

## مستوى الطموح وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال

أ.د. ألفت ياسين خضر / كلية التربية للبنات / قسم رياض الاطفال

### الفصل الأول

#### التعريف بالبحث

#### مشكلة البحث

يشكل الطموح الذي يسعى كل إنسان الى تحقيقه بمثابة هدف من أهداف الحياة , ويشكل أيضا الجانب الذي يدفع الإنسان الى التحرك باتجاه أداء عمل ما او واجب ما للوصول الى ما يطمح إليه , وهنا قد يواجه الإنسان ضغوطا نفسية قد تكون الحاجة الى معلومات لا يستطيع الحصول عليها بسهولة او الفشل في امتحان او إحباط... الخ من الضغوط التي لا بد من إيجاد أساليب لمواجهتها وتذليلها لتحقيق الطموح.

ومن خلال تعامل الباحثة لسنوات طويلة مع طالبات قسم رياض الأطفال , لاحظت أن طموحات الطالبات ليس بالمستوى المطلوب وهن يتكلمن عن الحظ أكثر من رفع مستوى الطموح الذي يجب أن يتماشى مع متطلبات الحياة , مثلا عن سؤال الطالبات هل يرغبن بإكمال الدراسات العليا نجد أن بعض الطالبات يعبرن عن استحالة هذا الأمر مع أن الأمر طبيعي جدا لشابات في أعمارهن , كذلك وجدت الباحثة أن الطالبات يبررن ذلك بعجزهن عن مواجهة الضغوط النفسية التي يواجهنها.

إن هذا الأمر صعب لدى طالبات يتم إعدادهن لمهنة مهمة جدا وهي مدرسة أطفال روضة لان هذه المهنة تتطلب بشكل خاص من المعلمة أن يكون مستوى طموحها عال كي تغير من طريقتها في التعامل مع الأطفال والإبداع في أداء الخبرة أي أن عمل مدرسة الروضة عمل غير روتيني لأنه متجدد وان معاناة المدرّسة من ضغوط نفسية قد يؤثر على تعاملها مع الأطفال, وهذا أساس مشكلة البحث.

وتتلخص مشكلة البحث في السؤال؟

هل هناك علاقة بين مستوى طموح طالبة رياض الأطفال والأساليب التي تواجه بها الضغوط النفسية؟

#### أهمية البحث

إن لمستوى الطموح دورا مهما في حياة الفرد والمجتمع , وان له بالغ الأثر فيما يصدر عن الإنسان من نشاط, وان تقدم الأمم والشعوب يرجع الى مستوى الطموح لدى الأفراد الذين يبدعون في عملهم(عبد الفتاح , ١٩٩٠ : ص ٤).

إن مصطلح الضغوط من المصطلحات التي تعبر عن حالة من التأثير القوي الذي يؤثر على الإنسان نتيجة عوامل خارجية مثل كثرة المعلومات التي تؤدي الى إجهاد انفعالي, وهذا الضغط قد يؤدي الى تغير في العمليات العقلية والانفعالية وأحيانا سلوك لفظي وحركي( ياروشفسكي, ١٩٩٦ : ص ٢٠٣).

لان تحقيق الأحلام وإدراك السعادة الشخصية والمحافظة على الصحة تتأصل بشكل أساسي في القدرة على إيجاد أساليب لمواجهة الضغوط (عثمان, ٢٠٠١ : ص ١٦٥).

إن الكثير من الأمور لا تسير كما نخطط لها أو نريدها أن تكون في الواقع وأحيانا نفقد التوازن بسبب الاحباطات التي نواجهها في سعينا لتحقيق هدف ما نطمح إليه(عثمان, ٢٠٠١: ١٦٦).

إن الهدف الأساسي من محاولة إيجاد أساليب لمواجهة الضغوط النفسية هو تنظيم الانفعالات واكتساب الخبرة الحياتية اللازمة إذ تتنوع الضغوط التي يتعرض إليها الفرد بين ضغوط العمل مثل(تأخير الترقية أو التحويل للتحقيق, أو إدخال تقنيات جديدة لا يتقنها العامل) وضغوط مالية مثل (ارتفاع تكاليف المعيشة والنقص في الدخل..الخ) وضغوط مخالفة القوانين سواء كانت اجتماعية أو قوانين عامة وما يترتب عليها من عواقب, كذلك ضغوط الحروب وما تسببه من تغيرات في البناء النفسي والأسري والاجتماعي (غانم , بلا: ص ٥٥).

وتتلخص أهمية البحث في:

- ١- دراسة متغيرين مهمين في شخصية الطالبة/المعلمة في تخصص رياض الأطفال.
- ٢- يعد مستوى الطموح من المواضيع المهم دراستها لما لها من تأثير في تخطيط أهداف الحياة والسعي لتحقيقها.
- ٣- إن تعرف أساليب مواجهة ضغوط الحياة مهم لتعرف طريقة تعامل الطالبات مع هذه الضغوط.
- ٤- يسعى البحث لتعرف مستوى الطموح والأسلوب المتبع في مواجهة ضغوط الحياة.

**أهداف البحث:** يستهدف البحث تعرف:

- ١- مستوى الطموح لدى طالبات قسم رياض الاطفال.
- ٢- الفروق بين طالبات القسم في مستوى الطموح تبعاً للمراحل الأربعة.
- ٣- أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طالبات القسم تبعاً للمرحلة الدراسية.
- ٤- العلاقة بين مستوى الطموح وأساليب مواجهة الضغوط لدى طالبات القسم.

