الضغوط النفسيه وعلاقتها ببعض أنواع الإنتماء لدي المراهقين في المرحلة العمريه من (١٤-١٨) سنه

نرمين نبيل محمد محمود
أ.د.فايزة يوسف عبد المجيد
أستاذ علم النفس المتفرغ عميد كلية الدراسات العليا للطفولة (الأسبق) جامعة عين شمس
د.هدى جمال
مدرس علم النفس بقسم الدراسات النفسيه للاطفال كلية الدراسات العليا للطفولة

ملخص

هدف الدراسة: الكشف عن الضغوط النفسيه وعلاقتها ببعض انواع الانتماء لدى المراهقين فى المرحلة العمريه من (١٤- ١٨) سنه.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسه الحاليه من عينه إجماليه عددها ٦٠٠ طالب وطالبه من طلبة المرحله الاعداديه والثانويه من مدارس حكوميه وتجريبيه وتتروا ح أعمارهم من (١٤- ١٨) سنة وتقع هذه المدارس فى ادارة تعليميه شرق شبرا الخيمه وقد روعى عند اختيار العينه أن تكون بطريقه عشوائيه.

ادوات الدراسة: اعتمدت الدراسة الحالية على الأدوات التالية: استمارة المستوى الاجتماعى والتعليمى للوالدين. (إعداد الباحثه)، ومقياس الضغوط النفسيه للمراهقين (اعداد الباحثه)، ومقياس الانتماء للمراهقين (اعداد الباحثه).

نتائج الدراسة: توجد علاقة سلبية دالة احصائياً بين الضغوط النفسية ودرجة الانتماء لدى المراهقين فى المرحلة العمرية من ١٤- ١٨ سنة عند مستوى دلالة ٠,٠١، ولاتوجد فروق بين متوسطى درجات طلاب المدارس الحكومية وطلاب المدارس التجريبية من المراهقين فى المرحلة العمرية (١٤- ١٨) سنة على مقياس الانتماء، ولاتوجد فروق بين متوسطى درجات طلاب المدارس الحكومية وطلاب المدارس التجريبية من المراهقين فى المرحلة العمرية (١٤- ١٨) سنة على مقياس الضغوط النفسية، ولاتوجد فروق بين متوسطى درجات أفراد العينه من المستويات الاجتماعيه التعليميه المختلفه للوالدين فى درجة الضغوط النفسيه، وتوجد فروق ذات دلالة احصائيه بين متوسطى درجات أفراد العينه من المستويات الاجتماعيه التعليميه المختلفه للوالدين فى درجة مستوى الانتماء بأنواعه (الاسرة- المدرسه- الوطن) لدى المراهقين فى المرحلة العمرية من (١٤- ١٨) سنة، ويوجد فرق دال احصائياً بين متوسطى درجات الذكور والاناث فى بعد الانتماء للمدرسة لصالح الاناث عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بينما لا يوجد فرق دال احصائياً بين متوسطى درجات الذكور والاناث فى مكونى الانتماء (الاسرة- الوطن)، ويوجد فرق دال احصائياً بين متوسطى درجات الذكور والاناث فى الضغوط النفسية لصالح الذكور عند مستوى دلالة ٠,٠١.

الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسيه، الانتماء، مرحلة المراهقه.

The Psychological Stress and Its Relation to Some Types of Affiliation in Adolescents Aged (14- 18) Years. Old

Objectives: In the current study researcher aims to detect a psychological stress and some types of belonging of the adolescents in the age of (14- 18) years.

Sample: The sample of the current study consisted of a total of 600 male and female students from the preparatory and secondary schools, ranging in age from (14- 18) years. These schools are located in the educational administration of East Shubra Al- Khima. The sample was chosen randomly Different levels of education for parents (low- medium- high), and Is obtained from the male- female

Instruments: Psychological stress scale for adolescents (researcher), personal data form and social and parental educational preparation (researcher), the scale of Affiliation to adolescents (Affiliation to the family- School- Home) preparation (researcher).

Results: This study reached several results, the most important of which are: There are a statistically negative relation between the psychological stress and the degree of Affiliation among adolescents in the age group (14- 18) years at the level of significance of 0.01, There are no differences between the average grades of public school students and students of experimental schools of adolescents in the age group (14- 18) years on the scale of Affiliation, There are no differences between the average grades of public school students and students of experimental schools of adolescents in the age group (14- 18) years on the scale of psychological stress, There are no differences between the average scores of members of the sample of the various levels of social education of parents in the degree of psychological stress, There are differences of statistical significance between the average grades of members of the sample of different levels of social education for parents at the level of Affiliation types (family- school- homeland) of adolescents in the age group of (14- 18) years.

Key Words: Psychological Stress, Affiliation, Adolescence Stage.

مقدمة:

الضغوط النفسيه ظاهره من ظواهر الحياه الانسانية وهى تكاد تكون قضية العصر التى يعيشيها الانسان المعاصر سواء فى المجتمعات المتقدمه أو الناميه حتى لايكاد يخلو من آثارها طفل او مراهق أو شاب أو راشد أو شيخ، والضغوط النفسيه هى الحالات التى يتعرض فيها الانسان لصعوبات مستمرة ماديه ومعنويه وجسمية ونفسيه والتى يتغلب عليها فى حياته اليوميه بوسيله من وسائل التكيف مع هذه الظروف ليحتفظ بحالة من الاستقرار ولكن كثيرا ما تشكل تلك الصعوبات إجهادا لا يمكن التغلب عليه لاعادة التوافق وذلك عندما تستلزم منه مطالب تفوق إمكانياته وقدراته، مما قد تؤدى إلي حدوث الضغط النفسى وخاصة إذا زادت شدة تلك الظروف أو المطالب واستمرت فترات طويله.

والضغط النفسى قد ينشأ من داخل الشخص نفسه نتيجة الأزمات التى يعيشها ويسمى ضغط داخلي، أو قد يكون ناتجا عن ظروف خارجية مثل العمل، والعلاقات الشخصية مع الأصدقاء أو شريك الحياة أو موت عزيز أو موقف صادم ويسمى ضغط خارجى.

وكذلك فالحاجه للانتماء من الحاجات الهامه حيث يشعر الفرد بأنه ينتمى إلى اسرة وينتمى الى جماعه من الاصدقاء وينتهى إلى وطن معين وأن يعتز بانتمائه إلى هذه الجماعات وتعتز الجماعات بانتمائه إليها.

والانتماء أحد دعائم بناء الفرد والمجتمع والأمة وبدونه لا يمكن للفرد أن يدافع عن وطنه ويحميه أو يساهم بإخلاص فى بنائة وبدون تزايد مشاعر الانتماء لدى الافراد لوطنهم وأمتهم لا يمكن لأمه من الامم أن تنهض ويرتفع نجمها ويعتز بها أبناؤها ويفتخرون بمجدها ويشعرون بالامان والاستقرار على أرضها.

