

جامعة ابن خلدون-تيارت
University Ibn Khaldoun of Tiaret



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
Faculty of Humanities and Social Sciences

قسم علم النفس والفلسفة والأورطفونيا
Department of Psychology, Philosophy, and Speech Therapy

M

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر الطور الثاني ل.م.د.
تخصص علم النفس المدرسي

العنوان

الموضوع: الضغط النفسي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى عينة من تلاميذ
السنة الثالثة ثانوي
دراسة ميدانية ببعض الثانويات بولاية تيارت.

إشراف:
أ.د. وليد العيد

إعداد:
ملياني أسماء
دوبلال حنان

لجنة المناقشة

الصفحة	الرتبة	الاستاذ(ة)
رئيسا	أستاذ محاضر. أ	منهوم محمد
مشرفا و مقررا	استاذ التعليم العالي	العيد وليد
مناقشا	أستاذة محاضرة. أ	بوراس كهينة

الموسم الجامعي: 2024/2025

الاهداء (01)

أهدي هذا العمل

إلى كل من ساهم وساعدني طيلة مشوار الدراسي، سواء من أساتذة أصدقاء والعائلة
الكريمة، أهدي لكم هذا العمل المتواضع تعبيراً عن امتناني وتقديري.

من إعداد الطالبة:

ملياني أسماء

الإهداء (02)

أهدي ثمرة جهدي الى والدي العزيز
إلى أُمي الحبيبة أطال الله في عمرها.
وأخيرا إلى كل من ساعدني في إتمام هذه الدراسة.
سائلة المولى عز وجل أن يجزي الجميع خير الجزاء في الدنيا والآخرة.
إلى كل طالب علم.

من إعداد الطالبة:

دوبلال حنان.

الشكر و التقدير

لله المنّة والفضل من قبل ومن بعد...

في نهاية هذا العمل، نتقدّم بالشكر الجزيل، إلى كلّ من ساهم في انجاح هذا العمل المتواضع ونخص بذكر أستاذنا الفاضل: العيد وليد الذي لم يبخل علينا بنصائحه، طيلة رحلتنا العلمية معه حيث كانت توجيهاته قيمة وملاحظاتُه بناءة، وكان لها أثر كبير في انجاز هذه الرسالة.

كما لا يفوتنا أن نتقدّم بخالص الشكر لأعضاء لجنة المناقشة التي شرفتنا بمناقشة عملنا.

الطالبتان الباحثتان:

- ملياني أسماء

- دوبرال حنان

الملخص

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين متغير الضغط النفسي ومتغير السلوك العدواني لدى تلاميذ نهاية مرحلة التعليم الثانوي ومعرفة مستوى كل منهما، واعتمدت الباحثتان في ذلك على المنهج الوصفي، وطبقتا مقياسي الضغط النفسي والسلوك العدواني ، وبعد التأكد من صلاحية الاداتين بحساب الخصائص السيكومترية، طبقتا هذه الأخيرة على عينة اختيرت بطريقة عشوائية، شملت على بعض الثانويات التعليمية التالية: (بوشارب الناصر، بخالد خالد، قادييري خالد و ثانوية مجدوب زكريا، ثانوية بوطالب محمد، نافع إبراهيم، قاسيمي الحساني محمد كمال) بدائرة السوقر وضواحيها بولاية تيارت المسجلين للعام الدراسي(2025/2024)، وبلغ حجمها (205) تلميذا(ة)، وبمقارنة المتوسطات الحسابية النظرية والتجريبية وتطبيق معامل بيرسون توصلنا الى النتائج التالية:

- مستوى الضغط النفسي مرتفع لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.
 - مستوى السلوك العدواني مرتفع لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.
 - توجد علاقة ارتباطية طردية موجبة دالة احصائيا بين الضغط النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثالثة الثانوي عند المستوى الدلالة 0.01.
- الكلمات المفتاحية:** الضغط النفسي، السلوك العدواني، الاعراض الفزيولوجية، الاعراض البدنية، ...

Abstract :

The study aimed to know the relationship between the variable of psychological stress and the variable aggressive behavior among students at the end of the secondary education and to know the level of each of them, the tow researchers relied on the descriptive approach and applied the measures of stress and aggressive behavior, and after confirmig the validity of the two tools by calculating psychometric properties , they applied the latter to a sample. It was chosen randomly and included some of the following educational secondary schools: (Bouchareb Nacer, Bekhled khaled, Kaderi khaled, Majdoub Zakaria, Boutaleb Mouhamed, Nafaa Ibrahim, and Kacem El-hassani Mohamed Kamal.). in the sougueur district and its environs in the state of tiaret, registered for the academic year (2024/2025), and its size reached (205) students.

By comparing theoretical and experimental arithemetic averages and applying the pearson coefficient, we reached the following results:

- The level of psychological stress is high among pupils in the secondary education cycle.
- The level of aggressive behavior is high among secondary school students.
- There is a statistically significant positive direct correlation between psychological stress and aggressive behavior among third-year secodary school students at the significance level of 0,01.

Keywords:

Psychological stress, aggressive behavior, psychological sysmptoms, physical symptoms...

فهرس المحتويات:

الصفحة	الموضوع
أ	الإهداء
ت	كلمة شكر وعرفان
ث	ملخص البحث
ح	فهرس المحتويات
خ	فهرس الجداول
د	فهرس الملاحق
1	مقدمة
الجاناب النظري	
الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة	
3	الاشكالية
4	فرضيات البحث
4	أهداف البحث
5	اهمية البحث
5	تحديد المفاهيم
الفصل الثاني: الضغط النفسي.	
7	- تمهيد
7	تعريف الضغط النفسي
7	النظريات المفسرة للضغط النفسي
11	أبعاد الضغط النفسي
12	أنواع الضغط النفسي
13	مصادر و أسباب الضغط النفسي
14	أعراض الضغط النفسي
14	آثار و مظاهر الضغط النفسي
15	تأثيرات الضغط النفسي
16	أساليب مواجهة الضغط النفسي
17	علاج الضغط النفسي
18	- خلاصة الفصل
الفصل الثالث : السلوك العدواني.	
20	- تمهيد
20	تعريف السلوك العدواني
20	نظريات السلوك العدواني
24	أسباب السلوك العدواني
26	أشكال السلوك العدواني
27	مظاهر السلوك العدواني
27	تأثير السلوك العدواني على الطلاب
28	علاج السلوك العدواني
30	- خلاصة الفصل
الجاناب الميداني	
إجراءات البحث الميدانية	
الفصل الرابع: تقديم الجانب الميداني	
34	- تمهيد
34	اهداف الدراسة

34	عينة الدراسة
35	إجراءات العينة الدراسة
35	أدوات الدراسة
36	الخصائص السيكمترية لأدوات الدراسة
41	الأساليب الإحصائية
الفصل الخامس: الدراسة الأساسية	
43	- تمهيد
43	المنهج المستخدم
43	عينة الدراسة الأساسية
44	وصف أدوات الدراسة الأساسية
44	حدود الدراسة الأساسية
الفصل السادس: عرض النتائج ومناقشتها	
تمهيد	
46	عرض نتائج الفرضيات ومناقشتها
49	الاستنتاج العام
50	خاتمة
50	الإقتراحات
52	المراجع
53	الملاحق

فهرس الجداول

الرقم	عنوان	الصفحة
1.	يبين توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب الجنس والتخصص والسن	34
2.	يبين توزيع أبعاد وبنود مقياس الضغط النفسي	35
3.	يبين توزيع بنود وأبعاد السلوك العدواني	36
4.	يوضح العلاقة الارتباطية بين الفقرات و الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الضغط النفسي	36
5.	يبين درجة الثبات عن طريق ألفا كرومباخ لمقياس الضغط النفسي	38
6.	يبين الثبات عن طريق التجزئة النصفية لمقياس الضغط النفسي	38
7.	يوضح العلاقة الارتباطية بين الفقرات الأبعاد و الدرجة الكلية لمقياس السلوك العدواني	37
8.	يوضح قيمة ثبات الاتساق الداخلي لمقياس السلوك العدواني	40
9.	يوضح ثبات عن طريقة التجزئة النصفية لمقياس السلوك العدواني	41
10.	يبين توزيع أفراد العينة الدراسة الأساسية حسب الجنس والسن والتخصص	43
11.	وصف أداة الدراسة الأولى	44
12.	وصف أداة الدراسة الثانية	44
13.	مقارنة بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري لمقياس الضغط النفسي:	46
14.	مقارنة بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري لمقياس السلوك العدواني	47
15.	يمثل معامل الارتباط بين الضغط النفسي و السلوك العدواني	48

فهرس الملاحق

الرقم	الموضوع
01	مقياس الضغط النفسي
02	مقياس السلوك العدواني

مخرجات SPSS	03
تصريح شرفي	04

مقدمة:

في ضوء الإطار النظري يمكن استخلاص أن الإنسان يعيش ديناميكيات مستمرة مع بيئته الاجتماعية والتربوية والمهنية، وهذه الديناميكيات لا تخلو من التحديات والمواقف الضاغطة التي تؤثر بدرجات متفاوتة على حالته النفسية وسلوكاته، بحيث تؤثر على توازنه العام، ومن بين هذه التحديات يصنف الضغط النفسي من أبرزه، الذي يمثل أحد أكثر المشكلات النفسية شيوعاً، إذ يعرف على أنه حالة من التوتر والانزعاج والضيق النفسي الذي يشعر به الفرد عندما يجد صعوبة في التكيف مع متطلبات الحياة أو البيئة المحيطة به. يظهر الضغط النفسي عند شعور الفرد بأن القدرات المتوفرة لديه غير كافية لمواجهة ما يُطلب منه من مهام أو التزامات، مما يولد لديه نوعاً من الخوف أو القلق المزمن.

بناءً على ذلك يعتبر الوسط التربوي من البيئات التي تفرز الكثير من التحديات والضغوط النفسية، خاصة في المراحل الدراسية الحساسة، مثل مرحلة التعليم الثانوي، وتحديدًا السنة النهائية، لما تحمله من الرهانات المصيرية التي تحدد من خلال اجتياز امتحان الثالثة ثانوي، هذا الامتحان الذي يمثل نقطة تحول حاسمة في المسار الأكاديمي للتلميذ، وهو ما يجعله محط اهتمام كبير من طرف التلميذ وأسرته، بل وحتى من طرف المجتمع ككل. وفي ظل هذه الانتظارات المرتفعة، يجد التلميذ نفسه في مواجهة مباشرة مع ضغوط نفسية متراكمة ناجمة عن كثافة البرامج الدراسية، طول ساعات المراجعة، خوف من الفشل وخذلان الأسرة. تحت تأثير هذه العوامل يصبح التلميذ عرضة لمجموعة من الاضطرابات النفسية والانفعالية، والتي قد تتجلى في أشكال مختلفة من السلوكيات، من بينها السلوك العدواني، والذي يعتبر أحد أهم مظاهر التعبير الخارجي عن التوتر الداخلي الذي يعيشه الفرد. فالسلوك العدواني قد يكون وسيلة للتلميذ للتفيس عن القلق والضغط الذي لا يستطيع التعبير عنه بطريقة سوية، ويتمثل هذا السلوك في أشكال لفظية كالصراخ والشتم، أو في سلوكات جسدية كالاعتداء أو التخريب وغيرها... انطلاقاً من هن هذه المعلومات هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الضغط النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ السنة النهائية من التعليم الثانوي. تم صياغة التساؤل الرئيسي للدراسة، والذي تفرعت منه مجموعة من التساؤلات الفرعية التي تناولت مختلف جوانب هذه العلاقة، وللإجابة عنها تم تنظيم الدراسة وفق الفصول التالية:

- الفصل الأول وهو فصل تمهيدي يتضمن طرح مشكلة التساؤلات للدراسة وفرضيات وأهداف الدراسة وأهميتها كما يتضمن هذا الفصل التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة وتناول الدراسات السابقة التي لها علاقة بالموضوع.

أما الفصل الثاني استعرض الضغط النفسي، فجاء بتعريف الضغط النفسي ونظريات المفسرة للضغط النفسي وأبعاد الضغط النفسي، كما ذكر في هذا الفصل أنواع الضغط النفسي، مصادر وأسباب الضغط النفسي، وأعراضه، تطرقنا إلى آثار ومظاهر الضغط النفسي، تأثيرات الضغط النفسي وجاء بأساليب مواجهة الضغط النفسي وعلاجه.

أما الفصل الثالث تمثل بتعريف السلوك العدواني ثم جئنا بالنظريات المفسرة للسلوك العدواني ضّم أسباب وأشكال السلوك العدواني وكذا مظاهر، تأثيره على الطلاب وعلاج السلوك العدواني.

- أما الجانب التطبيقي والذي تم فيه التطرق إلى الفصول الثلاثة (الثالث، الرابع، الخامس)، حيث خصص الفصل الثالث إلى دراسة المنهجية التي كانت تتضمن الدراسة الاستطلاعية بأهدافها والحدود الزمنية والمكانية، مع وصف العينة وتبني أدوات البحث المتمثلة في مقياس الضغط النفسي والمقياس السلوك العدواني مع إعادة الخصائص السيكمترية لهما، أما الفصل الرابع فتطرقنا فيه إلى الدراسة الأساسية حيث تتضمن وصف العينة الأساسية والمنهج المستخدم، أدوات الدراسة بالإضافة إلى إجراءات التطبيق والأسلوب المعتمد في المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها، أما الفصل الأخير فتطرقنا إلى عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضيات ومن خلالها توصلنا إلى استنتاج عام لنقدم بعدها مجموعة من الاقتراحات.

الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة.

الجانب النظري

الفصل الثاني: الضغط النفسي

الفصل الثالث: السلوك العدواني.

الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة.

1. مشكلة البحث.

2. فرضيات البحث.

3. أهداف البحث.

4. أهمية البحث.

5. تحديد المفاهيم

الاشكالية:

يعيش التلاميذ ضغوط النفسية داخل المؤسسات التعليمية أصبحت محور اهتمام العديد من الباحثين والدارسين في مجالات علم النفس والصحة النفسية وعلوم التربية، فالتوتر والإحباط الناجمان عن الأعباء الدراسية المتراكمة ما يتجاوزان قدرة التلميذ على التحمل، مما يجعل المدرسة على الرغم من دورها التربوي والتعليمي، مصدراً أساسياً للضغط النفسي.

وهذا ما أوضحه الباحث "محمد بوفاتح" أن العالم يشهد تحديات عديدة نتيجة التغير والتطور السريع الذي يمس مختلف جوانبه ومجالاته الحياتية، حيث تعد الضغوط النفسية التي يواجهها جزء لا يتجزأ من هذه التحديات، إذا ترافقه في مختلف مراحل حياته المختلفة.

وتزداد حدة في فترات معينة، منها مرحلة التعليم الثانوي لأنها المرحلة الأخيرة، كون هذه السنة ليست مجرد عام دراسي عادي بل هي آخر سنة يقضيها التلميذ في مشواره الدراسي ما قبل الجامعي، وتمثل مفترق طرق حاسم في حياة التلميذ، حيث يتقرب نتيجته هو أولاً ثم المحيطون به ثانياً وخاصة الوالدين والمدرسين والزملاء، فمن بداية السنة الدراسية إلى نهايتها وهو يفكر فيه ويحضر له في البيت والمدرسة. (محمد بوفاتح، 2005).

لذلك أشارت "هند عبد الله السيد" (2021) أن نتيجة لذلك يتعرض الطالب لكم هائل من الضغوط النفسية التي تنبع من مصادر متعددة، فهناك ضغوط داخلية، ترتبط بشخصيته وتوقعاته من نفسه، وأخرى خارجية مرتبطة بالظروف المحيطة به تتعلق بالمجتمع والأسرة والمدرسة خاصة، ومما يزيد الأمر تعقيداً، أن هذه المرحلة الدراسية تنزامن مع فترة المراهقة التي اجمع عليها العلماء على أنها من أهم مراحل نمو في حياة الفرد لأنها تشهد تغييرات جوهرية في الجوانب الإنفعالية والبيولوجية والاجتماعية والمعرفية والتي تؤثر بشكل مباشر على شخصية الفرد.

والضغوط النفسية ليست مجرد حالة طارئة أو شعور عابر وهذا ما يوضحه الباحث "عبد اللطيف أبو سعد" (2009)، بل هي إحدى الظواهر الإنسانية التي تمتد عبر مختلف جوانب الحياة، وتتطلب من الفرد توافراً مستمراً مع البيئة، ونظراً لأهمية موضوع الضغوط النفسية فقد استأثر باهتمام واسع من قبل علماء النفس والطب وعلم الاجتماع والعلوم الأخرى الذين سعوا إلى دراسة تأثيره على الأفراد بمختلف فئاتهم (عبد اللطيف أبو سعد، 2009: 18).

واستنتجت الطالبتان أنه في قطاع التربية والتعليم على وجه الخصوص كان للضغوط النفسية نصيب كبير من الدراسات الحديثة، حيث ركزت الأبحاث على تأثيرها على التلاميذ، المعلمين، وحتى المهنيين الآخرين والإداريين، وكيف يمكن أن تؤثر حتى على أدائهم وسلوكياتهم.

هذا يتوافق مع دراسة الباحث "عمر والدغيم" (2007) أن ضغوط البيئة المدرسية تشمل على مجموعة من العوامل داخل جدران المدرسة ويتفاعل معها التلميذ خلال اليوم المدرسي، إلى أن المدرسة تعد واحد من أهم المصادر المسببة للضغوط النفسية، نظراً لما تفرضه من المتطلبات الأكاديمية والعلاقات الاجتماعية مع المعلمين، التركيز المفرط على التفوق الأكاديمي، والتقييم المستمر عبر الإختبارات.

كما توضح الباحثة "سلاف مشري" (2016) أن الرغبة في الحصول على درجات كبيرة تعد من مصادر الضغوط النفسية الشائعة لدى التلاميذ بمختلف مراحل حياتهم التعليمية حيث أكدت دراسة "Gan ANSHEL" (2009) كما جاءت بها "دعاء محمد العدوي والآخرون" (2018)، وهدفت إلى معرفة مصادر الضغط النفسي لدى الطلاب وهل تختلف تلك المصادر باختلاف مستوى المهارة والجنس، حيث تكونت العينة من (391) طالب، واستخدمت مقياس الضغوط النفسية وآخر في أساليب التعامل معها، وتوصلت إلى أن أكثر العوامل التي تسبب الضغط النفسي لدى الطلاب هي التعرض للإساءة من الآخرين والبيئة المحيطة والأوضاع الاجتماعية والهيئية المدرسية.

وفي هذا السياق تؤكد "ماجدة بهاء الدين" (2008) أن الضغوط النفسية تتولد من تداخل عوامل نفسية، إجتماعية، وبيولوجية مختلفة، حيث تؤدي إلى إفراز كميات كبيرة من الكورتيزول مصحوبة بمشاعر الإحباط والقلق خاصة في المواقف التي يجد فيها الفرد نفسه عاجزا عن إيجاد حلول أو يتعرض لعدم التفهم من قبل الآخرين كالأهل، الأصدقاء، أو المعلمين (ماجدة بهاء الدين، 2008: 21).

وهذا ما يجعل السلوك العدواني احد ابرز المتغيرات الناتجة كرد فعل لمشاعر الاحباط والقلق والتوتر في مواقف العجز المختلفة، وهذا ما تشير اليه دراسة الباحث "صرداوي نزييم، ملاك نسيم" (2016)، والتي هدفت الى الكشف عن العلاقة بين الضغط النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ السنة الثالثة لكونها المرحلة الاخيرة من التعليم الثانوي، على عينة قوامها (400) تلميذا (ة) ببعض الثانويات بولاية تيزي وزو، توصلت هذه الاخيرة الى انه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الضغط النفسي و السلوك العدواني لدى تلاميذ السنة الثالثة الثانوي.

وهذا ما يختلف تماما ما توصلت اليه دراسة "أمال حمد سالم أبو ستة" (2024) التي عنونت بالضغوط النفسية وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة ترهونة، وتوصلت الى انه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة دالة احصائيا بين الضغط النفسي والسلوك العدواني. وهذا يعني انه ليس بالضرورة ان نتائج الضغط النفسي دائما تؤدي الى السلوك العدواني.

انطلاقا مما سبق ارادت الباحثتان أن تدرس نوع العلاقة الارتباطية الموجودة بين الضغط النفسي والسلوك العدواني ببعض الثانويات بولاية تيارت، والتي من خلال نتائجها يمكن اتخاذ بعض التدابير الوقائية والعلاجية للضغط النفسي والسلوك العدواني وخاصة تلاميذ المرحلة الاخيرة من التعليم الثانوي، التي يتبعها تحقيق النتائج الايجابية تماشيا مع جودة التعليم.

وهذا ما دفع الطالبتان لطرح التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟
- ما مستوى الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟
- ما مستوى السلوك العدواني لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟

3. فرضيات البحث :

وللإجابة على هذه التساؤلات اقترحت الطالبتان الفرضيات التالية:

الفرضية الأولى:

- مستوى الضغط النفسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم ثالثة الثانوي مرتفع.

الفرضية الثانية:

- مستوى السلوك العدواني لدى تلاميذ مرحلة التعليم ثالثة الثانوي مرتفع

الفرضية الثالثة:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الضغط النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ مرحلة التعليم ثالثة الثانوي.

4. أهداف البحث :

تهدف الدراسة إلى تحقيق ما يلي:

ا - محاولة كشف العلاقة بين الضغط والسلوك العدواني لدى تلاميذ مرحلة التعليم ثالثة الثانوي.

ب- تحديد مستوى الضغط النفسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم ثالثة الثانوي.

ج-تحديد مستوى السلوك العدواني لدى تلاميذ مرحلة التعليم ثالثة الثانوي.

5. أهمية البحث :

تكمّن أهمية هذه الدراسة في كونها تجرى على فئة مهمة من فئات المجتمع، ألا وهي فئة تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ومعرفة مدى تأثير الضغوط النفسية على تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، من خلال التعرف على مصادر الضغوط النفسية وأنواعها والحلول اللازمة لمواجهتها. فهم الأسباب الكامنة وراء السلوك العدواني لدى طلاب سنة ثالثة ثانوي وكيف أن الضغط النفسي يلعب دورا هاما في ذلك.

6. تحديد المفاهيم إجرائيا :

1. الضغط النفسي:

هو مجموعة من الردود الفيسيولوجية، العاطفية، والسلوكية التي تحدث عند تعرض الشخص لمواقف تشعره بعدم القدرة على التعامل مع المتطلبات أو التحديات التي يواجهها، وهو أيضا الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص على مقياس الضغط النفسي (خرباش هدى، طوبال فطيمة، 2016)، المقنن في البيئة الجزائرية.

2. السلوك العدواني :

هو أي تصرف يُظهر محاولة متعمدة لإلحاق الأذى بشخص آخر أو بممتلكاته، سواء كان ذلك بطريقة لفظية أو جسدية، وهو أيضا الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص على مقياس السلوك العدواني (آرنولد باص، مارك بيرري، 1992).

الفصل الثاني: المفهوم النظري للضغط النفسي

- تمهيد.

1. تعريف الضغط النفسي
2. نظريات المفسرة للضغط النفسي.
3. ابعاد الضغط النفسي.
4. أنواع الضغط النفسي.
5. مصادر وأسباب الضغط النفسي.
6. أعراض الضغط النفسي.
7. آثار ومظاهر الضغط النفسي.
8. تأثيرات الضغط النفسي.
9. أساليب مواجهة الضغط النفسي.
10. علاج الضغط النفسي.

- خلاصة الفصل

تمهيد:

في هذا الفصل قمنا بتقديم ماهية الضغط النفسي الذي يعتبر حالة من التوتر أو الاجهاد الذي يتعرض له الفرد نتيجة التحديات الحياة. بحيث تطرقنا في هذا الفصل إلى النظريات المفسرة للضغط النفسي وأنواعه وأسبابه وبعض من الأعراض والتأثيرات للضغط النفسي، أساليب المواجهة وعلاجه، وخلاصة الفصل.