**حدود البحث:** يتحدد البحث بطالبات قسم رياض الأطفال في كلية التربية للبنات, جامعة بغداد للعام الدراسي

٢٠١٦-٢٠١٧

**تحديد المصطلحات:** المصطلحات التي تحتاج الى تعريف في هذا البحث هي:

\* مستوى الطموح:

- راجح (١٩٦٨): المستوى الذي يرغب الفرد في بلوغه أو يشعر انه قادر على بلوغه, وهو يسعى لتحقيق أهدافه في الحياة وانجاز أعماله اليومية ( راجح, ١٩٦٨: ص ١٠٣).

- عبد الفتاح (١٩٩٠): إطار مرجعي يؤثر على سلوك الفرد في بعض المواقف وفي تحقيق بعض الأهداف دون غيرها(عبد الفتاح, ١٩٩٠: ص ٩).

- علي ٢٠١٠: هو أن يتطلع الفرد الى تحقيق هدف ما أو انجاز معين ( علي ٢٠٠١: ص ٥٤)

\* أساليب مواجهة ضغوط الحياة:

-دسوقي(٢٠٠٦): الفعل الذي يساعد الفرد على التوافق مع الظروف الحياتية, وهي السلوكيات الايجابية لتفاعل الفرد مع البيئة من اجل تحقيق هدف ما(عبد المعطي, ٢٠٠٦: ص ٢١).

## الفصل الثاني

### الأطر النظرية والدراسات السابقة

أولاً: مستوى الطموح.

يختلف الناس بعضهم ن بعض اختلافا كبيرا من حيث مستويات طموحهم, وان الفرد يشعر بالنجاح أن بلغ مستوى طموحه, أما أن قصر عنه فإنه يشعر بالفشل والإحباط, فكأن مستوى الطموح معيار يحكم به على نجاحه او فشله فيما يقوم به من أعمال وفيما يستهدف تحقيقه من أهداف, ولمستوى الطموح علاقة بفكرة الفرد عن نفسه وبمكانته الاجتماعية ورغبته في الحصول على احترام الآخرين التي يعيش فيها, لذا يزداد تقديره لنفسه حين يصل الى تحقيق طموحاته , فأن اخفق في ذلك هبط تقديره لنفسه( راجح, ١٩٦٨: ص١٠٣).

ويرى عوض (١٩٩٩) انه لا يمكن تصور متعلم دون مستوى لائق من الطموح, وذلك لان طموحه يلعب دورا في الدفع به نحو تحقيق المزيد من التحصيل والتفوق والامتياز والتفرد (عوض, ١٩٩٩: ص١١٥).

وهذا ما أثبتته كثير من الدراسات العربية والأجنبية إذ أشارت الى وجود علاقة موجبة بين التحصيل ومستوى الطموح. يعد مستوى الطموح احد العوامل الأساسية التي تؤثر على المستوى الدراسي إذ أن التفوق الدراسي يرتبط بمستوى الطموح لدى المتعلم, وذلك لان مستوى الطموح يدفع بالمتعلم الى النجاح وتحقيق التفوق ( عبد اللطيف, ١٩٩٩: ص١١٦).

وجهاً نظر في مستوى الطموح:

- وجهة نظر ليفين: يرى ليفين أن مستوى الطموح يظهر عند الأطفال في مرحلة مبكرة من العمر, فهو يظهر في رغبة الطفل تخطي الصعوبات مثل محاولته أن يقف على قدميه او أن يمشي وفي محاولته الجلوس على الكرسي, وقد أطلق فيلز (Fales) على هذه الحالة (الطموح المبدئي), ومع تقدم الطفل بالعمر تنمو وتتطور أيضا عوامل تشجع على نمو مستوى الطموح واستمراريته (عبد الفتاح, ١٩٩٠: ص١٥).

أما ادلر (Adler) فهو يرى أن الدوافع الاجتماعية تحرك الإنسان وتحفز سلوكه وتحدد أهدافه وهو يحاول أن يحققها من خلال قدرته وتخطيطه لأعماله وتوجيهاته لها, وهو يطرح مفهوم الذات الخلاقة وهي ذات طموحه تدفع الإنسان الى البناء والابتكار وتوظيف المعطيات لتصنع منها شيئا يطمح إليه الفرد.

وبشير استنبرج (٢٠٠١) الى أن طموح الفرد غالبا يكون موجها نحو تحقيق ثلاثة أهداف هي التكيف مع البيئة وتشكيل البيئة واختيار بيئة مناسبة, ذلك أن الفرد الطموح يوجه إمكانياته وطاقاته وخبراته في سبيل تحقيق التوافق مع البيئة التي يعيش فيها وان الفشل في ذلك قد يدفع الفرد الى تشكيل البيئة بما ينسجم مع ميوله واستعداداته واتجاهاته (حمزة, ٢٠٠٤: ص٦٦-٦٧).

## دراسات سابقة بشأن مستوى الطموح

-دراسة المشيخي (٢٠٠٩) :هدفت الدراسة تعرف قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف.

