استراتيجيتا البحث عن الدعم الوسيلي وتجنب المواجهة للضغوط النفسية وعلاقتهما بالدافع المعرفي لدى طلبة جامعة الانبار.

أ. د. صبري بردان علي الحياني الباحث. ايوب جمال رجه

ملخص البحث

يهدف البحث الحالي الى معرفة استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافع المعرفي لدى طلبة جامعة الانبار عن طريق الفرضيات الاتية:

* لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) لدى افراد العينة وفقاً لاستراتيجية الدعم الوسيلي وتبعاً لمتغير النوع والتخصص.

* لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) لدى افراد العينة وفقاً لاستراتيجية تجنب المواجهة وتبعاً لمتغير النوع والتخصص.

* لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) في مستوى الدافع المعرفي لدى طلبة جامعة الانبار.

* لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) لدى افراد العينة في الدافع المعرفي تبعاً لمتغير النوع والتخصص.

* لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والدافع المعرفي لدى افراد العينة.

وقد اسفرت نتائج البحث عن الاتي:

١. يستخدم طلبة جامعة الانبار استراتيجيات متنوعة في مواجهة الضغوط النفسية.

٢. توصلت الدراسة الى وجود فروق دالة احصائياً في استراتيجيات مواجهة الضغوط تعود لمتغير التخصص.

٣. يتمتع طلبة جامعة الانبار بدرجة جيدة من الدافع المعرفي.

٤. تؤكد الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية في الدافع المعرفي تعود لمتغير التخصص.

٥. كشفت الدراسة عن وجود علاقة ايجابية بين الدرجة الكلية لاستراتيجيات المواجهة والدرجة الكلية للدافع المعرفي،

وقد استخدم الباحث في دراسته (استراتيجيتا البحث عن الدعم الوسيلي وتجنب المواجهة للضغوط النفسية وعلاقتهما بالدافع المعرفي لدى طلبة جامعة الانبار).

الفصل الاول

مشكلة البحث:

ظاهرة الضغوط من الظواهر التي طغت على تفاصيل حياة الافراد في هذا العصر، والسبب الرئيس لذلك هو التغيرات التي طرأت على جميع المستويات الحضارية والاقتصادية والاجتماعية وتنامي التقدم التكنلوجي بشكل كبير، ومن المعروف ان الضغوط النفسية التي يتعرض لها الافراد تجعل منهم عرضه للانهيار العصبي والاستسلام للاضطرابات السايكوسوماتية، فالأفراد في حال شعورهم انه بالإمكان التحكم في الضغوط والتغلب وعليها فأنهم سوف يتحملون سنوات من الضغوط، فالفرد عند تنبأه بأنه سوف يتعرض الى ضغط في وقت ما فأنه بإمكانه اتخاذ خطوات للمواجهة **(الزهراني، ١٩٩٩: ص٣٢)**، لذلك سعى العلماء والمنظرين الى وضع استراتيجيات واساليب لمواجهة تلك الضغوط والتخفيف من حدتها على الافراد، حيث بين (لازاروس، ١٩٨٤)، انه في حال تركزت المواجهة حول المشكلة فقط فأنها لا تكون فعالة الا في حال كون الوضعية الضاغطة تحت السيطرة، فتقييم درجة القدرة لضبط الموقف عامل حاسم في اختيار نوع استراتيجية المواجهة، ولازاروس صنف استراتيجيات المواجهة الى صنفين وهي الاستراتيجيات التي تركز حول المشكلة والاستراتيجيات التي تركز على الانفعال. **(عبد العزيز موسى، ١٩٩٨: ص٣١٩)**، وتنعكس آثار الضغوط النفسية على المؤسسات المختلفة بما في ذلك المؤسسة التعليمية، هذه المؤسسة ذات الدور الاساس في انشاء جيل قادر على الابتكار والابداع في مختلف المجالات ويمتلكون دافع معرفي عالي جدا يمدهم بالطاقة التي تزيد من استثارتهم ليسلكو سلوكاً معيناً، وذلك يتم عن طريق انتقاء لاستجابة المفيدة اثناء عملية التكيف والتوافق مع الضغوط **(الفنيش، ١٩٨٨: ٢١)**. وتمكن مشكلة البحث في التساؤل التالي:

* ماهي اكثر الاستراتيجيات استخداماً لدى طلبة جامعة الانبار ومدى علاقتها بالدافع المعرفي.

اهمية البحث:

الانسان عانى من الضغوط منذ الخطوات الاولى له على الارض، ان ما يمر به الفرد من احداث وازمات قد تخلف تأثيراً ايجابياً أو سلبياً، وذلك يرجع لردود افعال الفرد تجاه تلك الاحداث والضغوط، اذ أن الظروف ربما تحدث بشكل مفاجئ او ربما قد تحدث على مراحل تكون المرحلة الاولى مرحلة الانذار، اي اعطاء علامات جسدية كالارتفاع في ضغط الدم او اعطاء علامات نفسية كالقلق وقد تكون اعراض اجتماعية مثل ظهور الاتجاهات السلبية تجاه الاخرين، اما المرحلة الثانية اي مرحلة المقاومة، يواجه فيها الشخص تلك الضغوط بشكل جيد ويتخلص منها، او بشكل سيء فيصاب بالإحباط والاضطراب **(غانم، ٢٠٠٥: ٣٥- ٤٠)**، فهنالك بعض الاشخاص يتعامل مع الضغوط بانسيابية وهدوء، في حين هنالك من يتعامل بقوة وتخبط حيال الحدث ذاته الامر الذي قد يضاعف وتيرة الضغوط لديه ويسبب له الارهاق والتوتر والقلق النفسي، ويتضح لنا مما

سبق مدى الاهمية البالغة في التشخيص والتطرق الى استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الطالب الجامعي حيث تؤثر الاحداث الضاغطة التي يتعرض لها الطلبة تأثيراً مباشراً، وذلك لإعاقتها للتحصيل الدراسي وتأثيرها على الدافع المعرفي حيث ان الطالب يتركز انتباهه على المشاكل والهموم التي يواجها ويفكر في آلية التخلص منها بدلاً من التركيز على المهمات المعرفية **(داود، ١٩٩٠: ص٧٨)**، من هنا تأتي اهمية البحث الحالي: فالتوصل الى ما يعانيه الطالب الجامعي من ضغوط سيعطي فرصة للتخفيف من آثار هذه الضغوط وكيفية مواجهتها والتعامل معها من قبل الطلبة.

اهداف البحث:

١. **الهدف الاول:** معرفة دلالة الفروق لكل استراتيجية من استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية بحسب متغيري النوع والتخصص لدى طلبة جامعة الانبار وذلك من خلال اختبار الفرضيات الآتية:

* لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) لدى افراد العينة وفقاً لاستراتيجية الدعم الوسيلي وتبعاً لمتغير النوع والتخصص.

* لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) لدى افراد العينة وفقاً لاستراتيجية تجنب المواجهة وتبعاً لمتغير النوع والتخصص.

٢. **الهدف الثاني:** معرفة الدافع المعرفي لدى طلبة جامعة الانبار وذلك بواسطة اختبار الفرضية الاتية:

* لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) في مستوى الدافع المعرفي لدى طلبة جامعة الانبار.

٣. **الهدف الثالث:** معرفة دلالة الفروق في الدافع المعرفي تبعاً لمتغيري النوع والتخصص لدى طلبة جامعة الانبار وذلك بواسطة اختبار الفرضية الاتية:

* لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) لدى افراد العينة في الدافع المعرفي تبعاً لمتغير النوع والتخصص.

٤. **الهدف الرابع:** التعرف على العلاقة الارتباطية بين استراتيجيات مواجهة الضغوط والدافع المعرفي لدى طلبة جامعة الانبار وذلك بواسطة اختبار الفرضية الاتية:

* لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والدافع المعرفي لدى افراد العينة.

حدود البحث:

١. الحد الموضوعي: اقتصر البحث الحالي على تحديد استراتيجيتي الحصول على الدعم الوسيلي وتجنب المواجهة وعلاقتهم بالدافع المعرفي.

٢. الحد البشري: طلبة جامعة الانبار الكليات العلمية والانسانية/ الذكور والاناث

٣. الحد المكاني: موقع جامعة الانبار ضمن الموقع الرديف في أبي غريب.

٤. الحد الزماني: العام الدراسي (٢٠١٦- ٢٠١٧).

تحديد المصطلحات:

اولاً: استراتيجيات المواجهة:

١. **تعريف لازاروس وفولكمان ١٩٨٤:** هي مجموعة من الجهود المعرفية والسلوكية، المتغيرة باستمرار والموظفة لإدارة وتسيير المتطلبات الخاصة الداخلية والخارجية والمقدرة من قبل الفرد على انها مستنزفة او متجاوزة لمصادره. **(Bruchon –Schweitzer,2002:356).**

٢. **التعريف الاجرائي:** هي الدرجة التي يحصل عليها طلبة عينة البحث بواسطة اجابتهم على فقرات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط الذي اعتمده الباحث في البحث الحالي.

ثانياً: تعريف الضغوط النفسية:

تعريف هانز سيلي (Hans sely(1956: هي استجابة الجسم الغير نوعية إزاء الاعباء البدنية او النفسية التي يتعرض لها. **(Madleine Estryn-Behar,1997,p:26).**

ثالثاً: تعريف الدافع المعرفي

١. **تعريف موراي (Murray, 1973):** هو السعي للمعرفة، وحب الاستطلاع، والحاجة الى الاستكشاف والارتياد، وقبول التحديات. **(بلقيس ومرعي، ١٩٨٣: ٩٤- ٩٥).**

٢. **التعريف الاجرائي:**الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب أثناء الاجابة على فقرات مقياس الدافع المعرفي الذي تبناه الباحث لتحقيق أغراض هذا البحث.