1. مفهوم الضغط النفسي:

يعد تحديد مفهوم الضغط من حيث الزمن أمرا في غاية الصعوبة ويحتمل أن هذا المصطلح استعمل لأول مرة خلال القرن الرابع عشر ولكن هذا الاستعمال لم يكن بصورة ثابتة ومنظمة وقد استعملت فيما بعد في الكتب الإنجليزية مفاهيم للدلالة على الضغط منها: stress، straisse وبالرغم من أن الكلمة ومشتقاتها وجدت منذ قرون إلا أن أصلها غير معروف إلى حد الآن، ولأنه من الصعب البحث في ذلك قبل القرن الرابع عشر لا أنه يمكن القول بأن بداية انتشار هذه الكلمة كان خلال القرن التاسع عشر. ولم تظهر كلمة stress في اللغة الفرنسية في القرن العشرين، إلا أنه كان مستعملا في اللغة الإنجليزية، على مدى القرون للدلالة على العذاب والحرمان والمحن والضجر والمصائب وعن العداوة.

يعتبر هانس سيللي أول من استعمل مفهوم الضغط النفسي، وعرفه على أنه استجابة غير نوعية للجسم، التي تظهر من خلال متلازمة محددة، والتي تخص التغيرات غير المحددة والمتتالية عن جهاز بيولوجي معين، كما يشير الباحث الفرنسي بيلي إلى أن الضغط المدرسي هو حالة قلق عابرة يمر بها التلميذ داخل المدرسة، أثر وقوع حادث ما أو وجود مشكلات علائقية، أين يحاول مواجهتها لكن إمكانياته لا تسمح له بذلك. (خرباش هدى، طوبال فطيمة: 2016: 2).

ينعكس الضغط النفسي بشكل عام على الأداء البشري والقدرة على الإنجاز، وعلى النواحي المعرفية والانفعالية والشخصية وعلى السلوك وصحة ومرض الإنسان، بحيث يرى هالدي أن الشباب يعاني من الأمراض العصبية والسيكوسوماتية أكثر من الشيوخ، كما أن مستوى الصحة العامة يميل إلى الهبوط مما جعل من من الضرورة بمكان الدراسة هذه المرحلة العمرية ونعني بها المرحلة الشباب خاصة الشباب الجامعي. (أمانى عبد المقصود، تهاني عثمان. 2007: 18).

من منظور نجد السيد السامادوني (1989) يعرفه على أنه: حالة ناتجة عن التهديد الذي يدركه الفرد لذاته وأمنه وسلامته وأسلوبه في الحياة، وتنتج عن هذه الحالة تفاعل الفرد مع المواقف البيئية الضاغطة والتي تؤدي إلى استنفار الطاقة الجسمية والانفعالية. (فتحي بن عباد، عقيلة عيسو: 5)، ويرى "وولتر جملش" الضغط هو توقع الذي يوجد لدى الفرد حيال عدم القدرة على الاستجابة المناسبة لما قد يتعرض له من أمور أو عوارض قد تكون نتائج استجاباتنا لها غير موفقه وغير مناسبة (عبد الرحمن بن سليمان الطريري. 1994: 10)

يرى الباحث مفهوم الضغط النفسي في أبسط معانيه إلى أي تغير داخلي أو خارجي من شأنه أن يؤدي إلى استجابة الانفعالية حادة ومستمرة، بعبارة أخرى، تمثل الأحداث الخارجية بما فيها ظروف العمل أو التلوث البيئي، أو السفر، والصراعات الأسرية ضغوطا، مثلها في ذلك مثل الأحداث الداخلية أو التغيرات العضوية كالإصابة بالمرض، أو الأرق، أو التغيرات الهرمونية الدورية. (عبد الستار إبراهيم. 2008: 92).

2. نظريات المفسرة للضغط النفسي:

تعددت تفسيرات الضغوط النفسية تبعا لإختلاف أطر النظرية (الفسولوجية، النفسي، والاجتماعية)، مما أدى إلى تباين في مسلمات هذه النظريات، يرى الباحث ضرورة استعراضها لتحقيق فهم أعمق لهذه الظاهرة المعقدة (صبري بردان علي الحياي، أيوب جمال الحياي. 2022: 35) ومن النظريات نذكرها كالاتي:

2.1 نظرية السلوكية:

لقد فسر السلوكيون ان الضغوط النفسية تنطلق من عملية التعلم التي من خلالها يتم معالجة معلومات المواقف الخطرة التي يتعرض لها الفرد والمثيرة للضغط. وتكون هذه المثيرات مرتبطة شرطيا مع مثيرات حيادية أثناء الأزمة أو مرتبطة بخبرة سابقة حيث يصنفها الفرد على انها مخيفة ومقلقة. ويرى السلوكيون كذلك أن التفاعلات المتبادلة لدى الإنسان وواقعه أو مع البيئة الفيزيائية والاجتماعية التي يعيش فيها يعتبر متنبأ للسلوك قبل وقوعه، ورأوا أن تكيف سلوك الفرد حسب متطلبات الموقف المحدد يكون بصورة ذات معنى ومغزى. وأن جسم الإنسان ليس سلبيا بل هو فعال يسعى لأن يتكيف ولا تفسر تفاعلات الجسم وحدها بل ان جسم الانسان ومحيطه الاجتماعي يفسران معا ما يعانيه الفرد من اضطرابات.

حسب السلوكيون فإن النتائج النفسية والسلوكية التي تحدثها الضغوط تحدث من السلوك ومدى تأثيره على نمط سلوك الفرد المعتاد. والضغط في نظرهم يؤدي إلى القلق ولكنه أحيانا ناجحا وعمليا لأنه يؤدي بالإنسان الى اتخاذ قرارات حاسمة ويقوي ارادته التي تمكنه من مواجهة الفشل أو النجاح في المستقبل. كما أن الضغط النفسي يفيد الإنسان في انه يعلمه أسلوب حل المشكلات منذ الصغر ويهيئ شخصيته لتكون فاعله ومواجهة لما قد يواجهه مستقبلا من احداث. ويرون أيضا أنه لن يتمكن أحد من تفسيرات سلوك الفرد الخاطئ إلا بعد معرفة الضغوط النفسية الواقعة عليه وبالتالي يسهل تعديله والتخلص من مسببات هذا السلوك (فاطمة عبد الرحيم النوايسة. 2013: 19).

واستنتجت الباحثتان أن السلوكيون يوضحون أن الضغوط النفسية باعتبارها ناتجة عن التعلم والتفاعل مع البيئة، حيث تؤثر الخبرات السابقة والمثيرات المرتبطة بها في تشكيل الاستجابات السلوكية. كما يشيرون إلى أن الضغط ليس سلبيا بالضرورة، بل يمكن أن يكون محفزاً لاتخاذ القرارات وتطوير المهارات، ويعد فهم الضغوط في نظرهم مدخلا أساسيا لتفسير وتعديل السلوك.

2.2 نظرية التحليل النفسي:

تعود هذه النظرية الى مدرسة التحليل النفسي التي أسسها "سيجموند فرويد، ثم تشعب عن هذه المدرسة وانشق على مؤسسها بعض تلاميذ مثل: الفرد أدلر صاحب علم النفس الفردي. وكارل جوستاف يونج مؤسس علم النفس التحليلي.

يرى هؤلاء المؤسسين أن لدى الأفراد خبرات سابقة يتم تخزينها في العقل الباطن منذ مراحل الطفولة المبكرة، ينتج عنه وجود استعداد مسبق لدى بعض الأشخاص دون غيرهم للتفاعل مع مواقف التهديد في أثناء الأزمات، متأثرين بهذه الخبرات المختزنة فينشأ اضطراب. وطبقا لوجهة فرويد يحاول (الهو) السعي وراء اشباع الغرائز، ولكن دفاعات (الأنات) تسد الطريق ولا تسمح للرغبات الصادرة بالإشباع مادام لا يتماشى مع قيم ومعايير المجتمع، ويتم ذلك عندما تكون (الأنات) قوية، أما حينما تكون (الاننا) ضعيفة، وكمية الطاقة مستثمرة لديها منخفضة، فسرعان ما يقع الفرد فريسة للصراعات والتوترات والتهديدات، ومن ثم لا يستطيع (الاننا) القيام بوظائفها وتحقيق التوازن بين مطالب ومحفزات (الهو) ومتطلبات الواقع الخارجي. وبناء على هذا ينتج الضغط النفسي.

حسب ما توصلت إليه الباحثتان يؤكد أن أصحاب التحليل النفسي على دور العمليات اللاشعورية وميكانيزمات الدفاع في تحديد كل من السلوك السوي واللاسوي للفرد حينما يتعرض لمواقف ضاغطة ومؤلمة فإنه يسعى إلى تفريغ إنفعالاته السلبية الناتجة عنها عبر ميكانيزمات الدفاع اللاشعورية، وعلى هذا فالقلق أو الخوف أو انفعالات سلبية أخرى تكون مصاحبة للمواقف الضاغطة التي يمر بها الفرد ويتم تفريغها بصورة لاشعورية عن طريق الكبت. (نائف على أيبو. 2019: 97)

واستنتجت الباحثتان أن نظرية التحليل النفسي توضح نشأة الضغوط النفسية من الصراعات لا شعورية ناتجة عن خبرات الطفولة المكبوتة، حيث يفشل الأنا الضعيف أحياناً في التوفيق بين الرغبات الهو ومتطلبات الواقع، مما يؤدي إلى القلق والتوتر. وتلعب ميكانيزمات الدفاع اللاشعورية دوراً في تفرغ الانفعالات وحماية الفرد من الاضطرابات النفسية.

2.3 نظرية لهنري موراي:

ينفرد موراي بين منظوري الشخصية بعمق الفهم للديناميات التي تحدث في داخل الكائن البشري من أجل لحظة انبثاق لحظة التكيف وإحداث التوازن النفسي ويتسم منهجه بالدينامية النفسية، ويصل موراي إلى مستوى عال من الدينامية النفسية عندما يتعرض لمفهوم الحاجة ومفهوم الضغط ويعتبرهما مفهومين أساسيين ومتكافئين على اعتبار أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات المؤثرة الجوهرية للسلوك في البيئة، ويعرف الضغط بأنه خاصية لموضوع بيئي أو لشخص يتسر أو تعوق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين ويميز موراي بين نوعين من الضغوط:

- ضغوط بيتا: وهي دلالات الموضوعات البيئية كما يدركها الأفراد
- ضغوط ألفا: وهي خصائص الموضوعات البيئية لما توجد في الواقع أو كما يظهرها البحث الموضوعي.

ويوضح موراي أن سلوك الفرد يرتبط غالباً بضغوط "بيتا" ويؤكد على أن الفرد بخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينة بحاجة بعينها، ويطلق على هذا المفهوم تكامل الحاجة، أما عندما يحدث التفاعل بين الموقف الحافز والضغط والحاجة الناشطة فهذا ما يعبر عنه بمفهوم ألفا. (سليمان عبد الواحد يوسف. 2012: 400).

من خلال هذه النظرية استنتجت الباحثتان أن موراي يركز على دور الحاجة والضغط كعوامل أساسية في توجيه السلوك، مميزاً بين الضغوط كما تدرك (بيتا) وكما هي في الواقع (ألفا)، ويؤكد أن السلوك يتأثر بشكل أكبر بالإدراك الشخصي للضغوط.

2.4 نظرية تشارلز سبيلبرجر (1972):

وهي تعد من بين النظريات التي اهتمت بدراسة القلق عند الأفراد والتي كانت ممهدة لفهم الضغوط النفسية، فقد قام الباحث بتمييز القلق بين قلق السمة وقلق الحالة. فهو يشير إلى أنسمة القلق أو ما يسمى بالقلق العصابي هو استعداد طبيعي أو اتجاه سلوكي يجعل القلق يعتمد على الخبرة المرضية، أما قلق الحالة يعتمد أساساً على الظروف الضاغطة. وعلى هذا ترتبط هذه النظرية بين الضغط وقلق الحالة، كما تركز على دور البيئة في إنتاج هذه الظروف البيئية المحيطة والتي تشكل تهديداً له.

لقد ميز سبيلبرجر في نظريته بين ثلاثة مصطلحات وهي: القلق والضغط النفسي والتهديد، فالضغوط النفسية عنده تشير إلى الاختلافات في الظروف والمواقف البيئية والتي ينجر عنها تهديد نفسي قد يصل إلى درجة عالية من الخطر على الفرد، أما التهديد فهو يشير إلى تفسير وتحليل ظرف وموقف معين على أنه خطير ومرعب. أما قلق فهو عملية انفعالية تشير إلى تتابع الاستجابات المعرفية السلوكية، والتي تحدث كرد فعل لشكل من الضغوط.

إن هذه النظرية في عمومها تركز على المتغيرات المتعلقة بالمواقف الضاغطة وإدراك الفرد لها، حيث يبدأ الضغط من خلال مثير يهدد حياة الفرد وإدراكه لهذا المثير أو التهديد ورد الفعل النفسي المرتبط بالمثير، وبذلك يرتبط برد الفعل على شدة المثير ومدى إدراكه له. (فتحي بن عباد، عقيلة عيسو. 2021: 8).

في نظر الباحثتنا نظرية سبيلبرجر تركز على التمييز بين القلق كسمة دائمة وقلق كحالة مؤقتة ناتجة عن مواقف ضاغطة، وترتبط بين الضغط النفسي والإدراك الذاتي للتهديد. وتظهر أن استجابة الفرد تتحدد بشدة المثير الضاغطة وكيفية تفسيره له.

2.5 نظرية كانون والتر المقاومة والهروب:

تعد من النظريات الأولى التي اعتمدت الجوانب البيولوجية في دراسة وتفسير الضغوط النفسية، حيث انه من الأوائل الذين استخدموا مصطلح الضغوط النفسية ليقصد به رد الفعل في الحالة الطوارئ، وهذه النظرية تؤكد على ان الحياة البشرية تجلب معها العديد من الأحداث الضاغطة المرغوبة وغير المرغوبة التي ربما تهدد الحياة الامر الذي يحتم على البشر أن يكافحوا للهروب من هذه الأحداث والابتعاد عنها أو مقاومتها، وترى هذه النظرية أن الأشخاص عند تعرضهم لمواقف واحداث ضاغطة تظهر عليهم عدد من التغيرات منها:

1. الزيادة في عدد نبضات القلب ومن ثم ضخ الدم في كل مكان من الانسجة مع السرعة الفائقة المحملة بالأوكسجين والأغذية الى خلايا.
 2. الزيادة في سرعة التنفس.
 3. الارتفاع في الضغط الدم.
 4. تحرير كمية الدهون المخزونة في الجسم.
 5. توتر العضلات.
 6. تدفق الدم إلى منظومة الهضم والدماغ والعضلات والأطراف وهذه التغيرات تعمل على تهيئة الجسم لمقاومة الخطر. أو الهرب منه. (صبري بردان علي الحياي، أيوب جمال الحياي. 2022: 42).
- تبرز نظرية كانون والتر أن الضغوط النفسية تمثل استجابة جسدية لحالات الطوارئ، حيث تؤدي الأحداث الضاغطة إلى تغييرات فسيولوجية مثل: تسارع نبضات القلب والتنفس... وذلك لتهيئة الجسم لمواجهة الخطر أو الهروب منه.

2.6 نظرية هانز سيللي:

- حيث يتألف النسق الفكري لديه من ان الضغوط متغير غير مستقل، وهو استجابة لعامل ضاغط يميز الشخص ويصفه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة... كما يربط بين تقدم الفعل او الدفاع ضد الضغط وبين التعرض المستمر المتكرر للضاغط حيث حدد ثلاث مراحل للدفاع ضد الضغط وهي:
- (1) الفزع: حيث يظهر الجسم تغيرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي للضاغط.
 - (2) المقاومة: وتحدث هذه المرحلة عندما يكون التعرض للضغط متلازما مع التكيف حيث تظهر تغيرات واستجابات أخرى تدل على التكيف.
 - (3) الإجهاد: وهي مرحلة يكون فيها الجسد قد تكيف، غير ان الطاقة الضرورية تكون قد استنفذت. (عطية عطية محمد سيد أحمد. 2008: 7).

توصلت الباحثان أن هانز سيللي يرى الضغط هو استجابة وليس متغيرا مستقلا، وتتحدد حسب تفاعل الفرد مع البيئة، ويقسم الدفاع إلى ثلاث مراحل: الفزع، المقاومة، والإجهاد، حيث يواجه الجسم تغيرات فسيولوجية تبدأ برد فعل اولي وتنتهي باستنفاد الطاقة عند التعرض المطول للضغط.

2.7 نظرية لازاروس ونولكمان:

يعتبر لازاروس العوامل العقلية والمعرفية أكثر أهمية في تفسير الضغوط أكثر من الأحداث نفسها أي أنه ليس المثير وليست الاستجابة اللذان يحددان الضغط ولكن إدراك الشخص وتفسيراته للموقف النفسي هي التي تحدد الضغط ولقد اهتم لازاروس أهمية كبرى للتقييم الشخصية للموقف وأهمية أقل للاستجابة الانفعالية وقد اهتم بدراسة المنغصات والمنعشات اليومية وعرف الضغط النفسي على أنه مصطلح عام يشير إلى كثير من المشكلات، وان هذه المشكلات عبارة عن مثيرات ينتج عنها ردود أفعال ضاغطة، وأكد أن مجال الضغط يشتمل على مظاهر فيزيولوجية واجتماعية ونفسية ويشتمل على المفاهيم المرتبطة بها ويضيف أن

الضغط ليس مثيرا أو استجابة بل هو علاقة ثنائية بين الفرد والبيئة فالفرد يؤثر في البيئة ويتأثر بها. ذكر لازاروس وفولكمان أن الناس تقوم باستعمال ثلاثة أنواع من التقييم لتقييم أي موقف ضاغط.

1. التقييم الأول: حيث يتم تقييم الموقف من حيث هل هو موقف ضاغط أم لا؟ وهل هو إيجابي؟ هل هو ذا صلة أو غير ذا صلة؟ إذا قيم الضاغط أو الموقف المسبب للضغط يعني ان الموقف أو الوضع البيئي يمكن ان يؤدي أو يهدد أو يتحدى كلها تخلق انفعال ولكن لا تنتج ضغط لأن التقييم هو ينتج ضغط.
2. التقييم الثانوي: هنا يبدي الفرد بتقييم قدراته مع الأذى والتهديد والتحدى ويبحث في الخيارات المتوفرة وإستراتيجيات التعامل وهل هي قادرة على تخفيف الضغط أو إزالة؟ هذا التقييم يعتمد على معتقدات وأفكار وفاعلية الشخص.

3. إعادة التقييم: أن التقييم قابل للتغير بسبب ورود معلومات جديدة ويكون داخلي او خارجي من البيئة المحيطة، إعادة التقييم يمكن تخفف الضغط وممكن يكون له آثار سلبية.

وقد اهتم لازاروس بالتأقلم أو التكيف واعتبره مجموعة من الجهود العقلية والسلوكية المتغيرة باستمرار من اجل ضبط المتطلبات الداخلية والخارجية التي قيمت على أساس أنها تفرض ضريبة عالية على الإنسان أو تتجاوز مصادره... (ثامر حسين علي السмирان، عبد الكريم عبد الله المساعد. 2014: 41)

يركز لازاروس وفولكمان على أن إدراك الفرد وتقييمه العقلي للموقف هو ما يحدد شدة الضغط، وليس الموقف نفسه أو الاستجابة له. وي طرح ثلاثة أنواع من التقييم: أولي، ثانوي، وإعادة التقييم، موضحان أن الضغط هو تفاعل ثنائي بين الفرد والبيئة، وأن التأقلم هو جهد مستمر لضبط المتطلبات التي تفوق قدرات الفرد.

3/ أبعاد الضغط النفسي:

انطلاقاً من أهمية الصحة البدنية والنفسية في تكوين الشخصية الإنسانية المتزنة، تبرز الحاجة إلى معرفة أبعاد الضغوط، ليس فقط من أجل المواجهة الإيجابية، بل من اجل التعامل الناجح لدرجة التحكم الذي يحمل في طياته بعداً زمنياً أطول ونتائج أكثر دواما من حيث التأثير على الصحة العامة للفرد. فضمن هذا الإطار، تشير التقارير الطبية في الولايات المتحدة الأمريكية إلى أن 75% من المشكلات الصحية لها علاقة بشكل أو بآخر بالضغوط النفسية. وتشمل قائمة المشكلات هذه أمراض مثل: القرحة، الصداع النصفي، ضغط الدم...، كما أن الأدلة التي تتراكم يوماً بعد يوم تبين أن العديد من هذه المشكلات الصحية لها علاقة بالتدخين، الشرب والأكل بصورة غير طبيعية، والسلوك الاستعجالي (الإيقاع السريع للفرد بإنجاز مسؤولياته الاجتماعية). وهذه الاستجابات السلوكية بمجملها ماهي إلا ردود فعل للضغط النفسي الذي يواجهه الفرد في حياته. كما تتباين ردود الفعل للمواقف الضاغطة من اهتزاز للركب الى شعور بالعجز أو اليأس، ووردود الفعل هذه يمكن تصنيفها إلى ثلاثة أنواع:

أولاً: نستجيب فيسيولوجياً: حيث يتمثل ذلك في عدد من التغيرات الداخلية، منها على سبيل مثال زيادة نبض القلب، ارتفاع ضغط الدم... وغيرها.

ثانياً: نستجيب نفسياً: حيث تتناوبنا مشاعر سلبية مختلفة مثل الخوف، القلق، فقد الثقة بالنفس... وغيرها.

ثالثاً: نستجيب سلوكياً أو ظاهرياً: بأنواع من التصرفات التوافقية يكون الهدف من ورائها تقليل الآثار السلبية، او الشعور الإيجابي نحو الذات وذلك عن طريق اللجوء إلى ما ينسينا أو يشغلنا عن مصادر التهديد. ويتمثل ذلك على سبيل المثال في: الزيادة أو التقليل من الأكل، والزيادة أو التقليل من النوم... وغيرها. (علي عسكر. 2009: 22).

4/ أنواع الضغط النفسي:

تتعدد الضغوط النفسية تبعا لتعدد مدارس علم النفس، لذلك نجد عدة تصنيفات للضغوط النفسية.

فقد ميز لازاروس وكورهن بين نوعين من الضغوط:

أولاً: الضغوط الخارجية: والتي تعني الأحداث الخارجية والمواقف المحيطة بالفرد، وتمتد من الأحداث البسيطة إلى الحادة.

ثانياً: الضغوط الداخلية: والتي تعني الأحداث التي تتكون نتيجة التوجه الإدراكي نحو العالم الخارجي والنابع من فكر وذات الفرد. (منى بنت عبد الله بن نيهان العامرية. 2014: 30). وأشار سايير إلى وجود نوعين أساسيين من الضغوط النفسية وهما:

- الضغوط النفسية الحادة:

ويحصل هذا النوع من الضغوط عادة عندما يواجه الفرد خطر ما، أو عندما يكون تحت الضغط لإتمام التزام ما، عندها فإن دماغ الفرد يطلق العديد من المواد الكيميائية لزيادة المعدل ضخ القلب، وهذا يزيد من ضغط الدم ويجعل الفرد أكثر نشاطاً لماربة الخطر أو الهروب منه، والعديد من الأفراد يمكنهم التجاوب والتكيف مع هذه الضغوط القصيرة. (نسيمة ملاك. 2018: 52).

- الضغوط النفسية المزمنة:

يحصل هذا النوع من الضغوط بسبب حالة ثابتة أو العديد من الحوادث المجهدة التي تحدث للفرد بشكل متتالي، فإذا كان الفرد يعتني بشخص مصاب بمرض مزمن بشكل مستمر، أو يواجه مشاكل مع رئيس العمل، أو إذا فقد عمله أو خسر شركته فإن الجسم يستجيب سلباً لمثل هذه الحالات ويؤدي التعرض المستمر للمشاعر السلبية إلى إصابة الفرد بالعديد من الأمراض مثل: السكري أو الربو... وقسم بابو الضغوط النفسية حسب طبيعة تأثيرها إلى نوعين وهما: (نسيمة ملاك. 2018: 52).