عينة الدراسة: تم إجراء الدراسة على عينة مكونة من ( ٧٢٠ ) طالباً من طلاب كلية الآداب بجامعة الطائف، أما أدوات الدراسة فهي مقياس قلق المستقبل، مقياس فاعلية الذات إعداد عادل العدل ومقياس مستوى الطموح إعداد معوض وعبد العظيم. وتوصلت الدراسة الى انه توجد علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب في قلق المستقبل ودرجاتهم في مستوى الطموح توجد علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب في فاعلية الذات ودرجاتهم في مستوى الطموح. وانه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية العلوم وطلاب كلية الآداب على مقياس مستوى الطموح تبعاً للتخصص والسنة الدراسية وذلك لصالح طلاب كلية العلوم، كما انه يمكن التنبؤ بقلق المستقبل في ضوء فاعلية الذات ومستوى الطموح (المشيخي، ٢٠٠٩: ص أ).

- دراسة الأسود (٢٠٠٩): تهدف الدراسة إلى التعرف على دور الجامعة في تنمية الطموح الدراسي لدى طلابها نحو التفوق ، وكذلك التعرف على الفروق الجوهرية التي تعزى لمتغير الجامعة ، والجنس ، والمستوى الدراسي ، والتخصص الأكاديمي ، وتكونت عينة الدراسة من ( ٢٧٢ ) طالباً وطالبة من جامعة الأزهر وجامعة القدس المفتوحة بغزة، واستخدم الباحث استبانة دور الجامعة في تنمية الطموح الدراسي لدى طلابها نحو التفوق : إعداد الباحث، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن درجة دور الجامعة في تنمية الطموح الدراسي لدى طلابها نحو التفوق حظي بوزن نسبي قدره ( ٦٧.٠٧٨% )، في حين أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائية لدور الجامعة في تنمية الطموح الدراسي لدى طلابها نحو التفوق تعزى لمتغير : الجامعة، لصالح جامعة الأزهر، وكذلك وجد فروق دالة إحصائية في التوافق الدراسي لدى الجنسين، لصالح الإناث.(الاسود، ٢٠٠٩، ص٩٥)

## ثانياً: أساليب مواجهة الضغوط النفسية

إن الإنسان معرض للخطر والضغط في كل مكان وزمان فالكوارث والحوادث والأزمات والاحباطات والفشل...الخ كلها عوائق تسبب العديد من الآلام النفسية والجسمية مع تفاوت في ردود أفعال الأفراد (غانم، بلا: ص٢٨).

تعد الضغوط النفسية من الظواهر الحياتية، موجودة في كل مجالات الحياة، فالفرد قد يواجه ضغوطاً في المدرسة أو العمل أو في الأسرة أو بين الأصدقاء وفي جوانب الحياة وعلى جميع المستويات المختلفة الاقتصادية والاجتماعية والثقافية والتربوية حتى أصبح يطلق على هذا العصر عصر الضغوط، ومن المؤكد أن الفرد لا يستطيع أن يعيش دون ضغوط، فالحياة سلسلة من الضغوط والتوترات وخلو الحياة منها يعني الموت، وإذا كان لا بد من معايشة الفرد للضغوط والتوترات فلا بد أن تكون بقدر ومستوى معين إذ أن مستوى معين من الضغوط مطلوب وضروري ليظل الفرد في حالة من النشاط والتفكير فكل فرد منا يستطيع أن يحقق مستوى جيد من التكيف والتوافق الشخصي والاجتماعي والدراسي والمهني في ظل مستويات عادية من الضغوط، لكن ازدياد الضغوط قد يعوق قدرة الفرد على التوافق مع الحياة (حسين وسلامة، ٢٠٠٦: ص٩).

يرى هانز سيلبي أن الضغط متغير غير مستقل فسيولوجيا، وهو استجابة لعامل ضاغط يميز الشخص ويضعه على أساس استجابة البيئة الضاغطة، وان هناك أنماطا معينة من الاستجابات يمكن التعرف او الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير او ضغط بيئي مزعج، إن أساليب مواجهة الضغوط هدفها أن يحافظ الفرد على الشخصية والحياة، وان مراحل للدفاع ضد الضغط، وهي مراحل تمثل التكيف العام:

١- الفزع: ويتضمن تغيرات جسمية واستجابات بدنية تتميز تبعا لدرجة الضغط.  
٢- المقاومة: عندما يتعرض الفرد لضغط متلازم مع التكيف فان التغيرات الجسمية السلبية تقل وتظهر تغيرات تدل على التكيف.

٣- الإجهاد: حالة تأتي بعد المقاومة وفيها يكون الجسم قد تعود على التكيف ، مع أن الطاقة الضرورية قد استنفدت، وإذا كانت الاستجابة الدفاعية شديدة وطويلة الأمد فقد ينتج عنها أمراض التكيف (عثمان، ٢٠٠١: ص٩٨).

وقد أكد نوكس في نظريته لمواجهة الضغوط الحياة على العوامل الشخصية للإفراد والتي من خلالها يمكن تحديد أو اختيار الأسلوب أو الإستراتيجية المناسبة للتكيف مع المواقف الضاغطة بحسب شخصياتهم ومقدار الدعم النفسي أو الاجتماعي الذي يتوتر لديهم، إن إحداث الحياة الضاغطة جدا يمكن إن تجعل أساليب التكيف حيالها امراً صعبا وتجعل من الصعب التركيز على العمل وحل المشكلات والتعامل مع الإحباط.

