

وعى الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية وعلاقتها ببعض المتغيرات

سماح عبد الفتاح عبد الجواد احمد

تخصص إدارة المنزل والمؤسسات - قسم الاقتصاد المنزلي - كلية التربية النوعية - جامعة الزقازيق

تاريخ القبول: ٢٠١٦/٤/٣٠

تاريخ التسليم: ٢٠١٥/١٢/٣٠

الملخص

الشباب هم رأس مال الأمة وعدتها وحاضرها ومستقبلها وأعلى ثروتها الأمر الذي جعل الاهتمام بهذه الفئة أمراً هاماً وضرورياً وخاصة هذه المرحلة والتي تعد من أهم مراحل حياة الفرد حيث يتعرض فيها الشباب للكثير من التحديات وخاصة الشباب الجامعي وهذا ما أكدته الدراسات الحديثة بأن طلاب الجامعة هم أكثر عرضه لهذه التحديات والمواقف والأحداث الجديدة والمتعددة والضاغطة في حياتهم الجامعية. لذلك كان الهدف من الدراسة وبصفة رئيسية دراسة وعى الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية وعلاقتها ببعض المتغيرات، ولقد تم اختيار عينة صدفية قوامها (٤٠٠) طالب وطالبة ومن مستويات إجتماعية وإقتصادية وتعليمية مختلفة، وتم تطبيق الاستبيان عليهم المكون من (استمارة البيانات العامة للشباب الجامعي، وعى الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية وعلاقتها ببعض المتغيرات. وقد أظهرت النتائج وجود فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير السن لصالح الأكبر سناً، ووجود فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير النوع لصالح الذكر، ووجود فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير المسكن لصالح الحضر، ووجود فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير التخصص العلمي لصالح رياض الأطفال، ووجود فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير حجم الأسرة لصالح الأسرة صغيرة الحجم، ووجود فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير عمل الشباب لصالح لايعمل، ووجود فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير دخل الشاب الجامعي لصالح مستوى الدخل المرتفع، ووجود فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للأب لصالح المستوى التعليمي المرتفع للأب، ووجود فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير الدخل الشهري للأسرة لصالح مستوى الدخل الشهري المرتفع، ووجود علاقة ارتباطيه دالة موجبة بين وعى الشباب الجامعي بالضغوط الحياتية (ككل) وعند كل مكون من مكوناتها وبعض المتغيرات الديموجرافية.

كلمات دلالية: الشباب الجامعي - الضغوط الحياتية - بعض المتغيرات.

المقدمة

وإذا فسدت فسد المجتمع ككل وتخلف عن ركب الحضارة. ويضيف حازم البيلالوي (٢٠٠٠) أنه يمكن النظر إلى المكانة التي يشغلها الشباب في كافة المجتمعات بوصفها نتاجاً للتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والتربوية وتكمن أهمية الشباب بالنسبة للمجتمع فيما يمثله من مصدر التجديد والتعبير من خلال المشاركة في أهداف المجتمع.

يعتبر الشباب في أي مجتمع المرأة الصديقة التي تعكس هذا المجتمع ومدى تقدمه والدليل الذي يمكن أن يعتمد عليه في التنبؤ بمستقبله (أحلام الدمرداش، ٢٠٠٠). وتؤكد فاطمة النبووية، ماجدة سالم (١٩٩٩) أن الشباب هم أمل الأمة وسواعدها التي تنهض عن طريقها، حيث يمثل قوة لا يستهان بها فإذا صلحت صلح المجتمع وارتقى

العمل والدراسة والضغط الأسرية وضغوط تربية الأبناء ومعالجة مشكلات الصحة والأمور المالية والأزمات المختلفة كما نتعرض يوميا للضغوط ذات المصادر الداخلية مثل الآثار العضوية والنفسية والسلبية التي تنتج عن أخطائنا السلوكية، ويؤكد مروان دياب (٢٠٠٦) على أن هذه الضغوط قد تؤدي إلى الوقوع في العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية كالعزلة والوحدة والشعور بالإغتراب والميل إلى العدوانية والجروح واليأس والإطواء والإنسحاب وفقدان الثقة بالنفس والشعور بالعجز. ويمكن تقسيم أنواع الضغوط حسب إستمراريتها مع الفرد إلى:

١- الضغوط المزمّنة: وهي ضغوط تحيط بالفرد لفترة زمنية طويلة، ولا يستطيع الفرد مواجهتها، وخاصة إذا كان الموقف الضاغط أشد صعوبة من مقدرة الفرد على التحمل، وهذا بدوره سيعرضه إلى الآلام المزمّنة، وهذه الضغوط المزمّنة تعد ضغوط سلبية حيث يجمع الفرد طاقاته لمواجهة هذه الضغوط، ونتيجة لذلك يظهر على الفرد أعراض نفسية وفسولوجية.

٢- الضغوط المؤقتة: هي ضغوط تحيط بالفرد لفترة زمنية قصيرة ثم تنتهي؛ مثل: ضغوط الإمتحانات، أو مواجهة موقف صعب مفاجئ، أو الزواج الحديث إلى غير ذلك من الظروف المؤقتة التي لا تدوم آثارها لفترة طويلة، ومعظم هذه الضغوط تكون سوية (سيد عجاج، ١٩٩٢) وترى آمال الفقي (١٩٩٧) أن الضغوط نوعان تتمثل في:

- (١) ضغوط سوية (موجبة): وهي مواقف ضاغطة تتضمن مطلباً في حدود إمكانيات الفرد ويمكن إشباعها، حتى تساعد على التوافق والترابط وتكوين الصداقات.
- (٢) ضغوط غير سوية (السلبية): والتي تشتمل على مطالب تفوق إمكانيات وقدرات وإستعدادات الفرد

ويوضح عبدالهادي الجوهري (١٩٩٦) أنه على الرغم من الأهمية التي يشغلها الشباب إلا أنه يواجه العديد من المشكلات المختلفة، فحياة الإنسان أصبحت أكثر تعقيداً، وذلك لأنها تزخر بالكثير من الضغوط والمطالب المختلفة، فقد إنتقلنا من عصر الثورة إلى عصر المعلومات والمعرفة بكل عواقبه العميقة التأثير، لذا فإننا نواجه تحديات ومشاكل في حياتنا، لذلك يرى أحمد عكاشه (١٩٩٨) أن هذا العصر هو عصر القلق. وأشارت أمل العنزي (٢٠٠٤) على أن العصر الحالي يسمى عصر الضغوط ويشير ممدوحة سلامه (١٩٩١) أن تعرضنا للضغوط أمر حتمي لا مفر منه، فواقع الحياة محفوف بالعقبات والصعوبات وأشكال الفشل والنكسات والظروف غير المواتية، ونحن لا نستطيع تجنب الفشل أو الإحباط أو الفقد، ولا نستطيع أن نتجنب أو نهرب من متطلبات التغيير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل النمو، ويخلص سميث كل ذلك في قوله " لآحياء بدون ضغوط، وحيث توجد الحياة توجد الضغوط ".

فالحياة ليست سهلة ميسرة ويقول الله تعالى في كتابه العزيز "لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ" صدق الله العظيم سورة البلد الآية (٤) أي مشقة وتعب وعناء. لذلك أصبح من المسلم به بأن هذه الضغوط تجعل الإنسان عرضة للإنهيار العصبي والوقوع فريسة للإضطرابات النفسية، حيث أن الشعور بإنعدام القوة وقلة التحمل، وعدم القدرة على التحكم في الأحداث والمشكلات هي مسببات للإضطرابات النفسية. ويضيف إبراهيم عبد الستار (١٩٩٨) أن الفرد يواجه مجموعة من الأحداث الضاغطة التي تضم خبرات غير مرغوب فيها وأحداث قد تتطوي على الكثير من مصادر التوتر وعوامل الخطر والتهديد في كافة مجالات الحياة، وهذا من شأنه أن يجعل الأحداث الضاغطة تلعب دوراً في نشأة الأمراض النفسية والجسمية ومن ثم فالأحداث هي متغيرات نفسية اجتماعية تسهم في اختلال الصحة النفسية لدى الفرد، وترتبط هذه الضغوط بأحداث الحياة اليومية فكلنا بلا إستثناء نتعرض يوميا لمصادر متنوعة من الضغوط الخارجية بما فيها ضغوط

خارجية(أى تأتي من البيئة الخارجية، وهى كثيرة كالضوضاء والظروف الطبيعية كالزلازل والبراكين والأعاصير، والملوثات وغيرها.

- ٢- عدد المتأثرين بها: وتصنف إلى العامة (أى التي يتأثر بها عدد كبير من الناس كالأحداث المزلة)، فى مقابل الخاصة التي تؤثر على فرد واحد أو على عدد محدود من الأفراد (كحوادث الطرق، أو منغصات الحياة اليومية)
- ٣- مجال الحياة: منها المجال الإقتصادي أو السياسي أو الإجتماعي أو الإداري والتنظيمي، وهكذا.

مما لا شك فيه بأن هذه الضغوط بأنواعها المختلفة سواء أسرية أو إجتماعية أو إقتصادية أو تعليمية أو مهنية أو نفسية إنفعالية لها تأثير على النفس البشرية برود أفعال مختلفة ومتنوعة وبدرجات مختلفة. ويؤكد إبراهيم عبد الستار (١٩٩٨) أن الشخص يشعر ببعض الإنذارات التي تعطي مؤشراً باتجاه وجود ضغوط مرتفعة أو حالات من الإجهاد، ويستلزم إزاء هذه الإنذارات اتخاذ بعض الإجراءات لخفض التوتر أو الضغوط لكي لا تتحول عند استمرارها لفترة طويلة إلى حالات مرضية. وهذه الإنذارات: إضطرابات النوم، إضطرابات الهضم، إضطرابات التنفس، خفقان القلب، التوجس والقلق على أشياء لا تستدعي ذلك، أعراض اكتئابية، التوتر العضلي والشد، الغضب لأتفه الأسباب، التفسير الخاطئ لتصرفات الآخرين ونواياهم، الإجهاد السريع، تلاحق الأمراض والتعرض للحوادث.

ويضيف هولهان وموس (Holahan & Moos, 1990) أن إدراك الفرد للأحداث الضاغطة، وقدرته على مواجهتها يتوقف على طبيعة المصادر النفسية والاجتماعية المتاحة للفرد، فإذا كان الفرد يعتقد فى قيمته وكفايته وتمكنه وفاعليته، فانه سوف يكون أقل تأثراً بالأحداث الضاغطة، وأكثر ايجابية وقدرة على مواجهتها، بينما من يعتقد فى عدم كفايته أو تمكنه أو قيمته أو شعوره بأنه وحيدا دون مساندة اجتماعية فعالة فى مواجهة الضغوط، فإنه فى هذه الحالة يصبح الفرد أكثر تأثراً

العقلية، وفي هذه المواقف يترتب عليها عدم التوافق ومظاهر سلوكية وإنفعالية لا تنتمي للسوية. ولقد حدد أحمد عكاشة (١٩٩٨) أربعة أنواع للضغوط هي:

- ١- ضغوط حادة: تتمثل فى فقدان أحد الوالدين أو كليهما وفقد المال المفاجئ وفقد المهنة والعمل.
- ٢- ضغوط طويلة المدى: تتمثل فى تنافس الضغوط وتراكمها على مدى الأيام مثل الشخصية الطموحة التي تنقصها القدرة على تحقيق رغباتها أو عدم التوافق فى الزواج سواء من الناحية العاطفية والمزاجية.

٣- ضغوط ذاتية: يقصد بها الضغوط التي تؤثر على الفرد بعينه فى المجال الإجتماعي أو مجال العمل مثل النزاع المستمر بين الفرد ورؤسائه أو زملائه فى العمل وكل ما يعتبره أهانه لذاته أو لكرامته.

٤- ضغوط جسميه: تتمثل فى إصابه الفرد بالأمراض الشديدة أو المزمنة كالإصابة بالفيروسات الكبدية، أو مرض السرطان أو الفشل الكلوي.

وترتبط ممدوحة سلامه (١٩٩١) بين الضغوط وأحداث الحياة، وتري أنه يمكن تقسيم الأحداث الحياتية الضاغطة إلى ثلاثة أقسام هي:

١- أحداث رئيسية جسمية: مثل فقد شخص عزيز، الطلاق وإنفصال الوالدين وما يستتبعه من هدم لكيان الأسرة.

٢- أحداث أقل ضغط: مثل الضغوط الاقتصادية كفقده الوظيفة أو الفشل فى العمل.

٣- منغصات ومضايقات يومية مثل: مشكلات الأبناء، صعوبة الحصول على متطلبات الحياة، الاضطرابات الصحية البسيطة والعارضة.

ويضيف جمعه يوسف (٢٠٠٤) وجود ضغوط من حيث:

١- المنشأ: وتصنف إلى ضغوط داخلية (أى من داخل الفرد مثل الحاجات والمتغيرات الفسيولوجية، والطموحات والأهداف وغيرها)، فى مقابل

على مواجهة الأحداث الضاغطة بكفاية وإقتدار وثقة وتمكن.

كما أشار كلا من (Johnson & Sarasan, 1979) أن مصدر الضبط يعتبر أحد أهم متغيرات الشخصية وأقواها والتي يفترض أن تخفف أو تعدل، بل وأحياناً تقي من الأثر النفسي الذي تحدثه الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية، فالأشخاص الذين يتعرضون للضغوط ولديهم إعتقاد في قدراتهم على التحكم في أمور حياتهم سوف يحتفظون بصحتهم الجسمية والنفسية عن هؤلاء الذين يشعرون بالعجز في مواجهة القوى الخارجية وهي ترى أن إدراك التحكم يظهر فيما يلي (القدرة على إتخاذ القرار، والاختيار بين بدائل متعددة، التحكم المعرفي أى القدرة على التفسير والتقدير للأحداث الضاغطة، القدرة على المواجهة الفعالة مع بذل المجهود مع دافعية كبيرة للإنجاز والتحدى).

ومن ثم يمكن مناقشة دور المساندة الاجتماعية حيث لا يمكن فصل ما هو نفسي عما هو إجتماعي حيث يرى عماد مخيمر (٢٠١١) أن المساندة الاجتماعية تلعب دوراً هاماً في نمو ودعم المتغيرات النفسية (كتقدير الذات، والفعالية الذاتية، ومصدر الضبط) كما أنها تتفاعل مع هذه المتغيرات النفسية كي تخفف من شدة وقع الأحداث الضاغطة على الفرد، بل وتقي الفرد أحياناً من الآثار المترتبة على التعرض لهذه الأحداث، فالمساندة الاجتماعية تشتمل على مكونين رئيسيين هما (الأول: أن يدرك الفرد أن هناك عدد كاف من الأشخاص في حياته يمكن أن يرجع إليهم وقت الحاجة، والثاني: أن يكون لدى الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له، والاعتقاد في كفاية الدعم)، ويضيف محمد الشناوى، ومحمد عبد الرحمن (١٩٩٤) أن للمساندة الاجتماعية دوران أساسيان في حياة الفرد وهما (الأول: الدور الإنمائي وفيه يكون الأفراد الذين لديهم علاقات اجتماعية ويتبادلونها مع غيرهم يدركون أن هذه العلاقات يوثق بها أفضل من ناحية الصحة النفسية عن هؤلاء الذين يفتقرون إلى هذه العلاقات وبالتالي فهي تسهم في التوافق الإيجابي والنمو الشخصي،

بالأحداث الضاغطة، وأقل قدرة على مواجهتها، كما إنه يصبح أكثر عرضه للمرض النفسي.

وهناك بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية والتي تجعلنا نتحمل قسوة الحياة وشدة الضغوط، تلك المتغيرات من شأنها التخفيف من الآثار السلبية عند تعرض الفرد لأحداث الحياة الضاغطة بل وتجعلنا نتعايش معها ونستمر في الإحتفاظ بصحتنا الجسمية والنفسية حتى تحت وطأة الضغوط، فهي بمثابة حصن واقى من الأثر النفسي الذي تحدثه الضغوط الحياتية.

ويضيف عماد مخيمر (٢٠١١) أن التدين من أهم المتغيرات النفسية والاجتماعية المخففة من حدة وقع الضغوط، فالشخص المتدين تديناً جوهرياً وليس ظاهرياً يعرف حقوقه وواجباته وكذلك حقوق الآخرين ويعتبر أن المشكلات والضغوط هي اختبار لمدى تدينه ولا يعتبرها تهديداً، كما أن مواظبته على أداء الفروض يجعله أكثر شعوراً بالهدوء والراحة والسكينة مما يشكل أكبر حصانة ضد الأمراض النفسية والسلوكية. كما يرى أن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية، فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون وهم أكثر صموداً ومقاومة وانجازاً وضبطاً داخلياً وسيطرة وقيادة وأكثر شعوراً بالأمن والمرونة والنشاط والواقعية.

وترى ممدوحة سلامة (١٩٩١) أن تقدير الذات أحد أهم متغيرات الشخصية والتي تمثل وقاية أو حصانة في مواجهة الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية، فإدراك الفرد لقيمه الذاتية وكفايته لا يعتبر فقط أهم متغير في قدرة الفرد على المواجهة الناجحة للضغوط فحسب، ولكنه يعتبر أهم متغير في حياة الفرد وشخصيته على الإطلاق، ويؤكد علي أن الفاعلية الذاتية هي أحد المتغيرات الوسيطة بين إدراك الفرد للأحداث الضاغطة وبين مواجهته لها؛ مما يعطيه شعوراً بالثقة بالنفس والقدرة على التغلب على مشكلاته والتحكم في أمور حياته وتصبح الفاعلية الذاتية في نفس الوقت مؤشراً لقدرة الفرد

ويضيف (Sharp & Cowie 1998) إنه قد يكون للوسط الاجتماعي والثقافي دور وقائي من الأمراض النفسية والعقلية، وقد يمثل هذا الوسط الاجتماعي عامل خطورة Risk Factor للتنبؤ بالأمراض النفسية والعقلية، والأمر يتوقف على عدة متغيرات منها : الأسرة بما فيها من علاقات وأساليب معاملة بين الوالدين وبين الوالدين والأبناء مما قد يشكل مهارات واتجاهات وسلوكيات الأبناء، وكذلك توجد متغيرات ثقافية واجتماعية أخرى بجانب الأسرة تؤثر على الأبناء مثل: الأسلوب الثقافي المتبع في التعامل مع الأبناء بحسب النوع (ذكور، إناث) والسن (طفولة، مراهقة، رشد، شيخوخة) وكذلك المعتقدات الدينية، والمستوى الاجتماعي الإقتصادي.

ويؤكد مازن شمس (2005) أن طلاب الجامعة الذين يلقون القبول الاجتماعي لسلوكهم والمساندة الاجتماعية والعاطفية من أسرهم هم الأفراد الذين يستطيعون مواجهة أحداث الحياة الضاغطة في تعاملهم مع البيئة المحيطة، ولديهم القدرة على التوافق السريع مع البيئة الجامعية. لذلك فإن إهتمام الدول بشبابها لتحثل مكانة مرموقة بين الأمم وتزري في شبابها أداة لتحقيق آمالها وبلوغ أهدافها المنشودة ويتمثل هذا الإهتمام بما تقوم به من أعمال وجهود تجاه فئة الشباب وخاصة ما تقوم به الجامعة والأسرة من أساليب توعية ووقاية ورعاية لهم، وبالرغم من كل الجهود المبذولة من أجل هذه الفئة الهامة من المجتمع، إلا أن هناك معيقات قد تحول من قيامهم بدورهم على الوجه الأكمل، ومن أبرز هذه المعيقات الضغوط التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية التي قد تشعرهم بالضغط النفسي وما قد يلازمه من شعورهم بالضيق والقلق والتوتر وأحيانا يصل إلى حد الاكتئاب والانتحار كما تحدث أيضا أمراض جسدية مختلفة وبالتالي ينعكس كل ذلك بالسلب على كافة مناحي حياتهم المختلفة.

وتتبلور مشكلة البحث الحالي في التعرف على وعي الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية وعلاقتها ببعض المتغيرات

أما الثاني: فهو الدور الوقائي حيث يكون لها اثر مخفف لنتائج الأحداث الضاغطة، وكلما كانت العلاقات عميقة ويوثق بها، ومساندة كما وكيفا كان وقع الأحداث الضاغطة أخف كما أن المساندة تحسن من أساليب تفاعل الفرد مع الضغوط.

وتري الباحثة أن المساندة الاجتماعية تلعب دوراً هاماً في صحة الفرد النفسية والجسمية بكل أنواعها المختلفة منها: مساندة بالتقدير، المساندة بالمعلومات، الصحة الاجتماعية، المساندة الإجرائية. فهي مصدراً هاماً من مصادر الأمن الذي يحتاجه الإنسان من عالمه الذي يعيش فيه.

المشكلة البحثية

يعتبر شريحة الشباب بصفة عامة والشباب الجامعي بصفة خاصة أكثر شرائح المجتمع عرضه لضغوط الحياة المعاصرة سواء أكانت ضغوطاً أكاديمية أو أسرية أو إنفعالية نفسية وعاطفية أو إقتصادية أو ضغوط متعلقة بالعلاقات مع الآخرين، سواء في السنوات الأولى، حيث قد يفقد الفرد أنظمة المساندة الاجتماعية الفعالة (كالأب- الأم- الأصدقاء) لبعده عنهم بسبب الدراسة، كما تزداد عليه الضغوط الأكاديمية التي تختلف عما إعتاده في سنوات ما قبل الجامعة، وفي السنوات النهائية تزداد التغيرات الاجتماعية والإقتصادية، مما يضاعف من حدة القلق والتوترات التي يستشعرها طالب الجامعة وتنعكس على مستواه التحصيلي وصحته الجسمية والنفسية .

وقد تكمن خطورة تلك الضغوط في مدى ما تتركه من آثار سلبية على نمط شخصياتهم بأبعادها المختلفة، الأمر الذي يؤدي إلى اختلال الآليات الدفاعية لدى البعض منهم لعدم قدرتهم على إحتتمالها في حين قد يحاول بعضهم الأخر تحقيق قدرا من التكيف والتلاؤم معها، إدراكاً منهم بأنهم قادرين على تحديدها ومواجهتها أيأ كانت مصادرها محاولين بذلك الإستماع بالقدر المناسب من السعادة النفسية.

- **الشباب الجامعي:** يقصد به إجرائيا كل طالب أو طالبة ذكر أو أنثى يمر بمرحلة التعليم الجامعي ويقع فى الفئة العمرية ١٧- ٢٣ سنة.

- **الضغوط الحياتية:** ويقصد بها إجرائيا: "هي مجموعة أو جملة من المواقف والصعوبات والأحداث الحياتية الضاغطة التي يتعرض لها الشباب الجامعي وتسبب له الإحساس بالتوتر والقلق والضيق وذلك نتيجة وجود فجوة بين قدرته على التعامل معها بكفاءة مع متطلبات البيئة المحيطة وبين مستوى تلك المتطلبات وذلك فى مواقف الحياة المختلفة(الضغوط الأسرية- الضغوط الإجتماعية- الضغوط الإقتصادية-الضغوط التعليمية والمهنية - الضغوط النفسية والعاطفية والإنفعالية)

٣- **عينة البحث:** إشملت على(٤٠٠) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية النوعية بالزقازيق تم اختيارهم بطريقة صدفية ومن مستويات إجتماعية وإقتصادية وتعليمية مختلفة.

٤- **الحدود المكانية:** تم تطبيق أدوات البحث على عينة صدفية من طلاب كلية التربية النوعية، جامعة الزقازيق

٥- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق أدوات البحث وتجميعها فى الفترة الزمنية(يناير، فبراير، مارس) لعام ٢٠١٤.

٦- **المتغيرات البحثية:**

- المتغير المستقل: بعض المتغيرات الإجتماعية والإقتصادية

- المتغير التابع: الضغوط الحياتية.

٧- **فروض البحث:**

١- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينة البحث فى الوعي ببعض الضغوط الحياتية (الأسرية، الاجتماعية، الاقتصادية، التعليمية والمهنية، النفسية والأنفعالية والعاطفية) تبعا

أهداف البحث

استهدف البحث بصفه رئيسية دراسة وعى الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية وعلاقتها ببعض المتغيرات وذلك من خلال الآتي:

١- قياس مستوى وعى الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية المختلفة.

٢- دراسة العلاقة بين الخصائص الإجتماعية والإقتصادية لأفراد العينة(مكان السكن، دخل الأسرة، عمل الوالدين، حجم الأسرة، تعليم الوالدين) ووعيهم ببعض الضغوط الحياتية.

٣- دراسة الفروق بين أفراد العينة ووعيهم ببعض الضغوط الحياتية تبعا لإختلاف النوع، السن، التخصص العلمي، دخل الشاب، عمل الشاب.

أهمية البحث

تكمن أهمية البحث فى:

١- الإهتمام بالشباب كشريحة عمرية هامة بين فئات المجتمع، وما يكتنفها من مشكلات متعددة تستدعى إهتمام المسؤولين بشئون التعليم بضرورة مراعاتها وأخذها بعين الاعتبار.

٢- مدى مساهمته فى توفير القدر المناسب من المعلومات التي من شأنها أن تفيد أولياء الأمور وأساتذة الجامعات فى التعرف على حجم تلك المشكلات والتحديات التي تعترضهم وأسبابها وخطورتها على حياتهم من خلال مساندتهم ومد يد العون لهم حتى يستطيعوا مواجهتها والتصدي لها.