الفصل الثاني

اولاً: الاطار النظري:

استراتيجيات مواجهة الضغوط:

ان الضغوط النفسية تؤثر بشكل سلبي على الافراد ثم ينتقل اثرها الى المجتمع بعد ذلك، ومن المتعارف عليه فأن كل شخص يحاول التخفيف من الضغوط والتعامل معها، وهو ما يصطلح عليه بالتعايش او المواجهة Coping، والمواجهة هي محاولة التصدي للمنبهات الداخلية والخارجية، والتي ينظر اليها الفرد على انها مرهقة او انها تستنفذ مصادره وموارده، وتمثل استراتيجيات المواجهة الفردية طرق واساليب يحاول بها الفرد التعامل مع الضغوط التي حدثت فعلاً **(through: Taylor,1999,P.204-205).**

وقد ميز لازاروس وفولكمان ١٩٨٤، بين نوعين من استراتيجيات المواجهة وهي:

١. المواجهة التي تركز على المشكلة ٢. المواجهة التي تركز على الانفعال

وتشير الاستراتيجية الاولى الى ما يقوم به الفرد من محاولات من اجل تحصيل معلومات اضافية لحل المشكلة، واتخاذ قرار معرفي بالفعل، او القيام بتغيير الحدث الذي يؤدي للضغط، اما الاستراتيجية الثانية فتشير الى الاساليب السلوكية والمعرفية التي تهدف الى ادارة التوتر الانفعالي الناتج عن الموقف الضاغط عن طريق استخدام وسائل دفاعية مثل الانكار، والتفكير التأملي، والبحث عن الدعم الاجتماعي، والرجوع الى الدين، **(سرور، ٢٠٠٣: ١٧).**

نظريات استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية:

١. نظرية لازاروس (Lazarus,1966):

لازاروس يرى ان استراتيجيات المواجهة تتحدد بواسطة عملية تقويم الفرد للموقف الضاغط، اي انه عندما يواجه الفرد موقف ويقيمه على انه ضار وخطر، ويشكل تحدياً لتوافقه فهنا يحدث الضغط، هذه النظرية تسلط الضوء على العوامل المعرفية في فهم الحدث الضاغط الذي يواجه الفرد، وتحدث عندما تتجاوز المطالب البيئية قدرات الفرد على المواجهة **(عبيد، ٢٠٠٨: ١٢٩).**

ويصنف لازاروس اساليب مواجهة الضغوط الى عدة انماط:

١. الهجوم والمواجهة: يتمثل في الانفعالات، والخصومة، والغضب.

٢. التجنب والابتعاد: يكون مصحوباً بمشاعر الخوف، والهرب، والاصابة بالذعر.

٣. اللامبالاة والسلبية: مثل الشعور بالاكتئاب والميل للانسحاب.

٤. الخوف العام: كالشعور الدائم بالقلق خاصة عندما يتم تحديد مصدر التهديد.

٥. الرفض والانكار: حيث ينكر الفرد وجود تهديد، عن طريق تجاهل مؤثرات الضغط النفسي.
٦. اللجوء الى حيل دفاعية: كالتبرير، والاسقاط، وتكوين رد الفعل.
٧. النشاط الاجتماعي: هو العمل الهادف لتفسير مصدر الضغوط والتخلص منه او خفضه **(عودة، ٢٠١٠: ٣١)**.

٢. نظرية موس وشفير(Moos & Schafer, 1986):

يقدم موس وشفير نموذجاً لآلية التعامل مع الاحداث الضاغطة، حيث تكون استجابة الفرد بحسب قوة الحدث الضاغط الذي يفسر بمراحل ثلاث هي:

المرحلة الاولى: تمثل العوامل الديمغرافية والشخصية للفرد، وكل شيء يتعلق بخبراته كنوع الحدث الضاغط، ومدى وقوعه، وكيفية مواجهته، وما يتعلق بعوامل البيئة والعوامل ذات التأثير على ادراك الفرد للحدث الضاغط، وكيفية المواجهة، ومدى قدرة الفرد على التحمل.

المرحلة الثانية:

أ. تتمثل بإدراك الفرد لما يعنيه الحدث الضاغط، بعدما يتعرض لصدمة الحدث الضاغط بصورة غامضة، بعد ذلك يدرك جوانبه ونتائجه، بما يسهل التعامل معه.
ب. العوامل التي تساعد الفرد على التوافق مع الحدث الضاغط، بالشكل الذي يمكنه من حفظ توازنه.
ج. يتخذ الفرد اسلوباً لمواجهة الموقف من اجل استعادة التوازن النفسي، من اجل قدرات الفرد المعرفية والوجدانية، بما يمكنه من مواجهة الضغوط.

المرحلة الثالثة: محصلة نهائية لتفاعل العناصر السابقة لمواجهة الضغوط، اما بصورة توافق ناجح يمكن الفرد من مواصلة حياته، او اخفاق في تحقيق التوافق ويتعرض لاضطرابات نفسية **(السلطان، ٢٠٠٨: ٦٠)**.

موس يقسم استراتيجيات المواجهة الى استراتيجيات إقدامية واستراتيجيات احجامية، لكلا النوعين جانبين معرفي وسلوكي، فالأساليب الاقداميه هي: البحث عن المساندة الاجتماعية، والتخطيط لحل المشكلة، واعادة التأويل الايجابي، والتحليل المنطقي، اما الاساليب الاحجامية فتشمل: البحث عن اجابات بديلة، والاستسلام للضغوط، والاحجام المعرفي، والتنفيس الانفعالي**(علي وسلمان,٢٠٠٩ :٥٢٢)**.

نظرية نوكس (Nooks , 1998):

تتمحور نظرية نوكس لمواجهة الاحداث الضاغطة حول العوامل الشخصية للأفراد والتي منها يمكن اختيار الأساليب أو الاستراتيجيات المناسبة للتوافق مع المواقف الضاغطة بحسب شخصياتهم **(Nokes, 1998, p.1)**.

تلخص هذه النظرية عدة خطوات بإمكانها مساعدة الفرد في التعامل مع المواقف الضاغطة:

١- تحديد الحدث.

٢- جمع اكبر عدد من الأفكار التي تساعد على تخفيف الحدث.

٣- تخيل العمل بأساليب عدة للسيطرة على الحدث.

٤- التفكير بالاستراتيجيات التي يستخدمها الأفراد لمواجهة ذلك الحدث.

يمر تعلم الفرد لاستخدام أفضل أساليب مواجهة احداث الحياة الضاغطة بثلاث مراحل هي:

١- **تشخيص الحدث الضاغط:** ويتمثل في تذكر الفرد للمشاعر المؤلمة وغير السارة عن الحدث الضاغط.

٢- **تصنيف الحدث الضاغط:** أي معرفة مدى امكانية السيطرة عليه أو عدم امكانية ذلك استناداً على إدراك الفرد، لقدرته على معالجة الموقف أو الحدث الضاغط وبحسب أهمية الحدث بالنسبة له.

٣- **مراجعة التصنيف:** وذلك عندما يدرك الفرد إن الحدث قليل الأهمية، فإن شعوره بحدة الضغط ينخفض لديه، ويصبح الحدث اقل سلبية، وهنا تكمن أهمية تغيير صورة ادراك الفرد لذلك الحدث. **(Nokes, 1998, p 2-3)..**

الدافع المعرفي:

الدافعية تعمل على اثارة السلوك ومن ثم تعمل على تحريك الطلبة، حيث ترشدهم نحو وجهة معينة، وتعمل على ديمومة هذه الحركة مدة طويلة من الزمن، وطالما امتلك الطلبة قدرات معينة لأبداء نشاط ما وطالما يستخدمون شيئاً ما، فأن مقدار دافعيتهم هو ما سيحدد فيما اذا كانوا سينشغلون بالنشاط ومدة الوقت، ودرجة الحماس التي يتابعون بها هذا النشاط **(العتوم وآخرون، ٢٠١١: ١٧٠)**، وقد تعددت تعاريف الدافع المعرفي، وهذا يعود لاختلاف العلماء والباحثين في اساليب دراستهم واختلاف نظرتهم له، حيث عرفه المعايطة على انه "الرغبة في المعرفة والفهم وإتقان المعلومات واعادة التفكير في المشكلات وحلها"**(المعايطة، ٢٠٠٠: ١٥٣)**، وحسب الفرماوي فأن الدافع المعرفي يعني "رغبة الفرد الكبيرة في البحث عن المعرفة، والفهم، واتقان المعلومات وصياغة وحل المشكلات، ويتجلى هذا الدافع في استحصال المعلومات بسرعة، والاستزادة من المعرفة عن موضوع ما، والاستعداد للمخاطرة من اجل الحصول على المعرفة، والحرص على المعالجة اليدوية لموضوعات المعرفة **(الفرماوي، ١٩٨٠: ٣)**.

المظاهر المعرفية التي تدل على الدافع المعرفي:

١. **السلوك الاستكشافي:** يعني قيام الفرد بعدد من الانشطة بقصد او بغير قصد في اتجاه الاحاطة بعناصر الموضوع ومدى ارتباط العناصر ببعضها **(الكناني والكندري, ١٩٩٥: ٢٠٢)**.

