

الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين عقلياً

أ.م.د. أحلام شهيد الباهلي
م.م. عماد حميد عبيس

مشكلة البحث The problem of the Research

ان ماشهده العالم من تغيرات وتطورات لاسيما في سنوات الاخيرة قد اثر في مختلف النواحي السياسية والاقتصادية والاجتماعيه والتعليميه ودفع الكثير من الباحثين الى القول ان انسان اليوم يعيش في عصر يتسم بالضغوط النفسيه لكثرة المصادر الضاغطة عليه انه عصر يتسم بالتعب والارهاق والتوتر واتساع الطموح وطريقة الحياة الحديثه ومواقف كثيره ذات طبيعة ضاغطة . (إبراهيم ، ١٩٩٤ : ٥٥)

ويعتقد العلماء ان الضغوط النفسيه بدأت مع خلق الانسان وهي جزء من هذه الحياة ومع تقدم الحضاره المدنيه زادت المشاكل والضغوط التي تواجه الفرد واصبح التعامل معها مشكلة كل فرد . (ملحم ، ١٩٩٩ : ٥٥)

فالضغوط بكل انواعها هي نتائج التقدم الحضاري المتسارع الذي يؤدي الى انحرافات تشكل عبئاً على قدرة ومقاومة الانسان في التحمل فرياح الحضارة تحمل مع طياتها افات تستهدف النفس الانسانية . (الاماره ، ٢٠٠١ : ١)

ان ضغوط الحياة قد اصبحت من اخطر الظواهر في حياة الانسان المعاصر لما تخلفه من جروح نفسيه فكلما زادت الحياة تعقيداً اكثر تعرض الانسان لكثير من مواقف الفشل والاحباط في تحقيق رغباته والتزاماته اذا ماوقع تحت وطأة الضغوط النفسيه.

(محمد ، ١٩٩٦ ، : ٢٢٦)

وكما تشكل الضغوط النفسيه عبئاً على اداء وصحة الانسان كما قد تؤثر على قدراته وامكانياته اذ اشارت دراسات حديثه الى ان الضغوط النفسيه تؤدي الى اضطراب الذاكره وان الضغط النفسي يمكن ان يضر بقدرة الفرد على تحليل وتذكر المعلومات وتشير نتائج الدراسات التي قام بها علماء من الولايات المتحدة وكندا والسويد الى ان اثار الضغوط على هرمونات مثل

(الكورتيزول) يمكن ان تسهم في اضعاف اداء الذاكرة وان ردود الفعل الحادة للضغوط قد تضعف الوظائف العقلية ايضاً .
(www.hanoon.blogspot.com)

ونتيجة للمهارات والقدرات العقلية العاليه التي يتميز بها المتفوقون عقلياً عن العاديين فإنهم يتأثرون بدرجة عالية بالضغوط التي تنشأ من البيئة المحيطة بهم وعند مايقع المتفوقون تحت تأثير الضغوط لفترات زمنية قصيره او طويلة مع عدم قدرتهم على مقاومة تلك الضغوط يزيد احتمال تعرضهم للخطر وظهور بعض المشكلات الانفعاليه والاضطرابات الجسميه
(السمادوني ، ١٩٩٠ : ٧٢٩ - ٧٦٣)

وتعتبر الضغوط عن كثير من الخبرات المؤلمة التي يتعرض لها المتفوق لكل يوم وان استمرار تعرضهم لتلك الضغوط تحدث اثاراً سلبيه في اغلب الاحوال على مظاهر النمو لديهم وتؤثر على مستوى ادائهم العقلي ،فا لضغط يعيق مهارات التفوق ذاتها التي تجعل هؤلاء الطلبة متفوقين فتؤثر في مهارات التفكير وينخفض التركيز وتضعف القدرة على اتخاذ القرار وحل المشكلات ويؤدي الى النسيان وتتحفض الدافعيه للانجاز .

(kaplen,1990:p488)

وغالباً ما يكون الاحساس العميق للمتفوقين عقلياً هو السبب الذي يجعلهم يواجهون مشكلات لايقابلها العاديون فما يمر به من حادث عادي من قبل الاخرين يمكن ان يسبب استجابته انفعاليه لدى بعض الطلبة المتفوقين لان نضجهم الانفعالي قد لايتناسب أو يكون ابطاً من نضجهم العقلي بسبب الحساسيه التي تجعلهم قابليين للتعرض للضغوط النفسيه بشكل اكبر

(Freeman ,1991:p,42)

