Kirkuk University Journal of Humanities Studies
مجلة جامعة كركوك للدراسات الانسانية
عدد خاص بنشر وقائع المؤتمر العلمي الثالث (العلوم الانسانية اساس الإرتقاء الفكري للمجتمع للمدة 1-2 - حزيران 2025)

The Level of Psychological Distress among High School Students in Erbil City

Tanya Wasfe Abdwllah\ Salahaddin University\ College\Education,

Email: tanya.abdwllah@su.edu.krd

Kadhim Zrar Ahmed \ Salahaddin University\ College\Education

Email: kadhim.ahmed@su.edu.krd

Research Abstract

Adolescence, coinciding with the high school stage, is a period of significant physical, psychological, and social transformations. Students at this stage are exposed to various pressures stemming from academics, social relationships, hormonal changes, and future aspirations. These pressures can lead to elevated levels of psychological distress, negatively affecting their mental and physical health, academic performance, and social relationships. In the context of Erbil city, additional factors such as the social, economic, and cultural conditions experienced by the community may compound these pressures.

The current research aims to identify the overall level of psychological distress among high school students and to find the differences in the level of psychological distress according to the variables of gender and specialization. Also, Determine differences in the

level of psychological distress according to the variables of academic year and economic status. The significance of this research lies in providing fundamental data on the level of psychological distress among an important segment of students and contributing to the understanding of factors that lead to students' exposure to psychological distress. The population of the current research consists of preparatory school students in Erbil city, totaling (32,254) male and female students. The research sample comprised (390) male and female students distributed according to the research variables. The researchers prepared the research instrument and utilized the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) and appropriate statistical methods to analyze the data and interpret the results. The researchers reached several conclusions, including: students exhibit a high level of psychological distress; there are differences between genders in favor of males; there are also differences according to economic status, favoring the poor economic status; and differences between students according to academic year, favoring the twelfth grade. In light of these findings, the research concludes with a number of recommendations and conclusions.

Keys words: Distress, Psychological Distress, High School Students

مستوي الضيق النفسي لدى طلبة مرحلة الاعدادية في مدينة اربيل

د. تانيه وصفى عبدالله/ جامعة صلاح الدين/كلية التربية

د.كاظم زرار احمد/ جامعة صلاح الدين/كلية التربية

الخلاصة

تُعد مرحلة المراهقة، التي تتزامن مع المرحلة الإعدادية، فترة تحولات جسدية ونفسية واجتماعية كبيرة. يتعرض الطلاب في هذه المرحلة لضغوط متنوعة ناتجة عن الدراسة، والعلاقات الاجتماعية، والتغيرات الهرمونية، والتطلعات المستقبلية. يمكن أن تؤدي هذه الضغوط إلى ارتفاع مستويات الضيق النفسي، مما يؤثر سلبًا على صحتهم النفسية والجسدية، وأدائهم الأكاديمي، وعلاقاتهم الاجتماعية. وفي سياق مدينة أربيل، قد تضاف عوامل أخرى مثل الظروف الاجتماعية والاقتصادية والثقافية التي يمر بها المجتمع إلى هذه الضغوط ، ويهدف البحث الحالي الى التعرف على مستوى الضيق النفسي لدى عينة البحث ايضا كشف عن الفروق في مستوى الضيق النفسي بحسب متغير(الجنس، التخصص). ومعرفة مستوى الفروق الضيق النفسي بحسب متغير (مرحلة الدراسية، الحالة الاقتصادية). تكمن أهمية هذا البحث في توفير بيانات أساسية حول مستوى الضيق النفسي لدى شريحة مهمة من الطلاب و المساهمة في فهم العوامل التي تؤدي الى تعرض الطلاب للضيق النفسي يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة المرحلة الاعدادية في مدينة اربيل، والبالغ عددهم (32254) الطالب والطالبة، وتكونت عينة البحث على الطلبة موزعين بحسب متغيرات البحث والبالغ عددهم (390) الطالب والطالبة ، قام الباحثان بإعداد أداة البحث. مقياس مكونة من (30) فقرة ، وقام البحاثان باستخراج الخصائص السيكومترية لها (الصدق ومؤشرات الصدق البناء وكذلك الثبات). واستخدم الباحثان الحقيبة الاحصائية برنامج (SPSS) والوسائل الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات وتفسير النتائج. توصل الباحثان الى الاستنتاجات منها: أن الطلبة لديهم الضيق النفسي بصورة عالية، وأن هناك فروق بين الجنسين ولصالح الذكور، وكذلك توجد الفروق بحسب الحالة الاقتصادية للحالة السيء والفروق بين الطلبة بحسب المرحلة لصالح مرحلة الثاني العشر ، وفي ضوء النتائج خرج البحث بعدد من التوصيات والمقترحات والاستنتاجات.

الكلمات المفتاحية : الضيق، الضيق النفسي ، طلبة مرحلة الاعدادية.

الفصل الاول

مشكلة البحث:

إن مرحلة المراهقة مرحلة الحرجة والصعبة التي يمر به الفرد وتحدث فيه التغييرات الفسيولوجية والاجتماعية والنفسية ، وتعاني المراهق الكثير من المشكلات والازمات بسبب هذه التغييرات ، ولا يعرف هويته ولا مكانته ، وإذ كان اهله ليس واعياً فإنه لا يستطيع أن يضبط كل هذه الازمات ويؤثر على صحته الجسمية والنفسية، فيحدث له الكثير من المشكلات النفسية ومن بين هذه المشكلات الضيق النفسي الذي يشعر الفرد بالتوتر والحزن واليأس ولا يشعر بالسعادة ولا يستطيع ان تغلب على كل هذه المعاناة وسوف يؤثر حالته على أدائه في المجالات المختلفة الدراسية و الاجتماعية والاسرية .

والضيق النفسي إذ لم يعالج سوف يؤدى الى الاكتئاب لدى الفرد بحيث يسيطر على حياته بشكل العام ولا يستطيع أن ينجز أي العمل المطلوب عليه ، إن الاجهاد والارهاق يؤدي الى الضيق النفسي حيث يتمثل بالاكتئاب والقلق لدى الاشخاص الذين يتعرضون للضغوط بشكل المستمر وإذ امكن الفرد في التأقلم والمواجهة لهذه الضغوطات واستخدام الوسائل والاستراتيجيات المناسبة والتفكير الايجابي له سوف يستطيع ان تغلب عليه (عبدالحي ، 2021، ص4) .

ولان فئة المراهق فئة المهمة للمستقبل وإن لديهم المشكلات الكثيرة ، ويجب ان نتعامل معهم بشكل التي يساعدهم على التغلب هذه المرحلة بشكل الجيد ،ولهذا السبب قام الباحثين بهذا البحث لمعرفة إذا كان لديهم الضيق النفسي وماهي اهم المتغيرات التي يؤثر عليه ، والذي يمكن صياغته بالإجابة عن السؤال التالي :

ما المستوى الضيق النفسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية؟

أهمية البحث :

أن الضيق النفسي يستخدم بشكل واسع كمؤشر للصحة النفسية للأفراد في مجالات الصحة العامة. ومع ذلك، لا يزال مفهوم الضيق النفسي غامضًا بالنسبة للبعض. يشير الدراسات و الأدبيات العلمية أن مصطلح (الضيق النفسي) يُستخدم غالبًا للإشارة إلى مجموعة من الأعراض، من بينهم الاكتئاب وأعراض القلق العام وبعض سمات الشخصية، والإعاقات الوظيفية، والمشاكل السلوكية (Aline et all, 2014,p105).