ويرى Beyer أن الحاجه للإنتماء يعد من أقوى المصادر لدافعية الانسان والرغبه في الانتماء ربما ترجع إلى تفضيل الأفراد للعمل فى جماعات بدلا من العمل الفردى، ويؤدى الشعور المرتفع بالانتماء إلى خلق تأثيرات إيجابيه نحو الأفراد والمجتمع ذاته، حيث يشعر الأفراد الذين يمتلكون درجة مرتفعه من الانتماء بأنهم جزء من المجتمع الذى يعيشون فيه. (Beyer, 2008: 145)

مشكلة الدراسة:

من خلال اطلاع الباحثه على الدراسات السابقه إتضح أن الضغوط النفسيه من الممكن أن تؤثر على سلوك الاطفال وإتجاهاتهم فى مرحلة المراهقه بصور متعدده، فالضغوط النفسيه قد تؤدى الى أن يصاب الطفل بالعديد من الاضطرابات التى قد تظهر مثلا فى صورة عدم الانتماء.

فالانتماء يتم غرسه فى الاطفال منذ الصغر فيبدأ بالانتماء للأسرة وبمساعدة الوالدين يمكن ان يسير الانتماء فى طريقه الصحيح فيتجه الطفل بعد ذلك للانتماء للمدرسة ولجماعة الرفاق وللوطن.

ومن ثم تبلورت مشكلة الدراسة الحالية فى التساؤل الرئيسي ما طبيعة العلاقه بين الضغوط النفسيه والانتماء بأنواعه (الأسرة- المدرسه- الوطن) لدى المراهقين؟ ويتفرع من هذا التساؤل عدة تساؤلات فرعيه:

١. هل توجد فروق فى درجة الانتماء بأنواعة (الاسرة- المدرسه- الوطن) لدى المراهقين فى المرحلة العمرية من ١٤- ١٨ سنة تبعا لنوع المدرسة (حكومى- تجريبي)؟
٢. هل توجد فروق فى درجة الضغوط النفسيه لدى المراهقين فى المرحلة العمرية من (١٤- ١٨) سنة تبعا لنوع المدرسة (حكومي -تجريبي)؟
٣. هل توجد فروق فى درجة الضغوط النفسيه باختلاف المستوى الاجتماعى التعليمى للوالدين من حيث كونه (منخفض- متوسط- مرتفع)؟
٤. هل توجد فروق فى درجة الانتماء باختلاف المستوى الاجتماعى التعليمى للوالدين من حيث كونه (منخفض- متوسط- مرتفع)؟
٥. هل توجد فروق بين متوسطات درجات الذكور والاناث على مقياس الانتماء بأنواعه (الأسرة- المدرسه- الوطن)؟
٦. هل توجد فروق بين متوسطات درجات الذكور والاناث على مقياس الضغوط النفسيه؟

هدف الدراسة:

الكشف عن الضغوط النفسيه وعلاقتها ببعض انواع الانتماء لدى المراهقين فى المرحلة العمريه من (١٤- ١٨) سنه.

أهمية الدراسة:

تنبع أهمية هذه الدراسة فى إلقاء الضوء حول الضغوط النفسيه وعلاقتها ببعض أنواع الانتماء لدى المراهقين فى المرحله العمريه من (١٤- ١٨) سنة. وبناء على النتائج التى يمكن الحصول عليها يمكن اقتراح بعض البحوث التالية والتى يمكن إجراؤها مستقبلا، ومن ثم توعية الآباء بفهم طبيعة مرحلة المراهقه والضغوط النفسيه التى يعانى منها الابناء وإتباع الأساليب السوية فى معاملة أبنائهم التى تؤدى إلى زيادة فرص الانتماء لديهم.

١. الأهمية النظرية:

أ. بمراجعة البحوث التى اجريت فى هذا المجال اتضح ان هناك حاجة ماسة الى مزيد من الدراسات التى تتناول تلك الفترة الهامة من حياة الاطفال وهى مرحلة المراهقة للوقوف على بعض المحددات والعوامل التى يمكن ان تسهم فى معرفة الضغوط النفسيه للمراهقين وعلاقتها ببعض أنواع الانتماء لديهم.

ب. إهتمام هذه الدراسه بقضية الانتماء التى تعتبر من القضايا المحوريه فى واقعنا الاجتماعى وخاصة فى الوقت الراهن، فالانتماء يمثل احد المحاور الأساسيه التى يقيم من خلالها الفرد علاقاته بمن حوله ويمثل احد القيم الايجابيه.

ج. ستقوم الباحثة بإضافة اداة جديدة الى المكتبة العربية على عينات مصرية لقياس الضغوط النفسيه والانتماء بأنواعه (الأسره- المدرسه- الوطن) للمراهقين.

د. الاستفادة بالنتائج التى يتم التوصل إليها فى اقتراح عدد من البحوث التالية والتى يمكن إجراؤها مستقبلا.

٢. الأهمية التطبيقية:

أ. الاستفادة منها فى وضع بعض الإستيراتيجيات التربوية التى يمكن تطبيقها فى مؤسسات اجتماعية (الأسرة- المدرسة- النادى- المكتبة، ...الخ).

ب. الافاده من نتائج هذه الدراسات فى مساعدة المحيطين على وضع وتنفيذ السياسات التى تكفل للمراهق التغلب على الضغوط النفسيه فى هذه المرحلة.

ج. ويمكننا بعد الحصول على النتائج الهامة فى هذا البحث عمل دورات وبرامج للآباء والمختصين وذلك لزيادة فرص الانتماء للأبناء مع وضع تصور لبعض التوصيات التطبيقية والتى يمكن الاستفادة بها فى هذا المجال.

مفاهيم الدراسة:

- الضغوط النفسيه Psychological Stress: هى مجموعة من المواقف الصعبه التى تواجه المراهق فى مختلف جوانب حياته والتى تؤثر على الجوانب الجسميه والانفعاليه والفسيولوجيه للمراهق والتى تتمثل فى حرمان والديه أو أحدهما فى التعبير عن نفسه والتدخل فى شئونه الخاصه كما لايسمح له بزيارة أصدقائه للمنزل وكثرة الخلافات بين أفراد أسرته وضعف الامكانيات الماليه التى لا تمكنه من إستكمال دراسته وتتمثل فى الدرجه المرتفعه التى يحصل عليها الطالب على مقياس الضغوط النفسيه
- الانتماء Affiliation: الانتماء هو شعور الفرد بأنه جزء أساسى من جماعه مرتبط بها فيتوحد معها وكذلك شعوره بالمسئوليه تجاهها مع توفر المقومات الأساسيه للمجتمع او للجماعه لدى الفرد وشعوره بأنه ذو خصائص معينه مختلفه عن الجماعات أو المجتمعات الآخرى.
- الانتماء الأسرى Affiliation to the Family: شعور المراهق بأهميته فى أسرته وشعوره بالإطمئنان لتواجده معهم وأن يهتم بالحفاظ على سمعة ومكانة أسرته بين

الناس وأن تكون علاقاته بأفراد أسرته مليئة بالثقه والتفاهم وتصرفاته تكون مقبوله من كل أعضاء أسرته.