- الضغوط النفسية الإيجابية:

يعرف نوع من هذا الضغط (Eu stress) ويعمل هذا النوع من الضغط كدافع لا نجاز هدف محدد مثل الضغط الذي يسبق الامتحانات فهذا الضغط يدفع الفرد إلى اكتشاف الضغوط ليلبغ هدفه وهو النجاح. كما يعتبر هذا الضغط أساسياً في الحث على التحريض والإدراك موفر الإثارة التي يمس إليها الاضطراب والكفاح على قدم المساواة أو بنجاح حيال الحالات المتحدية، فالنوتر والتنبه ضروريان للتمتع بكثير من مظاهر الحياة ومن دونهما سوف تكون الحياة، والضغط يوفر أيضاً حس الإلحاح والتقيظ الذي نتاج إليه للحياة عندما نواجه حالات مهددة مثل اجتياز طريق مزدحم أو قيادة سيارة في أحوال جوية رديئة، فالمراقبة المسترخية على نحو مفرط تكون مهلكة.

- الضغوط النفسية السلبية:

يعرف هذا النوع من الضغط (Dys-Stress) وفي هذا النوع يشعر الإنسان باستنقاذ طاقته النفسية لمواجهة تديات الحياة وأصبحت هذه الضغوط تفوق قدراته وإمكاناته الجسمية والنفسية، وقد يكون للضغط المفرط وغير المفرج تأثير مؤذي الصحة العقلية والجسدية والروحية وإذا ما تركت مشاعر الغضب والخوف والاكتئاب المتولدة من الضغط دون ل، مما يشكل أعراضاً متعلقة به، وبالتالي فإن الضغط هو السبب الأعم للصحة السقيمة في المجتمع الديت والضغط أيضاً هو عامل مساعد على إحداث حالات ثانوية نسبياً مثل الاضطرابات الهضمية والجلدية، كما يمكن كلك أن يمثل دوراً مهماً في الأسباب الرئيسية للموت كالسرطان والأمراض القلبية إلى غير ذلك. (مريم بن خليفة، مفيدة حامد. 2020: 22).

كما أن نجد أيضاً أن الباحثين الخرابشة وعربيات (2007) حددوا نوعين من الضغوط النفسية وهما:

- الضغوط المؤقتة:

هذا النوع من الضغوط يحيط بالفرد لمدة وجيزة، ثم يزول، وعادة ما يكون مرتبط بموقف مفاجئ لا يدوم أثره طويلاً، ولهذه الضغوط أثر محدودة على الفرد إلا إذا كانت قدرة تحصله أضعف من المواقف الضاغطة. (نسيمة ملاك. 2018: 53).

- الضغوط الدائمة:

هذا النوع من الضغوط تحيط بالفرد لمدة طويلة نسبياً مثال: تعرض الفرد لمرض مزمن.
(نسيسة ملاك. 2018: 53).

وأورد غريب وأبو اسعد (2009) أنواع عديدة منها:

ضغوط متأخرة:

وهي لا تظهر دائماً أثناء وقوع الحدث إنما تظهر بعد فترة.

ضغوط بعد الصدمة:

وهي ناتجة عن حوادث عنيفة وشديدة وعالية وتترك آثارها على الكائن الحي بشكل طويل المدى. (نوال محمد يحي الراشدي. 2019: 319).

5/ مصادر وأسباب الضغوط النفسية:

أولاً: مسببات ومصادر الضغوط الداخلية:

الأعضاء الحيوية: قد تعود تلك الأسباب إلى طبيعة التركيبة الجينية الوراثية لدى بعض الأفراد ومثل هذه الأمراض تؤدي إلى اختلال التوازن، واستنفاد الطاقة والقوة وتزيد أيضاً من صعوبة العمل على المستوى المرغوب فيه، فعندما نكون مرضى نحاول أجسامنا أن تستعيد توازنها ويحدث المرض بسبب ضرر أو أذى في الجسم، فلا تبقى لها ما يكفي من الطاقة لأداء مهام ملقاة عليها. (محمد قاسم عبد الله. 2023: 24). وقد صنفنا كالتالي:

- الضغوط النفسية والانفعالية: كالقلق، الاكتئاب، المخاوف المرضية. (عبد الستار إبراهيم. 2008: 93).

- الضغوط الصحية: مثل التعرض لمرض أو إصابة خطيرة، تغيير شديد في عادات النوم والاستيقاظ.

- الضغوط الناتجة عن أسلوب التفكير: وتعود إلى تنبؤ الفرد واحدة أو أكثر من الأفكار العقلانية مما يولد انفعالات غير مرغوبة كالشعور بالاكتئاب أو القلق أو الهلع. (أحمد صالح موسى الزهراني. 2018: 305).

ثانياً: مسببات ومصادر الضغوط الخارجية:

- ضغوط الأسرية: يتمثل في العبء الأسري الزائد، وعدم التوافق النفسي بين الزوجين، ومشاكل الأطفال، وغيرها...

- ضغوط العمل: بحيث تختلف باختلاف المهنة.. ركزت معظم الدراسات التي تناولت ضغط العمل على العوامل الخاصة بالعمل لما يمثله العمل من أهمية، ولأن هذه العوامل يمكن تغييرها لصالح الأفراد إذا ما توافر الإخلاص وروح الجماعة في تنظيمات العمل من الرؤساء والمرؤوسين. (الهادي سرايه. 2018)

- ضغوط الاجتماعية: كالتفاعل مع آخرين، كثرة اللقاءات أو قلقتها، العزلة، الاسراف في التزاور أو الحفلات...

- ضغوط المتغيرات الطبيعية: كضغوط الانتقال والتغير كالسفر، الهجرة، تغيير السكن أو الإقامة، انتقال إلى عمل جديد. (عبد الستار إبراهيم. 2008: 93).

- ضغوط المالية: مثل الحصول على قرض لبناء منزل أو إنجاز مشروع أو تغيير مفاجئ في الوضع المالي.

- ضغوط السياسية: مثل عدم الرضا عن أنظمة الحكم والصراعات السياسية وانعدام الأمن.

- ضغوط الثقافية: الانفتاح على ثقافات خارجية دون مراعاة ثقافة المجتمع عبر القنوات والشبكات.

- ضغوط الأكاديمية: كبدء الدراسة أو الانتهاء منها، ضعف التركيز، الفشل في الاختبارات. (أحمد صالح موسى الزهراني. 2018: 305).

6/ أعراض الضغط النفسي:

تبدأ أعراض الضغط النفسي بالظهور لدى الفرد عند تعرضه لمواقف تشكل عليه ضغطاً وتتمثل في الأعراض الجسمية والأعراض النفسية والأعراض السلوكية وإجتماعية..

- 1- الأعراض الجسمية: يتمثل في العرق الزائد، الصداع، ألم في العضلات وخاصة الرقبة والأكتاف والظهر، الإمساك، الإسهال، القرحة المعدية، ارتفاع الضغط الدم، برودة في الأرجل والأيدي، تزايد ضربات القلب بزيادة معدلات التنفس، ارتفاع حرارة الجسم، عسر في الهضم واتساع حدقة العين... وغيرها.
 - 2- الأعراض السلوكية: عدم انتظام في الأكل، النوم، العمل، الأرق، تغير في الشهية، زيادة في التعاطي العقاقير، الكحول، التدخين، كثرة الحركة... وغيرها.
 - 3- الأعراض العلائقية (الاجتماعية): عدم الثقة في الآخرين وتجاهلهم، غياب الاهتمام في العلاقات الاجتماعية، تأجيل مواعيد هروبا من الآخرين، التأخر في إنجاز المهام خوفا من الخطأ، انسحاب الاجتماعي. (محمد بوفاتح. 2005: 68).
 - 4- الأعراض الانفعالية: الصدمة النفسية وما يترتب عليها من إمكانية إصابة الفرد بالعديد من الأمراض والاضطرابات: الغضب، الأسى، الاكتئاب، الشعور بالقهر، التوتر الشديد.
 - 5- الأعراض المعرفية: الاختلاط في التفكير، صعوبة اتخاذ القرارات، انخفاض في التركيز والانتباه، اضطرابات في وظيفية الذاكرة، انخفاض في كل الوظائف المعرفية العليا (فهم، تخيل، تصور، ابتكار... الخ). (محمد حسن غانم. 2009: 18).
- 7/ الآثار ومظاهر المترتبة عن الضغوط النفسية:**

تشير الدراسات النفسية والطبية المختلفة إلى أن للضغوط النفسية آثار متعددة ويمكن صررها فيما يلي:

- أ- الآثار الجسمية (الفيزيولوجية): وتسمى اضطرابات الجهاز الهضمي وتشمل الآثار الجسمية للضغوط وارتفاع ضغط الدم وازياد معدل ضربات القلب وزيادة معدل الكوليسترول في الدم وربما يكون المرض الأكثر خطورة والأكثر ارتباطا بالضغوط هو مرض الشريان التاجي، كما ارتبطت العديد من المشكلات الصحية بالضغوط مثل: القرحة المعدية، وآلام الظهر واضطرابات المعدة والأمعاء واضطرابات النوم.
 - ب- الآثار النفسية: وتشمل اضطرابات الإدراك، وعدم وضوح مفهوم الذات لديه، وضعف في الذاكرة، وانخفاض الميل إلى العمل، الأرق والشعور بالقلق والعوانية واللامبالاة والملل، الاكتئاب، الإحباط وعدم تقدير الذات والشعور بالوحدة. (نوري محمد الهواري. 2021: 93)
 - ت- الآثار الاجتماعية: يبين روتر (1983) أن تكرار تعرض الفرد لأحداث ضاغطة، كفقدان عزيزا أو طلاق أو غيرها ما يؤدي إلى الاكتئاب وهذا يؤدي إلى أن يكون الفرد أكثر إحساسا وإدراكا وتأثرا بالأحداث الضاغطة كما تؤدي الزيادة في الإحساس بالضغوط إلى العزلة والانسحاب وانعدام القدرة على بناء العلاقات الاجتماعية، أو الاستمرار في الفاظ على العلاقات الاجتماعية القائمة وعدم قبول وتحمل المسؤولية والفشل في الواجبات اليومية والعادية والتي تحتاج للاتصال الاجتماعي. (السيد فهمي على محمد، أسامة عنتر البهي، عادل شكري محمد كريم. 2014: 83)
 - ث- الآثار السلوكية: (الحركية) وتشمل ما أشار إليه لازاروس (1996) كالارتجاف وزيادة التقلصات العضلية واللعثمة في الكلام وتغيرات في تعبيرات الوجه والأقدام والأحجام، وكذلك اضطراب عادات النوم ونقص الميول والحماس والشك في الزملاء كما أشار إليها الفرماوي (1991).
 - ج- الآثار المعرفية: وتشمل اضطراب وتدهور في الانتباه والتركيز والذاكرة وصعوبة في التنبؤ وزيادة الأخطاء وسوء التنظيم والتخطيط. (أحمد نايل الغرير، احمد عبد اللطيف أبو أسعد. 2009: 52).
- 8/ تأثيرات الضغط النفسي:**

وضع فونتانا قائمة بالتغيرات التي تطرأ على الكائن الحي عند تعرضه للضغوط، وتتمثل هذه القائمة في الآتي:

- نتائج فسيولوجية لزيادة الضغوط:

- زيادة ادرينالين بالدم مما يؤدي إلى تنشيط وزيادة رد فعله وإذا استمر هذه الضغط لمدة طويلة قد يؤدي إلى فشل في تلك الأجهزة مثل اضطرابات الدروة الدموية وأمراض القلب.
- زيادة إفراز الغدة الدرقية مما يؤدي إلى زيادة تفاعلات الجسم وزيادة استنفاد الطاقة وإذا استمر هذا الضغط لمدة طويلة يحدث إجهاد ونقص بالوزن، وأخيراً انهيار جسمي.
- زيادة إفراز الكولسترول من الكبد يعطي طاقة للجسم وإذا استمر الضغط لفترة طويلة يحدث تصلب شرايين وأمراض ونوبات القلب.
- تفاعلات جلدية حيث يصبح لون الجلد شاحبا بسبب تحول الدم منه إلى مناطق أخرى.

- تأثيرات معرفية لزيادة الضغوط:

- ماولات تعويض إلى قرارات نتسرة وخاطفة.
- يزداد معدل الخطأ.
- تدهور في القدرة على التنظيم والتخطيط بعيد المدى.
- عدم تري الدقة والحقيقة، وتصبح الأفكار متداخلة وغير معقولة.

- تأثيرات إنفعالية لزيادة الضغوط:

- زيادة الإحساس بالمرض حيث يحدث تهيو أمراض الضغط وإختفاء مشاعر الإحساس بالصحة.
- حدوث تغيرات في الصفات الشخصية.
- تزيد مشاكل الشخصية حيث تتفاقم المشاكل المتواجدة مثل القلق الحساسية المفرطة.
- ظهور الاكتئاب وعدم مساعدة وشعور بعدم القدرة على التأثير.
- فشل في تقدير الذات وتطور الشعور بالعجز وعدم القيمة.

- تأثيرات سلوكية عامة لزيادة الضغوط: التحمس والتنازل عن الأهداف الحياتية.

- انخفاض مستوى الطاقة وانحدارها من يوم لآخر بدون سبب واضح.
- صعوبة في النوم أو البقاء أكثر من أربعة ساعات في اليوم.
- الميل لإلقاء اللوم على الغير.
- نقل المسؤوليات على الآخرين.
- ظهور نماذج سلوكية شاذة.
- حل المشاكل بمستوى سطحي. (ماجدة بهاء الدين السيد عبيد، 2008: 35).

9/ أساليب مواجهة الضغط النفسي:

نستعرض مجموعة من الأساليب والممارسات التي تساهم في التخفيف من الضغوط النفسية وهي:

1. القيام ببعض التدريبات: أن التمارين الرياضية لها دور مهم في اختزال الضغط النفسي، فهي مخرج لطاقة جسمية الكامنة، فإن تفرغ الطاقة يتيح للعقل أن يتحول إلى بعض الأشياء الأخرى بعيدوا عن الإحباطات والضغوط التي أرهقت جسم الإنسان.
2. النشاط البدني المنتظم: ومن الأنشطة البدنية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط اليومية فيمالي:

- نظام الغذائي المتوازن، تناول الطعام الغني بالفيتامينات، التنوع في الطعام كالمواد البروتينية والنشوية، السكرية، المعادن والأملاح لإحداث توازن في الحالة النفسية والجسمية.
- الحصول على قدر كافي من النوم، فالشخص العادي لا بد ان ينام ثمانية ساعات يوميا، لأن النوم الصحي يساعدنا على الاسترخاء بشكل أفضل.
- أخذ فترات الراحة بحيث يعتبر الاسترخاء تقنية ممتازة يمكنك الاستفادة منها عند الشعور بالضغط النفسي.
- القيام بعملية تقييم العلاقات والالتزامات، هناك التزامات تستوجبها هذه العلاقات، ولا بد للإنسان أن يعرف ماله وما عليه حتى يؤدي ما عليه من واجبات تستوجبها هذه العلاقات حتى يتهم بالتقصير.
- القيام بالأعمال التي يستمتع بها، لكل شخص هواياته التي يجد المتعة في مزاولتها، فهناك من يهوى القراءة، الصيد، الزراعة، الرياضة... وغيرها. (على سالم جمعة، أنور عمر أبوشينة، أحمد مريحي حريش. 2018: 416).

ثانيا: الأساليب المعرفية:

- قدم كوهن مجموعة من الاستراتيجيات المعرفية التي تساعد الافراد على مواجهة الضغوط النفسية والتعامل معها بفعالية وشملت الآتي:
- 1- التفكير العقلاني: إستراتيجية ياجأ خلالها الفرد إلى التفكير المنطقي بحثا عن مصادر القلق وأسبابه المرتبطة بالضغوط.
 - 2- التخيل: إستراتيجية يتجه فيها الأفراد إلى التفكير في المستقبل، كما ان لديهم قدرة كبيرة على تخيل ما قد يحدث.
 - 3- الإنكار: عملية معرفية يسعى من خلالها الفرد إلى إنكار الضغوط ومصادر القلق بالتجاهل والانغلاق وكأنها لم تحدث على الإطلاق.
 - 4- حل المشكلة: نشاط معرفي يتجه من خلاله الفرد إلى استخدام افكار جديدة ومبتكرة لمواجهة الضغوط وهو ما يعرف باسم القدر الذهني.
 - 5- الفكاهة: استراتيجية تتضمن التعامل مع الضغوط والأمور الخطيرة ببساطة وروح الفكاهة، وبالتالي قهرها والتغلب عليها، كما انها تؤكد على الانفعالات الإيجابية أثناء المواجهة. (عبد الله الضريبي. 2010: 681).

ثالثا: أسلوب تغيير أساليب الحياة:

- تتوفر العديد من أساليب التي تهدف إلى تعديل نمط حياة الفرد لمساعدته في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة نذكر منها:
- تخطيط الأهداف الحياتية: أن يكون للإنسان أهداف يسعى ويكافح من أجلها.
 - إدارة الوقت: قدرة الفرد على استخدام الوقت لانجاز المهام في التوقيت المحدد لها.
 - التدريب على حل المشكلات: المشكلة هي موقف صعب يواجه الفرد، وتتطلب إجراءات التغلب عليها.
- كما يعد أسلوب ل المشكلات بمثابة عملية معرفية انفعالية سلوكية يتمكن الأفراد بمقتضاها من تحديد واكتشاف أو ابتكار أساليب التعامل مع مشكلات الحياة اليومية. وتعتبر في الوقت ذاته عملية تعلم اجتماعي أو أسلوب التنظيم الذاتي.

- التدريب على الضبط الذاتي: هو ضبط يمارسه الفرد على مشاعره وتصرفاته، القدرة على هداية سلوك المرء الخاص ومقدرته على كبح اندفاعاته.

رابعاً: الأساليب الوجودية والروحية:

1- التفكير في معنى الحياة: من المجالات الأساسية لمواجهة الضغوط الحياة مايلي:

-المعنى الوجودي في المهنة

- الالتزام بالمسؤوليات

-إدراك جوهر وتحقيق الذات

- إدراك معنى المعاناة

2- التمسك بالدين: فالدين بوصفه واحداً من مجالات الشعور بالرضا ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة بصورة إيجابية. يبدو أن هناك ارتباطاً قوياً بين الشعور بالرضا الديني والتعلق بالدين. فالدين يوفر للإنسان الإحساس بالأمن والرضا بقضاء الله وقدره. ومن ثم تدعيم الذات ويجعل الفرد أكثر قدرة على مواجهة الأحداث الضاغطة. ونذكر ثلاثة من خصال الدين تساعد الإنسان على مواجهة الضغوط: ذكر الله، الدعاء، الصبر. (حسن مصطفى عبد المعطى. 2006: 128).

11/ علاج الضغط النفسي:

ذكرت دعو (2012) أن هناك عدة أنواع من العلاجات المختلفة من بينهم:

العلاج الكيميائي:

يتم اللجوء إلى بعض مضادات الضغط وبعض الأدوية المهدئة والفيتامينات حيث تعتبر الفيتامينات ذات أهمية كبيرة في علاج الضغط النفسي بالإضافة إلى العقاقير مثل: مضادات القلق أو مضادات الاكتئاب. (منيرة صالح الجويعي. 2018: 315).

- أشار (عبد الستار إبراهيم 1998: 185) على مجموعة من نقاط لمعالجة الضغوط النفسية:

- ✓ الإقلال بقدر الإمكان من الانفعالات والمشاعر السلبية كالعدواني، والغيرة، وتعلم طرقاً جديدة للتغلب على الغضب والانفعال.
- ✓ محاولة حل صراعات العمل والأسرة بأن تفتح مجالاً للتفاوض.
- ✓ تحسين الحوارات مع النفس،
- ✓ تكوين دائرة من الأصدقاء والمعارف الذين يتميزون بالود ولطف المعاشرة، وتجنب هؤلاء الذين يميلون إلى النقد، والتصارع.
- ✓ أن توسع من اهتماماتك، وتوسع من مصادر المتعة، وتتنوع من خبراتك في السفر والتعارف والقراءة.
- ✓ تعلم أن تقول (لا) للطلبات الغير معقولة.
- ✓ احم نفسك جيداً من مشكلات البيئة كالتلوث، والضجيج واستنشاق الهواء الجيد...

الخلاصة:

من خلال ماتم تناوله في هذا الفصل من مفهوم الضغط النفسي من بعض الباحثين وبرغم من اختلاف في أسلوب إلا أنه لا يوجد اختلاف في المعنى، فالضغط النفسي هو تعرض الفرد لمثيرات تفوق قدراته وجهوده واستطاعته التكيفية، ينتج عنه اختلال في الوظائف الجسمية والنفسية والسلوكية. وهذا ما اتفق عليه أغلبية الباحثين، كما تعددت مصادر الضغط وأنواعه ذلك لكثرة الآراء بين الباحثين. ومع زيادة

الضغط فإن أعراضه تختلف من فرد لآخر تاركة آثار عدة تنجم عنه وتطرقنا أيضا إلى بعض الأساليب مواجهة الضغط النفسي وعلاجه.

من بين الفئات التي تتأثر بالضغط النفسي هي فئة المراهقين المتمدرسين وبالأخص المقبلين على شهادة البكالوريا. نظرا لأهمية مشوارهم الدراسي وحياتهم المهنية فيما بعد.

الفصل الثالث: السلوك العدواني

تمهيد

1. تعريف السلوك العدواني

2. النظريات المفسرة للسلوك العدواني

3. اسباب السلوك العدواني

4. أشكال السلوك العدواني

5. مظاهر السلوك العدواني

6. تأثير السلوك العدواني على الطلاب

7. علاج السلوك العدواني

خلاصة الفصل.

تمهيد:

تظهر على المراهق مجموعة من التغيرات الجسمية والعقلية والانفعالية، مما يؤدي به إلى ظهور ضغوطات واضطرابات على المستوى النفسي، والاجتماعي والسلوكي ومن بينها نجد السلوك العدواني هذا السلوك الذي له تأثير كبير على المراهق وعلى المجتمع ومن هنا أخذ السلوك العدواني حيزاً كبيراً من الإهتمام العلماء والباحثين في دراسته وفهمه وتفسيره، وعلى هذا الأساس سوف نتطرق في هذا الفصل إلى تعريف السلوك العدواني والنظريات المفسرة للسلوك العدواني، وأشكاله، أنواعه وتأثيره على الطلاب والعلاج.

تعريف السلوك العدواني:

لغة: الظلم وتجاوز الحد.

اصطلاحاً: هناك عدة تعريفات نذكر منها.

1/ تعريف كيلي: (kelley)

العدوان هو السلوك الذي ينشأ عن حالة عدم ملائمة الخبرات السابقة للفرد مع الخبرات والحوادث الحالية، وإذا دامت هذه الحالة فإنه يتكون لدى الفرد إحباط ينتج من جرائه سلوكات عدوانية من شأنها أن تحدث تغييرات في الواقع حتى تصبح هذه التغييرات ملائمة للخبرات والمفاهيم التي لدى الفرد. (عدنان الفسفوس. 2006: 9).

- على الرغم من تعدد الدراسات في مجال السلوك العدواني إلا أنه ظل واحداً من الموضوعات الأكثر تحدياً للدارسين بسبب الحيرة في وضع تعريف جامع مانع للعدوان، فلقد تنوعت وتعددت التعريفات التي تناولت السلوك العدواني بالتفسير، فإطاره المرجعي متعدد لأنه ينتمي إلى كثير من العلوم كعلم النفس بفرعيه السوي والمرضي، وعلم الفسيولوجيا العصبي، وعلم الاجتماع والأنثروبولوجيا وغيرها من العلوم. فالعدوان على حد تعبير أنتوني ستور (1975) "كأنه حقبة تمزقت أو صالها من كثرة ما تعج به من تفسيرات ومفاهيم مختلفة لهذا اللفظ." (عبد الرحمن سيد سليمان، إيهاب الببلاوي. 2010: 74).