أن السمات المُحددة للضيق النفسي هي التعرض لحدث مُرهق يُهدد الصحة البدنية أو العقلية، وعدم القدرة على التعامل بفعالية مع هذا المُسبب للتوتر، والاضطرابات العاطفية الناتجة عن هذا التعامل غير الفعال . (هورويتز 2007، ريدنر 2004) يشيران بأن الضيق النفسي تتلاشى بزوال أسبابها أو عندما يتمكن الفرد

من التعامل بفعالية مع هذا السبب .و هناك دراسات كثيرة تُؤكد على تأثير الضغط النفسي على الضيق النفسي، (Drapeau et all,2012,p105).

أن الضيق النفسي يحدث نتيجة التضارب بين الادوار الاجتماعية مع التوقعات الفرد، بحيث يؤدي الى حدوث الصراع النفسي عند أداء اهذه الادوار بحيث يؤثر على الطاقة والالتزام الفرد وعلى اهمية المهمة وهذه كله يؤدي الى الضيق النفسي لدى لفرد (الساعدي والجواري، 2023،ص 378) . وتشير عدد من الدراسات بأن الضيق النفسي يؤثر على الصحة الفرد ويؤدي الى تكوين الاثار السلبية لديه ، مثل عدم القدرة على التكيف ضعف مستوى الاداء وانخفاض مستوى الدافعية للفرد (عبدالحي،2021، ص7) . وإن الانسان معرضاً ومهياً لاضطرابات النفسية والمرض النفسي اذا واجه ضغوطات ولم يستطيع التغلب عليها ،اذ ان الافراد الذين يتعرضون للضغوطات الاكثر يصابوا بالمرض النفسي (محمد،2021،ص195). يشير دراسة (Viertio et al,2021) أن نقص الدعم الاجتماعي من الشريك و المقربين والوالدين والأصدقاء عمل مؤشر خطير للإصابة بالضيق النفسي ،وهناك دلائل تشير إلى اختلاف تأثيره بين الرجال والنساء ، مثل كون الدعم العاطفي أكثر حماية للنساء للاصابة في الاكتئاب من الرجال .وتستفيد النساء من الدعم أكثر من الرجال في سياقي العمل والأسرة في المقابل، يبدو أن النساء يتلقين دعمًا أقل من أزواجهن مقارنةً بالرجال (Viertio et al,2021,p2).

كما أظهرت نتائج دراسة (Riccardo, 2022) بأن اعراض الضيق النفسي في سن مبكرة تعوق النجاح الاكاديمي للمراهق ،و فضلاً عن تحقيق رفاهيتهم الشخصية والاجتماعية. ويمكن تحسين الضيق النفسي لدى طلاب من الناحية الاكاديمية عن طريق تفعيل الرضا الاكاديمي لديهم (الباز، 2023، ص1042). ويشير (عمار 2020) بأن طلبة مرحلة الاساسية الذين لديهم مستوى مرتفع من الضيق النفسي كان قدرتهم الأقل في إعادة التقييم المعرفي مقارنة بمنخفضي الضيق النفسي (عمار، 2020، ص2).

يستمد أهمية هذه البحث على الفئة التي يتناوله وهم فئة المراهق ، فهم شريحة مهمة في المجتمع، لانهم رجال وبنات المستقبل الذي يعتمد عليهم أي المجتمع، ويتناول مرحلة المهمة في التعليم وهي مرحلة

الاعدادية الذي يتبلور فيه ميول واتجاهات ورغبات الطلبة واعدادهم للمستقبل حسب قدراتهم وميولهم وتنمو قدراتهم المعرفية والاجتماعية ويحدث ذلك نتيجة تفاعلهم مع البيئة الاجتماعية . ومرحلة الاعدادية مرحلة المهمة كونه مرحلة الانتقالية التي تنقل فيه الطالب مرحلة المتوسطة الى مرحلة الاعدادية وهي مرحلة قريبة لمرحلة الجامعة (عطوان، 2017، ص7). والاهتمام بالناحية النفسية لكل المراهق سوف يكون خطوة لبناء شخصيته وتصوره لذاته بشكل الايجابي (محمد ومحمد،2018،ص331).

في ضوء ما تقدم يمكن أن نلخص أهمية البحث الحالي كالآتي:

1- أهمية دراسة فئة المهمة من فئات المجتمع ، وهم فئة المراهق، وفضلاً عن أهمية مرحلة الدراسية وهي مرحلة الاعدادية.

2- التعرف على الضيق النفسي لدى طلبة مرحلة الاعدادية حسب المتغيرات المدروسة .

3- يفيد هذه الدراسة المؤسسات التربوية على وضع البرامج الارشادية والتربوية للطلبة الاعدادية من أجل أن يعبر هذه المرحلة بشكل الجيد ومراعاتهم وتوفير الظروف المناسبة لتنمية قدراتهم وميولهم ومساعدتهم على حل مشكلاتهم .

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الى:

1- التعرف على مستوى الضيق النفسي لدى عينة البحث ككل.

2- التعرف على مستوى الضيق النفسي بحسب متغير (الجنس، التخصص).

3- تعرف على مستوى الفروق الضيق النفسي بحسب متغير (مرحلة الدراسية، الحالة الاقتصادية).

حدود البحث .

يتحدد حدود البحث الحالي على طلبة المرحلة الاعدادية في مركز مدينة أربيل للعام 2024-2025م.

تحديد المصطلحات:

أولاً / الضيق النفسي:

- تعريف (الشريفة، 2018).

أنه حالة من عدم التكيف وعدم التوافق نتيجة الضغوطات المستمرة وهو حالة عابرة وطبيعية (الشريفة، 2018، ص5).

- تعريف (Belay et all,2021).

بأنه حالة من المعاناة العاطفية تتميز بأعراض الاكتئاب (مثل فقدان الاهتمام، التعاسة، اليأس) والقلق (مثل الأرق، الشعور بالتوتر). كما يتميز بأعراض جسدية أخرى، مثل الأرق، والصداع، ونقص الطاقة، و تختلف باختلاف المناطق (Belay et all,2021,p1249).

- تعريف (Anyanwu,2023)

هي حالة صحية نفسية غير محددة، تتميز بالقلق والاكتئاب وأعراض جسدية. وتشمل مشاعر الضعف والحزن والخوف والقلق الشديد والأفكار السلبية والعزلة الاجتماعية(Anyanwu,2023,p2) (.

- **التعريف النظري:** هو الاحاسيس والتعاطف والمشاعر غير السارة التي يحدث للمراهق ويصاحبه الضغوطات والمشكلات الكثيرة الذي يسيطر عل مجالات المختلفة في حياته.
- **التعرف الاجرائي:** هي الدرجة الكلية التي يحصل عليه المستجيب على فقرات المعدة لهذه الغرض .

