الضغوط النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة الرياض

د. نادية محمد العمري

أستاذ الصحة النفسية المساعد

قسم علم النفس – كلية التربية

جامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن

ملخص

هدف البحث إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية و اتخاذ القرار الدراسي لدى طلبة ' المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، والتعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية و اتخاذ القرار الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية، والتعرف على الفروق في الضغوط النفسية والقرار الدراسي وفقاً لمتغير الجنس، وقد أجريت الدراسة على عينة عشوائية مكونة من (١٠٠) طالبة و طالب في المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، وقد اتبعت الباحثة المنهج الوصفي والتحليلي، كما استخدمت الباحثة مقياس الضغوط النفسية، ومقياس اتخاذ القرار الدراسي كأدوات للدراسة، وقد توصلت الدراسة للعديد من النتائج أهمها ارتفاع مستوى الضغوط النفسية، و انخفاض مستوى اتخاذ القرار الدراسي ، و وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين الضغوط النفسية و اتخاذ القرار الدراسي. كما توصلت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد العينة وفقاً لمتغير الجنس على مقياس الضغوط النفسية ومقياس اتخاذ القرار الدراسي.

كلمات مفتاحية: الضغوط النفسية، اتخاذ القرار الدراسي، المرحلة الثانوية.

Abstract:

The current study identifies the stress level and study decision making of secondary school students at Riyadh, clarifying the relationships between stress and study decision making of secondary school students at Riyadh, investigating the difference in stress and study decision according to the gender variable. The study is conducted on a random sample of (100) male and female secondary school students at Riyadh. The researcher applied the descriptive and analytical approach. The researcher used the stress scale and the study decision making as the tools of data collection. The study results mainly revealed that the stress level is high, the study decision-making level is low and there is a negative correlation between stress and study decision making. The study also revealed that there are no statistical differences between stress and study decision making and there are statistical differences in the responses of the sample according to the gender variable on the stress and study decision scales .

Keywords: Stress, Study Decision Making, Secondary School

المقدمة

في ظل التطور التكنولوجي الهائل، والتغيرات المادية والاقتصادية والاجتماعية التي يمر بها المجتمع في العصر الحالي، أصبحت الحياة تسير على نحو متسارع، وقد فقدت بساطتها وتلقائيتها، ومن ثم فإن الفرد يتعرض للمزيد من الضغوط التي تثقل كاهله من كافة الاتجاهات، وقد تؤثر تلك الضغوط على حياة الفرد وقراراته المصيرية التي تتعلق بالدراسة والعمل والحياة بوجه عام.

حيث يعتبر موضوع الضغط النفسي ونتائجه على الأفراد من الموضوعات الهامة التي شغلت بال العلماء والباحثين في مجالات الصحة العامة وعلم النفس والتربية ومختلف العلوم الإنسانية، وذلك لما تتركه من آثار ونتائج خطيرة ومدمرة على حياة الناس أفراداً وجماعات، (الغرير وأبو أسعد، ٢٠٠٩، ١٧). كما تعد الضغوط النفسية التي يعيشها الطلاب والطالبات داخل المؤسسات التربوية من الموضوعات التي أثارت اهتمام الباحثين والدارسين في علم النفس والعلوم التربوية، وذلك لإدراكهم للمعاناة التي يعانونها والمتمثلة في التوتر والإحباط نتيجة الأعباء الدراسية المتراكمة، التي تفوق أحيانا قدراتهم وطاقاتهم، (بلقاسم وشتوان، ٢٠١٦)

وفي هذا الصدد يرى قاسم(٢٠٠٤) الضغوط النفسية أنها "حالة من التوتر النفسي الشديد الذي يحدث بسبب عوامل خارجية تضغط على الفرد وتخلق عنده حالة من اختلال التوازن واضطراب في السلوك بينما يرى حسين (٢٠١٤) أن الضغط النفسي عاملا سيكولوجياً يؤثر على الإنسان من الناحيتين الجسمية والنفسية والذي ينعكس على تصرفاته حسب نوع وشدة المؤثر على القيام بواجباته على أكمل وجه، كذلك يمكن أن تؤدي الضغوط النفسية إلى الانعزال والبعد عن الواقع.

فغالباً ما يمر الفرد خلال مراحل نموه المختلفة بمنعطفات حاسمة في حياته تجعله في حيرة وتردد بشأن المهنة التي سوف يختارها ويمارسها مستقبلاً، لهذا يجب عليه التشخيص الموضوعي والقرار الواعي الذي يجعله يختار مهنة ما تتناسب مع إمكانيته وميوله واستعداداته ومراعاة أهم العوامل التي يمكن أن تتدخل في توجيه سلوكياته وقراراته المهنية (سناء، ٢٠١٧، ١٢٧).

حيث أن لهذا القرار تبعاته فيما بعد، حيث أن الطالب يختار تخصصه في المرحلة الجامعية بناء على قراره في المرحلة الثانوية، وبالتالي فأن نوع المهنة المستقبلية مرهون بنوعية التخصص الدراسي، ويتحكم في اتخاذ القرار الدراسي عدة متغيرات وعوامل عديدة منه رغبة الوالدين، اتجاه الأصدقاء، وعامل الصدفة، ووجود المكان الشاغر في القبول لتخصص معين مما يسبب ضغطاً نفسياً لدى الطالب وحالة من التوتر النفسي (أحمد، ٢٠١٤).

وتعد المرحلة الثانوية من المراحل التعليمية الهامة في حياة الطالب، حيث تشير وثيقة وزارة المعارف (١٤١٦هـ، ٢٠) إلى أن التعليم الثانوي في المملكة العربية السعودية يهدف إلى إتاحة الفرصة أمام الطلاب القادرين، وإعدادهم لمواصلة الدراسة بمستوياتها المختلفة في المعاهد العالي والكليات الجامعية في مختلف التخصصات، وتهيئة سائر الطلاب للعمل في ميادين الحياة بمستوى لائق.

وإذا كانت الضغوط هي سمة العصر، وإذا كان كل إنسان لا بد أن يتعرض للضغوط، فهذه الضغوط تختلف من مرحلة إلى مرحلة، ولما كانت المرحلة الثانوية من أهم وأخطر المراحل في حياة الطالب والتي يتوقف عليها اتخاذ القرار الدراسي فأن هذه الدراسة تسعى للكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية واتخاذ القرار الدراسي لدى عينة من طالبات وطلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية.

مشكلة الدراسة:

تعد الضغوط النفسية التي يواجها الطلبة في المرحلة الثانوية نتيجة تفاعلهم مع الصعوبات والمواقف الضاغطة الاجتماعية والأكاديمية والاقتصادية، والتي تقف عائقاً أمام تحقيق أهدافه ومتطلباته فيصبح الطالب غير قادر على اتخاذه القرار الدراسي واختيار نوع التخصص الدراسي.

حيث توصلت دراسة الدوسري (٢٠١٦) إلى أن أكثر مصادر الضغوط النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية المتأخرات دراسياً هي ضغوط التقويم والامتحانات، وضغوط المستقبل، وضغوط المناهج، وضغوط الإدارة. كما توصلت دراسة الغامدي (١٤٣٥هـ) وجود مستوى متوسط في الضغوط المتعلقة بالمجال الدراسي لدى طالبات المرحلة الثانوية المتفوقات في المملكة العربية السعودية، بالإضافة إلى وجود علاقة

سلبية بين الضغط النفسي والنضج الانفعالي لدى طالبات المرحلة الثانوية المتفوقات في المملكة العربية السعودية ، كما توصلت دراسة خوج (٢٠١٣) إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة ودالة إحصائياً بين أبعاد الضغوط النفسية الأكاديمية والاجتماعية والاقتصادية والتحصيل الدراسي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية.