يعرف السري (2003) السلوك العدواني بأنه سلوك عنيف عدائي مقصود يصاب كراهية وغضب للممارسة القوة من جانب الشخص متعد أو ضد الشخص أو حيوان أو أي شيء، وإلحاق إصابته بالأذى المادي والنفسي، أما العيسوي (1992) فيعرفه بأنه سلوك يستهدف إلحاق الأذى بالآخرين أو تسبب قلق لهم، أو هو سلوك يقصد به المتعدي إيذاء الغير أو الذات تعويضاً عن الحرمان. (بوبر إبراهيم بن عبد الكريم، عبد الرحمن بن غانم بن تليعان السناني الجهني. 2022: 11).

السلوك العدواني هو التعويض عن الإحباط المستمر الذي قد يتعرض له الإنسان في مواقف عدة، ويقصد منه إيذاء شخص آخر أو جرحه. كما يعرف بورزامة السلوك العدواني بأنه إلحاق الضرر للفرد بطريقة مباشرة أو غير مباشرة بأسلوب لفظي أو جسدي. (سعاد علام، حليلة قادري. 2024: 4).

يعتبر السلوك العدواني من الخصائص السلوكية الشائعة لدى الأطفال المضطربين ويصنف هذا السلوك ضمن السلوكيات الموجهة نحو الخارج، وضمن اضطرابات التواصل. ويظهر السلوك العدواني على شكل اعتداء على الآخرين بأشكال مختلفة كالإعتداء الجسدي وإلحاق الأذى بالآخرين، أو بالإعتداء اللفظي كالسب والشتائم، أو حتى بالعدوان الرمزي بإظهار التذمر والمخاصمة. (عادل محمد العدل. 2013: 338).

2/ النظريات المفسرة للسلوك العدواني:

يعد السلوك العدواني من القضايا العامة في المجال التربوي، وسيظل إحدى الموضوعات الجديرة بالبحث والتمحيص والدراسة، ويرى الكثير من الباحثين أن السلوك العدواني شأنه شأن أي سلوك إنساني، متعدد الأبعاد متشابه المتغيرات، متباين الأسباب بحيث لا يمكننا رده إلى تفسير واحد ومع تعدد أشكال العدوان ودوافعه تعددت النظريات التي فسرت السلوك العدواني. (آن موسى نجدادي، محمود كفاوين. 2015).

2.1/ نظرية التحليل النفسي:

يعتبر فرويد من أهم مؤسسي النظرية التحليل النفسي حيث يرى حسب اعتقاده أن العدوان غريزة فطرية لاشعورية تعبر عن رغبة كل فرد في الموت، والعدوان كما يعتقد فرويد هولوك غريزي يهدف إلى تفريغ الطاقة العدوانية الموجودة داخل جسد الإنسان، ويجب إشباعها تماما كما تشبع الطاقة الجنسية ولذلك أشار فرويد إلى أن الإنسان مزود بغرائز، ولذلك فهي مرتبطة بالعمليات البيولوجية وتهدف إلى إيقاف الإشارة، واستنادا إلى هذا الافتراض وكل إنسان يخلق لديه نزعة نحو التخريب ويجب التعبير عنها بشكل أو بآخر فإذا لم تجد هذه الطاقة منفذا لها إلى الخارج (البيئة) فهي توجه نحو الشخص نفسه فهذه الطاقة تظهر بثبات على الدوام، وإذا سمح لها بالنمو فإنها ستفضي إلى أعمال العنف والعدوان، والكابح الوحيد لهذه الطاقة هو الأنا الأعلى (الضمير) الذي يمثل النواهي، والأنا الأعلى بنظر فرويد لا يولد مع الطفل لكنه يتطور خلال سنوات الطفولة المتوسطة.

فالعرائز لعبت دورا مهما في نظرية فرويد، وقد حدد فرويد هذه الغرائز بنوعين يختلفان عن بعضهما تماما وهما الغرائز الجنسية مثل الحب والبحث عن الملذات والغرائز العدوانية التي ترمي إلى التخريب والموت. وقد أكد أدلر (Adler, 1908) هو أحد أتباع هذه النظرية أن العدوان وسيلة للتغلب على المشاعر والقصور والنقص والخوف من الفشل، وإذا لم يتم التغلب على هذه المشاعر، عندئذ يصبح العدوان والسلوك العنف استجابة تعويضية لهذه المشاعر. وهو يرى أن محاولة الفرد للسيطرة على الآخرين قد تأتي عن طريق التعويض الزائد الذي يظهر على شكل اضطرابات انفعالية ومنها السلوك العدواني، ويحدث ذلك عندما يصبح الدافع للتعويض عن النقص شديدا وملحا. (سعيد جاسم الأسدي، عطاري محمد سعيد. 2014: 175).

ويتضح لنا من خلال هذه النظرية أن سلوك العدواني عبارة عن حرب داخلية ناتجة عن خيبات مؤلمة تعرض إليها الفرد في طفولته، وليس مجرد رد فعل عفوي، أما النتيجة التي توصل إليها فرويد فهي تنص على أن إنسان ذو غرائز متناقضة، كغريزة الحياة والموت، وما يسبب ظهورها بشكل عدواني عدم التعبير عنها بشكل صحي. وفي مقابل نجد أدلر قد فسر السلوك العدواني بأنه وليد لضعف شخصية الفرد وعدم تقديره لذاته.

2.2/ النظرية السلوكية:

ينظر السلوكيون إلى أن العدوان مثله مثل أي سلوك يمكن اكتشافه ويمكن تعديله وفقا لقوانين التعلم. ولذلك ركزت بحوث ودراسات سلوكيين في دراستهم للعدوان على حقيقة يؤمنون بها وهي أن السلوك برمته المتعلم من البيئة. ومن ثم فإن الخبرات المختلفة (الميراث) التي اكتسب منها الشخص ما السلوك العدواني (الاستجابة العنيفة) قد تم تدعيمها Reinforcement بما يعزز لدى الشخص ظهور الاستجابة العدوانية كلما تعرض لموقف محبط. وانطلق السلوكيون إلى طائفة من التجارب التي أجريت بداية على يد رائد السلوكية "جون واطسون" حيث أثبت أن فوبيا بأنواعها مكتسبة بعمليات التعلم من ثم يمكن علاجها وفقا للعلاج السلوكي، الذي يستند على هدم نموذج من التعلم السيئ "اللاسيوي" وإعادة بناء نموذج تعلم جديد سوي. وهكذا يعتبر السلوكيون أن العدوان سلوك متعلم يمكن تعديله. وكان أسلوبهم في التحكم فيه ومنعه عن الظهور هو القيام بهدم نموذج التعلم العدواني وإعادة بناء نموذج من التعلم الجديد. (عصام عبد اللطيف العقاد. 2001: 112).

وحسب السلوكيين العدوان سلوك متعلم قابل للتغيير، من خلال تحطيم أساليب التعلم السلبية التي بدورها كانت سببا في السلوك العدواني واستبدالها بأساليب تعلم جديدة.

2.3/ نظرية الإحباط – العدوان:

وعلى حسب منظور دولار وأنصاره أن ظهور السلوك العدواني مسبوق دائما بالإحباط والعكس صحيح، فإن وجود الإحباط يؤدي دائما إلى شكل من الأشكال العدوان ويفضل دولار وزملاؤه (1939) افتراض الإحباط.

العدوان من خلال تحديد أربع مجموعات من العوامل:

- 1- العوامل المحددة لقوة الاستثارة إلى العدوان.
 - 2- العوامل ذات العلاقة بالإعاقة العدوان.
 - 3- العوامل المحددة للهدف الذي يوجه إلى العدوان.
 - 4- العوامل المتعلقة بتخفيض الاستثارة إلى العدوان.
- ويرى دولاو زملأوه أن قوة الاستثارة إلى العدوان تختلف باختلاف ثلاثة عوامل:

- 1- قوة الاستثارة إلى الاستجابة المحيطية.
- 2- درجة الإعاقة التي تتعرض لها الاستجابات المحيطية.
- 3- عدد تسلسلات الاستجابات المحيطية.

وقد تناول دولاو وأنصاره في كتابهم الإحباط والعدوان أن العدوانية قوية للأفعال والسلوكيات العدوانية أي أن العدوانية تعزى إلى إثارة دافعية خارجية أكثر منها مصادر فطرية داخلية. ولقد أوضح سيزر أن العدوانية تنبعث كجزء من التنشئة الاجتماعية عفويا بقدر انبعائه عن التخطيط أن العدوان يتكون كنتيجة لفعل أو من نقص فعل. ينبع العدوان كنتيجة للإحباط الذي هو جزء فطري من النمو العدوان في شكل غضب أو احتياج أو بؤرة يجب أن ينظر إليها كنتيجة للإحباط، ذلك لأنه يحدث كجزء من المحاولة قوية وأن تكون فاشلة لتحقيق هدف يختبره الفرد على أنه لا يستطيع التوصل إليه.

يعتبر أصحاب نظرية (الإحباط والعدوان) السلوك العدواني على أن سببه الإحباط واعتبروا العدوان استجابة فطرية للإحباط تزداد شدته، ويقوى حدوثة كلما زاد الإحباط وتكرر حدوثة وإذا منع الإنسان من تحقيق هدفه وتوقفت استجاباته شعر بالإحباط واعتدى بطريقة مباشرة وغير مباشرة.

وإلى من تناول هذه النظرية دولاو وزملأوه (1939) فهم يفترضون أن السلوك العدواني إنما يرجع إلى الإحباط والإحباط قد يؤدي إلى السلوك العدواني. (أسامة فاروق مصطفى، 2011: 113).

ومن خلال هذه النظرية يمكننا أن نستنتج أن الشعور بالإحباط يُعد من أبرز الأسباب الشائعة للسلوك العدواني، كما أنها سلطت الضوء على أن العدوان ليس بالضرورة يكون سلوكا عشوائيا، بل قد يكون رد فعل متوقع عند تعرض لمواقف محبطة.

2.4 النظرية البيولوجية:

تعود جذور النظرية البيولوجية أو المدرسة لمبروزو Lombroso إلى منتصف القرن 19 والتي أطلق عليها المدرسة الوضعية الإيطالية وقد ضمن لمبروزو هذه النظرية في كتابه " الرجل المجرم " والذي تأثر أثناءها بنظرية داروين في النشوء والارتقاء، والتي توصل منها لمبروزو إلى أن المجرم الحقيقي هو " المجرم بالفطرة " أي الذي يولد بطبيعته بناء على ما ورثه من آياته. بينما ركزت النظرية البيولوجية في العصر الحديث على الصفات والجينات الجنسية والهرمونات والغدد الصماء، وتأثيرات البيوكيميائية والأنشطة الكهربائية في المخ وقوة العضلة... وغيرها.

لاحظ بعض الباحثين وجود علاقة بين الانحرافات الكروموزومية و السلوك العدواني السايكوباتي أو الميل نحو العنف و القسوة، وكان دليلهم على ذلك أن الخلايا الرجال الجنسية الذين يتصف سلوكهم بالعدوانية لديهم كروموزوم (X) والكثير من الكروموزوم (Y) بينما الخلايا الذكرية السوية يوجد بها كروموزوم (Y) واحد فقط و آخر (X) مما يعني أن هؤلاء الرجال لديهم شذوذ في الخلايا الجنسية ، فيؤدي ذلك إلى السلوك العنيف ، في حين نجد عددا آخر من الباحثين حاول من خلال البراهين الجراحية الربط بين إثارة المناطق المعينة في دماغ وبين استجابة العدوان، حيث لاحظ أن التنبيه الجانب الخارجي للمهاد Hypothalamus يؤدي على إطلاق العديد من أشكال العدوان المصاحب المختلف أنواع انفعال، كما أن إثارة منطقة معينة هي الحزمة

الإنسية للدماغ الأمامي for efrainfundte medial أطلقت استجابة عدوانية شرسة جدا في الحيوانات التجارب، هذا يعكس إثارة المنطقة المحيطة بالبطين في المادة الرمادية والتي تحدث استجابات أقل عدوانية، كما لوحظ أن اللوزة Amygdale لها دور في كبح جماح العدوان. (إيهاب الببلاوي. 1427: 19). ترى الباحثان أن أصحاب هذه النظرية تؤكد أن سلوكنا ومنه سلوك العدواني، يتأثر بشكل كبير بتركيبية الجينية وبنية ووظيفة الدماغ، بالإضافة إلى العمليات الكيميائية والهرمونية في أجسامنا.

2.5 النظرية المعرفية:

ركزت دراسة وبحوث معظم الباحثين في هذه النظرية حول طريقة إدراك عقل الإنسان الأحداث (المجال الإدراكي) أو (الحيز الحيوي). كما يتجلى في مختلف مواقف الحياة اليومية. ومدى إنعكاسها على الحياة النفسية للفرد ما ينتج عنه تكوين مشاعر الغضب والكراهية. وعادة ماتتحول هذه المشاعر إلى (إدراك) داخلي يقود صاحبه إلى ممارسة السلوك العدواني لأن طريقتهم في العلاج والتحكم في السلوك العدواني عن طريق التعديل الإدراكي بتزويده بمختلف المعلومات والحقائق المناخية في الموقف ليتضح أمامهم المجال الإدراكي ولا يترك فيه أي غموض أو إبهام يجعله مستبصرا للعلاقة بين السبب والنتيجة. وهنا بدأت نظرة جديدة من قبل الباحثين بدراسة العدوان الانفعالي أو الاندفاعي الذي يعكس نظم المعتقدات والأفكار. (فاطمة الزهراء أحمد طلحة، نور الدين سعد جعلاب. 2023: 121).

2.6 النظرية الاجتماعية التعليمية:

تتظر هذه النظرية إلى العدوانية أساسا كشكل نوعي من السلوك الاجتماعي المتعلم الذي يكتسب ويستمر بنفس الطريقة التي يتم بها اكتساب باقي الأشكال الكثيرة الأخرى من السلوك. وطبقا لوجهة النظر هذه فإن الكائنات البشرية لا تتعدى نظرا لما هو موجود وقائم بالداخل. ولكن الاندفاعات نحو هذا السلوك تستثار بواسطة تشريطات أخرى موجودة في البيئة. ويلخص باندوره أسباب قيام الكائنات البشرية بسلوك العدواني إلى مايلي:

- (1) لأنهم إكتسبوا الإستجابات العدوانية خلال خبراتهم الماضية.
 - (2) لأنهم تلقوا تعزيزا أو مكافآت لأدائهم لبعض الأفعال العدوانية.
 - (3) لأنهم أشيروا مباشرة للعدوان بواسطة التشريطات البيئية أو الاجتماعية النوعية والخاصة.
- ويقدم باندوره بعض البراهين والتدعيمات للصحة إفتراضاته السابقة بأن السلوك العدواني متعلم ومكتسب مثل باقي أشكال السلوك فيما يلي:
- أولا: إن الكائنات البشرية لا تولد ومعها ذخيرة كبيرة من الاستجابات العدوانية التي تضعها تحت تصرفها ولذلك فهذه الاستجابات يتم اكتسبها بطريقة مشابهة التعليمية دورا هاما في هذا النمط من السلوك.
- ثانيا: يتساوى الأطفال والراشدين الذين يتعاطون مكافآت مادية أو معنوية قيمة أو إجتماعية عند توجيههم العدولانية اتجاه الآخرين أو الأشياء من حولها

ثالثا: ونظرا لأن السلوك العدواني متعلم فهذا يفتح المجال لتعديل وخفض السلوك العدواني عن طريق التشريطات المسؤولة عنه في البيئة ولهذا تعتبر أكثر تفاعل من يث التحكم والسيطرة على السلوك العدواني عكس النظرية الغريزية أو الدافعية.

ويرى (ادموندس) أنه طبقا لهذه النظرية فإن المسالك العدوانية التي يتم تعلمها من خلال المشاهدة او التقليد تعلم الفرد ليس فقط كيف يكون عدوانيا بل أيضا ماهي النتائج الممكنة التي يتم أن تترتب على العدوان. أي أن المشاهدة تعلم الأفراد كيف يكونو عدوانيين ولكن الممارسة الجديدة يلقي تعزيز لميل لتكرار طبقا لهذه النظرية. ولكن السلوك العدواني في الكثير من المواقف يعتبر تدعيما في ذاته نظرا لأنه يخوض الإثارة الانفعالية لدى الفرد طبقا لنظرية الدافعية الخارجية أو الداخلية(الغريزية). أو أن السلوك العدواني يؤدي التقدير الذات. وخاصة عند تقبل المجتمع له مثل المصارعة أو انتصار في الحروب وبالتالي يؤدي إلى

جاذبية اجتماعية من قبل مجتمع له. (أمال عبد السميع مليجي باظة. 1997: 83). تشير هذه النظرية أن البيئة الاجتماعية تلعب دوراً مهماً في تكوين هذا السلوك من خلال ما يشاهده الفرد من نماذج سواء إيجابية أو سلبية حيث أن الأطفال والراشدين يتعلمون العدوان عندما يرون أنه وسيلة فعالة للوصول إلى ما يريدون.

3/ أسباب السلوك العدواني:

يتزايد السلوك العدواني إذا توافرت له مجموعة من الأسباب التي تقضيه وتقويه ولقد توصلت العديد من الدراسات المتصلة بالدراسة السيكولوجية العدوان إلى تحديد مجموعة من العوامل بوصفها أسباب محتملة للسلوك العدواني.

أ/ العوامل البيولوجية:

أشارت دراسات عديدة أجريت على الإنسان والحيوان إلى أن العدوان أسس بيولوجية فثمة علاقة بين العدوان من جهة والاضطرابات الكروموسومية والهرمونات العصبية من جهة أخرى. ويمكن تلخيص أهم العوامل البيولوجية فيما يلي:

1- الوراثة: وهي أحد العوامل المسببة للعدوان وهناك تأكيد لدور الوراثة من خلال دراسات على أطفال عدوانيين فصلوا من والديهم وتبناهم آباء آخرون، حيث وجدوا ارتباطاً ذا دلالة إحصائية بين هؤلاء الأطفال وبين أطفال بيولوجيين مضادين للمجتمع. (سليمان عبد الواحد يوسف. 2012: 314).

2- شذوذ الصبغيات الوراثية: حيث يزيد عدد الصبغيات إلى (47) بدلاً من (46) ويصبح تمييزها الجنس (xxy) أو (xxy) ولوحظ أن السلوك العدواني والمضاد للمجتمع كثير لديهم خاصة في النوع (xxy) الذي تكثر لديه الذكورة التي تنجح إلى السلوك العدواني ويصاحب العدوان لديهم باضطراب عاطفة ونقص الذكاء.

3- اضطراب وظائف النصفين الكرويين (الأيمن، والأيسر) للمخ: بعد إطلاع المؤلف للعديد من الدراسات والبحوث في المجال علم النفس العصبي المعرفي الخاصة بالأفراد العدوانيين وجد أن هناك شذوذاً في التخطيط المخ لدى (65%) من المعتادي العدوان الجائحين، كما لاحظ أن هناك تشابهاً في تخطيط المخ للأطفال الأسوياء، وتخطيط المخ للعدوانيين البالغين بما يشير إلا أن هؤلاء العدوانيين لديهم نقص في نمو الجهاز العصبي مما يجعل نشاط المخ يشبه الأطفال في تخطيط المخ الكهربائي ومن المعروف أن بعض الأمراض المخ قد تصاب بسلوك عدواني وأن عدداً من الأمراض التي تصيب الجهاز العصبي قد تبرز نفسها كسلوك عدواني.

4- اضطراب إفرازات الغدد: ومن الأسباب البيولوجية أيضاً التي تسبب العدوان النشاط الزائد الذي ينتج عن اختلاف إفرازات بعض الغدد كالغدة الدرقية أو الغدة النخامية مع مستوى منخفض من الذكاء مما لا يمكن الفرد من تصريف نشاطه الزائد في أوجه مفيدة فيوجهها نحو العدوان.

5- ب/ العوامل الاجتماعية والاقتصادية:

السلوك العدواني يختلف أيضاً باختلاف المستوى الاقتصادي والاجتماعي، وقد أثبتت الدراسات أن الأطفال مستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض أكثر عدوانية من أطفال المستوى الاقتصادي المرتفع، وأكدت دراسة محمد إسماعيل ونجيب إسكندر أن أطفال العدوانيين ينحدرون غالباً من أسر الطبقات المتدنية. (سليمان عبد الواحد يوسف. 2012: 314).

أما الأسباب المتعلقة بالظروف الاجتماعية فقط تلخصت في

- إدمان المخدرات والإنغماس فيها.
- التشبع ببعض الأفكار التعصبية.

- الحرمان الاجتماعي والقهر النفسي.
 - تقمص الأدوار التي يشاهدها الأطفال.
 - عدم الإشباع الحاجات الأساسية.
 - عدم القدرة على تكوين علاقات إجتماعية صحيحة. (ميلود سيفي محمد، 2024: 68)
- ج/ عوامل النفسية:

من أهم الأسباب النفسية للعدوان مايلي:

- الإحباط: حيث يوجه العدوان نحو عامل الإحباط الذي يحول دون تحقيق أهداف الفرد، ويصيبه بخيبة أمل والشعور بالفشل. وقد قامت نظرية الإحباط للعدوان على هذا الأساس.
 - الصراع: وأهم أشكاله مسببة للعدوان، الصراع الطبقي، والصراع العنصري، وصراع الأجيال، دون حل لهذه النزاعات.
 - الحرمان: ويكون العدوان بسبب عدم إشباع الحاجات والدوافع، مع الإستشارة كما في الإستشارة الجنسية.
 - الصدمات: خاصة تلك التي تأخذ شكل كوارث، أو التي تؤدي إلى فشل في حياة الإنسان، وتهدد اضره ومستقبله، أو التعرض للعنف والعدوان وخاصة في مرحلة الطفولة، والحروب، وتوتر مابعد الصدمة.
 - انفعالات الشديدة: مثل الكره الشديد، والغضب الشديد، والخوف الشديد، مع نقص ضبط النفس.
 - تعلم العدوان: وإثابة السلوك العدواني، وتعزيزه، ولقد قامت نظرية تعلم الاجتماعي على هذا الأساس.
 - السادية: ويصاحبها التلذذ المرضي من العدوان على الآخرين.
 - التعصب: وهو الاتجاه المنفعل العنيف الذي يترجم سلوكيا في شكل عدوان، كما في التعصب العنصري.
 - دافع القتال أو (غريزة القتال): على أساس أن العدوان غريزة قتالية لازمة في حياة الإنسان وحتى الحيوان.
 - العنف بالعنف والعدوان بالعدوان: حيث الدائرة المغلقة أو حلقة المفرغة، وحيث العنف يولد العنف، والعدوان يولد العدوان. ومثال ذل حين يشعر الفرد بأنه يهاجم أو يهان شخصيا، فإنه يقدم على السلوك العدواني اتجاه الشخص الذي هاجمه وأهانته. (إجلال محمد سري. 2003: 42).
- وأسباب السلوك العدواني حسب دكتورة مي محمد موسى (2016) تتمثل في:
- عدم قدرة الطالب على تكوين علاقات إجتماعية صحيحة.
 - فقدان الشعور بالأمن والخوف.
 - شعور الطالب بالفشل والإحباط من حياته المنزلية او المدرسية.
 - شعور الطالب بكرهية المعلمين له.
 - المبالغة في تقييد الحرية والتدخل في شؤونه الخاصة.
 - وجود الطالب في جو منزلي متوتر.
 - تشجيع الأسرة على العدوان، وأخذ الحق باليد.
 - وجود نقص جسمي، كالخلل في بعض الحواس.
 - ضعف التحصيل الدراسي.
 - حرمان الطالب من حاجاته النفسية والاجتماعية.
 - تقليد السلوك العدواني لدى الآخرين، كمشاهدة أفلام العنف.