وترى هذه النظرية إن الخطوات التي تساعد الفرد على التعامل مع المواقف الضاغطة:

١- تحديد الحدث.

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

٣- تخيل العمل بعدة أساليب للسيطرة على الحدث.

٤- التفكير بالأساليب التي يستخدمها الأفراد لذلك الحدث.

٥- مناقشة الأساليب المحتملة مع شخص آخر.

٦- البحث عن أفضل الأساليب الممكنة لمواجهة ذلك الحدث.

**يمر تعلم الفرد باستخدام أفضل أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة بثلاث مراحل هي:**

١- تشخيص الحدث الضاغط ويتمثل في قيام الفرد بتذكر المشاعر المؤلمة وغير السارة عن الحدث الضاغط.

٢- تصنيف الحدث الضاغط أي كونه قابلا أو غير قابل للسيطرة استنادا إلى إدراك الفرد لقدرته على معالجة الموقف أو الحدث الضاغط وبحسب أهمية الحدث بالنسبة له.

٣- مواجهة التصنيف وإدراك عندما يدرك الفرد إن الحدث قليل الأهمية فان الشعور بالضغط الحاد يضعف لديه ويصبح الحدث اقل سلبية وهنا تكمن أهمية تغيير الصورة التي يدرك بها ذلك الحدث. (كاظم، ٢٠١٢: ١٦٩ -

١٧٠).

أما كوبر فانه يرى أن بيئة الفرد تعتبر مصدرا للضغط مما يؤدي الى وجود تهديد لحاجة من حاجات الفرد او يشكل خطرا يهدد الفرد وأهدافه في الحياة فيشعر بحالة الضغط, ويحاول استخدام بعض الاستراتيجيات للتوافق مع الموقف, وإذا لم ينجح في التغلب على المشكلات واستمرت الضغوط لفترات طويلة, فإنها تؤدي الى الإصابة ببعض الأمراض مثل أمراض القلب والأمراض العقلية والمعاناة النفسية مثل انخفاض تقدير الذات (عثمان, ٢٠٠١: ص ١٠٣).

ويعتبر أصحاب نظرية التحكم إطارا نظريا يمكن توظيف عن التعامل مع الضغط ومعالجته ولاسيما عند التركيز على الأسباب والعوامل ومن الأمور البديهية في هذه النظرية هي فعاليات التغذية الراجعة التي يحصل عليها الفرد داخل المنظمة ولاسيما التغذية الراجعة السلبية والتي تجعل الفرد يدرك الفرق بين مستوى العمل على الطبيعة و المستوى الذي يجب أن يكون عليه كنظرة معيارية أو مثالية مما توازنا داخلها لدى الفرد, كما يمكن للفرد مواجهة المواقف الضاغطة من خلال عمليتين الأولى عملية التكيف مع الوضع الضاغط, وهي عبارة عن عمليات وإجراءات روتينية يعمد الفرد الى مزاولتها وعادة ما تكون أسلوبا ثابتا يزاوله الفرد, أما العملية الثانية فهي عملية المواجهة وهي عبارة عن إجراءات يتخذها الفرد من اجل حل المشكلة التي تواجهه ومن ثم العودة الى الوضع الانفعالي الطبيعي وقد تكون هذه العملية أجدى من الأولى لأنها تنتهي بحل للمشكلة (الطريي, ٢٠٠٧, ص ٩٧-١٠٢).

#### دراسات سابقة بشأن أساليب مواجهة الضغوط النفسية

-دراسة زاهاني (٢٠١٣)

هدفت الدراسة لمعرفة طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط لدى معلمات الطور المتوسط وللتحقق أهداف الدراسة , طبقت الباحثة مقاييس الدراسة على ( ١٠٠ ) من المعلمات , وتوصلت الى نتائج منها توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط لدى معلمات الطور المتوسط و توجد علاقة ارتباطية بين أبعاد الصلابة النفسية و أساليب مواجهة الضغوط (زاهاني, ٢٠١٣: ص أ).

-دراسة مظلوم (٢٠٠٨)

هدفت الدراسة الى تعرف مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته بحوادث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة, طبق الباحث مقياسي مستوى الطموح ومقياس حوادث الحياة الضاغطة على عينة من (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية في جامعة بغداد, وقد توصل الباحث الى أن هناك علاقة عكسية بين مستوى الطموح وحوادث الحياة الضاغطة لدى طلبة الكلية (مظلوم, ٢٠٠٨: ص ٢٠١).

## الفصل الثالث

## إجراءات البحث

- مجتمع البحث: شمل مجتمع البحث طالبات قسم رياض الأطفال للمراحل الأربعة للعام الدراسي (٢٠١٦-٢٠١٧) وكما مبين في الجدول (١)

## جدول (١)

توزيع أفراد مجتمع البحث على المراحل الأربعة

عدد الطالبات	الصف
٧٨	الأول
٦٥	الثاني
٦٣	الثالث
١٠٢	الرابع
٣٠٨	المجموع

- عينة البحث: اختيرت عينة مكونة من (٢٠٠) طالبة من طالبات القسم بالطريقة الطبقيّة العشوائية (الأسلوب المتناسب) وكما مبين في الجدول (٢)

## جدول (٢)

توزيع عينة البحث تبعاً للمراحل الأربعة

عدد الطالبات	الصف
٥١	الأول
٤٢	الثاني
٤٠	الثالث
٦٧	الرابع
٢٠٠	المجموع

- أدوات البحث: لم تحصل الباحثة على مقياس لمستوى الطموح ولذلك قامت الباحثة ببناء أداة للبحث وفقاً لما يأتي:  
أولاً:- مقياس مستوى الطموح

- جمع الفقرات: بعد الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة جمعت الباحثة فقرات المقياس، إذ اشتمل على (١٥) فقرة ملحق (١)

- الصدق : عرضت الباحثة المقياس بصورته الأولى على مجموعة من الأستاذات من ذوات الخبرة في مجال رياض الأطفال والقياس والتقويم وعلم النفس التربوي, وبعد جمع آراء الخبراء أخذت الباحثة بجميع التعديلات التي قدمها الخبراء.