وقد توصلت دراسة السواط (١٤٢٩هـ) إلى تدني مستوى اتخاذ القرار لدى طلاب الصف الأول الثانوي بمحافظة الطائف (المجموعة الضابطة) نسبة إلى (المجموعة التجريبية)، كما توصلت دراسة ياسين (٢٠١٢) إلى تدني مستوى اتخاذ القرار لدى طالبات الصف الأول الثانوي بمدينة مكة المكرمة (المجموعة الضابطة) مقارنة بالمجموعة التجريبية، وقد يخشى بعض الطلاب من اتخاذ القرار نتيجة لضغوط أسرية حيث يتأثر بالمناخ الأسري السائد فقد توصلت دراسة الصديقي (١٤٣٠هـ) إلى أن إحساس طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة بعدم اقتناع الوالدين بوجهة نظرهم، وخوفهم من رد فعل الوالدين عند التعبير عن أرائهم، وعدم تخصيص وقت للحوار قد يعوق الحوار بين الوالدين والأبناء؛ لذلك جاءت الدراسة الحالية للإجابة عن السؤال الرئيس التالي: **ما العلاقة بين الضغوط النفسية و اتخاذ القرار الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية ؟**

ويتفرع من هذا السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

- السؤال الأول: ما مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية؟
- السؤال الثاني: ما مستوى اتخاذ القرار الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية؟
- السؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية واتخاذ القرار الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية؟
- - هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الضغوط النفسية و مستوى اتخاذ القرار الدراسي تعزى لمتغير الجنس ؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- التعرف على مستوى الضغوط النفسية و اتخاذ القرار الدراسي لدى طلبة و طالبات المرحلة الثانوية- التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية واتخاذ القرار الدراسي لدى طلبة و طالبات المرحلة الثانوية.
- كما تهدف الدراسة إلى الكشف عن الفروق في مستويات الضغوط النفسية و اتخاذ القرار الدراسي تعزى لمتغير الجنس.

أهمية الدراسة:

١. الأهمية النظرية:

–تكمن أهمية الدراسة في كونها تركز على العلاقة بين الضغوط النفسية واتخاذ القرار الدراسي لدى عينة من طالبات وطلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية.

–قد تفيد المكتبة العربية بإضافة جهد بسيط ومتواضع خصوصاً في ظل قلة الدراسات -على حد علم الباحثة- التي تتناول الضغوط النفسية و علاقتها باتخاذ القرار الدراسي.

–قد تساعد هذه الدراسة في أن تكون قاعدة ينطلق منها باحثون آخرون للكشف عن المزيد من الحقائق المعرفية التي تهتم بهذا المجال

٢. الأهمية التطبيقية:

–تأمل الباحثة أن تقدم محاولة توعية لعينة البحث بمظاهر العلاقة بين الضغوط النفسية واتخاذ القرار الدراسي لدى طالبات وطلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.

–تنبع أهمية الدراسة الحالية من أنها دراسة ميدانية تقترب كثيرا من الواقع الحالي لفئة تحتاج إلى الرعاية والاهتمام لكلا الجنسين.

–تكمن أهمية الدراسة في اقتراح بعض الآراء التي من شأنها التخفيف من حدة الآثار الناجمة عن الضغوط النفسية التي يمكن أن تكون سبباً في عدم القدرة على اتخاذ القرار الدراسي.

مصطلحات الدراسة:

الضغوط النفسية:

تعرف شقير (٢٠٠٢) الضغوط النفسية بأنها مجموعة من المصادر الخارجية والداخلية الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته، وينتج عنها ضعف قدرته على إحداث الاستجابة المناسبة ما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية تؤثر على جوانب شخصية الفرد.

وتعرف الباحثة الضغوط النفسية بأنها" تلك الصعوبات والعقبات التي تواجه الطالب في بيئته الاجتماعية والدراسية والأسرية، والتي تقف عائقاً أمام تحقيق أهدافه ومتطلباته فيصبح غير قادرا على اتخاذ القرار الدراسي، ويقاس إجرائياً من خلال الدرجة التي تحصل عليها الطالبةُ و الطالب على مقياس الضغوط النفسية "

القرار الدراسي:

تعرف أحمد (٢٠١٤) القرار الدراسي بأنه انحياز الفرد لاختيار يفضله في موقف ما، من أجل الوصول إلى الهدف المنشود.

وتعرف الباحثة اتخاذ القرار الدراسي بأنه " اختيار قائم على أساس بعض المعايير لتخصص واحد أو تخصصين مختلفين، أو أكثر بغرض تحقيق الهدف، ويقاس إجرائيا من خلال الدرجة التي تحصل عليها الطالبة و الطالب على مقياس اتخاذ القرار الدراسي".

حدود الدراسة:

تتحدد الدراسة بالعينة التي تتكون من طالبات وطلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض وكانت حدود الدراسة كالآتي:

- الحدود المكانية: منطقة الرياض بالمملكة العربية السعودية.
- الحدود الزمنية: الفصل الدراسي الثاني ١٤٣٩ هـ-١٤٤٠هـ

الإطار النظري :

أولاً: الضغوط النفسية:

تعد مشكلة الضغط النفسي من المشكلات التي يتعرض لها الطلبة والطالبات والتي تؤثر سلباً على تحصيلهم الدراسي، وعلى علاقتهم الاجتماعية، وعلى حياتهم النفسية،

والاقتصادية والسياسية، وقد انتشرت المشكلات العدوانية بين طلبة المدارس من مثل الاعتداءات على ممتلكات المدرسة وزيادة أحداث الشغب في الملاعب وكثرة القضايا المرتبطة بالعنف والتفكك الأسري وزيادة جرائم السرقة (الغامدي، ١٤٣٥هـ، ٤) ومن هناك جاءت الحاجة إلى دراسة الضغوط النفسية، أسبابها وآثارها وسبل التغلب عليها.

أسباب الضغوط النفسية:

يشير باهي وحشمت وحسن (٢٠٠٢، ٢٠٩) إلى أهم أسباب الضغوط مثل التهديدات الجسدية، والتهديدات التي تشكل خطورة على الصورة الذاتية، والأحداث الحياتية المهمة، والخلافات أو الصراعات مع الأصدقاء/ الأقارب/ الزملاء، والمواعيد النهائية الصعبة، وفقدان أحد الأشياء أو الأفراد الذين نهتم بهم.

الآثار السلبية للضغوط:

إن الآثار قد تترتب على المستوى الفردي من الممكن أن تكون بعدة صور فقد تكون سلوكية أو جسمية أو انفعالية أو عقلية أو قد تكون شاملة كل هذه الآثار، وبما أن الضغط يحدث تغيرات وتحولات كيميائية غير طبيعية داخل جسم الإنسان ومثل هذا الوضع غير الطبيعي ستكون له آثار واضحة على صحة الفرد لاسيما إذا كان مستوى الضغط الذي يعاني منه الفرد عالياً لذا فمنا لمؤكد أن تظهر على الفرد عدة علامات ومؤشرات للضعف والهوان (باهي وآخرون، ٢٠٠٢، ٢٠٩) كما يشير غانم (٢٠٠٩، ١٢-١٣) إلى أبرز الأضرار السلبية للضغوط مثل ضعف المقاومة، واضطرابات نفسية، واضطرابات شخصية، واضطرابات في النوم، وأمراض سيكوسوماتية أي أمراض تأخذ شكلاً جسمياً بينما أسبابها نفسية، وسوء التوافق مع الذات.