ثانياً – طلبة المرحلة الإعدادية:

هي المرحلة الدراسية التي يأتي بعد مرحلة المتوسطة، وتدرس فيه الطالب ثلاث السنوات، وظيفته هر إعداد الطالب للدراسة الجامعية والحياة العملية (الشمري والهادي، 2012،ص6).

الفصل الثاني

الاطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً – الاطار النظري:

الضيق النفسي:

يُعتبر الضيق النفسي ظاهرة عابرة (ليس طويلة الأمد) مرتبطة بعوامل ضغط محددة، وتتميز باضطرابات النوم، وتقلبات في نمط الأكل، والصداع، والإمساك، والإسهال، والألم المزمن، والغضب المتكرر، والتعب الشديد، والنسيان ومشاكل الذاكرة، وانعدام المتعة الجنسية. وعادةً ما يتلاشى أو يتضاءل عندما يتكيف الفرد مع عامل الضغط أو يزول ((Belay et all,2021,p1251).

إنه حالة الذاتية ، التي تتكون من مجموعة من الاعراض السيكوسوماتيكية لدى الفرد، بحيث يستجب لها الجسم ويقاومها مثل الاكتئاب والقلق والانسحاب الاجتماعي والانهاك ومشكلات المعرفية (الذاكرة والتركيز) واضطرابات النوم ونقص في الارادة (برهان، 2022،ص30) . وإن الضيق النفسي تعاني معاناة الفرد من عدم الارتياح والانزعاج كاستجابة للعامل الضغط أو مسبب يضرر الفرد ، سواء بشكل مؤقت أو دائم (نزيهة،2021، ص313). إن مستوي المرتفع من الضيق النفسي لدي الفرد يؤدي الى ضعف الصحة العقلية والاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب ، (السعدي،2025، ص264).

إن الضيق النفسي عرف منذ الاف السنين قد ذكر (كوفاكس) قبل الميلاد ب(3900) عام وصفت المخطوطة المصرية وصفا جيداً و جسدت من يعاني من التشاؤم و فقدان الثقة بالآخرين بشكل مؤلم ، وعدم القدرة على أداء مهام الحياة اليومية ومحاولاته الجادة لانتحار وهذه المخطوطة تاريخية الاوصاف متوافقة مع بعض الروايات الحالية لظاهرة الضيق النفسي (عبدالحي، 2021،ص13).

وضيق النفسي ، هو مؤشر للصحة العقلية ، ولزيادة انتشار قضايا الصحة النفسية على مدى العقود الماضية وتأثيراته على مجموعة واسعة من الامور، فقد سلطت الجوانب المعنية بالصحة النفسية الضوء على أهمية الوقاية النفسية من الضيق النفسي وتعزيز الصحة النفسية ، ويعد فهم وسائل الكامنة وراء الضيق النفسي خطوة حاسمة قبل تصميم الوقاية الفعالة و برامج التدخل(الباز،2023،ص1050).

العوامل التي تسهم في حدوث الضيق النفسي:

1- عوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية: تشمل العوامل الاجتماعية الادوار والتوقعات المجتمعية المختلفة للرجال والنساء بالإضافة إلى التحديات في الجمع بينهما قد تكون أحد العوامل المساهمة في الفروق بين الجنسين وفي قدرتهم على تخطى الصعوبات وتحمل الضيق.

2- إجهاد العمل العقلي و الجسدي: قد يؤثر إجهاد العمل العقلي والجسدي على الصحة العقلية فالإجهاد العقلي شائع في عمل الخدمة الإنسانية، ولكن أثناء العمل قد يزيد من خطر الإرهاق العاطفي والضيق النفسي.

3- الدعم الاجتماعي: إن الدعم الاجتماعي المتصور يشير إلى شعور الشخص بأن الدعم العاطفي أو العملي متاح من الاخرين ، ويعد نقص الدعم الاجتماعي من الاقارب المقربين والابوين والاصدقاء عامل خطر لاضطراب النفسي .

4- الوحدة العاطفية: و هي عدم وجود شخص يلجأ إليه في أوقات الحاجة ، وترتبط الوحدة العاطفية ارتباطاً وثيقاً بالضيق النفسي والاضطرابات النفسية .

5- الصعوبات المالية: إن الفقر ليس وحده هو الذي يؤدي الى الضيق النفسي ولكن صمة العار المرتبطة بتلقي المساعدة أشد من خطر المعاناة من الاضطرابات النفسية الشائعة.(عبدالحي، 2021، ص18-19).

اثار الضيق النفسي على الطلبة:

إن الضيق النفسي هو حالة العاطفية الذي يتميز بأعراض التوتر والصراع والاحباط ، حيث يمكن أن تتسبب بيئة المدرسة في إصابة الطلبة بضيق نفسي، وفى حالة شعور الطلبة أن متطلبات حياتهم تستدعى للاهتمام وتوفير عناصر التكيف التي تتناسب معها ، وفي حال عدم الاهتمام قد يشعرون بعدم الكفاءة ، وينخرطون في التقييم السلبي للذات ، والنقد الذاتي ، ومشاعر اليأس ، مما قد يزيد من مخاطر الضيق النفسي ومن علاماته الاجهاد والتوتر والانتحار ، و الذى يستدعى من ضرورة الاهتمام بهم وعدم تركهم وراء المتغيرات السلبية التي تؤثر على حياتهم (الباز، 2023، ص1051-1052).

النظريات التي فسرت الضيق النفسي:

1- نظرية نوكس:

نوكس أكد في نظريته مواجهة ضغوطات الحياة ، فإن الشخص يقوم باستخدام الاستراتيجيات المناسبة لمواجهة الضغوطات بحسب أحداث الحياة ، ويعتمد أيضاً على مستوى ومقدار الدعم النفسي والاجتماعي من الآخرين لمواجهة الضغوطات وحل المشكلات والاحباطات التي تواجه . (عبدالحى ، 2021 ، ص 17)

2- النظرية البيولوجية:

ترى وجه نظر البيولوجية على ضرورة وجود الاجهزة المناسبة لمواجهة المواقف الضاغطة التي تهدد الفرد، فإذا قام الفرد بهرب أو مواجهة تلك الموقف فانه بحاجة الى الطاقة الزائدة لذلك، وهذه الموقف يؤدي الى حدوث التغييرات البيولوجية للفرد، وهذه التغييرات ماهي الى الطاقة والوقود المخزونة لدى الفرد ويقوم بتحويلها بشكل يتناسب مع الموقف ويواجها (.برهان،2022، ص33).

3- نظرية التحليل النفسي :

يرى فرويد بأن الضيق النفسي ناتج عن الصراع النفسي ، ومحاولة من قبل الفرد لمواجهة الصعوبات مستخدماً المكانيزمات الدفاعية التي سبق أن استخدمها في مرحلة الطفولة المبكرة، وينظر التحليل النفسي إلى الصراعات اللاشعورية التي تضرب بجذورها إلى مرحلة الطفولة كامتداد للنزاعات ، يمكن وصف

الضيق النفسي في حياة أي شخص بأنها محاولة التأقلم مع الصعوبات الحالية باستخدام دفاعات الطفولة الماضية، والاليات التي قد تبدو غير قادرة على التكيف وغير مناسبة للوضع الحالي . (سامية ،2021 ، ص84).