الأسلوب البحثي

١. **منهج البحث:** يتبع هذا البحث المنهج الوصفي التحليلي

٢. **التعاريف الإجرائية للبحث:**

الإجتماعية ويتكون من ١٥ عبارة، الضغوط الإقتصادية ويتكون من ١٥ عبارة، الضغوط التعليمية والمهنية ويتكون من ٢٠ عبارة، الضغوط النفسية والإفعالية والعاطفية ويتكون من ٢٠ عبارة) وتجيب (عينة البحث) على الخمس محاور بما يناسبها وتحدد إستجابتها وفق ثلاث إختيارات (دائماً، أحياناً، نادراً) وتم التصحيح طبقاً للتقدير الثلاثي (٣، ٢، ١) للعبارات الموجبة، (١، ٢، ٣) للعبارات السالبة.

الصدق والثبات:

أولاً: اختبار صدق محتوى الإستمارة:

للتحقق من صدق محتوى الإستبيان تم عرضه في صورته الأولية علي مجموعة من المحكمين من الخبراء والأساتذة في مجال التخصص في الجامعات المصرية (إدارة المنزل والمؤسسات) وذلك للحكم علي مدى مناسبة كل عبارة للمحور الخاص بها وكذلك صياغة العبارات وإضافة أي عبارات مقترحة، وتم حساب نسبة الاتفاق لدي المحكمين علي كل عبارة من عبارات الإستبيان، وتم إستبعاد العبارات التي نقل نسبة إتفاق المحكمين عليها، وبذلك يكون الإستبيان قد خضع لصدق المحتوى، وقد بلغت نسبة إتفاق السادة الأساتذة المحكمين علي عبارات الإستبيان (٨٥%)

كما تم حساب الصدق باستخدام معامل كندال Kendall's tau-b لعبارات المقياس الخاص بوعي الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية وجد أن معامل كندال للمحاور (ككل) هو (٠.٩٤٥) وهي قيمة دالة عند مستوى معنوية (٠.٠١) وتعتبر هذه القيمة عالية بالنسبة لهذا النوع من حساب الصدق وتؤكد الاتساق الداخلي للمحاور ككل.

ثانياً: اختبار ثبات الاستمارة:- تم التطبيق على عينة قوامها ١٠ تتوافر فيها نفس شروط عينة الدراسة وبعد التطبيق تم حساب الثبات بطريقتين:

حساب معامل ألفا لتحديد الاتساق الداخلي للمقياس:- تم حساب ثبات الاستمارة Reliability باستخدام معامل الثبات والاتساق الداخلي وذلك عن

لمتغيرات المستوى الاجتماعي والاقتصادي (النوع، المسكن، عمل الشباب).

٢- يوجد تباين دال إحصائياً بين متوسطات درجات عينة البحث في الوعي ببعض الضغوط الحياتية (الأسرية، الإجتماعية، الإقتصادية، التعليمية والمهنية، النفسية والإفعالية والعاطفية) تبعا للمتغيرات المستوى الاجتماعي والإقتصادي (السن، التخصص التعليمي، دخل الشاب الجامعي، حجم الأسرة، المستوى التعليمي للأب، المستوى التعليمي للأب، الدخل الشهري للأسرة)

٣- توجد علاقة ارتباطية دالة موجبة بين الدرجة الدالة على وعي الشباب الجامعي بالضغوط الحياتية (ككل) وكل مكون من مكوناتها.

٨- إعداد وبناء أدوات البحث:- إشتملت أدوات البحث الحالي على ما يلي:-

١- إستمارة البيانات العامة للشباب الجامعي (إعداد الباحثة).

٢- إستبيان وعي الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية. إعداد الباحثة.

٩- أسلوب جمع البيانات: تم إستيفاء البيانات البحثية من خلال إستبيانين عن طريق المقابلة الشخصية مع الطلاب (عينة البحث)، ومن أجل هذا تم تصميم هذه الإستبيانات في ضوء الأهداف البحثية وتتضمن:

١- إستمارة البيانات العامة للشباب الجامعي:

تم إعدادها لجمع البيانات الأساسية عن الطالب/الطالبة الجامعية من حيث (المسكن- النوع- التخصص العلمي- حجم الأسرة - عمل الشاب- دخل الشاب- مستوى التعليم للأب والأب، دخل الأسرة).

٢- إستبيان وعي الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية:

أعدت الباحثة استبيان يوضح وعي الشباب ببعض الضغوط الحياتية: تضمن هذا الإستبيان خمس محاور. (الضغوط الأسرية ويتكون من ١٥ عبارة، الضغوط

الحزم الإحصائية للعلوم الإجتماعية spss21 الإصدار الحادي والعشرون (حسن الجندي، ٢٠١٤). وذلك لحساب المتوسط والانحراف المعياري، والتوزيع التكراري، النسب المئوية، قيمة (كا) لدراسة دلالة الفروق بين العدد والنسب المئوية لمستويات العبارات، وتوجيهها لصالح أي مستوى، قيمة (ف)، (ت)، واختبار Tukey للمقارنات المتعددة بين مستويات كل متغير، معامل الارتباط.

النتائج ومناقشتها

أولاً: وصف عينة البحث

فيما يلي وصف شامل لعينة البحث التي تم إختيارها بطريقة صدقية.

نتبين من جدول (١):

- (١) أن نسبة (٨٣.٢٥%) من أفراد العينة الأساسية من الإناث وان نسبة (١٦.٧٥%) كانت من الذكور.
- (٢) أكثر من نصف العينة يعيشون في مناطق ريفية بنسبة (٦٢%) وكانت (٣٨%) منهم من الحضر.
- (٣) الغالبية العظمى من أفراد العينة كانت لا تعمل بنسبة (٦٦.٢٥%) وأن نسبة (٣٣.٧٥%) منهم تعمل.
- (٤) أكثر من نصف العينة (٥١.٧٥%) من أفراد الأسر متوسطة الحجم والتي تضم من (٥-٦ افراد) بينما حوالي ثلث العينة من أسر كبيرة الحجم والتي تضم من (٧ أفراد فأكثر) بنسبة (٣٠.٥%) يليها (١٧.٧٥%) من أفراد العينة ينتمون إلى أسر صغيرة الحجم (٢-٤ افراد).
- (٥) أعلى نسبة من أفراد عينة البحث مصروفهم الشهري أقل من ١٥٠ جنيه بنسبة (٣٧.٢٥%) يليه من كان مصروفهم الشهري من ١٥٠ إلى ٢٥٠ جنيه بنسبة (٣١.٧٥%) وأقل نسبة من أفراد العينة

طريق معادلة الفا كرونباخ Alpha Cronbach وذلك من خلال رصد درجات العينة الاستطلاعية لكل عبارة، ثم حساب قيمة ألفا تم التحقق من ثبات الاستمارة باستخدام معامل ألفا وتم حساب معامل ألفا لكل عبارة من عبارات المحاور كل على حده ولكل عبارة من عبارات الإستمارة، كما تم حساب معامل ألفا لكل محور وللمقياس ككل، ووجد أن قيمة معامل ألفا لكل عبارة في كل محور مناسب بالنسبة لهذا النوع من حساب الثبات وتؤكد الاتساق الداخلي لكل محور. ويتضح أن معامل ألفا لمجموع عبارات استمارة استبيان واقع وعى الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية وعلاقتها ببعض المتغيرات (ككل) هو (٠.٩٤٨) وتعتبر هذه القيمة عالية بالنسبة لهذا النوع من حساب الثبات. وتؤكد الاتساق الداخلي لمجموع عبارات استمارة استبيان واقع وعى الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية وعلاقتها ببعض المتغيرات.

طريقة التجزئة النصفية Split-Half:- تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية وذلك عن طريق تقسيم كل محور من محاور الإستمارة إلى نصفين، عبارات فردية، زوجية وقد تم هذا التقسيم بالنسبة لكل محور من محاور الإستمارة وكذلك بالنسبة للمحور ككل. لحساب الارتباط بين نصفي الإستمارة استخدمت الباحثة معادلة Spearman-Brown وكذلك معادلة Guttman، ووجد أن معامل ارتباط التجزئة النصفية استمارة استبيان خاصة بواقع وعى الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية وعلاقتها ببعض المتغيرات ككل هو (٠.٩٢٢) لسيرمان-براون، جتمان، وتأسيساً على ما سبق أصبحت الاستمارة في صورتها النهائية مقسمة إلى (٥) محاور بواقع (٨٥) عبارة .

وبعد الإنتهاء من تجميع هذه البيانات تم تفرغها وتبويبها وجدولتها وتحليلها إحصائياً باستخدام "برنامج

كان مصروفهم الشهري من ٢٥٠ جنيه فأكثر بنسبة (٦) أن أكبر نسبة من أفراد العينة (٤٥.٥%) تتراوح أعمارهم من ١٧-١٩ سنة، (٤٣%) تتراوح أعمارهم من ١٧-١٩ سنة، (٤٣%) تتراوح أعمارهم من ١٧-١٩ سنة، (٣١%).

العدد (٢١٤) بنسبة مئوية (٥٣.٥%) وترى الباحثة أن وجود الخلافات والنزاعات المتكررة بين أفراد الأسرة يخلق مناخاً أسرياً مضطرباً غير سوى يسوده التفرة والتباعد والصراع وسوء التوافق بين أفراد تلك الأسرة نظراً لوجود خلل في أداء الأسرة لوظائفها ويمثل ذلك ضغطاً على الأبناء وشعورهم بالقلق والتوتر والإضطراب وتضيف (زينب غريب، ١٩٩٣) انه يترتب على ذلك عدم تمتع الأفراد بدوافع كافية للإنجاز والتفوق، ولابحرية في التعبير عن الآراء، ولا بالإهتمام بالنواحي الثقافية والعلمية والترفيهية والدينية. ويؤكد جوزيف ريزو، وروبرت زابل (١٩٩٩) أن المناخ الأسرى المضطرب يصنع أفراد مضطربين، ويتسم المناخ العام لتلك الأسرة بالألم والإحباط والركود.

- بلغت قيمة كاس (٣١.٦٦) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "يضايقي تحمل أمي المسؤولية الأسرية وحدها" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٦٧) بنسبة مئوية (٤١.٧٥%) وترى الباحثة أن لكل فرد داخل الأسرة الواحدة دور يقوم به ولكل دور مجموعة من الحقوق والواجبات والمسؤوليات والتوقعات والسلوكيات التي يجب الإلتزام بها وعندما يتخلى أحد أفراد الأسرة عن دوره وخاصة الأب تقع المسؤولية بأكملها على الأم مما يؤدي إلى شعور الأبناء بالضيق والذنب تجاه الأم التي تحمل على عاتقها عبء الأسرة، ويشير عبد الحميد الشاذلي (٢٠٠١) إلى أن العلاقات الأسرية وسلوك الوالدين في المناخ الأسرى وقيام كلا منهما بدوره يمثل دوراً هاماً في توافق الأبناء (نفسياً واجتماعياً وأسرياً) كما يخلق مناخ مناسب لنمو الشخصية المتزنة والمتكاملة ويؤكد محمد خليل (٢٠٠٠)

أعمارهم من ٢٠-٢١ سنة وأقل نسبة (١١.٥%) وقعت أعمارهم في الفئة ٢٢ سنة فأكثر.

(٧) غالبية أفراد عينة البحث الأساسية كان المستوى التعليمي لأبائهم يقع في فئة المتوسط بنسبة (٤٨.٧٥%) بينما كانت أقل نسبة للمستوى التعليمي المنخفض (٢٤%)، وأن أعلى نسبة من أمهات عينة البحث كان مستواهن التعليمي متوسط حيث بلغت نسبتهن (٤٢.٧٥%) بينما أقل نسبة منهن كان مستواهن التعليمي منخفض (١٧.٢٥%).

(٨) أعلى نسبة لمتوسط دخل أسر عينة البحث تقع في مستوى الدخل المنخفض بنسبة (٤٣.٥%) يليها فئة مستوى الدخل المتوسط بنسبة (٣٦.٧٥%) وأقل نسبة كانت لفئة مستوى الدخل المرتفع (١٩.٧٥%).

(٩) ما يقرب من ثلثي العينة (٦٧.٢٥%) كانوا من أبناء الأمهات غير العاملات بينما بلغت نسبة ابناء الامهات العاملات (٣٢.٧٥%)، وأن (٨٧.٧٥%) من أفراد كانوا لأباء يعملون.

(١٠) نسبة أفراد العينة من قسم الاقتصاد المنزلي قد بلغت (١٢.٥%) ومن قسم تكنولوجيا التعليم (٣٧.٧٥%) ومن قسم إعلام ترويي (٤.٧٥%) ومن قسم اللغة الانجليزية بلغت (٢٥%) ومن قسم معلم الفصل الواحد (٥%) ومن قسم التربية الفنية (٧.٥%) ومن قسم التربية الموسيقية (٤.٧٥%) ومن قسم رياض الأطفال (٢.٧٥%).

ثالثاً: وعى الشباب الجامعي ببعض الضغوط الحياتية وعلاقتها ببعض المتغيرات

المحور الأول: الضغوط الأسرية

تشير نتائج جدول (٢) إلى الآتي:

- بلغت قيمة كاس (٨٢.٥٨) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر بالضغط لوجود الخلافات المتكررة بين أفراد أسرتي" لصالح (نعم) حيث بلغ

الأهل والأقارب في أى مشكلة تحدث بين أفراد الأسرة إلا إذا إقتضت الضرورة وفي حالة خوف الشقاق تنفيذاً لقول الله تعالى "وَأِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَأَبْعَثُوا حَكَمًا مِنْ أَهْلِهِ وَحَكَمًا مِنْ أَهْلِهَا إِنْ يُرِيدَا إِصْلَاحًا يُوَفِّقِ اللَّهُ بَيْنَهُمَا " الآية ٣٥ سورة النساء وأن يكون التدخل بنية إصلاح المشكلة وليس لإحداث مشكلة غير موجودة أصلاً، وتضيف (زينب حقي، نادية حسن، ٢٠٠٢) أن تدخل الأقارب في العلاقات الأسرية وإشراكهم في معيشة الأسرة وتدخل الأصدقاء والجيران في شئون الأسرة سبباً في ظهور الأزمات الأسرية.

- بلغت قيمة كا^٢ (١٠٥.٩٨) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "يغضبني كثيرا تبادل والداي الألفاظ الجارحة عند الاختلاف في وجهات النظر بينهما". - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٢٤) بنسبة مئوية (٥٦%) وترى الباحثة أنه يجب على الوالدين أن يكونا بمثابة قوة صالحة ونموذج يحتذى به أمام الأبناء في المواقف المختلفة، وأن تبادل الألفاظ الجارحة بينهم يعد بمثابة انهيار أخلاقي ناتج عن عوامل متعددة منها عدم نضج الوالدين من الناحية الإنفعالية بدرجة كافية مما يؤدي إلى ضعف مكانتهم لدى الأبناء وشعورهم بالألم والغضب ويرى حسن شكور (٢٠٠٥) أن العنف الأسري يتخذ أشكالاً متعددة لكنها تندرج تحت فئتين رئيسيتين : الأولى تشمل الأفعال والثانية تشمل الألفاظ الجارحة، وتضيف قدرة الهر (٢٠٠٨) أن العنف اللفظي تكمن خطورته بشكل عام بأنه ليس كغيره من أشكال العنف ذات النتائج المباشرة، بل أن نتائجه غير مباشرة فغالبا ما يحدث خلا في نسق القيم، وإهتزازاً في نمط الشخصية مما يؤدي في النهاية وعلى المدى البعيد إلى خلق أشكال مشوهة من العلاقات والسلوك، وأنماط من الشخصية المتصدعة نفسياً وعصبياً.

- بلغت قيمة كا^٢ (٣٩١.٥٩) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر بالإحراج من تعاطي احد أفراد

أنه يجب أن يكون الطابع العام للحياة الأسرية تتوافر به الأمانة والتضحية والتعاون ووضوح الأدوار وتحديد المسئوليات.

- بلغت قيمة كا^٢ (٢٢٥.٧٠) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر بالانزعاج عندما يهدد والدي والدي بالطلاق". - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٧٢) بنسبة مئوية (٦٨%). ترى الباحثة أن طبيعة العلاقات بين الأسرة الواحدة هي التي تشكل وحدتها ودعمات بقائها ووجودها الاجتماعي حيث يجب أن تتبنى هذه العلاقات على الأمن والحب والإحترام والثقة وأن أخطر ما يواجه الأسرة هو اضطراب العلاقات الأسرية وخاصة العلاقة بين الأب والأم فعندما تكون علاقة الأب بالأم مهددة بالطلاق فإنه يشيع جواً من التوتر وعدم الشعور بالإستقرار والأمان لدى الأبناء، وتشير نجلاء الحلبي ومنار خضر (٢٠١٠) إلى إن طبيعة العلاقات الأسرية لها تأثير كبير على حياة الشباب ومستقبلهم ويؤكد (Burt, etal,1998)، إن الأسر التي تعاني من التفكك وعدم الترابط والتماسك يظهر لدى أفرادها سمات الاكتئاب بأبعاده المختلفة مقارنة بأفراد الأسرة المتماسكة.

- بلغت قيمة كا^٢ (٥١.٥٥) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "يزعجني تدخل الأقارب والأصدقاء في حياتنا الخاصة " - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٩٤) بنسبة مئوية (٤٨.٥%). وترى الباحثة أن أخطر ما يهدد الحياة الأسرية وإستقرارها هو إنتقال مشاكل الأسرة خارج أسوار المنزل وخاصة إلى الأهل والأصدقاء وإنقياد أحد الوالدين لهذا التدخل وعادة ما يكون من أحد أقاربه او أصدقائه ويتحول الموضوع من مجرد خلاف إلى صراع عائلي لا يمكن إحتواؤه وتصبح مشاكل تلك الأسرة على مشاع ومسمع من الجميع وبالتالي فإن ذلك يؤثر سلباً على الحالة النفسية للأسرة ككل وخاصة الأبناء، لذلك يجب على الأسرة أن تدرك انه لا يوجد هناك من يحل لهما مشاكلهم وخلافاتهم غيرهم، لذا ينبغي عدم تدخل

- الأم في مستوى الاكتئاب حيث كان لفقد الأم التأثير الأقوى في رفع مستوى الاكتئاب.
- بلغت قيمة كا^٢ (٨١.٨٢) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أعاني من غياب والدي عن المنزل لفترات طويلة". - لصالح نعم) حيث بلغ العدد (٢١١) بنسبة مئوية (٥٢.٧٥%) ويؤكد محمد كاتبي (٢٠١٢) أن الأفراد ذوى الشعور المرتفع بالوحدة النفسية قد أفروا بأن آباءهم لم يكونوا يقضون معهم وقتاً كافياً ولا يتفهمون مشاكلهم ولا يحاولون مساعدتهم عند الحاجة إليهم، وأفروا أيضاً بأنهم كانوا يعيشون في أسر يسودها البرود العاطفي في العلاقات مع الوالدين والقسوة الشديدة والإهمال وإثارة الألم النفسي والتسلط الوالدي.
- بلغت قيمة كا^٢ (١٤٤.٣٧) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "يسود سوء الاتصال والتواصل بين أفراد الأسرة" - لصالح نعم) حيث بلغ العدد (٢٤٥) بنسبة مئوية (٦١.٢٥%). وترى الباحثة أن ذلك يرجع إلى الإنشغال الدائم أو الغياب المستمر للوالدين أو الاختلاف في وجهات النظر ووجود الخلافات وكذلك إدمان أفراد الأسرة لوسائل التواصل الاجتماعي (الفيس بوك، التويتر،.. الخ) وقد أدى ذلك إلى التبعاد والتنافر بين أفراد الأسرة الواحدة وقلة أو إنعدام الإتصال والتواصل المباشر بينهم وهذا ما أكدته انشراح الشال (٢٠١٠) فى دراسة لها أثبتت أن ٧٤% من العينة تتفق أن الإنترنت - هذه التكنولوجيا الحديثة تتسبب فى الحد من العلاقات الإجتماعية بين الأفراد وتضعفها، وتؤكد بثينة عماره (٢٠٠٤) أن العلاقات الزوجية بين الطرفين تضطرب نظراً لإهمال كل طرف للآخر، وإندفاع كل أحاسيسه تجاه الإنترنت، وينتج عن ذلك مشكلات كثيرة بسبب إقامة البعض علاقات غير شرعية عبر الإنترنت .
- بلغت قيمة كا^٢ (٤٠٠.٣١) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "يؤلمني كثيرا إنفصال والدي عن والدتي" لصالح نعم) حيث بلغ العدد (٣٢١) بنسبة

أسرتي الكحول أو المخدرات". - لصالح نعم) حيث بلغ العدد (٣١٨) بنسبة مئوية (٧٩.٥%). وترى الباحثة أن وجود فرد مدمن بالأسرة لا يؤدي إلى شعورهم بالإحراج فحسب بل يمتد إلى أكثر من ذلك، حيث أنه يمثل عبئاً ثقيلاً على الأشخاص المخالطين لهم وليس فقط على المتعاطين وإنما أسرهم وأصدقائهم وزملائهم والمجتمع ككل فالإدمان مرض بدني ونفسي وإجتماعي، حيث أشارت الدراسات التي أجريت على أسر المدمنين إلى وجود اضطرابات مزاجية وحزن واكتئاب لدى آباء وأمهات المدمنين، وأيضاً الميل إلى العزلة الاجتماعية ويؤثر ذلك على كفاءة العلاقات الاجتماعية للأسرة وتتأثر مشاعر الخجل لتأثر السمعة، وكذلك يتأثر التماسك الأسري حيث تظهر لدى الأسرة مشاعر الإنفصال والإحساس والرغبة في إقصاء المدمن عن حياتها عندما تتكرر الإنتكاسات، ويزداد الأمر سوءاً عندما يكون المدمن هو الأب أو الزوج فيحدث التفكك الأسري والإنفصال والطلاق. وتتأثر القيم والأخلاقيات في الأسرة.

- بلغت قيمة كا^٢ (١٢٨.٧٧) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أعاني بشدة من فقدان أو وفاة (الأم- الأب- كلاهما - احد أفراد أسرتي- شخص عزيز على)". - لصالح نعم) حيث بلغ العدد (٢٠٩) بنسبة مئوية (٥٢.٢٥%). ترى الباحثة أن الوفاة تعتبر من أقوى الضغوط التي تواجه الإنسان وهناك العديد من الدراسات أجريت لمعرفة الآثار السلبية الناتجة عن فقدان أو وفاة أحد الوالدين، فقد أوضحت دراسة (فوقية عبد الحميد، ١٩٩٤) علاقة بعض الإضطرابات النفسية لكل من طول مدة وفاة احد الوالدين وجنس المفقود وتوصلت نتائج الدراسة إلى الأبناء الذين فقدوا الوالدين أو إحداها يعانون من الاكتئاب، كما توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذين فقدوا الأب وأقرانهم الذين فقدوا

الموجه نحو الأبناء يعد مصطلحا حديثا للإشارة إلى الأفعال المباشرة وغير المباشرة التي يوجهها الوالدان أو أولياء الأمور نحو أحد الأبناء بهدف إيقاع الأذى النفسي أو اللفظي أو الجسدي أو الجنسي وانه بذلك ينطوي على العديد من العواقب والآثار التي تأخذ أشكالاً عديدة جسدية وصحية ونفسية ويضيف محمد أبو حلاوة (٢٠٠٧) أنه يكون لدى الأبناء ردود أفعال سلبية تنعكس على البيئة والأفراد المحيطين بهم مثل ممارسة العنف والسرقة وممارسة الجريمة والخروج عن القانون وتعاطي المخدرات، وتؤكد رحاب احمد (٢٠٠٨) أنهم يتعرضون إلى العديد من الإضطرابات النفسية كإضطرابات القلق والاكتئاب وإضطرابات النوم والأكل وإضطرابات النطق، كما أنهم يفقدون الشعور بالأمن، وقد يصابون بالعجز والإحباط والفشل في القدرة على التواصل وبناء العلاقات مع الآخرين.

- بلغت قيمة كآ^٢(٨٤.٦٤) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر " أحد أفراد أسرتي متسلط ويفرض رأيه على الآخرين دون نقاش". - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٢٠) بنسبة مئوية (٥٥%)، وترى الباحثة أن أسلوب التسلط أو التشدد أو فرض الرأي على الآخرين الهدف منه الضبط لسلوك الأبناء والصرامة في معاملتهم والزامهم الطاعة العمياء والخضوع للأوامر للتعليمات بحيث لا يسمحون لهم بالتعبير عن آرائهم وإرادتهم بل ولومهم ونقدهم وحرمانهم وإرغامهم بالقوة والتخويف المستمر، ويؤكد احمد عبد الرحمن (١٩٨٦) أن التسلط في المعاملة يجعل الإبن يتصف بنقص الكفاية والدونية والخوف والقلق والعجز والإحباط.