- الانتماء المدرسى School Affiliation: شعور المراهق بأهمية عضويته فى جماعة المدرسة وأن يحافظ على سمعة مدرستة فى المجتمع ويساهم فى حل مشكلاتها ويحافظ على النظام المدرسى ويحترمه ويشعر بانه يحقق ذاته داخل الفصل والمدرسة.
- الانتماء للوطن Affiliation to the Homeland: شعور المراهق بذاته داخل المجتمع وشعوره بالامان والرضا والثقه فى هذا الوطن وحبه الشديد للوطن حتى ولو به مساويء وشعوره بأن نجاح أى فرد من ابناء وطنه هو نجاح له وأن يقوم بالتطوع للقيام بخدمات تفيد وطنه بدون مقابل ويشعر بالفخر لانه أحد أفراد هذا الشعب وأن يحاول رد الجميل لبلده.
- مرحلة المراهقه Adolescence: يعتبر مفهوم المراهقة أحد المفاهيم الأساسية فى علم النفس ويشير إلى الفترة الانتقالية من حياة الإنسان بين الطفولة ومرحلة الرشد والتى تتميز بالعديد من المهام النمائية المعقدة خاصة الحاجة الملحة إلى التكيف مع التغيرات الانفعالية والاجتماعية التى تحدث فى هذه المرحلة. (أحمد سعيدان، ٢٠١٠: ٧٣)

ويطلق عليها إيرك إريكسون مرحلة بزوغ الهوية وهى المرحلة الخامسة للنمو؛ فالمراهق خلال هذه المرحلة يتعرض لاهتزاز مفاهيمه السابقة لذاته بما يمثل له أزمة فى تلك المرحلة. (فؤاده هديه، ٢٠٠٤: ١٤٢)

الإطار النظرى وأهم النظريات المفسرة للضغوط النفسيه:

اختلفت النظريات والنماذج التى اهتمت بدراسة الضغوط طبقا لاختلاف الأطر النظرية التى تبنتها الوحدة التفسيرية التى اتخذت منها أساس لهذا الإطار فهى إما بيولوجية أو نفسية أو اجتماعية، يمكن تناول هذه النظريات في:

- أولا: النظريات البيئية: الضغوط بإعتبارها عاملا مستقلا ينشأ عندما تتضمن البيئة ما يسبب الانزعاج للفرد بل وإيقاع الاذى به الامر الذى يمثل حملا ثقيلا على كاهله وعندئذ يشعر بالمشقه والاجهاد ويبرز هذا النموذج مايسمى بحدود المرونه المتوفرة لدى الفرد والتى تعكس مدى تحمله لدرجة المشقه حتى يستعيد توازنه البدنى له، وقد يؤدى هذا الموقف إلى حدوث أضرار على المستوى البدنى أو المستوى النفسى، وبطبيعة الحال فإن الأفراد يتباينون من حيث مستوى مقاومتهم للضغوط وقد إعتمد هذا النموذج فى تقييمه للضغوط على ما يسمى بجدوال الجبرات الحديثه التى يتم تحويلها فى ضوء أوزان معياريه إلى درجات تعبر عن مدى تعرض الفرد لمخاطر أن يكون أسيرا للمرض. (Mcnamara, 2000: 90)
- ثانيا النظرية الطبية: فى اعمال سيلى حيث يرى أن الضغوط لها دور هام فى إحداث معدل عال من الانهاك الذى يصيب الجسم فأى إصابه جسمية أو حالة انفعاليه غير سارة كالقلق والاحباط والتعب والألم لها علاقه بتلك الضغوط ويشير الى ان الفرد عندما يفشل فى مقاومة المصدر المثير للضغط فإنه يكون معرض للإصابة بأمراض التكيف. (زين العابدين درويش، ١٩٩٧: ٢٢٩)
- ثالثا النظريات النفسيه:

١. نظرية الضغط والحاجه موراي: تعتبر من النظريات الأولى أيضا فى تفسير الضغوط، يرى موراى أن مفهوم الحاجه ومفهوم الضغط مقومان أساسيان بإعتبار مفهوم الحاجه يمثل المحددات الجوهرية للسلوك، ويعرف الضغط بأنه صفه لموضوع بيئى أو لشخص تيسر أو تعوق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين، ويميز موراى بين نوعين من الضغوط هما:

أ. ضغط ألفا Alpha Stren يشير إلى خصائص الموضوعات البيئية كما توجد فى الواقع أو كما يظهر البحث الموضوعى (وجود مادي)

ب. ضغط بيتا Beata Stren يشير إلى دلالة الموضوعات البيئية والأشخاص كما يدركها الفرد.

ويوضح موراى أن سلوك الفرد يرتبط فى الغالب أرتباطا وثيقا بضغط بيتا، ويؤكد على أن الفرد بخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينه بحاجه بعينها، ويطلق على هذا المفهوم تكامل الحاجه، أما عندما يحدث التفاعل بين الموقف الحافز والضغط والحاجه النشطه فهذا ما يعبر عنه مفهوم ألفا. (فاروق عثمان، ٢٠٠١: ١٠٠)

يعد إدراك الفرد للضغط من أهم الاستجابات الصحيحه الأولى له، ويعتبر رد الفعل لذلك الضغط هو أدراكه للتهديد المحتمل فى المواقف الضاغطة، هو إنقاذ الفرد بقدرته فى مواجهة أو تجنب التهديد فى ذلك الموقف وهو الجانب الأهم. وقد استعرض موراى الضغط كالآتى (ضغط نقص التأييد الاسرى، والانقياد، وضغط العدوان وضغط الصراع والتعرض للكوارث، والدونيه وطلب العطف من الآخرين، والجنس، والنبذ، الصداقات، والانتماء، وضغط الاحتجاز، والمنع، والسيطرة، والأقران، والخصوم، والخداع، والعطف، والموضوعات الكابحه.(Davidyan, 2008, 23)

٢. نظرية الادراك سيبلبرجر: ركز سيبلبرجر على الادراك الكلى للموقف حيث أشار أن هناك فروق أو اختلافات بين الاشخاص لذلك يختلف إدراكهم للموقف الضاغط، وقد اهتم بتحديد الظروف البيئية المحيطه والتى تكون ضاغطه، والخلاصه أن سيبلبرجر حدد الضغط فى ثلاث أبعاد:

أ. الاول مصدر الضغط وهو يبدأ بمثير يحمل تهديدا أو خطرا نفسيا أو جسميا.