مواجهة الضغوط:

يرى غانم (٢٠٠٩، ٩١-٩٢) أن التعامل مع الضغوط يتركز في أسلوبين رئيسين هما:

- **المواجهة:** حيث يوجد أشخاص تميل إلى المواجهة وتظل في حالة قلق وتوتر وعصر تفكير حتى تصل إلى مواجهة هذا الضغط، بأقل قدر من الخسائر والأضرار، وإن سلاحهم في ذلك هو رصيدهم من الثقة في النفس والتوازن الانفعالي، وتقبل الأزمات والضغوط كأحد قواعد الحياة، وأن الهروب لن (يحل)

المشكلة بقدر ما يزيدها تعقيداً، وأن الرجال يجب عليهم مواجهة الضغوط، وأن شعارهم في الحياة يكون الاستعداد للمعركة يمنع المعركة، ولابد من المواجهة.

- **الهروب:** يوجد العديد من الأشخاص الذين يميلون إلى الهروب ويتميزون بالعديد من الصفات مثل الاعتمادية، والخوف من مواجهة الآخرين، وعدم الاتزان النفسي، والاضطراب الانفعالي، والإغراق في الأنانية، والخوف من التواجد مع الآخر، والأمل في أن تتغير الأمور لصالحه حتى لو لم يبذل مجهوداً، ويعاني من العديد من الصراعات نتيجة لعدم حسمها، وتفكيره مشتت يهرب حين يواجه أي ضغط أو كارثة إلى الاستغراق في النوم أو اللجوء إلى المخدرات والتدخين، وغياب الوعي عن الواقع.

ثانياً: اتخاذ القرار الدراسي

يمر الفرد في حياته بسلسلة من المواقف والخبرات، يحتاج فيها إلى اتخاذ القرارات متباينة ومتدرجة في شدتها وخطورتها، كما يمر فترات انتقالية في الحياة وبمراحل نمائية متباينة في متطلباتها، يحتاج فيها إلى اتخاذ قرار ما، (العنزي، ٢٠١٣، ٧٥).وتعتبر عملية اتخاذ القرار من بين المواضيع التي لم تلقى اهتماماً بالبحث في الأوساط العربية رغم تميز هذه المجتمعات بالوصاية على الأبناء في جميع المجالات، وجميع مراحل الحياة (بوصلب، ٢٠١٣، ٤٦٥).

شروط اتخاذ القرار:

يمكن تناول الاعتبارات التي يجب أن تتوافر لدى متخذ القرار لكي يتمكن من اتخاذ قرار فعال وهي كما توصلت إليها دراسة حسين (٢٠٠٥) على النحو التالي:

- تفاهم واضح ودقيق للأهداف المتعددة التي تلاءم المشكلة موضع القرار.
- تعريف محدد وشامل ودقيق للمشكلة موضع القرار وجوانبها المختلفة.
- معرفة كاملة بالبدائل المتاحة وبطريقة يمكن الاعتماد عليها في تقدير ما يترتب على اختيار كل بديل.
- طريقة سليمة لتحديد العلاقة بين نتائج كل بديلة والأهداف المرغوب تحقيقها.
- حرية كاملة للاختيار بين البدائل التي تحقق الحل الأمثل للمشكلة.

العوامل المؤثرة على اتخاذ القرار:

يشير الشيخ (٢٠١٢، ٢١١) إلى العوامل التي تؤثر على اتخاذ القرار على النحو التالي:

- الأساس الذي يقوم عليه القرار.
- الوسط المحيط باتخاذ القرار.
- النواحي السيكولوجية النفسية لمتخذ القرار.
- توقيت القرار.
- إشراك المعنيين وذوي الاختصاص في اتخاذ القرار.
- الطريقة التي يتخذ بها القرار.

مراحل عملية اتخاذ القرار:

يشير جروان (٢٠٠٧، ١٠٥-١٠٦) إلى مراحل عملية اتخاذ القرار على النحو التالي:

- تحديد الهدف أو الأهداف المرغوبة بوضوح.
- تحديد جميع البدائل الممكنة والمقبولة.
- تحليل البدائل بعد تجميع معلومات وافية عن كل منها باستخدام المعايير العامة الآتية:
  - درجة التوافق بين الأهداف التي يحققها البديل وأهداف الفرد.
  - المنفعة المتحققة من اختيار البديل، ودرجة المخاطرة التي ينطوي عليها.
  - المجهود اللازم لتنفيذ البديل.
  - قيم الفرد ومحددات المجتمع.
- ترتيب البدائل في قائمة أولويات حسب درجة تحقيقها للمعايير الموضوعة.
- إعادة تقييم أفضل بديلين أو ثلاثة في ضوء المخاطر التي ينطوي عليها كل بديل والنتائج المحتملة التي ظهرت بعد مرحلة التحليل الأولى.
- اختيار أفضل البدائل بين بديلين أو ثلاثة واعتماده للتنفيذ.

أساليب اتخاذ القرار:

يشير بوصلب (٢٠١٣، ٤٧٢-٤٧٣) إلى أبرز أساليب اتخاذ القرار على النحو التالي:

- الأسلوب العقلاني: هو الأسلوب الذي يطغى عليه الجانب العقلي في اتخاذ القرارات ويتميز بالخططية والاستقلالية والمقارنة والمسؤولية والثقة في النفس والمواءمة والموازنة ومعرفة كبيرة بالذات وبعالم العمل واستغلال المعلومات.
- الأسلوب المعتمد: وهو الأسلوب الذي يعتمد على الآخرين في اتخاذ القرار ويتميز بالاعتمادية والخضوع لرغبات الوالدين ومسير الأطراف من قبل الأخ الأكبر وتابع للزملاء ومستمع لرأي الأساتذة، ومتردد وليس له هدف واضح، وغير مهتم وتابع لقرارات الموجه وغير مقرر.
- الأسلوب الأمن الحذر: وهو ذلك الأسلوب الذي تتسم قرارات صاحبه بالحذر الأمن أي عدم المخاطرة كثيراً ويتخذ قراراته وفق الاعتبارات التالية: يقرر وفق أقل الأهداف، وضمان النجاح على الأقل، والحصول على علامات دراسية مقبولة، ويسعى إلى تأمين المستقبل فقط، تحقيق أدنى حد من الشعور بالذات، والسعي للحصول على حد أدنى من التقدير الاجتماعي، وهدفه الحصول على المرحلة الثانوية، وتوفر فرص أكبر للالتحاق بالجامعة، وقليل المخاطرة، وحذر من أراء الغير.
- الأسلوب الحدسي: وهو ذلك الأسلوب الذي يطغى على قرارات صاحبه الإحساس الفطري ويراعي الاعتبارات التالية:يختار وفق رغبته بشكل أكبر، ويراعي ميوله بشكل أكبر، يراعي اهتماماته بشكل أكبر، ويختار وفق شعوره بذاته، متبع للتلقائية، ويتسم بالاندفاعية، ومتبع لنزواته، وغير مفكر، متسرع.