- بلغت قيمة كآ^٢(٣٦٧.٢١) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر بالإحراج من إصابة أحد أفراد أسرتي بالإعاقة سواء عقلية أو بصرية أو جسمية،، الخ" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٣١٤) بنسبة مئوية (٧٨.٥%) وتشير إيمان إبراهيم (٢٠٠٣) إلى

مئوية (٨٠.٢٥%) وترى الباحثة أنه قد يحدث إنفصال بين الأزواج دون طلاق ويحتفظون بالصورة الكاذبة للزواج وقد يكون ذلك بصورة دائمة أو مؤقتة بسبب رفض أحد الزوجين الطلاق وغالبا يكون ذلك بسبب الأبناء، ولإنفصال آثار متشابهة لحد كبير لآثار الطلاق بل وتزيد عليها في تحطم مكانة الأسرة وتجعلها بصفة مستمرة محلاً للأقويل وخاصة إذا كانت في مجتمع ريفي وتتأثر الأسرة إقتصادياً ونفسياً واجتماعياً كما تتعرض إلى العديد من الضغوط التي تؤدي في الكثير من الحالات إلى صور إنحرافية وإضطرابات في السلوك للزوجة والأبناء منها القلق، الاكتئاب، الإدمان، الانتحار لإفتقادهم الشعور بالأمن النفسي ويؤثر على الشخصية بدرجة كبيرة فيخلق شخصية مهزوزة، ويظل هؤلاء الأبناء في عقد مقارنات مستمرة بين أسرهم المفككة والحياة الأسرية التي يعيشها باقي الأبناء مما يولد لديهم الشعور بالإحباط مما يؤدي إلى إضطراب النمو الإنفعالي وخاصة عندما يلجأ أحد الزوجين إلى إستخدامهم كوسيلة ضغط على الآخر وإلى ما يسمى بالحب المصطنع. ويؤكد علاء كفاي (١٩٩٩) أنه عندما يكون الزوجين غير ناضجين من الناحية الإنفعالية بدرجة كافية فإنهما يتخذا من أبنائهما وسيلة لتحقيق ما ينقص الوالدين، فيمنحان أبنائهم نمط من الحب يكتشف الأبناء أنه حب مصطنع أو مشروط وغير نقي، وأمام هذا النمط من الحب يسلك الأبناء احد الطريقتين الأولى يتظاهرون بالسعادة وبالتالي يتعلمون المراوغة والثانية لا يتقبلون هذا الحب المزيف ويجاهرون بذلك وبالتالي يصبحون مصدرراً لإضطراب وقلق الأسرة.

- بلغت قيمة كآ^٢(١٠٥.١٤) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر بالضيق والقلق لاستخدام أسرتي العنف الكلامي أو الجسدي معنا" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢١٠) بنسبة مئوية (٥٢.٥%). ويشير عمر الفراية (٢٠٠٦) إلى أن العنف الأسري

مع ظهور الصلاح والإستقامة فى مسيرتهم الحياتية مع الترشيد والمراقبة الواعية، وتقديم النصح والإرشاد والبعد عن أساليب الخشونة والمعاملة القاسية معهم.

- بلغت قيمة كا^٢ (٢٧٨.٧١) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "تسمح أسرتي لي بالتحدث مع أصدقائي بحرية". - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٨٧) بنسبة مئوية (٧١.٧٥%). ويضيف عبد الله اليوسف (٢٠٠٢) انه يجب على الآباء أن لا يقفوا حجر عثرة أمام النزوع الطبيعي إلى الاستقلالية والحرية الشخصية فى إطار الضوابط الشرعية والأخلاقية وأن يتوافق ذلك مع الترشيد والنصح والتوجيه وقبل ذلك زرع الإيمان فى أعماق قلوبهم فهو خير ضمان للإستقامة فى طريق الخير والصلاح.

- بلغت قيمة كا^٢ (٣٠٧.٩٩) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "أفتقر أنا وأسرتي للمساعدة والمساندة من الآخرين" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٩٨) بنسبة مئوية (٧٤.٥%) وترى الباحثة من خلال المقابلات الفردية مع أفراد العينة أنهم يحتاجون إلى مساعدة الآخرين وتقديم المساندة الاجتماعية لهم من قبل البيئة المحيطة بهم سواء أشخاص أو مؤسسات بحيث يقدمون لهم الحب والاهتمام ويقفون بجانبهم وقت الحاجة، ولذلك فهي تعتبر أحد المصادر للدعم الفعال لكي تخفف من شدة وقع الأحداث الضاغطة عليهم بل وتساعدهم على الوقاية من آثارها، فالمساندة الاجتماعية تلعب دوراً هاماً فى صحة الفرد النفسية والجسمية ومصدراً هاماً من مصادر الأمن الذي يحتاجه الإنسان عندما يشعر أن هناك ما يهدده وأن طاقته قد استهلكت وأنه يحتاج إلى مدد ومساعدة وعون خارجي.

- بلغت قيمة كا^٢ (٤٨.١٦) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر بالضيق من نقد الآخرين لي" - لصالح (أحياناً) حيث بلغ العدد (١٦٩) بنسبة مئوية (٤٢.٢٥%) وترى الباحثة أن النقد الذي يوجهه الآخرون للفرد يعتبر فرصة لتعلم أنماط سلوكية

أن الإعاقة لأحد الافراد تعد أزمة أسرية واجتماعية تعاني منها الأسرة، وترى الباحثة انه يصاحب تلك الأزمة مجموعة من الضغوط يجب على الأسرة أن تتصدى لها وتقوم بدورها الأسرى والاجتماعي، فالأسرة تواجه مجموعة كبيرة من الأحداث والتي قد تكون أحياناً سلبية ضاغطة وغير مرغوب فيها مثل الإصابة بالإعاقة أوولادة طفل معاق لأنها تلقى على عاتق الاسرة عملاً إضافياً وعبئاً مادياً لما يتطلبه الفرد المعاق من رعاية صحية ونفسية أوقد تسبب لهم مشكلات معينة تفوق قدراتهم بالإضافة الى شعورهم بالإحراج والألم النفسي والجسدي.

المحور الثاني: الضغوط الإجتماعية

تشير نتائج جدول (٣) إلى الآتى:

- بلغت قيمة كا^٢ (١٤٨.٧٢) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "أعرض للخصام لفترات طويلة" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٤٤) بنسبة مئوية (٦١%) وترى الباحثة أن الخصام أسلوب من أساليب المعاملة الوالدية غير السوية، يستخدمه الوالدين عندما يخطأ الأبناء كنوع من أنواع العقاب النفسي وكأسلوب للضغط على الأبناء للشعور بالذنب تجاه الوالدين وذلك لطاعة أوامرهم مما يؤدي إلى شعور الأبناء بالقسوة والتباعد والتفرقة والألم النفسي والإكتئاب، لذلك يجب على الوالدين أن يكون العقاب على قدر الخطأ ويكون هناك قدر مناسب من التسامح.

- بلغت قيمة كا^٢ (٢٠٩.٢٩) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "يمنعني أهلي من زيارة الأهل والأصدقاء دون سبب مقنع". - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٦٧) بنسبة مئوية (٦٦.٧٥%) وترى الباحثة أن هذا نوع من أنواع الحرمان ينتج عنه كبت لإحتياجات الفرد فى الترويح عن النفس وأن هذا الكبت إذا إستمر يؤدي إلى تفريغ الطاقة على شكل عدوان، وأنه من المهم للآباء تفهم متطلبات الشباب وفقاً لمتغيرات العصر، وإعطاء المزيد من الإستقلالية والحرية للشباب فى شئونهم الخاصة والعامة خصوصاً

- بلغت قيمة كا^٢ (٤٨٧.٩١) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر " أهلي يهدوني بالضرب أو بالحبس أو بأي عقاب أمام الآخرين إذا لم أطيع أوامرهم." - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٣٤١) بنسبة مئوية (٨٥.٢٥%). وترى الباحثة أن هذا يعد من أساليب التنشئة غير السوية القائمة على التهديد والعنف و القسوة وخضوع الأبناء التام للأوامر والتعامل معهم كدمية يحركوها كيفما يشاءوا وينتج عن ذلك شخصيات ضعيفة لا تقوى على المنافسة وإبداء الرأي ولا تمارس ألوان النشاط الاجتماعي ويولد ذلك لديهم شعوراً بالتعسف والظلم والكرهية والسخط الذي يسبب لهم توتراً وألماً شديداً ويشعرون في كل لحظة بتهديد كيانهم وإستغلالهم ويشير علاء كفاي(١٩٩٩) إلى أن هذا ما يسمى باللا أنسنة وهي تجريدهم من صفاتهم الإنسانية ومعاملتهم كأشياء فيعيش الفرد ليحقق أهداف والديه ويشبع رغبات والديه مع قليل من الوعي بطموحاته الشخصية.

- بلغت قيمة كا^٢ (٢٣١.٦٩) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "اشعر بالضيق والإنزعاج من المناسبات الإجتماعية (أفراح،، أعياد ، عزومات... الخ)" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٧٢) بنسبة مئوية (٦٨%) وترى الباحثة أن ذلك ناتج وجود قصور في مستوى المهارات الإجتماعية لدى أفراد العينة التي تحول دون إندماجهم مع الآخرين والتعاون والمشاركة الفعالة في المناسبات المختلفة ويؤكد طريف شوقي(٢٠٠٢) أن ذلك القصور يجعل

وخبرات جديدة كما يساعد الفرد على تعديل سلوكه وفكره وآرائه وذوقه دون الحاجة إلى المرور بتجربة مؤلمة لكي يتعلم منها، ويضيف مصطفى زيدان(٢٠١٠) أن إحترام آراء الآخرين يعتبر قيمة سلوكية وإجتماعية تعتمد على العمل الجيد مع الأشخاص الآخرين وإحترام آرائهم والتفاعل معهم بشكل إيجابي، ويبرز الثقة المتبادلة والتسامح مع الآخرين من خلال الوعي بالذات، والقدرة على الإنصات الجيد، والقدرة على التعاطف مع شعور وأحاسيس الغير وفهمها والتجاوب معها بقدر الإمكان.

- بلغت قيمة كا^٢ (١٠٠.٦٦) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "أعاني من تقييد الآخرين لحررتي عند إبداء رأبي في اي موضوع." - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد(١٥٣) بنسبة مئوية(٣٨.٢٥%)، ويؤكد محمود نصار(١٩٨٦) أن التعامل مع الشباب يحتاج إلى قواعد خاصة أهمها أن يقوم على الصدق والحوار الهادئ والهادف ومراعاة الديمقراطية، وهناك تصور وضعه علماء النفس والإجتماع ورجال التربية يضم ما يجب إتباعه نحو الشباب في تعاملهم، ويندرج هذا التصور تحت كلمة(اللمسة الإنسانية Human Touch) وتفسيرها يكون بتفسير كل حرف من حروفها بالإنجليزية حيث يرشد إلى طريق خاص في معاملة وإشباع حاجات الشباب إستمع إليه، إحترم شعوره، حرك رغبته، قدر مجهوداته، مده بالأخبار، دربه، أرشده، تفهم تفرد، أتصل به بكرمه. ويضيف صلاح أبو ناهية (١٩٨٩) أن الديمقراطية والحرية المعقولة تقوى الشعور بالمسئولية والإستقلالية .

الاجتماعي، في حين أن التزود بها يؤدي إلى ضبط السلوك عند التفاعل الاجتماعي، فإجادة المهارات الاجتماعية يؤدي إلى الانبساطية والقيام بالدور، كما ذكرت آمنة المطوع(٢٠٠١) أن التواصل والتفاعل الإجماعي والقدرة على مشاركة الآخرين عوامل هامة وضرورية لنمو العلاقات الاجتماعية للفرد وتوظيفها

الفرد غير قادر على إقامة علاقات ودية مع المحيطين به وصعوبة فهم وتفسير سلوك ومقاصد الآخرين مما يؤدي إلى الإحباط ومشاعر الفشل والتعاسة وتشير كريمة العيداني(١٩٩٦) إلى أن علماء التربية وعلم النفس توصلوا إلى أن قصور المهارات الاجتماعية يسهم في حدوث الخجل، والقلق

مراعاتها حتى يتحقق للفرد مستوى مناسب من التوافق والصحة النفسية، ويشير كلا من كمال درويش و أمين الخولى (٢٠٠١) إلى أن الترويج الأسرى خلال وقت الفراغ وسيلة هامة لتحقيق الترابط الأسرى من خلال الإهتمام بالوظيفة الإجتماعية والثقافية للأسرة.

- بلغت قيمة كا^٢ (١٤٠.١٨) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "تزعجني مكانة أسرتي الاجتماعية" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢١٨) بنسبة مئوية (٥٤.٥%) وترى الباحثة من خلال المقابلات الفردية مع أفراد العينة أن منهم من يخجل من أحد أفراد أسرته بسبب السجن أو الإدمان أو الإصابة بمرض ما أو التفكك الأسرى أو السمعة السيئة لتلك الأسرة أو بسبب الفقر وانخفاض المستوى التعليمي والإجتماعي أو بسبب العيش فى مساكن شعبية ضيقة لا تصلح للإستخدام الأدمى، فكل ذلك يؤدى إلى شعور الأفراد بعدم الثقة بالنفس والخجل من وضعهم الإجتماعي ويكون لذلك بالغ الأثر على شخصياتهم التي قد تتصف بالإنطواء والآنزواء وبالغضب أحياناً أو الانسحاب من معترك الحياة الإجتماعية حيث أن الأبناء الذين يعيشون فى أسر بها حالات طلاق يعانون من صعوبات كثيرة منها المشاكل السلوكية والنفسية والتحصيل الدراسي وأيضاً ضعف قدرتهم على التركيز داخل الفصل و يكون تفاعلهم سلبى.

- بلغت قيمة كا^٢ (١٩٧.٨٤) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر أنني أقل من غيري فى كل حاجة" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٦٠) بنسبة مئوية (٦٥%) ويشير فؤاد موسى (١٩٩٤) إلى أن هناك العديد من حاجات الشباب التي يجب إشباعها منها الحاجات النفسية، الحاجات الاجتماعية والحاجات العقلية وأن هناك حاجات صحية وجسمية أيضاً ويؤكد ماهر أبو المعاطى (١٩٩٩) على بعض الحاجات الأخرى منها الحاجات الترويحية والحاجات الدينية. وترى الباحثة أنه إذا لم يتم إشباع هذه الحاجات فإن الفرد يشعر بالنقص والحرمان وأنه أقل

بالصورة الصحيحة وهي أحد المؤشرات الهامة للصحة النفسية.

- بلغت قيمة كا^٢ (٩٠.١٦) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "تفتقد أسرتي الكثير من الأصدقاء لزيارتنا فى منزلنا" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢١٩) بنسبة مئوية (٥٤.٧٥%). وترى الباحثة أن الأسرة تعتبر العامل الرئيسي لإكساب الأبناء العلاقات الإجتماعية السوية سواء داخل الأسرة أو خارجها، فإفتقاد الأسرة للزيارات يشعر الأبناء بالوحدة وبالإغتراب الإجتماعي، حيث أن الإنسان لا يستطيع أن يعيش بمفرده فهو فى حاجة مستمرة إلى الأخر لسد حاجاته وتحقيق تكيفه والشعور بالإنتماء وذلك من خلال ما يتاح للفرد من قنوات إتصال مختلفة (اللفظية وغير اللفظية) ويضيف يحيى عبد العال (٢٠٠٢) أن نجاح الفرد فى إقامة علاقات إجتماعية سليمة يعد قدرة من القدرات الإنسانية التي تختلف من فرد لأخر، فنجد بعض الأفراد لا يجيدون فن تكوين علاقات صداقة مع الآخرين ويفضلون البقاء بمفردهم، ويؤكد حسام الدين طوسون (٢٠٠٣) أن إفتقاد وجود أصدقاء أو عدم القدرة على إكتساب أصدقاء والعجز فى إقامة علاقات ناجحة أو حميمة مع الآخرين يسبب الإنطواء والعزلة والمعاناة من الوحدة النفسية.

- بلغت قيمة كا^٢ (٣٩.٠٢) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "ترى أسرتي أن الترفية والترويج عن النفس أمر غير ضروري" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٨٤) بنسبة مئوية (٤٦%) وترى الباحثة أن الترفية والترويج عن النفس أمر هام للقضاء أو للتخفيف من وطأة التوتر والإجهاد الناجم عن المتاعب الحياتية وفرصة للإنسان لإستعادة نشاطه بشكل أفضل وينعكس ذلك على راحته النفسية والجسدية، وتؤكد ميرفت النونو (١٩٩٠) أن الراحة والترفية هي احد الأسس التي إتفق عليها معظم الباحثين فى علم النفس عامة وفى الصحة النفسية خاصة والتي يجب

حبيب(٢٠٠٣) أن الأشخاص مرتفعي الكفاءة الاجتماعية أكثر قدرة على مواجهة المواقف والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية وإنفتاحا مع الآخرين أكثر من الأفراد منخفضي الكفاءة الاجتماعية كذلك يؤكد إبراهيم المغازي(٢٠٠٤) أن أهميتها ترجع الى تأثيرها على قدرة الفرد على التفاعل الاجتماعي ومواجهة الضغوط الحياتية، كما أنها تؤثر على التحصيل، والسبب الثاني أنهم في أمس الحاجة إلى الإهتمام والفهم والتحفيز من قبل الآخرين والتقييم الإيجابي وذلك لإشباع حاجاتهم الأساسية وتدعيم مهاراتهم الاجتماعية لتحقيق التواصل الإيجابي مع الآخرين حتى لا يعانون من عدم الكفاءة أو الشعور بالنقص أو التجاهل.

- بلغت قيمة كا^٢ (٣٢٤.١٥) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "لا يوجد أي تعاون بيني وبين الآخرين" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٩٦) بنسبة مئوية (٧٤%) وترى الباحثة أن معظم مشاكلنا الحقيقية ليست في عالم الأشياء ولكنها في عالم الأشخاص، وأكبر فشل ممكن أن يواجهه الإنسان هو عدم القدرة على تحقيق تعاون مع الآخرين وفهمهم ويؤكد Suzuki Shingo,(2004) بأن معاشة الشباب لأحداث الحياة الضاغطة أدت إلى عدم القدرة على التعاون والتفاعل مع الآخرين والدخول في صراعات مستمرة، والشعور بالقلق والإحباط وعدم الثقة بالذات وأوصت الدراسة بضرورة تنظيم الإهتمام بالتوصل إلى برنامج يمكن من خلاله الحد من المشكلات الناتجة عن الضغوط وخاصة في مرحلة الشباب وضرورة مساعدة الشباب على استثمار قدراتهم وإمكاناتهم.

المحور الثالث: الضغوط الاقتصادية

تشير نتائج جدول(٤) إلي الآتي:

- وبلغت قيمة كا^٢(٤٣.٢٢) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "أتجنب بعض الأنشطة التي يمارسها أصدقائي بسبب ما تتطلبه من تكاليف مالية" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد(١٩٤) بنسبة

من غيره مما ينعكس ذلك بالسلب على جميع نواحي حياته وإتخاذه سلوك عدواني بغرض إثبات الذات وأن إشباع حاجات الشباب يعد وسيلة وهدف في نفس الوقت حيث أن الشباب لا يستطيع مواصلة حياته دون إشباع حاجاته ويكون وسيلة يستخدمها المجتمع في إعداد شبابه وتهيئته ليقوم بدوره في المجتمع على الوجه الأمثل.

- بلغت قيمة كا^٢(٣٢٧.٤٦) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "اشعر بالضعف والقهر عندما يستقوى على الآخرين نظرا لغياب من يحميني" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٣٠٣) بنسبة مئوية (٧٥.٧٥%) وترى الباحثة أن الأسرة هي المسئول بالدرجة الأولى عن حماية أبنائها،و يعد ذلك احد وظائفها الأساسية، فالأب يعد بمثابة الصمام الرئيسي لحماية أسرته، فالأب لا يمنح الحماية الجسمانية فقط وإنما يمنحهم أيضا الحماية الإقتصادية والنفسية، فالغياب أو الإنشغال الدائم لرب الأسرة، أو وجود الخلافات والتفكك الأسري الإرادي المتمثل في الانفصال، الطلاق أو التفكك أليا إرادي والمتمثل في السجن، المرض، الوفاة يجعل الأسرة تتخلى عن وظيفتها في الحماية أو تنهرب منها أو تتركها للآخرين فيشعر الأبناء بالضعف والقهر وعدم الأمان ويكون لذلك بالغ الأثر على نفسية الأبناء.

- بلغت قيمة كا^٢ (٢٤٣.١٥) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "اشعر بالضيق والتوتر عندما يتجاهل الآخرين وجودي ويقللوا من قدراتي" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٧٤) بنسبة مئوية (٦٨.٥%) وترى الباحثة انه ذلك يرجع إلى سببين السبب الأول أنهم يفتقدون مهارات الكفاءة الاجتماعية ويتضح ذلك في عدم قدرتهم على الإحتفاظ بعلاقات مرضية مع الآخرين ويذكر Kazdin,(2000 أن مهارات الكفاءة الاجتماعية تتمثل في توكيد الذات، ومهارات المواجهة، ومهارات التواصل، ومهارات تنظيم المعرفة والمشاعر ويؤكد مجدي

بنسبة مئوية (٤١%) وتشير سلوى الصديق وعبد
الحي محمود (٢٠٠٠) إلى أن الأزمات الاقتصادية
تظهر في الحالات التي تقل فيها الموارد الاقتصادية
والمالية بحيث تصبح غير ملائمة لمواجهة جوانب
الإنفاق المختلفة، وترى الباحثة أنه عندما تعاني
الأسرة من الأزمات الاقتصادية فيؤدي ذلك إلى ظهور
العديد من المشكلات التي تواجه الشباب ومنها
الفقر والبطالة وتأخر سن الزواج وظاهرة أطفال الشوارع
ويضيف محمد مصطفى (٢٠٠٩) أنها تتسبب أيضا
في زيادة معدلات الإحتراق والجريمة وانتشار السرقة
والهجرة غير الشرعية، وتؤكد أميرة على (١٩٩٦) أن
العلاقات الأسرية تسوء بفعل الأزمات الاقتصادية
والنفسية والاجتماعية.

- بلغت قيمة كا^٢ (١٠٢.٣٤) وهي دالة عند مستوي
(٠.٠٥) لمؤشر "يعاني أفراد أسرتي من البطالة". -
لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٦٥) بنسبة مئوية
(٦٦.٢٥%) وترى الباحثة أن هذا المؤشر المتعلق

مئوية (٤٨.٥%) حيث يعتبر نقص المال والإمكانات
المادية عائقا يمنع كثيرا من الناس من تحقيق أهدافهم
في الحياة، وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط، لذا
اعتبر الإمام على رضي الله عنه أن الفقر عدوا
للإنسان وقال لو كان الفقر رجلا لقتلته، باعتباره عائقا
قويا يمنع الفقراء من إشباع حاجاتهم الأساسية،
ويسبب لهم الكدر والألم، حيث يمنع كثير من الشباب
من تحقيق أهدافهم في التعليم والزواج والعمل
والحصول على مسكن وغير ذلك (سهير أحمد،
١٩٩٣).

- بلغت قيمة كا^٢ (١٠٢.٣٤) وهي دالة عند مستوي
(٠.٠٥) لمؤشر "أخجل من زيارة زملائي لبيتي
لتواضع أثاثه ونقصه العديد من اللوازم والأساسيات"
- لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٠٥) بنسبة مئوية
(٥١.٢٥%) وترى الباحثة أن المسكن المناسب من
أهم حقوق الفرد في الحياة الكريمة ولا بد أن يشعر فيه
الفرد بالراحة والرضا حيث أنه يشكل بعض
السلوكيات الإيجابية منها أو السلبية، ويعتبر خجل
بعض الأفراد من مساكنهم وإفتقاره للعديد من اللوازم
يكون راجعا إلى عدة أسباب منها إنخفاض المستوى
الاقتصادي والاجتماعي والثقافي للأسرة الذي يحول
دون إختيارها الأمثل لقطع الأثاث وكيفية توزيعها
وتنسيقها بما يتلاءم مع المساحة والأنشطة وفي
إحتياجاتهم المختلفة، كما أن بعض الآباء يتمسكون
بالعادات والتقاليد القديمة في إختيار الأثاث ويعتبرون
التجديد والتغيير نوع من الرفاهية أو المظاهر الخداعة
أو إهدار للمال مما ينعكس ذلك بالسلب على نفسية
الأبناء، وتؤكد سماح أحمد (٢٠٠٨) أن المسكن
أكثر بيئة سكنية مؤثرة في حياة الأسرة حيث تتضح
أهميته وتأثيره على حياة أبنائها النفسية والاجتماعية
والاقتصادية والصحية.

- بلغت قيمة كا^٢ (١١.٣٢) وهي دالة عند مستوي
(٠.٠٥) لمؤشر "كثيرا ما تمر أسرتي بأزمات
اقتصادية". - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٦٤)

البطالة يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالمؤشر السابق وهو مرور الأسرة بالأزمات الاقتصادية ويؤكد ذلك أحمد النجار (٢٠٠٥) أن الأزمة الاقتصادية تؤدي إلى تفاقم مشكلة البطالة حيث أن البطالة عندما تصيب عاملاً واحداً فإن ذلك يعنى إفتقار عائلة بكاملها، ويضيف السيد رمضان (١٩٩٩) أن المواقف تزداد حدة عندما يكون المتعطل عن العمل هو الأب، حيث يؤدي إلى عدم الإحترام الضمني للزوج وتزداد الصراعات بين الزوجين فيؤدي إلى الطلاق والهجر ويشير حمدي الفرماوى، رضا عبد الله (٢٠٠٩) إلى أن الأسر التي تعيش حياة الفقر والبطالة ستعجز تلبية كل مطالب وحاجات أفرادها مع وكثرة الخلافات الأسرية، كل هذه الأوضاع المزرية تجعل الفرد أقرب إلى التعرض للضغط النفسي.

- بلغت قيمة كاً^٢(١٩٢.٨٦) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "لم تعد مؤسسات المجتمع تقوم بدورها بشكل جيد تجاه الأسر الفقيرة"- لصالح

- بلغت قيمة كا^٢ (١٤.٨٩) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أذهب إلى الكلية رغما عنى فالأنشطة التعليمية قليلة ولا تشبع حاجاتي وميولي".
- لصالح (أحيانا) حيث بلغ العدد (١٦٥) بنسبة مئوية (٤١.٢٥%) ويؤكد (Walker Joyce, 2005) أن البرامج والأنشطة الجامعية لها علاقة وتأثير إيجابي في مساعدة الشباب على إتخاذ القرار والإدراك الصحيح لإحتياجاته ومشكلاته والمساهمة في حلها، ويضيف Magick Hanray (2007) أن إشتراكهم في الحوارات والمناقشات مع المعلمين وإشتراكهم في قضايا ومشكلات المجتمع وفهم الموضوعات الإجتماعية والسياسية داخل الجامعة وخارجها وإعدادهم للتعامل مع التحديات التي تواجههم في الحياة وتعلمهم الأسلوب الديمقراطي يسهم في غرس وتدعيم القيم لديهم، ويضيف Calvert (2006) أن الجامعة تلعب دوراً في تعليم الطلاب الديمقراطية والثقة بالنفس وتكوين العلاقات الطيبة والمشاركة الإيجابية في قضايا المجتمع وتنمية إحساسهم بالمواطنة وتحمل المسؤولية وذلك من خلال أنشطتها ومشروعاتها التي تتيحها للطلاب.