-التحليل الإحصائي:

- تمييز الفقرات: طبقت الباحثة المقياس بصورته الأولى على (٢٠٠) طالبة لغرض حساب تمييز الفقرات , تم ترتيب الدرجات من أعلى الى أدنى ثم حسبت المجموعة العليا والدنيا وبلغت (٥٤) طالبة لكل مجموعة, وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تم التوصل الى النتائج الموضحة في الجدول (٣)

جدول (٣)

القوة التمييزية لفقرات مقياس مستوى الطموح

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرة
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
٣, ١٥٢	٠, ٥٦٩	٢, ٥٧٤	٠, ٣٩٠	٢, ٨٧٠	١
٤, ٦٩٣	٠, ٦٧	١, ٧٧	٠, ٨٣٥	٢, ٠٠٦	٢
٥, ٦١٠	٠, ٧٨	١, ٨٨	٠, ٨٦٨	٢, ٢٦٦	٣
١٢, ٦٥	٠, ٦٧	١, ٦٤	٠, ٤٢	٢, ٧٦	٤
٨, ٧٢٥	٠, ٦٩	١, ٧٧	٠, ٩١٩	٢, ٣٦٦	٥
٦, ٩٣٩	٠, ٧١	١, ٨١	٠, ٨٥٠	٢, ٢٦٦	٦
٩, ٥٧٥	٠, ٧٣	١, ٨١	٠, ٨٠٣	٢, ٣٢٢	٧
٩, ٩١١	٠, ٦٩	١, ٨٤	٠, ٩٦٥	٢, ٥٣٣	٨
٦, ٩٣٩	٠, ٧١	١, ٨١	٠, ٨٥٠	٢, ٢٦٦	٩
٤, ٦٥٥	٠, ٦٩٣	٢, ٤٨١	٠, ٢٣١	٢, ٩٤٤	١٠
٧, ٣٦٠	٠, ٧٥٩	٢, ٠٩٢	٠, ٢٩٢	٢, ٩٠٧	١١
٣, ١٥٢	٠, ٥٦٩	٢, ٥٧٤	٠, ٣٩٠	٢, ٨٧٠	١٢
٣, ٢٥٦	٠, ٣٧٦	٢, ٧٢٧	٠, ٠٠٠	٣, ٠٠٠	١٣
٤, ٢٨٤	٠, ٧٦٨	٢, ٥٢٥	٠, ٠٠٠	٣, ٠٠٠	١٤
٨, ٠٥	٠, ٦٩	٢, ٢٠	٠, ٣٣	٢, ٩٠	١٥

- علاقة الدرجة بالدرجة الكلية: يقصد به تحليل درجات المقياس استنادا إلى البناء النفسي للخاصية المراد قياسها أو في ضوء مفهوم نفسي معين (stanl&hopins, 1972, p:11)، طبق المقياس على (٢٠٠) طالبة من طالبات قسم رياض الأطفال، وبعد جمع الاستمارات وتصحيحها وتطبيق معادلة (بيرسون) لإيجاد العلاقة بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، اتضحت النتائج المبينة في جدول (٤).



جدول (٤) معامل ارتباط\* درجة الفقرة بالدرجة الكلية

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٧٢	٦	٠,٩٠	١١	٠,٦٩
٢	٠,٨١	٧	٠,٧٥	١٢	٠,٧٦
٣	٠,٧٩	٨	٠,٩٤	١٣	٠,٧٣
٤	٠,٨٩	٩	٠,٧٣	١٤	٠,٧٠
٥	٠,٦٥	١٠	٠,٧٨	١٥	٠,٦٣

\* قيمة معامل بيرسون الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) تساوي (٠,١٣٩)

-الثبات: تم حساب الثبات لمقياس مستوى الطموح بطريقتي ( إعادة الاختبار، ومعادلة ( ألفا كرونباك ) وعلى النحو الآتي:

أ-طريقة إعادة الاختبار: بعد تطبيق المقياس على عينة من (٤٠) طالبة، وزع المقياس بعد (١٤) يوما لحساب ثبات المقياس إذ بلغ (٠,٨٢).