الدراسات السابقة:

يشتمل هذا الجزء على الدراسات والبحوث العربية والأجنبية المتصلة بموضوع الدراسة والتي سعت الباحثة إلى الاطلاع عليها وذلك على النحو التالي.

أولاً: الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية:

دارسة جوتوم وبرادهان (Gautam & Pradhan, 2017) هدفت إلى دراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بسلوك الطلاب وإنجازهم، واشتملت العينة على (٦٠) طالب وطالبة يتراوح أعمارهم بين (١٤-١٨) عاماً من المدارس الحكومية بكانبور، واستخدم الباحثان

المنهج الوصفي واستعانا بمقياس الضغوط النفسية ومقياس السلوك ومقياس الإنجاز كأدوات للدراسة، وقد توصل الباحثان للعديد من النتائج أهمها: كانت هناك مستويات عالية من الضغوط النفسية بين الطلاب خاصةً الضغط النفسية العاطفية وكانت نسبتها لدى الذكور أكبر الإناث بالإضافة أيضاً إلى أن السلوكيات والإنجاز لدى الإناث كان أفضل من الذكور، أشارت الدراسة إلى أن الأشكال المختلفة من الضغوط النفسية لها تأثير على الإنجاز الأكاديمي للطلاب، وتشير النتائج أيضاً إلى الحاجة إلى تدريب المعلمين والآباء لمساعدة أبنائهم في تطوير مهاراتهم للتحكم بالضغوط النفسية.

واستقصت دراسة الرويلي (٢٠١٥) مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة الموهوبين والمتفوقين في المرحلة الثانوية، والكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في الضغوط النفسية لدى الطلاب المتفوقين والموهوبين تعزى لمتغيرات الدراسة، واشتملت عينة الدراسة على (٨٠) طالباً وطالبة من الطلبة المتفوقين والموهوبين في مدارس الملك عبد الله الثاني للتميز في الأردن، بواقع (٤٦) طالباً، و(٣٤) طالبة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي كمنهج للدراسة، واستعان بمقياس الضغوط النفسية كأداة للدراسة، وقد توصل الباحث للعديد من النتائج أهمها تدني مستوى الضغوط النفسية لدى عينة الدراسة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس.

وأشارت دراسة برابو (Prabu,2015) إلى دراسة الضغوط النفسية الأكاديمية لدى طلاب المرحلة الثانوية، واشتملت عينة الدراسة على (٢٥٠) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، واستخدم الباحث المنهج المسحي المعياري واستعان بمقياس الضغوط النفسية الأكاديمية كأداة للدراسة، وقد توصل الباحث للعديد من النتائج أهمها: لطلاب المرحلة الثانوية مستوى معتدل من الضغوطات النفسية، وكانت هناك فروق بين الجنسين فيما يتعلق الأمر بالضغوطات النفسية حيث أن الضغوط النفسية للذكور أعلى من الإناث، والضغوط النفسية للطلاب في المناطق الحضرية أعلى من الطلاب فغي المناطق الريفية، والضغوط النفسية في المدرسة الحكومية أقل من طلاب المدارس الخاصة.

وهدفت دراسة الغامدي (١٤٣٥هـ) إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى الطالبات المتفوقات دراسياً بالمرحلة الثانوية بمنطقة الباحة، والكشف عن وجود فروق

ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في الضغوط النفسية تعزى لمتغيرات الدراسة، والكشف عن وجود علاقة ارتباطيه بين الضغوط النفسية والنضج الانفعالي لدى عينة الدراسة، واشتملت عينة الدراسة على (٣٥٢) طالبة متفوقة بالمرحلة الثانوية في منطقة الباحة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي ألارتباطي كمنهج للدراسة، واستعانت بمقياس الضغط النفسي ومقياس النضج الانفعالي كأدوات للدراسة، وقد توصلت الباحثة للعديد من النتائج أهمها، إن مستوى الضغوط النفسية جاء بدرجة منخفضة لدى عينة الدراسة في الضغوط الأسرية والعلاقة مع المعلمات والعلاقة مع الزميلات، وأن الضغوط المدرسية جاءت بدرجة متوسطة لدى عينة الدراسة في المجال الدراسي، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في الضغوط النفسية تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي، ووجود علاقة ارتباطيه سلبية بين الضغوط النفسية والنضج الانفعالي لدى عينة الدراسة.

ثانياً: الدراسات التي تناولت اتخاذ القرار:

وأشارت دراسة صفوري (٢٠١٤) إلى التعرف على مستوى اتخاذ القرار المهني لدى طلبة المرحلة الثانوية والكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في اتخاذ القرار المهني تعزى لمتغيرات الدراسة، واشتملت عينة الدراسة على (١٠٨) طالباً وطالبة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمنطقة الجليل الأعلى، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي كمنهج للدراسة، واستعان بمقياسي الكفاءة الذاتية واتخاذ القرار المهني كأدوات للدراسة، وقد توصل الباحث للعديد من النتائج أهمها على ارتفاع مستوى اتخاذ القرار المهني لدى طلبة المرحلة الثانوية وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في اتخاذ القرار المهني تعزى لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي.

وبحثت دراسة الشرفا (٢٠٠٥) تأثير أنماط التنشئة الوالدية على اتخاذ القرار لدى لطاب المرحلة الثانوية، والكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في اتخاذ القرار تعزى لمتغيرات الدراسة، واشتملت عينة الدراسة على (٥٠٠) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الكرك، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي كمنهج للدراسة، واستعانت بمقياسي التنشئة الوالدية ومقياس النضج

المهني كأدوات للدراسة، وقد توصلت الباحثة للعديد من النتائج أهمها، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في اتخاذ القرار تعزى لأنماط التنشئة الوالدية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة على في اتخاذ القرار تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، ولمتغير الفرع الدراسي لصالح الفرع العلمي.

بينما تناولت دراسة هونج وتشانج (Hong & Chang, 2004) دراسة عملية اتخاذ القرار لدى طلاب المرحلة الثانوية في حل المشكلات المتعلقة بالمعرفة البيولوجية، واشتملت عينة الدراسة على (١٣) طالب وطالبة، واستخدم الباحثان المنهج الكيفي واستعانا بالمقابلة والملاحظة كأدوات للدراسة، وقد توصل الباحثان للعديد من النتائج أهمها: اتخذت عملية اتخاذ القرار الخاصة بالطلاب المراحل التالية: التعرف على المشكلة، والبحث عن بدائل، وتقييم البدائل، ثم عملية اتخاذ القرار. واجه عدة طلاب صعوبة في تحليل الفرق بين الحالة الأولية والحالة المرغوبة للمشكلة وفي تنظيم المشاكل المتعلقة بالمعارف البيولوجية، وحتى الطلاب الذين حققوا انجازات عالية ومواقف علمية وعملية اتخاذ قرار ايجابية لم يطبقوا المعارف البيولوجية للبحث عن بدائل، ولم يستطيعوا استخدام القيم العلمية كمعايير انتقائية بشكل جيد.