ان المتفوق عقلياً قديواجه كثيراً من الضغوط التي تحول حياته امراً عسيراً وتدفعه الى سوء التوافق الشخصي والاجتماعي وقد يبتابه القلق والتوتر الشديد ولمساعدة هذه الفئة التي تحتل مكانه في المجتمع ولانها الثروة البشريه والمحرك الاول لمجتمع الثروات من حيث بناء الفرد واستغلال هذه المواهب واعداد جيل قادر على التحدي والعطاء من خلال الاستفادة من الطاقات العقلية التي يتمتعون بها ، يجدر بنا ان نتفهم الضغوط التي يواجهونها وان نساعدهم في مواجهاتها فكما تتعرض فئات المجتمع الاخرى الى الضغوط النفسية التي تعيق صحتهم الجسميه والنفسيه كذلك المتفوقون عقلياً قد يتعرضون لهذا الضغوط لانهم جزء من هذا المجتمع والتي قد تسبب مشكلات بدورها تؤثر في تفوقهم وقدراتهم واستعداداتهم ، فعند معرفة الضغوط التي تتعرض لها هذه الفئة ومحاولة ايجاد الحلول المناسبه للتغلب عليها ، فأن ذلك سيؤدي الى استثمار هذه الطاقات والامكانيات بشكل امثل وذلك لاهمية الدور الذي يمكن ان تقوم به في تقدم المجتمع . ان الظروف الاستثنائية التي يعيشها طلبة المرحلة الثانويه عموماً والمتفوقون عقلياً خاصة في هذه

الفترة فضلاً عن اهمية المرحلة العمرية التي يمرون بها (مرحلة المراهقة) وما يرافقها من صراعات وتوترات قد تولد ضغوطاً نفسية تؤثر في حياتهم بصورة عامة اذا لم يجدوا مراعاة لمشكلاتهم واشباع حاجاتهم .

أهمية البحث: The Impartment of the Research:

ان مفهوم الضغوط (stresses) يعد من اهم المفاهيم التي تم تطويرها في مجال علم النفس وبتزايد الاهتمام بها تزايد كبيراً ومن مؤشرات هذا الاهتمام العدد الكبير من الكتب التي تصدر في هذا المجال ويرى (سيلبي Selye) الرائد في مجال الضغوط انها عملية موائمة مع الظروف المحيطة بالانسان فواحدة من انماط التطور التي اخذت مكانها في كل فرد خلال حياته من الولادة الى الوفاة هي الموائمة للضغوط والتوترات اليومية . (الحلو ، ١٩٨٩ : ١٣)
وقد بدأ الاهتمام بدراسة الضغوط بصورة منهجية منذ ان اعطى (سيلبي Selye) مفهومه عن الضغط بوصفه مجموعته من الاعراض المتلازمة للتكيف العام (General Adaptation Syndrome) وقد اكد العلاقة المحتملة بين الضغوط وما يصيب الانسان من امراض . (Meichendaum.1982:p291)

وقد وجد العلماء في ميدان الصحة النفسية ان الضغوط النفسية يسهم في كثير من الامراض الجسدية والنفسية لدى الافراد ومن خلال الدراسات تشير النتائج الحديثة الى ان الضغوط النفسية تترك اثارها على الجهاز المناعي لدى الانسان مما يجعله اكثر عرضه للاصابه بامراض نفس جسيمه متعدده مثل فرسه المعده وارتفاع ضغط الدم ونوبات قلبية والسرطان والكأبه والتفكير بالانتحار والموت المفاجئ . (الجبوري ، ٢٠٠٢ : ٢)

كما بينت الدراسات وجود صلة بين الضغط النفسي ومشكلات الصحة النفسية مثل القلق والاكتئاب وانخفاض الانجاز الاكاديمي وانخفاض الاداء في العمل (جبريل ، ١٩٩٥ : ١)
واشارت الدراسات ايضاً الى الاثار التي تحدثها الضغوط النفسية في الصحة النفسية كسوء التوافق وضعف التكامل النفسي والتوتر الصراعات وعدم الاحساس بالسعادة والعجز عن تحقيق الذات والاصابه بالاضطرابات النفسية . (أبو مغلي ، ١٩٨٧ : ٣٧)

وأكدت دراسات أخرى كدراسة (علي ، ١٩٩٤) و(الحلو ، ١٩٩٥) ان الضغوط بشكل عام والضغوط النفسية بشكل خاص تعد من الاسباب الرئيسية للاصابة بالاضطرابات النفسية وتعمل على احداث اثار نوعية في النواحي المعرفيه (كزيادة تشتت الانتباه ونقصان التركيز) او انفعاليه (كالقلق والاكتئاب والغضب) او جسميه (كارتفاع ضغط الدم وزيادة الافرازات الحامضية) او سلوكيه (كتناول الكحول والتدخين) . (الزبيدي ، ٢٠٠٠ : ٢)