4/ أشكال السلوك العدواني:

يأخذ السلوك العدواني أشكالا متعددة ومن أهمها:

1-العدوان اللفظي:

- التطاول، والصياح، المزاج، الإزعاج الضحية باستمرار،
- إصدار أوامر لفظية عدوانية.
- إطلاق ألقاب بذينة على بعض الأطفال.

- مداومة الإتصال بالضحية في المنزل (عن طريق الهاتف، أو الخطابات، أو الناس، أو الإنترنت، البريد الإلكتروني أو أي وسيلة اتصال إلكترونية).
 - الضحك، والقهقهة عند مرور الضحية (الشخص).
 - التحدث همسا عن الضحية على مسمع منها.
 - توجيه تهديدات لفظية.
 - التحدث بشفرة مجهولة أمام الضحية.
 - إصدار تعليقات عنصرية أو قائمة على تمييز جنسي.
- 2- العدوان الجسدي:

- الدفع وإلقاء ممتلكات الضحية ونفاذها بين الأشخاص الآخرين في الفصل.
- كسر أو إخفاء أو الدفع أو إقتحام مكتب الضحية أو خزانة المدرسية.
- الركل البسيط أو العنيف، أو ضرب الضحية.
- سرقة الكتب أو الأطعمة أو أية ممتلكات أخرى من مكتبه الخاص أو من خزانة المدرسية.
- سحب المقعد الشخص وهو يتأهب للجلوس إليه.
- رش المياه على وجه الضحية أو إلقاء بعض القطع الورقية أو الأربطة المطاطية عليه.
- جذب الشعر.
- تمزيق الملابس أو الممتلكات. (فؤاد عبد الجوالده، مصطفى نوري القمش. 2012: 283).

3- العدوان الرمزي:

ويشمل التعبير بطرق غير لفظية عن احتقار الأفراد الآخرين أو توجيه إهانة لهم، كالإمتناع عن النظر إلى شخص الذي يكن العدا له، أو الامتناع عن مايقدم له أو نظر بطريقة إزدراء وتحقير. وقد يأخذ العدوان شكلين آخرين:

4.1- العدوان الاجتماعي:

ويشمل الأفعال المؤذية التي تهدف إلى ردع إعتداءات الآخرين.

4.2- العدوان الاجتماعي:

ويشمل الأفعال المؤذية التي يظلم بها الإنسان نفسه أو غيره.

وقد يكون العدوان مباشرا أو غير مباشر:

5.1- العدوان مباشر هو:

الفعل العدواني موجه نحو الشخص الذي أغضب المتعدي فتسبب في السلوك العدواني.

5.2- أما العدوان غير المباشر:

فيتضمن الإعتداء على شخص بديل وعدم توجيهه نحو الشخص الذي تسبب في غضب المعتدي وغالبا ما يطلق على هذا النوع من العدوان اسم العدوان البديل. (خولة أحمد يحي. 2000: 186).

6- العدوان المقصود: وينقسم إلى نوعين هما:

أ- العدوان الوسيطي (الدفاعي): وهو سلوك يسلكه صاحبه بطريقة عدائية من أجل الحصول على مآلدى الشخص الآخر وليس من أجل إيذائه.

ب- العدوان العدائي (الكرهي): ويهدف هذا النوع إلى إيذاء أشخاص الآخرين، وعادة ما يكون مصاحبا بأحاسيس ومشاعر الغضب نحوه.

7- العدوان الغير مقصود:

وهو السلوك الذي يوقعه الفرد على شخص أو شيء ما دون قصد أو تعمد مثل الطفل الذي يتسم بحركة زائدة فيمكن ان يؤدي الآخرين دون علم منه ومن هنا ضرورة أخذ النيات بعين الاعتبار عند معاقبة الطفل الذي قام بسلوك فيه عدوان ما. (هشام أحمد غراب، أيمن يوسف حجازي. 2011).

5/ مظاهر أو سمات السلوك العدواني:

- إحداث فوضى في الصف عن طريق الضحك والكلام وعدم انتباه.
- التدافع الحاد والقوي بين التلاميذ أثناء الخروج من قاعة الصف.
- إشهار السلاح الأبيض والتهديد باستعماله أو حتى استعماله.
- الخروج المتكرر من الصف من دون إستئذان.
- مقاطعة المعلم أثناء الشرح.
- الإهمال المتعمد لنصائح والتعليمات المعلم ولأنظمة وقوانين المدرسة. (عدنان أحمد ج فسفوس. 2006: 29).
- قوة الدافع إلى العدوان.
- الموضوعات التي لا تنصب عليها الأفعال العدوانية.
- قوة ميل الفرد للأطفال العدوانية.
- التعريف الذي يشمل الحاجة إلى تعريف الانفعالات المكبوتة والمكفولة. (عبد الستار جبار الضمد. 2012: 55).
- النزاع حول ملكية شيء ما أو حول الأحقية في مكان ما.
- المطالبة باستبعاد شخص من جماعة خاصة عند أطفال أثناء اللعب.
- السخرية والشماتة والغيرة من الشخص والحسد.
- العدوان اتجاه الذات مثل الارتداء على الأرض، جرح نفسه بالسكين. (محمد علي قطب الهمشري، وفاء محمد عبد الجواد. 1997: 21).

6/ تأثير السلوك العدواني على الطلاب:

1. في المجال السلوكي:
 - عدم المبالاة.
 - عصبية الزائدة.
 - مخاوف غير مبررة.
 - مشاكل انضباطية.
 - عدم القدرة على التركيز.
 - عنف كلامي مبالغ.
2. في المجال التعليمي:
 - تدني التحصيل الدراسي.
 - عدم المشاركة في الأنشطة الدراسية.
 - التسرب من المدرسة.
 - التأخر عن الطابور المدرسي.
 - الغياب المتكرر عن المدرسة.
3. في المجال الاجتماعي:
 - العزلة الاجتماعية.
 - التعطيل على سير الأنشطة الاجتماعية.

- عدم المشاركة في الأنشطة الاجتماعية.

4. في المجال الانفعالي:

- الاكتئاب.

- انخفاض مستوى الثقة بالنفس.

- توتر دائم.

- رد فعل سريع.

- الشعور بالخوف.

- انعدام الاستقرار النفسي.

- المزاجية. (بطرس حافظ بطرس. 2009: 113).

7/ علاج السلوك العدواني:

أولاً: العلاج السلوكي:

يقوم هذه العلاج على احداث تغيير في بيئة الفرد من خلال التحكم بمثيرات العدوان القبلية والبعدية بتوظيف برامج التعديل السلوكي المناسبة، ويمكن في هذه البرامج استخدام المبادئ التالية:

أ. استخدام إجراءات العقاب السلبي ويتمثل ذلك في حرمان الطفل من المعززات أو الامتيازات أو الحرمان من اللعب عندما يمارس السلوك العدواني، أو اللجوء إلى اللجوء إلى استخدام إجراءات العزل والإقصاء عن طريق نقل الطفل من البيئة المعززة إلى بيئة غير معززة.

ب. استخدام إجراءات التعزيز التفاضلي، وفي هذا الإجراء يتم تعزيز السلوكيات الاجتماعية الإيجابية أو الاستجابات التي تكون باتجاه السلوك الجيد وتجاهل السلوك العدواني وعدم تعزيزه.

ت. التصحيح الزائد للسلوك العدواني ويتم هذا من خلال إجراءات مثل:

1- الطلب من الطفل إعادة ممتلكات الآخرين عندما يأخذها منهم بالقوة والاعتذار لهم عن هذا السلوك.

2- الطلب من الطفل طلب الصفح والسماح من الآخرين عندما يتصرف بطريقة عدوانية اتجاههم.

3- التحذير اللفظي للطفل بضرورة عدم تكرار مثل هذه الفعل العدواني.

الممارسة السلبيه: وفيها يطلب من الفرد تكرار السلوك العدواني الذي قام به اتجاه الآخرين مرات ومرات (تمثيل الفعل) والهدف من ذلك تحقيق الاشباع والتعب لدى الفرد على نحو يجعله يكف عن مثل هذه السلوك لاحقاً. (عماد عبد الرحيم الزغول. 2006: 171).

ثانياً: العلاج النفسي:

تري نظرية التحليل النفسي عدم إمكانية ضبط أو تغيير الدافع العدواني لدى الأفراد ولكن يمكن تعليمهم تحويل هذه الطاقة وتفريغها في أنشطة اجتماعية مقبولة. وعليه يمكن استخدام وسائل متعددة لتفريغ طاقة العدوان لدى الطفل عن طريق استخدام اللعب والرسوم والكتابة والتمارين الرياضية والموسيقى وغيرها من الأنشطة المحببة الأخرى. (عماد عبد الرحيم الزغول. 2006: 171).

ثالثاً: العلاج الأسري:

يهدف العلاج الأسري في مواجهة السلوك العدواني إلى تدريب الآباء على الأساليب السوية في معاملة الأبناء وإرشادهم الأساليب التعامل الأسري وذلك على النحو التالي:

1- الإقلال- كلما أمكن من التدخل في اعمال الأبناء حتى لايشعرون باليأس ويلجأون إلى العناد والعدوانية على آخرتهم واقرانهم.

2- أن يقلع الآباء عن عصبيتهم وثورتهم لأتفه الأسباب أمام الأبناء حتى لا يقلدهم الأبناء ويكونون قدوة لهم.

- 3- أن يقلع الآباء عن الحزم المبالغ فيه والسيطرة الكاملة والرغبة في إطاعة الأبناء لأوامرهم طاعة عمياء وتجاهلهم حاجات الأبناء وعدم تقبلهم أساليب الأمر والنهي دون مناقشة.
- 4- إذا أخطأ الابن فيجب أن يتجنب الآباء إستفزازه أو معايرته باخطاء.
- 5- لا يقابل الآباء غضب أبنائهم بالغضب بل يكونون قدوة حسنة للأبناء في الرزانة وضبط النفس.
- 6- توفير جو عائلي الهادئ الذي يسوده الحب والتفاهم والتعاون والثقة المتبادلة والإحترام المتبادل بين الجميع.
- 7- يجب على الآباء شغل أوقات الفراغ لدى أبنائهم المراهقين باللعب والرياضة ليتعلموا الأخذ والعطاء ويستنفذوا الطاقة الجسمية الزائدة فتختفي الميول العدوانية لديهم.
- 8- تنمية القيم الأخلاقية والوازع الديني لدى الأبناء وبيان مساوئ السلوك العدواني وآثاره، في جو يمتاز بالأمن والدفع والهدوء.
- 9 - تدريب الطفل على المهارات السلوك الاجتماعي بشكل تدريجي وتقليل درجة الحساسية نحو المواقف التي تثير الغضب لديه وتشجعه على العدوان. وإحاطة الطفل بالعطف والحب والحنان وإشعار: بالدفع والأمان وتقليل مشاهدة الطفل لبرامج وأفلام العنف المعروضة في التلفزيون. (أسامة فاروق مصطفى. 2011: 138)

رابعاً: العلاج الطبي:

يوضح حامد (1997) بأن السلوك العدواني يظهر عنه اختفاء للبصيرة العقلية لدى الفرد وتجعله مضطرباً لسلوك السلوكات عدوانية يغيب فيها الانتباه للأخطاء وخطورتها وانطلاقاً من معرفتنا بأن هناك علاقة وطيدة بين النفس والجسم، لهذا يلجأ في بعض الأحيان إلى استعمال الأدوية كمهدئات تؤدي إلى الإسترخاء العضلي والهدوء النفسي والحركي وهناك وهناك أيضاً المسكنات التي تعمل على تثبيط وظائف الجهاز العصبي المركزي وتسكن الآلام مما يؤدي إلى الهدوء النفسي.

حتى يتمكن المعالج من إقامة علاقة تواصل بينه وبين العميل إذا ما فشلت جميع أنواع ووسائل وطرق العلاج يت الاستعانة كأخر حل بالعملية الجراحية وهي جراحة عصبية متخصصة حيث يتم فصل الفص الأمامي الجبهي عن بقية أجزاء المخ عن طريق قطع الألياف البيضاء الموصلة بين الفص الأمامي والمهد، بذلك يتم قطع الإتصال العصبي وبالتالي تثبيط رد الفعل الإنفعالي ويحد تغير في السلوك. (عبد الحليم مزوز. 2018: 71).

الخلاصة:

اتضح لنا من خلال الفصل أن السلوك العدواني مفهوم واسع اهتم به الكثير من علماء النفس فهو يعد من الظواهر السلوكية الشائعة، خاصة بين المراهقين حيث يتمثل في تصرفات تهدف إلى إلحاق الأذى بالآخرين سواء كان ذلك جسدياً أو لفظياً أو رمزياً، ويتأثر السلوك العدواني بعدة عوامل مختلفة مما يجعله موضوعاً متعدد الأبعاد في الدراسات النفسية، كما تعددت النظريات التي حاولت تفسيره، وللحد منه يجب تعزيز التربية السليمة وتنمية مهارات التحكم في الانفعالات.

الجانب الميداني

إجراءات البحث الميدانية

الفصل الرابع: تقديم الجانب الميداني.

الفصل الخامس: الدراسة الأساسية

الفصل السادس: عرض النتائج ومناقشتها

الفصل الرابع: الدراسة الاستطلاعية

التمهيد

1. اهداف الدراسة

2. عينة الدراسة

3. اجراءات الدراسة

4. ادوات الدراسة

1.4 مقياس الضغط النفسي

2.4 مقياس السلوك العدواني

5. الخصائص السيكومترية

1.5 الخصائص السيكومترية مقياس الضغط النفسي

2.5 الخصائص السيكومترية مقياس السلوك العدواني

تمهيد:

بعد دراستنا للفصول السابقة في الجانب النظري للدراسة، لقد قمنا في هذا الفصل بالتطرق الى الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية من خلال استعراض الدراسة استطلاعية والدراسة الأساسية بحيث يتم التفصيل في اهداف الدراسة والمجال المكاني والزمني لها، ثم وصف العينة المختارة للدراسة الاستطلاعية من حيث كيفية اختيارها.

كما يتم التفصيل في الكلام عن الأدوات المستخدمة في الدراسة الاستطلاعية، اعتمدنا فيها على مقياس الضغط النفسي ومقياس السلوك العدواني قصد التأكد من صدقهما وثباتهما، كذلك بالتطرق في الدراسة الأساسية على منهج الدراسة وتقديم وصف مفصل لادوات الدراسة.

1. اهداف الدراسة:

- تعد الدراسة الاستطلاعية مرحلة أساسية في مسار البحث العلمي، إذ تهدف في هذه المرحلة إلى:
- تحديد مجال الدراسة بدقة، والتعرف على العينة المدروسة وتحديدتها.
 - أدوات بحث ملائمة تساهم في جمع البيانات بدقة وفعالية.
 - التحقق من مدى صلاحية المقاييس وملائمتها لطبيعة الدراسة الحالية.
 - التأكد من وضوح تعليمات المقاييس، وسلامة اللغة المستخدمة، ووضوح العبارات وخلوها من الغموض لضمان سهولة الفهم من قبل الأفراد.
 - التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات القياس، من حيث الثبات والصدق في قياس المفاهيم المستهدفة.

2. عينة الدراسة:

لا يمكن الباحث الشرع في بحثه والتوصل إلى نتائج ذات دلالة دون إلمام كاف بموضوع الدراسة، مما يستدعي الاعتماد على عينة بحثية تمثل مجتمع الدراسة تمثيلاً مناسباً، وتتميز بالحجم الكافي الذي يضمن موثوقية النتائج.

حجم العينة: تم اختيار العينة باتباع الطريقة القصدية مكونة من (50) تلميذ(ة) والجدول الموالي يبين خصائصها:

الجدول رقم (01): يبين توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب الجنس والسن والتخصص.

المتغيرات		العدد	النسبة المئوية
الجنس	الذكور	27	54%
	الإناث	23	46%
التخصص	علوم التجريبية	5	10%
	تسيير والإقتصاد	12	24%
	الأداب والفلسفة	33	66%
السن	أكثر من 18 سنة	37	74%
	أقل من 18 سنة	13	26%

3. إجراءات الدراسة:

✓ الحدود الزمانية: طبقت هذه الدراسة في 30 أبريل 2025

✓ **الحدود المكانية:** أجريت الدراسة الاستطلاعية في مجموعة من ثانويات بدائرة السوقر (ثانوية قاديري خالد، ثانوية بخالد خالد، ثانوية مجدوب زكريا وثانوية بوشارب ناصر، ثانوية بوطالب محمد) وبلدية سي عبدالغاني (نافع إبراهيم) وبلدية عين دزاريت (قاسيمي الحساني محمد كمال).

4. أدوات الدراسة:

1.4. الأداة الأولى لمقياس الضغط النفسي:

اعتمدنا على مقياس الضغط النفسي "خرباش هدى وطوبال فطيمة" (2016) يتكون من (42) فقرة وينقسم المقياس إلى أربع أبعاد، البعد الدراسي يتكون من (08) عبارات، البعد الشخصي يتكون من (12) عبارة، البعد العلائقي (11) عبارة، والبعد الفيزيولوجي (11) عبارة. أما من حيث بدائل الإجابة فهي أربع بدائل (تتطبق دائما، تتطبق أحيانا، تتطبق نادرا، لا تتطبق أبدا) وقد أعطيت قيمة للاستجابات على العبارات المقياس (3، 2، 1، 0) على الترتيب وتشير الدرجة المرتفعة إلى ضغوط نفسية مرتفعة.

والجدول التالي يوضح توزيع الأبعاد والبنود:

جدول رقم (02): يبين توزيع أبعاد وبنود مقياس الضغط النفسي:

الأبعاد	أرقام العبارات	عدد العبارات	درجات كل بعد
الضغوط الدراسية	1، 5، 9، 13، 17، 21، 25، 29	8	32-8
الضغوط الشخصية	2، 6، 10، 14، 18، 22، 26، 30، 33، 36، 39، 42	12	48-12
الضغوط العلائقية	3، 7، 11، 15، 19، 23، 27، 31، 34، 37، 40	11	44-11
أعراض الفيزيولوجية	4، 8، 12، 16، 20، 24، 28، 32، 35، 38، 41	11	44-11

أما بخصوص تعليمية المقياس انظر الملحق رقم (02) الذي يوضح مقياس الضغط النفسي ل "خرباش هدى، طوبال فطيمة" الموجه لعينة الدراسة.

2.4 مقياس السلوك العدواني:

مقياس السلوك العدواني:

اعد هذا المقياس سلوك العدواني " لأرنولد باص ومارك بيرى " (1992) وقام الباحثان "معتز سيد عبد الله وصالح أبو عبادة" في (1995) بترجمته إلى اللغة العربية المأخوذ من رسالة دكتوراه بعنوان الذكاء الوجداني وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية والسلوك العدواني لدى تلاميذ رابعة متوسط بجامعة مسيلة. ويتكون المقياس من (29) عبارة تقريرية خصصت لقياس (4) أبعاد افترض معدا المقياس أنها تمثل مجال السلوك العدواني، وهي العدواني البدني والعدوان اللفظي، الغضب، العداوة، وأضيف لبعد العدوان اللفظي بندا واحدا حيث أصبح العدد الكلي لبنود المقياس في صورته العربية (30) بندا وكل البنود موجبة ماعدا البند (-19) (4) ويتكون المقياس من (5) بدائل للإجابة، والتصحيح (من 1 إلى 5) في حالة عبارات الموجبة والعكس في حالة العبارات السالبة.

جدول رقم (03): يبين أرقام البنود الموجبة والسالبة في مقياس السلوك العدواني:

نوع البنود	أرقام البنود	المجموع
البنود الموجبة	17، 18، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 1، 2، 3، 5، 6، 7	28
البنود السالبة	4، 19	2

5. الخصائص السيكومترية:

1.5. الخصائص السيكومترية لمقياس الضغط النفسي:

قامت الباحثتان خرباش هدى وطوبال هدى بالتأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس بالطرق التالية:

1.1.5. الصدق الظاهري أو صدق المحكمين :

تم عرض هذا المقياس في صورته المبدئية على (07) محكمين منهم 02 أساتذة علم النفس بجامعة سطيف 2 و(02) أخصائي نفسي بوحدة الكشف والمتابعة المدرسية (02) مستشار التربية والتوجيه المدرسي و(01) طبيب عام وذلك لإبداء الرأي من حيث:

- خلو بنود المقياس من العناصر الثقافية الغربية عن المجتمع الجزائري.
- مدى سلامة البنود من حيث الصياغة اللغوية.
- مدى صلاحية البنود لقياس ما وضعت لقياسه فعلا.
- مدى اتفاق أبعاد الضغوط مع الهدف من المقياس.
- معرفة أن كان عدد البنود كافيا.

وتم الاتفاق على الموافقة لفقرات المقياس بنسبة كبيرة وتصحيح بعض الألفاظ والمفردات اللغوية.

2.1.5. صدق الاتساق الداخلي:

قدر الاتساق الداخلي من خلال تحديد العلاقة مع البعد، الفقرة مع الدرجة الكلية والبعد مع الدرجة الكلية، وهذا خاص بكل بعد من الأبعاد الأربعة.

الجدول رقم (4): يوضح العلاقة الارتباطية بين الفقرات والأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الضغط النفسي.

البعد	الرقم	علاقة الفقرة بالبعد	علاقة الفقرة بالدرجة الكلية	علاقة البعد بالدرجة الكلية
الضغوط الدراسية	1	0.47**	0.30*	0.56**
	2	0.35**	0.07	
	3	0.49**	0.31*	
	4	0.64**	0.38**	
	5	0.28*	0.27	
	6	0.37**	0.27	

	0.18	0.60**	7	
	0.29*	0.49**	8	
0.84**	0.24	0.41**	1	الضغوط الشخصية
	0.36*	0.44**	2	
	0.37	0.53**	3	
	0.40**	0.46**	4	
	0.38**	0.46**	5	
	0.20	0.21	6	
	0.43**	0.50**	7	
	0.56**	0.64**	8	
	0.34*	0.39**	9	
	0.48**	0.58**	10	
	0.54**	0.46**	11	
	0.37**	0.47**	12	
0.79**	0.36**	0.45	1	الضغوط العلائقية
	0.29*	0.49**	2	
	0.36**	0.26	3	
	0.55**	0.65**	4	
	0.33	0.35*	5	
	0.45**	0.58**	6	
	0.33*	0.50**	7	
	0.48**	0.67**	8	
	0.46**	0.50**	9	
	0.40**	0.60**	10	
	0.42**	0.51**	11	
0.84	0.53**	0.48**	1	أعراض الفيزيولوجية
	0.55*	0.68**	2	
	0.24	0.38**	3	
	0.48**	0.59**	4	

	0.42**	0.55**	5
	0.42**	0.46**	6
	0.48**	0.61**	7
	0.33*	0.42**	8
	0.48**	0.60**	9
	0.43**	0.37**	10
	0.47**	0.60**	11

**=0,01 *=0,05

من خلال النتائج الموضحة في الجدول يتضح ان المقياس يتميز بالقدر من الصدق، وذلك ما نراه ان الفقرات دال احصائيا عند مستوى دلالة (0.01). والبعض الآخر دال عند (0.05)، كما تم تعديل بعض الفقرات الضعيفة لمقياس الضغط النفسي من بينها الفقرة (5، 12، 13، 17، 22).

2.1.5. ثبات مقياس الضغط النفسي:

الثبات حسب ماتوصل اليه الباحثون (خرباش هدى وطوبال فطيمة) ان المقياس يتميز بالثبات، وللتأكد من ذلك وبالتطبيق على مجتمع دراستنا قمنا بإعادة حساب الثبات عن طريق معامل ألفا كرومباخ للاتساق الداخلي، وكذا معامل التجزئة النصفية

الجدول رقم (05): يبين درجة الثبات عن طريق ألفا كرومباخ لمقياس الضغط النفسي:

المقياس	درجات الثبات
الضغط النفسي	0.86

من خلال الجدول (05) نلاحظ أن درجة ثبات مقياس الضغط النفسي بلغت 0.86 من أصل (1)، وهي قيمة عالية تجعل من هذا المقياس ثابت وقابل للإستعمال، ويمكن الإعتماد على نتائجه.