ثالثاً: الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار:

واستقصت دراسة هندي (٢٠١٣) مستوى الضغوط النفسية لدى مديري المدارس الثانوية الخاصة في محافظة العاصمة عمان وعلاقته بمشاركة المعلمين في اتخاذ القرار، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط لدى مدراء المدارس، والتعرف على مستوى مشاركة المعلمين في اتخاذ القرار، والكشف عن وجود علاقة بين مستوى الضغوط لدى المدراء واتخاذ القرار لدى المعلمين، واشتملت عينة الدراسة على (٥٠) مديراً، و(٤٠٠) معلماً بالمدارس الثانوية الخاصة بعمان، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي كمنهج للدراسة، واستعان باستبانتي اتخاذ القرار والضغوط النفسية كأدوات للدراسة، وقد توصل الباحث للعديد من النتائج أهمها: ارتفاع مستوى الضغوط لدى مدراء المدارس، وإن مستوى مشاركة المعلمين في اتخاذ القرار جاء بدرجة متوسطة، ووجود علاقة ارتباطيه سلبية بين مستوى الضغوط لدى المديرين واتخاذ القرار لدى المعلمين.

التعقيب على الدراسات السابقة:

- اتفق البحث الحالي في هدفه مع العديد من الدراسات السابقة مثل دراسة الرويلي (٢٠١٥) في الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية.
- كما اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي كمنهج للبحث وهو ما يتفق مع أغلب الدراسات السابقة.
- كذلك اتفق البحث الحالي في استخدامه لأداة البحث وهي المقياس مع العديد من الدراسات السابقة مثل: دراسة برابو (Prabu,2015)، ودراسة الغامدي (١٤٣٥هـ).
- أما فيما يتعلق بعينة البحث، فقد اتفق البحث الحالي في اختياره طلاب المرحلة الثانوية مثل: دراسة بوصلب (٢٠١٣)، بينما اشتملت دراسة هندي (٢٠١٣) على المعلمين.
- يتميز البحث الحالي بأنه البحث الوحيد- على حد علم الباحثة- الذي تناول الضغوط النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار الدراسي لدى عينة من طالبات وطلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية وهو ما يميز البحث الحالي ويسلط الضوء نحو إجراء المزيد من الدراسات العربية والأجنبية حول هذا الموضوع، نظراً لقلة الدراسات العربية والأجنبية التي تستهدف هذا الموضوع الهام.

اجراءات الدراسة :

أولاً: مجتمع الدراسة :

عينة الدراسة :

يتمثل مجتمع الدراسة الحالية في طالبات وطلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية لتمثيل مجتمع البحث. تتكون عينة الدراسة في صورتها النهائية من مجموعة كلية قوامها (١٠٠) طالب و طالبة من المرحلة الثانوية.

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس :

جدول رقم (١)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفقا للجنس

م	الجنس	التكرار	النسبة المئوية

١	ذكر	61	%61.0
٢	أنثى	39	%39.0
المجموع		100	%100.0

يتضح من الجدول السابق أن عدد الذكور فاق عدد الإناث، حيث كان عدد الذكور (61) أي بنسبة (61.0%)، بينما كان عدد الإناث (39) أي بنسبة (39.0%) من إجمالي أفراد العينة.

أدوات الدراسة :

لاختبار فروض الدراسة الحالية طبقت الباحثة الأدوات التالية :

* مقياس الضغوط النفسية (محمد بلقاسم و حاج شتوان، ٢٠١٦)

* مقياس اتخاذ القرار الدراسي (krits,2014) :

* استمارة البيانات الأولية من إعداد الباحثة .

أولاً: مقياس الضغوط النفسية (محمد بلقاسم و حاج شتوان، ٢٠١٦):

المكوَّن من ٤٥ فقرة موزَّعة على ستة أبعاد هي:

- ضغوط الوالدين المكون من ١٠ فقرات هي: (٦- ١٠- ١٦- ٢٢- ٢٧- ٣٢- ٤٠- ٤١- ٤٣- ٤٥).
- ضغوط المدرسة المكون من ٩ فقرات هي: (١- ١١- ١٧- ٢٣- ٢٨- ٣٣- ٣٥- ٣٧- ٣٨).
- ضغوط الزملاء المكون من ٦ فقرات هي: (٢- ١٢- ١٨- ٢٩- ٣٤- ٤٤).
- ضغوط المراجعة المكون من ٦ فقرات هي: (٣- ٧- ١٣- ١٩- ٢٤- ٣٠).
- ضغوط الامتحانات المكون من ٦ فقرات هي: (٤- ٨- ١٤- ٢٠- ٢٥- ٣٩).
- ضغوط أحداث الحياة المكون من ٨ فقرات هي: (٥- ٩- ١٥- ٢١- ٢٦- ٣١- ٣٦- ٤٢).

صدق وثبات مقياس الضغوط النفسية :

صدق المقياس : تحققت الباحثة من صدق المقياس بساب صدق الاتساق الداخلي و كانت النتائج دالة إحصائياً عند (٠,٠١)

جدول (٢)

معاملات ارتباط سبيرمان بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه في مقياس الضغوط النفسية

مقياس الضغوط النفسية					
البعد الأول: ضغوط الوالدين					
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
٦	.901**	٢٧	.925**	٤٣	.942**
١٠	.556**	٣٢	.925**	٤٥	.893**
١٦	.909**	٤٠	.566**		
٢٢	.918**	٤١	.923**		
البعد الثاني: ضغوط المدرسة					
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	.879**	٢٣	.854**	٣٥	.879**
١١	.878**	٢٨	.863**	٣٧	.839**
١٧	.892**	٣٣	.890**	٣٨	.834**
البعد الثالث: ضغوط الزملاء					
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل	رقم الفقرة	معامل
٢	.885**	١٨	.804**	٣٤	.816**
١٢	.863**	٢٩	.930**	٤٤	.888**
البعد الرابع: ضغوط المراجعة					
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل	رقم الفقرة	معامل
٣	.945**	١٣	.931**	٢٤	.698**
٧	.954**	١٩	.906**	٣٠	.929**
البعد الخامس: ضغوط الامتحانات					
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل	رقم الفقرة	معامل
٤	.915**	١٤	.931**	٢٥	.820**
٨	.865**	٢٠	.915**	٣٩	.906**

مقياس الضغوط النفسية					
البعد السادس: ضغوط أحداث الحياة					
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل	رقم الفقرة	معامل
٥	.726**	٢١	.853**	٣٦	.835**
٩	.866**	٢٦	.808**	٤٢	.854**
١٥	.780**	٣١	.786**		

** دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠١)

يتبين من الجدول السابق أن معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة من مقاس الضغوط النفسية جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وجاءت جميع قيم معاملات الارتباط قيم عالية، حيث تراوحت البعد الأول: ضغوط الوالدين بين (**556.-**942)، وفي البعد الثاني: ضغوط المدرسة بين (**834.-**890.)، وفي البعد الثالث: ضغوط الزملاء بين (**804.-**930)، وفي البعد الرابع: ضغوط المراجعة بين (**698.-**954)، وفي البعد الخامس: ضغوط الامتحانات بين (**820.-**931)؛ وأخيرا في البعد السادس: ضغوط أحداث الحياة بين (**726.-**866) مما يدل على توافر درجة عالية من صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الضغوط النفسية.

جدول (٣)

معاملات ارتباط أبعاد مقياس الضغوط النفسية بالدرجة الكلية للمقياس

رقم البعد	البعد	معامل الارتباط
الأول	ضغوط الوالدين	.711**
الثاني	ضغوط المدرسة	.757**
الثالث	ضغوط الزملاء	.926**
الرابع	ضغوط المراجعة	.831**
الخامس	ضغوط الامتحانات	.886**
السادس	ضغوط أحداث الحياة	.904**

** دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠١)

يتبين من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس الضغوط النفسية بالدرجة الكلية للمقياس جاءت بقيم مرتفعة حيث تراوحت بين (**711.-.**926)، وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)؛ مما يدل على توافر درجة عالية من الصدق البنائي لأبعاد مقياس الضغوط النفسية.