ب. الثاني هو إدراك الفرد لمثير.

ج. الثالث رد الفعل النفسى المرتبط بالتهديد. (هارون الرشيد، ١٩٩٩: ٥٤)

الدراسات السابقة:

١. أجرت علية أحمد حسن (١٩٩٥) دراسة هدفت إلى قياس الانتماء من خلال ثلاث أبعاد مقياس الانتماء للأسرة- مقياس الانتماء للمدرسه- مقياس الانتماء للوطن، وتكونت عينة الدراسة من ٤٠٠ طالب وطالبة من المرحلتين الاعداديه والثانويه وطبقت عليهم الادوات التاليه إستبيانات مفتوحه (إعداد الباحثه)، ومقياس الانتماء لطلاب المرحلتين الاعداديه والثانويه (الانتماء للأسرة- الانتماء للمدرسه- الانتماء للوطن) إقتباس الباحثه، وإستمارة المستوى الاقتصادى والاجتماعى (إعداد الباحثه). وتوصلت الدراسة الى النتائج التاليه: التقارب بين جميع عينة الدراسة لدى الطلبة والطالبات فى المرحلة الاعداديه والثانوية فى الانتماء لأسرهم إنتماء كبير، وتناولت النسبة فى الانتماء للمدرسة وذلك سلبيا راجعه إلى ضغوط نفسيه وأسرية وإقتصادية، وإتفقت جميع اعضاء العينة على حبهم لوطنهم.
٢. أجرى (Ostman, 2000) دراسة هدفت إلى معرفة مدى إحساس الطلاب بالقبول والانتماء داخل المجتمع المدرسى، والتعرف على الدور الذى تلعبه المدرسة فى غرس قيمة الانتماء للطلاب داخل المدرسة لدى طلاب المرحلة الثانوية وتكونت عينة الدراسة من ٢٦٥ طالب وطالبه من طلاب المرحلة الثانوية ممن تتروح اعمارهم (١٥- ١٨) عاما فى امريكا، طبق عليهم الباحث مقياس الانتماء وتوصلت الدراسة إلى أن مشاركة الطلاب فى الانشطة المدرسية يساعد على رفع الشعور بالانتماء لديهم كما وجد الباحث علاقه بين الشعور بالانتماء لدى الطلاب وبين الاحساس بقيمتهم الذاتية. (Ostman, 2000: 323)
٣. أجرت شيرين حافظ أحمد (٢٠٠٤) دراسة هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقه بين الضغوط النفسيه وانتماء الطفل لجماعة الاسرة- المدرسة- الرفاق. أجريت الدراسة على طلاب المرحلة الاعداديه ممن تتروح اعمارهم من (١٢- ١٤) عاما وقد تم اختيار العينة من المدارس الاعداديه الحكوميه التابعه لمنية النصر الدقهليه وتوصلت نتائج الدراسه إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائيه بين متوسطات درجات الذكور- الاناث على مقياس الانتماء لجماعة الاسرة- المدرسة- الرفاق لصالح الاناث، ووجود فروق ذات دلالة إحصائيه بين

متوسطات درجات الذكور- الاناث على مقياس الضغوط النفسيه لصالح الاناث، ووجود فروق ذات دلالة إحصائيه بين متوسطات درجات عينة الريف ومتوسطات درجات عينة الحضر على مقياس الانتماء لجماعه الاسرة- المدرسة- الرفاق ومقياس الضغوط النفسيه.

٤. أجرت عايده ابوغريب (٢٠٠٨) دراسة استهدفت تطوير مناهج التعليم لتنمية الانتماء للوطن فى الألفيه الثالثه لدى الطلاب بالمرحلة الثانويه وتحليل محتوى المناهج لجميع المواد الدراسيه فى الصفوف الثلاثه بالمرحلة الثانويه وقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفى القائم على تحليل المحتوي، ومن أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة: أن المناهج الدراسيه بالمرحلة الثانوية لا تتضمن سوى القليل النادر من المعارف التى تنمى الانتماء للوطن لدى الطلاب بمعنى ان المنهج بوضعه الراهن فى المرحلة الثانوية لا يقوم بتعريف الطلاب بحقوقهم وواجبات لمواطنه ولاتنمى وعيهم بواقعهم ولا بواقع مجتمعهم وبناءا على ما توصلت إليه الدراسه من نتائج توصى بما يلي: أن التربية الوطنية تعد ضرورة حياتيه وحضاريه للطلاب في هذا العصر فيجب إعادة إكتشافها وتأهيلها فى المناهج الدراسيه بصفه عامة وبالمرحلة الثانوية بصفه خاصة. (عايده ابوغريب، ٢٠٠٨)

٥. أجرى أحمد بركات (٢٠١٢) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقه بين الضغوط النفسيه وبين المتغيرات النفسيه مثل (موقع الضبط الداخلى والخارجى والتحصيل الدراسى والتوكيديه) لدى الطلاب، تكونت عينة الدراسة من ١٥٠ طالب وطالبه ممن تتراوح اعمارهم (١٦- ٢٠) عام من دول جزر القمر وروسيا وتوصلت الدراسة الى عدة نتائج من اهمها وجود علاقه إرتباطيه موجبه ودالة إحصائيا بين ابعاد الضغوط النفسيه (الاجتماعيه- الأكاديميه- الأقتصاديه) وموضع الضبط الخارجي، ووجود علاقه ارتباطيه سالبه بين أبعاد الضغوط النفسيه والتحصيل الدراسي، وعدم وجود فروق بين الجنسين (ذكور- إناث) على متغير الضغوط النفسيه. (أحمد بركات، ٢٠١٢)

فروض الدراسه:

١. توجد علاقه ارتباطيه ذات دلالة احصائيه بين درجة الضغوط النفسيه ودرجة الانتماء بانواعه (الاسرة- المدرسه- الوطن) لدى المراهقين فى المرحلة العمرية من (١٤- ١٨) سنة.

٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات الانتماء بأنواعة (الاسرة- المدرسه- الوطن) لدى المراهقين فى المرحلة العمرية من (١٤- ١٨) سنة تبعا لنوع المدرسة (حكومى- تجريبي).

٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات الضغوط النفسية لدى المراهقين فى المرحلة العمرية من (١٤- ١٨) سنة تبعا لنوع المدرسة (حكومي- تجريبي).

٤. توجد فروق ذات دلالة احصائيه بين متوسطى درجات أفراد العينه من المستويات الاجتماعيه التعليميه المختلفه للوالدين فى درجة الضغوط النفسيه.

٥. لا توجد فروق ذات دلالة احصائيه بين متوسطى درجات أفراد العينه من المستويات الاجتماعيه التعليميه لمختلفه للوالدين فى درجة مستوى الانتماء بأنواعه (الاسرة- المدرسه- الوطن) لدى المراهقين فى المرحلة العمرية من (١٤- ١٨) سنة.