- بلغت قيمة كا^٢ (٣١٢.٩٩) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أتضابق من كثرة التزام داخل القاعة الدراسية"- لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٩٨) بنسبة مئوية (٧٤.٥%) وترى الباحثة أن كثرة التزام داخل القاعة الدراسية من المصادر البيئية الضاغطة الخارجة عن السيطرة مما يؤدي إلى شعور الطالب بالاختناق وبالضيق والرغبة في إنهاء الدرس بسرعة وقد تؤدي إلى حالات من الإغماء لعدم توافر التهوية ودرجة الحرارة المناسبة ويترتب على ذلك ظهور أعراض نفسية وجسدية لديهم وقد يصل الأمر إلى الغياب ويعود ذلك بالسلب على مستوى التحصيلي.

- بلغت قيمة كا^٢ (٢٤٨.٥٠) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أعاني من صعوبة في فهم وحفظ

(نعم) حيث بلغ العدد (٢٦٢) بنسبة مئوية (٦٥.٥%) وترى الباحثة أن الشباب يشعر بعدم المساواة بين الافراد داخل المجتمع نظرا لغياب العدالة والمساواة وتكافؤ الفرص وإنخفاض دور الدولة الإجتماعي ومسئولياتها بالنسبة للخدمات المقدمة للأسر الفقيرة، بالإضافة إلى شعورهم بالسخط نتيجة لعدم المساواة التي يتعرض لها الشباب خاصة من أبناء الفقراء وواقع الحال يشير إلى ضعف دور مؤسسات الدولة في مجال الضبط الإجتماعي من أمن وعدالة وتكافؤ الفرص وتطبيق المعايير الإجتماعية من قوانين وسياسات تحقق العدالة بين الأفراد، ويؤكد سعيد حمدان (٢٠٠٨) ضرورة إشباع الحاجات الأساسية لكل الطبقات وتقليل حدة التفاوت الإجتماعي والإقتصادي بينهم، وأن شعور الأفراد بالعدل الإجتماعي وتكافؤ الفرص يؤدي إلى تدعيم قيم الإنتماء والمواطنة لديهم، وإن تهيئة الفرص المتساوية أمام المواطنين في كافة المجالات التعليمية والعملية والخدمية وغيرها يزيد من إمكانيات العطاء والمشاركة بكل إخلاص من قبل المواطنين، ويدفع ذلك إلى بذل الجهود لدفع حركة التقدم والتطور في المجتمع.

- بلغت قيمة كا^٢ (٢٧٦.٨٧) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر بالحزن نتيجة فقد أسرتي الكثير من (المال والممتلكات) بسبب حادث ما". - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٩٠) بنسبة مئوية (٧٢.٥%) وترى الباحثة أن تعرض الأسرة لحادث ما مثل نشوب حريق، التعرض للسرقة، وفاة أحد أفراد الأسرة في حادث ما أو الإصابة بمرض خطير كل ذلك يعتبر من الأحداث الضاغطة السلبية غير المرغوبة والمفاجئة والتي ينتج عنها فقد الأسرة لمواردها سواء البشرية أو الاقتصادية والمالية وبالتالي يترك ذلك أثارا سلبية على نفسية أفرادها.

المحور الرابع: الضغوط التعليمية والمهنية

تشير نتائج جدول (٥) إلي الآتي:

والمثل الإجتماعية، والسلوك الحميد، مما يجعل هذه الفئة من الطلبة ناقمة على وضع معين، فيكونوا بذلك أكثر عرضة للإستقزاز، وأقل اكتراثاً لما قد ينجم عن السلوك الخطأ.

- بلغت قيمة كا^٢ (٧٣.١٢) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "يصبني التوتر أثناء الامتحانات الشفوية نظراً لخجلي الشديد" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٩٩) بنسبة مئوية (٤٩.٧٥%) وترى الباحثة وأن توتر الطلاب من الإمتحانات الشفوية قد يرجع لعدة أسباب منها الشعور برهبة الموقف حيث أنهم يفقدون القدرة على التواصل اللفظي المباشر ويؤثر ذلك على أدائهم وقد يصابون بالخوف أو الخجل أو الارتباك ويفضلون الإمتحانات التحريرية ومنهم من يخاف من صعوبة الأسئلة وعدم العدالة في التقويم حيث أنها تعتمد على التقدير الذاتي للمعلم، لذلك يجب التغلب على هذا التوتر والخوف أثناء الامتحانات لأنه يمثل ضغطاً على الفرد ويؤثر بالسلب على كفاءته العقلية والمعرفية، ويضيف حسن وهبان (٢٠٠٨) إنه كلما زادت حدة الضغوط كلما زاد الإنخفاض في الكفاءة المعرفية أو في مرونة التفكير لدى الفرد، ويشير على عسكر (٢٠٠٠) إلى أن الأعراض العقلية في الإستجابة للضغوط تتضح في النسيان، وصعوبة التركيز، واضطرابات في التفكير، وذاكرة ضعيفة، او دافعية منخفضة في إنجاز المهام، وإصدار أحكام غير صائبة.

- بلغت قيمة كا^٢ (٣٢.٧١) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أعاني من عدم وجود قدوة أو مثل أعلى لي بالجامعة أحتذي به" لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٨٧) بنسبة مئوية (٤٦.٧٥%) وترى الباحثة من خلال المقابلات الفردية مع أفراد العينة أن هناك فجوة بين عضو هيئة التدريس والطالب وأنهم يفقدون القدوة والمثل الأعلى لعدة أسباب منها أن التخصصات التي تعتمد على الحفظ قد تزيد الفجوة بين الطرفين، كذلك إبداء بعض أعضاء هيئة

وتذكر بعض المقررات الدراسية" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٧١) بنسبة مئوية (٦٧.٧٥%) وترى الباحثة أن هناك العديد من الطلاب بمختلف التخصصات يفقدون القدرة على تذكر الأفكار المهمة، وتنظيمها وإسترجاعها عند الحاجة إليها وبالتالي هناك تدنى في تحصيلهم الدراسي ويضيف حسن الجندي، سماح أحمد (٢٠١٤) أن مشكلة تدنى التحصيل من أهم المشكلات التي تعوق العملية التعليمية الحديثة وتحول بينها وبين أداء رسالتها على الوجه الأكمل وقد تغيرت الأولويات التي ظهرت في المجتمع والتي أثرت فيه، وأصبح الاهتمام بالمتعلم يتناسب مع التغيرات التي يشهدها العالم اليوم، وأن التعليم في الوقت الحالي يتوجه نحو توظيف التعلم الجامعي في مجالات الحياة وإستخدام تكنولوجيا المعلومات، والعديد من الأهداف التي لا تعتمد على التلقين والحفظ بل تمتد وتتعمق أكثر في عمليتي التعليم والتعلم الفعال القائم على نظريات تعليمية متجددة، مما يتطلب من المؤسسات التربوية التعليمية إعادة تطوير برامجها لكي تقي بحاجات الحياة العصرية، ومواكبة التطورات العلمية والتقنية السريعة في التغيير، والتي تتطلب تعليماً من نوع جديد في كل مراحل وأنواع التعليم، وأن الإهتمام بالتدريس وطرائقه وأساليبه كان ولا يزال محل إهتمام المؤسسات التعليمية والتربوية وذلك في سبيل النهوض بمستوى الطلبة علمياً ومهارياً واعداهم إعداداً جيداً لتحمل أعباء الحياة ومواجهه المشاكل التي قد تعترضهم في حياتهم.

- بلغت قيمة كا^٢ (٤٧.٧٨) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر بالحرمان من عدم توافر بعض الأجهزة (الكمبيوتر-النت) التي يمكن إستخدامها في الدراسة" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٩٨) بنسبة مئوية (٤٩.٥%) ويؤكد محمد ارشيد (٢٠٠٩) أن الشعور بالحرمان المصاحب لتدني المستوى المعيشي، يؤدي إلى الإحباط وفقدان الثقة بالقيم،

ضيقة جداً تتناسب ولا مع الأعداد ، وأن السماعات والميكروفونات بها لا تعمل أو غير موجودة وبعض مقاعد الجلوس مستهلكة وبها بعض العيوب كالمسامير والأخشاب المكسورة التي تمزق ثيابهم وكذلك عدم نظافتها أول بأول وكذلك تفنقر الكلية أيضاً لبعض المعامل والأجهزة اللازمة لدراسة بعض المقررات، وبالإضافة إلى ذلك عدم توافر أماكن لممارسة الأنشطة الترويحية، كما أن بعض دورات المياه غير صالحة للإستخدام الآدمي، وكل ذلك يعود بالسلب على الراحة النفسية للطالب عندما يشعر بأن البيئة التعليمية غير آمنة ولا تتوافر بها الشروط التي تساعده على الشعور بالراحة والأمان وتدفعه للنجاح والإنجاز، ولذلك ينبغي توفير بيئة آمنة للطلبة تشعرهم بالطمأنينة و تكون مناسبة كماً ونوعاً للتعليم، ووجود مختبرات ومعامل لإجراء التجارب العملية، وتوافر أجهزة حاسوب متعددة الوسائط التفاعلية، وكل ما تتطلبه المقررات والمناهج الدراسية، وأن تتوافر أماكن لممارسة الأنشطة، وأن تعمل الكلية جاهدة على تحديث الوسائل والأساليب التعليمية السائدة في بيئتها التعليمية وتطويرها مما يثير دافعية الطلبة للتعلم ويحقق لهم مستوى عال من التحصيل الدراسي.

التدريس نوعاً من الجفاء والشدة والفوقية والفتور والتسلط والتعسف وعدم العدالة ووضع الحواجز، كذلك عدم إدراك بعض أعضاء هيئة التدريس لأهمية أثر العلاقة الإيجابية بين الطرفين، لذلك يجب ان تكون العلاقة بينهم مبنية على الحوار والاحترام المتبادل لتتحطم تلك الحواجز، وأن العلاقة الجيدة بين الطالب الجامعي وأستاذه تمثل حجر الزاوية في مسيرته العلمية والعملية، وهذا بدوره يضع على عاتق الجامعات وأعضاء هيئة التدريس مسؤولية كبيرة لإيجاد بيئة جامعية خلاقة من خلال قنوات أكاديمية واضحة، وفي ضوء لوائح وتنظيمات معلنة بكل شفافية، لذلك يجب تعريف الطلاب وأعضاء هيئة التدريس بأهمية وطبيعة العلاقة الطيبة التي ينبغي أن تسود بينهما، وذلك من خلال عقد اللقاءات التعريفية والإرشادية في بداية كل عام دراسي وعلى ضرورة أن تكون العلاقة بينهم تكاملية وتواصلية؛ لكونها ستؤثر مستقبلاً في مسيرة الطالب العملية.

- بلغت قيمة كاً (٦٦.٥٠) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "أبنية الكلية(الفناء، القاعات، المعامل، دورات المياه) غير مناسبة" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٩٠) بنسبة مئوية (٤٧.٥%) وترى الباحثة أن الطلاب يشعرون بالقلق والخوف من بعض الأبنية القديمة وغير المناسبة للإستخدام والغير مطابقة للمواصفات الآمنة وأن القاعات الدراسية

مستواهم الدراسي، فعندما تتكاثر عليهم المحاضرات والتكاليف ولا يجدون الوقت الكافي لكل ذلك يصابون بالإرهاق والتعب الشديد، ويؤكد (طالح نصيرة، ٢٠١١) أن ضغوط الوقت والتحدي والمثابرة والتوتر والتوجه للإنجاز قد تؤثر على الفرد وتؤدي إلى معاناته حيث يشعر بالإجهاد والإنهاك.

- بلغت قيمة كا^٢ (٣١٠.٦٩) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "أعاني من الضغوط المتعلقة بالمواصلات" لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٩٠) بنسبة مئوية (٧٢.٥%) ويشير حسن وهبان (٢٠٠٨)

- بلغت قيمة كا^٢ (٢٨٢.٠٧) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "ترهقني كثرة المحاضرات في اليوم الواحد والواجبات والتكاليف" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٨١) بنسبة مئوية (٧٠.٢٥%). ترى الباحثة من خلال المقابلات الفردية مع أفراد العينة أن الطلبة الذين يعملون بجانب الدراسة يكون وقتهم محدود ويضطرون للعمل في أوقات الدراسة غير الرسمية لذلك يبحثون عن أعمال معينة تتناسب مع طاقاتهم وظروفهم الدراسية حتى يستطيعوا التوفيق بين الدراسة والعمل وحتى لا يؤثر ذلك بالسلب على

بالأطراف المتصارعة أو إحداهما إلى الإنسحاب من مكان العمل ويؤدي أيضا إلى إنخفاض الرضا الوظيفي وإلى ارتفاع مستوى القلق، كما أن الدعم الإجتماعي الذي يحصل عليه العامل من زملائه يؤثر إيجابيا في خفض الشعور بالإجهاد.

- بلغت قيمة كا^٢ (٢٨٤.٧٦) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أفتقد إلى النصيح والإرشاد الموجه أثناء فترة الدراسة والامتحانات" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٨٤) بنسبة مئوية (٧١%)، وترى الباحثة أن هناك مجموعة من الإجراءات التعليمية يجب على كل العاملين بالمؤسسة التعليمية العمل بها سواء كانوا أعضاء هيئة التدريس أو الموظفين وأولادهم للنهوض بمستوى الطالب وخاصة المتعثرين منهم وتحقيق أهداف العملية التعليمية، حيث إتضح من خلال المقابلات الفردية مع أفراد العينة أنهم يعانون من ضعف التكيف مع البيئة الجامعية وخاصة الطلبة الجدد وضعف العلاقة بين الطالب والأستاذ الجامعي وعدم إعطاء الطالب النصائح والمعلومات الكافية التي ترشده وتساعد على النجاح والتأقلم مع البيئة التعليمية الجامعية وكذلك إفتقادهم للبرامج والأنشطة وخدمات الإرشاد التربوي والنفسي والأكاديمي، مما يؤدي إلى عدم الاكتراث وكثرة الغياب والشعور بعدم الدافعية للإنجاز وبالتالي إنخفاض تحصيلهم الدراسي.

- بلغت قيمة كا^٢ (١٠٠.٩٦) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "يصعب على المذاكرة والراحة في السكن الذي أعيش فيه" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٦٤) بنسبة مئوية (٤١%)، وترى الباحثة أن بعض الطلبة يضطرون إلى السكن الخارجي وذلك لأسباب متعددة منها تخفيف العبء المادي والمعيشي الملقى على عاتق ذويهم أو بسبب بعد كلياتهم عن موطنهم الأصلي ويترتب على ذلك عدة مشاكل منها أن الأماكن التي يسكنها الطلاب ليست بالبيئة المناسبة من حيث نوعية المسكن والتصميم الداخلي

أن طلبة الجامعة في البيئة العربية يعانون ضغوط بيئية مرتفعة متمثلة في الضوضاء، الدخان، إكتظاظ المواصلات. وترى الباحثة أن معظم الطلبة يعانون من إزدحام وإكتظاظ كافة وسائل المواصلات المختلفة وغيرها سواء كان هؤلاء الطلبة مقيمين بمدينة الزقازيق أو خارجها حيث ينتج عن ذلك تأخرهم على المحاضرات وإرهاقهم النفسي والجسدي وكذلك المادي وشعورهم بالإختناق سواء من طول المسافة أو بعض السلوكيات غير اللائقة سواء من الركاب أو سائقي المواصلات بالإضافة إلى إستفزاز بعض السائقين لأخذ أجرة أكبر من الأجرة الرسمية مستغلين حاجة الطلبة للسفر وتحميلهم لأعداد تتعدى الحمولة العادية فيجلس الطالب طول الطريق بطريقة خاطئة تؤثر عليه جسمانياً ونفسياً ويصل إلى الكلية وهو متعب وفاقداً للطاقة والحماس بسبب معاناته في المواصلات فيصاب بالإحباط والضيق الشديد وخاصة عندما يفكر أنه سوف يواجه تلك المعاناة في كل يوم دراسي يذهب فيه إلى الكلية.

- بلغت قيمة كا^٢ (٣.٩٨) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "إضطرت إلى التغيب عن العمل أو الإنقطاع عنه أو أتركة نهائياً نتيجة لسوء علاقتي بزملائي أو بمديري المباشر" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٥٢) بنسبة مئوية (٣٨%)، ويشير احمد الشحاته (٢٠١٠) إلى أن العلاقة بين العامل برؤسائه في العمل تعد من أشد المصادر تأثيراً في العمل، فقد وجدت إحدى الدراسات أن العاملين الذين وصفوا رئيسهم في العمل بأنه أقل صداقة ومراعاة لمشاعرهم وثقة بالآخرين كانت مستويات الضغوط النفسية مرتفعة لديهم، كما أشار الأطباء وعلماء النفس أن المشكلات النفسية في بيئة العمل غالباً ما تنتج عن وجود علاقات غير صحيحة بين العاملين ورؤسائهم في العمل، وتعد العلاقة بين العامل وزملائه في العمل من المصادر الهامة أيضاً للضغوط النفسية على الفرد، حيث أن الصراع بين العمال قد يؤدي

الدراسي، وانخفاض الدافعية، وقصور في الذكاء المعرفي والإنفعالي والإجتماعي، والشعور المستمر بالإحباط.

- بلغت قيمة كا²(٥٣٨.٣١) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "والذي يشجعون إخوتى على إهانتى وضريي مما يؤدى مشاعري". - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد(٣٥٢) بنسبة مئوية (٨٨%) وترى الباحثة أن ذلك يرجع إلى تفضيل الوالدين إلى أحد الأبناء وفقاً لنوع الجنس وعادة يكون الذكر أو السن (الأكبر سناً) أو التعليم (أعلى مستوى تعليمي) أو الأكثر قوة ويعتبر ذلك نوعاً من العنف والتسلط الذي يزرع داخل الأبناء الإحساس بالقهر والظلم والألم. ويضيف هشام حلبص(٢٠٠٣) أن ذلك يعتبر نوع من أنواع التفرقة والتفضيل والتمييز بين الأبناء في المعاملة لأسباب غير منطقية كالجنس (ذكور- إناث)، والترتيب الميلادي بشكل يولد الحقد والغيرة والكرهية.

- بلغت قيمة كا²(٦٥.٧٧) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر بالحزن والذنب والتقصير في أداء فروضي الدينية وطاعة الله وامتنال وأمره". - لصالح(نعم) حيث بلغ العدد(١٨٦) بنسبة مئوية (٤٦.٥%) وترى الباحثة أن شعور الفرد بالحزن والذنب والتقصير تجاه طاعة الله وعبادته يعتبر مؤشراً صحياً ودليلاً على تأنيب الضمير لإعادة النظر في علاقته مع الله، حيث أن القرب من الله سعادة والبعد عنه إكتئاب امتثالاً لقوله تعالى في قرانه الكريم (وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى (١٢٤) قَالَ رَبِّ لِمَ حَشَرْتَنِي أَعْمَى وَقَدْ كُنْتُ بَصِيراً (١٢٥) قَالَ كَذَلِكَ أَتَتْكَ آيَاتُنَا فَنَسِيْتَهَا وَكَذَلِكَ الْيَوْمَ تُنسى) سورة طه الآية (١٢٤.١٢٥)، ويذكر(Pargament & Park,1997) أن التدين والمواظبة على أداء الشعائر والتردد على دورالعبادة بإنتظام يمثل عامل وقاية أو حماية للفرد من التأثير بالضغط والأزمات والصدمات، كما يزيد إيجابية قدرة الفرد على المواجهة، حيث أن التدين يساعد على

ومتطلباته الأساسية من إضاءة ولون ومساحة، معدل الإزدحام، والشعور بالراحة، وسلوكيات وقيم الطلبة المقيمين فى نفس السكن، وسوء حالة الوجبات الغذائية كماً ونوعاً وعدم النظافة وإنخفاض أنواع الرعاية وإفتقاد الجو الأسرى، ويشير فوزي بشرى(١٩٩٣) إلى أن نوعية المسكن والتصميم الداخلي والحجرات والمساحات المفتوحة ومدى ما توفره من خصوصية إشباع للإحتياجات الشخصية تؤثر تأثيراً كبيراً على الفرد وعلى جوانب النضج الشخصي التحصيلي. وتؤكد نعمه رقبان، إيناس خميس(٢٠٠٣) أن الأعداد المتزايدة سنوياً من شباب المغتربين لا يقابلها زيادة فى عدد المدن الجامعية المتاحة الأمر الذي ينعكس سلبياً على ارتفاع الكثافة فى الحجرة(معدل الإزدحام) والإنخفاض فى مستوى الخدمات المقدمة مما يؤدى إلى ظهور العديد من المشكلات السلوكية والنفسية غير السوية المؤدية الى التأخر الدراسي، كما أوصت الدراسة بأنه كلما تحسن مستوى الرعاية الغذائية والصحية والإجتماعية والرياضية كلما زاد التحصيل الدراسي.

المحور الخامس: الضغوط النفسية والإنفعالية والعاطفية

تشير نتائج جدول(٦) إلي الآتى:

- بلغت قيمة كا²(٢٥٣.٦٠) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "يناديني بعض الأفراد بأسماء أو ألقاب اكرهها وبألفاظ بذيئة تؤذى مشاعري"- لصالح(نعم) حيث بلغ العدد(٢٨١) بنسبة مئوية (٧٠.٢٥%). وترى الباحثة أن ذلك نوع من أنواع الإساءة الإنفعالية والنفسية والتي تؤذى المشاعر الإنسانية، والمتمثلة فى التجاهل بسخرية، والتحقير، وإطلاق ألقاب غير محببة، أوالمعايرة بالعيوب وجوانب النقص. ولذلك بالغ الأثر على نفسية الفرد وشخصيته وسلوكه، ويؤكد(عماد مخيمر، عماد عبد الرزاق، ١٩٩٨) أن من الآثار المترتبة على الإساءة الإنفعالية الشعور بعدم الأمن، والعدوان، وإنخفاض تقدير الذات، الفلق، والإكتئاب، وضعف التحصيل

الحياة اليومية وان يحقق مطامحه، كما أنها تعد وسيلة للهروب من واقع مؤلم، فهي سلاح ذو حدين فالقليل منها مفيد في التنفيس عن التوترات من متاعب الحياة الواقعية ولكن إذا طغت أحلام اليقظة تؤدي إلى إبتعاد الشخص عن عالم الواقع وإندماجه في عالم خيالي من صنعه، وهذا ما يتنافى مع أسس ومبادئ الصحة النفسية السليمة، وتؤكد أمل العنزي (٢٠٠٤) ان بعض الأساليب الهروبية يلجأ إليها البعض وهي تمثل أساليب إيجابية ومن أمثلتها عدم التفكير في المشكلة كثيراً وعدم إعطائها وزناً أكثر مما يستحق، وشغل النفس بأمر أخرى للإبتعاد عن المشكلة الشائكة، مما يعطى الفرد دفعة جديدة لمواجهةها بشكل أكثر فاعلية، وفي حين أن اللجوء للأساليب السلبية والتي يلجأ إليها الفرد أثناء التعرض لضغوط نفسية أو إجتماعية ويعتبرضاراً على الصحة النفسية للفرد من أمثلتها الهروب من المشكلة أو اللجوء إلى النوم كثيراً أو تناول الطعام بكثرة أو اللجوء للتدخين عند الشعور بالضغط، أو العض على الشفاه أو قضم الأظافر عند الشعور بالتوتر أو تناول الأدوية المهدئة عند الشعور بالقلق.

- بلغت قيمة كا^٢ (٣٠٧.٠٦) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر بالحزن الشديد عند الانفصال العاطفي وأفكر في الانتحار" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٩٧) بنسبة مئوية (٧٤.٢٥%). وترى الباحثة أن مرحلة الشباب من أهم المراحل في حياة الأفراد، حيث أنها تمتاز بخصائص جسمية وحركية وعقلية وإجتماعية وإنفعالية تميزها عن غيرها من مراحل النمو حيث يندفع الشباب في هذه المرحلة إلى الحب و العطاء والرومانسية والمثاليات فكراً وإحساساً والجرأة والحماسة والإستقلالية، فهي تتميز بحدة الإنفعالات والإندفاعات العاطفية تجاه الجنس الآخر وترى الباحثة من خلال المقابلات الفردية مع الطلبة أنهم يتعرضون لمشاكل عاطفية وأنهم يعانون من تقلب العواطف وحب التجريب

تكوين نظام ثابت من القيم الدينية والأخلاقية التي تؤثر في سلوك الفرد وتفكيره وتجعله أكثر قدرة على التوافق والتغلب على الصعاب.

