# Psychological Stress among Mothers of General Secondary Education Students in Light of some Variables - A Field Study in Lattakia City

**Dr. Layla Sharif***
**Dr. Hanadi Hassoun****
**Fatema Ahmad Shigri*****

**(Received 1 / 2 / 2024. Accepted 23 / 4 / 2024)**

## □ ABSTRACT □

The research aimed to identify the level of psychological stress among the mothers of general secondary education students in Lattakia city, as well as to reveal differences in the level of psychological stress among them according to the following variables (the mother's work, the student's gender, the academic grade, and the student's branch).
The research sample included (286) mothers of general secondary education students. To achieve the purpose of the research, the descriptive analytical method was used, and a measure of psychological stress among mothers was applied, which consisted of (36) items, including the following dimensions (family, economic and emotional stress).
The results of the research showed that the level of psychological stress among mothers of general secondary education students in Lattakia city was high, and the two dimensions (family and economic stress) were at a high level, while the emotional stress dimension was at a middle level. The results also showed that there was a difference in the level of psychological stress. Among mothers, according to the mother's work variable, in favor of the working mother, and according to the student's gender variable, in favor of males, as well as according to the academic grade variable, in favor of third-year secondary school students also according to the student branch variable, in favor of scientific branch students. Based on these results, several recommendations were made, the most important of which are: building counseling programs to reduce the level of psychological stress on students' mothers, and conducting studies on methods of coping with their psychological stress.

**Key words:** Psychological Stress, Mothers, General Secondary Education Students.

**Copyright** **:**Tishreen University journal-Syria, The authors retain the copyright under a CC BY-NC-SA 04

* **Professor, Psychological Counseling Department, Faculty of Education, Tishreen University, Syria.**
****Assistant Professor, Psychological Counseling Department, Faculty of Education, Faculty of Education, Tishreen University, Syria.**
***** Postgraduate student (PhD), Psychological Counseling Department, Faculty of Education, Faculty of Education, Tishreen University, Syria.**

# الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في ضوء بعض المتغيرات دراسة ميدانية في مدينة اللاذقية

**د. ليلى شريف***

**د. هنادي حسون****

**فاطمة شغري*****

**(تاريخ الإيداع 1 / 2 / 2024. قبل للنشر في 23 / 4 / 2024)**

## □ ملخّص □

هدف البحث إلى تعرف مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية، وكذلك الكشف عن الفروق في مستوى الضغوط النفسية لديهم تبعاً للمتغيرات الآتية (عمل الأم، جنس الطالب، الصف الدراسي، فرع الطالب). واشتملت عينة البحث على (286) أماً من أمهات طلبة التعليم الثانوي العام، ولتحقيق الغرض من البحث تم استخدام المنهج الوصفي التّحليلي، وتم تطبيق مقياس الضغوط النفسية لدى الأمهات، الذي تألف من (36) بنداً، يضم الأبعاد الآتية (الضغوط الأسرية، والضغوط الاقتصادية والضغوط الانفعالية).

بينت نتائج البحث أن مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية جاء مرتفعاً، وحصل البُعدان (الضغوط الأسرية، والضغوط الاقتصادية) بمستوى مرتفع، في حين جاء بُعد الضغوط الانفعالية بمستوى متوسط، كما بينت النتائج وجود فرق في مستوى الضغوط النفسية لدى الأمهات تبعاً لمتغير عمل الأم لصالح الأم العاملة، وتبعاً لمتغير جنس الطالب، لصالح الذكور، وكذلك تبعاً لمتغير الصف الدراسي لصالح طلبة الثالث الثانوي، وتبعاً لمتغير فرع الطالب، لصالح طلبة الفرع العلمي. وبناء على هذه النَّتائج قدمت العديد من التوصيات أهمها: بناء برامج إرشادية للتخفيف من مستوى الضغوط النفسية الواقعة على أمهات الطلبة، وإجراء دراسات حول أساليب مواجهة الضغوط النفسية لديهم.

**الكلمات المفتاحية:** الضغوط النفسية، الأمهات، طلبة مرحلة التعليم الثانوي.

**حقوق النشر** :مجلة جامعة تشرين- سورية، يحتفظ المؤلفون بحقوق النشر بموجب الترخيص CC BY-NC-SA 04

* **أستاذ، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة تشرين، سورية.**

** **أستاذ مساعد، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة تشرين، سورية.**

*** **طالب دكتوراه، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة تشرين، سورية.**

## مقدمة

أصبحت الضغوط النفسية سمة العصر الحال وجزء لا يتجزأ من حياتنا اليومية، فلكل واحد منا نصيب منها، نتيجة للتغيرات السريعة وتنوع الأدوار والمهام فلا حياة دون ضغوط. وتعد الضغوط النفسية موضوع ذو أهمية كبيرة ويهتم ويبحث به الباحثون في مختلف المجالات التربوية النفسية لما لهذا الموضوع من أثر على الفرد والمؤسسة والإنتاجية والأسرة والمجتمع بشكل عام، والاهتمام بهذا الموضوع يكون من حيث المصادر والأسباب والنتائج والحلول، هذا ويختلف الأفراد في استجاباتهم للضغوط تبعاً لعوامل كثيرة على الرغم من أن الضغوط النفسية ظاهرة قديمة ملازمة للإنسان، كونها شيئاً طبيعياً يستحيل التحرر منه، تستنفذ طاقاته وقدرته على التكيف وتعرضه للإجهاد والأمراض النفسية والجسمية، إلا أنها باتت اليوم سمة العصر الذي يتميز بالتغير المتسارع والتقدم التكنولوجي من جهة والحروب من جهة أخرى. فإن كانت الأفراد في المجتمعات المتقدمة والنامية على السواء تتعرض دون استثناء بدرجات متفاوتة لمصادر ضغوط عديدة كضغوط متطلبات الحياة الحديثة، والضغوط الأسرية من تربية الأبناء والضغوط المالية، الضغوط الدراسية والسعي لتحقيق مشروع الحياة وضغوط العمل اليومية، كما قد يتعرض الفرد للضغوط النفسية نتيجة نظرته للأمور بطرق سلبية.

يتعرض الفرد في حياته اليومية إلى مجموعة من الأحداث والمواقف الضاغطة المتشعبة المصادر (الفردية والمحيطة)، التي يحاول التعامل معها من أجل خفض شدة وقعها عليه، من خلال توظيف مجموعة من الأساليب والاستراتيجيات المتاحة حسب الموقف وفعالية الفرد في التعامل معه، كما أن طبيعة الإنسان الفيزيولوجية والنفسية والاجتماعية تملي عليه التجاوب والتفاعل مع مختلف المواقف الظاهرة من خلال سلوكياته، ولما كانت الضغوط النفسية المحيطة بالفرد تؤثر بالسلب على صحته النفسية وبالتالي على إنتاجيته وتفاعله في المجتمع لهذا كان الاهتمام بالضغوط النفسية.

يعد موضوع الضغط النفسي، من الموضوعات التي شغلت فكر العلماء والباحثين في جميع المجالات، وتشير الإحصائيات العالمية أن (81%) من الأمراض الحديثة سبباً الضغوط النفسية، وأن (51%) من مشكلات المرضى المراجعين للأطباء والمستشفيات ناتجة عن الضغوط النفسية، وأن (51%) من أفراد المجتمع يعانون شكلاً من أشكال الضغط النفسي، فالضغوط بكل أنواعها، إحدى ظواهر حياة الإنسان، تظهر في مواقف الحياة المختلفة وهي نتاج التقدم الحضاري المتسارع، الذي يؤدي إلى نتاجات تشكل عبئاً على مقاومة الناس في التحمل، مما يتطلب من الفرد توافقاً أو إعادة توافق مع البيئة المحيطة (Ben Saleh, 2015, 86).

إن موضوع الضغوط النفسية يثير في الوقت الراهن اهتماماً ملحوظاً بين المختصين في مختلف ميادين علم النفس والطب، ويلقى اهتماماً زائداً من وسائل الإعلام، حيث ركزت عليه الدراسات والأبحاث والبرامج من خلال عرضه في مؤتمرات علم النفس (Ali, 2009, 29). ويتفاوت الأفراد في استجاباتهم للضغوط النفسية وفي التعامل معها، حسب عدة عوامل، منها: (الموقف نفسه، والنظرة تجاه الموقف الضاغط، ومدى القوة والترابط الاجتماعي)، وبوجه عام فالأشخاص الأكثر رضا ومرونة واسترخاء في أساليب التعامل بوجه عام أكثر قدرة على التعامل مع المواقف الضاغطة بفاعلية، إضافة إلى أن الشعور بالفاعلية الذاتية وتقدير الذات يساعدان وبدرجة كبيرة في التفاعل الإيجابي مع الأحداث الضاغطة (Nasr, 2012, 24).

تتعرض الأمهات إلى العديد من المشكلات التي من شأنها أن تزيد الضغوط النفسية مما يؤثر سلباً في سلوكهن وطريقة تعاملهن مع الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة. فالضغوط النفسية تولد خطراً كبيراً على صحة الأمهات،

واتزانهن كما تهدد كيانهن لما ينشأ عنها من آثار سلبية: كضعف القدرة على التكيف مع مجريات الحياة، وضعف مستوى الأداء، والعجز عن ممارسة مهام الحياة اليومية، وانخفاض الدافعية والشعور بالانتهاك النفسي. ولا سيما أمهات طلاب المرحلة الثانوية (مرحلة المراهقة)؛ التي تتسم بخصوصية معينة؛ والتي تفرض عليهن تحديات وأعباء من شأنها أن تولد لديهن العديد من الصراعات، فالأمهات هن الأكثر اهماماً في بيئة المراهقين في هذه المرحلة، والتي يمكن دعم إنجازات أبنائهم بشكل كبير (Rarasati, 2012, 4). فطلاب المرحلة الثانوية يواجهون العديد من الصعوبات والمشكلات التي تؤدى إلى الشعور بإعاقة حياتهم الدراسية، مما يؤدي إلى معاناتهم من القلق والتوتر الشديد، والاختلالات النفسية والاجتماعية، وينعكس ذلك على الضغط النفسي لدى الأم (Aldhaidan, 2020, 163).

## مشكلة البحث

يعد موضوع الضغوط النفسية للأم من المفاهيم التي تناولتها العديد من البحوث في مجال علم النفس الاجتماعي، والتي أكدت مجملها أنها مشاكل مهمة تتعلق بوضع أبنائها ومستقبلهم، ويعتمد هذا على فهم طبيعة شخصية ذويهم بمرحل التعليم المختلفة (Al-Zeyoudi, 2007, 192). والضغوط النفسية إحدى الظواهر التي تظهر في حياة الإنسان في مواقف الحياة المختلفة مما يتطلب من الفرد التوافق أو إعادة التوافق مع البيئة، ولأهمية وضرورة الالتزام بالصحة النفسية لدى الفرد عموماً ولدى أمهات طلبة المرحلة الثانوية خاصة.