ولاهمية فئة المتفوقين عقلياً التي تعد فئة من فئات ذوي الاحتياجات الخاصة ولما تحمله من قدرات عقلية عالية لذلك بموجب الاهتمام بها حيث نالت هذه الفئة كتبة العلماء والباحثين اذ نجد الكثير من الدراسات التي تهتم بالمتفوقين عقلياً كدراسة (جالتون) عام ١٨٨٢ عن وراثة العبقرية ، دراسة (Termen) عام ١٩٢١ استمرت قرابه ٣٣ عام اهتمت بالخصائص المختلفة التي تميزها المتفوق عن الاعتيادي سواء كانت هذه الخصائص جسيمه او انفعالية او اجتماعية او عقلية والتي توصل من خلالها الى ان هذه الفئة تتميز بخصائص شخصيه وانفعاليه افضل من الاعتياديين ووكذلك دراسة (Holingworth) عام ١٩٢٣ والتي اهتمت بمعرفة بعض العوامل التي تؤدي الى اضطراب المتفوقين انفعالياً ومحاولة التوصل الى نوع الخدمات التربوية . (عبد الفقار ، ١٩٧٧ : ٢٢)

لذلك بدأت الدول المتقدمه بالاهتمام والرعايه لابنائها المتفوقين ابتداء باكتشافهم والعنايه بهم وتشجيعهم من حيث ان الفرد المتفوق عقلياً بعد ثروه وطنيه وقوميه من شأنه الاسهام في بناء مستقبل وطنه وامته ، وحتى يتمكن هذا الفرد من تحقيق طاقاته ويسهم اسهاماً فعالاً في التطور العلمي والثقافي وان كون انتاجه ذا معنى وتأثير في حياة المجتمع ، لذلك لا بد أن يحظى برعاية خاصة تساعد على ان يتكيف مع نفسه ومدرسته ومجتمعه ولا بد ان تزويد المدرسة بالخبرات اللازمه لكي تنمي قدراته واستعداداته الى اقصى حد لها اذ اكدت الدراسات بضرورة الاهتمام والرعايه لهذه الفئة فالمتفوقون عقلياً يحتاجون الى خدمات تختلف عن الخدمات التي تقدم لغيرهم ليصلوا الى مزيد من نمو تفوقهم وليحصل مجتمعهم على فائده اعظم من ابداعهم.

(زحلق ، ١٩٩٨ : ٥)

وبرغم الاهتمام والرعايه للمتفوقين عقلياً وما اكدته الدراسات فقد يواجهون ضغوطاً نفسيه ذات تأثير كبير على حياتهم ، اذ اصبحت الحياة المعاصره مصدراً للكثير من الضغوط والازمات النفسيه التي نشأت نتيجة لعوامل مختلفة تتصل بماضي الافراد وواقعهم وهواجسهم المستقبليه ، فكلما ازدادت تعقيدات الحياة وتشابكت علاقاتها ، كما ازدادت وتكاثرت اسبابها وتشعبت حدودها ، ان الضغوط النفسيه تترك اثارها في جميع مجالات الحياة وفي مختلف المراحل العمرية ومنها رحلة المراهقه التي تترك اثارها في مستقبل الفرد ولا سيما مرحلته التعليميه التي تمدد مستقبل الطالب دراسيا ومهنياً اذ تعد من ادق المراحل التي يمر بها الانسان في حياته ، وان مايبرر دراسة الضغوط النفسيه التي يتعرض لها الطليه المتفوقين عقلياً وقرانهم الاعتياديين هو الاتي :-

١- ان مايتسم به عصرنا الحاضر من تغيرات سريعه ومايمر به مجتمعنا العراقي من ظروف حاله صعبه قد تولد ضغوطاً نفسيه تؤثر بشكل مباشر في سلوك الفرد تأثيراً سلبياً .

- ٢- ان الضغوط النفسية تمثل خطراً على صحة الفرد وتوازنه كما تهدد كيانه النفسي وما ينشأ عنه من اثار سلبية على الصحة الجسمية والنفسيه .
- ٣- أهميه هذه الفئه (المتفوقين عقلياً) لمساعدتهم في التعرف على مشاكلهم والضغوط النفسيه التي قد يتعرضون لها لمالها من تأثير كبير في ادائهم وعلاقاتهم داخل المدرسة وخارجها لكي يكونوا قادرين على التعامل مع متطلبات الحياة المعاصره التي لاشك انها تحمل ضغوطاً نفسيه كثيره ومتنوعه وشديده يتحتم على المختصين الاهتمام بهذه الفئه من ابنائهم لانهم الثروة البشريه والطاقيه التي تستحق الدعم والراعايه .
- ٤- يُأمل أن يقدم البحث الحالي للمهتمين بالمتفوقين عقلياً كشفاً عن الضغوط النفسيه التي قد يتعرضون لها ويساعدهم على القيام بتذليلها .