٢. **حب الاستطلاع:** هو الرغبة في استطلاع واكتشاف البيئة التي يعيش فيا الفرد، والبحث عن مثيرات جديدة، والجري وراء المعرفة، فعندما يؤثر دافع جديد في شد انتباه الفرد فأن دافع حب الاستطلاع يتم تحفيزه **(Young,1961;54).**

٣. **الاستعلام والتقصي:** ينمو فيه التعلم ويستمر ويوجه عن طريق المتعلم نفسه ضمن مساعيه لتوسيع مجال ادراكه، وفي هذا الاسلوب لا يكون المتعلم وحده بل معه مرشد التعلم ليجيب عن تساؤلاته **(الكناني والكندري, ١٩٩٥: ٢٠٣).**

نظريات الدافع المعرفي:

النظريات السلوكية: تفسر هذه النظريات الدافعية في ضوء نظريات التعلم ذات النهج السلوكي، أو ما تسمى عادة بنظريات المثير والاستجابة, ويعد ثورندايك من العلماء الاوائل الذين تناولوا مسألة التعلم بالتجريب، وقام بمبدأ المحاولة والخطأ كأساس للتعلم، مفسراً ذلك بقانون الأثر, فالأشباع الذي يتلو استجابة ما يؤدي الى تعلم هذه الاستجابة وتقويتها, بينما يؤدي الانزعاج أو عدم الإشباع إلى إضعاف الاستجابة التي تتلوها, واستنتاجاً لهذا القانون يشير البحث عن الإشباع، وتجنب الألم أو الانزعاج إلى الدوافع وراء تعلم استجابات معينة في ظل مثيرات معينة, أي أن التعلم يتبع سلوكاً أو استجابة ما وفقاً لرغبته في تحقيق حالات الإشباع وتجنب الألم، و من علماء هذه النظرية البارزين (سكنر)، الذي يرى بأن السلوك ينشأ من المؤثرات الخارجية والداخلية, كانقباضات أو ألم المعدة في حالة الجوع، أو رؤية الطعام في التلفاز, إن التعلم السابق أو العادات سوف تقرر السلوك, فالفرد الجائع مثلاً يستمر في فتح الثلاجة لأنها تزوده بالطعام سابقاً ويثابر على هذا السلوك حتى ينتهي تأثير المثير, كذلك بالنسبة لأقسام الدافعية تفسر بفعاليات بيئية تؤثر على السلوك بوساطة الحاجات الجسمية, فالدافعية الناجمة بفعل عوامل خارجية أو مثير خارجي تسمى الدافعية الخارجية كالدرجات والعلامات, أما التي تنشأ بفعل حاجة جسمية داخلية كالجوع تسمى دافع داخلي **(قطامي وقطامي, ٢٠٠٠: ٢١٤).**

النظريات الإنسانية: تؤكد هذه النظرية على الإرادة الحرة للإنسان وتحديده لأفعاله عن طريق عملية الاختيار، التي من الصعب التنبؤ بها, ويعطي أصحاب النظريات الإنسانية أولوية كبرى للخبرة الشخصية، ويركزون على النمو السيكولوجي للفرد والاستغلال الكامل لإمكاناته, ويتحدد السلوك البشري في ضوء هذه النظريات بسعي الفرد لتحقيق ذاته، وأن السلوك الانساني محكوم تماماً بمنطق الإرادة **(ملحم، ٢٠٠١: ١٨٩)،**

١- نظرية موراي Murray:

قدم (هنري موراي) نظرية الحاجات الإنسانية بوصفها دوافع أساسية للسلوك الإنساني إذ قدم نظرية شاملة في الشخصية تميزت بمعالجتها الواقعية الدقيقة وأصبح تخطيط تلك النظرية لمفاهيم الدافعية من اقوى التصورات في علم النفس، ويُصنف (موراي)، بأنه أول من وضع نظرية للحاجات وربطها بالأهداف الأساسية للحياة، فقد حاول إعداد قائمة بتلك الأهداف التي يسعى الإنسان المعاصر إلى تحقيقها، وقد أدرك إن هناك حاجات عديدة ترتبط بالحفاظ على التوازن وترتبط بالجوانب الفسيولوجية أطلق عليها الحاجات الفسيولوجية وحددها في (١٢) حاجة، وطرح كذلك حاجات أكثر أهمية وهي حاجات ذات مصدر نفسي أطلق عليها الحاجات النفسية حددها بـ (٢٠) حاجة، وتعد قائمة الحاجات (لموراي) من أفضل ما قدم في تفسير الحاجات الإنسانية **(Bootzin, 1991: p. 81)**.

ثانياً: دراسات سابقة

دراسات تناولت استراتيجيات المواجهة/ دراسات عربية

ت	اسم الباحث والسنة	عنوان البحث	اهداف البحث	العينة	الادوات والمقاييس
١	دراسة المظفر (١٩٩٨)	بعض سمات الشخصية لدى المرشدين التربويين وعلاقتها بالتعامل مع الضغوط المهنية	الهدف من الدراسة معرفة العلاقة بين بعض سمات الشخصية (المدرك – المحكم) لدى المرشدين التربويين والضغوط المهنية واساليب التعامل معها واثر متغير الجنس.	٦٠ مرشدا ومرشدة	قائمة سمات الشخصية ل (كوهن وجامبين، ١٩٩٢) ومقياس اساليب التعامل مع الضغوط المهنية (اعداد الباحثة) وتبنت الباحثة مقياس جاهز لضغوط العمل ل (صالح ١٩٩٥)
الوسائل الاحصائية			اهم النتائج		
الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومعامل ارتباط بيرسون			١. ان العلاقات الارتباطية كانت موجبة وغير دالة احصائيا في بعضها وسالبة وغير دالة في بعضها الآخر٢. اظهرت النتائج ان اكثر الاساليب استعمالا لمواجهة الضغوط المهنية بالنسبة للإناث هي (البحث عن المعلومات، والتأييد الاجتماعي) (**المظفر**،١٩٩٨).		

دراسات اجنبية

ت	اسم الباحث والسنة	عنوان البحث	اهداف البحث	العينة	الادوات والمقاييس

٢	دراسة دايفيد David (2005)	الذكاء العاطفي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط	الهدف من الدراسة التعرف على العلاقة بين الذكاء العاطفي واسلوب مواجهة الضغوط المتمثل في اسلوب الدعم الاجتماعي للتغلب على الضغوط	٦٢٤ من الطلبة المتفوقين	قام الباحث ببناء مقياس لأساليب المواجهة
الوسائل الاحصائية		اهم النتائج			
التحليل العاملي ومعامل الارتباط		اظهرت نتائج الدراسة ان الذكاء العاطفي خفض الضغوط باستخدام اسلوب التجاهل، واسلوب المواجهة بالتفاعل عن طريق الدعم الاجتماعي **(David,2005; 163-173).**			

دراسات تناولت الدافع المعرفي/ دراسات عربية

ت	اسم الباحث والسنة	عنوان البحث	اهداف البحث	العينة	الادوات والمقاييس
١	دراسة الشمري (٢٠٠٩)	الدافع المعرفي وعلاقته باستراتيجيات التعلم والاستذكار لدى طلبة المرحلة الاعدادية	هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الدافع المعرفي لدى طلبة المرحلة الاعدادية والعلاقة الارتباطية بين الدافع المعرفي واستراتيجيات التعلم والاستذكار، والفروق في العلاقة بينهما	٤٠٠ طالب وطالبة	قام الباحث ببناء مقياس الدافع المعرفي فظلا عن تكيف الاداة التي اعدها (جودة،٢٠٠٤)على طلبة الجامعة وفق انموذج (Wienstien)
الوسائل الاحصائية		اهم النتائج			
الاختبار التائي لعينتين مستقلتين والاختبار التائي لعينة واحدة ومعامل ارتباط بيرسون		اظهرت النتائج ان طلبة المرحلة الاعدادية لديهم دافع معرفي بدرجة متوسطة، وجود فروق ذات دالة احصائية بين الذكور والاناث في مستوى الدافع المعرفي لصالح الذكور، وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين قيم معامل الارتباط والدافع المعرفي باستراتيجيات التعلم والاستذكار، لا يوجد فرق في العلاقة بين الذكور والاناث وهذا يشير الى ان الطلاب لا يختلفون عن الطالبات في مستوى العلاقة بين الدافع المعرفي واستراتيجيات التعلم والاستذكار **(الشمري، ٢٠٠٩)**		

دراسات اجنبية

ت	اسم الباحث والسنة	عنوان البحث	اهداف البحث	العينة	الادوات والمقاييس

٢	دراسة ولدمان Wildman (2002)	هل يؤثر الدافع المعرفي في الاداء	استهدفت الدراسة تعرف اثر الدافع المعرفي في اداء مجموعتين من المبحوثين فضلاً عن تعرف آثار ضغط الوقت والدافع المعرفي عند اتخاذ القرار وحل المشكلات	٥٤ طالب وطالبة من طلاب الكلية في منطقة بنسلفانيا في الولايات المتحدة	تمت مقارنة درجات افراد العينة على مقياس الدافع المعرفي مع درجاتهم في مهمتين اعطيت لهم تمثلت ب (اسئلة قصيرة، ومسألة رياضية)
الوسائل الاحصائية		اهم النتائج			
الاختبار التائي وتحليل التباين		اظهرت النتائج تشابه اداء المجموعتين (مجموعة الطلبة ذوي الدافع المعرفي العالي، ومجوعة الطلبة ذوي الدافع المعرفي المنخفض) في حين اظهرت النتائج وجود فرق ذي دلالة احصائية في اداء حل مسألة رياضية لصالح مجموعة المشتركين من ذوي الدافع المعرفي العالي **(Wildman,2002)**.			