٦. لاتوجد فروق ذات دلاله احصائيا بين متوسطات درجات المراهقين (ذكور- إناث) على مقياس الانتماء بانواعه (الاسرة- المدرسه- الوطن).

٧. لاتوجد فروق ذات دلاله احصائيا بين متوسطات درجات المراهقين (ذكور- إناث) على مقياس الضغوط النفسيه.

منهج الدراسه:

تم استخدام المنهج الوصفى الارتباطى وذلك بإيجاد معاملات الارتباط بين المتغيرات وكذلك المقارنه بين المتغيرات الأساسيه الجنس (ذكور- إناث) والمستوى الاجتماعى التعليمى للوالدين.

عينة الدراسه:

تكونت عينة الدراسه الحاليه من عينه إجماليه عددها ٦٠٠ طالب وطالبه من طلبة المرحله الاعداديه والثانويه من مدارس حكوميه وتجريبيه وتتراوح أعمارهم من (١٤- ١٨) سنة وتقع هذه المدارس فى ادارة تعليميه شرق شبرا الخيمه وتم تقسيم عينة الدراسه المختاره الى ٣٠٠ من الذكور، ٣٠٠ من الإناث، وفيما يلى الجدول (١) الذى يوضح عينة الدراسه تبعا للمدارس الإعداديه والثانويه من الجنسين ذكور وإناث، ن= ٦٠٠.

جدول (١) الذى يوضح عينة الدراسه تبعا للمدارس الإعداديه والثانويه من الجنسين ذكور وإناث

م	اسم المدرسه	المرحله التعليمه	عدد الطلاب	الجنس
١١	النيل الاعداديه	الاعداديه	٦٠	إناث
٢٢	بهتيم الثانويه بنات	الثانويه	٩٠	إناث
٢٢	محمد فريد	الثانويه	٧٥	ذكور
٣٣	بهتيم الثانويه بنين	الثانويه	٧٥	ذكور
٤٤	بهتيم التجريبيه	الثانويه	١٥٠	ذكور
٥٥	بهتيم التجريبيه	الثانويه	١٥٠	إناث

أدوات الدراسه:

للتحقق من اهداف الدراسة ومعالجة فروضها تم الاستعانه باستمارة المستوى التعليمى الاجتماعى للوالدين (اعداد الباحثه)، ومقياس الضغوط النفسيه للمراهقين (اعداد الباحثه)، ومقياس الانتماء للمراهقين (اعداد الباحثه).

- أولا استمارة المستوى التعليمى الاجتماعى للوالدين (اعداد الباحثه): اشتملت هذه الاستمارة على ما يلي: البيانات الأوليه وتشمل (الاسم/ تاريخ الميلاد /الجنس/ السن/ اسم المدرسه/ الفصل)، والمستوى الاجتماعى التعليمى للوالدين (الأب- الأم) ويندرج المستوى التعليمى للوالدين إلى ست مستويات وهى (أمى- يقرأ ويكتب- شهاده أقل من الثانويه- ثانويه عامه ومايعادلها- شهاده جامعيه- ماجستير او دكتوراه) مهنة الوالدين (الأب- الأم) بالتفصيل.

ولقد تم تقدير المستوى الاجتماعى والتعليمى فى الدراسة الحاليه فى ضوء أربع محكات أساسيه هي: مستوى تعليم الأب، ومستوى تعليم الأم، ومهنة الأب بالتفصيل، ومهنة الأم بالتفصيل، وقد تم أخذ جميع المواصفات الموجوده بالاستمارة والاستعانه بها لتطبيقها على العينة.

- ثانيا مقياس الضغوط النفسيه للمراهقين (اعداد الباحثه):

١. وصف المقياس:

أ. من حيث الشكل: إلتزمت الباحثه بصياغة تعليمات المقياس صياغه واضحه بحيث يستطيع المفحوص فهمها وقد روعى فى صياغة هذه العبارات فى المقياس أن تكون سهله وبسيطه وبعيده عن الغموض، ولا تحتمل معنيين وأن تحتمل فكره واحده واضحه.

ب. من حيث المحتوي: تكون المقياس من ٥٠ عباره.

ج. تعليمات الإجابه: تم الإجابه على مقياس الضغوط النفسيه بأن الطالب (المفحوص) يقرأ كل عباره ثم يحدد انطباقها عليه أم عدم انطباقها، ويوجد أمام كل عباره ثلاث استجابات وعلى الطالب أن يختار أحد البدائل الثلاثه التى تمثل درجة انطباق العباره عليه وهى كالتالي: (غالبا- أحيانا- لا يحدث).

د. طريقة التصحيح: تعطى الدرجه تبعا للإجابه التى اختارها المفحوص، والتى تعبر عن رأيه، قد تم اعطاء كل عباره ٣ اختيارات وعلى الطالب أن يختار أحد البدائل الثلاثه التى تمثل درجة انطباق العبارة عليه وهى كالتالي: (غالبا- أحيانا- لا يحدث).

تنطبق بدرجه كبيره اذا كان المعنى المتضمن فى العبارة ينطبق على الطالب أو يوافق عليه تماما وتعطى لهذه الاجابه ٣ درجات.

تنطبق بدرجه متوسطه اذا كان المعنى المتضمن فى العبارة ينطبق على الطالب أو يوافق عليه أحيانا وتعطى لهذه الاجابه ٢ درجة.

لا تنطبق اذا كان المعنى المتضمن فى العبارة لاينطبق على الطالب أو لا يوافق عليه تماما وتعطى لهذه الاجابه ١ درجه.

٢. الخصائص السيكومتريه لمقياس للضغوط النفسيه للمراهقين: والتى تتمثل فى الخصائص التى يجب توفرها والمتعلقه بالثبات Reliability والصدق Validity والتى تم حسابها بعد تجريب المقياس على عينه عشوائيه.