ثبات المقياس : كما في الجدول التالي :

جدول (٤)

معاملات ثبات مقياس الضغوط النفسية

رقم البعد	أبعاد مقياس الضغوط النفسية	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
الأول	ضغوط الوالدين	10	.963
الثاني	ضغوط المدرسة	9	.970
الثالث	ضغوط الزملاء	6	.939
الرابع	ضغوط المراجعة	6	.954
الخامس	ضغوط الامتحانات	6	.960
السادس	ضغوط أحداث الحياة	8	.936
الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية		45	.982

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات لأبعاد مقياس الضغوط النفسية جاءت بقيم عالية حيث تراوحت قيم هذه المعاملات بين (936.- 970.) وبلغت قيمة معامل الثبات الكلي لمقياس الضغوط النفسية (982.)؛ وتشير هذه القيم إلى أ المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الثبات .

ثانياً : مقياس اتخاذ القرار الدراسي (krits,2014):

المكوَّن من (٤٢) فقرة لقياس مدى قدرة أفراد العينة على اتخاذ القرار الدراسي.

صدق وثبات مقياس اتخاذ القرار الدراسي :

١- **صدق المقياس :** تحققت الباحثة من صدق المقياس بساب صدق الاتساق الداخلي و كانت النتائج دالة إحصائياً عند (٠,٠١)

جدول رقم (٥)

معاملات ارتباط سبيرمان بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه في مقياس اتخاذ القرار

مقياس اتخاذ القرار					
رقم	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	.606**	١٥	.771**	٢٩	.64
٢	.678**	١٦	.771**	٣٠	.52
٣	.503**	١٧	.650**	٣١	.62
٤	.673**	١٨	.723**	٣٢	.57
٥	.480**	١٩	.703**	٣٣	.69
٦	.542**	٢٠	.657**	٣٤	.50
٧	.691**	٢١	.723**	٣٥	.48
٨	.547**	٢٢	.774**	٣٦	.58
٩	.582**	٢٣	.726**	٣٧	.48
١٠	.696**	٢٤	.743**	٣٨	.55
١١	.591**	٢٥	.630**	٣٩	.57
١٢	.516**	٢٦	.591**	٤٠	.64
١٣	.669**	٢٧	.695**	٤١	.65
١٤	.477**	٢٨	.817**	٤٢	.57

** دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠١).

يتبين من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط لعبارات مقياس اتخاذ القرار جاءت بقيم مرتفعة حيث تراوحت بين (**477.-**817)، وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)؛ مما يدل على توافر درجة عالية من الصدق لمقياس اتخاذ القرار.

٢- **ثبات المقياس** :كما في الجدول التالي :

جدول (٦)

معاملات ثبات مقياس اتخاذ القرار الدراسي

الدرجة الكلية لمقياس اتخاذ القرار	عدد الفقرات	معامل ثبات ألفا كرونباخ
	42	.970

يتضح من الجدول السابق أن قيمة معامل الثبات الكلي لمقياس اتخاذ القرار كانت (970.)؛ وهذا يعني أ المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الثبات

نتائج الدراسة :

أولاً: عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة الرياض؟

تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأبعاد مقياس الضغوط النفسية، ومن ثم ترتيب هذه الأبعاد تنازليا حسب الوسط الحسابي، للتعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى طالبات وطلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية، ويوضح ذلك الجدول التالي:

جدول (٧)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة في أبعاد مقياس الضغوط النفسية

رقم البعد	أبعاد مقياس الضغوط النفسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب المحور	درجة الاستجابة
الأول	ضغوط الوالدين	2.53	.	٣	عالية
الثاني	ضغوط المدرسة	2.48	.	٤	عالية
الثالث	ضغوط الزملاء	2.45	.	٥	عالية
الرابع	ضغوط المراجعة	2.53	.	٢	عالية
الخامس	ضغوط الامتحانات	2.62	.	١	عالية
السادس	ضغوط أحداث الحياة	2.40	.	٦	عالية
الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية		2.50	.	--	عالية

يتبين من الجدول السابق أن الدرجة الكلية لاستجابة أفراد عينة البحث حول الضغوط النفسية جاءت (عالية)، حيث كان المتوسط الحسابي العام لهذا المقياس (2.50)، وانحرافه المعياري قدره (169.) وتراوحت قيم الانحرافات المعيارية بين (185.-302.) وهي قيم ضعيفة مما يدل على تجانس آراء أفراد عينة البحث حول هذه الأبعاد.

وتعزو الباحثة انطباق مقياس الضغوط النفسية تماما بدرجة استجابة عالية على عينة البحث إلى أن مرحلة الثانوية العامة تمثل مرحلة فارقة في حياة الطالب، مما يجعلها فترة مليئة بالكثير من الضغوطات النفسية التي تؤثر عليه.

وربما يرجع السبب في حصول بُعد ضغوطات الامتحانات على الترتيب الأول بدرجة استجابة عالية على أفراد عينة البحث إلى أن فترة الاختبارات تتسبب بقلق وتوتر للطالب في المراحل العمرية عامة، وفي المرحلة الثانوية خاصة، مما يجعلها عبء ثقيل على الطالب.

ويمكن تفسير حصول بُعد ضغوطات المراجعة على الترتيب الثاني بدرجة استجابة عالية على أفراد عينة البحث إلى أن المراجعة هي فترة تسبق الامتحانات التي تمثل فترة عويصة من العام الدراسي، وبالتالي يشعر الطالب بضغط نفسي كبير خوفاً مما سيعتريه أثناء فترة الاختبارات.

كما تعزو الباحثة حصول بُعد ضغوطات الوالدين على الترتيب الأخير بدرجة استجابة عالية على أفراد عينة البحث إلى أن الوالدين هما أكثر شخصان يشعران بمسئوليتهما تجاه أبنائهما، لذلك يحاولان إبداء آرائهما حول القرار الدراسي الخاص بابنهما في المرحلة الثانوية، لأنهما يريدان أن يكون في أعلى المراتب، ولكن ربما ينقصهما ترك حرية الاختيار على الابن نفسه، حتى لا يتسببان بضغط نفسي عليه، فهو أكثر دراية بالمجال الذي يرغب به، والذي يستطيع أن يؤدي فيه بشكل أفضل.

وهناك شبه اتفاق بين هذه النتيجة مع دارسة جوتوم وبرادهان (Gautam& Pradhan, 2017) التي توصلت نتائجها إلى وجود مستويات عالية من الضغوط النفسية بين الطلاب. بينما وُجد شبه اختلاف مع نتيجة بحث الرويلي (٢٠١٥) التي توصلت نتائجها إلى تدني مستوى الضغوط النفسية لدى عينة البحث.

كذلك وجد شبه اختلاف مع دراسة الغامدي (١٤٣٥هـ) التي خلصت نتائجها إلى أن مستوى الضغوط النفسية جاء بدرجة منخفضة لدى عينة البحث في الضغوط الأسرية والعلاقة مع المعلمات والعلاقة مع الزميلات، وأن الضغوط المدرسية جاءت بدرجة متوسطة لدى عينة البحث في المجال الدراسي.