الفصل الثالث

منهجية البحث واجراءاته

يتضمن هذا الفصل منهجية البحث والإجراءات التي اتبعها الباحث لغرض تحقيق أهداف بحثه من حيث تحديد مجتمع البحث، واختيار العينات الممثلة، وإعداد الادوات وإجراءات تطبيقها، فضلاً عن تحديد الوسائل الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات .

أولاً: منهجية البحث

اعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، ويعد هذا المنهج ملائما لطبيعة البحث وأهدافه، الذي يسعى إلى تحديد الوضع الحالي للظاهرة المدروسة، ومن ثم وصفها وصفاً دقيقا **(ملحم،٢٠١٠ : ص ٣٦٩)**، فضلاً عن تحديد خصائصها كميا وكيفيا وذلك عن طريق جمع المعلومات والبيانات عن الظاهرة المدروسة واستخلاص دلالتها مما يفيد في وضع تعليمات عن الظاهرة محل الدراسة الحالية **(ابراهيم ، ٢٠٠٠: ص ٢٠)**

ثانياً: مجتمع البحث

لغرض اختيار عينة البحث تم تحديد مجتمع البحث المتمثل بطلبة كليات جامعة الانبار بتخصصاتها الانسانية والعلمية لكلا الجنسين والبالغ عددهم**(١٨٥٦٥)**، طالباً وطالبة بواقع **(٩٠٩٤)**، طالباً و**(٩٤٧١)**، طالبة، وتم اختيار الطلبة من اربع كليات اثنتان منها علمية واثنتان انسانية والبالغ عددهم **(٥١٣٣)**، بواقع **(٣٠٤٩)**، طالباً و**(٢٠٨٤)**، طالبة للعام الدراسي **(٢٠١٧ – ٢٠١٨)**، من مختلف المراحل وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية.

ثالثا: عينة البحث

العينة (sample)، هي جزء من المجتمع الذي يجري عليه البحث ويتم اختيارها وفق قواعد خاصة كي تمثل المجتمع تمثيلا صحيحاً **(البياتي واثناسيوس،١٩٧٧:ص٣٥)**، اذ استخدم الباحث الاسلوب الطبقي العشوائي في اختيار عينة البحث الاساسية، حيث تم اختيار عدد من الكليات بالصورة العشوائية لكل من الاختصاصين العلمي والانساني، وفي كل كلية اختير عدد من الشعب بطريقة عشوائية ايضا ثم اختير من هذه الشعب عدد من الطلبة بصورة عشوائية وبما يتناسب مع العدد الكلي المطلوب، وبذلك أصبح عدد أفراد عينة البحث **(٤٠٠)**، طالباً وطالبة بواقع **(٢٣٨)**، طالباً و**(١٦٢)**، طالبة، من اربع كليات اثنان منها علمية واثنان انسانية وتم توزيع العينة على وفق متغيرات التخصص الدراسي والجنس، والجدول (١) يوضح ذلك

جدول (١)

أعداد طلبة عينة البحث موزعين حسب التخصص والجنس

ت	الكليات	علمي		انساني		مج
		ذكر	انثى	ذكر	انثى	
١	كلية الآداب	٠	٠	١١٠	٥٧	١٦٧
٢	كلية العلوم	٢٨	٥١	٠	٠	٧٩
٣	كلية القانون والعلوم السياسية	٠	٠	٦٣	٢٠	٨٣
٤	كلية الهندسة	٣٧	٣٤	٠	٠	٧١
	المجموع	٦٥	٨٥	١٧٣	٧٧	٤٠٠

رابعاً: أداتا البحث: نظراً لطبيعة البحث الحالي فقد تطلب الأمر إعداد أداتين تتوفر فيهما الخصائص السايكومترية لتحقيق أهداف البحث وهي:

الاداة الاولى: مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية

وقع اختيار الباحث على اداة بحثية جديدة استخدمت في دراسة كل من (Greenglass&Schwarzer, et.al,1999)، على عينة كندية وبولندية من طلبة الجامعة، تتمثل بجرد التعامل الوقائي**(PCI)**، والذي يأخذ مدخلاً متعدد الابعاد لاستراتيجيات المواجهة، والتي استندت الى نظرية **(لازاروس وفولكمان**،١٩٨٤)، ومن ثم قام بتعديلها جابر محمد الى البيئة العربية على طلبة جامعة القاهرة **(Gabber Mohamed & Esther Greenglas,2008)**، وطبق الباحث المقياس على طلبة الجامعة بعد ان استخرج الخصائص السايكومترية المتمثلة بالصدق والثبات، على عينة التحليل الاحصائي البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة كعينة لاستخراج الخصائص السايكومترية للمقياس، ويتألف مقياس الاستراتيجيات من (٥٥) فقرة.

أ. طريقة تصحيح المقياس

يقصد بتصحيح المقياس الحصول على الدرجة الكلية للمفحوص وقد حسبت الدرجة الكلية للمفحوص على المقياس عن طريق جمع درجات فقراته البالغة (٥٥) فقرة، وقد وضع امام كل فقرة أربعة بدائل للاستجابة (صحيح تماما، صحيح الى حد ما، غير صحيح، غير صحيح تماما)، وقد اعطيت عند التصحيح للفقرات الدرجات (٤، ٣، ٢، ١) على التوالي والعكس في حالة العبارات السالبة، وبذلك يحصل المستجيب للمقياس على اعلى درجة (٢٢٠) وأوطئ درجة (٥٥) والوسط الفرضي للمقياس (١٣٧.٥).

ب. صدق الفقرات (صلاحية الفقرات)

يعد هذ النوع مظهراً مصطنعا لصدق الاختبار ويعرف بمدى اعتقاد اوحكم المختصين على ان الاختبار مفيد ويقيس ما بني من اجله (**النبهان،٢٠٠٠، ص ٤٤٤**)، ومن اجل معرفة مدى صلاحية الفقرات (الصدق الظاهري)، عرضت فقرات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية بصيغتها الاولية والبالغ عددها (**٥٥**) فقرة على مجموعة من المختصين في العلوم التربوية والنفسية، والبالغ عددهم (١٢) محكما وطلب منهم ابداء ملاحظاتهم عن هذا المقياس ومدى ملائمة التطبيق على افراد عينة البحث الحالي وتعديل ما يحتاج تعديلاً في الفقرات او اضافة ما يرونه مناسبا، وقد اعتمد الباحث نسبة اتفاق (**٨٠%**) فاكثر من آراء المحكمين لتعديل أو حذف الفقرات وقد حصل على موافقة غالبية المحكمين على طبيعة بدائل الاجابة.

ج. اعداد تعليمات المقياس والتطبيق الاستطلاعي:

حرص الباحث على ان تكون تعليمات المقياس واضحة وتتماشى مع طبيعة المقياس والعينة والهدف، وقد بين ان المعلومات هي لأغراض البحث العلمي, وينبغي ان تكون الاجابة صادقة، وطبق الباحث المقياس على عينة عشوائية للتحقق من مدى فهم العينة لتعليمات المقياس، وطريقة الاجابة على فقراته ووضوحها لديهم وحساب الوقت المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس، بلغ عدد العينة (**٥٠**) طالب وطالبة بواقع (**٢٥**) ذكور(**٢٥**) اناث وتبين ان الفقرات واضحة ومفهومة بالنسبة لإفراد العينة، ولم يستفسر المفحوصين عن أية فقرة، وان متوسط الوقت المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس هو(**٣٠**) دقيقة.

د. التحليل الاحصائي لفقرات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط:

من المتطلبات الأساسية لبناء المقياس هو التحليل الإحصائي للفقرات، إذ يكشف بدقة عن الفقرات التي تقيس المحتوى المراد قياسه، ويسعى التحليل الإحصائي للفقرات إلى حساب القوة التمييزية، وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية.

التمييز: ونعني بالتمييز مدى إمكانية قياس الفروق الفردية (**علام، ٢٠٠٠: ٢٧٧**)، ولإيجاد القوة التميزية لفقرات المقياس قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة بلغ عدد أفرادها (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة الانبار، ثم قام الباحث بترتيب الدرجات الكلية للطلاب بصورة تنازلية من أعلى درجة الى أقل درجة. وتم اختيار أعلى (٢٧٪) من الدرجات لتكون المجموعة العليا, وأوطأ (٢٧٪) من الدرجات لتكون المجموعة الدنيا, وهذا يعني إن عدد أفراد كل مجموعة هو (١٠٨)، ثم استعمال الاختبار التائي لعينتن مستقلتين متساويتين لاستخراج التمييز.

علاقة درجة فقرة كل أسلوب بالدرجة الكلية لكل أسلوب:

ويقصد بها إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة في المقياس وبالدرجة الكلية له، وتشير انستازي (Anastasi,1976)، إلى أن معامل الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، وبدلالة إحصائية يعد مؤشراً لصدق بناء المقياس **(Anastasi,1976;154)**، وقد استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الارتباطية بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للأسلوب، وتم استعمال عينة التحليل ذاتها، في ضوء أسلوب المجموعتين المتطرفتين، والبالغة (٤٠٠) طالب وطالبة وتبين إن جميع فقرات المقياس دالة إحصائياً.