4- النظرية المعرفية :

تركز هذه النظرية على المتغيرات المعرفية و تعتبرها العامل الحاسم في معظم الظواهر النفسية فالطريقة التي يفكر بها الناس فيما يخص أنفسهم تؤدي إلى إحداث التغيرات ، فالشخص الذي يعاني من الضيق النفسي لديه أراء سلبية عن ذاته وبيئته ومستقبله، يرون أنفسهم غير مناسبين و غير محبوبين وقاصرين وفق المنظرون المعرفيون فإن تأثير الناس المفرط و سلوكهم المختل ناتج عن طرق مفرطة أو غير مناسبة في تفسير تجاربهم، و جوهر النظرية أن الصعوبات العاطفية تبدأ عندما يتم تضخيم الحدث بما يتجاوز الدلالات المتاحة . وجوهر هذه النظرية هو أن الصعوبات الانفعالية تبدأ عندما تكون الطريقة و والوسائل والاستراتيجيات التي نستخدمها مع الاحداث ،ونستطيع أن نجزم بأن الافراد الذين يشعرون بالضيق النفسي يمتلكون بنية معرفية تختلف عن غيرهم. (عبدالحى" 2021" ص15-16).

ثانياً: دراسات السابقة:

1- دراسة (Winefield et all, 2012).

تهدف الدراسة الحالية تعرف على مستوى لصحة النفسية ، ودراسة العلاقة بين الصحة النفسية والضيق النفسي. جمعت المقابلات الهاتفية مع عينة تمثيلية من البالغين (عددهم 1933) معلومات حول المتغيرات الاجتماعية والديموغرافية (الاسرة(متزوج، متطلق) ، مؤهلات التعليمية، حالة اقتصادية القدرة على العمل . وتشير النتائج وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين المتغيرات بالصحة النفسية وعلاقة سلبية بالضيق النفسي (Winefield et all, 2012,p1).

2- دراسة (Nieuwoudt,2021).

يمكن أن تكون الدراسة الجامعية تجربة تحويلية، إلا أنها قد تكون أيضًا تجربة مرهقة للعديد من الطلاب. أظهرت نتائج البحث أن طلبة الجامعة يعانون من الضيق النفسي أعلى من عامة السكان ، حيث يعاني غالبية الطلبة (95%) من مستويات الضيق النفسي أعلى من المعدل الطبيعي، وتشير نتائج البحث أن مستوى الصحة النفسية للطلبة المسجلين منخفض. وجدت علاقات عكسية ذات دلالة إحصائية بين العمر والاكتئاب، والعمر والقلق. لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين العمر والتوتر، والجنس للمتغير الضيق النفسي ، لا يوجد علاقة بين نمط الدراسة والضيق النفسي. تشير هذه النتائج إلى أن طلبة الجامعة هم فئة

معرضة لخطر كبير للإصابة بمشاكل الصحة النفسية. تبرز النتائج الحاجة إلى إجراء المزيد من البحوث حول الصحة النفسية للطلاب ، بهدف تحسين صحتهم النفسية ومنع تطور الأمراض النفسية لديهم (Nieuwoudt,2021,p6-7).

3- دراسة (Estaban et all,2022):

كان الهدف من هذه الدراسة تحديد ما إذا كان الاضطراب النفسي والقلق والكفاءة الذاتية الأكاديمية ينبئان بالرضا عن الدراسات لدى طلاب الجامعات في بيرو خلال جائحة كوفيد-19. تكونت عينة البحث من (582) طالبًا ، منهم (243) طالب و (339) طالبة، تتراوح أعمارهم بين 16 و41 عامًا. واستُخدمت إختبار التائي لتحليل الفروق في درجات الضيق النفسي والقلق والكفاءة الذاتية الأكاديمية والرضا عن الدراسات بحسب متغير الجنس، كما استُخدم معامل ارتباط بيرسون لتحليل الارتباطات بين المتغيرات، واستُخدمت الانحدارات الخطية المتعددة لتقييم النموذج التنبئي. في هذه التحليلات، حُدد مستوى الدلالة عند 0.05. وتُظهر النتائج أن ذكور لديهم مستويات أعلى من الضيق النفسي والقلق والكفاءة الذاتية الأكاديمية مقارنةً بالإناث .وتشير نتائج أن طلبة لديهم مستوى عالي من الضيق النفسي و القلق ، ولديهم مستوى منخفض للرضا عن الدراسة والكفاءة الذاتية الأكاديمية وترتبط المستويات العالية من القلق بمستويات منخفضة من الرضا عن الدراسة والكفاءة الذاتية الأكاديمية (Estaban et all,2022,p1).

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته:

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي لابد من تحديد منهج البحث و مجتمع البحث واختيار عينة ممثلة له، وكذلك توفير أداة لقياس متغير البحث وهو الضيق النفسي لدي طلبة مرحلة الاعدادية، والتأكد من السلامة العلمية والموضوعية للأداة من خلال استخراج الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) له ، ومن ثم تطبيقه على عينة البحث الأساسية وبالتالي تفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً وعرضها ومناقشتها والخروج بتوصيات ومقترحات ضرورية وفقا للنتائج .

وستعرض الباحثان إجراءات البحث وكما يأتي :-

أولاً : منهج البحث:

اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي في دراستهما للمشكلة البحث لانه من أكثر المناهج استعمالاً ولاسيما في البحوث النفسية والتربوية اذ انه يهتم بالكشف عن العلاقة بين المتغيرين او اكثر والتعرف عبى نوع وطبيعة العلاقة بين المتغيرات (محمد، 2021،ص201).

ثانياً : مجتمع البحث:

نعني بمجتمع البحث جميع مفردات الظاهرة التي يقوم بدراستها الباحث (ملحم, ٢٠٠٧, ص٣٦٩). يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة مرحلة الاعدادية في مدينة أربيل. وقد قام الباحثان بكتاب تسهيل مهمة من مديرية التربية المركزية. وكذلك حصل الباحثان على عدد طلبة مرحلة الاعدادية والتي تبلغ(32254) طلبة ، الجدول (1) .

الجدول (١)

أعداد طلبة مرحلة الاعدادية في مدينة اربيل

عدد مدارس الاعدادية	عدد الكلي للطلبة
72	32254

ثالثاً : عينة البحث:

العينة هي جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة يختارها الباحث لإجراء دراسته عليه على وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً، ويتم اختيار العينة بسبب صعوبة إجراء الدراسة على جميع أفراد المجتمع عندما تكون المجتمع كبيرة وذلك بسبب صعوبات عملية واقتصادية ....الخ (عزيز, 2009, ص66).

واختار الباحثان العينة بطريقة العشوائية وتتكون عينة البحث من (390) طلبة . الجدول (2).