ثانياً: عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثاني: ما مستوى اتخاذ القرار الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة الرياض؟

المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الاستجابة

اتخاذ القرار الدراسي	.23	.078	منخفضة

جدول (٨)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات أفراد العينة في مقياس اتخاذ القرار الدراسي

من الجدول السابق يتبين أن مستوى اتخاذ القرار جاء بمتوسط حسابي (.23)، وانحراف معياري (.078) بدرجة استجابة منخفضة.

ولعل هذا يعزى إلى أن طلبة المرحلة الثانوية يكونوا في مرحلة حرجة من العمر يتوقف عليها مصائرهم ومستقبلهم فبالتالي فإنهم قد يحتاجون آخذ آراء الآخرين مثل الوالدين والمعلمين والأخوة في القرارات المتعلقة بهم حتى يستفيدوا من خبراتهم وتجاربهم في الحياة.

وتختلف تلك النتيجة مع نتيجة دراسة صفوري (٢٠١٤) التي توصلت إلى ارتفاع مستوى اتخاذ القرار المهني لدى طلبة المرحلة الثانوية.

ثالثاً : عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثالث :هل توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية و اتخاذ القرار الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية؟

تم إيجاد معامل ارتباط سبيرمان بين استجابات أفراد عينة البحث لمقياس الضغوط النفسية واتخاذ القرار الدراسي، والجدول التالي يوضح ذلك::

جدول (٩)

معامل ارتباط سبيرمان بين مقياس الضغوط النفسية والدرجة الكلية لمقياس اتخاذ القرار الدراسي

أبعاد مقياس الضغوط النفسية	الدرجة الكلية لاتخاذ القرار الدراسي	
	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
ضغوط الوالدين	-.202*	.044
ضغوط المدرسة	-.336**	.001
ضغوط الزملاء	-.452**	.000
ضغوط المراجعة	-.405**	.000
ضغوط الامتحانات	-.408**	.000
ضغوط أحداث الحياة	-.341**	.001
الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية	-.362**	.000

**الارتباط دال عن مستوى معنوية (٠,٠١). * دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥).

تشير نتائج الجدول السابق إلى ما يلي:

توجد علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمقياس الضغوطات النفسية والدرجة الكلية لمقياس اتخاذ القرار الدراسي، بمعامل ارتباط (**362.-)؛ أي أنه كلما قلت مستوى الضغوطات النفسية، كلما زادت قدرة الشخص على اتخاذ القرار بنفسه.

وتعزو الباحثة وجود علاقة ارتباط سالبة بين الضغوطات النفسية واتخاذ القرار الدراسي إلى أن المرحلة الثانوية ترتبط بمرحلة المراهقة والتي يحدث فيها تغيرات فسيولوجية وسيكولوجية تؤثر على حياة الطالب، وفي نفس الوقت فإن الطالب مطالب بالاستعداد للحياة الجامعية والعملية وتحديد المصير، وفي تلك الظروف فإن يتعرض للمزيد من الضغوط من المحيطين به وخاصة الوالدين وقد يعاني نوعاً من التدخل من الوالدين بسبب الاهتمام الزائد من قبل الوالدين الأمر الذي قد يشكل نوعاً من الضغوط على الطالب، بالإضافة إلى ترقبه للامتحانات ومدى الاستعداد لها، فبالتالي قد يعجز الطالب عن اتخاذ قرارات فردية في حياته، ويحتاج إلى الدعم من الآخرين الذي قد يتحول إلى نوع من الوصاية على قراراته مما ينعكس سلباً على قدرته على اتخاذ القرار.

وهناك شبه اتفاق بين هذه النتيجة مع نتيجة دراسة هندي (٢٠١٣) حيث توصلت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطيه سلبية بين مستوى الضغوط لدى المديرين واتخاذ القرار لدى المعلمين.

رابعاً: عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالإجابة على السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الضغوط النفسية و مستوى اتخاذ القرار الدراسي تعزى لمتغير الجنس ؟

تم حساب اختبار ت (T-test) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات مفردات عينة الدراسة وفقاً لمتغير الجنس، وكانت نتائج التحليل حول ما يتضمنه محاور الدراسة كما هو موضح بالجداول التالية:

جدول (١٠)

المتوسطات، والانحرافات المعيارية، وقيم (ت)، لدلالة الفروق

بين آراء أفراد العينة وفقاً لمتغير الجنس

المحور	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(ت) المحسوبة	درجات الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
مقياس الضغوط النفسية	ذكر	61	2.48	.178	-1.090	98	.278	غير دال
	أنثى	39	2.52	.154				
مقياس اتخاذ القرار المدرسي	ذكر	61	.23	.083	.961	98	.339	غير دال
	أنثى	39	.22	.068				

يتضح من خلال نتائج الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠,٠٥ فأقل في استجابات أفراد العينة وفقاً لمتغير الجنس حول مقياس الضغوط النفسية ومقياس اتخاذ القرار الدراسي.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الذكور والإناث على حد سواء يشعرون بنفس الضغوط النفسية في المرحلة الثانوية، مما لا يجعلهم قادرين على اتخاذ القرار الدراسي بشكل جيد.

وهناك شبه اتفاق بين هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الرويلي (٢٠١٥) التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس.

كما وُجد شبه اتفاق مع دراسة صفوري (٢٠١٤) التي توصلت نتائجها إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في اتخاذ القرار المهني تعزى لمتغير الجنس.

بينما وُجد شبه اختلاف مع دراسة برابو (Prabu,2015) التي توصلت نتائجها إلى وجود فروق بين الجنسين فيما يتعلق بالضغوطات النفسية حيث أن الضغوط النفسية للذكور أعلى من الإناث.

كما وجد شبه اختلاف مع دراسة الشرفا (٢٠٠٥) التي خلصت نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة على في اتخاذ القرار تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

التوصيات:

- الاهتمام بالجوانب النفسية عن طريق الاهتمام بتقديم الخدمات الإرشادية للطلاب في المرحلة الثانوية.
- تبصير الطلاب بأهمية الجانب الروحاني أو الديني؛ إذ يكفل للإنسان الاطمئنان؛ لزرع الإحساس بداخل الطلاب عن وجود قدرة إلهية عظيمة يلجأ إليها الشخص في أي وقت عن طريق استقدام رجال دين من المشهود لهم بسلامة فكرهم لتقديم محاضرات وندوات في المدارس.
- عقد ندوات للطلاب تحثهم على كيفية التغلب على الضغوط النفسية التي تواجههم.
- تدريب الطلاب على الخطوات السليمة لاتخاذ القرار من خلال استقدام متخصصين متمرسين لإلقاء محاضرات عليهم .
- تقديم برامج تنمية البشرية تساعد الطلاب على لمواجهة الأفكار سلبية.
- توعية الآباء عن طريق الاجتماعات المخصصة ومجلس الآباء بطرق التربية السليمة لضمان بيئة نفسية صحية للطلاب.
- تفعيل دور الأخصائيين نفسيين لدراسة الحالات النفسية للطلاب وتقديم الحلول المناسبة لهم.
- تدريب الطلاب على المشاركة البناءة في عملية اتخاذ القرار سواء في أمور حياتية أو أمور تتعلق بالأسرة أو مستقبلهم وذلك عن طريق تقديم العديد من الأنشطة الصفية واللاصفية التي تدعم اتخاذ القرار الدراسي لديهم.