- بلغت قيمة كا^٢ (٢٩٢.٥٧) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر بالحرمان من حنان الأب أو الأم أو كلاهما نتيجة لغيابهم عن حياتي". - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٩٤) بنسبة مئوية (٧٣.٥%). وترى الباحثة أن الحرمان من حنان الوالدين وخاصة الأم يؤدي إلى شعور الأبناء بعدم الإرتزان الوجداني ولا يستطيعون تحمل أعباء الحياة ويؤثر ذلك سلباً على أمنهم النفسي وتوافقهم الشخصي والإجتماعي وقد يمتد الأمر إلى السلوك المنحرف، وتؤكد أمنة المطوع (٢٠٠١) أن الكثير من المشكلات النفسية التي يظهرها الطفل في مستقبل حياته ترجع إلى حد كبير إلى حرمانه من الدفء العاطفي من أمه في طفولته المبكرة ويشير عماد مخيمر (٢٠٠٣) إلى أن الدفء الوالدي يمثل عامل وقائي من الأمراض النفسية والعقلية وإضطرابات الشخصية والإنحرافات السلوكية، وهو بذلك يمثل قيمة إيجابية تترك آثار بعيدة المدى على سلامة الأداء النفسي والإجتماعي للشخصية حيث تنتظم الشخصية نحو التطور والإرتقاء وتصبح قادرة في ظل ظروف إجتماعية مساعدة على تحقيق ذاتها بشكل إيجابي.

- بلغت قيمة كا^٢ (٢٥.٢٧) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أكثر من الهروب إلى النوم أو أحلام اليقظة أو تناول الطعام بكثرة عندما أتعرض للضغوط الحياتية" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٧٠) بنسبة مئوية (٤٢.٥%) وترى الباحثة أنه عندما يتعرض الفرد لأحداث ضاغطة فإنها تسيطر عليه ويعانى من ضغط الأفكار فيلجأ إلى حيل دفاعية وأساليب للهروب مثل النوم وأحلام اليقظة أو إتباع عادات وممارسات غذائية خاطئة وغير صحية ويشير عبد السلام عبد الغفار (١٩٩٦) إلى أن الفرد عن طريق أحلام اليقظة يستطيع أن يتجاوز مخاوف

حسين، ومنى الزيانى(١٩٩٣) أن الشباب الجامعي يعاني من مستويات عالية نسبياً من الشعور بالوحدة، ويؤكد كامل عويضة(١٩٩٢) أن الشعور بالوحدة يعتبر من العوامل المسببة للضغط بحيث تؤدي إلى العدوانية وظهور بعض أعراض الإنسحابية واللامبالاة، والإكتئاب، ويضيف محمود عطا(١٩٩٣) أن مشاعر الوحدة النفسية ومستويات الإكتئاب تنخفض في ظل التقدير الإيجابي للذات، ويؤكد عبد الحميد رجيعة، وإبراهيم الشافعي (٢٠٠٢) أن الأشخاص المكتئبين يعانون من قصور في المهارات الاجتماعية عموماً ونقص في الحساسية والضبط الإنفعالي حيث يعانون من نوبات البكاء والحزن ويميلون إلى الصمت ولذلك لا يعبرون بشكل جيد عن مشاعرهم نحو الآخرين وهذه المشاعر ذاتها تنصف بالسلبية والعزوف عن التفاعل الاجتماعي.

- بلغت قيمة كا^٢(٣٠٢.٧١) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "تجرح مشاعري لأبسط الأسباب" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد(٢٩٧) بنسبة مئوية (٧٤.٢٥%). وترى الباحثة أن الأفراد يختلفون في رد فعلهم تجاه المواقف والأحداث المختلفة وعندما تجرح مشاعرهم لأتفه الأسباب فإن ذلك دليل على أنهم يفتقرون لمهارة الضبط الإنفعالي ولديهم حساسية إنفعالية مفرطة تجاه الآخرين وتجاه المواقف والأحداث المختلفة وتحدث لأتفه الأسباب.

- بلغت قيمة كا^٢ (٨٥.٨٤) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أصاب بالقلق والتوتر والانفعال عندما أتعرض لبعض الضغوط والمشاكل وافشل في مواجهتها" - لصالح(نعم) حيث بلغ العدد(١٨٨) بنسبة مئوية(٤٧%) وترى الباحثة أن إستجابات الأشخاص تختلف عندما تتعرض للضغوط أو عند الفشل في مواجهتها، فهناك اشخاص قد تمرض جسمانياً أو نفسياً ويضيف عماد مخيمر(٢٠١١) أن الضغوط قد تزيد من الأمراض، فهناك شخصاً قد يحفظ بصحته الجسمية والنفسية ويتأثر قليلاً

والمغامرة والإكتشاف، وبعضهم لديه ضعف في الخبرة في التعامل مع الجنس الآخر ومع الواقع العملي والمواقف الحياتية مما يؤدي إلى علاقات عاطفية غير مناسبة وينتج عن ذلك ألم وفراق وصدمات عاطفية. ويشير مروان دياب (٢٠٠٦) إلى أنه عندما يصدف الفرد في حب الآخرين فإنه يتحول إلى حب يأس، وتوتر نفسي، وقلق دائم ويصبح إنطوائياً أو عدوانياً يريد الانتقام لحيته وكرامته من الآخرين، وفي أغلب الأحيان من نفس الجنس الذي سبب له الصدمة. ويؤكد حسان المالح (٢٠١١) أن الصدمة العاطفية الإعتيادية هي رد فعل مفهوم ومؤقت على فقدان الحبيب ولا تسمى مرضاً أو اضطراباً إذا لم تتجاوز الحدود الواقعية، ويمكن إعتبار الصدمات العاطفية أمراً طبيعياً فبعضهم يعتبر الصدمة تجربة مفيدة تعلمه دروس الحياة وتزيده خبره ونضجاً وصلابة وفي الحالات المرضية يمكن أن تكون ردود الفعل شديدة، وتستمر لفترات طويلة يرافقها تغيرات عاطفية وسلوكية تظهر عليهم مثل القلق والتوتر ونقص التركيز والعزلة، ويكون المزاج عادة متوتراً وحزيناً، وتقل الشهية وتضعف الطاقة والهمة، وبعضهم يهمل مظهره، وبعضهم الآخر تتأثر دراسته أو عمله بشكل سلبي ويمكن له أن يرسب في دراسته أو يتوقف عن الدراسة أو يستقيل من عمله. وفي حالات أخرى مرضية يمكن أن يصاب الشاب بنوبة إكتئابية شديدة أو يحاول الإنتحار وغير ذلك.

- بلغت قيمة كا^٢(٦٩.٨٨) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "أشعر بالوحدة وأرى وجودي في الحياة غير مهم" - لصالح(نعم) حيث بلغ العدد (١٩٥) بنسبة مئوية (٤٨.٧٥%). وترى الباحثة أن إحساس الأفراد بالوحدة وشعورهم بعدم الأهمية راجع إلى شعورهم بعدم الثقة بالنفس وإفتقارهم للمهارات الاجتماعية التي تمكنهم من الإنخراط في المجتمع والإحساس بقيمتهم الذاتية، ويؤكد دراسة محمد

أفضلهم، لأن الزواج علاقة جسدية، عاطفية، عقلية، إجتماعية وروحية لذلك يجب النظر إلى كل تلك الأبعاد عندما نفكر في الزواج، و أن الزواج الذي يقوم على بعد واحد مهما كانت أهميته مهددا بمخاطر كثيرة.

بالضغوط وهناك شخصاً قد يقوى بعدها حيث أن الضغوط بعد مواجهتها تزيد من كفاءته وتضيف إلى إطاره المعرفي خبرات جديدة تفيد في المواجهات اللاحقة، وعلى هذا فإن الشخصية المستهدفة للأمراض تحت وطأة الضغوط تستجيب بزيادة في إدراك وتضخيم حجم الحدث الضاغط والتقليل من شأن قدراته على مواجهته مما يترتب عليه إنفعال سلبي وسلوك غير صحي.

- بلغت قيمة كآ^١(١١٠.٤٧) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "اختياري لشريك حياتي مستقبلا مشكلة كبيرة ترهقني" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٣١) بنسبة مئوية (٥٧.٧٥%)، وترى الباحثة أن الزواج نظام إجتماعي مؤسسي ويعتبر سبب هاماً في إستقرار الرجل والمرأة نفسياً وعاطفياً واجتماعياً، لذلك يجب أن يبنى على أسس متينة وقوية و يجب الإنتباه والتأني بدلاً من الندم والحسرة بعد الزواج، حيث التشتت والإنفصال يكونا الحصاد المر لسوء الإختيار وأن عملية إختيار شريك الحياة من أصعب القرارات الحياتية، نظراً لأهميتها ودورها الهام في تحقيق السعادة الزوجية، وترى الباحثة من المقابلات الفردية مع أفراد العينة أنه من أصعب القرارات التي تواجههم أسس الإختيار المناسب، فمنهم من يفضل النمط العاطفي حيث يقوم على عاطفة حب قوية لا تخضع للعقل، ومنهم يفضل النمط العقلاني حيث يقوم على حسابات عقلية ومنطقيه، وآخرون يفضلون النمط الجسدي الذي يقوم على الإعجاب بالمواصفات الشكلية فقط، والبعض يفضل النمط المصلحي وهو زواج يهدف إلى تحقيق مصلحة ما، ومنهم مقتنع بالنمط الإجتماعي الذي يقوم أساساً على رؤية المحيطين أن هذا الشاب مناسب لهذه الفتاة، فيبدأون في التوفيق بينهما، ومنهم يفضل النمط العائلي وذلك للم الشمل العائلي مثل أن يتزوج الشاب ابنه عمه أو خاله و لكن هناك من يبحث عن النمط المتكامل ويرى انه أفضلهم وهو متعدد الأبعاد حيث يشتمل على الجانب العاطفي، العقلي،والديني...الخ وترى الباحثة أنه

- بلغت قيمة كاس^٢ (٢٤٢.٦٢) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمؤشر "اشعر بالغيرة من بعض اصدقائى و زملائى" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٧٥) بنسبة مئوية (٦٨.٧٥%)، وترى الباحثة أن الغيرة بين الأصدقاء من أكثر المشاكل التي يواجهها الأفراد، فهناك غيرة إيجابية قد تدفع الفرد وتحفزه على تنمية ذاته وهناك غيرة سلبية ضارة تنعكس بالسلب على الفرد وعلى الآخرين، فهي مجموعة من الأفكار والمشاعر السلبية والتي تؤرقهم وقد لا يدركها الفرد ولكنه يعاني منها أو قد يدركها لكنه لا يستطيع التخلص منها ولكنها تؤدي فى النهاية إلى تدمير العلاقات بين الأصدقاء ومليء القلوب بالأحقاد وتؤدي فى نهاية الأمر إلى إنهاء الصداقة، وقد ترجع لعدة أسباب منها نفسية واجتماعية متشابكة مع بعضها مثل عدم الشعور بالثقة بالنفس أو تدنى تقدير الذات أو الحقد والتقليل من شأن الآخرين، وقد تنتج الغيرة بين البنات بسبب الخطوبة والزواج، أو نتائج الإمتحانات، أو التفوق فى العمل أو بسبب الشكل والمظهر وكذلك إذا وجدت فتاة صديقتها محبوبة من الجميع فتنشأ لديها الغيرة والحقد، وقد تكون الغيرة سببها حب الإستحواذ بأن تكون صديقتها هي فقط، وكل العجب عندما أصبح الفيس بوك سبباً من أسباب الغيرة وذلك عند تتال منشوراتها إعجاب الكثير، وفى الأخير أياً كان السبب فإن الغيرة شعور سلبي يعكر صفو الصداقة، ولذلك يجب التخلص منها بأن يعرف كل إنسان أن الله ميمزه بميزة تختلف عن الآخرين وأن يحترم قدرات الغير ونجاحهم ويبتعد عن الأنانية ومن الأفضل أن يعرف كل فرد مميزاته ويحدد نقاط ضعفه لمحاولة تقويتها حتى يستطيع الإستمتاع بحياته وبحب الآخرين.

فى كثير من الأحيان مع روح العصر حيث التفاوت الحضاري والثقافي والتكنولوجي وأن الطالب الجامعي يرى أنه على مستوى تعليمي وثقافي عال يرفض الخضوع إلى تلك العادات والتقاليد المتحجرة متطلعاً نحو مستقبل أفضل ونحو التقدم والرقى وأنفقت نتائج الدراسة مع ما وجده طالح نصيرة (٢٠١١) حيث كانت من أهم مصادر الضغوط لدى الأفراد وخاصة الشباب هي الضغوط الاجتماعية، أى أن للبيئة الاجتماعية من عادات وتقاليد وقيم لها تأثير على معاناة الطلبة وهذا ما أثبتته دراسة حسن عبد المعطى (١٩٩٤) حيث توصل إلى أن المجتمع وثقافته لها تأثير على معاناة طلبة الجامعة من ضغوط بحيث يدركون الضغوط ويحسون بها حسب المجتمع الذين ينتمون إليه، وأن الاصطدام بالواقع الاجتماعي غير المرغوب فيه قد يكون وراء شعوره بالضغط إذ يجبره على قمع رغباته والتعبير عنها متمشياً مع العادات والتقاليد. ثانياً أن انخفاض الدعم الاجتماعي أو المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الطلبة من الآخرين سواء من الأسرة أو خارجها تعد عاملاً نفسياً هاماً فى الصحة النفسية وفى حين غيابها أو انخفاضها تنشط الآثار السلبية للأحداث الضاغطة والمواقف السيئة التي يتعرضون لها مما يؤدي إلى إختلال الصحة النفسية لديهم ويشير (شعبان جاب الله، ١٩٩٣) إلى أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد بإعتبارها متغيراً معدلاً فى العلاقة بين الأحداث الضاغطة والإضطرابات النفسية قد حظيت بإهتمام لدى بعض الباحثين، وذلك إعتقاداً على مسلمة مفادها أن هذه المساندة التي يحصل عليها الفرد من خلال شبكة العلاقات الاجتماعية والجماعات التي ينتمي إليها، تؤدى دوراً هاماً فى خفض الآثار السلبية للأحداث الضاغطة على صحته النفسية وبخاصة فيما يتعلق بأعراض الإكتئاب. ثالثاً أن لديهم بعض القصور للمهارات الاجتماعية أو بمعنى أدق يفتقرون الكفاءة الاجتماعية

- بلغت قيمة كا^٢ (١٥٦.١٦) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمؤشر "أنا سريع البكاء والتأثر عند مواجهة أي ضغط أتعرض له" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٤٤) بنسبة مئوية (٦١%) وترى الباحثة أن البكاء رد فعل إنفعالي عندما يتعرض الشخص لحدث غير سار أو حدث ضاغط وتؤكد أمل العنزي (٢٠٠٤) أن هناك بعض الأساليب الإنفعالية يلجأ إليها الأشخاص عند مواجهة الضغوط والمتمثلة فى البكاء لتخفيف حدة التوتر الناتج عن الضغط أو التصرف بعصبية مع الآخرين أو عدم السيطرة على الإنفعال عند التفكير بالمشكلة أو ندب الحظ ولوم الذات وتأنبها، بالإضافة الى أن معظم الأفراد عندما يتعرضون للضغوط فإنهم يستجيبون انفعالياً بمجموعة من الأعراض، التي أكدها على عسكر (٢٠٠٠) متمثلة في: تقلب المزاج، والعدوانية، واللجوء إلى العنف، سرعة البكاء، السلبية، الجمود. ويضيف محمد عبد الله (٢٠٠١) الضيق والكآبة وفقدان الإهتمام وفرط النشاط وعدم الإستقرار، فقدان الصبر، والغضب، والخمول والملل.

مجموع الضغوط التي يتعرض لها الشباب

يشير نتائج جدول (٧) إلى ترتيب مستويات ضغوط الحياة لدى الشباب الجامعي حيث احتلت الضغوط الاجتماعية الترتيب الأول يليها الضغوط الإقتصادية ثم الضغوط التعليمية والمهنية ثم الضغوط النفسية والإنفعالية والعاطفية وأخيراً الضغوط الأسرية التي جاءت فى الترتيب الخامس.

١- بلغت قيمة كا^٢ (١٧١.٧٨) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمحور "الضغوط الاجتماعية" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (٢٥٢) بنسبة مئوية (٦٣%) وترى الباحثة أن الضغوط الاجتماعية تعد بمثابة حجر الأساس فى التماسك والتفاعل الاجتماعي بين أفراد المجتمع، وأنها جاءت فى الترتيب الأول وذلك راجع للأسباب الآتية، أولاً أن المجتمع المصري مجتمع تقليدي تحكمه العادات والتقاليد التي تتعارض

الإجتماعية والمهنية وهو يواجه مرحلة الرشد الأكثر حساسية وهي مرحلة الإقبال على تحمل المسؤولية الإجتماعية الكاملة وأمام مخاوف المستقبل سواء التجنيد أو العمل والإزدحام والهجرة أو الزواج بالإضافة إلى وجود التباين والتفاوت الطبقي داخل البيئة الإجتماعية التي يشعر بها الفرد وقله نصيبه من الرفاهية الإجتماعية والوسائل التكنولوجية التي أثرت بشكل كبير على الحياة الإجتماعية والتواصل الاجتماعي والأسرى بصفة خاصة.

١- بلغت قيمة كا^٢ (٦٨.٣٦) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمحور "الضغوط الإقتصادية"- لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٧٤) بنسبة مئوية (٤٣%) وترى الباحثة أن الضغوط الإقتصادية جاءت في الترتيب الثاني وذلك راجع إلى العديد من الأسباب منها الفقر والجهل وانتشار البطالة وعدم وجود فرص للعمل أو عدم ملائمة العمل والتفاوت الطبقي وعدم التكيف مع الأوضاع الإقتصادية وغلو الأسعار، والكثافة السكانية، والضغط السكني أو إزدحام السكن وقله الخدمات المجتمعية، وعدم عدالة توزيع الناتج القومي، وإفتقار الأسر الفقيرة للمساعدة المجتمعية، وعدم الشعور بالكفاية، وقد أثبتت الدراسات الإحصائية أن الضغوط الإقتصادية أسرع الطرق للإنتحار وانتشار أرتكاب الجرائم(السرقه، تجارة المخدرات، تجارة الأعضاء، أعمال الدعارة، والعنف والإدمان وظاهرة أطفال الشوارع التي تعد بمثابة قنبلة موقوتة تهدد أمن وإستقرار المجتمع، فالضغوط الإقتصادية لها الدور الأعظم في تشتيت جهد الإنسان وضعف قدرته على التركيز والتفكير وقد أشارت دراسة (Conger et al,1992) إلى أن المعاناة الإقتصادية تؤثر على الحالة الإنفعالية والسلوكية للوالدين وتجعلها أكثر قلقاً وتوتراً واكتئاباً مما يزيد من الخلافات الأسرية والزوجية ويؤثر على كفاءة الوالدين التي تنعكس بدورها على الأبناء فيصبح الوالدين أقل

والتي تتضمن مهارات إجتماعية وسلوكيات لفظية وغير لفظية يحتاجها الفرد في حياته وعلاقاته الإجتماعية فالشخص ذو الكفاءة الإجتماعية ينجح في إختيار المهارات المناسبة لكل موقف ويستخدمها بطرق تؤدي إلى نواتج مرضية وإيجابية وأن من أهم مظاهرها قصور الكفاءة الإجتماعية حيث أنهم لا يستطيعون التفاعل بشكل ملائم مع الآخرين أو سوء العلاقة بالآخرين أو مع المواقف، وصعوبة تكوين صداقات إجتماعية، و قلة خبرات الحياة لدى الطالب وتدنى تقدير الذات وانخفاض الثقة بالنفس وجمود وتصلب الرأي وصعوبة إتخاذ القرارات والتردد والشعور بالوحدة والإغتراب. ويشير Jones, H., etal (1998) إلى أن نقص المهارات الإجتماعية يقود إلى العديد من الصعوبات في الحياة الإجتماعية وأنها من أهم أسباب الشعور بالوحدة النفسية، ويضيف وليم إبراهيم (٢٠٠٦) انه قد يكون هناك قصور في الأداء أى أن لديهم المهارات الإجتماعية اللازمة للتفاعل الإجتماعي ولكنهم لا يؤدونها بسبب القلق أو الخوف من قلة الدافع أو قصور في التحكم الذاتي وهؤلاء غالباً ما يفتقرون إلى ضوابط سلوكية ملائمة لقمع السلوك الاجتماعي العدواني المشوش المندفع، حيث أنهم يؤدون سلوكاً يعتبر غير ملائم لظروف البيئة أو يؤدون سلوكيات بدون تفكير في عواقب إستجابتهم. ويؤكد إبراهيم عبد الستار (١٩٩٨) أن ضعف المهارات الإجتماعية المتعلقة بقدرة الفرد على تكوين علاقات إجتماعية ناجحة يؤدي إلى الإحباط ومشاعر الفشل والتعاسة، ويرى علماء السلوك أن العلاقة الجيدة بين الأفراد والمبنية على التأييد والثقة والمساندة والتعاون تسهم في خلق بيئة إجتماعية صحية وعكس ذلك فإن سوء الثقة أوعدمها قد يؤدي إلى نشوء علاقات متوترة، يسودها الحقد والكراهية وبذلك تصبح العلاقات بين الأفراد مصدراً من مصادر الضغوط رابعاً أن المرحلة التي يمر بها الطالب هي المرحلة الإنتقالية من الحياة الدراسية إلى الحياة

التركيز، وعدم توافر بيئة تعليمية مناسبة وعدم القدرة على أداء الواجبات المنزلية وفوبيا الإمتحانات وإفتقار الطلاب للأنشطة الترويحية وعدم تفعيل الخدمات الإرشادية والتربوية والنفسية بالجامعة، والخوف والقلق من المستقبل..الخ، وتؤكد دراسة (Kliwer, W.& Sandler, I.N., 1992) على أن طلاب الجامعات هم في مرحلة إنتقالية بين مرحلتي المراهقة والرشد ولهم أنماط خاصة من الضغوط النفسية التي يواجهونها في حياتهم،

شعوراً بالكفاية وأكثر رفضاً للأبناء مما يعرضهم للمشكلات النفسية والسلوكية. ٢- بلغت قيمة كا^٢ (١٧.٣٤) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمحور "الضغوط التعليمية المهنية"- لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٦٩) بنسبة مئوية (٤٢%) وترى الباحثة أن هناك عدة أسباب منها المتعلقة بظروف الدراسة مثل صعوبة التعامل مع الزملاء الزميلات ووجود فجوة بين الطالب والأستاذ الجامعي، صعوبة التحصيل الدراسي، وضعف القدرة على

جدول ٧: العدد والنسب المئوية وقيمة كا^٢ ودلالاتها الإحصائية لمجموع الضغوط التي يتعرض لها الشباب

الترتيب	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نصالح	قيمة كا ^٢	درجة التحقق				المحاور		
					نادرا		أحيانا				
					%	ن	%	ن			
٥	٦٠.١٩	١.٨١	نعم	٩٢.٦٠	٣٣	١٣٤	١٤	٥٤	٥٣	٢١٢	الضغوط الأسرية
١	٨٣.٩٩	٢.٥٢	نعم	١٧١.٧٨	١١	٤٤	٢٦	١٠٤	٦٣	٢٥٢	الضغوط الاجتماعية
٢	٦٦.٤٥	١.٩٩	نعم	٦٨.٣٦	٤٣	١٧١	١٤	٥٥	٤٣	١٧٤	الضغوط الاقتصادية
٣	٦٣.٣٩	١.٩٠	نعم	١٧.٣٤	٣٢	١٣٠	٢٥	١٠١	٤٢	١٦٩	الضغوط التعليمية والمهنية
٤	٦٠.٦٧	١.٨٢	نعم	٢٦.٩٥	٢٨	١١٠	٢٧	١٠٧	٤٦	١٨٢	الضغوط النفسية والانفعالية والعاطفية

**دالة عند مستوي ٠.٠١ **دالة عند مستوي ٠.٠٥

والتردد، الغيرة، ونقص الثقة بالنفس والوحدة وعدم تحمل المسؤولية، عدم القدرة على مواجهة الصدمات الحياتية والعاطفية وأحيانا التعصب والتطرف الديني. ويضيف حامد زهران (٢٠٠١) إلى ذلك الشعور بالفراغ والضياع والخوف من الخضوع والإهانة والنقد، ونقص الإستقرار، وسهولة الإستثارة العصبية والحساسية الإنفعالية، والإهمال، وضعف الإرادة، ونقص القدرة على التصرف وقت الطوارئ، والإستغراق في أحلام اليقظة، ويشير عماد مخيمر (١٩٩٥) إلى أن هناك علاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين أعراض القلق والاكتئاب وهذا ما أكده فيصل الزارد (٢٠٠٠) حيث إن تعرض الفرد لمستوى عالي من الضغط عادة ما يصاحبه الشعور بالقلق والإحباط والتعب والإرهاق والاكتئاب والتوتر والإنفعال والأرق، وإنخفاض تقدير الذات، ويضيف سعد الإمارة (٢٠٠١) أن الضغوط النفسية تشكل الأساس الرئيسي الذي تبنى عليه بقية

وتتمثل في مواجهة ضغوط الإمتحانات والمنافسة من أجل النجاح، وبعض المشكلات الجنسية، وإقامة الطلبة مع الأصدقاء، ويضيف (Peterson 2005) أن الاهتمام بإحتياجات الشباب وتنمية المعارف العلمية لديهم وتحقيق التعاون بين الجامعة ومؤسسات المجتمع ومساعدة الشباب على التفكير السليم قد ساعد في معرفة حقوقهم وواجباتهم وتنمية قيمهم وميولهم وسلوكهم وطموحاتهم في المستقبل.

٣- بلغت قيمة كا^٢ (٢٦.٩٥) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) لمحور "الضغوط النفسية والانفعالية والعاطفية" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد (١٨٢) بنسبة مئوية (٤٦%) وترى الباحثة أن طلاب الجامعة عرضه للإضطرابات النفسية وذلك لأنهم يواجهون مواقف كثيرة تعتبر هذه المواقف ضغوطاً رئيسية في مرحلة الشباب، ففي هذه المرحلة يعاني الشباب من الشعور بتأنيب الضمير، والقلق، التوتر، الإرتباك،

(Holahan&Moos,1981,1985, 1986,1987) إلى أن البيئة الأسرية التي يسودها الحب والتماسك وحرية الرأي والمشاعر والإستقلالية تجعل الفرد يشعر بالأمن والكفاية والقدرة على مواجهة الضغوط.