إن مرحلة التعليم الثانوي من أهم المراحل التعليمية في حياة الإنسان، لكونها مرحلة تحديد مسار حياته المستقبلية بالإيجاب أو بالسلب، ففي هذه المرحلة يزداد لدى الطالب الوعي الاجتماعي، والرغبة في السيطرة والتسلط، والرغبة في تأكيد ذاته، فهي من أخطر مراحل حياة الإنسان، وتؤدي أمهات طلاب المرحلة الثانوية أدواراً متعددة، فهي أم وعليها واجبات الأمومة، من حرص في تكوين الأجيال الصاعدة، وربة منزل، ومنها موظفة وما تفرضه واجبات الوظيفة من التزام رسمي، أي أن على الأم الكثير من المسؤوليات الملقاة على عاتقها بدءاً من تلبية احتياجات البيت المتزايدة، وتنشئة أبنائها، وتربيتهم، وتحمل أعباء تعليمهم، وكذلك رعايتهم. ونتيجة هذه الأعباء يتولد لدى الأم ضغوطاً نفسية كبيرة. وهذه الضغوط تؤثر عليها وعلى حياة الأسرة اليومية، وتضعف قدرتها على التواصل مع الآخرين، وعجزها عن أدائها اليومي لمسؤولياتها الأسرية، وهذا بدوره ينعكس أثرها على الاستقرار الأسري، ويؤدي إلى الشعور بالتوتر وعدم شعور الأبناء بالأمن داخل بيئتهم الأسرية، ويضعف البنيان النفسي لديهم، ويجعلهم عرضة للانحراف والانحلال، ويخلق جيل غير قادر على بناء وتنمية مجتمعه، خاصة أن الطلبة في مرحلة التعليم الثانوي وهي مرحلة المراهقة، والتي يعيش فيها الطالب مرحلة انتقالية تحكمها تغيرات سريعة، وهو بحاجة ماسة للاستقرار والشعور بالأمن النفسي داخل الأسرة.

وقد أثبتت نتائج بعض الدراسات كدراسة Al-Naqeeb, (2022) التي بينت أن الضغوط النفسية تشكل ضغطاً كبيراً على الأم مقارنة بالضغوط الأخرى، ودراسة Choueiter (2011) التي أكدت أن الضغوط الأسرية والعائلية منها الناتجة عن الدور الأسري والأزمات التي تمر بها الأسرة أنها من أكثر مصادر الضغوط شيوعاً لدى الأمهات.

كما بينت دراسة كل من (Awat, et., al, 2014)، و Al-Furaih (2020)، و Al-Muqrin (2023) أن الأمهات يعانين من ضغوط نفسية مختلفة. وأشارت دراسة (Mishra, et., al. 2021) إلى أن الأمهات تواجهن العديد من التحديات والضغوط أثناء قيامهن بمهامهن الأسرية، كما بينت دراسة (Schoff, et., al, 2021) أن الضغوط النفسية

تؤثر على صحة المرأة وتوازنها، وتهدد كيانها الاجتماعي والنفسي، وينتج عنها الضعف في مستوى الأداء، والعجز عن ممارسة مهام الحياة اليومية، وانخفاض الدافعية للعمل.

تتعرض الأم في الوقت الحالي إلى الكثير من الضغوط الثقيلة التي تؤرقها وتسبب لها كثيراً من الإزعاج وعدم الارتياح، بل وتصيبها بكثير من الأمراض الجسمية والنفسية، وتبدد شعورها بالراحة والأمان والاستقرار والسعادة، خاصة في فترة الأزمات التي تمر بها سورية، والتي أثقلت على كاهلها ضغوطاً نفسية إضافية سواء اقتصادية أم أسرية أم انفعالية، وتؤثر الضغوط النفسية المتكررة على صحتها. وتتباين الضغوط النفسية وحدّتها لدى الأمهات، وتختلف باختلاف توجهاتهن الفكرية ومستواهن الثقافي، وكذلك تفكيرها في عملها وكيفية إنجازه في ظل الظروف الراهنة، وفي أبنائها وتربيتهم وتحصيلهم الدراسي. ونظراً لقلة الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية لدى أمهات المرحلة الثانوية، خاصة أن هذه الفئة تحتاج إلى رعاية واهتمام باعتبارها مرحلة تؤسس لمستقبل الطالب، فقد تم تسليط الضوء على الأمهات لأنهن المؤثرات في بناء شخصية أبنائهم. وبناء على ما سبق يمكن تلخيص مشكلة البحث بالسؤال الرئيس الآتي:

**ما مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية؟**

## أهمية البحث وأهدافه

### أهميّة البحث:

**الأهمية النظرية:** تكمن الأهمية النظرية للبحث في الآتي:

- إن الصحة النفسية للأسرة كل متكامل؛ فالأسرة حاضنة للعديد من الأفراد الذين يرفدون المجتمع بطاقات، من شأنها التأثير فيه سلباً إيجابياً، والأمهات هن العنصر الأكثر تأثيراً، اللواتي يقع على عاتقهن مسؤولية إخراج أفراد على قدر مناسب من الصحة النفسية، والأهلية الكافية لممارسة أدوارهم داخل المنظومة المجتمعية، وأي خلل في صحة الأمهات النفسية يؤثر في الأسرة والمجتمع من حولهم.
- تناول الضغوط النفسية لدى أمهات فئة مهمة من فئات المجتمع، وهي طلبة المرحلة الثانوية، وهم في مرحلة عمرية حساسة فهم ثروة المستقبل والذين تقع على عاتقهم مسؤولية تقدم المجتمع مستقبلاً.

**الأهمية التطبيقية:** تكمن الأهمية التطبيقية للبحث في الآتي:

- لفت أنظار القائمين على العملية التعليمية والتربوية إلى وضع خطط للدعم النفسي، وتقديم البرامج الضرورية للحد من الضغوط النفسية لأمهات الطلاب.
- يمكن أن يكون البحث الحالي فاتحة لدراسات مستقبلية وقائية هادفة إلى بناء برامج إرشادية للتخفيف من مستوى الضغوط النفسية الواقعة على أمهات طلبة المرحلة الثانوية.
- ندرة الدراسات على الصعيد المحلي في حدود علم الباحثة من حيث دراسة مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في ضوء المتغيرات (عمل الأم، جنس الطالب، الصف الدراسي، فرع الطالب).

### أهداف البحث:

هدف البحث إلى تعرف مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية، وكذلك الكشف عن الفروق في مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية تبعاً للمتغيرات الآتية (عمل الأم، جنس الطالب، الصف الدراسي، فرع الطالب).

## أسئلة البحث

سعى البحث إلى الإجابة عن السؤال الرئيس الآتي: **ما مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية؟** ويتفرع عنه:

1. ما مستوى الضغوط الأسرية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية؟
2. ما مستوى الضغوط الاقتصادية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية؟
3. ما مستوى الضغوط الانفعالية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية؟

## فرضيات البحث

اختبرت فرضيات البحث عند مستوى الدلالة (0.05):

1. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية حول مستوى الضغوط النفسية لديهن تبعاً لمتغير عمل الأم.
2. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية حول مستوى الضغوط النفسية لديهن تبعاً لمتغير جنس الطالب.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية حول مستوى الضغوط النفسية لديهن تبعاً لمتغير الصف الدراسي.
4. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية حول مستوى الضغوط النفسية لديهن تبعاً لمتغير فرع الطالب.

## حدود البحث

- **الحدود البشريَّة:** مدرسي التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية.
- **الحدود المكانيَّة:** مدارس التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية.
- **الحدود الزمانيَّة:** تمَّ تطبيق أداة البحث في الفصل الثاني من العام الدراسي 2023/2022.
- **الحدود الموضوعية:** تتمثّل في الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي.

## مصطلحات البحث وتعريفاته الإجرائية

- **الضغوط النفسية:** هي "حالة نفسية ذهنية واجتماعية يتعرض لها الإنسان وتتسم بالشعور بالإرهاق الجسمي والبدني الذي قد يصل إلى الاحتراق، كما تتسم بالشعور بالضيق والتعاسة وعدم القدرة على التوافق وما يصاحب ذلك من عدم الرضا عن النفس أو المنظمة أو المجتمع بصفة عامة" (Ibo, 2019, 41). وتعرف إجرائياً: بأنها "تلك الصعوبات والعقبات المادية والمعنوية التي تواجه أمهات طلبة التعليم الثانوي العام في بيئتها الاجتماعية والمدرسية والأسرية. وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام على المقياس الموجه إليهم.
- **مرحلة التعليم الثانوي العام:** هي "مرحلة تبلغ مدة الدراسة في هذه المرحلة ثلاث سنوات، تشكل السنة الأولى منها جذعاً مشتركاً، بينما يتوزع طلاب السنتين التاليتين على الفرعين العلمي والأدبي. وتنقسم مدارس هذه المرحلة من حيث تبعيتها إلى نوعين فقط، مدارس رسمية مجانية ومدارس أهلية خاصة لقاء أجور يدفعها الطلاب. والتعليم في هذين النوعين من المدارس خاضع تماماً لإشراف وزارة التربية، على أساس وحدة التعليم" ( Ministry of Education in the Syrian Arab Republic, 2002, 106). **وتعرف إجرائياً:** بأنها المرحلة التي تأتي بعد مرحلة التعليم الأساسي

في سورية، وتضم طلبة الصف الأول والثاني والثالث الثانوي العام، وتمتد ثلاث سنوات، وقد اقتصرت على طلبة مدارس الثانوية العامة في مدينة اللاذقية، والتي طبقت فيها الباحثة البحث الحالي.

- **الأم:** يقصد بها إجرائياً المرأة المسؤولة عن تلبية متطلبات أفراد الأسرة داخل المنزل، ولديها ابن في مرحلة الثانوية العامة في مدينة اللاذقية.