المقترحات:

- إجراء دراسات مستقبلية حول الضغوط النفسية وأثرها على الطلاب بالمراحل العمرية المختلفة.
- إجراء دراسات عن المشاكل والصعوبات التي تواجه طلاب الثانوية التي تسبب لهم ضغوطاً نفسية.
- إجراء دراسات مستقبلية حول أثر اتخاذ القرار على مستقبل الطلاب.

- إجراء دراسات مستقبلية حول أثر البيئة الاجتماعية على الطلاب وكيف تؤثر عليهم كأفراد.
- دراسة الجانب الأسري وأثره على الحالة النفسية للطلاب من خلال دراسة المشكلات التي تتسبب في الضغوط النفسية.

قائمة المراجع :

أولاً: المراجع العربية:

أحمد، خولة تواتي. (٢٠١٤). *اتخاذ القرار الدراسي وعلاقته بكل من مركز الضبط وتحمل المسئولية الشخصية*. رسالة ماجستير غير منشورة، السودان: كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الوادي.

باهي، مصطفي حسين؛ حشمت، حسين أحمد؛ حسن، نبيل السيد. (٢٠٠٢). *المرجع في علم النفس الفسيولوجي نظريات-تحليلات-تطبيقات*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

بلقاسم، محمد؛ شتوان، حاج. (٢٠١٦). الضغوط النفسية وعلاقتها بأسباب الغياب المدرسي عند تلاميذ الطور الثاني. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، ١(٣) ١١٢-١٣٦.

جروان، فتحي عبد الرحمن. (٢٠٠٧). *تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات*. عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون.

حسين، سلامة عبد العظيم. (٢٠٠٥). المحاكاة بالكمبيوتر كمدخل لفاعلية صنع القرار المدرسي. *مستقبل التربية العربية*، ١١(٣٩)، ١١٥-١٩١.

حسين، كامل عبود. (٢٠١٤). *الضغوط النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى بعض رؤساء الأندية الرياضية العراقية*. العراق: جامعة ديالي، كلية التربية الرياضية.

خوج، حنان أسعد. (٢٠١٣). *الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية*. جدة: جامعة الملك عبد العزيز.

الدوسري، فاطمة بنت علي بن ناصر. (٢٠١٦).الضغوط النفسية المدركة وأساليب التعامل معها لدى طالبات المرحلة الثانوية المتفوقات والمتأخرات دراسياً: دراسة مقارنة. *مجلة كلية التربية جامعة طنطا*، ٦٣(٣)، ٣٢٣-٣٦٥.

الرويلي، مد الله مضحي هزيم. (٢٠١٥). مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة الموهوبين والمتفوقين في المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية جامعة الأزهر*، (١٦٦) ، ٤١٠-٤٢٥.

سناء، بوزريبة. (٢٠١٧). مدى مساهمة التصورات والانتظارات المهنية في اختيار التخصص المهني. دراسة ميدانية بمؤسسات التكوين المهني لولاية الطارف. *مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية*، (٣٦)، ١٢٧-١٣٨.

السواط، وصل الله بن عبد الله حمدان. (١٤٢٩هـ). *فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تحسين مستوى النضج المهني وتنمية مهارة اتخاذ القرار المهني لدى طلاب الصف الأول الثانوي بمحافظة الطائف*. رسالة دكتوراه غير منشورة، المملكة العربية السعودية: كلية التربية، جامعة أم القرى.

الشرفا، نجود جميل. (٢٠٠٥). *أنماط التنشئة الوالدية وأثرها في اتخاذ القرار المهني لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الكرك*. رسالة ماجستير غير منشورة، عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الأردن.

شقير، زينب. (٢٠٠٢). *الشخصية السوية والمضطربة*. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

الشيخ، معتصم عبد الفتاح. (٢٠١٢). *الإدارة التربوية الحديثة وأثرها في التعليم*. عمان: دار البداية للنشر والتوزيع.

الصديقي، سحر بنت عبد الرحمن مفتي. (١٤٣٠هـ). *مكانة الحوار ومعوقاته في تنشئة الأسرة المسلمة دراسة مسحية على طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة*. رسالة دكتوراه غير منشورة، المملكة العربية السعودية: عمادة الدراسات العليا، جامعة طيبة.

صفوري، مصطفى بشير. (٢٠١٤). *الكفاءة الذاتية وعلاقتها باتخاذ القرار المهني لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة الجليل الأعلى*. رسالة ماجستير غير منشورة، الأردن: كلية التربية، جامعة اليرموك.

بو صلب، عبد الحكيم. (٢٠١٣). أسلوب اتخاذ القرار كمدخل معرفي لبناء عملية الاختيار الدراسي والمهني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. *مجلة العلوم الإنسانية*، (٤٠)، ٤٦٥-٤٩٠.

العنزي، مرزوق. (٢٠١٣). *الشخصية القيادية وصنع القرار*.الكويت: دار المسيلة للنشر والتوزيع.

الغامدي، ريم حمدان صالح آل الشيبة. (١٤٣٥هـ). *الضغوط النفسية وعلاقتها بالنضج الانفعالي لدى الطالبات المتفوقات دراسياً في المرحلة الثانوية في منطقة الباحة*. رسالة ماجستير غير منشورة، المملكة العربية السعودية: كلية التربية، جامعة الباحة.

غانم، محمد حسن. (٢٠٠٩). *كيف تهزم الضغوط النفسية أحدث الطرق العلمية لعلاج التوتر*. القاهرة: دار أخبار اليوم.

الغرير، أحمد نايل؛ أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (٢٠٠٩). التعامل مع الضغوط النفسية. عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.

قاسم، عبد الله محمد. (٢٠٠٤). *مدخل إلى الصحة النفسية*. عمان: دار الفكر.

هندي، عاطف يوسف. (٢٠١٣). *مستوى الضغوط النفسية لدى مديري المدارس الثانوية الخاصة في محافظة العاصمة عمان وعلاقته بمشاركة المعلمين في اتخاذ القرار*. رسالة ماجستير غير منشورة، الأردن: كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية.

وزارة المعارف. (١٤١٦هـ). *سياسة التعليم في المملكة العربية السعودية*. المملكة العربية السعودية: اللجنة العليا لسياسة التعليم.

ياسين. ثناء محمد أحمد. (٢٠١٢). فاعلية استخدام بعض إستراتيجيات ما وراء المعرفة في تدريس وحدة من مقرر الأحياء لتنمية التحصيل الدراسي واتخاذ القرار لدى طالبات الصف الأول ثانوي بمدينة مكة المكرمة. *مجلة التربية العملية*، ١٥(٣)، ٣١-٧٥.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

Akande, J. A., Oloonirejuaro, A. O., & Kalu, C. E. (2014). A Study of Level and Sources of Stress among Secondary School Students. *IOSR Journal of Research and Method in Education*, 4(5), 32-6.

Gautam, P. & Pradhan, M. (2017). Stress as related with conduct and achievement in adolescents students. *Indian Journal of health and wellbeing*, 8(5);382-87.

Hong, J. and Chang, N. (2004). Analysis of Korean High School Students' Decision-Making Processes in Solving a Problem Involving Biological Knowledge. Research in Science Education, (34) 97–111.

Prabu, S. (2015). A Study on Academic Stress among Higher Secondary Students. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 4(10), 63-68.