الخصائص السايكومترية للمقياس Psychometric Features of the Scale:

١.صدق المقياس Validity of the Scale:

ويقصد بالصدق هنا أن يقيس المقياس الخاصية التي وضع من اجلها **(كراجه،١٩٩٧:ص١٤٧)**، وتم التحقق من صدق المقياس عن طريق:

*** الصدق الظاهري Face Validity:**

لقد تحقق الصدق الظاهري بموافقة مجموعة من الخبراء والمحكمين والمختصين في العلوم التربوية والنفسية من خلال عرض فقرات المقياس وبدائله وتعليماته عليهم، وحظيت فقرات المقياس بموافقة الخبراء والمحكمين وبنسبة (١٠٠%) وكما مر ذكره في اجراءات اعتماد المقياس.

*** صدق البناء Construct Validity:**

تحقق هذا النوع من الصدق بوساطة تحليل فقرات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط وايجاد القوة التمييزية لها بطريقتين: المجموعتين المتطرفتين وعلاقة الفقرة بالمجموع الكلي للمقياس، إذ اظهرت النتائج الابقاء على الفقرات جميعها وكما مر ذكره في اجراءات اعتماد المقياس.

٢.الثبات (Reliability):

يقصد بالثبات درجة الاتساق في قياس السمة موضوع القياس من مرة لأخرى، فيما لو أعدنا تطبيق الأداة مرات متعددة، كما يعني التوصل إلى النتائج نفسها عند تطبيق الاختبار في مدتين مختلفتين، وفي حدود زمن يتراوح بين أسبوع وأسبوعين عادة **(داود وعبد الرحمن، ١٩٩٠: ١٢٢)**، ولإيجاد ثبات مقياس استراتيجيات المواجهة تم إتباع الخطوات الآتية:

*** الثبات بطريقة الفا كر ونباخ:**

تم حساب الثبات بطريقة اخرى من طرق حساب الثبات للمقاييس والاختبارات، وهي طريقة

الفا كرو نباخ (Cronbach Alpha)، وذلك للحصول على ثبات المقياس ككل، وتعتمد هذه الطريقة قياس أتساق اداء الفرد من فقرة الى اخرى في المقياس، كما يشير الى الدرجة التي تشترك بها جميع الفقرات في قياس متغيراً معيناً، اي التجانس بين الفقرات الفا كرو نباخ (**Cronbach,1951;p.30).**

وقد استخرج الباحث معامل الثبات لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط، باستعمال الفا كرو نباخ وبلغت قيمة الثبات كما يوضح جدول (٢) ذلك **جدول (٢)**

معاملات الثبات بطريقة الفاكرونباخ

ت	الأسلوب	معامل الفا كر ونباخ
١	البحث عن الدعم الوسيلي	٠،٧٣
٢	تجنب المواجهة	٠،٦٤

المقياس بصورته النهائية:

بعد الاجراءات التي قام بها الباحث في الخطوات السابقة، فقد اصبح المقياس جاهزا للتطبيق على عينة الدراسة، اذ بلغ عدد فقراته (٥٥) فقرة وتحددت بدائله وهي (صحيح تماما، صحيح الى حدما، غير صحيح، غير صحيح تماما).

الأداة الثانية: مقياس الدافع المعرفي:

اعتمد الباحث مقياس الشمري (٢٠٠٩)، للدافع المعرفي وذلك للأسباب الآتية:

١. لكون المقياس مناسب للفئة العمرية المستهدفة في البحث الحالي وهي المرحلة الجامعية

٢. حداثة المقياس إذ تم إعداده عام ٢٠٠٩.

٣. تم التأكد من صدقه وثباته.

وتكون المقياس بصورته النهائية من (٤٤) فقرة موزعة على مكوناته الاربعة وعلى النحو الآتي:

١. **السعي إلى المعرفة:** (١١) فقرة. ٢. **حب الاستطلاع:** (١٢) فقرة.

٣. **الاستكشاف والارتياد:** (٩) فقرات ٤. **قبول التحديات:** (١٢) فقرة .

وتحددت بدائل الاجابة عن فقرات المقياس كالاتي: (أوافق بشدة، أوافق، لا أوافق، لا أوافق بشدة)، ويتم تصحيح المقياس بإعطاء درجات (٤، ٣، ٢، ١) بحسب البدائل المتدرجة.

التحليل المنطقي لفقرات مقياس الدافع المعرفي:

يُعَّد فحص الفقرات فحصاً منطقياً من الخبراء ضرورياً للتثبت من مدى مطابقة شكلها الظاهري للسمة التي أُعَّدت لقياسها (**الكبيسي، ٢٠٠١: ١٧**)، وللتحقق من مطابقة الفقرات للخاصية التي أعدت لقياسها، قام الباحث بعرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين في العلوم التربوية والنفسية، لبيان مدى صلاحية الفقرات في قياس الدافع المعرفي، واعتمد الباحث على نسبة اتفاق (٨٠%) كمعيار لقبول الفقرة، وبموجب هذا الاجراء تم حذف (٢) فقرتين، وبذلك يكون مجموع فقرات المقياس بعد التحليل الاحصائي (٤٤)، فقرة.

التطبيق الاستطلاعي:

بعد إجراء التعديلات في ضوء آراء المحكمين ومقترحاتهم، ولغرض التحقق من فهم الطلبة لعبارات المقياس وتعليماته، وحساب الزمن المستغرق في الاجابة عنه، تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٥٠) طالباً وطالبة تم اختيارهم بأسلوب عشوائي من طلبة جامعة الانبار من الكليات العلمية والانسانية، وبأعداد متساوية من الطلاب والطالبات، وقد كانت جميع المؤشرات ايجابية.

التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:

يهتم القائمون ببناء الاختبارات والمقاييس النفسية، بانتقاء مفردات عالية الجودة، ويحرصون على تكوينها وكتابتها وفق شروط محددة، غير انه مهما بلغت دقة الأحكام فإنها لا تغني عن التحليل الإحصائي والتطبيق التجريبي للمقياس، وتحليل درجات فقراته باستعمال الأساليب الإحصائية، وتحديد العلاقة بين ما تقيسه المفردات وبين استجابات الإفراد لها (**علام، ٢٠٠٠: ٢٦٧**)، وتحقيقاً لما تقدم قام الباحث بتطبيق اداتي البحث على عينة مؤلفة من (٤٠٠)، طالب وطالبة من طلبة جامعة الانبار، وتم تصحيح استجابات الطلبة وترتيبهم تنازلياً في كل اختبار على حدة في ضوء درجة الطالب الكلية على كل مقياس، وبنسبة (٢٧%)، من الطلبة في المجموعة العليا والدنيا وبواقع (١٠٨)، طالب وطالبة في كل مجموعة، واعتمد الباحث في حساب القوة التمييزية، وصدق الاتساق للفقرات بتطبيق الاختبار التائي(T-Test)، لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين على كل فقرة من فقرات المقياس وتعد القيمة التائية المحسوبة مؤشرا لتمييز كل فقرة بمقارنتها بالقيمة التائيه الجدولية والبالغة (١،٩٦)، وعند مستوى دلالة (٠،٠٥)، ودرجة حرية (١٠٧) .

أ- القوة التمييزية

يرمي حساب القوة التمييزية للفقرات في الاختبارات والمقاييس النفسية إلى استبعاد الفقرات التي لا تميز بين الأفراد، والإبقاء على الفقرات التي تميز بينهم في الاستجابات، لأنها تعكس قدرة المقياس على

الكشف عن الفروق الفردية بين المفحوصين **(Ebel, 1972: 399)**، قام الباحث باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للمجموعتين العليا والدنيا، وتبين إن جميع القيم التائية للفقرات كانت دالة إحصائيا.

ب- صدق الفقرات

ويقصد بصدق الفقرات نجاحها في قياس ما وضعت من اجله، ويرتبط صدق الفقرات ارتباطاً وثيقاً بصدق الاختبار كله، فكلما كانت المفردات صادقة في قياس ما وضعت له كان المقياس صادقاً، وأن استبعاد الفقرات التي تتسم بضعف ارتباطها بالدرجة الكلية على المقياس يؤدي إلى ارتفاع معاملات صدقها وثباتها **(الغريب، ١٩٨١: ٦٤٤)**، وللتحقق من صدق فقرات مقياس الدافع المعرفي اعتمد الباحث الدرجة الكلية على المقياس بوصفه محكاً داخلياً، واستعمل الباحث معامل ارتباط (بيرسون) بين درجة الطلبة على الفقرات ودرجاتهم الكلية على المقياس، وبعد حساب معاملات الارتباط وموازنتها بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط عند درجة حرية (١٠٧) وبمستوى دلالة (٠,٠٥)، والبالغة (٠،٠٩٨)، تبين ان جميع المعاملات دالة إحصائيا.

الخصائص السايكومترية للمقياس psychometric features of the Scale:

أ- صدق المقياس Validity of the Scale:

يُعَّد الصدق من أكثر الصفات الأساسية للمقياس أهمية، ويعني مقدرته على قياس ما وضع لأجله، وهو أساس بناء الاختبارات النفسية بصفته يساعد على معرفة المكونات الداخلية للمقياس نفسه، وعلى هذا الأساس نتحقق من قدرته في تحقيق الغرض الذي أُعد من اجله **(النمر، ٢٠٠٨ : ٦٩)**، وقد تحقق الباحث من صدق المقياس بإيجاد نوعين من الصدق هما:

*** الصدق الظاهري Face Validity:**

يؤكد ألن وين أنَّ هذا النوع من الصدق يتحقق في حال تم الحصول على حكم او قرار من أشخاص متخصصين (خبراء) في مجال العلوم التربوية والنفسية في كون الاختبار مناسباً للموضوع المراد قياسه **(Allen &Yen, 1979: 69)**، وقد تحقق هذا النوع من الصدق عندما تم عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية.