ب-معادلة الفا كرونباك: بعد تطبيق المقياس تم حساب معادلة ألفا كرونباك على درجات المقياس وبلغ ( ٠,٧٩ ).  
الصيغة النهائية للمقياس: تكون المقياس بصورته النهائية من (١٥) فقرة، وبدائل ثلاثة هي ( موافقة، مترددة، لا أوافق) بدرجات (١,٢,٣) وقد بلغت أعلى درجة للمقياس (٩٠) وأقل درجة (١٥) بوسط فرضي (٣٠) , ملحق (١)  
-مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية: تبنت الباحثة مقياس أساليب مواجهة الضغوط الذي أعدته الباحثة مع سهيم عام(٢٠١٥) وهو يتضمن (٩) أساليب، وقد بني المقياس لمعلمات الرياض , ومن أجل اعتماد الأساليب السائدة لدى طالبات القسم وجهت الباحثة سؤالاً مفتوحاً ل (٤٠) طالبة من طالبات القسم تضمن السؤال: (إذا واجهتك مشكلة ما الأسلوب الذي تواجهين به المشكلة؟) وبعد جمع الإجابات وجد أن الأساليب المعتمدة لدى الطالبات هي (المواجهة(٨) فقرات، اللجوء الى الدين (٩) فقرات، الانسحاب (٧) فقرات، طلب المساعدة (٧) فقرات، وبدائل ثلاثة هي تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ أحياناً، لا تنطبق عليّ أبداً) وبدرجات (١,٢,٣).

وقد تبنت الباحثة هذه الأساليب وكيفت الفقرات لمتلائم طالبة القسم، ويتمتع المقياس بصدق وثبات جيدين ملحق (٢).  
- التطبيق النهائي: طبقت الباحثة مقياسي مستوى الطموح وأساليب المواجهة سوياً على عينة البحث المكونة من (٢٠٠) طالبة بصورة فردية وجمعية .

- الوسائل الإحصائية

- الوسط والانحراف المعياري
- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين
- معامل ارتباط بيرسون
- معامل الفا كرونباخ
- تحليل التباين

## الفصل الرابع

## نتائج البحث ومناقشتها

يستعرض هذا الفصل نتائج البحث ومناقشتها تبعاً لأهداف البحث

١- مستوى الطموح لدى طالبات قسم رياض الأطفال.

رتبت الباحثة درجات الطالبات من أعلى درجة إلى أدناها، وبعد ذلك اعتمدت الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات العينة البالغ عددها (٢٠٠) طالبة من طالبات قسم رياض الأطفال والجدول (٥) يوضح ذلك .

## جدول (٥)

وصف العينة الإحصائي من حيث الحجم والوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى الطموح

وصف العينة الإحصائي	حجم العينة	الحد الأدنى للدرجات	الحد الأعلى للدرجات	المدى	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
	٢٠٠	١٥	٤٥	٣٠	٣٠.٧٠	٥.٩٦

عند جمع الوسط الحسابي والانحراف المعياري للعينة، وكانت قيمة الجمع تساوي (٣٦.٦٦)، أي أن (٢٤) طالبة من العينة قد حصلوا على درجات مساوية إلى هذه القيمة أو أعلى منها أي ما نسبته (١٢%)، وهذا يعني أنهم يتمتعون بمستوى طموح عالي، وعند طرح قيمة الانحراف المعياري من الوسط الحسابي تبين إنها تساوي (٢٤.٧٤)، وبالرجوع إلى الدرجات نجد إن (٤١) طالبة من طالبات قسم رياض الأطفال حصلوا على درجة مساوية أو دونها أي ما نسبته (٢٠%)، وهن يمثلن الطالبات اللواتي لديهن مستوى طموح منخفض. وهذا يعني وجود طالبات في القسم يعانين انخفاض في مستوى الطموح وقد يعود ذلك إلى ضعف رغبتهم بالدراسة في القسم وربما هو قلق المستقبل، أما الطالبات اللواتي كانت درجاتهن محصورة بين (٣٦,٦٦ - ٢٤,٧٤) فبلغ عددهم (١٣٥) وهؤلاء يتمتعون بمستوى طموح بدرجة متوسطة.

٢- الفروق بين درجات طالبات قسم رياض الأطفال تبعاً للمراحل الأربعة في مستوى الطموح.

باستعمال تحليل التباين نجد أن القيمة الفائية المحسوبة (٣.١٢) أقل من القيمة الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) وهذا

يعني وجود فروق بين طالبات القسم في الصفوف الأربعة في مستوى الطموح، وكما مبين في الجدول (٦)

## جدول (٦)

القيمة الفائية المحسوبة لدلالة الفروق في متغير مستوى الطموح على وفق المرحلة الدراسية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية المحسوبة	القيمة الفائية الجدولية
بين المجموعات	٢١٦.٠٣	٣	٧٢.٠١	٣.١٢	٢.٦٠
ضمن المجموعات	٤٢٧٢.٦٣٥	١٩٦	٢٣.٤١١		
المجموع	٤٤٨٨.٦٦٥	١٩٩			

ومن اجل تعرف الفروق بين الطالبات تبعاً للمراحل نستعمل اختبار شيفيه لتوضح الفروق المبينة في الجدول ( ٧ )

### جدول (٧)

الفروق بين طالبات المراحل الاربعة في مستوى الطموح المراحل

الصف	الوسط الحسابي	الفروق	قيمة شيفيه	الدالة
الأول X ثاني	١٧.٨١-١٩.١١	١.٣	٢.٤٧٦	غير دالة
الأول X الثالث	١٧.٨١-١٦.٢١	١.٦	٢.٨٩٤	غير دالة
الأول X الرابع	١٧.٨١-١٥.٣٥	٢.٤٦	٢.٨٥	غير دالة
الثاني X الثالث	١٩.١١-١٦.٢١	٢.٩	٢.٧١	دالة لصالح الصف الثاني
الثاني X الرابع	١٩.١١-١٥.٣٥	٣.٧٦	٢.٦٦	دال لصالح الصف الثاني
الثالث X الرابع	١٦.٢١-١٥.٣٥	٠.٨٦	٣.٠٦٠	غير دالة