## الجانب النظري

**مفهوم الضغوط النفسية:** هي " كل ما يواجهه الفرد في حياتيه من عوائق وصعوبات ومواقف وأحداث حياتية ضاغطة تفوق طاقته على احتمالها، ويعجز عن إيجاد الحلول المناسبة لها، الأمر الذي يشعره بحالة من الإجهاد وعدم الارتياح وقد يؤدي ذلك إلى اعتلال صحته الجسمية والنفسية" (Al-Qasabi, 2014, 146). وتعرّف بأنها "حالة من التوتر والضيق الناتج عن مشكلات ومواقف حياتية متنوعة تسبب للإنسان قلقاً وتوتراً. أي هي المثيرات المنتجة للضغوط، وردود الفعل نفسها، والعمليات الوسيطية المتعددة. أي أن الضغوط النفسية تتألف من أية حادثة تزيد فيها المتطلبات الداخلية، أو المتطلبات البيئية، على المصادر التكيفية للفرد، أو الوحدة الاجتماعية، أو للجهاز الفسيولوجي" (Malkush, And Yahya, 1995, 307). وفي تعريف آخر لازاروس (Lazarus) بأنه محصلة تقييم الفرد لمصادره الذاتية للتعرف إلى مدى كفايتها ومناسبتها لتلبية احتياجاته ومتطلبات البيئة الحياتية، ويحدث عندما تفوق مطالب الحياة مصادر الفرد التكيفية وتقديره المعرفي للأمور (Al-Sumayran, 2014, 16 - 17). ويرى خليفة ومقداد Khalifa and Miqdad (2012، 180 – 181) أن الضغوط النفسية تشير إلى وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بصورة كلية أو بجزء منه، وبدرجة تولد لديه إحساسا بالتوتر، وحينما تزداد هذه الضغوط فإن ذلك يفقد الفرد قدرته على التوازن، ويغير نمط سلوكه عما هو عليه إلى نمط جديد، والضغط النفسي حالة يعانيها الفرد حين يواجه بمطلب ملح فوق حدود استطاعته أو حين يقع في موقف صراع حاد. وعرفت الجمعية الأمريكية للطب النفسي أحداث الحياة الضاغطة بأنها: " أعباء زائدة تثقل كاهل الفرد نتيجة لمرور الفرد بخبرة صارمة تتمثل في وقوع الفرد فريسة لمرض مزمن أو فقدان لوظيفته، أو دخوله في حالة صراع حاد لأدائه لأدواره المختلفة أو الدخول في مشاكل حادة تتصل بحياته الأسرية الزوجية، وأن عجز الفرد عن مواجهة مثل هذه الأحداث يدخل في حالة من الارتباك والاضطرابات (Ghanem, 2009, 47). ويؤكد كاثرين ونيفال (Katherine & Neville, 2009, 394) بأن الضغوط النفسية تؤثر على الجانب المعرفي للأم، فقد يرافقها تغيرات في مستوى الكفاءة المعرفية لديها، ممّا ينعكس سلباً على معدل التفكير المنطقي لديها، والإخفاق في إنجاز المهام المطلوبة.

**2. أنواع الضغوط النفسية:** يشير سيورد (Seaward, 2002) إلى أن هناك نوعين من الضغوط النفسية: أ – **الضغط النفسي الحاد (Acute Stress):** وهو حالة يظهر فيها الضغط بسرعة ويزول بسرعة ولكنه حاد وشديد. وغالباً ما تكون الضغوطات مفاجئة ومؤقتة، مثل إيقاف الشرطي لشخص يسوق سيارته بسرعة كبيرة، أو التقدم لامتحان مفاجئ.

**ب – الضغط النفسي المزمن (Chronic Stress):** وهو حالة لا يظهر فيها الضغط بشكل حاد وواضح، ولكنه يستمر لفترات زمنية طويلة قد تكون أسابيع أو أشهر أو سنوات، وتكون الضغوطات مزمنة أي دائمة ومستمرة بتواجدها في حياة الفرد، مثل الخلافات المستمرة بين الزوجين، العمل مع مدير صعب، أو العيش مع شريك مزعج أو العيش بمكان غير مريح، وغيره. وهذا النوع من الضغط النفسي يسبب الأمراض والاضطرابات العديدة؛ لأن على الفرد أن

يعيش هذه الحالة وآثارها على عقله وجسمه فترة طويلة، لذا فهو بحالة استثارة تفوق المعدل الطبيعي لفترة زمنية طويلة نسبياً (Al-Mukhaini, 2008, 12). وميز ستيفنسن (Stevenson) بين نوعين من الضغط النفسي:

**أ – الضغط الإيجابي:** وهو ضغط تستلزمه خصائص النشاط وتتطلبه طبيعة العمل، وذلك لقهر أي تكاسل أو تخاذل في الأداء، بحيث لا يزيد عما هو مطلوب من إثارة الدافعية وبث الحيوية والنشاط داخل الفرد، وينمي لدى الفرد القدرة على العمل الذاتي، وال يقل عما هو مطلوب فيصبح عديم التأثير وقليل الجدوى. ب – الضغط السلبي: فهو الذي يشعر فيه الفرد بأنه لم يعد يتحمل صعوبات العمل والحياة، التي باتت فوق قدرته وطاقته (Mansouri, 2010, 20). وهناك أنواع أخرى للضغوط وذلك تبعاً لتأثيرها، وهي: **أ – ضغوط مؤقتة:** وهي التي تحيط بالفرد لمدة وجيزة ثم تزول وعادة ما تكون مرتبطة بموقف مفاجئ لا يدوم أثر طويلاً، ولهذه الضغوط أثر محدد على الفرد، إلا إذا كانت قدرة تحمله أضعف من الموقف الذي تعرض له. **ب – ضغوط دائمة:** هي التي تحيط بالفرد لمدة طويلة نسبياً، مثال: ذلك الفرد الذي تعرض لمرض مزمن والآم مرافقة، وأوضاع مادية واجتماعية متواضعة والتي تساعد على تحمل الموقف (Ghazi, 2014, 18). وتناول البحث الحالي الضغوط النفسية الآتية: **أ – الضغوط الأسرية:** هي عبارة عن مجموعة من الخبرات المتراكمة، والتي تنتج عن حدث معين يصيب أحد أفراد الأسرة، ويكون له تأثير سلبي ويؤثر على جميع أفرادها بدرجات مختلفة، وينتج عن هذا الحدث وجود مجموعة من الحاجات النفسية والمادية والاجتماعية، والتي تتمثل في عدم دراية الأسرة بكيفية مواجهة هذه المشكلة، ونقص الموارد والخدمات المادية المتاحة، ويؤدي هذا إلى زيادة الشعور بالعجز، مما يدفع الأسرة إلى إتباع بعض الأساليب التكيفية، الناجحة وغير الناجحة، ويتوقف نجاح الأسرة، في التوافق مع الضغط على مقدار توافر الخدمات والدعم الاجتماعي الذي تحصل عليه من البيئة المحيطة (Bakhsh, 2002, 8). **ب – الضغوط الانفعالية:** يقصد بها المشاعر الذاتية لدي الفرد نتيجة تعرضه لموقف يثير انفعالاته مثل القلق والتوتر والخجل والعصبية (Heiba, et., al, 2023, 33). **ج – الضغوط الاقتصادية:** فلها الدور الأعظم في تشتيت جهد الإنسان وضعف قدرته على التركيز والتفكير وخاصة حينما تعصف به الأزمات المالية أو الخسارة أو فقدان العمل بشكل نهائي، إذا ما كان مصدر رزقه، فينعكس ذلك على حالته النفسية، وينجم عن ذلك عدم قدرته على مسايرة متطلبات الحياة (Kamel, 2004, 10).

**3. مصادر الضغط النفسي:** عند النظر إلى العلاقة التي تربط الفرد بمجتمعه فإنه يمكن لنا حينئذ ترتيب مصادر الضغط النفسي بطريقة شمولية وواقعية فالضغط قد ينشأ داخل الشخص نفسه نتيجة الأزمات التي يعيشها: أ – ضغوط الأسرية الصراعات العائلية: كثرة المجادلات، الانفصال، الطلاق. ب – الضغوط المالية أو الاقتصادية: كانخفاض الدخل وارتفاع معادلات البطالة. ج – الضغوط الاجتماعية: وتنقسم بدورها وحسب تعدد العلاقات الاجتماعية ذاتها إلى علاقات اجتماعية فالفرد إن كان متزوجا أو غير متزوج، عدد الأطفال إن كان متزوجا، كذلك الوضع البيئي والأسري العام والخاص الذي يعيش في ظله الفرد، وهذه المتغيرات تكون ضمن العامل الاجتماعي، فهي تترك ردود أفعال معينة على شكل ضغوط نفسية لدى الفرد وإن اختلفت مصادرها وتباينت تأثيرها (Obaid, 2020, 30). د – طريقة التفكير: فالعقل يفسر تغيرات البيئة والجسم يحدد متى يستجيب كحالة طارئة. هـ – المصادر النفسية الانفعالية: كالثورة والغضب والاكتئاب والفتور وسرعة التهور (Saleh, 2017, 25).

**4. أساليب التعامل مع الضغوط النفسية:** للضغوط النفسية عدد من الأساليب للتعامل معها، ومنها:

**أ – أسلوب البحث عن المعلومات:** حيث يحاول الفرد التعامل مع الموقف الضاغط من خلال جمع المعلومات والبيانات الخاصة به قبل القيام برد فعل معين. **ب – البحث عن الدعم الاجتماعي:** يعد أسلوب البحث عن الدعم

الاجتماعي من أكثر أساليب التعامل الضغط النفسي استخداما من قبل العديد من الأفراد، وتؤكد مع دراسات الدعم الاجتماعي على دوره الهام في دعم التكيف النفسي للفرد خلال تعرضه للضغط النفسي، مما ينعكس إيجابا على التقليل من الآثار السلبية له، بل أن تدني مستويات الدعم الاجتماعي للفرد يمكن أن تكون مشكلة مستقلة يعاني منها الفرد، الأمر الذي قد يتم اعتباره مصدراً من مصادر الضغط النفسي. **ج – مهارات وأساليب التعامل المرتكزة على المشكلة:** وتشير مهارات واستراتيجيات التعامل المرتكزة على المشكلة إلى تلك الطرق والأساليب التي يبذلها الفرد لمحاولة التعامل الفعال مع مواقف الضغط النفسي، وتشتمل على الأساليب المعرفية القائمة على المحاولات المستمرة لتغيير وجهة النظر المعرفية والإدراكية نحو الأحداث الضاغطة، اعتمادا على دور العمليات المعرفية في اختبار الضغوط النفسية والأساليب السلوكية القائمة على اكتشاف العلاقات الوظيفية بين السلوك والمتغيرات البيئية الموجودة في البيئة من معززات وتحديد المثيرات القبلية والبعدية المرتبطة بالمشكلة أو بالموقف الضاغط. **د – الاسترخاء:** يقوم هذا الأسلوب على مسلمة مفادها أن الاسترخاء يعمل كاستجابة مضادة للقلق، فالشخص لا يمكن أن يكون مسترخياً وقلقاً في نفس الوقت، بمعنى أن استجابة الاسترخاء تعمل على منع ظهور استجابة القلق والضغط، ومن ثم فإن تدريب الفرد على الاسترخاء يخفض من الشعور بالقلق ومن أعراض الاستثارة الفسيولوجية الناتجة عن الضغط ويقلل من درجة التوتر العضلي ويقلل من سرعة نبضات القلب ومعدل سرعة التنفس وضغط الدم، فعند الاسترخاء يندفع الدم بسهولة ويقل النبض كما يتم الاحتفاظ بالطاقة ويقل الإجهاد والإرهاق (Dukhan, 2010, 17 - 18).