اهداف البحث . Aims of the Research

يهدف البحث الحالي الى :-

- ١- قياس درجة الضغوط النفسيه لدى الطلبة المتفوقين عقلياً .
- ٢- قياس درجة الضغوط النفسيه لدى الطلبة الاعتياديين .
- ٣- التعرف على دلالة الفروق في درجة الضغوط النفسيه بين الطلبة المتفوقين عقلياً وقرانهم الاعتياديين .
- ٤- التعرف على دلالة الفرق في درجة الضغوط النفسيه بين الطلبة المتفوقين عقلياً وقرانهم الاعتياديين حسب متغيري الجنس (ذكر - اناث) والصف الدراسي (ثاني ، رابع

(

حدود البحث Limits of the Research

اقتصرت البحث الحالي على الطليه المتفوقين عقلياً المنتمين الى المدراس الثانويه للمتميزين (الصف الثاني المتوسط والصف الرابع الاعدايي) وقراتهم في المدراس الثانويه الاعتياديه لكل الجنسين في بغداد (الراصافه) للعام الدراسي ٢٠٠٦ - ٢٠٠٧ .

تحديد المصطلحات Definition of the terms

١- الضغوط النفسية : Psychological Stresses

• تعريف سيلبي 1958 Selye

يعرف الضغوط بأنه انحراف اوميل عن مبدأ التوازن الداخلي الذي يمثل حالة ثابتة ووظيفه بايولوجيه والتي تسبب انحرافاً ملحوظاً عن حالة الاستقرار الطبيعي في الاعضاء الفعالة من جسم الكائن الحي .
(Selyk1958 :p53)

• تعريف لازاروس 1993 Lazarus

حالة من التوتر الانفعالي ينشأ من المواقف التي يحدث فيها اضطراب في الوظائف الفسيولوجيه والبايولوجيه وعدم كفاية الوظائف المعرفيه اللازمة للموقف
(Lazarus , 1993:p.12)

• تعريف مارينون 1997 Marinon

المواقف الحياتيه التي يتعرض لها الافراد والتي تؤثر في الصحة النفسيه والجسميه
(Marinon ,1997:p.779)

• تعريف توماس 2003 Thomas

هي حالة من الشدة النفسيه التي تتطلب من الفرد التكيف معها .
(Thomas, 2003 :p.123)

في حين عرفها الباحث نظرياً باتي : (هي الاحداث والمواقف والظروف والصعوبات البيئيه التي تواجه الفرد في حياته اليوميه وتسبب له ضيقاً وعدم راحة) ويعرفها اجرائياً : هي الدرجه التي يحصل عليها الطلبة من خلال استجابتهم لمقياس الضغوط النفسيه الذي اعده الباحث لاغراض البحث الحالي.

٢ المتفوقين عقلياً : Giftedness

• تعريف بنتلي 1957 Bently

ان الاطفال المتفوقين عقلياً هم اولئك الاطفال ذوو الاستعدادات غير العاديه العاليه في
الدراسة
(Benty,1957 :p331)

• تعريف پاسو 1979 Passou

التفوق العقلي هو قدره على الامتياز في التحصيل
(passou, 1979:p.6)

• تعريف الدباغ ١٩٨٣

هو كل طالب او طالبه يسجل مئنه فوق ال ٩٥% في المرحله العمرية التي ينتمي اليها وتقابل معامل ذكاء (١٢٥) درجة فما فوق حسب اختيار رافن للمصفوفات المتتابعه المعد للبيئه العراقية .
(الدباغ ، ١٩٨٣ : ٤٠)

• تعرف النعامنه ٢٠٠٣ .

هو وصول المتعلمين الى مستوى الى مستوى يفوق (يزيد على) المستوى الذي وصل اليه متوسط افراد المجموعه التي ينتمون اليها (بانحرافيين معياريين) في مجال واحد او اكثر من مجالات (التحصيل الدراسي ، مهارات متنوعة او قدرات عامه او خاصه).
(النعامنه ، ٢٠٠٣ : ٦٩)

التعريف الاجرائي للمتفوقين عقلياً .

هم الطلبة المسجلون في مدارس المتميزين في مدينه بغداد الذين تم اختيارهم وفق ضوابط اعدتها وزارة التربيه هي :

- ١- معدل القبول للتقديم ٩٥ % في الدراسة الابتدائيه .
- ٢- اجتيازه الاختبار التحصيل في المواد الدراسيئه الاتيه : اللغه العربيه ، العلوم ، الرياضيات . اللغه الانكليزيه بمعدل ٧٠ % .
- ٣- اجتيازه اختبار الذكاء بمعدل ٣٠ % .
- ٤- على ان يكون معدل القبول في الاختبارين ٧٥ % فما فوق .

وقد اضاف الباحث الى هذه الضوابط معياراً اخر للتفوق العقلي هو ان يسجل مئنه فوق ال (٩٥%) في المرحله العمرية التي ينتمي اليها وتقابل معامل ذكاء (١٢٥) فما فوق حسب اختبار رافن للمصفوفات المتتابعه المستخدم في البحث الحالي ..