أ. أولا حساب الصدق Validity لمقياس الضغوط النفسيه للمراهقين (إعداد الباحثه): تم حساب الصدق للمقياس بطريقتين وهما:

- صدق المحكمين: قامت الباحثه بعرض المقياس عن طريق مجموعه من الخبراء والمتخصصين (المحكمين) فى المجال، وذلك للحكم على مدى تمثيل عبارات المقياس لمحتوى السمه موضع القياس، ومدى اتفاقها مع المفهوم الاجرائى للمقياس، وايضا التعرف على مدى وضوح التعليمات وصحة ترتيبها؟ وما مدى دقة ووضوح ألفاظ بنود المقياس المصاغه؟ وما إذا كانت البنود الموضوعه مناسبه للمرحلة العمريه التى سيطبق عليها أم لا، حيث قامت الباحثه بعرض المقياس فى صورته الاوليه على عدد من الساده المحكمين ٥ أساتذه من اساتذة علم النفس المتخصصين بالجامعات المصريه، وذلك لاستطلاع آرائهم والاستفاده منها فى الحكم على جودة المقياس فى تمثيل العبارات للمحتوى، وقد كان الاتفاق بين آراء المحكمين مرتفعا، ولا تقل درجة الاتفاق على كلعباره من العبارات عن ٨٠% فأكثر مما يدل على صدق تكوين الاداه.
- صدق التمييز (المقارنة الطرفية): يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين المجموعات مرتفعى ومنخفضى الدرجة، حيث يتم ترتيب درجات أفراد العينه ترتيبا تصاعديا أو تنازليا ثم تحديد الارباعى الأعلى(درجات الأفراد مرتفعى الدرجة فى المقياس) والارباعى الأدنى (الأفراد منخفضى الدرجة فى المقياس) وبالمقارنة بين متوسطات الارباعى الأعلى والأدنى وحساب دلالة الفروق بين هذه المتوسطات والجدول التالى (٢) يوضح ذلك

جدول (٢) دلاله الفرق بين الإرباعي الأعلي والأرباعي الأدني لمقياس الضغوط النفسية

مجموعة المقارنة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الارباعي الادنى	١٢	٨٣,٣٣	٣,٦٣	١٧,٠٤	٠,٠١
الارباعي الاعلى	١٢	١١٠,٥٨	٤,١٩		

يتضح من الجدول السابق أن ثمة فرق بين الارباعى الادنى الارباعى الاعلى وهذا يدل على تمتع المقياس بواحدة من الخصائص السيكومترية للمقياس الجيد وهى قدرته على التمييز بين الأفراد.

ب. ثانيا حساب الثبات Reliability: استخدمت الباحثه ثلاث طرق لحساب ثبات المقياس وهم:

- ثبات اعادة التطبيق Test Re Test: فى هذه الطريقة يتم تطبيق المقياس على العينه ثم اعادة التطبيق بعد خمسة عشر يوما على نفس العينة وحساب قيمة معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى (اعادة التطبيق). وفيما يلى الجدول (٣) والذى يوضح معامل الثبات بطريقة اعادة التطبيق.

جدول (٣) معامل الثبات بطريقة اعادة التطبيق لمقياس الضغوط النفسية

معامل الارتباط بين التطبيقين	مستوى الدلالة
٠,٧٥٤	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق ان قيمة معامل الارتباط بين التطبيقين بلغت ٠,٧٥٤ وهى دالة احصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠١.

- حساب الثبات بطريقة التجزئه النصفيه Spilit- half: فى هذه الطريقة تم تجزئة المقياس إلى نصفين حيث تم تقدير الدرجات للنصف الفردى وتقدير الدرجات للنصف الزوجى وحساب معامل الارتباط بينهما باستخدام معادلة بيرسون. وقد اعتمدت الباحثة على حساب معامل الثبات باستخدام معادلة سبيرمان- بروان، ويوضح الجدول التالى (٤) معاملات الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية.

جدول (٤) معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس الضغوط النفسية

معامل الارتباط بين الجزئين	معامل الثبات (سبيرمان- براون)
**٠,٦٩٢	٠,٨١٨

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق ان قيمة معامل الارتباط بين الجزأيين بلغت ٠,٦٩٢ وهى دالة احصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠١، وان قيمة معامل الثبات باستخدام معادلة سبيرمان- براون بلغت ٠,٨١٨.

- حساب الثبات بحساب معامل ألفا لكرونباخ Alpha- Cronbach: اعتمدت الباحثة على معادلة ألفا كرونباخ Alpha- Cronbach فى حساب ثبات المقياس حيث قامت بحساب قيمة ثبات الفا لكل مكون والقيمة الكلية ويوضح الجدول (٥) ذلك.

جدول (٥) معامل الثبات باستخدام الفا كرونباخ لمقياس الضغوط النفسية

عدد العبارات	قيمة الفا
٥٠	٠,٨١٣

يتضح من الجدول السابق أن قيمة معامل الفا مرتفعة وتعتبر مقبولة مما يدل على ثبات المقياس.

- ثالثا مقياس الانتماء للمراهقين:

١. وصف المقياس:

أ. من حيث الشكل: إلتزمت الباحثه بصياغة تعليمات المقياس صياغه واضحه بحيث يستطيع المفحوص فهمها وقد روعى فى صياغة هذه العبارات فى المقياس أن تكون سهله وبسيطه وبعيده عن الغموض، ولا تحتمل معنيين وأن تحتمل فكره واحده واضحه.

ب. من حيث المحتوي: تكون المقياس من ٥٨ عباره موزعه على ثلاث مكونات وهم (المكون الاول الانتماء الأسرى والمكون الثانى الانتماء المدرسى والمكون الثالث الانتماء الوطني)، وفيما يلى جدول (٦) والذى يوضح الصوره النهائيه لمقياس الإنتماء وعدد عباراته

جدول (٦) والذى يوضح الصوره النهائيه لمقياس الإنتماء وعدد عباراته

المقياس الفرعي	عدد البنود
الانتماء الأسري	٢٠
الانتماء المدرسي	١٩
الانتماء الوطني	١٩
الاجمالي	٥٨ عباره

ج. تعليمات الإجابه: تم الإجابه على مقياس الانتماء بأن الطالب (المفحوص) يقرأ كل عباره ثم يحدد انطباقها عليه أم عدم انطباقها، ويوجد أمام كل عباره ثلاث إختيارات وعلى الطالب أن يختار أحد البدائل الثلاثه التى تمثل درجة انطباق العباره عليه وهى كالتالي: (غالبا- أحيانا- لايحدث).

د. طريقة التصحيح: تعطى الدرجه تبعا للإجابه التى اختارها المفحوص، والتى تعبر عن رأيه، قد تم اعطاء كل عباره ٣ اختيارات وعلى الطالب أن يختار أحد البدائل الثلاثه التى تمثل درجة انطباق العباره عليه وهى كالتالي: (غالبا- أحيانا- لا يحدث).

تنطبق بدرجه كبيره اذا كان المعنى المتضمن فى العباره تنطبق على الطالب أو يوافق عليها تماما وتعطى لهذه الاجابه ٣ درجات.

تنطبق بدرجه متوسطه اذا كان المعنى المتضمن فى لعباره تنطبق على الطالب أو يوافق عليها أحيانا وتعطى لهذه الاجابه ٢ درجه.

لاتنطبق اذا كان المعنى المتضمن فى العباره لا تنطبق على الطالب أو لا يوافق عليها تماما وتعطى لهذه الاجابه ١ درجه.

وبالنسبه للعبارات السالبه تأخذ معكوس الدرجه (١- ٢- ٣).