**5. الآثار المترتبة على الضغوط النفسية: أ – الحالة الصحية:** تسمى الضغوط بالتفاعل الصامت أو بالقائل الصامت وتكون وراء مشكلات الصداع، إصابات وأمراض القلق، التهاب المفاصل، اضطرابات الجهاز الدوري والدموي والهضمي وغيرها. **ب – الصداع:** يعدُّ مرض الصداع واحد من أهم الأمراض وأكثرها شيوعاً لدى الأشخاص المعرضين للضغط، إذ إنه ينشأ عن عوامل نفسية تؤدي إلى اضطرابات في الجهاز الدوري للفرد، وتقود بدورها إلى الصداع. وتراكم مجموعة من الضغوط لا يستطيع تحملها وحينئذ تؤثر هذه الضغوط على الأوعية الدموية في الرأس فتمتد وتؤدي إلى توتر عضلات الوجه والرأس ويتبع ألم الصداع. **ج – أمراض القلب:** إن الأسباب الأكثر توتر لهذه الأمراض هي: ارتفاع ضغط الدم، وزيادة الكولسترول (Al-Juwai'i, 2017, 258). **د – الاضطرابات النفسية:** نظراً لكون الجسم نظام متكامل فإن أي خلل من شأنه التأثير على الجانب العقلي أو النفسي، فالفرد الواقع تحت الضغوط يوصف بأنه سريع التحول في مزاجه وانفعالاته، لديه تقدير منخفض للذات وغير راض عن عمله. ومن مؤشرات **الضغوط النفسية: أ – المؤشرات الجسمية:** هي عبارة عن الشعور بالتعب والإجهاد وتشنج العضلات والشعور بالآلام الجسمية، وارتفاع ضغط الدم مع زيادة تناول الأدوية والمهدئات. **ب – المؤشرات العقلية:** هي عبارة عن ضغط القدرة على التركيز والنسيان وصعوبة اتخاذ القرار. **ج – المؤشرات النفسية العاطفية:** هي عبارة عن الغضب والاكتئاب واللامبالاة والنظرة السلبية للذات. **د – المؤشرات الاجتماعية:** هي عبارة عن العزلة الاجتماعية واضطراب العلاقات الأسرية نتيجة الاهتمام بالعمل على حساب الذات والأسرة (Al-Tawab, 2008, 85).

## الدراسات السابقة

**دراسة آوات وآخرون (Awat, et., al, 2014)، في إيران، بعنوان: الضغوط النفسية الوالدية لدى أمهات الأطفال الذين يعانون من مشاكل جسدية وعقلية ونفسية. " Parenting Stress Among Mothers of Children with Different Physical, Mental, and Psychological Problems"** هدفت الدراسة إلى تعرف

الضغوط النفسية الوالدية لدى أمهات الأطفال الذين يعانون من مشاكل جسدية وعقلية ونفسية مختلفة، ومقارنة الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقات المختلفة مع بعضهم البعض، أجريت الدراسة في أصفهان في إيران على عينة قوامها (285) أماً، وتم استخدام استبانة الضغوط النفسية (الأبوة/الأمومة). وتوصلت الدراسة إلى أن أمهات الأطفال الذين يعانون من مشاكل نفسية وعقلية وحركية مزمنة يعانين من ضغوط نفسية أكثر من أمهات الأطفال الذين يعانون من اضطرابات نفسية، كما كان هناك فرق معنوي بين درجات أمهات الأطفال الذين يعانون من مشاكل جسدية مزمنة وأمهات الأطفال الذين يعانون من اضطرابات نفسية فيما يتعلق بالتفاعل بين الوالدين والطفل، ولوحظ وجود فرق معنوي من حيث الضغط النفسي بين أمهات الأطفال الذين يعانون من مشاكل عقلية حسية حركية مع عدد مختلف من الأطفال؛ كما أن أمهات الأطفال الذين يعانون من مشاكل جسدية مزمنة في مستويات مختلفة من التعليم قد تعرضن لمستويات مختلفة من الضغط النفسي الأبوي.

**دراسة الفريح Al-Furaih (2020) في السعودية، بعنوان: مصادر الضغوط النفسية لدى والدي الطلبة الموهوبين بالمملكة العربية السعودية.** هدفت الدراسة إلى تعرف أكثر مصادر الضغوط النفسية التي يتعرض لها والدو الطلبة الموهوبين، وتكونت عينة الدراسة من (56) من أولياء أمور الطلبة الموهوبين الذين يدرسون في مدارس الموهوبات في مدينة بريدة، منهم (30) من الآباء، و(26) من الأمهات، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتم تطبيق مقياس مصادر الضغوط النفسية لدى والدي الطلبة الموهوبين. وأظهرت النتائج أن مصادر الضغوط النفسية لدى والدي الطلبة الموهوبين كانت متوسطة الدرجة، وأن أكثر مصادر الضغوط انتشاراً لدى والدي الطلبة الموهوبين هي على الترتيب مصادر الضغوط المالية، ثم مصادر الضغوط المستقبلية، ومصادر الضغوط النفسية المرتبطة بسمات الموهبة، ومصادر الضغوط الاجتماعية، وأخيراً مصادر الضغوط الأسرية، كما أوضحت النتائج أيضاً أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الآباء والأمهات في جميع مصادر الضغوط النفسية لصالح الأمهات، حيث أكدت النتائج في مجملها أن أمهات الطلبة الموهوبين أعلى في الشعور بمصادر الضغوط النفسية من آبائهم، في حين أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيّاً في مصادر الضغوط النفسية ترجع لاختلاف المستوى الاقتصادي ما عدا مصادر الضغوط المالية، التي أظهرت النتائج أنها تقل بزيادة المستوى الاقتصادي، حيث كانت أعلى مصادر الضغوط في حالة المستوى الاقتصادي دون المتوسط، وأقلها في حالة المستوى الاقتصادي فوق المتوسط.

**دراسة قريشي Qureshi (2022) في الجزائر، بعنوان: الضغوط النفسية لدى الأمهات الجزائريات والمشكلات السلوكية لدى أبنائهن في ظل جائحة كوفيد 19.** هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين السن والضغوط النفسية لدى الأمهات، واعتمد الباحث على عينة أساسية قوامها (97) أماً، مع كل أم ولدها أو بنتها، واستخدم مقياساً الضغط النفسي ومقياس المشكلات السلوكية. قد توصل البحث إلى أن كل من الضغوط النفسية لدى الأمهات والمشكلات السلوكية لدى أبنائهن انتشرت بدرجة متوسطة، وعدم وجود علاقة ارتباطية جوهرية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والسن لدى الأمهات، كما توصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات منخفضات ومرتفعات درجات الضغوط النفسية لدى الأمهات في درجات المشكلات السلوكية بأبعادها لدى أبنائهن لصالح مرتفعات الدرجات، وإلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الضغوط النفسية لدى الأمهات تعزى لمتغير كل من الوظيفة، المستوى التعليمي، والحالة الاجتماعية، وكذلك إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في درجات المشكلات السلوكية بأبعادها لدى أبناء الأمهات إلا في بعد العدوان الاجتماعي حيث كانت الفروق لصالح الذكور.

**دراسة السيد Al-Sayed (2022) في مصر، بعنوان: الضغوط الأسرية وعلاقتها بكل من المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية.** هدفت الدراسة تعرف طبيعة علاقة الضغوط الأسرية بكل من المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية، والكشف عن أبعاد الضغوط الأسرية المنبئة بالمرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية، وذلك على عينة مكونة من (407) طالباً وطالبة من طلاب الصف الثالث الثانوي بمدينة الزقازيق، طبق عليهم مقياس الضغوط الأسرية، ومقياس المرونة النفسية، ومقياس التوجه نحو المستقبل، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقات ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين درجات الضغوط الأسرية ودرجات المرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، ووجود علاقات ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين درجات الضغوط الأسرية ككل، ودرجات التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية، وأظهرت النتائج أيضاً وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث في الضغوط الأسرية لصالح الذكور، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث في المرونة النفسية لصالح الإناث، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث في كل من أبعاد التوجه نحو المستقبل: لصالح الإناث، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية التخصص العلمي وطلاب التخصص الأدبي في الضغوط الشخصية لصالح طلاب التخصص العلمي.

**دراسة بوكثير، وبن فليس Bukathir And Ben Fleis (2022) في الجزائر، بعنوان: مصادر الضغوط النفسية لدى أولياء التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا: دراسة ميدانية على عينة من الأولياء بمدينة باتنة.** هدفت الدراسة الحالية للكشف عن مستوى الضغوط النفسية والتعرف على أكثر مصادر هذه الضغوط تأثيراً في أولياء التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا، وقد تكونت عينة الدراسة من (75) وليّ من أولياء تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي لولاية باتنة، حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي، وتم تطبيق استبيان مصادر الضغوط النفسية لدى أولياء التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا. حيث أظهرت النتائج أن مستوى الضغوط النفسية لدى أولياء التلاميذ كان متوسطاً، كما أن مصادر الضغوط النفسيّة المرتبطة بشخصيّة الابن هي أكثر المصادر تأثيراً على أولياء التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا، بالإضافة إلى عدم وجود فروق بين الجنسين (الآباء والأمهات) في مصادر تلك الضغوط، ووجود فروق في مصادر الضغوط النفسية ترجع الى المستوى التعليمي.

**دراسة المقرن Al-Muqrin (2023) في السعودية، بعنوان: الضغوط الوالدية التي تتعرض لها أمهات الأطفال الموهوبين في المرحلة الابتدائية.** هدفت الدراسة إلى تحديد مستوى الضغوط الوالدية التي تتعرض لها أمهات الأطفال الموهوبين في المرحلة الابتدائية بمدينة الرياض، وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي؛ وذلك لدى عينة قصدية من أمهات الطلاب الموهوبين في المرحلة الابتدائية المسجلين في مؤسسة الملك عبد العزيز للموهبة والابداع (موهبة)، وقد بلغت عينة الدراسة (160) أمّاً من أمهات الأطفال الموهوبين في المرحلة الابتدائية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن هناك ضغوط والدية متوسطة خاصة بأمهات الطلاب الموهوبين في المرحلة الابتدائية من خلال شعورهن بأنهن محاصرين بالمسؤولية، كما أن هناك ضغوط والدية خاصة بالطفل من خلال أن طلبات الأطفال الموهوبين أكثر من الأطفال العاديين، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط طردية قوية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الضغوط الوالدية للمشكلات الخاصة بأمهات الأطفال الموهوبين في المرحلة الابتدائية بمدينة الرياض والضغوط الوالدية الخاصة بالأطفال الموهوبين.

