكولوجية العنف العائلي المدرسي، دار الجامعة الجديدة، الاسكندرية، ط12، 2007

المجلات

1- الموسري حسن، الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمة النفسية، المجلة التربوية، ع47، الجلد الثاني عشر، مجلس النشر العلمي، بجامعة الكويت، 1998، الكويت.

2- عمر محمد الخرباشة وأحمد عبد الحليم عربيات، الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقون واستراتيجية التعامل معها، مجلة الاتحاد العربة التربية وعلم النفس، العدد2، المجلد 5، تموز، 2017، الجمعية العلمية الكليات التربوية ص ص، 48، 66.

3- عسكر علي عبدالله احمد، مدى تعرض العاملين لضغوط العمل في بعض المهن الاجتماعية، مجلة العلوم الاجتماعية، العدد 4، مجلد16، الكويت، 1988، ص ص 65-88.

4- محمد لطفي راشد، نحو ايطار شامل لتفسير ضغوط العمل وكيفية مواجهتها، مجلة الادارة العامة، العدد 75، الرياض – السعودية ، ص ص96-95.

5- نصر الدين جابر، الافراز الهرموني النفسي، مجلة العلوم الإنسانية العدد 10، جامعة منتوري، قسنطينة، 1998.

الموسوعات:

1- موسوعة علم النفس الشاملة، ج9 ، بدون ط ، لبنان، 2001.

2- صبيحة عمران شلش، وضائف أعضاء الحيوان، ب ط، دار البحث، قسنطينة، 1984.

المعاجم و القواميس:

1- فرج عبد القادر طه، معجم علم النفس والتحليل النفسي، دار النهضة العربية، بيروت.
2- القاموس العربي الوسيط، دار الراتب الجامعية، ب ط، 1997، لبنان.

الرسائل:

1- الكخن خالد، الضغوط المهنية التي تواجه معلمي مؤسسات التربية الخاصة في الضفة الغربية، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنفرية، 1997، بغداد، العراق.
2- جودة أمال المستوى التوتر النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لذ معلمي مرحلة الثانوية في محافظة غزة، كلية التربية الحكومية، 1998، غزة.
3- جودة سرية، الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي المدرسي لدى ذوي الشهداء في بعض مدارس محافظة غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، 2004، غزة، فلسطين.
4- فردي لخضر، مصادر التوتر النفسي لدى العاملين في المكتبات، رسالة ماجستير، جامعة قسنطينة، 1999.

عل نوح بن عبد الرحمن الشهري، العنف لدى طلاب مرحلة المتوسط في ضوء بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية في مدينة جدة، رسالة منشورات لنيل شهادة الماجيستر في الارشاد النفسي، المملكة العربية السعودية 2009/2008

عبد الرحمان بوزيدة، العنف في ثانوية العاصمة، دراسة مقارنة، رسالة شهادة الماجيستر في علم النفس الاجتماعي، قسم علم الاجتماع، جامعة الجزائر، 2008/2007،

كامل عمران: تأثير العنف المدرسي على شخصية التلميذ في المجتمع، اعمال الملتقى الدولي (9 مارس 2003)، طبع من خلال السنة الجامعية 2003-2004.
طلعة ابراهيم لطفي، الأسرة ومشكلة العنف عند الشباب، دراسة ميدانية لعينة من الشباب في جامعة الإمارات العربية المتحدة، سلسلة محاضرات الامارات، أبو ظبي، ط1، 2001،

قائمة المراجع الأجنبية:

1- André de Grill, l'anxiété et l'ongoisse presse universitaire de France, Paris 1976.

2- Corter Elasticité, encyclopédie universitaire, fronce, Paris, 1974.

3- Eoliot Jaxquzes, social system as adefense percutory and depressive anxity, new directians anxiété, new direction in psychonalisis, London, travistoch, publicity, 1955.

4-Jaqueline Remand, science et vie .n 804.1984.

5- J. Delay .p.pichot, aliregé de psychologie, masson, paris, 1975.

6- Jean Caston, psychologie dellipress editeur, paris, 1993.

7- Puchett Alanm community mental health, australia hacourt brace and company, 1993.

8- Taylor, Shelly health psychology third edition, newyork, negraw, hill international, 1995.