*** صدق البناء Construct Validity:**

المقياس يكون صادقا بنائيا عندما يتمكن الى حد ما من قياس البناء النظري للسمة المقاسة او المفهوم بحيث كل مفهوم من تلك المفاهيم يجب ان يصاغ بشكل فقرات يتضمنها المقياس بحيث يسهل رصد السلوك الملاحظ للمفحوص بشكل منظم، ومن الاساليب الاجرائية التي يمكن عن طريقها التحقق من

صدق البناء لمقياس ما، هو احدى معاملات الارتباط للحكم على بقاء الفقرة أو حذفها (**الزاملي وآخرون،٢٠٠٩:ص٢٤٦**)، وقد تحقق هذا النوع من الصدق من المؤشرات الآتية:

١. حساب القوة التمييزية لفقرات المقياس.

٢. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

ب- ثبات المقياس Reliability Scale:

يُعَّد الثبات من المؤشرات الضرورية للمقاييس النفسية كونه يشير إلى الاتساق والدقة في مجموعة درجات المقياس التي يفترض أن تقيس ما يجب قياسه، فالأداة الثابتة هي التي تعطي النتائج نفسها اذا ما تكرر تطبيقها على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها **(Ebel, 1972: 409)**، ولتحقيق ذلك اعتمد الباحث طريقة:

معامل الاتساق الداخلي الفا – كر ونباخ Alpha Cronbach:

تعتمد هذه الطريقة على اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى، واستخدام هذه الطريقة يزودنا بتقدير للثبات في معظم المواقف، وقد بلغ معامل الفا كرو نباخ للثبات (٠،٨٩)، وتشير أدبيات القياس والتقويم إلى أن قيم معاملات تعد جيدة إذا كانت اكبر من (٠.٨٠)، (**احمد، ٢٠٠٠: ١٢٩**).

وصف الاختبار بصورة نهائية:

يتألف المقياس من (٤٤)، فقرة تتوزع على المجالات الاربعة، السعي للمعرفة (١١) فقرة، وحب الاستطلاع (١٢) فقرة، والاستكشاف والارتياد (٩) فقرات، وقبول التحديات (١٢) فقرة، وبذلك تكون اعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المجيب هي (١٧٦), واقل درجة (٤٤)، والمتوسط النظري (١١٠).

خامساً: الوسائل الإحصائية

استعمل الباحث الأساليب الإحصائية المناسبة لأهداف البحث الحالي، مستعيناً بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS في تحليل البيانات والتوصل إلى النتائج وهي:

١. **الانحراف المعياري:** لبيان القوة التمييزية لفقرات الدافع المعرفي.

٢. **مربع كاي:** لإيجاد القوة التميزية لفقرات مقياس نمطي الشخصية وصدقه في التحليل المنطقي للفقرات.

٣. **معامل ارتباط بيرسون:** لإيجاد معامل صدق الفقرات لمقياسي البحث، والعلاقة بين متغيري البحث.

٤. **معادلة (ألفا كرو نباخ):** لحساب معامل الثبات للمقياسين .

٥. **الاختبار التائي لعينة واحدة:** لحساب دلالة الفروق بين المتوسطات المحسوبة والفرضية في متغيري البحث .

٦. **تحليل التباين الثنائي:** لحساب دلالة الفروق في متغيري البحث وفقاً للجنس والتخصص.

٧. **الاختبار التائي لعينتين:** لحساب القوة التميزية لمقياس الدافع المعرفي.

الفصل الرابع/ عرض النتائج وتفسيرها:

الهدف الاول: التعرف على دلالة الفروق لكل استراتيجية من استراتيجيات مواجهة الضغوط وبحسب متغيري الجنس والتخصص لدى طلبة جامعة الانبار وذلك من اختبار الفرضيات الآتية:

*** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) لدى افراد العينة وفقا لاستراتيجية الدعم الوسيلي وتبعا لمتغير الجنس والتخصص .**

وللتحقق من صحة الفرضية أعلاه فقد تم استخدام تحليل التباين الثنائي (Tow Way Anova Analysis)، فقد بلغت القيمة الفائية المحسوبة لتأثير الجنس (٠.٠١٥) درجة وبمقارنتها بالقيمة الفائية الجدولية (٣.٨٤) درجة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩) يتبين انها غير دالة إحصائيا، كما بلغت القيمة الفائية المحسوبة لتأثير التخصص (٩.٤٥٤) درجة وبمقارنتها بالقيمة الفائية الجدولية (٣.٨٤) درجة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩) يتبين انها ذات دلالة إحصائية، كما بلغت القيمة الفائية المحسوبة للتفاعلات بين (الجنس والتخصص) (٠.٠٣٨) درجة عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ودرجة حرية (٣٩٩)، يتبين انها غير دالة إحصائيا، والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

الفروق في استراتيجية الدعم الوسيلي تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص والتفاعل بينهما

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسطات المربعات	القيمة الفائية المحسوبة	مستوى الدلالة (٠.٠٥)
الجنس	٠.١٨٦	١	٠.١٨٦	٠.٠١٥	غير دالة
التخصص	١١٥.٤٢١	١	١١٥.٤٢١	٩.٤٥٤	دالة
الجنس × التخصص	٠.٤٦١	١	٠.٤٦١	٠.٠٣٨	غير دالة
الخطأ	٤٨٣٤.٥٨٨	٣٩٦	١٢.٢٠٩	-	-
المجموع	**٢٧٤٣١٢.٠٠٠**	**٣٩٩**	-	-	-

تشير النتائج المعروضة في الجدول أعلاه إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجية الدعم الوسيلي تعود الى متغير الجنس، و عدم وجود فروق دالة إحصائيا تعود إلى تفاعل الجنس مع

التخصص، في حين توجد فروق ذات دلالة احصائية تعود الى متغير التخصص ولصالح الانساني، يرى الباحث ان عدم وجود فروق تعود الى متغير الجنس ومتغير التفاعل بين التخصص والجنس يعود الى ان جميع الطلبة معرضون للظروف والمشكلات نفسها وان الجميع بحاجة الى الدعم والتشجيع من اجل تخطي المشكلات والعقبات وكسب الجرأة والثقة من اجل المواجهة، واستراتيجية طلب الدعم الوسيلي من الاستراتيجيات التي تركز على المشكلة أي ما يستخدمه الفرد من اجراءات سلوكية معرفية لمواجهة الضغوط، وبالنسبة للفروق في التخصص فكما اشار الباحث ان طلبة التخصص الانساني لديهم متسع من الوقت للاستماع لنصائح وارشادات الاخرين لاسيما الاناث اكثر استخداما لهذا الاسلوب والسبب يعود لطبيعة المجتمع الذي يركز على تقديم السند والعون الاجتماعي للمرأة، وتتفق نتائج الدراسة او تتقارب مع دراسة (المظفر، ١٩٩٨).

*** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) لدى افراد العينة وفقا لاستراتيجية تجنب المواجهة وتبعا لمتغير الجنس والتخصص.**

وللتحقق من صحة الفرضية أعلاه فقد تم استخدام تحليل التباين الثنائي (Tow Way Anova Analysis)، فقد بلغت القيمة الفائية المحسوبة لتأثير الجنس (٠.٣٥٠) درجة وبمقارنتها بالقيمة الفائية الجدولية (٣.٨٤) درجة عند مستوى دلالة (٠.٠٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩) يتبين انها غير دالة إحصائيا، كما بلغت القيمة الفائية المحسوبة لتأثير التخصص (١١.٧٠٨) درجة وبمقارنتها بالقيمة الفائية الجدولية (٣.٨٤) درجة عند مستوى دلالة (٠.٠٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩) يتبين انها ذات دلالة إحصائية، كما بلغت القيمة الفائية المحسوبة للتفاعلات بين (الجنس والتخصص) (٢.١٠٦) درجة عند مستوى دلالة (٠.٠٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩) يتبين انها غير دالة إحصائيا، والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

الفروق في استراتيجية تجنب المواجهة تبعا لمتغيرات الجنس والتخصص والتفاعل بينهما باستخدام تحليل التباين الثنائي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسطات المربعات	القيمة الفائية المحسوبة	م الدلالة (٠.٠٥)
الجنس	١.٦٠٦	١	١.٦٠٦	٠.٣٥٠	غير دالة
التخصص	٥٣.٧٧٥	١	٥٣.٧٧٥	١١.٧٠٨	دالة
الجنس × التخصص	٩.٦٧٤	١	٩.٦٧٤	٢.١٠٦	غير دالة
الخطأ	١٨١٨.٨٩٣	٣٩٦	٤.٥٩٣		-
المجموع	**٣٢٥٦١.٠٠٠**	**٣٩٩**	-	-	-

تشير النتائج المعروضة في الجدول أعلاه إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجية تجنب المواجهة تعود الى متغير الجنس، وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائيا تعود إلى تفاعل الجنس مع التخصص، في حين توجد فروق ذات دلالة احصائية تعود الى متغير التخصص ولصالح الانساني، اما فيما يتعلق بعدم وجود فروق ذو دلالة احصائية تعود لمتغير الجنس ومتغير الجنس والتخصص والتفاعل بينهما فيما يخص استراتيجية تجنب المواجهة فأنها تعود الى الطلبة من الذكور والاناث يتعرضون للضغوط والتحديات نفسها ويستخدمون نفس الاستراتيجيات لمواجهة تلك الضغوط، اما في ما يتعلق بوجود فروق ذو دلالة احصائية تتعلق بالتخصص فأن هذه النتيجة تعني ان الطلبة اللذين يعانون من عدم السواء يعجزون عن استخدام اساليب فعالة في مواجهة الضغوط النفسية، ويفتقدون القدرة على التكيف الايجابي والدافعية للتحدي والمقاومة لهذه الضغوط، ويتصفون بالعجز في اختيار بدائل متعددة لحل المشكلات التي تواجههم **(علي، ١٩٩٧: ٢٢١)**، وبالتالي يستخدمون استراتيجيات غير فعالة مثل تجنب المواجهة وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (الامارة، ١٩٩٥).