الجدول (٢)

توزيع عينة البحث بحسب متغيرات البحث

اسم المدرسة	التخصص		الجنس		الحالة الاقتصادية				المرحلة الدراسية		
اعدادية اوس زكارى للبنين		15		15	7	5	2	1	8	4	3
اعدادية ئازادى للبنين		15		15	4	7	3	1	7	4	4
اعدادية كوردستان للبنين		15		15	4	7	3	1	4	6	5
اعدادية سةروةران للبنين	15	15		30	5	12	11	2	15	10	5
اعدادية راستيار للبنين	15	20		35	7	15	10	3	10	19	6
اعدادية سةروةران للبنات	15	15		30	7	10	8	5	16	11	3
اعدادية قدم خير المختلطة		20	12	8	7	8	3	2	9	7	4
اعدادية شنروى المختلطة		10	5	5	3	2	2	3	4	3	3
اعدادية فةرمانبةران للبنات	15	15	30		5	9	12	4	12	13	5

اعدادية كوردستاني			7	8	4	5	3	3	2	5	8
اعدادية روشنبيرى للبنات		15		25	4	10	9	2	7	14	4
اعدادية هيور للبنين	10										
اعدادية ذيار المختلطة	20		10	10	6	8	3	3	8	9	3
اعدادية ساظا المختلطة	20		10	10	3	6	8	3	14	1	5

اعدادية راستي للبنات	15	15		30	9	11	8	2	12	11	7
اعدادية بردقارمان للبنات	25	20		45	8	18	15	4	11	19	15
اعدادية اماراتي		20	10	10	7	4	7	2	5	9	6
المجموع	260	130	205	185	96	142	93	70	149	150	91

مقياس الضيق النفسي:

- **وصف المقياس:**

قام الباحثان بأعداد مقياس ل (الضيق النفسي) واعتمد الباحثان في اعداد المقياس على الادبيات و الدراسات السابقة و منها دراسة (الوفا ، 2018) ، (الساعدى و الجواري ، 2023) ، (عبدالحي ، 2021) ، (سامية ،2021) ، والمقياس موزع على ثلاثة ابعاد و مكون من (33) فقرة موزعة بشكل تالي : اولا : الفقرات المرتبطة ببعد (عدم القدرة على التحمل) (11) فقرات ، ثانيا : الفقرات المرتبطة ببعد(القلق والاكتئاب) (12) ، ثالثاً : الفقرات المرتبطة ببعد (تدني قيمة الذات) (10) فقرة . واستخدموا طريقة ليكرت (Likert) المتدرجة في إعداد البدائل للاختبار، وهي واحدة من الطرق المفضلة والشائعة في إعداد البدائل (زهران ، 1974 ،ص148)، اذ وضع امام كل فقرة مدرج خماسي لتقدير الاستجابات على الفقرات وهي: (تنطبق على دائماً، تنطبق عبى غالباً، تنطبق على أحياناً، تنطبق عبى نادراً، لا تنطبق على ابداً)، وأعط الباحثان أوزاناً من (5 – 1) للفقرات

وبغية التأكد من تمتع المقياس بالخصائص العلمية والموضوعية اتبع الباحثان **الخطوات الآتية:**

أولا: الصدق الظاهري: من اجل التحقق من مدى ملائمة أسلوب القياس المتدرج ومدى تمثيل المقياس للظاهرة المراد قياسها، تم اعرض المقياس لمقترح على أحد الأساتذة المختصين، وقد تم الحصول على موافقته الخطية على أسلوب القياس ومضمون الفقرات وطريقة صياغتها وبدائلها.

ثانيا: صدق البناء: يعد من أكثر أنواع الصدق أهمية لأنه يتحرى الكشف عن التكوينات الفرضية المكونة للمفهوم التي يفترض انها تتحقق من خلال الإجراءات الإمبريقية. فهو يعكس درجة الدقة التي تتمكن من خلالها الأداة من قياس ما وضعت من اجل قياسه. (النعيمي ،2011، ص232)

وتم التحقق من مؤشرات صدق المفهوم من خلال تفحص اجراءات تحليل الفقرات وتم كالاتي :

استخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس.

لأجل الإبقاء على الفقرات الجيدة والكشف عن دقتها في قياس ما وضعت لقياسه قام الباحثان بتحليل فقرات المقياس إحصائيًا والكشف عن التميز وارتباطها بالدرجة الكليّة، فالفقرات التي تمتلك قوة تميزية هي الفقرات التي تميز بين المستجيبين ذوي الدرجات العالية والمستجيبين ذوي الدرجات الواطئة في المفهوم الذي تقيسه الفقرات، وفي حالة عدم قدرة الفقرة على التمييز على وفق هذه الصورة فإنَّها تكون عديمة الفائدة ويجب حذفها من الصورة النهائية للمقياس. وقد استعمل الباحثان أسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية إجرائين مناسبين في عملية تحليل الفقرة. لأجل حساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياس قام الباحثان بالخطوات الآتية:

أ. تطبيق المقياس على عينة التحليل البالغة (390) طلبة مرحلة الاعدادية ومن ثم تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة.

ب. ترتيب الاستمارات تنازليًا بحسب درجتها الكلية من الأعلى إلى الأدنى.

ج. تعيين (27%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات و(27%) من الاستمارات الحاصلة على أدنى الدرجات واللتان تمثلان مجموعتان بأكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Anastasi, 1976: 208)، إذ بلغ عدد الاستمارات في كل مجموعة (108) استمارة.

د. استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات المفحوصين لكل مجموعة عن كل فقرة من فقرات المقياس ثم تطبيق الاختبار التائي (T- test) لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين درجات المجموعة العليا والمجموعة الدنيا لكل فقرة عند مستوى دلالة (0.05) وقد تبين أَنَّ جميع الفقرات مميزة عدا الفقرات (15،19) الجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3)

معامل تمييز فقرات مقياس الضيق النفسي لدى طلبة

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	
1	3.33	.906	2.53	1.12	5.73
2	3.43	1.070	2.59	1.20	5.42
3	3.56	1.11	2.57	1.13	6.47
4	3.63	1.13	2.69	1.15	6.06
5	3.72	1.09	2.54	1.13	7.74
6	3.73	1.17	2.49	1.106	7.99
7	3.68	1.107	2.75	1.14	6.045
8	3.82	1.206	2.500	1.114	8.37
9	4.02	1.02	2.46	1.18	10.35
10	3.55	0.94	2.33	1.14	8.57
11	5.80	1.46	3.25	.940	4.40
12	7.19	1.38	2.86	.810	4.19
13	6.46	1.47	2.52	1.04	3.86
14	10.65	1.31	2.14	.950	4.13
15	3.76	0.82	4.03	0.863	0.082
16	3.97	0.85	3.97	0.869	2.33
17	6.10	1.42	2.71	1.28	4.05
18	3.65	1.29	3.73	1.18	4.47

19	3.97	0.825	3.86	0.79	0.169
20	3.48	1.35	3.28	1.25	4.02
21	6.57	1.37	2.84	1.07	4.15
22	8.46	1.35	3.11	.610	4.56
23	7.84	1.50	2.55	1.10	4.23
24	6.39	1.42	3.67	.420	4.76
25	5.86	1.46	3.55	.780	4.67
26	5.17	1.56	3.42	.870	4.48
27	5.72	1.52	2.55	1.29	3.86
28	11.10	1.31	2.63	.730	4.55
29	8.94	1.45	2.67	.910	4.43
30	7.36	1.35	2.50	1.19	4.02
31	7.07	1.39	2.51	1.13	3.97