**التعقيب على الدراسات السابقة وعلاقتها بالبحث الحالي:** من خلال عرض الدراسات السابقة، تبين أنها اهتمت بدراسة الضغوط النفسية لدى الأمهات، إلا أنها تباينت أهدافها باختلاف المتغيرات التي تناولتها، حيث هدفت بعض الدراسات إلى تعرف الضغوط النفسية لدى أمهات الطلاب كدراسة كل من آوات وآخرون (Awat, et., al, 2014)، Al-Muqrin (2023)، في حين تناولت دراسة Al-Furaih (2020)، Bukathir And Ben Fleis (2022) مصادر الضغوط النفسية لدى والدي الطلبة، وكذلك تناولت دراسة Qureshi (2022) العلاقة بين الضغوط النفسية لدى الأمهات، أما دراسة Al-Sayed (2022) فقد تناولت العلاقة بين الضغوط الأسرية وكل من المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى الطلاب، واتفق البحث الحالي مع هذه الدراسات في أنه تناول في جانب منها وهو الضغوط النفسية لدى أمهات الطلاب، وذلك في ضوء بعض المتغيرات، وقد استفاد البحث الحالي من هذه الدراسات في بناء الأدوات، وفي الإطار النظري. ومن هنا تأتي أهمية وتفرد هذا البحث، حيث أنه تناول مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية في ضوء بعض المتغيرات (عمل الأم، جنس الطالب، الصف الدراسي، فرع الطالب)، وهم فئة لم يتم الاهتمام بها ودراستها مسبقاً، والتي لم يتم تناولها بشكل مسبق على الصعيد المحلي، على حد علم الباحثة.

## منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي، الذي يقوم على وصف الظواهر والمشكلات كما هي في الواقع، أو تحديد الصورة التي يجب أن تكون عليها هذه الظواهر في ظل معايير محددة، مع تقديم التوصيات والمقترحات التي من شأنها تعديل الواقع للوصول إلى ما يجب أن تكون عليه هذه الظواهر (Al Nuaimi, 2015, 227). واعتمد البحث على المنهج الوصفي التحليلي في تعرف الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي في مدينة اللاذقية.

## مجتمع وعينة البحث

اشتمل المجتمع الأصلي على مدارس التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية للعام الدراسي (2023/ 2024)، وقد بلغ عددها (28) مدرسة (مديرية التربية، 2023) (دائرة التخطيط والإحصاء في مديرية التربية في محافظة اللاذقية، 2023)، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية العنقودية، إذ تم أخذ نسبة (10%) من مجتمع المدارس، وقد بلغت (3) مدارس، وهي (جمال مجيد داوود، وفخر الدين صقر، وسميع كوسا)، وتضم (55) شعبة، وتم اختيار شعبة من الفرع، وشعبة من الفرع الأدبي لكل صف دراسي وقد بلغت (9) شعب تضم (560) طالباً وطالبة. تم اختيار عينة عشوائية بسيطة بنسبة (55%) من طلبة هذه الشعب، وقد بلغت (308) طالباً وطالبة، تم توزيع الاستبانات إلى أمهات هؤلاء الطلبة، وبعد استعادة الاستبانات، واستبعاد غير الصالح منها للتحليل الإحصائي بلغت العينة (286) أماً من أمهات طلبة التعليم الثانوي العام. ويظهر الجدول (1) توزّع أفراد العيّنة حسب المتغيّرات المدروسة.

**جدول (1): توزع عينة البحث حسب المتغيرات المدروسة**

| المتغيرات | | الفرع الأدبي | | الفرع العلمي | | المجموع | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | العدد | النسبة | العدد | النسبة | العدد | النسبة |
| عمل الأم | لا تعمل | 64 | 22.4% | 78 | 27.3% | 142 | 49.7% |
| | تعمل | 24 | 8.4% | 120 | 42% | 144 | 50.3% |
| الصف الدراسي للطالب | الأول الثانوي | 43 | 15% | 58 | 20.3% | 101 | 35.3% |
| | الثاني الثانوي | 27 | 9.4% | 67 | 23.4% | 94 | 32.9% |
| | الثالث الثانوي | 18 | 6.3% | 73 | 25.5% | 91 | 31.8% |
| جنس الطالب | ذكور | 29 | 10.1% | 109 | 38.1% | 138 | 48.3% |
| | إناث | 59 | 20.6% | 89 | 31.1% | 148 | 51.7% |
| المجموع | | 88 | 30.8% | 198 | 69.2% | 286 | 100% |

– **أداة البحث (مقياس الضغوط النفسية):** اتبعت الباحثة الخطوات الآتية في إعداد وتطبيق أداة البحث: مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام:

– **الخطوة الأولى:** من إعداد الباحثة وذلك بعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة ذات الصلة، واستناداً إلى عدة مقاييس للضغط النفسي ومنها مقياس Al-Zawawi (1992)، إضافة إلى مقياس ليفينستين وآخرون (Levenstien et al, 1993)، بريطانيا، ومقياس Al-Shoubaki (2008)، ومقياس (Dailey, 2013). وتكوّن المقياس في صورته الأوّليّة من (35) بنداً من نوع التقرير الذاتي، ولكل بند ثلاثة بدائل للإجابة (ينطبق عليَّ كثيراً، ينطبق عليَّ أحياناً، لا ينطبق عليّ) تأخذ الدرجات (3، 2، 1) على التوالي، بحيث أن الدرجة المرتفعة على المقياس تدل على ضغط نفسي مُرتفع، وتتوزّع البنود على ثلاثة أبعاد هي: وتتوزع البنود على ثلاثة أبعاد، هي (البُعد الأول: الضغوط الأسرية، ويضم 14 بنداً، البُعد الثاني: الضغوط الاقتصادية ويضم 11 بنداً، البُعد الثالث: الضغوط الانفعالية، ويضم 14 بنداً).

– **الخطوة الثانية:** تمّ عرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين من الأساتذة الاختصاصيين في قسم الإرشاد النفسي في كلية التربية في جامعة تشرين وعددهم (7)، من أجل تحكيم البنود وإبداء الرأي فيها من حيث صياغتها، ومعرفة مدى وضوحها، وإضافة أو حذف ما يرونه مناسباً بالإضافة إلى التأكد من مدى ملاءمة تلك البنود لقياس ما وضعت لقياسه بغية الوصول إلى أداة ملائمة لتحقيق أهداف الدراسة. وبناءً على ملاحظات المحكمين، تمّ إضافة بند، وحذف بنداً آخر، وإعادة صياغة العديد من البنود، كما هو مبين في الجدول (2)

**جدول (2) العبارات التي تمّ تعديلها وإعادة صياغتها على مقياس الضغوط النفسية لدى الأمهات**

| العبارة قبل التّعديل | العبارة بعد التّعديل |
|---|---|
| يتهمني بالتقصير في شؤون المنزل. | ينتقدني زوجي ويتهمني بالتقصير في شؤون المنزل. |
| يصعُب عليّ المشاركة في المناسبات الاجتماعية والتجمعات العائلية. | يصعُب عليّ المشاركة في المناسبات الاجتماعية والتجمعات العائلية بسبب التزامي بمواعيد الدروس الخصوصية لابني/ابنتي. |
| أتحمّل ضغوط أفراد الأسرة دون أن أستطيع تفريغ انفعالاتي | أتحمّل ضغوط جميع أفراد الأسرة وانفعالاتهم دون أن أستطيع تفريغ انفعالاتي |
| تكثر الخلافات في المنزل بسبب غلاء المعيشة. | تكثر الخلافات بيني وبين زوجي بسبب ضعف الدخل المادي وغلاء المعيشة. |
| يزعجني عدم توفر شروط ملائمة للدراسة في المنزل. | يزعجني عدم توفر شروط ملائمة للدراسة في منزلنا (إضاءة–تدفئة–تكييف). |
| أبكي بسرعة عند مواجهة أي ضغط. | تسهل استثارتي وأبكي بسرعة عند مواجهة أي ضغط. |
| ينفذ صبري من كثر أعباء أبنائي. | عبارة مضافة |
| تحدث مشاجرات بين أبنائي بسبب عدم حفاظهم على الهدوء | عبارة محذوفة |

– **الخطوة الثالثة: دراسة الخصائص السيكومترية لمقياس الضغوط النفسية لدى الأمهات:**

- **دراسة الصدق:** تمّ التحقّق من صدق مقياس الضغوط النفسية لدى الأمهات بالطّرائق الآتية:

أ – **صدق المحتوى:** قامت الباحثة بالتحقق من صدق المحتوى من خلال عرض المقياس على مجموعة من السّادة المحكمين والتحقق من أنّ بنوده تقيس ما وضعت لقياسه. التزمت الباحثة بجميع الملاحظات، وإعادة صياغة بعض البنود وإضافة بند واحد فقط، فأصبح المقياس مؤلّفاً من (35) بنداً، بعد ذلك قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة الدراسة السيكومترية وهي عينة استطلاعية خارج حدود الدراسة مؤلفة من (32) أماً من أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية.

**ب – الصدق البنيوي والاتساق الداخلي:** للتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس تمّ إجراء ما يلي:

**– الصدق البنيوي:** يعدُّ الصَّدق البنائي أحد الطرق التي تستخدم للتأكد من صدق الأداة الذي يقيس مدى تحقق الأهداف التَّي تريد الأداة الوصول إليها، ويبين مدى ارتباط كل بُعد من أبعاد الدِّراسة بالدَّرجة الكليِّة لعبارات المقياس. وللوصول إلى معاملات الصدق البنيوي لمقياس الضغوط النفسية لدى الأمهات، قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة التقنين، البالغ عددها (32) أماً من أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية، وتم حساب قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد من أبعاد المقياس والدّرجة الكليّة له، ويبين الجدول (3) معاملات الارتباط:

**جدول (3): معاملات الارتباط الدّاخليَّة بين أبعاد المقياس والدَّرجة الكليَّة له**

| معامل الارتباط/ قيمة الاحتمال | البُعد الأول: الضغوط الأسرية | البُعد الثاني: الضغوط الاقتصادية | البُعد الثالث: الضغوط الانفعالية |
|---|---|---|---|
| معامل الارتباط | 0.938(**) | 0.947(**) | 0.904(**) |
| قيمة الاحتمال | 0.000 | 0.000 | 0.000 |

****عند مستوى دلالة 0.01**.

يُستنتج من الجدول (3) وجود علاقة ارتباطية بين كل بُعد من أبعاد المقياس ومجموع درجات عبارات المقياس ككل عند مستوى دلالة (0.01). وبذلك تعدُّ أبعاد المقياس صادقة لما وضعت لقياسه.

كما تم حساب الاتساق الداخلي بين كل عبارة من عبارات المقياس مع الدَّرجة الكليَّة له، كما هو موضح في الجدول (4).