الهدف الثاني: معرفة الدافع المعرفي لدى طلبة جامعة الانبار وذلك بواسطة اختبار الفرضية الاتية :

*** لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في مستوى الدافع المعرفي لدى طلبة جامعة الانبار.**

وللتحقق من صحة الفرضية أعلاه قام الباحث بتطبيق مقياس الدافع المعرفي على عينة البحث الأساسية والبالغ عددهم (٤٠٠) طالباً وطالبة، وقد أظهرت النتائج أن متوسط درجات الطلبة على المقياس بلغ (١٤٦.٨٢٠) درجة، وبانحراف معياري مقداره (١٢.٩٨٠) درجة، وللتأكد من معنوية الفرق بين المتوسط الحسابي المحسوب من العينة والمتوسط الفرضي والبالغ (١١٠)، استعمل الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة، وكشفت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة والتي بلغت (٥٦.٧٣٣)، هي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١.٩٦)، عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩)، وبذلك تكون الفروق دالة إحصائيا، والجدول (٥) يوضح ذلك

جدول(٥)

الاختبار التائي للفرق بين م الحسابي لدرجات العينة ككل والمتوسط الفرضي على مقياس الدافع المعرفي

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	م. د. (٠.٠٥)
٤٠٠	١٤٦.٨٢٠	١٢.٩٨٠	١١٠	٥٦.٧٣٣	دالـــة

هذا يعني ان طلبة جامعة الانبار يمتلكون درجة مرتفعة من الدافع المعرفي، ويرى الباحث ان هذه النتيجة طبيعية وتتسق مع التغيرات والتحولات الاقتصادية والاجتماعية والمعرفية التي شهدها المجتمع العراقي في السنوات الاخيرة التي وضعت الطلبة امام تطور تكنلوجي يشهده العالم ولابد من مواكبته وامام مثيرات معرفية متعددة ومتنوعة مثل القنوات الفضائية، وانتشار شبكة الانترنيت، تدفع الطلبة وتثير حب الاستطلاع والاستكشاف ومعرفة الجديد عندهم وتساوي فرص الحصول على المعلومة المتنوعة للذكور والاناث كل ذلك ادى الى زيادة في مجالات الدافع المعرفي، وقد تكون لظروف التهجير القسري والخبرات التي تعرض لها الشباب والشابات نتيجة الاحتكاك بالمجتمعات التي هجروا أليها اثر في زيادة خبراتهم المعرفية ولاسيما وان اكثر المجتمعات التي اختلط بها الشباب الجامعي وخاصة اقليم كردستان يوجد فيها الانفتاح الاجتماعي اكثر مما هو موجود في بيئتهم الاولى، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة نوري والمختار (٢٠٠٤)، والبزاز والحمداني (٢٠٠٦)، والشمري (٢٠٠٩).

الهدف الثالث: معرفة دلالة الفروق في الدافع المعرفي تبعا لمتغيري الجنس والتخصص لدى طلبة جامعة الانبار وذلك بواسطة اختبار الفرضية الاتية:

*** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) لدى افراد العينة في الدافع المعرفي تبعا لمتغير الجنس والتخصص.**

وللتحقق من صحة الفرضية أعلاه فقد تم استخدام تحليل التباين الثنائي (Tow Way Anova Analysis)، فقد بلغت القيمة الفائية المحسوبة لتأثير الجنس (١.٢٨٧)، درجة وبمقارنتها بالقيمة الفائية الجدولية (٣.٨٤) درجة عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ودرجة حرية (٣٩٩)، يتبين انها غير دالة إحصائيا، كما بلغت القيمة الفائية المحسوبة لتأثير التخصص (٢٤.٦٦٩)، درجة وبمقارنتها بالقيمة الفائية الجدولية (٣.٨٤)، درجة عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ودرجة حرية (٣٩٩)، يتبين انها ذات دلالة إحصائية، كما بلغت القيمة الفائية المحسوبة للتفاعلات بين (الجنس والتخصص)، (٠.٦٥٦)، درجة عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ودرجة حرية (١.٩٠٨)، يتبين انها غير دالة إحصائيا، والجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)

الفروق في مستوى الدافع المعرفي تبعا لمتغيرات الجنس والتخصص والتفاعل بينهما باستخدام تحليل التباين الثنائي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسطات المربعات	القيمة الفائية المحسوبة	م الدلالة(٠,٠٥)
الجنس	٢٠٣.٩٤٣	١	٢٠٣.٩٤٣	١.٢٨٧	غير دالة
التخصص	٣٩٠٩.٥١٨	١	٣٩٠٩.٥١٨	٢٤.٦٦٩	دالة
الجنس × التخصص	٣٠٢.٣٣٨	١	٣٠٢.٣٣٨	١.٩٠٨	غير دالة
الخطأ	٦٢٧٥٦.٨٥٢	٣٩٦	١٥٨.٤٧٧	-	-
المجموع	**٨٦٨٩٦٧٠.٠٠٠**	**٣٩٩**	-	-	-

تشير النتائج المعروضة في الجدول أعلاه إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدافع المعرفي تعود الى متغير الجنس، وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائيا تعود إلى تفاعل الجنس مع التخصص، في حين توجد فروق ذات دلالة احصائية تعود الى متغير التخصص ولصالح الانساني، ويعزو الباحث هذه النتيجة الى ان الطلاب والطالبات يعيشون في ظروف بيئية واحدة، ويتعرضون للمؤثرات المعرفية بشكل متقارب، وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائيا تعود إلى تفاعل الجنس مع التخصص ويعزى ذلك الى ان جميع التخصصات العلمية والانسانية متاحة للذكور والاناث بدون قيود تذكر، في حين توجد فروق ذات دلالة احصائية تعود الى متغير التخصص ولصالح الانساني ويعزو الباحث ذلك الى ان طلبة الكليات الانسانية لديهم مجال واوقات فراغ اكثر للتخيل والتفكير في اشياء محركة لسلوكهم اكثر من طلبة الكليات العلمية، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة غنيم (١٩٨٩) ونوري والمختار (٢٠٠٤) والبزاز والحمداني (٢٠٠٦).

الهدف الرابع: معرفة العلاقة الارتباطية بين استراتيجيات مواجهة الضغوط والدافع المعرفي لدى طلبة جامعة الانبار وذلك بواسطة اختبار الفرضية الاتية:

*** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والدافع المعرفي لدى افراد العينة.**

للكشف عن العلاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والدافع المعرفي لدى افراد العينة البالغ عددهم (٤٠٠)، وبدرجة حرية (٠.٠٩٨)، استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون، والجدول (٧)، يوضح ذلك

جدول (٧)

العلاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والدافع المعرفي لدى طلبة جامعة الانبار

المتغيرات	الدعم الوسيلي	تجنب المواجهة	الاستراتيجيات ككل	مستوى الدلالة (٠.٠٥)
الدافع المعرفي	٠.٢٣٠	٠.١٨٧	٠.٣٥٤	**دالة**

ونلاحظ من الجدول أعلاه وجود علاقة طردية بين درجات أفراد العينة على مقاييس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية ودرجاتهم على مقاييس الدافع المعرفي، وبلغت قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين (٠.٣٥٤) وهي دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وحسب نتائج الدراسة فان الشباب الجامعي لجامعة الانبار لديهم قدرة على مواجهة مصادر الضغوط المتعددة التي تواجههم في ضوء متغيرات العصر ومستجداته وذلك ببذل اقصى الجهود في زيادة دافعيتهم واستخدم الاستراتيجيات المتنوعة للتغلب على احداث الحياة وتحقيق اهدافهم، ويعزو الباحث ذلك الى المرحلة العمرية لهذه الفئة المفعمة بالتحدي والمثابرة للمضي نحو الامام وتحدي الصعوبات التي تواجهها من كل الجهات وذلك للوصول الى ما تسعى اليه من طموحات وآفاق.

ثانيا: الاستنتاجات:

١- يستخدم طلبة جامعة الانبار استراتيجيات متنوعة في مواجهة الضغوط النفسية.

٢- توصلت الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية تعود لمتغير التخصص.

٣- حسب نتائج الدراسة الحالية فأنه يمتلك الطلبة درجة مرتفعة من الدافع المعرفي.

٤- تؤكد الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية في الدافع المعرفي تعود لمتغير التخصص.

٥- كشفت الدراسة عن وجود علاقة ايجابية بين الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والدرجة الكلية للدافع المعرفي.

ثالثا: التوصيات

١- ان تهتم الجامعات بموضوعات التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي.