32	10.60	1.35	2.65	.770	4.55
33	7.84	1.50	2.55	1.10	4.23

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

ويقصد بها إيجاد معامل الارتباط بين الأداء على كل فقرة من فقرات المقياس والأداء على المقياس بأكمله ، إذ إنَّ من مميزات هذا الأسلوب ان يقدم مقياسًا متجانسًا في فقراته. ويمكن التحقق من صدق المقياس عن طريق ارتباط فقراته بمحك خارجي أو داخلي وأفضل محك داخلي هو الدرجة النهائية للمقياس نفسه

ولغرض التحقق من صدق المقياس اعتمدت الباحثان على الدرجة الكلية للمقياس والتي تُعدُّ محكًا داخليًا يمكن عن طريقها استخراج معاملات صدق فقرات المقياس إذ جرى استعمال معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس باستعمال عينة التحليل ذاتها للفقرات

والبالغة (390) طلبة فتبين أَنَّ جميع الفقرات ذات ارتباط إيجابي ومميز عدا الفقرة (13)والجدول(4) يوضح ذلك .

الجدول (4)

يبين علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	قيمة الارتباط	النتيجة
1	0.394128	دالة
2	0.347	دالة
3	0.391	دالة
4	0.462	دالة
5	0.492	دالة
6	0.511	دالة
7	0.454	دالة
8	0.494	دالة
9	0.466	دالة
10	0.466	دالة
11	0.335	دالة

12	0.140	دالة
13	0.085	غير دالة
14	0.1005	دالة
15	0.146	دالة
16	0.116	دالة
17	0.107	دالة
18	0.142	دالة
19	0.164	دالة

20	0.125	دالة
21	0.200	دالة
22	0.147	دالة
23	0.103	دالة
24	0.159	دالة
25	0.326	دالة

26	0.569	دالة
27	0.528	دالة
28	0.508	دالة
29	0.363	دالة
30	0.400	دالة
31	0.287	دالة

ثبات المقياس:

تم استخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار والجدول(5) يوضح ذلك:

الجدول (5)

يوضح قيمة ثبات مقياس الضيق النفسي

الطريقة	عدد افراد العينة	معامل الثبات
إعادة الاختبار	30	0.88

- **الوسائل الإحصائية:**

استخدم الوسائل الإحصائية الآتية:

1. معامل ارتباط بيرسون Person's Correlation Coefficient لاستخراج ثبات المقياس وفقاً لطريقتي إعادة الاختبار للمقياس. ولاستخراج العلاقة الارتباطية بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس
2. الاختبار التائي لعينة واحدة One- Samples T-Test لمعرفة مستوى الضيق النفسي لدى عينة البحث.
3. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، لاستخراج القوة التميزية للمقياس والمعرفة مستوى مقياس الضيق النفسي وفق المتغيرات (الاختصاص، الجنس).
4. تحليل تباين الاحادي للمعرفة مقارنة بين الطلبة بحسب متغيرات(حالة الاقتصادية، مرحلة الدراسية) .

استعان الباحثان ببرنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package For Social Science) الذي يرمز اليه باختصار (SPSS)، وتم استخدامه لتحليل البيانات للمقياس .

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي أسفر عنها البحث الحالي وفقاً للأهداف المحددة سلفا، ومن ثم مناقشتها ، وما يُبنى عليها من توصيات ومقترحات وعلى النحو الآتي:

الهدف الاول : التعرف على مستوى الضيق النفسي لدي عينة البحث ككل .

تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد عينة البحث البالغ عددهم (390) طلبة على مقياس الضيق النفسي المستخدم أداةً للبحث، وتبين ان قيمة المتوسط الحسابي تبلغ(114.27) درجة وبانحراف معياري قدره (8.25) درجة، وعند مقارنة المتوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي للمقياس البالغ (90)درجة، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، أظهرت النتائج ان هناك فرقاً دالاً إحصائياً ولصالح المتوسط الحسابي، اذ كانت القيمة التائية المحسوبة تساوي (273.26) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة(1.96) عند مستوى الدلالة(0.05) ودرجة الحرية (389)، كما هو موضح في الجدول(6)

الجدول(6)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس الضيق النفسي

عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
390	114.27	8.25	90	389	273.26	1.96	0.05 دالة

ويتضح من النتيجة المعروضة في الجدول (6) بأن طلبة مرحة الاعدادية لديهم مستوى عالي من الضيق النفسي ، ويرجع الباحثان سبب هذه النسبة العالية من الضيق النفسي الى كثرة المشكلات والصعوبات التي يواجها في هذا الفترة الزمنية وما يتعلق بتغيرات الفسيولوجية و الهرمونية ، ايضا المشاكل العاطفية و في ما يتعلق بالبحث عن الهوية و ازدياد القلق المستقبل لديهم و في نفس الوقت هناك البيئة المدرسية يعتبر مصدر للضيق لديهم بسبب العب ء الدراسي وصعوبة المواد و ضغط الامتحانات ورغبة في النجاح و التفوق ايضا فيما يتعلق ب توقعات

الاهل و الاقران كل ذلك يعتبر مصدر رئيسي لازدياد الضيق النفسي لديهم .

الهدف الثاني: أ التعريف علي دلالة الفروق في مستوي الضيق النفسي حسب متغير الجنس (ذكور – اناث)

تم حساب المتوسط الحسابي لعينة ذكور علي مقياس الضيق النفسي (116.98) والانحراف معياري (9.25) بينما كان المتوسط الحسابي لعينة اناث علي نفس مقياس (111.28) والانحراف معاري (5.65) بعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين تبين ان قيمة التائية المحسوبة تساوي (7.24) وهي اكبر من قيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوي دلالة (0.05) درجة حرية(388) كما موضح في الجدول (7).

الجدول (7)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق في حسب الجنس

الجنس	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
ذكور	205	116.98	9.25	388	7.24	1.96	0.05 دالة
اناث	185	111.28	5.65				

ويتضح من النتيجة المعروضة في جدول (7) أن هناك فرقًا في مستوى الضيق النفسي بحسب متغير

الجنس ولصالح الذكور .بالرغم من أن غالبية الدراسات النفسية تشير إلى ارتفاع حالات القلق والاكتئاب بين الإناث مقارنة بالذكور، إلا أن ما توصل إليه البحث الحالي قد يقدم نتائج مثيرة للاهتمام يمكن أن تُعزى العوامل المحتملة في رفع مستوى الضيق النفسي لدى الذكور إلى أن التعبيرات الاجتماعية والثقافية في المجتمع قد تمنعهم من التعبير عن مشاعرهم بشكل مباشر، مما يؤدي إلى ارتفاع الضيق النفسي الداخلي لديهم. كذلك، يمكن أن يكون لدى الذكور قلق مستقبلي أكبر مقارنة بالإناث، خاصة فيما يتعلق بالحصول على فرص العمل بعد التخرج من تخصص جيد يضمن لهم هذه الفرص. ونظرًا لصعوبة هذه التحديات، فإنهم قد يشعرون بالضيق النفسي أكثر.