**جدول (4): قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بند من بنود المقياس والدرجة الكلية له**

| البُعد الأول: الضغوط الأسرية | | | | البُعد الثاني: الضغوط الاقتصادية | | | | البُعد الثالث: الضغوط الانفعالية | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| البند | معامل الارتباط بيرسون | القيمة الاحتمالية | القرار | البند | معامل الارتباط بيرسون | القيمة الاحتمالية | القرار | البند | معامل الارتباط بيرسون | القيمة الاحتمالية | القرار |
| 1 | 0.747** | 0.000 | دال | 15 | 0.876** | 0.000 | دال | 26 | 0.708** | 0.000 | دال |
| 2 | 0.817** | 0.000 | | 16 | 0.735** | 0.000 | | 27 | 0.851** | 0.000 | |
| 3 | 0.854** | 0.000 | | 17 | 0.758** | 0.000 | | 28 | 0.845** | 0.000 | |
| 4 | 0.753** | 0.000 | | 18 | 0.743** | 0.000 | | 29 | 0.843** | 0.000 | |
| 5 | 0.872** | 0.000 | | 19 | 0.705** | 0.000 | | 30 | 0.858** | 0.000 | |
| 6 | 0.803** | 0.000 | | 20 | 0.791** | 0.000 | | 31 | 0.638** | 0.000 | |
| 7 | 0.875** | 0.000 | | 21 | 0.805** | 0.000 | | 32 | 0.83** | 0.000 | |
| 8 | 0.629** | 0.000 | | 22 | 0.769** | 0.000 | | 33 | 0.833** | 0.000 | |
| 9 | 0.875** | 0.000 | | 23 | 0.73** | 0.000 | | 34 | 0.832** | 0.000 | |
| 10 | 0.654** | 0.000 | | 24 | 0.68** | 0.000 | | 35 | 0.838** | 0.000 | |
| 11 | 0.705** | 0.000 | | 25 | 0.767** | 0.000 | | 36 | 0.899** | 0.000 | |
| 12 | 0.765** | 0.000 | | | | | | | | | |
| 13 | 0.699** | 0.000 | | | | | | | | | |
| 14 | 0.405* | 0.021 | | | | | | | | | |

* دال عند مستوى الدلالة (0.05)  ** دال عند مستوى الدلالة (0.01)

يُظهر الجدول (4) وجود معاملات ارتباط عالية، ودالة عند مستوي دلالة (0.05)، و(0.01)، ويدل على اتساق بنود المقياس مع الدَّرجة الكليَّة له.

- **دراسة الثبات:** تمّ التحقّق من ثبات نتائج مقياس الضغوط النفسية على عينة استطلاعية بلغت (32) أماً من أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية، من خارج عينة البحص الأساسية بالطريقتين الآتيتين:

أ – **الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's alpha):** حسب معامل الاتساق الداخلي بطريقة ألفا كرونباخ، وقد بلغ (0.98) على مستوى المقياس ككل، كما هو مبين في الجدول (5).

**جدول (5) قيم معاملات الثبات المحسوبة بمعامل ألفا كرونباخ لمقياس الضغوط النفسية لدى الأمهات**

| أبعاد المقياس | عدد البنود | معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha) |
|---|---|---|
| البُعد الأول: الضغوط الأسرية | 14 | 0.936 |
| البُعد الثاني: الضغوط الاقتصادية | 11 | 0.925 |
| البُعد الثالث: الضغوط الانفعالية | 11 | 0.946 |
| الدرجة الكلية للمقياس | 36 | 0.972 |

يظهر الجدول (5) أن قيمة معامل الثبات للمقياس ككل بلغت (0.972) وتعطي هذه القيمة مؤشراً قوياً بأنّ المقياس يتمتّع بدرجة مرتفعة من الثبات.

**ب – طريقة التجزئة النصفية:** إذ احتسبت مجموع درجات النصف الأول للمقياس ككل، بعد تطبيقها على العينة الاستطلاعية، وكذلك درجات النصف الثاني، وجرى حساب معامل الارتباط بيرسون بين النصفين، وقد بلغ (0.98)، ثم صحح معامل الثبات الناتج باستخدام معادلة سبيرمان براون (Spearman-Brown) الذي بلغ (0.99)، وهي قيم مرتفعة، ومقبولة لأغراض البحث الحالي. ويبين الجدول (6) هذه النتائج:

**الجدول (6) معامل الثبات المحسوبة بطريقة التجزئة النصفية لمقياس الضغوط النفسية لدى الأمهات**

| مقياس الضغوط النفسية لدى الأمهات | عدد البنود | معامل الارتباط بيرسون | معامل الارتباط سبيرمان براون |
|---|---|---|---|
| | | قبل التعديل | بعد التعديل |
| | 36 | 0.98 | 0.99 |

- المعالجات الإحصائيّة تمّت باستخدام برنامج الحزم الإحصائية (SPSS)
- تكوّن المقياس في صورته النهائية من (36) بنداً.

## النتائج والمناقشة:

### أولاً – عرض نتائج أسئلة البحث:

**السؤال الرئيس: ما مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية؟**

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والأهمية النسبية على مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية ككل، وعند كل بُعد من أبعاده، وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول (7).

**الجدول (7) مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية**

| الرقم | أبعاد المقياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الأهمية النسبية | الترتيب | المستوى |
|---|---|---|---|---|---|---|
| .1 | الضغوط الأسرية | 2.43 | 0.24 | %81 | 1 | مرتفع |
| .2 | الضغوط الاقتصادية | 2.42 | 0.40 | %80.67 | 2 | مرتفع |
| .3 | الضغوط الانفعالية | 2.15 | 0.38 | %71.67 | 3 | متوسط |
| الدَّرجة الكليَّة للمقياس | | 2.34 | 0.26 | %78 | مرتفع | |

يلاحظ من الجدول (7) أنَّ مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية جاء مرتفعاً، إذ بلغت قيمة المتوسط الحسابي (2.34)، وأهمية نسبية بلغت (78%)، وأتى بُعد **الضغوط الأسرية** في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (2.43)، وأهمية نسبية بلغت (81%)، ثم بُعد **الضغوط الاقتصادية** في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (2.42)، وأهمية نسبية بلغت (80.67%)، وبمستوى مرتفع للبُعدين، ثم جاء في المرتبة الثالثة بُعد **الضغوط الانفعالية** بمتوسط حسابي بلغ (2.15)، وأهمية نسبية بلغت (71.67%)، وبدرجة متوسطة لهذا البُعد. أي أن أمهات طلبة المرحلة الثانوية تعاني من ضغوط مرتفعة، وقد يعود ذلك إلى عدم الاستقرار الاقتصادي والنفسي وبروز اضطرابات انفعالية، فالإجهاد في الأعمال المنزلية، وتربية الأولاد وزيادة الواجبات المنزلية إضافة إلى ضغوط أخرى تتعلق بدراسة أبنائها وحرصها على متابعة تعليمهم وتلبية احتياجاتهم، وعملها داخل المنزل كثيراً وكذلك خارج المنزل في بعض الأحيان، والتكاليف المعيشية والدراسية للأبناء، وكذلك الضغوط المتعلقة بشخصية الأبناء، وخصائص المرحلة النمائية التي يمرون بها، هي أكثر المصادر بروزاً لدى الأمهات، إذ يواجهون صعوبة في تفهمها، حيث ينتظرون وصول المراهق إلى النضج بسرعة دون حدوث مشاكل وصعوبات، مما يرفع سقف القل والتوتر لدى الأمهات. كل ذلك يولّد لدى الأم ضغوطاً نفسية، وزادت هذه الضغوط بعد الحرب على سورية، والزلازل، حيث نشأت أزمات اقتصادية وأسرية كبيرة، وهذا ما حمّل الأمهات أعباء إضافية، وأصبحن عرضة لكثير من الضغوطات النفسية. واختلفت هذه النتيجة مع دراسة Al-Furaih (2020) التي بينت نتائجها أن مستوى الضغوط النفسية لدى والدي الطلبة كان متوسطاً كما اختلفت مع نتيجة دراسة Bukathir And Ben Fleis (2022)، التي أظهرت نتائجها أن مستوى الضغوط النفسية لدى أولياء التلاميذ كان متوسطاً، وكذلك اختلفت مع دراسة Qureshi (2022)، و-Al Muqrin (2023) التي أشارت إلى أن هناك ضغوط متوسطة خاصة بأمهات الطلاب.

**التحقق من صحة الفرضيات:**

**الفرضية الأولى: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية حول مستوى الضغوط النفسية لديهن تبعاً لمتغير عمل الأم.** للتحقق من صحة الفرضية، استخدم اختبار (t) للعينات المستقلة، والنتائج مبينة في الجدول (8).

**الجدول (8): نتائج اختبار (t) للفرق بين متوسّطي درجات أمهات الطلبة على مقياس الضغوط النفسية لدى تبعاً لمتغير عمل الأم**

| أبعاد المقياس | عمل الأم | العيّنة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | (t) المحسوبة | قيمة الاحتمال (p) | القرار |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الضغوط الأسرية | لا تعمل | 142 | 33.65 | 2.98 | −2.041 | 0.042 | دالّ |
| | تعمل | 144 | 34.45 | 3.64 | | | |
| الضغوط الاقتصادية | لا تعمل | 142 | 25.91 | 4.59 | −2.728 | 0.007 | دالّ |
| | تعمل | 144 | 27.30 | 4.01 | | | |
| الضغوط الانفعالية | لا تعمل | 142 | 22.96 | 4.01 | −2.915 | 0.004 | دالّ |
| | تعمل | 144 | 24.38 | 4.17 | | | |
| الدرجة الكلية للمقياس | لا تعمل | 142 | 82.52 | 8.99 | −3.242 | 0.001 | دالّ |
| | تعمل | 144 | 86.13 | 9.78 | | | |

يلاحظ من الجدول (8) الفرق دال إحصائياً بين متوسّطي درجات أمهات الطلبة على مقياس الضغوط النفسية ككل، وعند كل بُعد من أبعاده، تبعاً لمتغير عمل الأم، إذ جاءت قيمة الاحتمال أقل من قيمة مستوى الدّلالة (0.05)، لصالح

الأمهات العاملات. فالأم بعملها خارج المنزل تتحمل أعباء إضافية، وتتراكم لديها الأعباء الأسرية، ويشكل لديها ضغوطاً نفسية بشكل أكبر مقارنة مع الأم غيرة العاملة. واتفقت نتيجة هذا البحث مع دراسة Al-Muqrin (2023) التي أظهرت نتائجها أن حالة العمل تؤثر على مستوى الضغوط النفسية لدى الأمهات. واختلفت نتيجة هذا البحث مع دراسة Qureshi (2022) التي بينت عدم وجود فروق دالة في مستوى الضغوط النفسية تعزى لمتغير الوظيفة، كما اختلفت مع نتيجة Al-Furaih (2020) التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة في مصادر الضغوط النفسية لدى والدي الطلبة ترجع لاختلاف المستوى الاقتصادي ما عدا مصادر الضغوط المالية، التي أظهرت النتائج أنها تقل بزيادة المستوى الاقتصادي، حيث كانت أعلى مصادر الضغوط في حالة المستوى الاقتصادي دون المتوسط، وأقلها في حالة المستوى الاقتصادي فوق المتوسط.