3.1.5. التجزئة النصفية لمقياس الضغط النفسي:

تعتمد هذه الطريقة على تطبيق الاختبار مرة واحدة حيث يتم تقييمه الى نصفين متكافئين، وتستخدم درجة النصفين لحساب معامل الارتباط بينهما فننتج معامل ثبات نصف الاختبار وذلك باستخدام معادلة سبيرمان براون، وهذا للتأكد من النتائج.

الجدول (06): يبين الثبات عن طريق التجزئة النصفية لمقياس الضغط النفسي

المقياس	الثبات	معامل التصحيح سبيرمان
الضغط النفسي	0.67	0.80

من خلال نتائج الجدول (06) نلاحظ ان معامل الثبات عن طريق التجزئة النصفية لمقياس الضغط النفسي بلغت بـ (0.67)، وبتطبيق معادلة سبيرمان اتعديل الثبات أصبحت القيمة (0.80). وبالتالي فأن معامل الثبات لمقياس الضغط النفسي مرتفع.

2.5. الخصائص السيكو مترية لمقياس السلوك العدواني:

1.2.5. صدق المقياس:

يقصد بصدق الاختبار أن يقيس الاختبار الصفة أو السمة التي قصد به قياسها (محمد أحمد الخطيب، أحمد حامد خطيب. 2011: 26)، ثم حساب صدق المقياس من خلال طريقة الاتساق الداخلي.

2.2.5. الصدق الظاهري أو صدق المحكمين:

قام الباحثان "معتز السيد عبد الله وصالح أبو عبادة" بترجمة مقياس السلوك العدواني سنة 1995 ثم عرضاه على مجموعة من المحكمين بهدف مراجعة الترجمة والتأكد من أن الصياغة العربية للبنود تنقل المعنى في إطار الثقافة السعودية.

3.2.5. صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب الصدق عن طريق معامل الاختبار بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس وإضافة إلى ذلك تم حساب معامل الفا كرونباخ باستخدام الحزمة الاحصائية Spss.

الجدول رقم (07): يوضح العلاقة الارتباطية بين الفقرات والأبعاد والدرجة الكلية

لمقياس السلوك العدواني

البعد	الرقم	علاقة الفقرة بالبعد	علاقة الفقرة بالدرجة الكلية	علاقة البعد بالدرجة الكلية
عدوان البدني	1	0.68**	0.61**	0.76**
	2	0.20	-0.16	
	3	0.33*	0.47**	
	4	0.76**	0.74**	
	5	0.68**	0.44**	
	6	0.55**	0.39**	
	7	0.58**	0.44**	
	8	0.70**	0.53**	
	9	0.18	0.10	
عدوان اللفظي	1	0.62**	0.21	0.71**
	2	0.62**	0.44**	
	3	0.42**	0.41**	
	4	0.49**	0.52**	
	5	0.47**	0.41**	
	6	0.57**	0.29*	
	1	0.37**	0.12	0.69**
	2	0.59**	0.42**	
	3	0.43**	0.35*	

	0.24	0.40**	4	الغضب
	0.32*	0.41**	5	
	0.43**	0.45**	6	
	0.37**	0.63**	7	
0.75**	0.43**	0.64**	1	العدوان
	0.62**	0.71**	2	
	0.42**	0.48**	3	
	0.17	0.28*	4	
	0.69**	0.70**	5	
	0.26	0.44**	6	
	0.23	0.50**	7	
	0.38**	0.52**	8	

مستوى الدلالة 0.01** 0.05*

من خلال النتائج الموضحة في الجدول يتضح ان المقياس يتميز بالقدر من الصدق، وذلك ما نراه ان الفقرات دال احصائيا عند مستوى دلالة (0.01). والبعض الآخر دال عند (0.05)، كما تم تعديل بعض الفقرات الضعيفة لمقياس الضغط النفسي من بينها الفقرة: (4، 8، 12، 29).

4.2.5. ثبات المقياس:

يشير ثبات الاختبار إلى مدى استقرار المقياس وتناسق مكوناته، فإذا حصل الفرد على نفس الدرجة أو درجة مشابهة عند إجرائه للاختبار نفسه أو لاختبار مماثل يحتوي على أسئلة متكافئة في أكثر من مرة، فإن ذلك يدل على أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

5.2.5. الثبات عن طريق الفا كرونباخ:

للتحقق من ثبات مقياس السلوك العدواني اعتمدنا معادلة الفا كرونباخ من خلال تطبيقها على نتائج العينة الاستطلاعية المكونة من (50) عينة تمثلت في تلاميذ مرحلة الثالثة من التعليم الثانوي لبعض ثانويات دائرة السوكر ولاية تيارت حيث تمت المعالجة الاحصائية باستخدام الحزمة الاحصائية SPSS.

الجدول رقم (08): يوضح الثبات عن طريق ألفا كرومباخ لمقياس السلوك العدواني

المقياس	الثبات
السلوك العدواني	0.79

ومن خلال الجدول (08) نلاحظ ان قيمة الفا كرومباخ مرتفعة حيث قدرت بـ: 0.79 أي أن المقياس ثابت

التجزئة النصفية:

تم رصد معامل الثبات الاداة انطلاقا من معادلة "غوتمان" للتجزئة النصفية واسفرت نتائج هذه المعادلة على ان معامل ثبات مرتفع وهذا ما اكدته معادلة 'سبيرمان براون' حيث كانت النتيجة (0.60) وهي تعد قيمة متوسطة تدل على ان المقياس مقبول.

الجدول رقم (09) يوضح الثبات عن طريق التجزئة النصفية لمقياس السلوك العدواني:

المقياس	الثبات	معامل التصحيح
السلوك العدواني	0.60	0.75

من خلال نتائج الجدول (09) نلاحظ ان معامل الثبات عن طريق التجزئة النصفية لمقياس السلوك العدواني قدر بـ(0.60) وبتطبيق معادلة سبيرمان لتعديل معامل الثبات أصبحت قيمته (0.75) وبالتالي فإن معامل الثبات لمقياس السلوك العدواني مرتفع.

6. الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم الاعتماد على الحزمة الإحصائية لبرنامج " SPSS 21 " باعتبارها من أهم الأساليب الإحصائية وتعد نتائجها أكثر دقة، إذ تم الحساب وتحصلنا على النتائج صحيحة ودقيقة من خلال جداول وترجمت فيما بعد وفسرت نتائجها على ضوء فرضيات الدراسة ومعامل الارتباط:

- معامل الارتباط بيرسون.
- معامل الارتباط (ألفا كرومباخ) لتحديد معامل الثبات.
- الثبات عن طريق التجزئة النصفية.
- النسب المئوية لوصف خصائص أفراد المجتمع الدراسة.
- الانحراف المعياري
- المتوسط الحسابي.

الفصل الخامس: الدراسة الأساسية.

تمهيد

- 1- المنهج المستخدم
- 2- عينة الدراسة
- 3- وصف أداة الدراسة
- 4- حدود الدراسة
- 5- الأساليب الإحصائية

تمهيد:

تتبع الدراسة الأساسية مجموعة من الخطوات المتمثلة في تحديد المنهج المستخدم في الدراسة، عينة الدراسة الأساسية، وصف أدوات الدراسة ثم أساليب المعالجة الإحصائية.

المنهج المستخدم:

يعد اختيار المنهج المناسب من القرارات الأساسية التي يتخذها الباحث، إذ يرتبط هذا الاختيار بطبيعة الموضوع قيد الدراسة، حيث تختلف المناهج باختلاف المواضيع، وفي هذه الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي نظرا لملائمته لموضوع البحث، وبما أن هدف الدراسة يتمثل في الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الضغط النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي، فقد تم تبني المنهج الوصفي الارتباطي كونه الأنسب لتحقيق أهداف الدراسة.

ويمكن تعريفه بأنه: طريقة لوصف الموضوع المراد دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها على أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها. (محمد سرحان علي المحمودي، 2019: 46)

عينة الدراسة الأساسية:

تعد عملية تحديد العينة الأساسية للدراسة خطوة جوهرية في أي بحث علمي، وبما أن بحثنا هذا يهتم بدراسة العلاقة بين متغيرين، فعينة دراستنا تكونت من (205) تلميذا(ة) من طور التعليم الثالثة الثانوي بدائرة السوكر وضواحيها ولاية تيارت، والجدول التالي يوضح خصائصها:

الجدول رقم (10): يبين توزيع أفراد العينة الأساسية حسب الجنس والسن والتخصص:

المتغيرات		العدد	النسب المئوية
الجنس	ذكور	68	33.2%
	إناث	137	66.8%
التخصص	علوم التجريبية	59	28.8%
	تقني رياضي	24	11.7%
	تسيير وإقتصاد	29	14.14%
	الآداب والفلسفة	58	28.3%
	لغات الأجنبية	35	17.07%
	أقل من 18	135	65.8%
السن	أكثر من 18	70	34.1%

من خلال الجدول رقم (10) الذي يوضح خصائص عينة الدراسة الأساسية، نلاحظ حسب متغير الجنس أن نسبة الذكور هي (32,2%) بتكرار قدر ب: (67) ذكر مقارنة بنسبة الإناث والتي قدرت ب (67,3%) أنثى بتكرار قدر ب(138).

أما بخصوص توزيع العينة حسب متغير التخصص نلاحظ أن تلاميذ شعبة العلوم التجريبية بلغت نسبتهم (28,8%)، وتقني رياضي بلغت نسبتهم (11,7%)، تسيير والإقتصاد ب (12,7%)، الآداب والفلسفة ب (28,3%)، لغات أجنبية قدرت ب (18,5%).

أما عن السن فكان هناك سن من (أقل من 18 سنة) بلغت نسبتهم ب (65,8%) وسن (أكثر من 18 سنة) بلغت نسبتهم ب (34,1%).

. حدود الدراسة الأساسية:

- الحدود الزمانية: تزامنت الدراسة مع الموسم الجامعي (2025/2024).
- الحدود المكانية: تم تطبيقها في بعض الثانويات بدائرة السوق ووضواحيها بولاية تيارت.

الفصل السادس

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها.

تمهيد:

بعد استعراض الإجراءات الميدانية المعتمدة في دراسة ضمن الفصل السابق، يهدف هذا الفصل إلى تقديم عرض منهجي لأبرز النتائج المتحصل عليها من تطبيق أدوات البحث على أفراد العينة، مع تحليلها وتفسيرها في ضوء الإطار النظري المعتمد والدراسات السابقة ذات الصلة. وتأتي هذه الخطوة بغرض التحقق من مدى صحة الفرضيات المطروحة واستكشاف طبيعة العلاقة المحتملة بين الضغط النفسي والسلوك العدواني.

1. عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

من خلال تطبيق الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SciencesocialFORpackagestatistical أي باستخدام برمجية SPSS تحصلنا على النتائج التالية:

1.1 عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية على:

- مستوى الضغط النفسي لدى تلاميذ مرحلة النهائية من التعليم الثانوي مرتفع.

جدول (13): المقارنة بين المتوسط النظري والمتوسط الحسابي

لمقياس الضغط النفسي:

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري
الضغط النفسي	205	78.55	63

نلاحظ من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول (13) ان المتوسط الحسابي لاستجابة أفراد العينة (التلاميذ) على فقرات مقياس الضغط النفسي يقدر بـ(78.55)، وهو أكبر من المتوسط النظري للمقياس الذي قدر بـ(63)، وهذا يعني ان هذه النتيجة توافق فرضية الدراسة القائلة أن مستوى الضغط النفسي لدى تلاميذ مرحلة النهائية من التعليم الثانوي مرتفع. وهذا يتفق مع دراسة سلات أمال (2022)، والتي هدفت إلى الكشف عن مستوى الضغط النفسي في ظل العودة للنظام التمدرس العادي لدى تلاميذ البكالوريا، حيث شملت عينة الدراسة (88) تلميذ بكالوريا (ذكور/إناث) والتي توصلت الى أنه يتمتع أفراد عينة الدراسة بضغط نفسي مرتفع. (سلات أمال. 2022: 175)

وكثير من الدراسات العلمية تشير إلى أن مصادر الضغوط النفسية متعددة في وسط التلاميذ من بينها دراسة الباحث علي محمد شعيب (1995): الذي يبين أن مصادر الضغوط النفسية للطلاب تتمثل في الخوف من المستقبل (عدم التعيين، الظروف الاقتصادية) وكذلك صعوبة أسئلة الثانوية العامة وكثرة الواجبات. (أبو قاسم مسعود دية، 2019: 261).

ويضيف الباحث ماكdonald (1993)، مصادر أخرى تسبب الضغوط النفسية التي يعاني منها التلاميذ وقد عمد إلى تحديد مصادر الضغوط التي يعاني منها التلاميذ كما يدركها المعلمون في حجرة الدراسة وتوصلت النتائج إلى أن المصدر الضغط الدراسي لدى التلاميذ هو نوعية التوضيحات التي يستخدمها المدرسون والمناقشات داخل حجرة الدراسة، والواجبات والتغذية الراجعة وعدم التواصل بين المدرسين. (بوزرمة مكبوسة. 2013: 112).

ومن خلال ماسبق استنتجت الباحثتان أن الضغوط الأسرية تأتي في المقام الأول وذلك لأن الكثير من العائلات تعتبر البكالوريا مرحلة حاسمة في حياة أبنائها، ولذلك تضع عليهم توقعات كبيرة وتطالبهم بالنجاح بأي ثمن، وهذا الأمر يجعل التلميذ يشعر بالخوف من الفشل والقلق الدائم من خيبة أمل والديه. كما أن بعض

الأسر تركز فقط على النتائج ولا تهتم بالحالة النفسية التي يمر بها الابن، وهذا ما يشعره بالإرهاق والضغط النفسي.
بالإضافة الى هذا بينت العديد من الدراسات الى ان الضغط النفسي ارتبط بجملة من المصادر منها ضغوط بيئة التعلم المدرسية.

2.1. عرض نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية على:

- مستوى السلوك العدواني لدى تلاميذ مرحلة النهائية من التعليم الثانوي مرتفع.

جدول (14): يمثل المقارنة بين المتوسط النظري والمتوسط الحسابي لمقياس السلوك العدواني:

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري
السلوك العدواني	205	93.03	90

من خلال نتائج الجدول (14) نلاحظ ان المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة بلغ (93.03) وهو أكبر من المتوسط النظري للمقياس قدر بـ(90)، وهذا يعني ان هذه النتيجة توافق فرضية الدراسة القائلة ان مستوى السلوك العدواني لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي مرتفع. حيث اتفقت هذه الدراسة مع دراسة الباحثان " بن زاوي أمينة، عداد وسام" (2023) والتي هدفت إلى التعرف إلى مستوى السلوك العدواني لدى الطالب الجامعي على عينة مكونة من (70) طالب وطالبة، حيث توصلت الدراسة إلى أن مستوى السلوك العدواني مرتفع. (بن زاوي أمينة، عداد وسام، 2023: 26). وهذا راجع إلى الضغط الكبير المرتبط بالتحصيل الدراسي والنجاح في هذا الإمتحان المصيري، وعدم قدرة الطالب الى تكوين علاقات إجتماعية صحية، وكذلك عوامل اسرية كوجود التلميذ في جو منزلي متوتر، تشجيع الأسرة على العدوان وأخذ الحق باليد، غياب الدعم العاطفي وحنان من الأسرة أو التفكك الأسري وقد يكون راجع إلى ظروف الإجتماعية والاقتصادية كالفقر وتهميش الاجتماعي وأسباب الأكاديمية تتمثل في صعوبة المناهج الدراسية التي تؤدي إلى الشعور بالإرهاق والإحباط، سوء علاقة التلميذ بالمعلم. إنعدام برامج الترفيه كالرياضة والموسيقى والرسم، السباحة....

وقد اختلفت دراستنا مع دراسة باحثان " وفاء دحماني، ويامنة إسماعيلي" (2024) والتي كانت تحت عنوان السلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس في المرحلة الثانوية، تم تطبيقها على عينة مكونة من (352) مراهق متمدرس بالمرحلة الثانوية، توصلت نتائجها إلى أن مستوى السلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس منخفض. (وفاء دحماني، يامنة إسماعيلي، 2024: 389).

- وضحت الدراسة الأولى ارتفاع في السلوك العدواني لدى طلاب الجامعة أما الدراسة الثانية انخفاض لدى المراهقين في مرحلة الثانوية، قد يكون هذا الاختلاف راجع إلى إختلاف في المراحل العمرية، أو إختلاف الثقافي وجغرافي، بيئة التدريس، إختلاف أدوات القياس أو طريقة التطبيق.

• 2. عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

- توجد علاقة ارتباطية بين متغير الضغط النفسي ومتغير السلوك العدواني لدى تلاميذ مرحلة النهائية لتعليم الثانوي،

الجدول رقم (15): يمثل معامل الارتباط بين الضغط النفسي والسلوك العدواني:

المتغيرات	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
الضغط النفسي	0.46**	0.01
السلوك العدواني		

للتحقق من صحة الفرضية استخدمنا معامل الارتباط بيرسون لاختبار طبيعة العلاقة الارتباطية بين الضغط النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ مرحلة النهائية لتعليم الثانوي التي تم تمثيلها في الجدول السابق (15).

يتضح ان معامل الارتباط بين الضغط النفسي و السلوك العدواني يقدر بـ(0.46) وقيمة الدالة عند مستوى دلالة (0,01) و هذا دال على انه ارتباط طردي موجب بحيث يشير هذا الى أن مستويات الضغط النفسي لدى التلميذ يقترن بزيادة احتمالية لظهور سلوكيات عدوانية و بالتالي نقبل الفرضية التي تنص على انه هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الضغط النفسي و السلوك العدواني لدى تلاميذ مرحلة النهائية لتعليم الثانوي و نرفض الفرضية الصفرية التي تنص على انه لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الضغط النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ مرحلة النهائية لتعليم الثانوي، كما اتفقت دراستنا مع دراسة أمال محمد سالم أبو ستة (2024): بعنوان الضغوط النفسية وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة ترهونة، هدفت هذه الدراسة في التعرف على العلاقة بين الضغط النفسي والسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الثانوية، بينما تمثل المنهج الدراسة في المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (50) طالبا وطالبة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها: أنه توجد علاقة ارتباطية طردية ضعيفة دالة احصائيا بين الضغط النفسي والسلوك العدواني بمعامل ارتباط قدر بـ(0.35).

ويمكن تفسير هذا الارتباط من خلال النظريات التي تطرقنا إليها في الجانب النظري التي ترى أن سلوك الفرد هو نتيجة لتأثيرات داخلية وخارجية، فعندما يواجه التلميذ صعوبات حياتية ودراسية، قد يشعر بالتوتر والضيق إذا لم يتمكن من مواجهة هذه الضغوط بشكل سليم وبأساليب تكيفية فعالة فمن الممكن أن يتحول هذا إلى سلوك العدواني سواء كان لفظيا أو جسديا أو غير مباشر، ويعد أحيانا طريقة التي يعبر بها التلميذ عن معاناته النفسية.

جاءت أيضا دراسة عبد الحميد ابي إسماعيل، الياس حمودين (2018): بعنوان الضغط النفسي وعلاقته بالسلوك العدواني دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ المتمدرس في ثانوية الفرستاني العطف، ولاية غرداية هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة الموجودة بين الضغط النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ الطور الثانوي، ولتحقيق هذا الهدف اعتمد الباحثان في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي شملت عينة الدراسة 275 تلميذ و تلميذة ، توصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية ودالة احصائيا بين الضغط النفسي و السلوك العدواني لدى تلاميذ الثانوية.

4. الاستنتاج العام:

استنتجت الطالبتان في هذه الدراسة من خلال الخلفية النظرية أن السلوك العدواني لدى المراهقين ليس مجرد سلوك عشوائي أو انفعالي، بل هو انعكاس لتفاعلات داخلية معقدة تتداخل فيها عوامل نفسية، بيئية، وإجتماعية. ومن أبرز هذه العوامل نجد الضغط النفسي الذي يعد من المفاهيم المركزية في علم النفس المعاصر، والذي يعرفه هانز سيللي بأنه استجابة الجسم غير النوعية لأي مطلب يفرض عليه، مما يؤدي إلى توتر نفسي وجسدي إذا استمر لفترة طويلة دون تفريغ أو تكيف.

استنادا إلى النظرية السلوكية يمكن فهم السلوك العدواني كرد فعل مكتسب نتيجة لتكرار التعرض لمواقف ضاغطة دون وجود استجابات تكيفية فعالة، حيث يصبح العدوان وسيلة للتنفيس أو السيطرة على البيئة، أما من منظور التحليل النفسي فيعتبر العدوان تعبيراً عن صراعات داخلية غير محلولة، خاصة في مرحلة المراهقة التي تعد من أهم المراحل لنشوء الأنا والتوازن بين الدوافع.

هدفت دراستنا إلى التحقق من طبيعة العلاقة بين الضغط النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ الثالثة من التعليم الثانوي، وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية، حيث كلما ارتفع مستوى الضغط النفسي زاد احتمال ظهور السلوك العدواني لدى التلميذ، هذه نتيجة تتسجم مع العديد من الدراسات السابقة التي أكدت أن الضغط النفسي، إذا لم يتم التعامل معه بطريقة فعالة، يمكن أن يتحول إلى محفز قوي لسلوكيات غير سوية، من أبرزها السلوك العدواني. كما يبدو أن التحولات النفسية والفسيولوجية التي يعيشها المراهق في هذه المرحلة وفقاً لنظرية إريكسون تسهم في خلق حالة من التوتر الداخلي لاسيما إذا ترافقت مع صعوبات اجتماعية أو دراسية أو أسرية. وعليه فأن فهم هذه الديناميات يعد أمراً ضرورياً لتفسير السلوك العدواني عند هذه الفئة.

انطلاقاً من كل ماسبق تؤكد الدراسة على أهمية التدخل المبكر لمراقبة التلاميذ نفسي، وتوفير بيئة مدرسية وأسرية داعمة، والعمل على تخفيف مصادر الضغط النفسي من خلال البرامج الإرشادية تعتمد على الأسس النفسية الحديثة، تعزيز من قدرة التلميذ على التكيف، وضبط النفس، والتعبير السليم عن انفعالات.

خاتمة:

مع نهاية هذه الدراسة التي تناولت موضوع الضغط النفسي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة النهائية لتعليم ثانوي، توصلنا إلى أن التلاميذ في هذه المرحلة الدراسية يعيشون ضغوط نفسية مرتفعة تعود بشكل أساسي إلى متطلبات الدراسة وكذلك المرحلة الحساسة التي يمرون بها وهي فترة المراهقة، فتؤثر هذه الضغوط بشكل مباشر على أدائهم الأكاديمي، كما تنعكس سلباً على صحتهم النفسية، مما يدفع التلاميذ للجوء إلى السلوك العدواني للتفريغ عن هذه الضغوطات.

وانطلاقاً من هذا الواقع جاءت هذه الدراسة للكشف عن طبيعة العلاقة بين الضغط النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ مرحلة النهائية لتعليم الثانوي، بالإضافة إلى تحديد مستوى كل من الضغط النفسي والسلوك العدواني لديهم، وقد توصلنا من خلال نتائج الدراسة إلى أن الضغط النفسي يعتبر من الأسباب التي تؤثر بشكل كبير على سلوك التلاميذ، وهذا ما يستدعي ضرورة التدخل والدعم النفسي للتقليل من آثاره السلبية.

الاقتراحات:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثتان تم تحديد بعض الاقتراحات على أمل أن تلفت نظر الباحثين مستقبلاً، ومن أهمها:

- توسيع دائرة البحث في متغيرين الضغط النفسي والسلوك العدواني، ودراسة علاقتهم ببعض المتغيرات أخرى.
- دراسة الضغط النفسي والسلوك على فئات العمرية مختلفة أكثر حجماً.
- القيام بدراسة متماثلة للدراسة الحالية على مرحلة التعليم المتوسط والتعليم العالي ومقارنته مع دراستنا.
- دراسة الفروق بين الجنسين في كل من الضغط النفسي والسلوك العدواني.