الفصل الثاني

الاطار النظري

الضغوط النفسية

ان مفهوم الضغط النفسي الذي شاع استخدامه في علم النفس والطب النفسي تمت استعارته من الدراسات الهندسية والفيزيائية حينما كان يشير إلى الإجهاد (strain) والضغط (press) ، والعبء (Load) حيث استعاره علم النفس في بداية القرن العشرين عندما انفصل عن الفلسفة واثبت استقلاليتته بوصته علما له منهج خاص به وايضا جرى استخدامه في الصحة النفسية والطب النفسي على يد (هانز سيللي) الطبيب الكندي في عام ١٩٥٦م عندما درس اثر التغيرات الجسدية والانفعالية غير السارة الناتجة عن الضغط والإحباط والإجهاد.

(www.ao-academy.org)

انواع الضغوط

١. الضغوط الفيزيائية physical stresses التي تكون مسبباتها خارجية كالتلوث

الكيميائي والاشعاعات والضوضاء وتختلف في شدتها وقوة تأثيرها.

٢. الضغوط الاجتماعية social stresses وهي الضغوط التي تكون نتيجتها تفاعل

الفرد مع البيئة الاجتماعية والتي يصعب تجنبها وتسبب كريبا شديدا وتشمل موت شخص عزيز ، ظروف العمل وقد تكون احداث سارة مثل الكسب المادي المفاجئ.

٣. الضغوط psychological stresses : وتشمل الضغوط الناجمة عن المواقف

التي تترك اثارا مباشرة من التوتر الشديد نتيجة الاحباط وتعد اكثر انواع الضغوط اضرارا بسبب طبيعتها التوتيرية وقد تنتج عن الضغوط الفيزيائية والاجتماعية .

(morse& furst,1979:p.10)

نظريات الضغوط

الضغوط النفسية ظاهرة من الظواهر الانسانية المعقدة حيث تتجلى في مضامين بايولوجية ونفسية واجتماعية واقتصادية ومهنية ودارسية لذلك تعددت النظريات التي فسرت هذه الظاهرة ونختصرها بنظريتين:

الاولى: نظرية سيللي وهي من النظريات البايولوجية التي ركزت على استجابة جسم الكائن الحي من خلال ادراك الفرد للتهديد والتي تتوضح من خلال اعراض التوافق العام او متلازمة التكيف العام (G.A.S) التي قسمها الى ثلاثة مراحل الاولى رد الفعل الانذاري والثانية مرحلة المقاومة والثالثة مرحلة الاجهاد الانهاك.

(Selye, 1973:p.1-6)

الثانية: نظرية لازاروس: وهي من النظريات البيئية التي اعطت للجانب البيولوجية دوراً من خلال الاستجابة للضغوط حيث يرى لازاروس ان حدوث الضغوط هو نتيجة للتفاعل بين الفرد والبيئة المحيطة به أي سوء التوافق بين متطلبات وحاجات الفرد وحسب رأي لازاروس ان تعرض الفرد للعوامل الضاغطة يمر بثلاث مراحل اساسية هي:

١. التعرض للعوامل الضاغطة وتشمل: أ- المتطلبات البيئية، ب- المتطلبات الشخصية.
٢. تقويم وتقدير الموقف الضاغط وجود مرحلتين: أ- التقويم الاولي، ب- التقويم الثانوي.
٣. الاستجابة للضغوط وفيها يحاول الفرد اختيار بدائل الاستجابة (فلسجية او معرفية او سلوكية) عندما يواجه التهديد (Hackett and Lonborg, 1983:pp14-17)

مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث من طلبة المدارس الثانوية /الدراسة الصباحية في مدينة بغداد/ الرصافة الاولي والثانية للعام الدراسي ٢٠٠٦-٢٠٠٧ والبالغ عددهم (٧٣٤٦٨) طالبا وطالبة بواقع (٢١١٥٤) ذكرا و (٥٢٣١٤) انثى موزعين على مدارس بغداد/ الرصافة منها (٣٩) مدرسة في الرصافة الاولي و (٦٠) مدرسة في الرصافة الثانية.

عينة البحث:

تألفت عينة البحث من (٤٠٠) طالب وطالبة في المدارس الثانوية لمدينة بغداد/ الرصافة اختبرت بطريقة قصدية بواقع مدرستين من الرصافة الاولي ومدرستين من الرصافة الثانية وكانت عينة الطلبة المتفوقين عقليا (٢٠٠) طالب وطالبة منهم (١٠٠) ذكور و (١٠٠) اناث اختيروا بطريقة عشوائية واختير (٥٠) طالب وطالبة من كل مدرسة بواقع (٢٥) من الصف الثاني المتوسط و (٢٥) من الصف الرابع الاعدادي، اما عينة الطلبة الاعتياديين فقد بلغت (٢٠٠) طالب وطالبة اختيروا بنفس الطريقة.