**الفرضية الثانية: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية حول مستوى الضغوط النفسية لديهن تبعاً لمتغير جنس الطالب.** للتحقق من صحة الفرضية، استخدم اختبار (t) للعينات المستقلة، والنتائج مبينة في الجدول (9).

**الجدول (9): نتائج اختبار (t) للفرق بين متوسّطي درجات أمهات الطلبة على مقياس الضغوط النفسية لدى تبعاً لمتغير جنس الطالب**

| أبعاد المقياس | الجنس | العيّنة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | (t) المحسوبة | قيمة الاحتمال (p) | القرار |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الضغوط الأسرية | ذكور | 138 | 35.38 | 3.47 | 7.027 | 0.000 | دالّ |
| | إناث | 148 | 32.81 | 2.70 | | | |
| الضغوط الاقتصادية | ذكور | 138 | 28.91 | 3.39 | 10.034 | 0.000 | دالّ |
| | إناث | 148 | 24.46 | 4.06 | | | |
| الضغوط الانفعالية | ذكور | 138 | 25.89 | 3.57 | 10.188 | 0.000 | دالّ |
| | إناث | 148 | 21.61 | 3.54 | | | |
| الدرجة الكلية للمقياس | ذكور | 138 | 90.19 | 8.41 | 12.398 | 0.000 | دالّ |
| | إناث | 148 | 78.88 | 7 | | | |

يلاحظ من الجدول (9) الفرق دال إحصائياً بين متوسّطي درجات أمهات الطلبة على مقياس الضغوط النفسية ككل، وعند كل بُعد من أبعاده، تبعاً لمتغير جنس الطالب، إذ جاءت قيمة الاحتمال أقل من قيمة مستوى الدّلالة (0.05) لصالح الذكور. أي أن الأمهات اللواتي لديهن أبناء ذكور يتعرضن لضغوط نفسية بشكل أكبر مقارنة مع الأمهات اللواتي أبنائهن من الإناث، وقد يعود ذلك إلى طبيعة أساليب التربية، فالأنثى تتسم بالهدوء وتميل إلى الاتزان التي تخفف الضغوط النفسية على الأمهات مقارنة بالذكور الذين يتسمون بالعناد، وعدم الانضباط في الدراسة، والخروج من المنزل بشكل كبير، مما يولد ضغوطاً كبيرة لدى الأمهات. واتفقت نتيجة هذا البحث مع دراسة Al-Sayed (2022) التي بينت وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث في الضغوط الأسرية لصالح الذكور

**الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية حول مستوى الضغوط النفسية لديهن تبعاً لمتغير الصف الدراسي.** لإظهار الفروق بين متوسطات درجات **أمهات الطلبة** على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الصف الدراسي (الأول الثانوي، الثاني الثانوي، الثالث الثانوي)، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وأدرجت النتائج كما هو وارد في الجدول (10):

**جدول (10): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لإجابات أفراد عيّنة البحث من أمهات الطلبة على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الصف الدراسي**

| أبعاد المقياس | الصف الدراسي | العيّنة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الخطأ المعياري |
|---|---|---|---|---|---|
| الضغوط الأسرية | الأول الثانوي | 101 | 33.44 | 3.28 | 0.33 |
| | الثاني الثانوي | 94 | 33.93 | 2.62 | 0.27 |
| | الثالث الثانوي | 91 | 34.87 | 3.91 | 0.41 |
| الضغوط الاقتصادية | الأول الثانوي | 101 | 24.85 | 3.91 | 0.39 |
| | الثاني الثانوي | 94 | 26.50 | 3.74 | 0.39 |
| | الثالث الثانوي | 91 | 28.67 | 4.58 | 0.48 |
| الضغوط الانفعالية | الأول الثانوي | 101 | 22.79 | 3.61 | 0.36 |
| | الثاني الثانوي | 94 | 23.22 | 3.75 | 0.39 |
| | الثالث الثانوي | 91 | 25.12 | 4.71 | 0.49 |
| الدرجة الكلية للمقياس | الأول الثانوي | 101 | 81.08 | 7.97 | 0.79 |
| | الثاني الثانوي | 94 | 83.65 | 7.50 | 0.77 |
| | الثالث الثانوي | 91 | 88.66 | 11.36 | 1.19 |

يظهر الجدول (10) أن هناك فروقاً ظاهرية في المتوسّطات الحسابية لإجابات أفراد عيّنة البحث، وللتحقق من ذلك استخدم تحليل التباين الأحادي، وأُدرجت النتائج في الجدول (11).

**جدول (11): تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات درجات أفراد عيّنة البحث من أمهات الطلبة على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الصف الدراسي**

| أبعاد المقياس | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيم F | قيمة الاحتمال | القرار |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الضغوط الأسرية | بين المجموعات | 100.485 | 2 | 50.243 | 4.599 | 0.011 | دال |
| | داخل المجموعات | 3091.728 | 283 | 10.925 | | | |
| | المجموع | 3192.213 | 285 | | | | |
| الضغوط الاقتصادية | بين المجموعات | 699.758 | 2 | 349.879 | 21.012 | 0.000 | دال |
| | داخل المجموعات | 4712.382 | 283 | 16.652 | | | |
| | المجموع | 5412.140 | 285 | | | | |
| الضغوط الانفعالية | بين المجموعات | 288.146 | 2 | 144.073 | 8.851 | 0.000 | دال |
| | داخل المجموعات | 4606.613 | 283 | 16.278 | | | |
| | المجموع | 4894.759 | 285 | | | | |
| الدرجة الكلية للمقياس | بين المجموعات | 2816.555 | 2 | 1408.278 | 17.182 | 0.000 | دال |
| | داخل المجموعات | 23195.221 | 283 | 81.962 | | | |
| | المجموع | 26011.776 | 285 | | | | |

يشير الجدول (11) إلى وجود فروق دالّة وجوهرية على مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الطلبة ككل، وعند كل بُعد من أبعاده، تبعاً لمتغير الصف الدراسي للطالب، إذ جاءت قيمة الاحتمال أقل من قيمة مستوى الدّلالة (0.05). ولمعرفة اتجاه هذه الفروق، استخدم اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية، وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول الآتي (12).

**جدول (12): نتائج اختبار (Scheffe) للفروق بين متوسطات درجات أفراد عيّنة البحث من أمهات الطلبة على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الصف الدراسي**

| أبعاد المقياس | (I)الصف الدراسي | (J) الصف الدراسي | اختلاف المتوسط | قيمة الاحتمال | القرار |
|---|---|---|---|---|---|
| الضغوط الأسرية | الثاني الثانوي | الأول الثانوي | 0.49 | 0.586 | غير دال |
| | الثالث الثانوي | الأول الثانوي | 1.43* | 0.012 | دال |
| | | الثاني الثانوي | 0.94 | 0.154 | غير دال |
| الضغوط الاقتصادية | الثاني الثانوي | الأول الثانوي | 1.65* | 0.020 | دال |
| | الثالث الثانوي | الأول الثانوي | 3.82* | 0.000 | دال |
| | | الثاني الثانوي | 2.17* | 0.002 | دال |
| الضغوط الانفعالية | الثاني الثانوي | الأول الثانوي | 0.43 | 0.757 | غير دال |
| | الثالث الثانوي | الأول الثانوي | 2.32* | 0.000 | دال |
| | | الثاني الثانوي | 1.97* | 0.007 | دال |
| الدرجة الكلية للمقياس | الثاني الثانوي | الأول الثانوي | 2.57 | 0.143 | غير دال |
| | الثالث الثانوي | الأول الثانوي | 7.58* | 0.000 | دال |
| | | الثاني الثانوي | 5.01* | 0.001 | دال |

يظهر الجدول (12) أن الفرق بين المتوسطات جاء بين طلبة الصف الأول والثالث الثانوي، في حين لم توجد فروق بين دالة بين طلبة الأول والثاني الثانوي وكذلك بين طلبة الصف الثاني والثالث الثانوي، عند **بُعد الضغوط الأسرية**، أما عند بُعد **الضغوط الاقتصادية**، فقد جاء الفروق بين طلبة الأول الثانوي والثاني الثانوي لصالح طلبة الثاني الثانوي، وكلك بين طلبة الثالث الثانوي وكل من طلبة الأول والثاني الثانوي لصالح طلبة الثالث الثانوي، أما عند **بُعد الضغوط الانفعالية، وعلى مستوى المقياس ككل**، فقد بينت النتائج عدم وجود فروق بين طلبة الأول والثاني الثانوي، في حين وجدت فروق دالة بين طلبة الثالث الثانوي وكل من طلبة الأول والثاني الثانوي لصالح طلبة الثالث الثانوي، وذلك بدلالة المتوسطات الحسابية. أي أن أمهات طلبة الشهادة الثانوية يشعرون بضغوط نفسية أكبر مقارنة مع طلبة الأول والثاني الثانوي، وربما يعود ذلك إلى الاهتمام الذي توليه الأمهات لهؤلاء الطلبة باعتبارها سنة تقرير مصير لديهم، وهذه السنة الدراسية تحمل معها أعباء اقتصادية واجتماعية وانفعالية، إضافة إلى ذلك تنامي الوعي لدى الأمهات بضرورة مشاركة أبنائهن ضغوطهم النفسية، والعمل على تلبية متطلباتهم، وتجبيبهم القلق التوتر وتقديم الدعم والمساندة لهم. ولم يتسنَ للباحثة مقارنة هذه النتيجة بدراسات سابقة، إذ لم يتم تناول هذا المتغير في دراساتها.

**الفرضية الرابعة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية حول مستوى الضغوط النفسية لديهن تبعاً لمتغير فرع الطالب.** للتحقق من صحة الفرضية، استخدم اختبار (t) للعينات المستقلة، والنتائج مبينة في الجدول (13).