يتضح من الجدول (٧) لحساب الفروق تبعاً لشيفيه ان الفروق توجد بين طالبات المرحلة الثانية وطالبات الصف الثالث والرابع. وربما يعود ذلك الى حالة من التكيف مع القسم ويبدو ان هذا التكيف يعود ليقبل في الصف الثالث والرابع بسبب قلق المستقبل

٣- أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طالبات القسم تبعاً للمرحلة الدراسية

من اجل التحقق من الهدف الأول قامت الباحثة باستخدام تحليل التباين لكل أسلوب من الأساليب المواجهة وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول (٨).

### الجدول (٨)

القيمة الفاتية المحسوبة لدلالة الفروق المراحل الاربعة في اساليب مواجهة الضغوط النفسية

\* القيمة الفاتية الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٩,٣) هي ٢.٦٠ .

الأسلوب المواجهة	المجموعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفاتية
المواجهة	بين المجموعات ضمن المجموعات	٣ ١٩٦	١٨.٦٢ ١٦.٥٨٥	١.١٢٢
	المجموع	١٩٩		
	المجموع	٣٣٠٦٥٣٧		
للجوء الى الدين	بين المجموعات ضمن المجموعات	٣ ١٩٦	١٤.٣١١ ١٠.٧٥٦	١.٣٣٠
	المجموع	١٩٩		
	المجموع	٢١٥١٢٨٩		
انسحاب	بين المجموعات ضمن المجموعات	٣ ١٩٦	٢٠.٠٨٧ ١٤.٣٣٣	١.٤٠
	المجموع	١٩٩		
	المجموع	٢٨٦٩.٧١٧		
طلب المساعدة	بين المجموعات ضمن المجموعات	٣ ١٩٦	١٩.٣٤٧ ١٤.٧٤٩	١.٣١١
	المجموع	١٩٩		
	المجموع	٢٨٩٠.٩٩٥ ٢٩٤٩.٠٣٧		

تشير القيم الفائية المحسوبة في جدول (٨) والتي هي كلها اقل من القيمة الجدولية ان لا فروق بين طالبات المراحل الاربعة في استخدام أي اسلوب من الاساليب الاربعة , ويبدو ان الطالبات يستخدمن كل اسلوب حسب حاجتها له وتبعاً للموقف الذي تكون فيه.

٤- الهدف الرابع: العلاقة بين مستوى الطموح وأساليب مواجهة الضغوط لدى طالبات قسم رياض الأطفال. باستخدام معامل ارتباط بيرسون وجدت الباحثة العلاقات الموضحة في الجدول (٩) بين مستوى الطموح وأساليب المواجهة الأربعة لدى طالبات القسم.

### جدول ( ٩ )

معامل ارتباط بيرسون بين مستوى الطموح وأساليب مواجهة الضغوط النفسية

أساليب المواجهة				المتغيرات
طلب المساعدة	الانسحاب	اللجوء الى الدين	المواجهة	مستوى الطموح
٠.٤٧	٠.٣٢	٠.٥٤	٠.٨٧	

قيمة معامل الارتباط الجدولية = (٠.١٣٩)

يتضح من الجدول أن العلاقة الموجبة الأقوى كانت بين مستوى الطموح وأسلوب المواجهة فمن تتمتع بمستوى طموح عالي تلجأ الى المواجهة في مواجهة مشاكلها , تليها بالعلاقة بين مستوى الطموح وأسلوب اللجوء الى الدين , ثم علاقة موجبة اقل بين مستوى الطموح وطلب المساعدة وأخيراً أن اقل مستوى للطموح لدى الطالبات تستعين بالانسحاب أي انه كلما قل مستوى الطموح لجأت الطالبة الى الانسحاب. وتبدو النتائج موضوعية ومنطقية فارتفاع مستوى الطموح يحتاج الى شخصية تواجه المشكلات وتحلها أكثر من أن تنسحب وتتركها تعيق طموحها.

### التوصيات

من خلال ما تقدم توصي الباحثة بالاتي:

- ١- حث الطالبات على تحسين مستوى طموحهن من خلال ورش العمل.
- ٢- استثمار الساعات الحرة في توجيه الطالبات الى أساليب ايجابية لمواجهة ضغوط الحياة
- ٣- إشراك الطالبات في أنشطة القسم المختلفة لتنمية الاتجاه الايجابي نحو اقسام رياض الأطفال ورفع مستوى طموحهن,

### المقترحات

تقترح الباحثة الآتي: إجراء دراسة بشأن:

- ١- مستوى الطموح وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل أهداف الحياة وقلق المستقبل
- ٢- أساليب مواجهة ضغوط الحياة وعلاقتها بنمط الشخصية
- ٣- مستوى الطموح وعلاقته ببعض العمليات العقلية مثل التفكير