ادوات البحث:

لغرض تحقيق اهداف البحث تم استخدام اداتين هما

أ. مقياس الضغوط النفسية: قام الباحث ببناء مقياس للضغوط النفسية من خلال الدراسة الاستطلاعية بتوزيع استبانة استطلاعية مفتوحة على عينة من الطلبة المتفوقين عقليا واقرانهم من الطلبة الاعتياديين وفي ضوء اجابات هذه العينة ومراجعت الادبيات السابقة واطلاع الباحث على مقاييس الضغوط النفسية ضمن المجالات ١٠ الاسري، المدرسي، الاجتماعي تم تحديد (١١٠) فقرة موزعة على ثلاث مجالات ثم قام الباحث بالتحليل المنطقي لل فقرات (صلاحية الفقرات) حيث يذكر

(Elde) ان الوسيلة المفضلة للتأكد من صلاحية الفقرات (الصوت الظاهري) لاداة القياس هي ان يقوم عدد من الخبراء المختصين بتقدير صلاحية الفقرات القياس الظاهرة التي وضعت من اجلها (Eble, 1972: p555)

ولهذا الغرض تم عرض الفقرات على مجموعة من المختصين في العلوم التربوية والنفسية والحكم على مدى ملائمة التعليمات وبدائل الاجابة وحذف وتعديل وازضافة على فقرات المقياس وفي ضوء استجابات الخبراء وملاحظاتهم استبقت الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق ٨٠% فاكثر وبناء على ذلك اصبح المقياس مكون من (٩٠) فقرة موزعة على ثلاث مجالات ثم قام الباحث بالتطبيق الودي للمقياس على عينة البحث لتصبح المقياس والحصول على الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب ووضعت امام كل فقرة خمسة بدائل متدرجة في قوتها وهي (بشكل ضغطا كبيرا جدا، يشكل ضغطا كبيرا، ان يشكل ضغطا متوسطا، يشكل ضغطا قليلا، لا يشكل ضغطا) واعطيت لها الدرجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) وبذلك فان اعلى وادنى درجة للمستجيب تتراوح بين (٩٠-٤٥٠) والمتوسط الفرضي للمقياس هو (٢٧٠) ثم قام الباحث باستخدام الخصائص السايكومترية للمقياس والتي تتضمن التمييز حيث استخدم اسلوب المجموعتين المتطرفتين ٢٧% العليا و ٢٧% الدنيا واخضع جميع الاستثمارات البالغ عددها (٤٠٠) للتحليل وبلغ عدد الافراد في كل مجموعة (١٠٨) وبلغت حدود الدرجات للعليا بين (٣٢٣-٤٣٧) والدنيا بين (١٢٠-٢٣٨) وبعد التحليل باستخدام الاختيار التائي لعينين مستقلتين اتضح ان فقرات المقياس البالغ عددها (٩٠) تميز بين المجموعة العليا والدنيا عند مستوى دلالة (٥%) لذلك استبقيت جميعها في المقياس وحسب الصدق بطريقتين الصدق الظاهري من خلال عرض فقرات المقياس بمجالاته الثلاثة على مجموعة من الخبراء والمحكمين والثانية: الصدق البنائي من خلال اربعة اساليب الاول: علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (٠.١٣٧-٠.٦٧١) وعند اختيار الدلالة الاحصائية ظهر جميعها دالة احصائيا عند مستوى (٥%) وبدرجة حرية (٣٩٨) . اما الاسلوب التائي فهو علاقة درجة الفقرة بدرحة المجال تبين ان جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٥%) وبدرجة حريه (٣٩٨) اما الاسلوب الثالث فهو علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس حيث تم حساب معاملات ارتباط درجة كل مجال من مجالات المقياس الثلاثة بالدرجة الكلية لـ (٤٠٠) استمارة وكانت جميعها دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٥%) والاسلوب الرابع هو علاقة درجة المجال بدرجات المجالات الاخرى وكانت ايضا جميعا دالة احصائيا عند مستوى (٥%). اما الثبات فقد حسب بطريقتين التجزئة النصفية وطريقة الفاكرو نباخ للاتساق الداخلي، اذ بلغ معامل الثبات بالتجزئة النصفية للمقياس ككل (٠.٨٤) وللمجالات الاسري (٠.٨٦) والمدرسي (٠.٨٥) والاجتماعي (٠.٨٢) اما بطريقة الفاكرو نباخ فقد بلغ للمقياس

ككل (٠.٨١) وللمجالات الاسري (٠.٩٠) والمدرسي (٠.٨٥) والاجتماعي (٠.٨٢) اما الخطأ المعياري للمقياس فتوضح من خلال الجدول الاتي:

المقياس ومجالاته	الخطأ المعياري في حالة الثبات بطريقة التجزئة النصفية	الخطأ المعياري في حالة الثبات بطريقة الفاكرونياخ
مقياس الضغوط النفسية	٢٧.٣٥	٢٠.١٨
المجال الاسري	٩.٠٩	٧.٣١
المجال المدرسي	٩.٤٢	٧.٧٩
المجال الاجتماعي	٦.٩٣	٩.٣٩

ب- اختيار رافن للصنوفات المتتابعة:

تم تطبيق اختبار رافن على عيني البحث لانه الاختيار المناسب للتحقق من نسبة الذكاء للطلبة وللتأكد من ان الطلبة الذين يمثلون عينة البحث هم اعتياديون ومتفوقون. وبعد تطبيق اختبار رافن على عيني البحث قام الباحث بتمويل درجات الخام الى مراتب مئينيه كما مثل كل من رافن والدباغ عند تقينهم للاختيار حيث تضم المرتبة الاولى مجموعة (الاذكياء الممتازين) تقع مئينتهم من (٩٥%) واكثر ضمن المرحلة من العمر والثانية (الاذكياء الجيدين) تقع مئينتهم بين (٧٥%- و٩٥%) والثالثة تضم (متوسطي الذكاء) او (الاعتياديون) الذين تقع مئينتهم بين (٢٥%) ودون الـ (٧٥%) ان هذه المراتب هي نفس مراتب الذكاء التي سأتخدمها كل من رافن والدباغ اما المرتبتان الرابعة والخامسة لم تظهر في افراد العينة لذلك اعتمد الباحث المرتبتان الاولى وتمثل المتفوقين عقليا والثانية وتمثل الاعتياديين.

وقد اعتمد الباحث الوسائل الاحصائية الاتية لتحقيق اهداف البحث:

١. الاختبار التائي لعينة واحدة .
٢. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين.
٣. معامل ارتباط بيرسون.
٤. معادلة سييرمان براون
٥. النسبة التائية

٦. معادلة الفاكرونياخ
٧. الخطأ المعياري للمقياس
٨. تحليل التباين الثلاثي
٩. اختيار شيفيه

وبعد تطبيق الاداتين على عينة البحث واستخدام الوسائل الاحصائية المناسبة لمعالجة البيانات تم التوصل الى النتائج الاتية:

١. متوسط درجات الطلبة المتفوقين على قياس الضغوط النسبة اعلى من المتوسط لنظري وبفرق غير دال احصائية.
 ٢. متوسط درجات الطلبة الاعتياديين على قياس الضغوط اعلى من المتوسط وبفرق دال احصائيا.
 ٣. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الضغوط النفسية بين الطلبة المتفوقين وقرانهم الاعتياديين بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس والمجالات كافة.
 ٤. توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الضغوط النسبة بين الطلبة المتفوقين وقرانهم الاعتياديين ولصالح الطلبة الاعتياديين في المجال الأسري.
 ٥. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الضغوط النفسية بين الطلبة المتفوقين وقرانهم الاعتياديين في المجال المدرسي والاجتماعي.
 ٦. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية للتفاعل بين عينتي البحث من الطلبة المتفوقين و قرانهم الاعتياديين والجنس وبين عينتي البحث من الطلبة المتفوقين وقرانهم الاعتياديين والصف الدراسي في درجة الضغوط النفسية في المجال الاسري والمدرسي.
 ٧. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية للتفاعل بين عينتي البحث من الطلبة المتفوقين و قرانهم الاعتياديين والجنس في درجة الضغوط النفسية في المجال الاجتماعي.
 ٨. توجد فروق ذات دلالة احصائية للتفاعل بين عينتي البحث من الطلبة المتفوقين وقرانهم الاعتياديين والصف الدراسي (ثاني - رابع) في الضغوط النفسية لصالح الصف الرابع في المجال الاجتماعي.
 ٩. توجد فروق ذات دلالة احصائية للتفاعل الثلاثي بين المتغيرات (الطلبة، الجنس، الصف الدراسي) في درجة الضغوط النفسية في كافة المجالات (الاسري، المدرسي، الاجتماعي).
- التوصيات :

على ضوء نتائج البحث يتقدم الباحث بالتوصيات الآتية:

١. إعطاء أهمية للإرشاد التربوي والتوجيه المهني في المدارس الثانوية لتبصير الطلبة بمشكلاتهم ومعرفة الضغوط التي يتعرضون لها داخل وخارج المدرسة .
 ٢. إقامة محاضرات عن طريق مجالس الآباء والمدرسين لتوعية الآباء بمعرفة المواقف التي تشكل ضغوطاً على أبنائهم الطلبة ومواجهتها.
 ٣. تأمين كادر تدريسي بمستوى عال علمياً وتربوياً في مدارس المتفوقين .
 ٤. ضرورة رعاية الطلبة وخاصة المتفوقين منهم من خلال تحقيق الضغوط التي يعانون منها في إحدى المجالات وتقديم المساعدة لهم من الناحية النفسية.
- المقترحات:

على ضوء نتائج البحث يقترح الباحث ما يأتي:

١. إجراء دراسة مقارنة للضغوط النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات مثل (الثقافة بالنفس، التوافق النفسي والاجتماعي، الاتزان الانفعالي لدى الآباء ، مستوى التحصيل الدراسي للاب والام).
٢. إجراء دراسة لمعرفة اسباب الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين عقلياً.
٣. إجراء دراسة مقارنة للضغوط النفسية وعلاقتها بأساليب التنشئة الاجتماعية لدى الطلبة المتفوقين وقرانهم الاعتياديين..