٢- ضرورة اجراء دراسات من قبل الجامعات للتعرف على اثر التخصص الاكاديمي:(العلمي والانساني)، على استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية .

٣- ان تعمل الجامعات على توعية الطلبة وتثقيفهم حول الاستراتيجيات الايجابية والسلبية عند مواجهتهم للضغوط

٤- توسيع استعمال الوسائل التعليمية القائمة على المثيرات الحديثة في الاتصالات ونقل المعلومات في الجامعة.

رابعا: المقترحات

١- إجراء دراسات ميدانية لمعرفة استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية التي يستخدمها الطلبة في مراحل تعليمية وعمرية مختلفة، وتخصصات علمية مختلفة.

٢- اعداد برنامج ارشادي لتنمية الاستراتيجيات الايجابية والحد من استخدام الاستراتيجيات السلبية عند الطلبة.

٣- اجراء دراسات مشابهة للدراسات الحالية على عينات ومراحل عمرية مختلفة مثل طلبة المدارس الثانوية.

٤- اجراء دراسات لمعرفة اثر بعض المتغيرات الاجتماعية في الدافع المعرفي مثل اساليب المعاملة الوالدية.

The instrumental support search strategies and avoid coping to psychological stressors and their relationship to the cognitive motivation of Al-Anbar University students.

By
Ayoub Jamal Rijh Al- hayani
Thesis Supervisor
Prof: Sabre Bardan Ali Al-hayani
البريد الالكتروني :
ayoob aladithy @gmail.com

Abstract

the Current research aims to identify the psychological stressors coping strategies and their relationship to the cognitive motivation among Al-Anbar University students through the following hypotheses: 1) no statistically significant differences at a level (0.05) among the sample according to the instrumental support strategy depending on the variable type and specialization, 2) No statistically significant differences at a level (0.05) among the sample in regard of coping avoiding strategy depending on the variable type and specialization, 3) There is no statistically significant difference at a level (0.05) in cognitive motivation level among Al-Anbar University students, 4) No statistically significant differences at a level (0.05) among respondents in the cognitive impulse depending on the variable type and specialization. 5) No statistically significant differences at a level (0.05) between stressors and cognitive motivation among respondents. The results revealed:

1. Variety of strategies were used by Al-Anbar University students to confront the psychological stresses.
2. The study found a statistically significant differences in strategies for confronting the pressure returns to the variable of specialization.
3. Al-Anbar University students shoed a good degree of cognitive motivation.
4. The study confirms a statistically significant differences in cognitive motivation due to the variable of specialization.
5. The study revealed a positive relationship between total grade of coping strategies and cognitive motivation of the study sample.

المصادر والمراجع

١. الزهراني، عبدالله احمد (١٩٩٩)، **الفروق بين مرضى القولون العصابي والقولون العضوي والاصحاء في احداث الحياة الضاغطة،"** دراسة مقارنة "، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة الملك سعود.

٢. عبد العزيز موسى، رشاد علي (١٩٩٨)، **سيكولوجية الفروق بين الجنسين،** دراسات في علم النفس الاجتماعي، مؤسسة مختار للنشر والتوزيع، القاهرة.

٣. الفنيش، احمد علي (١٩٨٨)، **الاسس النفسية للتربية،** الدار العربية للكتاب، طرابلس، ليبيا.

٤. غانم، محمد حسن (٢٠٠٥)، **كيف تواجه الضغوط النفسية،** موقع كتب عربية، ط١، مصر.

٥. داود، نسيمة (١٩٩٥)، **الضغوط التي يعاني منها طلبة الصف السادس حتى العاشر في المدارس الاردنية وعلاقتها بمتغيرات التحصيل الاكاديمي والجنس والصف،** مجلة دراسات: العلوم الانسانية، المجلد الثاني، العدد السادس.

٦. بلقيس، احمد وتوفيق مرعي (١٩٨٣)، **الميسر في علم النفس التربوي،** ط١، دار الفرقان.

٧. سرور، سعيد (٢٠٠٣)، **مهارات مواجهة الضغوط في علاقتها بكل من الذكاء الوجداني ومركز التحكم،** مجلة مستقبل التربية، المجلد التاسع، العدد٢٩، ص ٩- ٤٥.

٨. عبيد، ماجدة بهاء الدين السيد (٢٠٠٨)، **الضغط النفسي ومشكلاته واثره على الصحة النفسية،** دار صفاء للنشر والتوزيع، ط١، عمان، الاردن.

٩. عودة, احمد سليمان (١٩٩٨) , **القياس في العملية التدريسية** , دار الامل للنشر و التوزيع، ط١، الاردن.

١٠. السلطان، ابتسام محمود محمد (٢٠٠٨)، **المساندة الاجتماعية واحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعة،** كلية التربية، ابن الهيثم، جامعة بغداد.

١١. علي، أنور جميل (٢٠٠٩)، **الضغوط النفسية وعلاقتها بإنتاجية العامل،** دراسة ميدانية لدى عمال الانتاج في الشركة الطبية العربية نامكو في مدينة دمشق، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة دمشق.

١٢. العتوم، عدنان يوسف وآخرون (٢٠١١)، **علم النفس النظرية والتطبيق،** دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط٣، عمان، الاردن.

١٣. المعايطة، خليل (٢٠٠٠)، **علم النفس التربوي،** عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

١٤. الفرماوي, حمدي احمد (١٩٨٠), **الدافع المعرفي و علاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية العامة**, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية, جامعة عين شمس، القاهرة.

١٥. الكناني، ممدوح عبد المنعم، والكندري، احمد محمد مبارك (١٩٩٥)، **سيكولوجية التعلم وانماط التعلم،** ط٢، مكتبة الفلاح، الكويت.

١٦. قطامي, يوسف وماجد ابو جابر, ونايفه قطامي (٢٠٠٠), **تصميم التدريس**, دار الفكر للطباعة والنشر, عمان - الاردن.

١٧. ملحم، سامي محمد (٢٠٠١), **سيكولوجية التعلم و التعليم**, عمان, دار الميسرة للنشر و التوزيع.

١٨. المظفر، نضال عيسى عبد (١٩٩٨)، **بعض سمات الشخصية لدى المرشدين التربويين وعلاقتها بالتعامل مع الضغوط النفسية،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة البصرة، كلية التربية.

١٩. الشمري, هشام جاسم محمد (٢٠٠٩), **الدافع المعرفي وعلاقته باستراتيجيات التعلم والاستذكار لدى طلبة المرحلة الاعدادية**, (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة بغداد, كلية التربية, ابن الهيثم.

٢٠. ملحم، سامي محمد (٢٠١٠)، **مناهج البحث في التربية وعلم النفس**، عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع.

٢١. ابراهيم، مروان عبد المجيد (٢٠٠٠)، **اسس البحث العلمي لإعداد الرسالة الجامعية**، عمان، مؤسسة الوارق.

٢٢. النبهان، موسى (٢٠٠٠)، **اساسيات القياس في العلوم السلوكية**، دار الشروق للنشر، ط١، بيروت- لبنان.

٢٣. علام, صلاح الدين محمود (٢٠٠٠), **القياس والتقويم التربوي والنفسي اساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة** , ط١, دار الفكر العربي, القاهرة.

٢٤. كراجه, عبد القادر(١٩٩٧), **سيكولوجية التعلم** , جامعة ال البيت، عمان، الاردن.

٢٥. الكبيسي, وهيب مجيد, والداهري, صالح حسن احمد (٢٠٠١)، **المدخل في علم النفس التربوي**, ط١, دار الكندي للنشر والتوزيع, اربد- الاردن.

٢٦. الغريب، رمزية (١٩٨١)، **القياس النفسي**، دار النهضة المصرية ، ط١، القاهرة.

٢٧. النمر، عصام (٢٠٠٨)، **القياس والتقويم في التربية الخاصة**، دار اليازوري العلمية، للنشر والتوزيع، عمان_ الاردن.

٢٨. احمد، نجاح احمد (٢٠٠٠)، **العوامل المؤثرة على تنمية الدافعية لدى الطلبة في المدارس الاساسية في منطقة عمان الكبرى**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الاردنية، عمان، الاردن.

٢٩. الزاملي، علي عبد جاسم (٢٠٠٩)، **مفاهيم وتطبيقات في القياس والتقويم التربوي**، الكويت، دار الفلاح.

1. Bruch – Schweitzer M. (2002); psychologie de la santé.Modeles, concepts et methods.paris;Dunod.
2. Nokes, E.(1998): coping with crises London Royal collage of psychiatrists.
3. Taylor, S.E. (1999): Health psychology Boston: Mc Graw – Hill.
4. Bootzin, R. et. al. (1991), psychology; an introduction, 7^{th}, ed. Mc Graw -Hill, Inc.
5. Madleine Estryn- Behar. (1997); strees et souffrance des soignants a I'hopitale estem France.
6. Gaber Mohamamed Abdallah, Esther Greenglass,(2008):"the proactive coping inventory " department of psychology, york University, Canda.
7. Anastasi, Ann.(1976),Psychological testing, New York, Macmillan company, 8^{Th} - ed.
8. Cronbach, L, J. (1951): Coefficient, Alpha and the Internal, structure, of test, psychomerric Vol (16),No(4).
9. Ebel, Robert .I, (1972): Essentiol of Education measurement, New Jersey Englewood cliffs prenice hall.
10. Allen, M.J & Yen. W. M.(1979),Introduction to Measurement Theory. California. Book Cole.