٢. الخصائص السيكومتريه لمقياس الانتماء للمراهقين (إعداد الباحثه): والتى تتمثل فى الخصائص المطلوب توفرها والمتعلقه بالثبات Reliability والصدق Validity والتى تم حسابها بعد تجريب المقياس على عينه عشوائيه من طلاب المرحله الثانويه.

أ. أولا حساب الصدق Validity: تم حساب الصدق لمقياس الانتماء للمراهقين بطريقتين هما صدق المحكمين، وصدق التمييز (المقارنة الطرفية).

- صدق المحكمين: عن طريق مجموعه من الخبراء والمتخصصين (المحكمين) فى المجال، وذلك للحكم على مدى تمثيل عبارات المقياس لمحتوى السمه موضع القياس، ومدى اتفاقها مع المفهوم الاجرائى للمقياس، وايضا التعرف على مدى وضوح التعليمات وصحة ترتيبها؟ وما مدى دقة ووضوح ألفاظ بنود المقياس المصاغه؟ وما إذا كانت العبارات الموضوعه تحت كل مكون تتلائم مع هذا المكون أم لا، ومناسبتها للمرحلة العمريه التى سيطبق عليها. حيث قامت الباحثه بعرض المقياس فى صورته الاوليه على عدد من الساده المحكمين ٥ أساتذه من اساتذة علم النفس المتخصصين بالجامعات المصريه، وذلك لاستطلاع آرائهم والاستفاده منها فى الحكم على جودة المقياس فى تمثيل عباراته للمحتوى.
- صدق التمييز (المقارنة الطرفية): يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين المجموعات مرتفعى ومنخفضى الدرجة، حيث يتم ترتيب درجات أفراد العينه ترتيب تصاعديا أو تنازليا ثم تحديد الارباعى الأعلى (درجات الأفراد مرتفعى الدرجة فى المقياس) والارباعى الأدنى (الأفراد منخفضى الدرجة فى المقياس) وبالمقارنة بين متوسطات الارباعى الأعلى والأدنى وحساب دلالة الفروق بين هذه المتوسطات، والجدول التالى (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) دلاله الفرق بين الإرباعى الأعلى والأرباعى الأدنى لمقياس الانتماء

المكونات	مجموعة المقارنة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الاسرة	الارباعى الادنى	١٢	٤٤,٤٢	٥,٢٦	٧,٥١٩	٠,٠١
	الارباعى الاعلى	١٢	٥٦,٧٥	٢,١٤		
المدرسة	الارباعى الادنى	١٢	٣٦,٣٣	٤,٨٨	٦,٧٧٦	٠,٠١
	الارباعى الاعلى	١٢	٤٨,٦٧	٣,٩٨		
الوطن	الارباعى الادنى	١٢	٣٦,٦٦	٥,٥٤	٦,٨٠٣	٠,٠١
	الارباعى الاعلى	١٢	٤٩,٥٠	٣,٤٥		
الاجمالي	الارباعى الادنى	١٢	١١٧,٤٢	١٠,٧٥	١٠,٣٧	٠,٠١
	الارباعى الاعلى	١٢	١٥٤,٩٢	٦,٤٠		

يتضح من الجدول السابق أن ثمة فرق بين الارباعى الادنى الارباعى الاعلى وهذا يدل على تمتع المقياس بواحدة من الخصائص السيكومترية للمقياس الجيد وهى قدرته على التمييز بين الأفراد.

ب. ثانيا حساب الثبات Reliability: استخدمت الباحثه ثلاث طرق لحساب ثبات المقياس وهم:

- ثبات اعادة التطبيق Test Re Test: فى هذه الطريقة يتم تطبيق المقياس على نفس العينه ثم اعادة التطبيق بعد خمسة عشر يوما وحساب قيمة معامل الارتباط بين التطبيقين.
- ثبات التجزئة النصفية Spilit- half: فى هذه الطريقة تم تجزيء المقياس إلى نصفين ويتم تقدير الدرجات للنصف الفردى وتقدير الدرجات للنصف الزوجى وحساب معامل الارتباط بينهما باستخدام معادلة بيرسون. وقد اعتمدت الباحثة على حساب معامل الثبات باستخدام معاملة سبيرمان- بروان ويوضح الجدول التالى معاملات الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية.
- ثبات بطريقة تحليل التباين (معامل ألفا- كرونباخ): اعتمدت الباحثة على معادلة ألفا كرونباخ Alpha- Cronbach فى حساب ثبات المقياس حيث قامت بحساب قيمة ثبات الفا لكل مكون وللقيمة الكلية.

٣. طريقة التطبيق: تم تطبيق المقاييس على العينة بطريقة جمعيه.

الأساليب الاحصائيه:

١. التكرارات البسيطه والنسب المئويه لوصف عينة الدراسة طبقا للنوع والمستوى الاجتماعى والتعليمى للوالدين.
٢. المتوسط الحسابي.
٣. الانحراف المعياري.
٤. معامل الارتباط لبيرسون Pearson Correlation Coefficient بين متغيرين الضغوط النفسيه والانتماء بأنواعه (للاسرة- المدرسة- الوطن).
٥. إختبارت للمجموعات المستقلة T.Test Independent لإيجاد الفروق بين متوسطات المتغيرات.
٦. معامل الفا للتحقق الثبات.
٧. معادلة براون وسبيرمان للتحقق من الثبات التجزئة.

نتائج الدراسة:

١. وجود علاقة سلبية دالة احصائيا بين الضغوط النفسية ودرجة الانتماء لدى المراهقين فى المرحلة العمرية من (١٤- ١٨) سنة عند مستوى دلالة ٠,٠١.
٢. لاتوجد فروق بين متوسطى درجات طلاب المدارس الحكومية وطلاب المدارس التجريبية من المراهقين فى المرحلة العمرية (١٤- ١٨) سنة على مقياس الانتماء.
٣. لاتوجد فروق بين متوسطى درجات طلاب المدارس الحكومية وطلاب المدارس التجريبية من المراهقين فى المرحلة العمرية (١٤- ١٨) سنة على مقياس الضغوط النفسية.
٤. لاتوجد فروق بين متوسطى درجات أفراد العينه من المستويات الاجتماعيه التعليميه المختلفه للوالدين فى درجة الضغوط النفسيه.
٥. توجد فروق ذات دلالة احصائيه بين متوسطى درجات أفراد العينه من المستويات الاجتماعيه التعليميه المختلفه للوالدين فى درجة مستوى الانتماء بأنواعه (الاسرة- المدرسه- الوطن) لدى المراهقين فى المرحلة العمرية من (١٤- ١٨) سنة.
٦. يوجد فرق دال احصائيا بين متوسطى درجات الذكور والاناث فى بعد الانتماء للمدرسة لصالح الاناث عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بينما لا يوجد فرق دال احصائيا بين متوسطى درجات الذكور والاناث فى مكونى الانتماء (الاسرة- الوطن).
٧. يوجد فرق دال احصائيا بين متوسطى درجات الذكور والاناث فى الضغوط النفسية لصالح الذكور عند مستوى دلالة ٠,٠١.