المصادر

- ابراهيم ، لطيف عبد الباسط (١٩٩٤) : عمليات تحمل الضغوط وعلاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى المعلمين ، مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر ، السنة ٣ ، العدد ٥ .
 - ابو مغلي ، سميح وسلامه ، عبد الحافظ (٢٠٠٢) : علم النفس الاجتماعي ، ط ١ ، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن .
 - الاماره ، سعد (٢٠٠١) : الضغوط النفسية ، مجلة النبأ / العدد ٤٥
- WWW.annabao.org
- الجبوري ، حنان عيسى سلطان (٢٠٠٢) : الرعاية الصحية المدرسية بين الواقع و التطلعات المستقبلية ، مجلة الطفولة والتنمية ، المجلس العربي للطفولة والتنمية ، المجلد ٢ ، العدد ٥ .

- الحلو ، بثينة منصور (١٩٨٩) : مركز السيطره والتعامل مع الضغوط ، جامعة بغداد ، كلي الاداب ، رساله ماجستير غير منشوره .
- الخالدي ، اديب محمد علي (٢٠٠٣) : سايكولوجية الفروق الفرديه والتفوق العقلي ، ط ١ ، دار وائل للنشر ، عمان ، الاردن .
- الدباغ ، فخري واخرون (١٩٨٣) : اختبار المصفوفات المتتابعة ، القياس العراقي ، جامعة الموصل ، العراق .
- الريحاني ، سليمان (١٩٩٨) : مشكلات الطلبة الموهوبين والمتفوقين وارشادهم ، المؤتمر العلمي العربي الاول الرعاية الموهوبين والمتفوقين ، العين الامرات العربية المتحدة .
- الزبيدي ، كامل علوان أحمد (٢٠٠٠) : الضغوط النفسيه وعلاقتها بالرضا المهني ولصحة النفسيه لدى اعضاء هيئة التدريس في الجامعة ، الاداب ، جامعة بغداد (اطروحة دكتوراه غير منشوره) .
- زحلق ، مها (١٩٩٨) : الترييه الخاصه للمتفوقين ، مطبعة الاتحاد ، كلية التربية ، جامعه دمشق، سوريا .
- السمدوني ، السيد عبد الرحمن (١٩٩٠) : ادراك المتفوقين عقلياً للضغوط والاحترق النفسي في الفصل المدرسي وعلاقته ببعض المتغيرات ، المؤتمر السادس لعلم النفس في مصر .
- عبد الغفار ، عبد السلام ، (١٩٧٧) : التفوق العقلي والابتكار ، دار النهضه العربيه ، القاهره .
- محمد ، صباح محمود (١٩٩٦) : الموسوعه التربويه والنفسيه ، الجامعه المستنصريه ، بغداد .
- ملح ، عائد فاضل (١٩٩٩) : الطب الرياضي الفسيولوجي ، ط ١ ، دار الكندي للطباعه والنشر .
- النعامه ، حسن محمد قاسم (٢٠٠٣) : تقويم البرنامج التربوي للطلبه المتفوقين في المراكز الرياديه في ضوء اهداف التطوير التربوي في الاردن ، كلية التربية / ابن رشد ، جامعه بغداد ، اطروحة دكتوراه غير منشوره .
- Bently .J.E(1957): **Superior children** ,Horton company ,new yourk.
- Eble,R.L.(1972) **essentials of educational measurement**, new Jersey: prentice hall
- Freeman.(1991) **gifted children growing up** edition. published in great .educational limited villagers house England, Britain castle
- Hackett,G and Lon Borg .s. (1983) **Modules of stress in :altimeter** ,EM.(ed)**helping students mirage stress** Sanfrancisco :joss ey-bass
- kaplenL.S. (1990) **Gifted students with stress management** ERICEC .America.

- Lazarus R.C etal (1993) **from psychological stress to emotions** :history of outlooks Annual Review of psychology
- Marinon,B (1997) :Psychological distress and its correlations in secondary school students in pavia , Epidermal **journal learning** Vol.13,Itally
- Meichendaum .D.T.(1982):**Stress coping and disease: cognitive-behavioral respective** ,In New filed ,RW.
- Morse D.R Laurence, f(1979)**Stress for assess anostistic approach to stress and its management** .London Litton Educational new yourk.
- Passow ,A.H(1979):the **gifted and talented: their education and development** :Chicago university of press, Chicago.
- Selye, H.(1958) **The stress of life** .Lowered Bryon IId. London.
- Selye, H(1973) the evaluation of the stress concept , **journal of American scientist**
- Thomas Marry (2003): **organizational Behavior concepts**, theory and practices Deep& Deep publication, New Delhi.
- <http://www.a-academy.org>