Dictionnaire:

1- Robert andinet, psychologie du sport que suis-je 2 presse universitaire de frence, paris, 1974.

2- Plusienes auteurs, le grand dictionnaire de la psychologie, 6 en tome, paris, 1991.

3- Norbert sillamy, dictionnaire de la psychologie libraine larousse, canada, 1989.

Alin Baueret, (2010),**mission sur la violence en milieu scolaire**, les sanction et de la place de famille.

Bruno Dercuhelle, (2003), **les enseignements souhaitent équilibre entre le règlement et les projets**

éducative, éditionne martin, p23.

[1] Gustave nicolas Ficher, (2004), **stressant la rentré scolaire**, édmalanique, 2ème éd, Canada, p26.

الملاحق

الملحق رقم 01 :

استبيان الضغط النفسي

العبارة	دائما	أحيانا	أبدا
بعد الأسرة			
1. تقلقني حالة أسرتي الاجتماعية			
2. أشعر بسلبية اتجاه أسرتي			
3. أعاني من عدم الانسجام مع أسرتي			
4. أشعر بالإحباط لعدم تلبية طلباتي			
5. أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري الإيجابية لأسرتي			
6. أشعر بضغوط أسرية لا أستطيع تحملها			
7. أحس بتوتر شديد إزاء تسلط أسرتي علي			
بعد البيئة			
8. أجد صعوبة في التواصل مع أصدقائي			
9. أتأسف لكوني أعيش في بيئة مهمشة			
10. أشعر بالإحباط من انعدام المرافق في بيئتي			
11. أجد صعوبة في التكيف في الوسط الذي أعيش فيه			
12. أشعر بالضيق مع بعض الأصدقاء			
13. أعاني من عدم تفهم بعض الأصدقاء لوضعيتي			
بعد المدرسة			
14. ترهقني بعد المسافة بين المدرسة ومنزلي			
15. أشعر بضغط كبير بسبب كثرة البرنامج الدراسي			
16. أتأسف لكوني أدرس في تخصص لا أرغب فيه			
17. أجد صعوبة في التواصل مع أساتذة للغات الأجنبية			
18. أشعر بالتوتر أثناء فترة الامتحانات			
19. أجد صعوبة في بعض المواد الدراسية			
20. أشعر بالندم على عدم تحصلي على نتيجة مرضية			

الملحق رقم 02

استبيان العنف المدرسي

العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
1. أشعر بالكراهية تجاه بعض المدرسين.			
2. أمتنع عن أدائي لواجباتي الدراسية لكثرة أعبائها			
3. ألجأ إلى الغياب المتكرر في بعض الحصص لنفوري منها			
4. أصرخ في وجه المدرس الذي يقوم بتعنيفي			
5. أخرج من القسم بدون إذن إذ لم يسمح لي الأستاذ بذلك			
6. أرمي الفضلات في فناء الثانوية إذا لم أجد مكان لرميها			
7. أكره المدرس الذي يفضل بين تلميذ وآخر			
8. لا ألتزم بالقانون الداخلي المدرسي لأنه مقيد لحريتي			
9. أتشاجر مع زميلي إذا قام باحتقاري			
10. لا أستمع إلى شرح الدرس إذ شعرت بالملل من طريقة إلقائه			
11. أكره الأستاذ الذي يهددني بالمجلس التأديبي			
12. ألجأ إلى مقاطعة التلاميذ أثناء تدخلاتهم إذا كانت إجابتهم غير صحيحة			
13. أحتقر نظرة الاستعلاء لدى بعض المدرسين			
14. أكره عدم التزام الطاقم الإداري بمسؤوليتهم تجاه التلاميذ			
15. أشعر بالكراهية تجاه المدرس الذي يتلفظ بألفاظ نابية			
16. لا أحب المدير الذي لا يستمع إلى الانشغالات المشروعة للتلاميذ			
17. لا أجد مانع في لباس أي ألبسة قد لا تروق للبعض			
18. أحتقر نظرة الدونية لدى بعض المدرسين بسبب ضعف علاماتي			
19. لا أجد حرج في تحطيم بعض الأثاث المدرسي إذا كان غير نافعا			
20. أستخف بالمدرس الذي لا يعطي فرصة للتلميذ للاستفسار عما يريد			