المصادر

- الاسود,فايز علي, ٢٠٠٨, دور الجامعة في تنمية الطموح الدراسي لدى طلابها نحو التفوق, مجلة جامعة الازهر, المجلد (١١) العدد (١), غزة.
- بتروفسكي, أف, ياروشفكي, ١٩٩٦, معجم علم النفس المعاصر, ترجمة: حمدي عبد الجواد, وعبد السلام رضوان, دار العلم الجديد, القاهرة.
- حمزة, جمال مختار, ٢٠٠٤, تأثير مستوى الطموح وفقا لمتغير جنس الاطفال ومستوى تعليم الاب, مجلة العلوم التربوية العدد الاول
- زهاني , اسماء, ٢٠١٤, الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات, رسالة ماجستير, كلية العلوم الانسانية, جامعة محمد خيضر, الجزائر.
- الطريري, عبد الرحمن بن سليمان, ١٩٩٤, الضغط النفسي مفهومه , تشخيصه وطرق علاجه ومقاومته, مطابع شركة الصفحات الذهبية, الرياض.
- عبد اللطيف, مدحت عبد الحميد, ١٩٩٩, الصحة النفسية والتفوق الدراسي, دار المعرفة الجامعية, مصر.
- العبدلي, خالد بن محمد, ٢٠١٢, الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية, كلية التربية, جامعة ام القرى.
- عثمان, فاروق السيد, ٢٠٠١, القلق وإدارة الضغوط النفسية, دار الفكر العربي, القاهرة, مصر.

الملاحق

فقرات مقياس مستوى الطموح

ت	الفقرات	تنطبق عليّ دائماً	تنطبق عليّ أحياناً	لا تنطبق عليّ أبداً
١.	اسعى لاكمال دراستي الجامعية بنجاح متواصل			
٢.	ارسم اهداف بدقة لتحقيقها بسرعة			
٣.	احرص على الحصول على مكانة مهمة في المجتمع			
٤.	الفشل في امر ما يعني اعادة النظر فيه			
٥.	الاحفاق في امتحان ما لا يقلل من اهمية تخصصي للمستقبل			
٦.	ارفض الاستسلام لاي ضغوط تقييد تقدمي نحو المستقبل			
٧.	اتقبل نقد الاخرين لتقديم الأفضل			
٨.	يزعجني ان اخاف من الاقدام على امر يفوق طاقتي			
٩.	اتعلم من كل مجالات التعلم لكي اتقف نفسي			
١٠.	انزعج من الكلام حول موضوع لا امتلك عنه معلومات			
١١.	اتخذ من بعض العظماء قدوة لتحقيق ذاتي			
١٢.	في الحياة مجالات ايجابية كثيرة لاثبات الذات			
١٣.	امتك افكار حول مستقبلي مادياً			
١٤.	اضع الخطط لتحقيق مكانة اجتماعية متميزة في المجتمع			
١٥.	استثمر وجودي في الجامعة لتحقيق أفضل مستقبل			

فقرات مقياس مواجهة الضغوط النفسية

ت	الفقرات	تنطبق عليّ دائماً	تنطبق عليّ أحياناً	لا تنطبق عليّ أبداً
١.	انتقد نفسي امام الاخرين بشدة			
٢.	واجه المشكلة مهما كانت صعبة			
٣.	اسعى لمعرفة اسباب المشكلة			
٤.	اسعى لحل المشكلة وان اعترض الاخرين على هذا الحل			
٥.	استطيع حل المشكلة التي تواجهني بهدوء			
٦.	ابحث عن اساليب وطرق جديدة لمواجهة المشكلة			
٧.	افكر جدياً في المشكلة التي تواجهني			
٨.	اقوم بحل المشكلة جزئياً			
٩.	اتوجه بالدعاء الى الله ليهديني الى الحل الانسب لمشكلتي			
١٠.	احتسب الى الله			
١١.	اصلي اكثر من المعتاد			
١٢.	الجأ الى رجال الدين ليساعدوني لحل مشكلتي			
١٣.	اكثر من الاستغفار لله			
١٤.	يزداد ايماني بالله بأن المشكلة ستحل			

			١٥ . أزور الاماكن المقدسة	
			١٦ . اومن ان ما يحدث من مشكلات هي ابتلاء من الله للانسان	
			١٧ . اتحلى بالصبر حتى تحل المشكلة	
			١٨ . أوافق على اي حل يطرحه علي الاخرون	الانسحاب
			١٩ . استسلم اذا كانت المشكلة صعبة	
			٢٠ . أبتعد عن حضور المناسبات الاجتماعية كي لا اتحدث في المشكلة	
			٢١ . أطلب اجازة في العمل كي ابتعد عن المشكلة	
			٢٢ . ابتعد عن الناس واشغل نفسي باعمال اخرى	
			٢٣ . الجأ الى البكاء عند حدوث مشكلة	
			٢٤ . أتجه الى العزلة عن الاخرين	
			٢٥ . الجأ الى اشخاص مقربين لمساعدتي في حل مشكلتي	طلب المساعدة
			٢٦ . أحاول الحصول على حلول مختلفة من الاخرين	
			٢٧ . استشير اصحاب الخبرة في مجال المشكلة	
			٢٨ . أتواصل مع من لديهم نفس المشاكل	
			٢٩ . الجأ الى جهات عليا في العمل للحصول على حل المشكلة	
			٣٠ . أعرض مشكلتي على النت اذا كان متوفر عسى ان احصل على حلول لها	
			٣١ . أتصل ببرامج اذاعية تطرح مشكلتي للحصول على حل	