الهدف الثاني: ب التعريف دلالة الفروق في مستوى الضيق النفسي حسب متغير (التخصص):

تم حساب المتوسط الحسابي لعينة التخصص العلمي علي مقياس الضيق النفسي (115.91) والانحراف معياري (8.76) بينما كان المتوسط الحسابي لعينة التخصص الادبي علي نفس مقياس(111.00) والانحراف معاري (5.92) وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين تبين اذا كانت قيمة التائية المحسوبة تساوي (5.77) وهي اكبر من قيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوي دلالة (0.05) درجة حرية (388) كما موضح في الجدول (8) .

الجدول (8)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق في بحسب التخصص

التخصص	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
العلمي	260	115.91	8.76	388	5.77	1.96	0.05 دالة
الادبي	130	111.00	5.92				

ويتضح من النتيجة المعروضة في الجدول (8) بأن هناك فرق بحسب متغير الاختصاص في مستوى الضيق النفسي ولصالح التخصص العلمي ، ويرجع الباحثان سبب هذه النتيجة لان دروسهم اصعب ، ويجب عليهم الحصول على درجة جيدة من اجل الحصول على الكلية أو المعهد الجيد الذي يتوفر لهم مستقبل الجيد ، كل هذه و أكثر يؤدي الى زيادة الضيق النفسي لديهم اكثر .

الهدف الثالث : أ التعرف مستوى الضيق النفسي حسب متغير (مرحلة الدراسية):

استخدم الباحثان تحليل التباين الأحادى (One Way Anova) لمعرفة فيما كانت هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين طلبة في مستوى الضيق النفسي بحسب مرحلة الدراسية للعينة الكلية .

أظهرت نتائج تحليل التباين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة (العاشر ، الحادي العشر ، الثاني العشر)، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (55.22) وهي اكبر من القيمة الفائية الجدولية

البالغة (3.0) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجات حرية (2– 387) وكما موضح في الجدول(9)

الجدول (9)

يبين نتائج تحليل التباين لاختبار دلالة الفرق بين المجموعات حسب مرحلة الدراسية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسطات المربعات	قيمة F		الدلالة الإحصائية 0.05
				المحسوبة	الجدولية	
بين المجموعات	5890.776	2	2945.388	55.22	3.0	دال إحصائياً
داخل المجموعات	20641.758	387	53.337			
المجموع	26532.535	389				

ويتضح من النتيجة المعروضة في الجدول (9) أن لمرحلة الدراسية أثر في الضيق النفسي لدى طلبة، ولمعرفة لصالح من تعود الفروق تم عمل مقارنات بعدية بطريقةLSD.

و يحسب معادلة LSD لحساب أن فروق لصالح أي فئة ، و استخدم الباحثان برنامج الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لحساب معادلة LSD حيث ظهرت النتائج أن الفرق بين المتوسط الحسابي للفئات بحسب المرحلة الدراسية لصالح مرحلة الثاني العشر، الجدول (10) يوضح ذلك .

الجدول (10)

Kirkuk University Journal of Humanities Studies
مجلة جامعة كركوك للدراسات الانسانية
عدد خاص بنشر وقائع المؤتمر العلمي الثالث (العلوم الانسانية اساس الإرتقاء الفكري للمجتمع للمدة 1-2 - حزيران 2025)

نتائج اختبار (LSD) بالنسبة لمتغير المرحلة الدراسية لمقياس الضيق النفسي

مجموعة المقارنات		الفرق بين الوسطين	مستوى الدلالة
العاشر	الحادي العشر	7.93*	4.73
	الثاني العشر	8.11*	1.54
الحادي العشر	العاشر	-7.93	4.73
	الثاني العشر	0.18	0.85
الثاني العشر	العاشر	-8.11	1.54
	الحادي العشر	-0.18	0.85

يتبين من جدول أعلاه أنه لا توجد فروق دالة احصائياً بين المراحل الدراسية حالة الاقتصادية (العاشر ، الحادي العشر) حيث توجد فروق دالة احصائياً بين المراحل الدراسية ولصالح مرحلة الثاني العشر.

وقد تعزي هذه النتيجة الى ان طلبة مرحلة الثاني العشر الديهم مستوى اعلى من الضيق النفسي مقارنة بالمراحل الاخرى وسبب ذلك لان هذه المرحلة مرحلة مصيرية للطالب ، بحيث يجب عليهم أن يبذل جهداً كثيراً للقراءة الدروس ودروسهم صعبة وتكون مستقبلهم على هذه المرحلة لذلك عليهم الحصول على درجة الجيدة من أجل الحصول على الكلية التي ترغب فيه الطالب .

الهدف الثالث: ب- التعرف على مستوى الضيق النفسي حسب متغير (حالة الاقتصادية):

استخدم الباحثان تحليل التباين الأحادى (One Way Anova) لمعرفة فيما كانت هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين طلبة في مستوى الضيق النفسي بحسب حالة الاقتصادية للعينة الكلية .

أظهرت نتائج تحليل التباين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الاربعة (سيء ، وسط، جيد ، جيد جدا)، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (89.149) وهي اكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (2.6) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجات حرية (3- 386) وكما موضح في الجدول(11).

الجدول (11)

يبين نتائج تحليل التباين لاختبار دلالة الفرق بين المجموعات حسب حالة الاقتصادية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسطات المربعات	قيمة F		الدلالة الإحصائية 0.05
				المحسوبة	الجدولية	
بين المجموعات	10859.449	3	3619.816	89.149	2.6	دال إحصائياً
داخل المجموعات	15673.086	386	40.603			
المجموع	26532.535	389				

ويتضح من النتيجة المعروضة في الجدول (11) أن لحالة الاقتصادية أثر في الضيق النفسي لدى طلبة، ولمعرفة لصالح من تعود الفروق تم عمل مقارنات بعدية بطريقةLSD.

و يحسب معادلة LSD لحساب أن فروق لصالح أي فئة ، و استخدم الباحثان برنامج الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لحساب معادلة LSD حيث ظهرت النتائج أن الفرق بين المتوسط الحسابي للفئات بحسب حالة الاقتصادية لصالح فئة الذي لديهم حالة الاقتصادية سيء ، الجدول (12) يوضح ذلك .

الجدول (12)

نتائج اختبار (LSD) بالنسبة لمتغير حالة الاقتصادية لمقياس الضيق النفسي

مجموعة المقارنات		الفرق بين الوسطين	مستوى الدلالة
وضع الاقتصادي سيء	متوسط	12.28	1.07
	جيد	*11.90	6.56
	جيد جدا	12.93	3.05
وضع الاقتصادي متوسط	سيء	-12.28	1.07
	جيد	-0.37	0.64
	جيد جدا	0.65	0.56

وضع الاقتصادي جيد	سيء	-11.90	6.56
	متوسط	0.37	0.64
	جيد جدا	1.03	0.37
وضع الاقتصادي جيد جدا	سيء	-12.93	3.05
	متوسط	-0.65	0.56
	جيد	-1.03	0.37

يتبين من جدول أعلاه أنه لا توجد فروق دالة احصائياً بين فئات حالة الاقتصادية (متوسط، جيد ، جيد جدا) حيث توجد فروق دالة احصائياً بين فئات ولصالح فئة الذي حالة الاقتصادية لديهم سيء .