ثالثاً: النتائج في ضوء فروض البحث

الفرض الأول: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة البحث في الوعي ببعض الضغوط الحياتية(الأسرية، الاجتماعية، الاقتصادية، التعليمية والمهنية، النفسية والأنفعالية والعاطفية) تبعا لمتغيرات المستوى الاجتماعي والاقتصادي (النوع، المسكن، عمل الشباب).

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار "t test" للوقوف على دلالة الفروق، الجداول من (٨) إلى (١٠) يوضح ذلك.

أولاً: تبعا للنوع

تتبين من النتائج التي يلخصها جدول(٨) أنه يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية(الضغوط الأسرية، الضغوط الاجتماعية، الضغوط النفسية والأنفعالية والعاطفية والضغوط الحياتية ككل) وفقا لمتغير النوع(ذكر، أنثى) - لصالح الذكور حيث بلغت قيمة "ت" (٢.٠٧٣) للضغوط ككل وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥، وترجع الباحثة ذلك إلى عدة أسباب منها أن الذكر أو الطالب الجامعي عندما يعرف أن هناك أعداداً كبيرة من خريجي الجامعات عاطلين عن العمل، فإن ذلك يولد عنده ذعراً يحبط دوافعه وآماله التي يحلم بها، فيجنح نحو السلوك العدواني تعبيراً عن فشله، ويشكل هذا مصدراً لتهديد الأمن الجامعي، خاصة عندما يشعر هؤلاء الطلاب أنهم يمثلون فئة منفتحة وبذات الوقت الدفاع عن مستقبلهم في إيجاد فرص عمل. تضيف هبة حماد(٢٠١٣) أن الذكور يعانون أكثر من الإناث من حيث الإهمال والإساءة البدنية والحرمان من التعليم والإساءة اللفظية وتتفق مع دراسة Rutter (1990) وتختلف

الضغوط الأخرى، وهو يعد العامل المشترك في جميع أنواع الضغوط الأخرى مثل: الضغوط الإجتماعية، ضغوط العمل(المهنية)، الضغوط الاقتصادية، الضغوط الأسرية، الضغوط الدراسية، الضغوط العاطفية.

٤- بلغت قيمة كآ (٩٢.٦٠) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) لمحور "الضغوط الأسرية" - لصالح (نعم) حيث بلغ العدد(٢١٢) بنسبة مئوية (٥٣%)، وترى الباحثة أن الضغوط الأسرية إحتلت الترتيب الأخير وذلك راجع إلى تفهم الأسرة ومساندتها للطالب الجامعي وخاصة عند وصوله إلى السنة النهائية وعندما يقيم الطلبة بالمدن الجامعية فإنه بذلك يبتعد عن أسرته لفترات مع كثرة إنشغالهم بالدراسة ولكن ذلك لا يمنع من وجود بعض الضغوط الأسرية وقد تنتج هذه الضغوط من أسباب متعددة داخل الأسرة مثل مرض أحد أفراد الأسرة أو غياب أو فقد أو وفاة احد الوالدين أو الطلاق وكذلك وجود ونشوب الخلافات والنزاعات الأسرية والعلاقات الأسرية غير الآمنة وأساليب التربية غير السوية والعنف والتهديد... الخ، وكلها مصادر للضغوط النفسية تتسبب في ظهور بعض الإضطراب النفسية لدى الأفراد، وتتفق نتائج الدراسة مع دراسة (D'zurilla,1991) والتي أسفرت نتائجها عن وجود علاقة إرتباطية بين إنخفاض قدرة طلاب الجامعة على حل مشكلاتهم الناتجة عن تعدد أحداث الحياة الضاغطة في حياتهم الجامعية، وبين ضعف دور الأسرة، ودراسة (1994) , Mahon) والتي أسفرت نتائجها عن أن إحساس طلاب الجامعة بإنخفاض درجة المساندة الإجتماعية خاصة من الأسرة، تؤدي إلى الكثير من المشكلات النفسية والسلوكية، من أهمها إنخفاض مستوى التوافق النفسي والاجتماعي مع الحياة الجامعية، وعدم الإنتظام في الدراسة، وإنخفاض مستوى التفاعل الإجتماعي مع أحداث الحياة الضاغطة، وتذبذب مستوى التحصيل الدراسي، لذلك تشير سلسلة دراسات

مواجهة مواقف الحياة وضغوطاتها من الذكور أو ما تفرضه بعض الأسر من رقابة شديدة في متابعة سلوك الأنتى وتحديد علاقتها الإجتماعية بمن حولها وخاصة الجنس بالأخر .

مع دراسة كلا من دراسة عزة الرفاعي (٢٠٠٣)، وفتحية القصبى (٢٠١٤) بأن الطالبات يواجهن ضغوطاً حياتية بمستوى يزيد عن الذكور تفسران ذلك بأن ذلك راجع إلى الطبيعة الأنثوية لديهن باعتبارهن أكثر حساسية وقلق في

جدول ٨: قيمة ت ودلالاتها الإحصائية لدلالة الفروق بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير النوع

المحور	النوع	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الضغوط الأسرية	ذكر	٦٧	٣٧.٦١	٧.٠٣	٣٩٨	*٢.٢٣٦	٠.٠٢٦
	أنثى	٣٣٣	٣٥.٥١	٧.٠٢			
الضغوط الاجتماعية	ذكر	٦٧	٣٩.٤٢	٤.٠٩	٣٩٨	*٢.٥٨٠	٠.٠١٠
	أنثى	٣٣٣	٣٧.٥٩	٥.٥١			
الضغوط الاقتصادية	ذكر	٦٧	٣٨.٦٣	٤.٧٢	٣٩٨	٠.١٠٦	٠.٩١٥
	أنثى	٣٣٣	٣٨.٧١	٦.١٧			
الضغوط التعليمية والمهنية	ذكر	٦٧	٤٦.٣٦	٦.٩٠	٣٩٨	٠.٧٨٨	٠.٤٣١
	أنثى	٣٣٣	٤٥.٨٣	٤.٥١			
الضغوط النفسية والانفعالية والعاطفية	ذكر	٦٧	٤٦.١٢	٥.٩٨	٣٩٨	*٢.٤٣٦	٠.٠١٥
	أنثى	٣٣٣	٤٣.٩٩	٦.٦٥			
الضغوط الحياتية (ككل)	ذكر	٦٧	٢٠٨.١٣	٢٣.٥٣	٣٩٨	*٢.٠٧٣	٠.٠٣٩
	أنثى	٣٣٣	٢٠١.٦٢	٢٣.٤٤			

*تقاس الدلالة عند مستوي ٠.٠٥

يمكن أن يشكله ذلك من خطر يهدد التنشئة الأسرية، وكذلك العوامل البيئية المحيطة مثل الضوضاء والإزدحام والتلوث وضعف الخصوصية وعلى الرغم من ذلك فإننا نجد بها إرتفاع في المستوى التعليمي والثقافي الذي يساعدها على إيجاد الحلول والبدائل للمشاكل التي تعترضهم وتساعدهم على مواجهة تلك الضغوط والتصدي لها، فكلما كانت الأسرة تتمتع بدرجات عالية من التعليم والقدرة على العمل وإعالة أفرادها فإن ذلك يفتح لها المجال لمواجهة تحديات الحياة، لذلك نجد أن هناك اختلاف بين البيئة الحضرية عن الريفية حيث أن البيئة الريفية الطبيعية تلعب دوراً مهماً في مستوى الصحة النفسية للأفراد، أكدت الدراسات أن البيئة الحضرية تمارس ضغوطاً كبيرة على الأفراد والتي تقضى بدورها على معدل مرتفع من الإضطرابات النفسية.

ثالثاً: تبعاً لعمل الشباب

ثانياً: تبعاً للمسكن

يتبين من النتائج الواردة بجدول (٩) أنه "يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير المسكن (ريف، حضر). حيث بلغت قيمة "ت" (٦.٤١) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٠٥ - لصالح متغير حضر وترى الباحثة من خلال المقابلات الفردية مع أفراد العينة أن الطلاب الذين ينتمون للحضر يواجهون ضغوطاً متعددة وهم على وعى ودارية بها، حيث أن الأسرة الحضرية تتميز بعدة خصائص منها سيادة نمط الأسرة النووية، وإستخدام التكنولوجيا وخروج المرأة للعمل وما يترتب على كل ذلك من آثار إجتماعية ونفسية على الأسرة والأبناء خاصة حيث يربط الكثيرون بين تلك الخصائص وبين إهمال الأدوار والمسئوليات وظهور قيم إجتماعية غير إيجابية، كالإتكالية، والإعتماد على الغير، وإنتشار ظاهرة الخادمت والسائقين والأم البديلة في التربية والرعاية وما

بإيجابية فيصبح أكثر إدراكاً و قدرة على مواجهة تحديات الحياة.

الفرض الثاني: يوجد تباين دال إحصائياً بين متوسطات درجات عينة البحث في الوعي ببعض الضغوط الحياتية (الأسرية، الاجتماعية، الاقتصادية، التعليمية والمهنية، النفسية والأنفعالية والعاطفية) تبعا لمتغيرات المستوى الاجتماعي والاقتصادي (السن، التخصص التعليمي، دخل الشاب الجامعي، حجم الأسرة، المستوى التعليمي للأم، المستوى التعليمي للأب، الدخل الشهري للأسرة).

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة أسلوب تحليل التباين الاحادي "One Way ANOVA" للوقوف على دلالة الفروق، والجداول من (١١) إلي (١٧) يوضح ذلك.

تتبين من النتائج التي يلخصها الجدول (١٠) أنه "يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير عمل الشباب (يعمل - لا يعمل) - لصالح (لا يعمل) حيث بلغت قيمة "ت" (١.٦٨) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥. وترى الباحثة من خلال المقابلات الفردية مع أفراد العينة أن الطالب يعمل لأسباب متعددة منها إنخفاض المستوى الإقتصادي، تكاليف الدراسة المرتفعة، غلو الأسعار وسائل النقل، الإغتراب عن بلدتهم، وقلة المصروف اليومي للطالب، أو بناء على رغبة والده لكي يتعلم ويواجه الحياة وبالتأكيد مهما كان السبب فإن ذلك يمثل نوعاً من الضغط على الطالب سواء ضغوط الوقت والمجهود والمثابرة ويصاب الطالب بالأرق والإجهاد، في حين أن الطالب الذي لا يعمل يكون لديه وقت وإمكانيات مادية مناسبة له وإحتياجاته، فبالتالي ينعكس ذلك عليه

جدول ٩: قيمة ت ودالاتها الإحصائية لدلالة الفروق بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير المسكن

المحور	المسكن	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوي الدلالة
الضغوط الأسرية	ريف	٢٤٨	٣٤.٠٤	٦.٨٠	٣٩٨	*٦.٩٨٣	٠.٠٠
	حضر	١٥٢	٣٨.٨٤	٦.٤٤			
الضغوط الاجتماعية	ريف	٢٤٨	٣٧.٠٨	٥.٧٢	٣٩٨	*٣.٩٣٣	٠.٠٠٠٠
	حضر	١٥٢	٣٩.٢١	٤.٣٧			
الضغوط الاقتصادية	ريف	٢٤٨	٣٧.١٣	٦.٤٠	٣٩٨	*٧.١٢٤	٠.٠٠٠٠
	حضر	١٥٢	٤١.٢٥	٤.٠٠			
الضغوط التعليمية والمهنية	ريف	٢٤٨	٤٥.٣٤	٤.٩٥	٣٩٨	*٣.٠٠٨	٠.٠٠٠٣
	حضر	١٥٢	٤٦.٨٧	٤.٩٢			
الضغوط النفسية والانفعالية والعاطفية	ريف	٢٤٨	٤٣.٤٨	٦.٥٣	٣٩٨	*٣.٣٩١	٠.٠٠٠١
	حضر	١٥٢	٤٥.٧٥	٦.٤٥			
الضغوط الحياتية (ككل)	ريف	٢٤٨	١٩٧.٠٨	٢٣.٣٢	٣٩٨	*٦.٤١٦	٠.٠٠٠٠
	حضر	١٥٢	٢١١.٩١	٢٠.٩٥			

*تقاس الدلالة عند مستوي ٠.٠٥

جدول ١٠: قيمة ت ودالاتها الإحصائية لدلالة الفروق بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير عمل الشباب

المحور	عمل الشباب	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوي الدلالة
الضغوط الأسرية	يعمل	١٣٥	٣٥.٢٢	٧.٧٢	٣٩٨	٠.٤٥١	٦٥٢.
	لا يعمل	٢٦٥	٣٥.٩٠	٧.٠٢			
الضغوط الاجتماعية	يعمل	١٣٥	٣٧.٠٤	٤.٧٨	٣٩٨	٧٨٥.	٤٣٣.
	لا يعمل	٢٦٥	٣٧.٩٤	٥.٣٨			
الضغوط الاقتصادية	يعمل	١٣٥	٣٦.٦٥	٥.٦٦	٣٩٨	١.٧٠٢	٠.٨٩.

			٥.٩٥	٣٨.٨٢	٢٦٥	لا يعمل	
			٦.٧٨	٤٢.١٧	١٣٥	يعمل	
٠.٠.٠.	*٣.٧٧٢	٣٩٨	٤.٧٧	٤٦.١٥	٢٦٥	لا يعمل	الضغوط التعليمية والمهنية
			٥.١٣	٤٣.٦١	١٣٥	يعمل	
٥٨٣.	٥٥٠.	٣٩٨	٦.٦٧	٤٤.٣٩	٢٦٥	لا يعمل	الضغوط النفسية والانفعالية والعاطفية
			٢٤.٥٠	١٩٤.٧٠	١٣٥	يعمل	
٠.٤٣.	*١.٦٨٦	٣٩٨	٢٣.٤٤	٢٠٣.٢٠	٢٦٥	لا يعمل	الضغوط الحياتية (ككل)

*تقاس الدلالة عند مستوى ٠.٠٥

المشاكل وكذلك تختلف الضغوط باختلاف المرحلة العمرية. وفي ضوء المقابلات الفردية التي أجرتها الباحثة مع عينة الدراسة لوحظ أن الطالب يمر خلال مرحلة الدراسة الجامعية بسلسلة من التحديات والتوقعات وتشهد زيادة في التوقعات الاجتماعية وتكون مطالب النمو أكثر إلحاحاً من ذي قبل لأنها مرحلة حرجة مما يصاحب ذلك صراع نفسي واجتماعي وزيادة في الشد والتوتر الإنفعالي فالطلاب في السنوات الأولى تتلخص مشكلاتهم في التوافق والإستقلال والمسئولية

أولاً: تبعاً لمتغير السن

يتضح من الجدول (١١) وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير السن (١٧-١٩، ٢٠-٢١، ٢٢ فأكثر)، - لصالح متغير السن (٢٢ سنة فأكثر) كما جاء في نتائج جدول المتوسطات ويمكن للباحثة القول أن المرحلة العمرية التي يكون فيها الفرد لها تأثير هام في الكيفية التي يتعامل بها مع الضغوط فمهارات الطفل تختلف عن مهارات المراهق أو الراشد أو المسن في كيفية مواجهة

جدول ١١: تحليل التباين الأحادي للفروق بين استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط

الحياتية وفقاً لمتغير السن

المحور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" الدلالة	مستوى الدلالة
الضغوط الأسرية	بين المجموعات	٢٦٤٩.٧٢٦	٢	١٣٢٤.٨٦٣	٣٠.٥٧٧	٠.٠٠٠٠
	داخل المجموعات	١٧٢٠.١٧١٢	٣٩٧	٤٣.٣٢٩	*	
	التباين الكلي	١٩٨٥١.٤٣٧	٣٩٩			
الضغوط الاجتماعية	بين المجموعات	٩٢٣.٢٧٨	٢	٤٦١.٦٣٩	١٧.٥١٩	٠.٠٠٠٠
	داخل المجموعات	١٠٤٦١.١٠٠	٣٩٧	٢٦.٣٥٠	*	
	التباين الكلي	١١٣٨٤.٣٧٨	٣٩٩			
الضغوط الاقتصادية	بين المجموعات	١٠٥٩.٠٥٠	٢	٥٢٩.٥٢٥	١٦.٠٩٢	٠.٠٠٠٠
	داخل المجموعات	١٣٠٦٣.٣٤٧	٣٩٧	٣٢.٩٠٥	*	
	التباين الكلي	١٤١٢٢.٣٩٧	٣٩٩			
الضغوط التعليمية والمهنية	بين المجموعات	١٠١٨.٥١٩	٢	٥٠٩.٢٦٠	٢٢.٧٠٤	٠.٠٠٠٠
	داخل المجموعات	٨٩٠٤.٩٢١	٣٩٧	٢٢.٤٣١	*	
	التباين الكلي	٩٩٢٣.٤٤٠	٣٩٩			
الضغوط النفسية والانفعالية والعاطفية	بين المجموعات	٩٦٢.٣١٨	٢	٤٨١.١٥٩	١١.٦٩٣	٠.٠٠٠٠
	داخل المجموعات	١٦٣٣٥.٧٥٩	٣٩٧	٤١.١٤٨	*	
	التباين الكلي	١٧٢٩٨.٠٧٨	٣٩٩			
الضغوط (ككل)	بين المجموعات	٢٨٧٦٢.٦٥٦	٢	١٤٣٨١.٣٢٨	٢٩.٦٥١	٠.٠٠٠٠
	داخل المجموعات	١٩٢٥٥٤.٨٥٤	٣٩٧	٤٨٥.٠٢٥	*	
	التباين الكلي	٢٢١٣١٧.٥١٠	٣٩٩			

**تقاس الدلالة عند مستوى ٠.٠١

فقد يجرب الطالب الحياة بعيداً عن أسرته لأول مرة بالجنس الآخر لأول مرة في حياتهم الدراسية مما يشكل مصدرًا للتوتر يتطلب منهم القيام بالعديد من التوافقات بالإضافة إلى كيفية إختيار التخصص وخبرة الإختلاط

وخبراتهم ومواجهتهم للمواقف والمشاكل الحياتية والذي يساعدهم في تنمية وتطوير أساليب تفكيرهم يوماً بعد يوم.

ثانياً: تبعاً لمتغير التخصص العلمي

يتضح من الجدول (١٢) يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطات إستجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير المؤهل التعليمي (اقتصاد منزلي، تكنولوجيا تعليم، إعلام تربوي، اللغة الإنجليزية، معلم الفصل الواحد، التربية الفنية، التربية الموسيقية، رياض الأطفال)، لصالح شعبة رياض الأطفال كما جاء في نتائج جدول المتوسطات ويمكن للباحثة القول أن هذا يرجع إلى الدراسة العملية التي تكسب الطلاب معارف ومهارات وخبرات متنوعة من شأنها أن تعمل على تنمية قدراتهم وتطوير أساليب تفكيرهم تجاه ما يعترضهم من تحديات ومشاكل ومواقف حياتية مختلفة.

الجديدة أما طلاب السنوات الأخيرة فمشكلاتهم أكثر من ذلك بكثير فهم على وشك التخرج ويشعرون بالتوتر نظراً لإقترابهم من الحياة العملية والتخطيط للمستقبل المهني ويشعرون بمخاوف وتحديات كثيرة عليهم مواجهتها والتغلب عليها ففي السنوات الأخيرة يكون الطلاب أكثر وعياً وإدراكاً بما يدور من حولهم وما يواجههم من تحديات حيث يصل الطلاب إلى مرحلة من النضج تساعدهم على التعامل الفعال مع الضغوط والتي تتطلب قدراً معيناً من القدرات والمهارات المعرفية وهذه القدرات تنمو مع الفرد من خلال ما يمر به من أحداث وما يقدم له في البيئة التي يعيش فيها لذلك تتوقف القدرة على الوعي بالضغوط وكيفية مواجهتها بشكل صحي على كم هذه القدرات والخبرات التي قدمت إليه خلال سنوات عمره الماضية وتشير نجلاء حسين (٢٠١٤) إلى أن العمر الزمني له تأثير إيجابي على أساليب التفكير بمعنى أنه كلما تقدم الشباب في العمر كلما إزدادت معارفهم

جدول ١٢: تحليل التباين الأحادي للفروق بين استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط

الحياتية وفقاً لمتغير التخصص العلمي

المحور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" الدلالة	مستوي الدلالة
الضغوط الأسرية	بين المجموعات	٣١١٢.١٨٧	٧	٤٤٤.٥٩٨	*١٠.٤١٢	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٦٧٣٩.٢٥٠	٣٩٢	٤٢.٧٠٢		
	التباين الكلي	١٩٨٥١.٤٣٨	٣٩٩			
الضغوط الاجتماعية	بين المجموعات	١٦٢٧.٣٠٢	٧	٢٣٢.٤٧٢	*٩.٣٤٠	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	٩٧٥٧.٠٧٥	٣٩٢	٢٤.٨٩٠		
	التباين الكلي	١١٣٨٤.٣٧٨	٣٩٩			
الضغوط الاقتصادية	بين المجموعات	١١١٥.٦٤٣	٧	١٥٩.٣٧٨	*٤.٨٠٣	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٣٠٠٦.٧٥٥	٣٩٢	٣٣.١٨٠		
	التباين الكلي	١٤١٢٢.٣٩٨	٣٩٩			
الضغوط التعليمية والمهنية	بين المجموعات	٨٢٢.٨٥٤	٧	١١٧.٥٥١	*٥.٠٦٣	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	٩١٠٠.٥٨٦	٣٩٢	٢٣.٢١٦		
	التباين الكلي	٩٩٢٣.٤٤٠	٣٩٩			
الضغوط النفسية والانفعالية والعاطفية	بين المجموعات	١٧٥٨.٤٣٥	٧	٢٥١.٢٠٥	*٦.٣٣٧	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٥٥٣٩.٦٤٣	٣٩٢	٣٩.٦٤٢		
	التباين الكلي	١٧٢٩٨.٠٧٨	٣٩٩			
الضغوط (ككل)	بين المجموعات	٣٧٠.١٥٠.٤٠	٧	٥٢٨٧.٨٦٣	*١١.٢٤٧	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٨٤٣٠.٢.٤٧٠	٣٩٢	٤٧٠.١٥٩		
	التباين الكلي	٢٢١٣١٧.٥١٠	٣٩٩			

** تقاس الدلالة عند مستوي ٠.٠١

ثالثاً: تبعاً لمتغير حجم الأسرة

سلباً على نموه ويرسب في نفسيته مشاعر الإحباط والقلق والدونية والحقد والكراهية والظلم وقد أكد ان الأحوال تزداد سوءاً إذا ما اقترنت الزيادة في عدد الأطفال بظروف تدنى الوضع الإقتصادي للأسرة وتدهور أحوالها المعيشية، حيث تشتد الضغوط النفسية، وتتزايد الإحباطات لقلة فرص إشباع الحاجات ويشيع التوتر والشدة الإنفعالي، ويكثر الشقاق والإحتكاك والصراع في المناخ الأسرى، مما يؤثر سلباً على الصحة النفسية للأبناء، ومما يعرضهم للإضطراب. وتضيف (جوزيت عبد الله، ١٩٩٣) أن الأطفال الذين ينتمون إلى أسر كبيرة الحجم يتسمون أكثر من أولئك المنتمين لأسر صغيرة الحجم بالسلوك الإجتماعي غير المناسب والسلوك التدميري العنيف، والتصرفات غير اللائقة، والإضطرابات النفسية، والإفتقار الملحوظ للثقة بالنفس وعدم تحمل المسؤولية.

يتضح من الجدول (١٣) وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية (الأسرية، الاجتماعية، الاقتصادية، التعليمية، النفسية) وفقاً لمتغير حجم الأسرة (٢-٤ أفراد، ٥-٦ أفراد، ٧ أفراد فأكثر) - لصالح الأسرة صغيرة الحجم من ٢ إلى ٤ أفراد كما جاء في نتائج جدول المتوسطات.

وترى الباحثة في ضوء نتائج البحث بأنه تزداد قدرة الأسرة على مواجهة الضغوط كلما كان عدد أفرادها قليلاً، ويضيف (عبد المطلب القريطي ٢٠٠٣) أن طفل الأسرة كبيرة العدد أي التي يفوق عدد أفرادها ما يتاح من ظروف وإمكانات وفرص النمو السليم في نطاقها ويكون أكثر عرضه للتجاهل والإهمال والعقاب البدني من قبل والديه، والحرمان من إشباع حاجاته الأساسية مما يؤثر

جدول ١٣: تحليل التباين الأحادي للفروق بين استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط

الحياتية وفقاً لمتغير حجم الأسرة

المحور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الضغوط الأسرية	بين المجموعات	٤٠٢٢.٥٩٨	٢	٢٠١١.٢٩٩	*٥٠.٤٤	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٥٨٢٨.٨٤٠	٣٩٧	٣٩.٨٧١		
	التباين الكلي	١٩٨٥١.٤٣٨	٣٩٩			
الضغوط الاجتماعية	بين المجموعات	١٩٩٥.٥٩٩	٢	٩٩٧.٨٠٠	*٤٢.١٩	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	٩٣٨٨.٧٧٨	٣٩٧	٢٣.٦٤٩		
	التباين الكلي	١١٣٨٤.٣٧٧	٣٩٩			
الضغوط الاقتصادية	بين المجموعات	٣٨٦١.٥٠٣	٢	١٩٣٠.٧٥١	*٧٤.٧٠	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٠٢٦٠.٨٩٥	٣٩٧	٢٥.٨٤٦		
	التباين الكلي	١٤١٢٢.٣٩٨	٣٩٩			
الضغوط التعليمية والمهنية	بين المجموعات	٤٥٣.٩٤٦	٢	٢٢٦.٩٧٣	*٩.٥١	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	٩٤٦٩.٤٩٤	٣٩٧	٢٣.٨٥٣		
	التباين الكلي	٩٩٢٣.٤٤٠	٣٩٩			
الضغوط النفسية والانفعالية والعاطفية	بين المجموعات	٩٦١.٥٤٠	٢	٤٨٠.٧٧٠	*١١.٦٨	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٦٣٣٦.٥٣٨	٣٩٧	٤١.١٥٠		
	التباين الكلي	١٧٢٩٨.٠٧٨	٣٩٩			
الضغوط (ككل)	بين المجموعات	٤٨٧٦٩.٧٠٦	٢	٢٤٣٨٤.٨٥٣	*٥٦.١٠	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٧٢٥٤٧.٨٠٤	٣٩٧	٤٣٤.٦٢٩		
	التباين الكلي	٢٢١٣١٧.٥١٠	٣٩٩			

** تقاس الدلالة عند مستوى ٠.٠١

رابعاً: تبعاً لمتغير دخل الشباب الجامعي

علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية (الأسرية، الاجتماعية، الاقتصادية، التعليمية، النفسية) وفقاً لمتغير دخل الشاب الجامعي المرتفع كما جاء في نتائج جدول

يتضح من الجدول (١٤) وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي

يتضح من الجدول (١٥) وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية (الأسرية، الإجتماعية، الإقتصادية، التعليمية، النفسية) وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للأُم- لصالح المستوى التعليمي المرتفع للأُم.