**الجدول (13): نتائج اختبار (t) للفرق بين متوسّطي درجات أمهات الطلبة على مقياس الضغوط النفسية لدى تبعاً لمتغير فرع الطالب**

| أبعاد المقياس | فرع الطالب | العيّنة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | (t) المحسوبة | قيمة الاحتمال (p) | القرار |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الضغوط الأسرية | الأدبي | 88 | 33.31 | 3.09 | −2.536 | 0.012 | دالّ |
| | العلمي | 198 | 34.38 | 3.41 | | | |
| الضغوط الاقتصادية | الأدبي | 88 | 24.43 | 3.82 | −5.963 | 0.000 | دالّ |
| | العلمي | 198 | 27.58 | 4.24 | | | |
| الضغوط الانفعالية | الأدبي | 88 | 22.11 | 3.94 | −4.381 | 0.000 | دالّ |
| | العلمي | 198 | 24.37 | 4.05 | | | |
| الدرجة الكلية للمقياس | الأدبي | 88 | 79.85 | 8.21 | −5.562 | 0.000 | دالّ |
| | العلمي | 198 | 86.33 | 9.45 | | | |

يلاحظ من الجدول (13) الفرق دال إحصائياً بين متوسّطي درجات أمهات الطلبة على مقياس الضغوط النفسية ككل، وعند كل بُعد من أبعاده، تبعاً لمتغير فرع الطالب، إذ جاءت قيمة الاحتمال أقل من قيمة مستوى الدّلالة (0.05)، لصالح طلبة الفرع العلمي. أي أمهات طلبة الفرع العلمي يتعرضون لضغوط نفسية بشكل أكبر مقارنة مع طلبة الفرع الأدبي، وربما يعود ذلك إلى العبء الاقتصادي والانفعالي الذي يترتب على الأسرة التي لديها أبناء من الفرع العلمي، نتيجة الخوف على مستقبلهم، والشعور بضرورة تحمل مسؤولية تجاههم، وضرورة تنظيم أوقاتهم، وبذل قصارى جهدهم ومساعدتهم للحصول على درجات علمية عالية تؤهلهم لدخول كليات علمية مقارنة بأمهات طلبة الفرع الأدبي التي لا تحتاج إلى بذل جهداً كبيراً. واتفقت نتيجة هذا البحث مع دراسة Al-Sayed (2022) التي بينت وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية التخصص العلمي وطلاب التخصص الأدبي في الضغوط الشخصية لصالح طلاب التخصص العلمي.

## الاستنتاجات والتوصيات:

تناول البحث الحالي الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية، وقد توصل إلى أنَّ مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي العام في مدينة اللاذقية جاء مرتفعاً، ووجود فرق في مستوى الضغوط النفسية لدى الأمهات تبعاً لمتغير عمل الأم لصالح الأم العاملة، وتبعاً لمتغير جنس الطالب، لصالح الذكور، وتبعاً لمتغير الصف الدراسي لصالح طلبة الثالث الثانوي، وكذلك تبعاً لمتغير فرع الطالب، لصالح طلبة الفرع العلمي. وبناء على هذه النَّتائج قدمت التوصيات الآتيَّة:

- بناء برامج إرشادية للتخفيف من مستوى الضغوط النفسية الواقعة على أمهات طلبة المرحلة الثانوية، ولتنمية الوعي بإدارة الضغوط النفسية، وكيفية مواجهتها لدعم الاستقرار الأسري.
- إقامة برامج توعوية لأمهات الطلبة، يتعرفون من خلالها إلى الخصائص النفسية والانفعالية لأبنائهم، وكيفية التعامل معها، بما يلبي احتياجات أبنائهم، ويضمن لهم تحصيل دراسي مرتفع، إضافة إلى تحقيق التوازن النفسي والانفعالي لديهم.
- توفير أخصائيين نفسيين في المدارس للتعامل مع أمهات الطلبة، تساعدهم على تخطي الضغوط النفسية.

- إجراء دراسات تبحث أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي.
- إجراء بحثي يتناول الضغوط النفسية لدى أمهات طلبة مرحلة التعليم الثانوي من وجهة نظر الطلبة، ومقارنة نتائجه بنتائج البحث الحالي.
- إجراء دراسات مشابهة على أمهات الطلبة في المراحل الدراسية المختلفة.

## References:


- ALDHAIDAN, A- Influencing Factors in psychological resilience: A study on the role of emotional reassurance and optimism as predictive dimensions. Journal of Educational, Cultural and psychological Studies, No. (22), 2020,159-178.
- KATHERINE, A., NEVILLE, W. - Psychosurgical stress and the menstrual cycle. Journal of Biosocial Science, 2009, Vol. (31), No. (3), 393 – 402.
- SCHOFF, L; BAUMANN, H; WOLLESEN, B- App-Tailoring Requirements to Increase Stress Management Competencies Within Families. Medical Internet Research, (23), No(7), 2021, 26.
- RARASATI, N. & HAKIM, M. & YUNIARTI, K - Javanese adolescent's future orientation and support for its effort: An indigenous psychological analysis. International Journal of Psychological and Behavioral Sciences, Vol. (6), No. (6), 2012. 1263-1267.
- WAT, F., BADRODDIN N., ASEIH S., MARYAM C., AND REZVAN H. - Parenting Stress Among Mothers of Children with Different Physical, Mental, and Psychological Problems. Journal of Research in Medical Sciences, Vol. (19), No. (2), 2014, 145-152.
- MISHRA, POOJA SHREE; THAMMINAINA, APPARAO; MISHRA, NIHARRANJAN - Single Mothers: Strategies of Family Management and Support Systems in Relation to Health. Journal of International Women's Studies, Vol. (22), No. (5), 2021, 393 - 405.
- Levenstein ،S, Prantera, C & Andreoli, A (1993) Development of the Perceived Stress Questionnaire: a new tool for psychosomatic research. psychosomatic research, ،Vol. (37), No (1), 32-19 .
- AL NUAIMI, MOHAMED ABDEL AAL; AL-BAYATI, ABDUL-JABBAR TAWFIQ; AND KHALIFA, ABDEL, GAMAL - *Methods and Methods of Scientific Research.* Jordan: Al-Warraq Publishing and Distribution Corporation, 2015, 473p.
- Al-FURAIH, NAIF -Sources of psychological stress among parents of gifted students in the Kingdom of Saudi Arabia. Educational and Psychological Sciences, Vol. (13), No. (3), 2020, 107-157.
- ALI, ANWAR - Psychological stress and its relationship to worker productivity: A field study among production workers at the Arab Medical Company "Tamico" in the city of Damascus. Unpublished master's thesis, University Damascus, 2014, 157 p.
- AL-JUWAI'I, MUNIRA - Psychological stress and its relationship to quality of life among male and female students at Imam Muhammad bin Saud University in Riyadh. The Practical Journal of the College of Specific Education, No. (9), 2017, 247-280.
- AL-MUKHAINI, JALAL BIN YOUSSEF - Sources of psychological stress and methods of dealing with it among teachers working in the Ministry of Education in the Sultanate of Oman, published master's thesis, University of Jordan, 2008, 123 p.
- AL-MUQRIN, MUNIRA - Parental pressures faced by mothers of gifted children in the primary stage. Journal of Educational Sciences and Human Studies, No. (29), 2023, 512-548.

- AL-NAQEEB, REHAM - Managing the mother's family pressures and their relationship to the children's sense of psychological security. Specific Education Research, No(65), 2022, 82-123.
- AL-QASABI, FATHIA AL-ARABI - The extent to which university youth enjoy psychological resilience in the face of some contemporary life pressures, Al-Jami'ah, No.(16), 2014, 141-166.
- AL-SAYED, HODA - Family pressures and their relationship to both psychological flexibility and orientation towards the future among secondary school students. Journal of the College of Education in Psychological Sciences, Vol. (46), No. (3), 2022, 333-466.
- AL-SHOUBAKI, NAIFA - The effectiveness of a program to train parents in communication skills in reducing psychological stress and improving the level of adaptation among parents and their children. Al-Basaer Magazine, Vol. (12), No. (1), 2008, 107-139.
- Al-SUMAYRAN, NASSER AND AL-MASA'ID, ABDUL KARIM - Psychology of psychological stress and methods of dealing with it. Al-Hamid Library Publishing, 2014, 481p.
- AL-TAWAB, SAYED MAHMOUD - Mental health and psychological counseling. Alexandria: Al-Azaritia, Egypt, 2008, 392 p.
- AL-ZAWAWI, RANA - The effect of group counseling and problem-solving training on reducing stress, unpublished master's thesis. University of Jordan, Amman, 1992, 143 p.
- AL-ZEYOUDI, HAMZA - Sources of psychological stress and burnout among special education teachers in Karak Governorate and their relationship to some variables, Damascus University Journal, Vol. (23), No. (2), 2007, 189-219.
- BAKHSH, AMIRA-Family pressures among mothers of mentally disabled children and their relationship to protests and social support. Educational Study, Vol(2), No (29), 2002, 215-237.
- BEN SALEH, HEDAYA - Psychological pressure and its impact on the student's school adjustment, Social Studies and Research, Hamma Lakhdar El Oued University, No. (20), 2015, 86-97.
- BUKATHIR, ELHAM AND BEN FLEIS, KHADIJA - Sources of psychological pressure among parents of students about to pass the baccalaureate degree. Educational and Psychological Sciences, Vol. (6), No. (2), 2022, 273-293.
- CHOUEITER KHAYRA - Strategies for confronting psychological stress among mothers in light of the variables of psychological hardiness and social support. University of Oran, 2011, 213p.
- DUKHAN SUHAIB - Methods of dealing with psychological stress among secondary school students in the city of Nazareth. Unpublished master's thesis, College of Educational and Psychological Studies, Amman Arab University, 2010, 64 p.
- GHANEM, MUHAMMAD - Contemporary youth and its crises. Cairo: Arab Library, 2009, 407p.
- GHAZI, FAYZA - Strategy for dealing with psychological pressures and their relationship to parental treatment methods among adolescents. master's thesis, Damascus University, 2014, 157p.
- HEIBA, HOSSAM AND ABDEL SALAM, SARAH AND TAHA, ANGIE - Psychometric properties of the psychological stress scale among a sample of university students Journal of Psychological Counseling, No. (74), 2023, 29-57.

- IBO, NAIF - Psychological pressures. Alexandria University, Cairo: Dar Al-Ma'rifa University for Printing and Publishing, 2019, 275 p.
- KAMEL, MUHAMMAD - Psychological pressures and confronting them, Ibn Sina Library, Cairo, 2004, 62 p.
- KHALIFA FADEL AND MIQDAD MUHAMMAD - Psychological pressures and coping strategies among classroom teachers in the Kingdom of Bahrain, Psychological and Educational Studies, No. (9), 2012, 181-217.
- MALKUSH, RIYAD, AND YAHYA, KHAWLA- Psychological pressure and social support among parents of disabled children in the city of Amman, Studies Journal for the Human Sciences, Vol. (22), No. (5), 1995, 307-326.
- MANSOURI MUSTAFA - Psychological and school pressures and how to confront them, Cordoba, Algeria, 2010, 208 p.
- MINISTRY OF EDUCATION IN THE SYRIAN ARAB REPUBLIC - *Internal regulations for secondary schools in the Syrian Arab Republic.* Damascus, 2015-2016.
- NASR, OLA - Strategies for confronting work problems and their relationship to psychological hardiness and job security. Unpublished doctoral dissertation, Damascus University, 2012, 274.
- OBAID BAHAA AL-DIN, - Psychological stress, its problems, and its impact on mental health, Amman: Al-Safaa Publishing, 2020, 444 p.
- QURESHI, FAISAL-Psychological pressures among Algerian mothers and behavioral problems among their children in light of the Covid-19 pandemic. Social Sciences, Vol. (16), No. (2), 2022, 325-339.
- SALEH AL-JUWAI'I, MUNIRA - Psychological stress and its relationship to the quality of life among male and female students at Imam Muhammad bin Saud University, Scientific Journal of the College of Specific Education, No. (9), 2017, 247-280.