أهم التوصيات التطبيقية:

١. أن تقوم الأسرة بتربية الأبناء تربية استقلالية تمكنهم من التفاعل الايجابى مع بيئاتهم ومع المؤسسات التى يلتحقون بها مما يزود من فرص الانتماء.
٢. ضرورة إشراك الأبناء فى معالجة كثير من المشكلات التى يتعرضون لها وحثهم على تطوير هذه المعالجات إلى ما يتوقع أن يقابلهم من مشكلات فى المستقبل للتغلب على الضغوط النفسيه فى هذه المرحله.
٣. توفير بيئة مناسبة للمراهقين بعيدا عن الضغوط مما ينعكس بالإيجاب على البيت والأسرة وبالتالى زيادة درجة الانتماء لديهم بأنواعه.

٤. ضرورة إمداد المكتبة بمقياس يشمل انتماءات الابناء فهو لايقتصر على الإنتماء للاسره فقط بل يشمل الانتماء (للأسرة- المدرسة- الوطن)

٥. يجب الاسرة إشباع حاجات الابناء حتى يسير الاطفال فى الاتجاه السوى نحو تدرج الانتماء سواء للأسرة والمدرسة والوطن فيما بعد.

٦. العمل على عقد دورات تدريبية للمرشدين والمرشدات فى المدارس من قبل وزارة التربية والتعليم وذلك لرفع كفاءتهم المهنية وتبصيرهم بكيفية التعامل مع الطلاب والطالبات من فئة المراهقين وتفهم احتياجاتهم والاستماع.

البحوث المقترحة:

كشفت الدراسة الحالية عن الحاجة الملحة إلى الاهتمام بإجراء المزيد من البحوث والدراسات ولذلك تقترح الباحثة بإجراء تلك الدراسات مستقبلا:

١. الانتماء للوطن وعلاقته بالضغوط النفسيه لدى طلاب الجامعه.

٢. الضغوط النفسيه وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الابناء فى المرحلة الاعدادية.

٣. الضغوط النفسيه لدى الآباء وعلاقتها بالضغوط النفسيه لدى الابناء فى المرحلة الثانوية.

٤. الانتماء للوطن وعلاقته بأساليب التنشئه الاجتماعيه لدى المراهقين.

٥. المشكلات الاجتماعيه والاقتصاديه وعلاقتها بالانتماء للوطن لدى المراهقين.

٦. عمالة المصريين بالخارج وعلاقتها بالشعور بالانتماء للوطن لدى أبنائهم فى المراحل العمرية المختلفه.

المراجع:

١. بشرى اسماعيل (٢٠٠٤). **ضغوط الحياه والاضطرابات النفسيه**، القاهرة، مكتبه الأنجلو.

٢. جمعه يوسف (٢٠٠٧). **إدارة الضغوط. مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث فى العلوم الهندسية**، جامعة.

٣. حسين على فايد (٢٠٠٥). ضغوط الحياه والضبط المدرك للحالات الذاتيه والمسانده الاجتماعيه كمنبئات بالأعراض السيكوسوماتيه لدى عينه غير اكلينكيه، **دراسات نفسيه**، رابطة الأخصائين النفسيين المصريه (رائم) ١٥(١).

٤. حسن عبدالله فراج (٢٠٠٨). دور التعليم العام فى تعزيز الانتماء الوطنى. دراسة تطبيقية على مدارس التعليم العام، **رسالة دكتوراه**، مدينة الرياض، السعودية.

٥. حسن محمود خليل (٢٠٠٤). **الولاء والانتماء دراسة إسلاميه إجتماعية**. القاهرة، الهيئة المصريه العامه للكتاب. القاهرة

٦. شيرين حافظ (٢٠٠٤). بعض انتماءات الاطفال فى مرحلة التعليم الاساسى وعلاقتها بالضغوط النفسيه. **رسالة ماجستير**، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

٧. على محمد الوليدى (٢٠٠٣). الضغوط النفسيه والرضا الوظيفى لدى معلمى التربية الخاصه. **رسالة ماجستير**، قسم علم النفس، كلية التربيه جامعة أم القري.

٨. عايده ابوغريب (٢٠٠٨). تطوير مناهج التعليم لتنمية المواطنة فى الالفيه الثالثه لدى الطلاب بالمرحلة الثانوية. الجمعية المصريه للدراسات الاجتماعيه، **المؤتمر العلمى الاول لتربية المواطنه ومناهج الدراسات الاجتماعيه**، ٢٠ يوليو جامعة عين شمس

٩. فاروق السيد عثمان (٢٠٠١). **القلق وادارة الضغوط النفسيه**. دار الفكر العربى، القاهرة.

١٠. فؤادة هديه (٢٠٠٤). المراهقة (نظرة نقدية)، **مجلة الطفولة والتنمية**، المجلس العربى للطفولة والتنمية، العدد١٣.

١١. منى سيد الروبى (٢٠١٣). الاحساس بالهوية وعلاقتها بالانتماء لدى عينة من طلبة المدارس الحكومية والدولية، **مجلة الارشاد النفسى**، مركز الارشاد النفسى العدد الخامس والعشرين.

١٢. هارون توفيق الرشيدي (١٩٩٩). **الضغوط النفسية (طبيعتها- نظرياتها) برنامج لمساعدة الذات فى علاجها**. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

13. Beyer (2008). Belonging in A Grade 6 Inclusive Classroom three multiple perspective case Students of Students with mild disabilities un pubished **Master**, Queens University.

14. Baskin, Thomas W. (2004). Belongingness as a major resiliency factor for students with low peer acceptance in a multi culture environment, **Ph.D**, University of Wisconsin Madison,

15. Degelsmith, Amanda Brooke (2000). The relationship between students sense of belonging School and academic out comes, **Ph.D**, University of Georgia,

16. Davidyan, A, (2008). **Theories of Stress**. Armenian Medical Network Armenia Hypertension Association. USA

17. Deniz, M. Engin, Tras, Zeliha, Aydogan, Engin. (2009). **An Investigation of Academic procrastination**, Locus of Control, and Emotional Intelligence Educational Sciences: Theory and Practice

18. Lazarus, R (2006): **Toward better research on stress and Coping American Psychologist**, (55). 665

19. Mark, G& smith, A (2008). **Stress Models: A reviewAnd Suggested New direction**. vol 3.

20. March, P (2007). Belonging Research, **Social Issues Research, center**, UK.

21. Newman, Kevin: Asense of Belonging (2005): **Creating a multi cultural environment in a predominantly White Independent School**, A. D, University of Los Angeles,

22. Ostman, K. F. (2000): Students need belonging in the School Community, **Journal Citation, Review of educational research**.