ويحل الباحثة ذلك في ضوء نتائج البحث بأنه كلما ارتفع المستوى التعليمي للأُم كلما كانت أكثر قدرة وأكثر وعياً بالضغوط ومواجهتها بحيث تستطيع العبور بأسرتها إلى بر الأمان بخلاف الأُم ذات المستوى التعليمي المنخفض لأن ارتفاع مستواها التعليمي يزيد من خلفيتها الثقافية والتي تساعدها في تحصين أبنائها نفسياً وجسمانياً واجتماعياً وثقافياً من خلال الرؤية الجيدة والتقييم الصحيح للأمور والبحث عن إيجاد العديد من البدائل والحلول للموقف أو المشاكل

المتوسطات، وترى الباحثة في ضوء نتائج البحث أن مستوى دخل الشاب الجامعي يعتبر أهم عامل يحدد مستوى الإنفاق والطموح والدافعية للإنجاز، فعندما يحصل الطالب على مصروف شهري يكفي إحتياجاته ومتطلباته وتكاليف تعليمه ودراسته وتمييز قدراته ومهارته فإن ذلك ينعكس ذلك بإيجابية على حياته بعكس الطالب ذو المصروف الشهري المنخفض الذي يشعر بالحرمان والإحباط ويؤثر ذلك بالسلب على نفسيته ومستواه التحصيلي، وهذا ما أكده نياف الجابري (٢٠٠٧) بأن الوضع الاقتصادي الأفضل يؤدي إلى تحسن الأداء الأكاديمي، ويشير محمد توفيق (٢٠٠٢) أنه عندما يملك الفرد إمكانيات جيدة يحدد على أساسه طموحه ويعتبر مستوى الطموح درواً مهماً في حياة الأفراد.

خامساً: تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأُم

جدول ١٤: تحليل التباين الأحادي للفروق بين استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط

الحياتية وفقاً لمتغير دخل الشاب الجامعي

المحور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الضغوط الأسرية	بين المجموعات	٣٨٣٧.٢٤٩	٢	١٩١٨.٦٢٤	*٤٧.٥٦٤	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٦٠١٤.١٨٩	٣٩٧	٤٠.٣٣٨		
	التباين الكلي	١٩٨٥١.٤٣٨	٣٩٩			
الضغوط الاجتماعية	بين المجموعات	١٧٥٤.٢٤٣	٢	٨٧٧.١٢١	*٣٦.١٥٩	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	٩٦٣٠.١٣٥	٣٩٧	٢٤.٢٥٧		
	التباين الكلي	١١٣٨٤.٣٧٨	٣٩٩			
الضغوط الاقتصادية	بين المجموعات	٤٢٧٩.٤٩٥	٢	٢١٣٩.٧٤٧	*٨٦.٣٠٤	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	٩٨٤٢.٩٠٣	٣٩٧	٢٤.٧٩٣		
	التباين الكلي	١٤١٢٢.٣٩٧	٣٩٩			
الضغوط التعليمية والمهنية	بين المجموعات	٣٢٠.٠٤١	٢	١٦٠.٠٢١	*٦.٦١٥	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	٩٦٠٣.٣٩٩	٣٩٧	٢٤.١٩٠		
	التباين الكلي	٩٩٢٣.٤٤٠	٣٩٩			
الضغوط النفسية والانفعالية والعاطفية	بين المجموعات	١٢٩٤.٧١٢	٢	٦٤٧.٣٥٦	*١٦.٠٥٩	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٦٠٠٣.٣٦٥	٣٩٧	٤٠.٣١١		
	التباين الكلي	١٧٢٩٨.٠٧٨	٣٩٩			
الضغوط (ككل)	بين المجموعات	٤٨١٧٠.١٥٣	٢	٢٤٠٨٥.٠٧٦	*٥٥.٢٢٣	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٧٣١٤٧.٣٥٧	٣٩٧	٤٣٦.١٣٩		
	التباين الكلي	٢٢١٣١٧.٥١٠	٣٩٩			

** تقاس الدلالة عند مستوى ٠.٠١

جدول ١٥: تحليل التباين الأحادي للفروق بين استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط

الحياتية وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للأُم (منخفض، متوسط، مرتفع)

المحور	مصدر التباين	مجموع	درجات	متوسط	قيمة "ف"	مستوى
--------	--------------	-------	-------	-------	----------	-------

الدلالة	المربعات	الحرية	المربعات	بين المجموعات	
*٧٦.٥١٨	٢٧٦١.٦٢٣	٢	٥٥٢٣.٢٤٦	بين المجموعات	الضغوط الأسرية
	٣٦.٠٩١	٣٩٧	١٤٣٢٨.١٩١	داخل المجموعات	
		٣٩٩	١٩٨٥١.٤٣٨	التباين الكلي	
*٣٥.٣٥٨	٨٦٠.٦١٨	٢	١٧٢١.٢٣٦	بين المجموعات	الضغوط الاجتماعية
	٢٤.٣٤٠	٣٩٧	٩٦٦٣.١٤١	داخل المجموعات	
		٣٩٩	١١٣٨٤.٣٧٨	التباين الكلي	
*٩٢.٨١٢	٢٢٤٩.٧٠٢	٢	٤٤٩٩.٤٠٤	بين المجموعات	الضغوط الاقتصادية
	٢٤.٢٣٩	٣٩٧	٩٦٢٢.٩٩٤	داخل المجموعات	
		٣٩٩	١٤١٢٢.٣٩٨	التباين الكلي	
*١٤.٨٨٧	٣٤٦.١٥٢	٢	٦٩٢.٣٠٣	بين المجموعات	الضغوط التعليمية والمهنية
	٢٣.٢٥٢	٣٩٧	٩٢٣١.١٣٧	داخل المجموعات	
		٣٩٩	٩٩٢٣.٤٤٠	التباين الكلي	
*٢٤.٨٤٩	٩٦٢.٢٧٥	٢	١٩٢٤.٥٤٩	بين المجموعات	الضغوط النفسية والانفعالية والعاطفية
	٣٨.٧٢٤	٣٩٧	١٥٣٧٣.٥٢٨	داخل المجموعات	
		٣٩٩	١٧٢٩٨.٠٧٨	التباين الكلي	
٧٦.٥٦٦ *	٣٠٨٠٢.٤٩٨	٢	٦١٦٠٤.٩٩٧	بين المجموعات	الضغوط (ككل)
	٤٠٢.٢٩٩	٣٩٧	١٥٩٧١٢.٥١٣	داخل المجموعات	
		٣٩٩	٢٢١٣١٧.٥١٠	التباين الكلي	

** تقاس الدلالة عند مستوى (٠.٠١)

علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية (الأسرية، الاجتماعية، الاقتصادية، التعليمية، النفسية) وفقا لمتغير المستوى التعليمي للأب (منخفض، متوسط، مرتفع) - لصالح المستوى التعليمي المرتفع للأب.

ويمكن تفسير ذلك بأنه بارتفاع المستوى التعليمي للأب ترتفع لديه السمات الشخصية والاجتماعية والعلمية والثقافية كالإلتزان النفسي والإنفعالي والقدرة على تحمل الأزمات و التي تجعل لديه قدرة على التفاهم ووجود مساحة من الحوار بينه وبين أفراد أسرته وإتاحة الفرصة لتبادل الآراء والمناقشة والبحث عن حلول وبدائل لكافة المشاكل التي تعترضهم وبالتالي تنتقل تلك الخبرات والمهارات إلى الأبناء ويستطيعون إكتسابها بمرور الوقت من آباءهم خلال المراحل العمرية المختلفة فيصبح الأبناء أكثر قدرة على مواجهة الضغوط من خلال ما يقدم لهم من مساندة اجتماعية متمثلة في أسرته.

والقدرة على إدارة الأزمات التي تواجه أسرته وبالتالي فإن هذه الخبرة يمكن للأب أن تكسبها لأبنائها تدريجياً خلال مراحلهم العمرية المختلفة، وتضيف (نجلاء حسين، ٢٠١٤) أنه كلما إرتفع المستوى التعليمي للأفراد كلما إزداد معه إستخدام أسلوب التفكير التحليلي القائم على المنطق والعقلانية والمنهجية العلمية للتفكير والتخطيط والإستنتاج حتى يتمكنوا من مواجهة المواقف والعقبات والمشكلات التي تعترضهم خاصة في وقتنا الراهن الذي إتسم بكثير من التغيرات والأحداث السياسية والاجتماعية والتحديات. وتؤكد مهجة مسلم (٢٠٠٣) أن اتجاهات ربة الأسرة وسلوكياتها التي تتسم بالجهل وقلة الوعي تعد سبباً في ظهور الأزمات الأسرية والاجتماعية.

سادساً: تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب

يتضح من جدول (١٦) وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي

جدول ١٦: تحليل التباين الأحادي للفروق بين استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للأب (منخفض، متوسط، مرتفع)

المحور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
--------	--------------	----------------	--------------	----------------	----------	---------------

.....	*٤٢.١٧١	١٧٣٩.١٩٤	٢	٣٤٧٨.٣٨٧	بين المجموعات	الضغوط الأسرية
		٤١.٢٤٢	٣٩٧	١٦٣٧٣.٠٥٠	داخل المجموعات	
			٣٩٩	١٩٨٥١.٤٣٨	التباين الكلي	
.....	*٢١.٦٩٨	٥٦٠.٨٩٣	٢	١١٢١.٧٨٦	بين المجموعات	الضغوط الاجتماعية
		٢٥.٨٥٠	٣٩٧	١٠٢٦٢.٥٩٢	داخل المجموعات	
			٣٩٩	١١٣٨٤.٣٧٧	التباين الكلي	
.....	*٩٤.٨٦٣	٢٢٨٣.٣٣٨	٢	٤٥٦٦.٦٧٧	بين المجموعات	الضغوط الاقتصادية
		٢٤.٠٧٠	٣٩٧	٩٥٥٥.٧٢١	داخل المجموعات	
			٣٩٩	١٤١٢٢.٣٩٨	التباين الكلي	
٠.٢٦.	*٣.٧٠٠	٩٠.٧٩٨	٢	١٨١.٥٩٥	بين المجموعات	الضغوط التعليمية والمهنية
		٢٤.٥٣٩	٣٩٧	٩٧٤١.٨٤٥	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٩٩٢٣.٤٤٠	التباين الكلي	
.....	*٧.٧٩٧	٣٢٦.٨٨٠	٢	٦٥٣.٧٥٩	بين المجموعات	الضغوط النفسية والانفعالية والعاطفية
		٤١.٩٢٥	٣٩٧	١٦٦٤٤.٣١٨	داخل المجموعات	
			٣٩٩	١٧٢٩٨.٠٧٨	التباين الكلي	
.....	*٤٢.٤١٢	١٩٤٨١.٠٣٨	٢	٣٨٩٦٢.٠٧٦	بين المجموعات	الضغوط (ككل)
		٤٥٩.٣٣٤	٣٩٧	١٨٢٣٥٥.٤٣٤	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٢٢١٣١٧.٥١٠	التباين الكلي	

** تقاس الدلالة عند مستوى ٠.٠١

وبين زوجته، كما تشعر الأسرة جميعها بالضغط النفسي، وقد يقلص إحترام الأبناء للآباء في ظل شعور الأبناء لعجز الآباء عن توفير الاحتياجات الضرورية لهم وفي ظل مقارنة الأبناء لظروفهم الإقتصادية مع ظروف زملائهم لا سيما في هذه المرحلة وهي مرحلة المقارنات في الشكل والملبس والدخل والمكانة الإجتماعية. وتؤكد (زينب شقير، ٢٠٠١) أن المستوى الإجتماعي والإقتصادي للأسرة يؤثر على توافق الأبناء ويرى علماء النفس والاجتماع أن التغيير الحضاري والثقافي السريع والمتطور دون قدرة الأسر النفسية والمادية على ملاحقة هذا التطور وعدم الوفاء بإحتياجات أفراد الأسرة ومتطلباتهم الشخصية وذلك بسبب قلة الدخل الأسرى مما يؤدي إلى الإضطراب والتوتر والإتجاه نحو العنف الأسرى. وتضيف بركات المهيترات (٢٠٠٠) أن الدراسات الإحصائية تفيد بوجود علاقة وطيدة بين الضغط الناتج عن غياب العدالة الاجتماعية والحرمان وبين جرائم العنف في الشوارع

سابعاً: تبعاً لمتغير الدخل الشهري للأسرة

يتضح من الجدول (١٧) وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين متوسطات استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير الدخل الشهري (منخفض، متوسط، مرتفع)، - لصالح الدخل المرتفع.

ويمكن تفسير ذلك بأنه كلما ارتفع دخل الأسرة وإمكاناتها المادية والدعم المجتمعي ودعم المحيطين للأسرة كلما ساعدها ذلك على مواجهة الضغوط أو التخفيف منها بينما أن الأسر التي تعاني من إنخفاض الدخل أو أن يكون الأب عاطل عن العمل أو يعمل بشكل مؤقت يعانون من مستويات عالية من الضغوط النفسية حيث تشعر تلك الأسر بأنها لا تستطيع أن توفر لأبنائها المتطلبات الأساسية للحياة مما يجعل الأبناء يشعرون بالقلق والضغط وعدم الأمان النفسي والتشاؤم بشأن المستقبل ويضيف (Sharp & Cowie 1998) أن الوالد الذي يعاني من الضيق المادي وعدم كفاية دخله لتلبية إحتياجات أسرته تتزايد المشكلات الزوجية بينه

جدول ١٧: تحليل التباين الأحادي للفروق بين استجابات الشباب الجامعي علي استمارة الوعي ببعض الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير الدخل الشهري للأسرة (منخفض، متوسط، مرتفع)

المحور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" مستوي الدلالة	مستوي الدلالة
الضغوط الأسرية	بين المجموعات	٣١٥٩.٠١٦	٢	١٥٧٩.٥٠٨	*٣٧.٥٦	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٦٦٩٢.٤٢١	٣٩٧	٤٢.٠٤٦		
	التباين الكلي	١٩٨٥١.٤٣٧	٣٩٩			
الضغوط الاجتماعية	بين المجموعات	١٧٦٣.٥١٣	٢	٨٨١.٧٥٧	*٣٦.٣٨	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	٩٦٢٠.٨٦٤	٣٩٧	٢٤.٢٣٤		
	التباين الكلي	١١٣٨٤.٣٧٧	٣٩٩			
الضغوط الاقتصادية	بين المجموعات	٤٨٩١.٠٢٧	٢	٢٤٤٥.٥١٤	*١٠.٥١٧	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	٩٢٣١.٣٧٠	٣٩٧	٢٣.٢٥٣		
	التباين الكلي	١٤١٢٢.٣٩٧	٣٩٩			
الضغوط التعليمية والمهنية	بين المجموعات	٦١١.٧٠٦	٢	٣٠٥.٨٥٣	*١٣.٠٤	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	٩٣١١.٧٣٤	٣٩٧	٢٣.٤٥٥		
	التباين الكلي	٩٩٢٣.٤٤٠	٣٩٩			
الضغوط النفسية والانفعالية والعاطفية	بين المجموعات	١٤٠٠.٥٦٥	٢	٧٠٠.٢٨٣	*١٧.٤٨	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٥٨٩٧.٥١٢	٣٩٧	٤٠.٠٤٤		
	التباين الكلي	١٧٢٩٨.٠٧٨	٣٩٩			
الضغوط (ككل)	بين المجموعات	٥٢٠٨٤.٦٠٢	٢	٢٦٠٤٢.٣٠١	*٦١.٠٩٢	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٦٩٢٣٢.٩٠٨	٣٩٧	٤٢٦.٢٧٩		
	التباين الكلي	٢٢١٣١٧.٥١٠	٣٩٩			

*تقاس الدلالة عند مستوي ٠.٠٥

أظهرت النتائج الواردة أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الدرجة الدالة على الضغوط الحياتية (ككل) و كل مكون من مكوناتها.

١- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٠١ بين الوعي بالضغوط الأسرية والضغوط الاجتماعية، وبين الضغوط الأسرية والضغوط الاقتصادية، وبين الضغوط الأسرية والضغوط التعليمية والمهنية، وبين الضغوط الأسرية والضغوط النفسية والانفعالية، وبين الضغوط الأسرية والضغوط الحياتية (ككل) وهي دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٠١

٢- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٠١ بين الوعي بالضغوط الاجتماعية والضغوط الاقتصادية، وبين الضغوط الاجتماعية والضغوط التعليمية والمهنية، وبين الضغوط الاجتماعية والضغوط النفسية والانفعالية، وبين الضغوط الاجتماعية والضغوط الحياتية (ككل) وهي دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٠١

إذا أن أغلب هذه الجرائم ترتكب من فقير ضد فقير آخر مع زيادة نسبة ارتكاب جرائم العنف والسرقة بين أفراد الأسرة الفقيرة، كما تبين هذه الدراسات أن معظم الجناة من غير المتعلمين أو العاطلين عن العمل، كما أن أفراد الطبقة الفقيرة يكونوا عرضة أيضاً للإدمان أو مجبرون على السرقة أو ممارسة أعمال الدعارة أو بيع المخدرات من أجل توفير المال وفي ظل غياب نظام إجتماعي وصحي كامل لأفراد المجتمع.

الفرض الثالث: توجد علاقة ارتباطية دالة موجبة بين الدرجة الدالة على وعي الشباب الجامعي بالضغوط الحياتية (ككل) وعند كل مكون من مكوناتها وبعض المتغيرات

قامت الباحثة بحساب مصفوفة معاملات ارتباط بيرسون بين المتغيرات الخاصة بالدراسة وهي: نتائج تطبيق استمارة الضغوط الحياتية (ككل) وكل مكون من مكوناتها لدي الشباب الجامعي عينة البحث وذلك للتأكد من صحة الفرض الحادي عشر، كما هو موضح بالجدول (١٨).

٤- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١ بين الوعي بالضغوط التعليمية والمهنية، والضغوط النفسية والإنفعالية، وبين الضغوط التعليمية والمهنية والضغوط الحياتية (ككل) وهي دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١

٣- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١ الوعي بالضغوط الإقتصادية وبين الضغوط التعليمية والمهنية، وبين الضغوط الإقتصادية والضغوط النفسية والإنفعالية، وبلغت قيمة و بين الضغوط الإقتصادية والضغوط الحياتية (ككل) وهي دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١

جدول ١٨ : معاملات ارتباط بيرسون ودلالاتها الإحصائية بين الدرجة الدالة على وعي الشباب الجامعي بالضغوط الحياتية (ككل) وكل مكون من مكوناتها.

المحور	الضغوط الأسرية	الضغوط الاجتماعية	الضغوط الاقتصادية	الضغوط التعليمية والمهنية	الضغوط النفسية والإنفعالية والعاطفية	الضغوط الحياتية (ككل)
الضغوط الأسرية	**٠.٥٨٥		**٠.٦٣٣	**٠.٣٦٧	**٠.٤٨٦	**٠.٨٠٥
الضغوط الاجتماعية		**٠.٦٦٣		**٠.٤٢٢	**٠.٦٤٠	**٠.٨٣٧
الضغوط الاقتصادية			**٠.٣٥٥		**٠.٤٢٤	**٠.٧٨٦
الضغوط التعليمية والمهنية				**٠.٦٢١		**٠.٦٨١
الضغوط النفسية والإنفعالية والعاطفية					**٠.٩٠٩	
الضغوط الحياتية (ككل)						

** دال عند مستوى ٠.٠١

وأشكال المعاناة النفسية إلى الإهتمام والتركيز على المتغيرات المدعمة لقدرة الفرد على المواجهة الفعالة، أو عوامل المقاومة، أي المتغيرات النفسية أو البيئية المرتبطة بإستمرار السلامة النفسية حتى في مواجهة الظروف الضاغطة والتي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات والتغلب عليها، حيث أن إدراك الفرد للأحداث الضاغطة وقدرته على مواجهتها يتوقف على طبيعة المصادر النفسية والإجتماعية المتاحة للفرد كالضبط الداخلي، وتقدير الذات، والمساندة الإجتماعية. ويشير (Holahan & Mooe, 1990) إلى أن الفرد الذي يعتقد في قيمته وكفايته وتمكنه وفاعليته سوف يكون أقل تأثراً بالأحداث الضاغطة وأكثر إيجابية وقدرة على مواجهتها، بينما من يعتقد في عدم كفايته أو تمكنه أو قيمته أو شعوره بأنه وحيداً دون مساندة إجتماعية فعالة في مواجهة الضغوط، فإنه في هذه الحالة يصبح أكثر تأثراً بالأحداث الضاغطة وأقل قدرة على مواجهتها كما أنه يصبح أكثر عرضه للمرض النفسي.

التوصيات

٥- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١ بين الوعي بالضغوط النفسية والإنفعالية، والضغوط الحياتية (ككل) وهي دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١

بذلك يتم قبول الفرض الثالث من فروض البحث والذي ينص على: توجد علاقة ارتباطية دالة موجبة بين الدرجة الدالة على وعي الشباب الجامعي بالضغوط الحياتية (ككل) وعند كل مكون من مكوناتها، ويمكن تفسير ذلك بأن الضغوط الحياتية بكل أنواعها ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية والتي يمر بها الإنسان في أوقات ومواقف مختلفة مترابطة ومتشابكة مع بعضها البعض بل وتؤثر كلا منها على الآخر وتتوقف حدثها أو شدتها على بعض المتغيرات الإجتماعية الإقتصادية للفرد وذلك لأنها قد تكون نقاط ضعف أو نقاط قوة لدى الفرد وتساعده على أن يظل محتفظاً بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للضغوط، وتؤكد دراسة (سلامة، ١٩٩١) أن الدراسات في السنوات القليلة الماضية تتجاوز مجرد العلاقة بين الأحداث الضاغطة

العلاجي والتربوي والمهني. ويجب ترشيد توجهات الشباب بحيث تكون بإتجاه الحق والخير والصلاح، وإستثمار المواهب والقدرات فى البناء والعطاء والإنتاج بما يعود بالنفع والفائدة عليهم وعلى المجتمع ومسيرة الأمة نحو التقدم والتطور.

المراجع

إبراهيم المغازى(٢٠٠٤): الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية، القاهرة، مجلة دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين، ع ٤.

إبراهيم عبد الستار(١٩٩٨): الاكتئاب: اضطرابات العصر الحديث منهج وأساليب علاجه العدد ٣، القاهرة، عالم المعرفة.

أحلام محمد الدمرداش(٢٠٠٠): تنمية اتجاهات الشباب الجامعي نحو العمل فى المشروعات الإنتاجية الصغيرة، بحث منشور، مجلة الدراسات فى الخدمات الاجتماعية والعلوم الإنسانية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، العدد التاسع، أكتوبر.

احمد عبد الرحمن(١٩٨٦): بعض أساليب المعاملة الوالدية فى التنشئة الاجتماعية وعلاقتها بموضع الضبط لدى الأبناء، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

أحمد السيد النجار(٢٠٠٥): الفقر والوطن العربي، مركزالدراسات السياسية والإستراتيجية، القاهرة.

احمد عكاشة(١٩٩٨): الطب النفسي المعاصر، الطبعة التاسعة، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية.

احمد عيد مطيع الشحاتة(٢٠١٠):التكيف مع الضغوط النفسية، ط١، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

آمال إبراهيم الفقي(١٩٩٧): ضغوط الوالدية وعلاقتها ببعض اضطرابات النطق لدى عينة من تلاميذ المرحلة الأولى من التعليم الأساسي، رسالة

- على المؤسسات المعنية فى الدولة وأجهزة الإعلام عقد ندوات ومؤتمرات ولقاءات تدريبية علمية يشارك فيها الشباب والطلبة تتناول أهم المشكلات التي تواجههم قبل تخرجهم وبعده ووضع آليات لمواجهتها والتخفيف منها.

- العمل على وضع البرامج الإرشادية والدورات التدريبية والخدمات المتنوعة(خدمات رعاية الشباب، برامج الإرشاد المهني، برامج الإرشاد النفسي والتربوي) التي تساعد الشباب على إستكشاف الواقع ومشكلاته حتى يمكن تناولها ومعالجتها وتوجيه الشباب توجيهاً سليماً، وإثارة دوافعهم الذاتية للإرتقاء بمستواهم وتقديم يد العون لهم ومساعدتهم على المواجهة الفعالة للضغوط الأزمات والتحديات الحياتية المختلفة، وذلك من خلال الأتي:

- تقديم خدمات ملموسة للطلبة من خلال إعادة النظر فى الخريطة الجامعية والتخلي عن الدور التقليدي للجامعة والإهتمام بالبيئة الخارجية سواء فى الجامعة أو خارجها للتخفيف من الضغوط لدى الشباب عامة والطلبة خاصة.