قائمة المراجع

المراجع:

- أبو قاسم مسعود دية (2019). استراتيجية مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لطلبة كلية التربية، جامعة صبراتة، (16): 259-277.
- إجلال محمد سري (2003). الأمراض النفسية الاجتماعية، ط1، القاهرة، عالم الكتب.
- أحمد صالح موسى الزهراني (2018). الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى عينة من طلاب الجامعة، **مجلة العلمية**، 34(9): 303-305.
- أحمد نايل الغرير، أحمد عبد اللطيف أبو أسعد (2009). التعامل مع الضغوط النفسية، ط1، عمان، دار الشروق.
- أسامة فاروق مصطفى (2011). مدخل إلى الاضطرابات السلوكية والانفعالية (الأسباب، التشخيص، علاج)، ط1، عمان، دار الشروق.
- السيد فهمي علي محمد، أسامة عنتر البهي، عادل شكري محمد كريم (2014). الضغوط النفسية وعلاقتها بالاكنتاب وقلق المستقبل والاتجاه نحو الإدمان لدى طلاب الثانوية العامة، **مجلة البحوث التربوية النوعية**، (33): 79 – 84.
- الهادي سراية (2018). الإداريات التربوية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى عينة من معلمي المدارس الابتدائية بمدينة ورقلة، **مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية**، (33): 819.
- آمال عبد السميع مليجي باظة (1997). الشخصية والاضطرابات السلوكية والوجدانية، ط1، القاهرة، مكتبة أنجلو المصرية.
- آمال محمد أبو ستة (2024). الضغوط النفسية وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة ترهونة، **مجلة القرطاس**، 2(25): 391 – 413.
- أماني عبد المقصود، تهاني عثمان (2007). الضغوط الأسرية والنفسية (الأسباب والعلاج)، مصر، مكتبة أنجلو المصرية.
- أن موسى النجداوي، محود كفاوين (2015). أسباب السلوك العدواني عند الأطفال من وجهة نظرهم، **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية**، 42(2): 1481-1508.
- إيهاب البيلالي (1427هـ). مقياس السلوك العدواني الإعاقات البسيطة، الرياض، دار الزهراء.
- إيهاب البيلالي (2020). مقياس السلوك العدواني لدى ذوي الإعاقات البسيطة، الرياض، دار الزهراء.
- بطرس حافظ بطرس (2009). طرق تدريس الطلبة المضطربين سلوكيا وانفعاليا، ط1، عمان، دار المسيرة.
- بن زاوي أمينة، عداد وسام (2023). مستوى السلوك العدواني لدى الطالب الجامعي، **مجلة الدراسات**، 12(1): 26-5.

- بوبكر إبراهيم بن عبد الكريم، عبد الرحمان بن غانم بن تليعان السناني الجهني (2022). النشاط الرياضي المعدل وعلاقته بخفض السلوك العدواني اتجاه الآخرين لدى المعاقين عقليا من وجهة نظر المعلمين بمحافظة وحدة، **مجلة باحث للعلوم الرياضية والاجتماعية**، 5(1): 1-49.
- بوزرمة مكيوسة (2013). الضغوط النفسية وعلاقتها بكل من الدافعية للتعلم والتحصيل الدراسي، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير في علم النفس، جامعة وهران كلية العلوم الاجتماعية، قسم علم النفس والأرطفونيا وعلوم التربية.
- ثامر حسين علي السميران، عبد الكريم عبد الله المساعد (2014). سيكولوجية الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها، ط1، الأردن عمان، دار الحامد.
- حسن مصطفى عبد المعطى (2006). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، ط1، جمهورية مصر العربية، مكتبة الزهراء الشرق.
- خرباش هدى، طوبال فطيمة (2016). بناء مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين بالثانوية، **مجلة تنمية الموارد البشرية**، 7(2): 1-24.
- خولة أحمد يحي (2000). الاضطرابات السلوكية والانفعالية، ط1، عمان، دار الفكر.
- دعاء محمد العدوي، جمال شفيق أحمد، محمود عبد الحميد حسين (2018). الضغوط النفسية لدى طالبات الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات البيئية والاجتماعية، **مجلة العلوم البيئية**، جامعة عين شمس، 43(1): 269-295.
- سعاد علام، حليلة قادري (2024). أهمية الرياضة في التقليل من السلوك العدواني لدى التلاميذ في الطور الابتدائي، **مجلة الأوراس لعلوم الرياضة**، 2(2): 1-12.
- سعيد جاسم الأسدي، عطاري محمد سعيد (2014). الصحة النفسية للفرد والمجتمع، ط1، عمان، دار الرضوان.
- سلاف آمال (2023). مصادر الضغط النفسي في ظل العودة إلى نظام التمدرس العادي لدى تلاميذ البكالوريا، **مجلة الروائز**، باتنة، 7(01): 175-194.
- سلاف مشري (2016). الضغط النفسي في المجال المدرسي: مفهوم ومصادر واستراتيجيات المواجهة، **مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية**، 1(29): 3-16.
- سليمان عبد الواحد يوسف (2012). الموهوبون والمتفوقون عقليا، ط1، القاهرة، دار الكتاب الحديث.
- سيد محمود الطواب (2008). الصحة النفسية والإرشاد النفسي، مصر، مركز الإسكندرية للكتاب.
- صبري بردان علي الحياي، أيوب جمال الحياي (2022). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافع المعرفي عند الطلبة الجامعيين، ط1، عمان، دار الرضوان.

- عبد الحليم المزور (2017). فاعلية ممارسة الأنشطة الفنية في تخفيف من السلوك العدواني لدى أطفال مرحلة التحضيرية، دراسة تجريبية بابتدائي هوارى بومدين بلدية بن ناصر ورقلة، أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه العلوم في علم النفسي المدرسي، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية.
- عبد الحميد ابي إسماعيل، الياس حمودين (2019). الضغط النفسي وعلاقته بالسلوك العدواني، **مجلة إسهامات للبحوث والدراسات**، 3(2): 31-46.
- عبد الرحمان بن سليمان الطيرري (1994). الضغط النفسي، ط1.
- عبد الرحمان سيد سليمان، إيهاب الببلاوي (2010). الآباء والعدوانية لدى الأبناء العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة، ط1، الرياض، دار الزهراء.
- عبد الستار إبراهيم (1998). الاكتئاب، الكويت، عالم المعرفة.
- عبد الستار إبراهيم (2008). الاكتئاب والكر النفسي، ط2، دار الكاتب.
- عبد الستار جبار الضمد (2012). العدوانية عند الأطفال، ط1، عمان، دار البداية.
- عبد الله الضريبي (2010). أساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها بالمتغيرات، **مجلة جامعة دمشق**، 26(4): 676-714.
- عدنان أحمد الفسفوس (2006). الدليل الإرشادي لمواجهة السلوك العدواني لدى طلبة المدارس، ط1، عمان، مكتبة الالكترونية.
- عصام عبد اللطيف عقاد (2001). سيكولوجية العدوانية وترويضها، القاهرة، دار الغربية للطباعة.
- عطية عطية محمد سيدأحمد (2008). ضغوط النفسية لدى الكفيف وعلاقتها باتجاهات الأسرة نحو الإعاقة، جامعة الزقايق، كلية التربية قسم الصحة النفسية.
- علي عسكر (2009). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، القاهرة، دار الكتاب الحديث.
- عماد عبد الرحيم الزغول (2006). الاضطرابات الانفعالية والسلوكية لدى الأطفال، ط1، عمان، دار الشروق.
- فاطمة الزهراء أحمد طلحة، نورالدين سعد جعلاّب (2023). ماهية السلوك العدواني في الوسط المدرسي والنظريات المفسرة له، **مجلة مصباح في علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا**، جامعة محمد بوضياف مسيلة، 3(2): 112-127.
- فاطمة عبد الرحيم النوايسة (2013)، الضغوط والأزمات النفسية، ط1، عمان، دار المناهج.
- فتحي بن عباد، عقلية عيسو (2011). الضغوط النفسية المدرسية، جامعة بليدة-2، مخبر القياس النفسي والدراسات النفسية.
- فؤاد عيد الجوالده، مصطفى نوري القمش (2012). البرامج التربوية وأساليب العلاجية لذوي الحاجات الخاصة، ط1، عمان، دار الثقافة.

- محمد بوفاتح (2005). الضغط النفسي وعلاقته بمستوى الطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس المدرسي، جامعة ورقلة، كلية الآداب والعلوم الإنسانية.
- محمد حسن غانم (2009). كيف تهزم الضغوط النفسية؟، القاهرة، دار أخبار اليوم.
- محمد عادل محمد عدل (2013). مدخل التربية الخاصة، ط1، القاهرة، دار الكتاب الحديث.
- محمد علي قطب الهمشري (وفاء محمد عبد الجواد (1997). عدوان الأطفال، ط1، الرياض، مكتبة العبيكان.
- محمد قاسم عبد الله (2023). الضغط النفسي، ط1، عمان، دار الفكر.
- منى بنت عبد الله بن نبهان العامرية (2014). أبعاد مفهوم الذات لدى العاملات وعلاقته بمستوى الضغوط النفسية والتوافق الأسري بمحافظة الداخلية، رسالة ماجستير في التربية، جامعة نزوي.
- منيرة صالح الجويهي (2018). الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلاب وطالبات جامعة الإمام محمد بن سعود بمدينة الرياض، **المجلة العلمية الكلية التربوية النوعية**، 1(13): 304-316.
- مي محمد موسى (2016). توجيه الإرشاد النفسي والسلوكي لدى الطلاب، ط1، عمان، دار الدجلة.
- ميلود سيفي محمد (2024). مصدر الضبط وعلاقته بسلوك العدوانية وقلق المستقبل لدى المراهقين الجانحين، مذكرة لنيل شهادة الدكتوراه في طور الثالث قامة. جامعة 8 ماي 1945.
- نائف على أيبو (2019). الضغوط النفسية، جامعة الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- نزيه الصرداوي، نسيم ملاك (2014). الضغط النفسي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى تلاميذ ثالثة ثانوي، **مجلة الجزائرية للطفولة والتربية**، 2(3): 139-151.
- نوال محمد يحي الراشدي (2019). الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة القنفذة، **مجلة العلمية**، 25(8): 319-324.
- نوري محمد الهواري (2021). الضغوط النفسية التي تواجه طلبة الشهادة الثانوية، **مجلة جامعة صبراتة العلمية**، 5(1): 84-95.
- هشام أحمد غراب، أيمن يوسف حجازي (2011). فاعلية البرنامج ألعاب الصيف في خفض المظاهر السلوك العدواني لدى الأطفال في قطاع غزة، **مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية**، 9(1): 121-174.
- هند عبد الله السيد (2021). الضغوط النفسية عند طلاب المرحلة الثانوية من العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة، **مجلة التربوية كلية التربية بالغردقة**، جامعة جنوب الوادي، 4(2): 215-235.
- وفاء دحماني، يامنة إسماعيلي (2024). السلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس بالمرحلة الثانوية، **مجلة جامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية**، 9(1): 389-407.
- علي سالم جمعة، أنور عمر أبوشينة، أحمد مريحي حريش (2018). الضغوط النفسية وآثارها وأساليب مواجهتها، **مجلة العلوم الإنسانية**، 17(17): 398-431.

-ماجدة بهاء الدين السيد عبيد (2008). الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، ط1، عمان، دار الصفاء.

-نسيمة ملاك (2018). الضغط النفسي وقلق الإمتحان وعلاقة كل منهما بظهور السلوك العدواني لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه في علوم التربية، تيزي وزو، جامعة مولود معمري.

الملاحق

مقياس الضغط النفسي والسلوك العدواني:

البيانات الشخصية:

السن	الجنس		الشعبة
	أنثى	ذكر	

التعليمة:

عزيزي التلميذ عزيزتي التلميذة، بعد التحية الطيبة:

نضع بين أيديكم هذا المقياس المصمم لغرض علمي، يرجى منك قراءة كل عبارة بعناية ثم وضع علامة (x) في الخانة المناسبة، ولا توجد عبارة صحيحة أو خاطئة، المهم ان تعبر عما بداخلك بكل صدق وامانة، ونحيطك علما بأن المعلومات التي تقدم لنا محاطة بالسرية التامة ولغرض العلمي فقط.

نرجو منكم أن: أن تجيبوا على كل العبارات، وعدم وضع أكثر من علامة في العبارة واحدة.

مقياس الضغط النفسي:

العبارات	تتطبق دائما	تتطبق أحيانا	تتطبق نادرا	لا تتطبق أبدا
1 تتعبني الامتحانات المدرسية المستمرة (شهرية. نصف العام. آخر العام)				
2 أشعر أنني متعب نفسيا				
3 أشعر بنقص المكانة و الاحترام عند الآخرين				
4 أعاني من سرعة خفقان القلب				
5 أعاني من كثرة النسيان				
6 أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري ومصارحة الآخرين بما يجول في خاطري				
7 أفضل الانسحاب عن الآخرين				
8 أعاني من مشاكل هضمية				
9 أشعر بالملل من جدول توقيت اليومي الكثيف				

10	أشعر بالخوف من عدم الوصول إلى المكانة التي أحلم بها			
11	يضايقني حصول زملائي على درجات أعلى مني في الامتحانات سواء كتابية أو شفوية			
12	أعاني من صداع متكرر			
13	العلامات التي أتحصل عليها لا تعبر عن قدراتي العلمية			
14	أشعر بالقلق من أبسط موقف يحدث معي			
15	يميز والدي أو أحدهما بيني وبين أشقائي			
16	أعاني صعوبة في النوم			
17	يتهرب الأستاذ من مناقشة الأسئلة التي أوجهها له			
18	أشعر أنني مهموم دائما			
19	لا أثق في الناس			
20	أشعر بالتعب الجسدي دون سبب			
21	أعاني من التشتت وعدم التركيز في الدراسة			
22	المستقبل بالنسبة لي مسؤوليات يصعب تحملها			
23	يضايقني عدم فهم الآباء لمتطلبات الدراسة			
24	أعاني صعوبة في التنفس			
25	أجد صعوبة في انجاز الواجبات الدراسية			
26	أشعر بأنني فاشل			
27	علاقتي بعائلتي متوترة			
28	أعاني من اضطرابات في الشهية			
29	أجد صعوبة في فهم بعض المقررات الدراسية			
30	أشعر بالحزن معظم الأوقات			
31	أجد صعوبة في إقامة علاقات جيدة مع زملائي في القسم			

				أشعر بالإرهاق طوال الوقت	32
				تتقلب حالتني المزاجية بين السعادة و الحزن دون سبب ظاهر	33
				لا أحد يفهمني	34
				أشكو من الغثيان	35
				أنا سريع البكاء و التأثير عند مواجهة أي ضغط	36
				أجد صعوبة في التحدث مع الأستاذ داخل أو خارج القسم	37
				أشعر بالتعب عند استيقاظي من النوم	38
				أشعر بأنني غير قادر أن أتحمل أكثر هذه الضغوطات	39
				يفضل الأستاذ بعض التلاميذ على البعض الآخر داخل القسم	40
				أعاني من الارتعاش	41
				أخاف من الفشل الدراسي	42

مقياس السلوك العدواني:

لا تنطبق	تنطبق نادرا	تنطبق بدرجة المتوسطة	تنطبق غالبا	تنطبق تماما	العبارات	
					أشعر أحيانا بأن الغيرة تقتلني	1
					أشعر أحيانا أنني أعامل معاملة فجأة في حياتي	2
					أشترك في العراك أكثر من الأشخاص الآخرين	3
					أعتقد انه لا يوجد مبرر مقنع لكي أضرب شخصا آخر	4
					عندما اختلف مع أصدقائي فأنتني أخبرهم برأيي فيهم بصراحة	5
					يصعب علي الدخول في نقاش مع الآخرين الذين يختلفون معي في الرأي	6
					يمكن أن أسبب الأشخاص الآخرين دون سبب معقول	7
					أنفجر في الغضب بسرعة وأرضى بسرعة أيضا	8
					يبدو الانزعاج علي بوضوح عندما أخفق(أحبط) في شيء ما	9
					أجد لدي رغبة قوية لضرب شخص آخر بين الحين و الحين	10
					يحاول الأشخاص الآخرون دائما أن يقتتنصوا الفرص المتاحة	11
					أشك في الأشخاص الغرباء الذين يظهرون لطفا زائدا	12
					غالبا ما أجد نفسي مختلفا مع الأشخاص الآخرين حول أمر ما	13
					أشعر أحيانا كأنني قنبلة على وشك الانفجار	14
					يرى أصدقائي أنني شخص مثير للجدل و الخلاف	15
					أعجب لسبب شعوري بالمرارة(الألم) نحو الأشياء التي تخصني	16

					17	إذا غضبت فإنني ربما أضرب شخصا آخر
					18	عندما يظهر الأشخاص الآخرون لطفا واضحا فإنني أتساءل عما يريدونه
					19	أنا شخص معتدل المزاج (هادئ الطبع)
					20	عندما يزعجني الأشخاص الآخرون فإنني أخبرهم برأيي فيهم بصراحة
					21	ألجأ إلى العنف لحفظ حقوقي إذا تطلب الأمر ذلك
					22	أعلم أن أصدقائي يتحدثون عني في غيبيتي
					23	عندما يشتد غضبي فإنني أحطم الأشياء الموجودة حولي
					24	إذا ضربني شخص ما فلا بد أن أضربه
					25	يعتقد بعض أصدقائي أنني شخص متهور
					26	يزعجني الأشخاص الآخرون حتى يصل الأمر إلى حد الشجار
					27	أشعر أحيانا أن الأشخاص الآخرين يضحكون عليّ في غيبيتي
					28	أخرج أحيانا عن طوري بدون سبب معقول
					29	سبق لي أن هددت أشخاص آخرين الذين أعرفهم
					30	لا أستطيع التحكم في انفعالاتي

الملحق رقم (05): وصف العينة الاستطلاعية

Descriptives

Statistiques descriptives

	N	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecart type
الشعبة	50	1	4	3.46	.930
الجنس	50	1	2	1.46	.503
السن	50	1	2	1.74	.443
N valide (listwise)	50				

Statistiques

		الشعبة	الجنس	السن
N	Valide	50	50	50
	Manquante	0	0	0

الشعبة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
التجريبية العلوم	5	10.0	10.0	10.0
وإقتصاد تسير	12	24.0	24.0	34.0
وفلسفة آداب	33	66.0	66.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

الجنس

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
ذكور	27	54.0	54.0	54.0
إناث	23	46.0	46.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

السن				
	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
18 من أقل	13	26.0	26.0	26.0
Valide 18 من أكثر	37	74.0	74.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

الملحق رقم (06): صدق المحتوى عن طريق الاتساق الداخلي.
الضغط النفسي:

	1ف	5ف	9ف	13ف	17ف	21ف	25ف	29ف	1البعد	الضغط النفسي
Corrélation de Pearson	1	-.029-	.144	.066	.048	.065	.218	.361*	.474*	.303*
1ف Sig. (bilatérale)		.840	.319	.647	.739	.653	.128	.010	.001	.033
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Corrélation de Pearson	-.029-	1	.204	.227	-.186-	.126	.115	.086	.357*	.077
5ف Sig. (bilatérale)		.840	.155	.113	.195	.384	.426	.553	.011	.594
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Corrélation de Pearson	.144	.204	1	.331*	.027	-.002-	.111	.043	.495*	.310*
9ف Sig. (bilatérale)		.319	.155	.019	.854	.988	.444	.769	.000	.029
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Corrélation de Pearson	.066	.227	.331*	1	-.019-	.248	.261	.229	.643*	.382**
13ف Sig. (bilatérale)		.647	.113	.019	.895	.083	.067	.109	.000	.006
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Corrélation de Pearson	.048	-.186-	.027	-	1	-.109-	.121	-	.288*	.274
17ف Sig. (bilatérale)		.739	.195	.854	.895	.450	.402	.659	.042	.055
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Corrélation de Pearson	.065	.126	-	.248	-.109-	1	.147	.064	.372*	.273
21ف Sig. (bilatérale)		.653	.384	.988	.083	.450	.307	.661	.008	.055

	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.218	.115	.111	.261	.121	.147	1	.221	.609*	.189
25ف	Sig. (bilatérale)	.128	.426	.444	.067	.402	.307		.123	.000	.188
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.361*	.086	.043	.229	-.064	.064	.221	1	.499*	.290*
29ف	Sig. (bilatérale)	.010	.553	.769	.109	.659	.661	.123		.000	.041
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.474**	.357*	.495*	.643*	.288*	.372**	.609**	.499*	1	.567**
1البعد	Sig. (bilatérale)	.001	.011	.000	.000	.042	.008	.000	.000		.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.303*	.077	.310*	.382*	.274	.273	.189	.290*	.567*	1
الضغط النفسي	Sig. (bilatérale)	.033	.594	.029	.006	.055	.055	.188	.041	.000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

	2ف	6ف	10ف	14ف	18ف	22ف	26ف	30ف	33ف	36ف	39ف	42ف	الضغط النفسي	الضغط النفسي
Corrélation de Pearson	1	.101	.432*	.359*	.144	-.218	-	.176	.361*	.202	-	.031	.410*	.240
2ف														
Sig. (bilatérale)		.486	.002	.010	.318	.128	.423	.222	.010	.160	.958	.830	.003	.093
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

ف6	Corrélation de Pearson	.101	1	.202	.044	.167	-.052-	.094	.287*	.152	.227	.083	.225	.445*	.361*
	Sig. (bilatérale)	.486		.159	.762	.246	.721	.516	.043	.293	.112	.568	.116	.001	.010
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف10	Corrélation de Pearson	.432**	.202	1	.316*	-	.131	-	.240	.389*	.119	.223	.187	.537*	.375*
	Sig. (bilatérale)	.002	.159		.025	.680	.366	.720	.093	.005	.409	.119	.194	.000	.007
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف14	Corrélation de Pearson	.359*	.044	.316*	1	.121	.000	.115	.170	.090	.121	.120	.246	.464*	.407*
	Sig. (bilatérale)	.010	.762	.025		.403	1.000	.425	.238	.534	.401	.406	.085	.001	.003
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف18	Corrélation de Pearson	.144	.167	-	.121	1	.083	.269	.318*	.108	.144	.256	.007	.461*	.389*
	Sig. (bilatérale)	.318	.246	.680	.403		.567	.058	.024	.456	.317	.073	.960	.001	.005
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف22	Corrélation de Pearson	-.218-	-	.131	.000	.083	1	.181	.110	-	-	.197	-	.215	.209
	Sig. (bilatérale)	.128	.721	.366	1.00	.567		.209	.448	.807	.714	.170	.283	.133	.145
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف26	Corrélation de Pearson	-.116-	.094	-	.115	.269	.181	1	.349*	-	.343*	.279	.325*	.503*	.432*
	Sig. (bilatérale)	.423	.516	.720	.425	.058	.209		.013	.394	.015	.050	.021	.000	.002
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف30	Corrélation de Pearson	.176	.287*	.240	.170	.318*	.110	.349*	1	.104	.465*	.155	.275	.645*	.563*
	Sig. (bilatérale)	.222	.043	.093	.238	.024	.448	.013		.471	.001	.283	.054	.000	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف33	Corrélation de Pearson	.361**	.152	.389*	.090	.108	-.035-	-	.104	1	.227	.010	.049	.399*	.344*
	Sig. (bilatérale)	.010	.293	.005	.534	.456	.807	.394	.471		.113	.943	.734	.004	.015
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف36	Corrélation de Pearson	.202	.227	.119	.121	.144	-.053-	.343*	.465*	.227	1	.090	.279*	.589*	.482*
	Sig. (bilatérale)	.160	.112	.409	.401	.317	.714	.015	.001	.113		.532	.050	.000	.000