وقد تعزي هذه النتيجة الى ان طلبة الذي تكون حالة اقتصادية لديهم سيء لديهم مستوى الضيق النفسي الاكثر مقارنة بالفئات الاخرى وسبب ذلك لان معيشتهم ليس جيدا ووضعهم المالي ضعيف جدا وامكانيتهم ضعيفة وليس لديهم الامل بان إذ لم يحصلوا على درجة الجيدة لا يستطيعون ان يلتحقوا بالجمعات أو المعاهد الاهلية بسبب ظروفهم الاقتصادية . ويمكن لم يدخلوا على دورات التقوية للدروس ولا يستطيعون أن يدرسوا لدى المدرس المخصص ، كل ذلك هو السبب النسبة العالية من الضيق النفسي لديهم الاكثر .

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث واستنتاجاته توصي الباحثان **بما يأتي:**

1- محاولة خفض الضيق النفسي لدى الطلبة وذلك من خلال توفير مستلزماتهم و حصول على العمل بحسب تخصصهم وهذه يكون على عاتق وزارة التربية و وزارة التعليم العالي .

2- العمل على إقامة الندوات والدورات الارشادية و التدريبية والتأهيلية للطلبة من اجل زيادة السعادة ولكى يكونوا متفائلين الاكثر.

المقترحات :

استكمالاً للنتائج التي تم التوصل إليها في البحث الحالي يقترح الباحثان ما يأتي :

- اجراء الدراسة مماثلة على الشرائح الاجتماعية المختلفة من مثل (طلبة المعاهد – طلبة صناعة والتجارة، جامعات).
- اجراء دراسة مماثلة بحسب المتغيرات الفرعية الأخرى مثل (العمر– الحالة الاجتماعية).
- التعرف على علاقة الضيق النفسي بالمتغيرات الأخرى مثل (الرضا عن الحياة –الانجاز الاكاديمي– التفاؤل والتشاؤم).

المصادر :

أولاً / المصادر العربية:

- الباز، نورا أحمد (2023): **الضيق النفسي وعلاقته بالرضا الاكاديمي والتحكم الذاتي والتوجه نحو المستقبل لدى عينة من الطلاب الجامعة** ، كلية الدراسات الانسانية ، جامعة الازهر.
- برهان، يمينة(2022): **مستوى الصحة النفسية** (الرفاه النفسي – الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من العمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة ، رسالة الماستر، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح– ورقلة.
- الساعدي ،غفران سعدي جبار، الجواري، أزهار عبود حسون (2023) : **بناء مقياس الضيق النفسي وفق نموذج نيومان للمرضين العاملين في المستشفيات بغداد الحكومية** (بناء وتطبيق) مجلة نسق ، مجلد39، عدد7.
- السعدي ، رحاب عارف (2024): **الضيق النفسي وعلاقته باستراتيجيات المواجهة لدى الفلسطينيين في ضوء الحرب على الغزة** ، مجلة الدراسات الاجتماعية، المجلد 30، العدد4،.
- شريفة ، هوام (2018) : **تحمل الضيق النفسي وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب الجامعة** ، رسالة الماستر، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح– ورقلة .
- الشمري، صادق كاظم، هادي، مازن عبد الكاظم (2012) : **التناقض في التعبير الانفعالي لدى طلبة**

- **المرحلة الاعدادية** ، كلية التربة للعلوم الانسانية ، جامعة بابل.
- عبد الحي، شيماء محمود زيدان (2021): **الضيق النفسي وعلاقته باستراتيجيات المواجهة والمرونة النفسية لدى عينة من هيئة التمريض في ظل جائحة كورونا**، مجلة الارشاد النفسي العدد 68.
- عزيز، عزالدين أحمد (٢٠٠٩) : **التفكير الناقد وعلاقته بالذكاء الانفعالي لدى معلمي مدارس الأساس في أربيل**, رسالة غير منشورة, كلية التربية للعلوم الانسانية , جامعة صلاح الدين.
- عطوان، أحمد علي (2017): **توجهات الهدف لدى طلبة المرحلة الاعدادية** ، مديرية التربية الرصافة ، وزارة التربية .
- عمار، طاهر سعد حسن(2020): **دراسة تنبؤيه للعلاقة بين تنظيم الانفعال و الرضا عن الحياة والضيق النفسي لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي**، مجلة كلية التربية فى العلوم النفسية، المجلد 2020، العدد44.
- محمد، كاوه علي ،محمد، هاذة طه (2018): **اسلوب الضبط الصفي المتبع من قبل المدرسون وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى الطلبة في مرحلة الاعدادية في قضاء كوية** , مجلة جامعة كركوك/ للدراسات الانسانية ، المجلد13،العدد 2.
- محمد، زبيدة عباس(2021) : **اللياقة النفسية وعلاقتها بالدافع الانجاز الاكاديمي لدى طلبة الجامعة،**

- مجلة جامعة كركوك/ للدراسات الانسانية، المجلد 16،العدد2.
- نزيهة ، زواني(2021): **الضيق النفسي لدى المرضي الناجين من الوباء المستجد كوفيد19 في ضوء بعض المتغيرات** ، مجلة الرسالة للدراسات والبحوث الانسانية ،المجلد6، العدد3،.

- **Foreign References**

- Anyanwu, Michael U(2023): Psychological distress in adolescents: prevalence and its relation to high-risk behaviors among secondary school students in Mbarara Municipality, Uganda, Mbarara, Uganda .
- Belay, Alemayehu Sayih, et all(2021): Prevalence and Associated Factors of Psychological Distress among Nurses in Public Hospitals, Southwest, Ethiopia: A cross-sectional Study, Ethiopian Journal of Health Sciences.
- Drapeao ,Aline, et all(2012): Epidemiology op Psychological Distress , Dominic Beaulieu-Prévost on 20 May 2014.
- Esteban, Renzo Felipe Carranza,et all(2022): Psychological Distress, Anxiety, and Academic Self-Efficacy as Predictors of Study Satisfaction Among Peruvian University Students During the COVID-19 Pandemic, Sec. Educational Psychology, Volume 13

- Esteban, Renzo Felipe Carranza,et all(2022): Psychological Distress, Anxiety, and Academic Self-Efficacy as Predictors of Study Satisfaction Among Peruvian University Students During the COVID-19 Pandemic, Sec. Educational Psychology, Volume 13
- Nieuwoudt, Johanna E.(2021): Psychological distress among students in enabling education: An exploratory study, Australian Journal of Adult Learning, Volume 61, Number 1.
- Viertiö, Satu,et all(2021): Factors contributing to psychological distress in the working population, with a special reference to gender difference, Helsinki, Finland.
- Wang , Xin-qiang , et all (2023): Meaning in life and psychological distress: A meta-analysis, Journal of Research in Personality, Volume 104.