- إعداد برامج منظمة لخدمات الإرشاد النفسي لطلبة الجامعة لا تهدف فقط إلى التخفيف من الضغوط وإنما تهدف إلى إتاحة الفرصة لتعلم أساليب ومهارات وخبرات جديدة بناءة لمواجهة كافة أنواع الصعوبات.

- توفيرالأمن النفسي للطلاب الجامعي،والتركيز على تنمية إدراكه للبيئة الجامعية بكل ما تحمله فى طياتها من خصائص التدريس وعلاقات ومواقف وحماية حقوقه الأكاديمية ومستقبله الدراسي، وإهتمام أعضاء الهيئة التدريسية بالطلبة الجامعيين وتفهم حاجاتهم، وإعداد برامج تنقيفية ودورات إرشادية للطلبة الجامعيين.

- قيام الأسرة والجامعة بدورها الإجتماعي، فمن الضروري بذل الجهود لتهيئة البيئة الصالحة، وإعطاء المثل الصالح والقوة الحسنة أمام الشباب، وتحسين علاقته بأسرته وكليته وأقرانه والإهتمام بالإرشاد

والاقتصادي، بحوث المؤتمر السنوي السادس
للطفل المصري، القاهرة، مركز دراسات الطفولة
بجامعة عين شمس.

جوزيف ريزو، وروبرت زابل(١٩٩٩): تربية الأطفال
والمراهقين المضطربين سلوكيا (النظرية -
التطبيق). ترجمة عبد العزيز الشخص وزيدان
السرطاوي، الإمارات، دار الكتاب الجامعي.

حازم الببلاوي(٢٠٠٠): النظام الاقتصادي الدولي
المعاصر، سلسلة كتب عالم المعرفة، الكويت،
المجلس الوطني للثقافة والفنون، مايو.

حامد عبد السلام زهران(٢٠٠١): علم نفس النمو
(الطفولة والمراهقة)، الطبعة الخامسة، عالم الكتب،
القاهرة.

حسام الدين طوسون(٢٠٠٣): فاعلية استخدام برنامج
خدمة الجماعة للتخفيف من حدة الشعور بالوحدة
النفسية لدى التلاميذ وتلميذات الصف الخامس
الابتدائي، دراسة تجريبية، رسالة ماجستير غير
منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة
عين شمس.

حسان المالح(٢٠١١): الصدمات العاطفية عند الشباب
وكيفية التعامل معها، مجلة الباحثون العلمية
الشهرية، العدد ٤٣، كانون الأول من:

http://www.albahethon.com/?page=show_det&id=1109

حسن شكور(٢٠٠٥): مفاهيم العنف الأسرى في العالم
العربي، ورقة عمل، مديرية الشرطة القضائية،
المغرب في المؤتمر العربي الاقليمي لحماية الأسرة
الذي عقد في عمان.

حسن على وهبان(٢٠٠٨): اثر ضغوط الحياة على
الاضطرابات السيكوسوماتية لدى الطلبة(دراسة
مقارنة بين جامعة الجزائر واليمين)، رسالة دكتوراه
في علم النفس الصحة والإرشاد، جامعة الجزائر.

ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة
الزقازيق(فرع بنها)، مصر.

أمل سليمان تركي تركي العنزي(٢٠٠٤): أساليب
مواجهة الضغوط عند الصغيرات والمصابات
بالاضطرابات النفسجسمية السيكوماتية "دراسة
مقارنة"، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الملك
سعود، المملكة العربية السعودية.

آمنة المطوع(٢٠٠١): المهارات الاجتماعية والثبات
الانفعالي لدى التلاميذ أبناء الأمهات المكتنبات،
رسالة ماجستير غير منشورة، معهد البحوث
والدراسات التربوية، جامعة القاهرة.

أميرة منصور يوسف على(١٩٩٦): المدخل الاجتماعي
للسكان والأسرة، دار المعرفة الجامعية، القاهرة.

انشراح الشال(٢٠١٠): الدش والإنترنت والتلفزيون في
إطار علم الاجتماع الإعلامي، القاهرة، دار
النهضة العربية.

إيمان على عبد الرحمن إبراهيم(٢٠٠٣): إدارة الأزمات
الأسرية وعلاقتها بالموارد البشرية لدى الشباب،
رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الاقتصاد المنزلي،
جامعة المنوفية.

بثينه حسنين عمارة(٢٠٠٤): العولمة وتحديات العصر
وانعكاساتها على المجتمع المصري، دار الأمين،
القاهرة.

بركات محمد المهيترات(٢٠٠٠): جغرافيا الجريمة، دراسة
تطبيقية للجوانب المكانية لظاهرة الجريمة في
المملكة الاردنية الهاشمية، دار مجد لاوى للنشر،
عمان.

جمعه سيد يوسف(٢٠٠٤): إدارة ضغوط العمل: نموذج
للتدريب والممارسة، القاهرة، دار ايتراك للطباعة
والنشر والتوزيع.

جوزيت عبد الله(١٩٩٣): دراسة السلوك التوافقي لدى
عينة من أطفال ما قبل المدرسة كدالة على حجم
الأسرة، جنس الأطفال، ومستواهم الاجتماعي

سعيد بن سعيد ناصر حمدان (٢٠٠٨): دور الأسرة في تنمية قيم المواطنة لدى الشباب في ظل تحديات العولمة، الملتقى العلمي الأسرة السعودية والتغيرات المعاصرة، الجمعية السعودية لعلم الاجتماع والخدمة الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، المملكة العربية السعودية، ١٠-١٢ مايو.

سلوى عثمان الصديق، عبد المحي محمود (٢٠٠٠): الأسرة والسكان، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

سماح عبد الفتاح عبد الجواد احمد (٢٠٠٨): فاعلية برنامج تدريبي لتنمية وعى ربة الأسرة نحو بتأثير وتجميل المسكن وعلاقته بالتوافق الأسرى، رسالة دكتوراه، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية. سهير كامل أحمد (١٩٩٣): الصحة النفسية والاجتماعية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

سيد أحمد عجاج (١٩٩٢): دراسة القلق لدى الأطفال من حيث علاقته بالضغوط الوالدية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق (فرع بنها)، مصر.

السيد رمضان (١٩٩٩): مدخل في رعاية الأسرة والطفولة النظرية والتطبيق، الكتاب الجامعي، الاسكندرية.

شعبان جاب الله (١٩٩٣): علم النفس الاجتماعي: أسسه وتطبيقاته، القاهرة، مطابع زمزم.

صلاح الدين أبو ناهيه (١٩٨٩): العلاقة بين الضبط الداخلي والخارجي وبعض أساليب المعاملة الوالدية، الهيئة المصرية العامة للكتاب، مجلة علم النفس، العدد العاشر.

طالح نصيره (٢٠١١): أثر ضغوط الحياة على الاتجاهات نحو الهجرة إلى الخارج (دراسة ميدانية للطلبة المقبلين على التخرج)، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مولود معمري بني زوز.

حسن عوض حسن الجندي، سماح عبد الفتاح عبد الجواد احمد (٢٠١٤): تصميم إستراتيجية قائمة علي الخرائط الذهنية وأثرها علي تنمية التحصيل الدراسي وبعض المهارات الحياتية لدي طالبات الاقتصاد المنزلي، (التعليم النوعي وتنمية الإبداع في مصر والعالم العربي) (رؤى واستراتيجيات) المؤتمر السنوي العربي التاسع، الدولي السادس، كلية التربية النوعية جامعة المنصورة.

حسن عوض حسن الجندي (٢٠١٤): الإحصاء والحاسب الآلي: تطبيقات IBM SPSS Statistics V21 مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، الطبعة الأولى.

حسن مصطفى عبد المعطي (١٩٩٤): ضغوط أحداث الحياة وأساليب مواجهتها، دراسة حضارية مقارنة في المجتمع المصري والاندولسي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد الثامن، مكتبة الانجلو المصرية.

حمدي على الفرماوى، رضا عبدالله (٢٠٠٩): الضغوط النفسية في مجال العمل والحياة، ط١، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان.

رحاب يونس احمد (٢٠٠٨): خصائص الأسرة الريفية وعلاقتها بعنف الوالدين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة دمشق

زينب غريب (١٩٩٣): شبكة الاتصال بين أفراد الأسرة المصرية وعلاقتها بالجو الأسرى العام، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.

زينب محمد حقي، نادية حسن (٢٠٠٢): العلاقات الأسرية بين النظرية والتطبيق، مكتبة عين شمس، القاهرة.

زينب محمود شقير (٢٠٠١): الباثولوجيا الاجتماعية والمشكلات المعاصرة، الطبعة الأولى، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

سعد الامارة (٢٠٠١): الضغوط النفسية، مجلة النبأ،

عماد محمد مخيمر (١٩٩٥): تقدير الذات مصدر الضبط خصائص نفسية بسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض القلق والاكتئاب، رسالة دكتورة غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الزقازيق.

عماد محمد مخيمر، عماد عبد الرزاق (١٩٩٨): خبرات الإساءة التي يتعرض إليها الفرد في مرحلة الطفولة وعلاقتها بخصائص الشخصية، دراسة مقارنة بين الجانحين وغير الجانحين، المؤتمر السنوي السادس لمركز الإرشاد النفسي.

عماد محمد مخيمر (٢٠٠٣): إدراك الأطفال للأمن النفسي من الوالدين وعلاقته بالقلق واليأس، مجلة دراسات نفسية، مجلد ١٣، العدد ٤.

عماد محمد احمد مخيمر (٢٠١١): علم النفس الاجتماعي التطبيقي، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

عمر الفراية (٢٠٠٦): العنف الأسرى الموجة نحو الأبناء وعلاقته بالأمن النفسي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الأردن.

فاطمة النبوية محمد، ماجدة إمام إمام سالم (١٩٩٩): تصميم وتأثير المدينة الجامعية للطالبات بنواح وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي والدراسي، المؤتمر المصري الرابع للاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية.

فتحية العربي القصبى (٢٠١٤): مدى تمتع الشباب الجامعي بالصلاية النفسية في مواجهة بعض الضغوط الحياتية المعاصرة، المجلة الجامعة، العدد السادس عشر، المجلد الرابع.

فؤاد سيد موسى (١٩٩٤): الخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الشباب، دار النهضة العربية، القاهرة.

فوزي بشرى (١٩٩٣): مشكلات الطلاب المغتربين بالمدن الجامعية ودور الخدمة الاجتماعية في مواجهتها، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.

فوقية حسن عبد الحميد (١٩٩٤): بعض الاضطرابات النفسية ومدة وفاة احد الوالدين (دراسة إكلينيكية)

طريف شوقي (٢٠٠٢): المهارات الاجتماعية والاتصالية، دراسة وبحوث نفسية، القاهرة، دار غريب.

عبد الحميد رجيعة، إبراهيم الشافعي (٢٠٠٢): المهارات الاجتماعية والتوافق الدراسي وعلاقتها بالاكتئاب، لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، دراسة تنبؤية، المؤتمر السنوي التابع، القاهرة، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.

عبد الحميد محمد الشاذلي (٢٠٠١): الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، الطبعة الثانية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية

عبد الله احمد الزهراني (٢٠١٤): الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغوط الحياتية لدى طلبة جامعة الملك سعود، دراسات مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد ٤، العدد ٣.

عبد الله احمد اليوسف (٢٠٠٢): خصائص الشباب، مكتبة الملك فهد الوطنية، السعودية، القطيف.

عبد المطلب أمين القريطى (١٩٩٨): فى الصحة النفسية، الطبعة ١، دار الفكر العربي.

عبد المطلب القريطى (٢٠٠٣): فى الصحة النفسية، الطبعة الثالثة، القاهرة، دار الفكر العربي.

عبد الهادي الجوهرى (١٩٩٦): دراسة فى التنمية الاجتماعية (مدخل اسلامى)، مكتبة نهضة الشروق، جامعة القاهرة.

عبيد السلام عبد الغفار (١٩٩٦): مقدمة فى الصحة النفسية، القاهرة، دار النهضة العربية.

عزة الرفاعى (٢٠٠٣): الصلاية النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها، رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة حلوان، القاهرة.

علاء الدين كفاى (١٩٩٩): الإرشاد والعلاج النفسي السري، القاهرة، دار الفكر العربي.

على عسكر (٢٠٠٠): ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث للنشر والتوزيع، الكويت، الطبعة الثانية.

محمد توفيق(٢٠٠٢): فاعلية الذات وعلاقتها بمستوى الطموح ودافعية الانجاز عند طلاب الثانوى العام والثانوى الفنى، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.

محمد حسين، منى الزيانى(١٩٩٣): الشعور بالوحدة النفسية لدى الشباب فى مرحلة التعليم الجامعي، دراسة تحليلية فى ضوء الجنس والجنسية ونوع الدراسة، مجلة علم النفس، القاهرة، الهيئة المصرية للكتاب، العدد ٣٠.

محمد خلف أخو ارشيده(٢٠٠٩):العوامل النفسية والاجتماعية المؤدية للعنف لدى طلبة الجامعات الأردنية والحلول المقترحة للحد منه، رسالة الماجستير، كلية الدراسات التربوية والنفسية العليا، جامعة عمان العربية للدراسات العليا.

محمد خليل(٢٠٠٠): المناخ الأسرى وعلاقته بالصحة النفسية للأبناء المراهقين، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.

محمد سمير مصطفى(٢٠٠٩): الأزمة المالية العالمية وانعكاسها على الاقتصاد المصري، المؤتمر العلمي العشرون، كلية الخدمة الاجتماعية، الفيوم.

محمد عزت عربي كاتبي(٢٠١٢): العنف الأسرى الموجه نحو الأبناء وعلاقته بالوحدة النفسية (دراسة ميدانية على عينة من طلبة الصف الأول الثانوي بمحافظة دمشق)، مجلة جامعة دمشق، المجلد ٢٨، العدد الأول.

محمد قاسم عبد الله(٢٠٠١): مدخل إلى الصحة النفسية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الطبعة الأولى.

محمد محروس الشناوي، ومحمد السيد عبد الرحمن(١٩٩٤): المساندة الاجتماعية والصحة

مجلة كلية التربية بالزقازيق، كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد ٢١، الجزء الأول.

فيصل محمد خير الزاردي(٢٠٠٠): الأمراض النفسية-جسدية-أمراض العصر، بيروت، دار النفائس.

قدرة عبد الأمير الهر(٢٠٠٨): العنف ضد الزوجة وعلاقته بالصحة النفسية لدى الزوجات العربيات المعنفات فى مدينة(مالمو) بالسويد، رسالة ماجستير، كلية الآداب والتربية فى الأكاديمية العربية المفتوحة بالدمنمرك.

القرآن الكريم

كامل محمد عويضة(١٩٩٢): الصحة من منظور علم النفس، دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع، بيروت، الطبعة الأولى.

كريمة العيدانى(١٩٩٦): مدى فاعلية برنامج لتنمية المهارات الاجتماعية فى تخفيف الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقات فى دولة الإمارات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

كمال درويش وأمين الخولى(٢٠٠١): الترويج وأوقات الفراغ. الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، القاهرة.

مازن احمد عبد الله شمسان(٢٠٠٥): علاقة الضغوط والدافعية للانجاز ومركز التحكم بالتوافق الدراسي للطلاب الجامعيين فى الريف والحضر، رسالة دكتوراة، جامعة عدن.

ماهر أبو المعاطى(١٩٩٩): الممارسة العامة للخدمة الاجتماعية فى مجال رعاية الشباب، السوق الريادى، جامعة حلوان، القاهرة.

مجدي حبيب(٢٠٠٣): اختبار الكفاءة الاجتماعية، الطبعة ٢، القاهرة، دار النهضة المصرية.

محمد السعيد أبو حلاوة(٢٠٠٧): الإساءة الانفعالية القضية المهملة، منشورات أطفال الخليج لذوى الاحتياجات الخاصة، السعودية.

التلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة، المكتبة المركزية، جامعة عين شمس.

نجلاء سيد حسين(٢٠١٤): إدارة الذات وعلاقتها بأساليب التفكير لدى الشباب الجامعي، (التعليم النوعي وتنمية الإبداع في مصر والعالم العربي)(رؤى واستراتيجيات) المؤتمر السنوي العربي التاسع، الدولي السادس، كلية التربية النوعية جامعة المنصورة.

نجلاء فاروق الحلبي، منار عبد الرحمن محمد خضر(٢٠١٠): إدارة وقت الفراغ لدى الشباب الجامعي وعلاقته بالاستقرار الأسري، مجلة بحوث التربية النوعية، العدد السادس عشر، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة.

نعمة مصطفى رقبان، إيناس محمد خميس(٢٠٠٣): فاعلية دور المدن الجامعية في مواجهة مشكلات الفتيات المغتربات واثار ذلك على تحصيلهن الدراسي، مجلة بحوث الاقتصاد المنزلي، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، مجلد(١٣)، العدد(١).

نياف الرشيد الجابري(٢٠٠٧): "محددات الأداء الأكاديمي لطلاب وطالبات جامعة طيبة في المملكة العربية السعودية"، رسالة الخليج العربي، مكتب التربية العربي لدول الخليج بالرياض، العدد(١١١)، جامعة طيبة، المدينة المنورة

هبة إبراهيم حماد(٢٠١٣): درجة الوعي بطرق مواجهة العنف بأشكاله المتعددة لدى عينة من طالبات كلية عالية الجامعية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، الاردن، المجلد الحادي والعشرون، العدد الأول.

النفسية، مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، القاهرة، الانجلو، المصرية.

محمود سعد نصار(١٩٨٦): فن التعامل مع الشباب، الطبعة الأولى، عمان.

محمود عطا(١٩٩٣): تقدير الذات وعلاقته بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية، القاهرة، رابطة الأخصائيين النفسيين، مكتبة الانجلو المصرية، المجلد ٣.

مروان عبد الله دياب(٢٠٠٦): دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

مصطفى محمد قاسم زيدان(٢٠١٠): إسهام مراكز الشباب في تدعيم قيم المواطنة لدى الشباب، دراسة وصفية مقارنة بين الشباب والقائمين على خدمات وبرامج مراكز الشباب، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. المملكة العربية السعودية.

ممدوحة سلامة(١٩٩١): المعاناة الاقتصادية وتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية، القاهرة، ك١، ج٣.

ممدوحة سلامة(١٩٩٣): قراءات مختارة في علم النفس، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية.

مهجة محمد إسماعيل مسلم(٢٠٠٣): إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى بعض طالبات كلية التربية لإعداد المعلمات بجدة، مجلة بحوث الاقتصاد المنزلي، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، مجلد ١٣، العدد(١).

ميرفت منير النونو(١٩٩٠): التنشئة الاجتماعية للمكفوفين وعلاقتها بالنضج الاجتماعي لدى

- Holahan, C.J. & Moos, R.H. (1987): Risk, resistance and psychological distress: A longitudinal analysis with adult and children. *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 96, No. 1, PP. 3-13.
- Holahan, C.J. & Moos, R.H. (1990): Life stressors, resistance factors, and improved psychological functioning: An extension of the stress resistance paradigm. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 58, No. 5, PP. 909-917
- Johnson, J.H. & Sarason, I.G. (1979): Moderator variables in life stress research. In I.G. Sarason & C.D. Spielberger (Eds) *Stress and Anxiety* (Vol. 6, pp. 151-167). Washington: D.C.: Hemisphere.
- Jones, H., Hobbes, S., & Hockenbury, D. (1998): Loneliness and social skills deficits. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 42, pp. 682-689.
- Kazdin, A. (2000): *Encyclopedia of psychology*. Oxford Univ. press.
- Kliwer, W. & Sandler, I.N. (1992): Locus of control and self-esteem as moderators of stressor-symptom relations in children and adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, Vol. 20, No. 4, pp. 393-413.
- Magick Hanray (2007): *post 16 citizenship in colleges an introduction to effective practice, learning and skills network*, united state.
- Mahon, N. (1994): "Differences In Social Support and Loneliness In Adolescents According to Developmental Stages and Gender Public", *Health Nursing*, Vol. 11, No. 5
- Pargament, K. & Park, C. (1997): In *Times of Stress the Religion-Coping Connection* in B. Spilka, and D., McIntosh (Eds) *The Psychology of Religion: Theoretical Approaches*, pp. 43 – 53, Colorado, Harper Collins Publishers.
- Peterson Donna (2005): *Pathways of influence in out of school time Community University partnership to develop Ethics new directions for youth development*
- Rutter, M. (1990): Psychological resilience and protective mechanisms. In J. Rolf, A. Masten, D. Cicchetti, K. Nuechterlein, & S. Weintraub, (Eds) *Risk and protective factors in the development of psychopathology*. (pp. 181-214). Cambridge University Press
- Sharp, S. & Cowie, H. (1998): *Counseling and Supporting Children in Distress* London. Sage publications
- Suzuki, Shingo (2004): *The Relationship Between Stressful Life Events And High School Related Performances, Reports Of The National Research Institute*, Tokyo.
- Walker Joyce (2005): *shaping Ethics Youth workers matter. new directions for youth development, Journal Articles Reports descriptive American*
- هشام مصطفى حلبص (٢٠٠٣): *التربية الأسرية (المشكلة.. الحل)*، الطبعة الأولى، دار السبيل للنشر والتوزيع، القاهرة.
- وليم إبراهيم (٢٠٠٦): *أثر بعض المهارات الاجتماعية على تحسين الأداء والتوافق المهني والرضا الوظيفي لدى المرضى، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة عين شمس.*
- يحيى عبد العال (٢٠٠٢): *تقدير الشخصية والمهارات الاجتماعية وارتباطهما بالاضطرابات النفسية وسوماتية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الزقازيق.*
- Burt, Chales E. Cohen, L. H. & Biovck, j. p. (1998): *Perceived family environment as a moderator of young adolescent's life stress adjustment. journal of psychology.*
- Calvert Robert (2006): *to Restore American Democracy Political Education and the modern university, Roman and little Field Education, united state*
- Conger, R.D., Conger, G.; Lornez, F. Simons R. & Whitbeck, L. (1992): *Family process model of economic hardship and adjustment of early adolescent boys. Child development. 63, pp. 526- 541*
- Coyne J. & Lazarus, R. (1980): *Cognitive style, stress perception, and coping in L Kutash & L.B. Schlesinger (Eds) Handbook on Stress and Anxiety. London: Jossey Bass Publishers.*
- D'zurilla, A. (1991): "Relation Between Social Problem Solving Ability and Subsequent Level of Psychological Distress in College Students", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 61, November
- Holahan, C.J. & Moos, R.H. (1981): *Social support and psychological distress: A longitudinal analysis. Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 90, N. 3, pp. 739-747.
- Holahan, C.J. & Moos, R.H. (1985): *Life stress and health: Personality, coping, and family support in stress resistance. Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 49, No. 3, PP 739-747.
- Holahan, C.J. & Moos, R.H. (1986): *Personality, coping, and family resources in stress resistance: A longitudinal analysis. Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 51, No. 2, pp. 389-395

Weiten & Loyd (2000): Psychology Applied to Modern Life Adjustment the turn of century (6th ed) United state of America: Wards Worth.

Weiten & Lloyd (2000): Psychology Applied Applied to Modern Life Adjustment at the turn of the Century (6th ed.) United State of America : WardsWorth.

Awareness of University Students with Some Life Stress and Its Relationship to Some Variables

Samah Abdel Fattah Abdel Gawad

Home management and institutions, Department of Home Economic,
Faculty of Specific Education, Zagazig University

ABSTRACT

The youth are the capital of the nation and its present and future, and the most expensive wealth, so the interest in this category is an important and necessary, especially this stage, which is one of the most important stages of a person's life, and this has been confirmed by recent studies that university students are more likely subjected to these challenges, new attitudes and multi-pressing in their university events. Aim of the study : the main objective of this study was to study the awareness of university students of some life stresses and its relation with some variables. Sample and Methods: The study sample were consisted of (400) university students, they were chosen randomly from different social, economic and educational levels, the questionnaire which consisted of general data form for university students, awareness of university students with some life stresses and its relation to some variables. Results: There is a statistically significant difference at the level of 0.01 between the average university students responses to awareness form of some life stress according to the age variable of in favor of older, and there are a statistically significant difference at the level of 0.05 between the average university student responses to awareness form of some life stress according to the gender type in favor of the male. There is a statistically significant difference at the level of 0.05 between the average university student responses to awareness form of some life stress according to the housing variable in favor of urban areas. There is a statistically significant difference at the level of 0.05 between the average university student responses to awareness form of some life stress according to the scientific specialization variable in favor of kindergarten. There is a statistically significant difference at the level of 0.01 between the average university student responses to awareness form of some life stress according to family size in favor of small- family size. There is a statistically significant difference at the level of 0.05 between the average university student responses to awareness form of some life stress according to Youth working in favor of non-working. There is a statistically significant difference at the level of 0.05 between the average university student responses to awareness form of some life stress according to the university students income in favor of high-income level. There is a statistically significant difference at the level of 0.05 between the average university student responses to awareness form of some life stress according to educational mother level in favor of high educational mother level. There is a statistically significant difference at the level of 0.01 between the average university student responses to awareness form of some life stress according to educational father level in favor of high educational father level. There is a statistically significant difference at the level of 0.01 between the average university student responses to awareness form of some life stress according to monthly family income variable in favor of high monthly

income level. There is a positive correlation relation between the university students awareness of the of whole life stresses demographic variables.

Keywords: university students, life stresses, some variables