39ف	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	-.008-	.083	.223	.120	.256	.197	.279	.155	.010	.090	1	.129	.465*	.540*
	Sig. (bilatérale)	.958	.568	.119	.406	.073	.170	.050	.283	.943	.532		.373	.001	.000
42ف	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.031	.225	.187	.246	.007	-.155-	.325*	.275	.049	.279*	.129	1	.472*	.378*
	Sig. (bilatérale)	.830	.116	.194	.085	.960	.283	.021	.054	.734	.050	.373		.001	.007
الضغوط الشخصية	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.410**	.445*	.537*	.464*	.461*	.215	.503*	.645*	.399*	.589*	.465*	.472*	1	.844*
	Sig. (bilatérale)	.003	.001	.000	.001	.001	.133	.000	.000	.004	.000	.001	.001		.000
الضغط النفسي	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.240	.361*	.375*	.407*	.389*	.209	.432*	.563*	.344*	.482*	.540*	.378*	.844*	1
	Sig. (bilatérale)	.093	.010	.007	.003	.005	.145	.002	.000	.015	.000	.000	.007	.000	
N		50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

		3ف	7ف	11ف	15ف	19ف	23ف	27ف	31ف	34ف	37ف	40ف	الضغط النفسي	الضغط النفسي
3ف	Corrélation de Pearson	1	.089	.149	.316*	.076	.124	.244	.363**	.094	.148	.060	.454*	.368*
	Sig. (bilatérale)		.541	.303	.025	.600	.392	.087	.010	.518	.306	.680	.001	.009
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
7ف	Corrélation de Pearson	.089	1	.113	.268	.109	.424**	.043	.299*	-	.351*	.234	.495*	.296*
										.066-			*	

	Sig.	.541		.436	.060	.451	.002	.767	.035	.651	.012	.102	.000	.037
	(bilatérale)													
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation	.149	.113	1	.179	.080	.010	-.139-	.188	-	.047	-	.264	.364*
	de Pearson									.030-		.022-		*
ف11	Sig.	.303	.436		.214	.579	.945	.337	.191	.836	.747	.882	.064	.009
	(bilatérale)													
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation	.316*	.268	.179	1	.067	.242	.417**	.248	.141	.267	.481*	.653*	.556*
	de Pearson											*	*	*
ف15	Sig.	.025	.060	.214		.643	.091	.003	.082	.328	.061	.000	.000	.000
	(bilatérale)													
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation	.076	.109	.080	.067	1	.113	.015	.204	.254	.153	.025	.353*	.333*
	de Pearson													
ف19	Sig.	.600	.451	.579	.643		.433	.919	.156	.075	.288	.863	.012	.018
	(bilatérale)													
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation	.124	.424*	.010	.242	.113	1	.340*	.188	.204	.229	.388*	.589*	.451*
	de Pearson		*									*	*	*
ف23	Sig.	.392	.002	.945	.091	.433		.016	.192	.155	.110	.005	.000	.001
	(bilatérale)													
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation	.244	.043	-.139-	.417**	.015	.340*	1	.160	.370*	.286*	.023	.507*	.334*
	de Pearson									*			*	
ف27	Sig.	.087	.767	.337	.003	.919	.016		.266	.008	.044	.876	.000	.018
	(bilatérale)													
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation	.363*	.299*	.188	.248	.204	.188	.160	1	.406*	.459**	.303*	.673*	.488*
	de Pearson	*								*			*	*
ف31	Sig.	.010	.035	.191	.082	.156	.192	.266		.003	.001	.033	.000	.000
	(bilatérale)													
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation	.094	-	-.030-	.141	.254	.204	.370**	.406**	1	.251	.156	.505*	.463*
	de Pearson		.066-										*	*
ف34	Sig.	.518	.651	.836	.328	.075	.155	.008	.003		.079	.278	.000	.001
	(bilatérale)													
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation	.148	.351*	.047	.267	.153	.229	.286*	.459**	.251	1	.160	.607*	.403*
	de Pearson												*	*
ف37	Sig.	.306	.012	.747	.061	.288	.110	.044	.001	.079		.266	.000	.004
	(bilatérale)													
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

40ف	Corrélation de Pearson	.060	.234	-.022-	.481**	.025	.388**	.023	.303*	.156	.160	1	.516*	.428*
	Sig. (bilatérale)	.680	.102	.882	.000	.863	.005	.876	.033	.278	.266		.000	.002
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
الصفوف ط العلائق ية	Corrélation de Pearson	.454*	.495*	.264	.653**	.353*	.589**	.507**	.673**	.505*	.607**	.516*	1	.797*
	Sig. (bilatérale)	.001	.000	.064	.000	.012	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
الضغط النفسي	Corrélation de Pearson	.368*	.296*	.364**	.556**	.333*	.451**	.334*	.488**	.463*	.403**	.428*	.797*	1
	Sig. (bilatérale)	.009	.037	.009	.000	.018	.001	.018	.000	.001	.004	.002	.000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

		4ف	8ف	12ف	16ف	20ف	24ف	28ف	32ف	3ف5	38ف	41ف	الأعراض الفيزيولوجية	الضغط النفسي
4ف	Corrélation de Pearson	1	.335*	.175	.312*	.121	.196	.116	-.088-	.204	.123	.246	.480**	.531*
	Sig. (bilatérale)		.017	.223	.027	.402	.173	.422	.541	.156	.394	.085	.000	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
8ف	Corrélation de Pearson	.335*	1	.340*	.268	.299*	.253	.408*	.094	.392**	.174	.364**	.684**	.559*
	Sig. (bilatérale)	.017		.016	.060	.035	.076	.003	.517	.005	.227	.009	.000	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

ف12	Corrélation de Pearson	.175	.340*	1	.082	.260	-	.063	.029	.04	.082	.204	.389**	.245
	Sig. (bilatérale)	.223	.016		.573	.068	.062-	.664	.839	.73	.571	.156	.005	.087
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف16	Corrélation de Pearson	.312*	.268	.082	1	.172	.151	.333*	.282*	.38	.058	.386**	.591**	.481*
	Sig. (bilatérale)	.027	.060	.573		.233	.294	.018	.047	.00	.690	.006	.000	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف20	Corrélation de Pearson	.121	.299*	.260	.172	1	.219	.335*	.188	.21	.337*	.138	.554**	.421*
	Sig. (bilatérale)	.402	.035	.068	.233		.126	.017	.192	.13	.017	.338	.000	.002
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف24	Corrélation de Pearson	.196	.253	-	.151	.219	1	.167	.093	.19	.280*	.223	.467**	.427*
	Sig. (bilatérale)	.173	.076	.670	.294	.126		.247	.521	.18	.049	.119	.001	.002
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف28	Corrélation de Pearson	.116	.408**	.063	.333*	.335*	.167	1	.497*	.33	.095	.252	.618**	.485*
	Sig. (bilatérale)	.422	.003	.664	.018	.017	.247		.000	.01	.513	.078	.000	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف32	Corrélation de Pearson	-	.094	.029	.282*	.188	.093	.497*	1	.32	.006	.099	.422**	.336*
	Sig. (bilatérale)	.541	.517	.839	.047	.192	.521	.000		.02	.965	.495	.002	.017
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف35	Corrélation de Pearson	.204	.392**	.049	.385*	.213	.191	.334*	.324*	1	-	.468**	.605**	.488*
	Sig. (bilatérale)	.156	.005	.735	.006	.138	.185	.018	.022		.098-	.496	.001	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف38	Corrélation de Pearson	.123	.174	.082	.058	.337*	.280*	.095	.006	-	1	.091	.372**	.434*
	Sig. (bilatérale)	.394	.227	.571	.690	.017	.049	.513	.965	.49		.531	.008	.002
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ف41	Corrélation de Pearson	.246	.364**	.204	.386*	.138	.223	.252	.099	.46	.091	1	.605**	.470*
	Sig. (bilatérale)				*					.098-				*

	Sig.	.085	.009	.156	.006	.338	.119	.078	.495	.00	.531		.000	.001
	(bilatérale)									1				
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
الأعراض	Corrélacion	.480*	.684**	.389*	.591*	.554*	.467*	.618*	.422*	.60	.372*	.605**	1	.844*
الفيزيولو	de Pearson	*		*	*	*	*	*	*	5**	*			*
جبة	Sig.	.000	.000	.005	.000	.000	.001	.000	.002	.00	.008	.000		.000
	(bilatérale)									0				
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélacion	.531*	.559**	.245	.481*	.421*	.427*	.485*	.336*	.48	.434*	.470**	.844**	1
الضغط	de Pearson	*			*	*	*	*	*	8**	*			
النفسى	Sig.	.000	.000	.087	.000	.002	.002	.000	.017	.00	.002	.001	.000	
	(bilatérale)									0				
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

السلوك العدواني:

		ج3	ج4	ج10	ج17	ج21	ج23	ج24	ج26	ج29	العدوان البدني	السلوك العدواني
ج3	Corrélacion de Pearson	1	-	.327*	.439**	.531*	.186	.147	.545**	.149	.685**	.615**
	Sig. (bilatérale)		.079-	.020	.001	.000	.197	.310	.000	.302	.000	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ج4	Corrélacion de Pearson	-.079-	1	-.299*	.120	.179	-	.097	.083	-.163-	.207	-.165-
	Sig. (bilatérale)	.587		.035	.406	.214	.960	.502	.565	.258	.149	.254
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ج10	Corrélacion de Pearson	.327*	-	1	.198	.195	.031	.131	.105	-.018-	.338*	.476**
	Sig. (bilatérale)	.020	.035		.167	.174	.829	.364	.466	.901	.016	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ج17	Corrélacion de Pearson	.439**	.120	.198	1	.386*	.445*	.400**	.412**	.164	.762**	.748**
	Sig. (bilatérale)	.001	.406	.167		.006	.001	.004	.003	.256	.000	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ج21	Corrélacion de Pearson	.531**	.179	.195	.386**	1	.231	.301*	.530**	-.172-	.680**	.445**
	Sig. (bilatérale)	.000	.214	.174	.006		.107	.034	.000	.232	.000	.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ج23	Corrélacion de Pearson	.186	-	.031	.445**	.231	1	.293*	.235	.151	.557**	.398**
			.007-									

ج24	Sig. (bilatérale)	.197	.960	.829	.001	.107		.039	.101	.296	.000	.004
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.147	.097	.131	.400**	.301*	.293*	1	.494**	-.107-	.586**	.440**
ج26	Sig. (bilatérale)	.310	.502	.364	.004	.034	.039		.000	.461	.000	.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.545**	.083	.105	.412**	.530*	.235	.494**	1	-.088-	.702**	.536**
ج29	Sig. (bilatérale)	.000	.565	.466	.003	.000	.101	.000		.541	.000	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.149	-	-.018-	.164	-	.151	-.107-	-.088-	1	.188	.102
العدوان البدني	Sig. (bilatérale)	.302	.258	.901	.256	.232	.296	.461	.541		.192	.482
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.685**	.207	.338*	.762**	.680*	.557*	.586**	.702**	.188	1	.760**
السلوك العدواني	Sig. (bilatérale)	.000	.149	.016	.000	.000	.000	.000	.000	.192		.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.615**	-	.476**	.748**	.445*	.398*	.440**	.536**	.102	.760**	1
العدواني السلوك	Sig. (bilatérale)	.000	.254	.000	.000	.001	.004	.001	.000	.482	.000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélation de Pearson	.165-				*	*					

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

		ج5	ج6	ج7	ج13	ج15	ج20	اللفظي العدوان	العدواني السلوك
ج5	Corrélation de Pearson	1	.302*	-.028-	.128	.061	.575**	.626**	.210
	Sig. (bilatérale)		.033	.847	.374	.676	.000	.000	.143
	N	50	50	50	50	50	50	50	50
ج6	Corrélation de Pearson	.302*	1	.075	.133	.136	.419**	.628**	.442**
	Sig. (bilatérale)	.033		.605	.356	.345	.002	.000	.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50
ج7	Corrélation de Pearson	-.028-	.075	1	.107	.223	-.126-	.429**	.415**
	Sig. (bilatérale)	.847	.605		.461	.119	.384	.002	.003
	N	50	50	50	50	50	50	50	50
ج13	Corrélation de Pearson	.128	.133	.107	1	.149	.182	.497**	.526**
	Sig. (bilatérale)	.374	.356	.461		.302	.206	.000	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50

ج15	Corrélation de Pearson	.061	.136	.223	.149	1	-.080-	.478**	.412**
	Sig. (bilatérale)	.676	.345	.119	.302		.583	.000	.003
	N	50	50	50	50	50	50	50	50
ج20	Corrélation de Pearson	.575**	.419**	-.126-	.182	-.080-	1	.579**	.294*
	Sig. (bilatérale)	.000	.002	.384	.206	.583		.000	.038
	N	50	50	50	50	50	50	50	50
اللفظي العدوان	Corrélation de Pearson	.626**	.628**	.429**	.497**	.478**	.579**	1	.710**
	Sig. (bilatérale)	.000	.000	.002	.000	.000	.000		.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50
السلوك العدواني	Corrélation de Pearson	.210	.442**	.415**	.526**	.412**	.294*	.710**	1
	Sig. (bilatérale)	.143	.001	.003	.000	.003	.038	.000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

	ج8	ج9	ج14	ج19	ج25	ج28	ج30	الغضب	العدواني السلوك
ج8	Corrélation de Pearson	1	.133	.307*	.029	-.099-	-.215-	.134	.371**
	Sig. (bilatérale)		.358	.030	.839	.492	.135	.354	.008
	N	50	50	50	50	50	50	50	50
ج9	Corrélation de Pearson	.133	1	-	-.056-	.321*	.244	.256	.590**
	Sig. (bilatérale)			.027-	.697	.023	.087	.073	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50
ج14	Corrélation de Pearson	.307*	-.027-	1	.096	-.176-	.115	.118	.432**
	Sig. (bilatérale)		.850		.507	.222	.426	.415	.002
	N	50	50	50	50	50	50	50	50
ج19	Corrélation de Pearson	.029	-.056-	.096	1	-.011-	-.002-	.370**	.405**
	Sig. (bilatérale)					.941	.991	.008	.003
	N	50	50	50	50	50	50	50	50
ج25	Corrélation de Pearson	-.099-	.321*	-	-.011-	1	.161	.132	.410**
	Sig. (bilatérale)			.176-					
	N	50	50	50	50	50	50	50	50

ج28	Sig. (bilatérale)	.492	.023	.222	.941		.264	.362	.003	.023
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélacion de Pearson	-.215-	.244	.115	-.002-	.161	1	.141	.459**	.434**
	Sig. (bilatérale)	.135	.087	.426	.991	.264		.329	.001	.002
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélacion de Pearson	.134	.256	.118	.370**	.132	.141	1	.637**	.371**
ج30	Sig. (bilatérale)	.354	.073	.415	.008	.362	.329		.000	.008
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélacion de Pearson	.371**	.590**	.432*	.405**	.410**	.459**	.637**	1	.697**
	Sig. (bilatérale)	.008	.000	.002	.003	.003	.001	.000		.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélacion de Pearson	.121	.428**	.358*	.249	.322*	.434**	.371**	.697**	1
الغضب	Sig. (bilatérale)	.404	.002	.011	.082	.023	.002	.008	.000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélacion de Pearson									
	Sig. (bilatérale)									
	N									
	Corrélacion de Pearson									
السلوك العنواني	Sig. (bilatérale)									
	N									
	Corrélacion de Pearson									
	Sig. (bilatérale)									
	N									
	Corrélacion de Pearson									

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

**.. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

		ج1	ج2	ج11	ج12	ج16	ج18	ج22	ج27	العداوة	السلوك العنواني
ج1	Corrélacion de Pearson	1	.539**	.202	.067	.334*	.058	.105	.432**	.644**	.438**
	Sig. (bilatérale)		.000	.159	.642	.018	.691	.470	.002	.000	.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélacion de Pearson	.539**	1	.224	.056	.540**	.158	.180	.409**	.714**	.620**
	Sig. (bilatérale)	.000		.117	.702	.000	.272	.211	.003	.000	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ج2	Corrélacion de Pearson	.202	.224	1	-.083-	.239	.065	.099	.215	.487**	.427**
	Sig. (bilatérale)	.159	.117		.566	.094	.656	.495	.133	.000	.002
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
	Corrélacion de Pearson										
	Sig. (bilatérale)										
	N										

ج12	Corrélation de Pearson	.067	.056	-.083-	1	.099	.170	.091	-.097-	.284*	.174
	Sig. (bilatérale)	.642	.702	.566		.496	.238	.530	.505	.046	.226
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ج16	Corrélation de Pearson	.334*	.540**	.239	.099	1	.320*	.263	.244	.704**	.692**
	Sig. (bilatérale)	.018	.000	.094	.496		.024	.065	.088	.000	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ج18	Corrélation de Pearson	.058	.158	.065	.170	.320*	1	.289*	-.075-	.442**	.268
	Sig. (bilatérale)	.691	.272	.656	.238	.024		.042	.606	.001	.060
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ج22	Corrélation de Pearson	.105	.180	.099	.091	.263	.289*	1	.140	.507**	.236
	Sig. (bilatérale)	.470	.211	.495	.530	.065	.042		.331	.000	.099
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
ج27	Corrélation de Pearson	.432**	.409**	.215	-.097-	.244	-	.140	1	.523**	.382**
	Sig. (bilatérale)	.002	.003	.133	.505	.088	.606	.331		.000	.006
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
العداوة	Corrélation de Pearson	.644**	.714**	.487**	.284*	.704**	.442*	.507**	.523**	1	.753**
	Sig. (bilatérale)	.000	.000	.000	.046	.000	.001	.000	.000		.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
السلوك العدواني	Corrélation de Pearson	.438**	.620**	.427**	.174	.692**	.268	.236	.382**	.753**	1
	Sig. (bilatérale)	.001	.000	.002	.226	.000	.060	.099	.006	.000	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

الملحق رقم (03): الثبات عن طريق الفا كرومباخ.

الضغط النفسي:

Récapitulatif de traitement des observations

	N	%
Valide	50	100.0
Observations Exclues ^a	0	.0
Total	50	100.0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Alpha de Cronbach basé sur des éléments normalisés	Nombre d'éléments
.863	.860	42

السلوك العدواني:

Récapitulatif de traitement des observations

	N	%
Valide	50	100.0
Observations Exclues ^a	0	.0
Total	50	100.0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Alpha de Cronbach basé sur des éléments normalisés	Nombre d'éléments
.798	.797	30

الملحق رقم (04): الثبات عن طريق التجزئة النصفية.

الضغط النفسي:

Récapitulatif de traitement des observations

	N	%
Valide	50	100.0
Observations Exclues ^a	0	.0
Total	50	100.0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	.746
		Nombre d'éléments	21 ^a
	Partie 2	Valeur	.795
		Nombre d'éléments	21 ^b
Nombre total d'éléments			42
Corrélation entre les sous-échelles			.673
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		.804
	Longueur inégale		.804
Coefficient de Guttman split-half			.797

a. Les éléments sont : 1ف, 2ف, 3ف, 4ف, 5ف, 6ف, 7ف, 8ف, 9ف, 10ف, 11ف, 12ف, 13ف, 14ف, 15ف, 16ف, 17ف, 18ف, 19ف, 20ف, 21ف.

b. Les éléments sont : 22ف, 23ف, 24ف, 25ف, 26ف, 27ف, 28ف, 29ف, 30ف, 31ف, 32ف, 33ف, 34ف, 35ف, 36ف, 37ف, 38ف, 39ف, 40ف, 41ف, 42ف.

السلوك العدواني:

Récapitulatif de traitement des observations

	N	%
Valide	50	100.0
Observations Exclues ^a	0	.0
Total	50	100.0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Statistiques de fiabilité			
Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	.648
		Nombre d'éléments	15 ^a
	Partie 2	Valeur	.705
		Nombre d'éléments	15 ^b
	Nombre total d'éléments		30
	Corrélation entre les sous-échelles		.605
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		.754
	Longueur inégale		.754
Coefficient de Guttman split-half			.753

a. Les éléments sont : ج1, ج2, ج3, ج4, ج5, ج6, ج7, ج8, ج9, ج10, ج11, ج12, ج13, ج14, ج15.

b. Les éléments sont : ج16, ج17, ج18, ج19, ج20, ج21, ج22, ج23, ج24, ج25, ج26, ج27, ج28, ج29, ج30.

الملحق (05)

وصف عينة الدراسة الأساسية:

Statistiques

الشعبة

N	Valide	205
	Manquante	0
Intervalle		4

السن

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
0	1	.5	.5	.5
18 من أقل	134	65.4	65.4	65.9
18 من أكثر	70	34.1	34.1	100.0
Total	205	100.0	100.0	

الجنس

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
ذكور	68	33.2	33.2	33.2
إناث	137	66.8	66.8	100.0
Total	205	100.0	100.0	

الشعبة				
	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
التجريبية العلوم	59	28.8	28.8	28.8
رياضي تقني	24	11.7	11.7	40.5
واقتصاد تسيير	29	14.1	14.1	54.6
وفلسفة آداب	58	28.3	28.3	82.9
لغات	35	17.1	17.1	100.0
Total	205	100.0	100.0	

الملحق رقم (08): العلاقة بين المتغيرين الضغط النفسي والسلوك العدواني:

Corrélations		
	النفسي الضغط	العدواني السلوك
Corrélation de Pearson	1	.468**
النفسي الضغط Sig. (bilatérale)		.000
N	205	205
Corrélation de Pearson	.468**	1
العدواني السلوك Sig. (bilatérale)	.000	
N	205	205

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
جامعة ابن خلدون تيارت

تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث
(ملحق القرار الوزاري رقم 1082 المؤرخ في 2020/12/27 المتعلق بالوقاية ومحاربة السرقة العلمية)

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة) ج. و. ل. ج. ن.

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم 25392695 والصادرة بتاريخ: 2019/11/26
المسجل(ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علوم النفس والأدب والفلسفة
و المكلف بإنجاز أعمال بحث مذكرة التخرج ماستر

عنوانها:
.....
.....

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية النزاهة الأكاديمية
المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ

إمضاء المعني

د. و. ل. ج. ن.

25392695

2025

مفوض الجامعة المدنية
مفوض الجامعة المدنية
مفوض الجامعة المدنية



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ابن خلدون - تيارت -



كلية العلوم الانسانية والاجتماعية
قسم علم النفس والفلسفة والارطوفونيا
رقم القيد: 469/ق ع ن.أ.ف/2025

إلى السيد المحترم: مدير التربية لولاية
- تيارت -

الموضوع: طلب ترخيص لإجراء دراسة ميدانية

تحية طيبة وبعد:

في إطار تلمين وترقية البحث العلمي لطلبة قسم علم النفس والفلسفة والارطوفونيا، يشرفني أن ألتبس من سيادتكم الترخيص لطلبة السنة الثانية ماستر علم النفس المدرسي الآتية أسماءهم:

- ملياني أسماء
- دويلال حنان

لأجراء دراسة ميدانية تحت عنوان:

المعرفة بالنفس... وعلاقتها بالسلوك... الهدوء... اني... لمدى... عينة...
جملة... تلك... هيئة... المسترة... المشاهدة... شاسو...
وفي الأخير تقبلو منا أسمي عبارات الاحترام والتقدير.

تيارت في: 23.04.2025.....

رئيس القسم
[Signature]
[Stamp]

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية - تيارت-
مصلحة التكوين و التفتيش
مكتب التكوين
رقم الإرسال: 2025/2.4/469

مدير التربية
الى السيدات و السادة
مديري الثانويات لمؤسسات دائرة السوفر

الموضوع: ف/ي التدريب الميداني
المرجع: مراسلة كلية العلوم الانسانية تحت رقم 469/ق.ع.ن.ا.ف/2025
بتاريخ 23 افريل 2025

يشرفني ان اطلب منكم تسهيل اجراء دراسة ميدانية للطالبة ملياني اسماء و
الطالبة دوبلان حنان تخصص علم النفس المدرسي

تيارت في : 2025/04/29

رئيس المصلحة
رئيس مصلحة التكوين و التفتيش
سلام الله على محمد و آله
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية
مكتب التكوين

