

الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون

دراسة مقارنة في كل من الريف والحضر

وبرنامج إرشادي للتغلب على الضغوط الأسرية

أ.م. د. أماني عبد المقصود عبد الوهاب
كلية التربية النوعية - جامعة المنوفية

أ.م. د. تهاني محمد عثمان منيب
كلية التربية - جامعة عين شمس

ملخص البحث :

يهدف هذا البحث إلى دراسة مدى فاعلية برنامج إرشادي للتخفيف أو لإدارة الضغوط الأسرية لدى الأبناء الجامعيين من الجنسين في الريف والحضر، وتتضمن الضغوط الأسرية كل من الضغوط الأسرية المؤثرة على الأسرة بصفة عامة والضغوط الأسرية المؤثرة على الأسرة بصفة خاصة واستراتيجيات لمواجهة لهذه الضغوط والتي تعكس " قوة النظام الأسري".

وتكونت العينة في صورتها النهائية من ٤٠٠ طالبا وطالبة تم اختيارهم من مجموعة كلية مبدئية قوامها ٧٠٠ من طلاب وطالبات الفرقة الثانية بكلية التربية جامعة عين شمس وكلية التربية النوعية جامعة المنوفية وقد تضمنت المجموعة الكلية المستخدمة ثمان مجموعات فرعية قوام كل منها ٥٠ طالبا أو طالبة بكل من الريف والحضر.

حيث تم تطبيق المقاييس والأدوات التالية عليهم : مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة (إعداد عبد العزيز الشخص ، ١٩٩٥) ، ومقياس الضغوط الأسرية لبركي وهانسون ، ١٩٩١ (إعداد وتقنين الباحثين) ومكون من ثلاث مقاييس فرعية يتضمن الضغوط البيئشخصية بين أفراد الأسرة والضغوط الداخلية المنشأ في الأسرة والضغوط الخارجية المنشأ في الأسرة .

كما تم إجراء البرنامج الإرشادي من إعداد الباحثين على عينة البحث في كل من الريف والحضر حيث تم القياس القبلي والبعدى لمقياس الضغوط الأسرية ذي الثلاث مقاييس فرعية .

وتم التحقق من الفروض الموضوعية للدراسة ، بصورة جزئية . حيث أوضحت النتائج وجود تأثير دال لمتغير المستوى الاجتماعي الاقتصادي علي تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان علي المقياس الفرعي الأول الخاص بالضغوط الأسرية بصفة عامة (في القياس القبلي).

كما اتضح وجود فروق دالة إحصائيا بين ذكور وإناث المستوى الاقتصادي المرتفع، وذكور وإناث المستوى الاجتماعي الاقتصادي المنخفض من حيث إدراك الضغوط الأسرية العامة، في اتجاه ذكور وإناث المستوى الاقتصادي المنخفض أي أن انخفاض المستوى الاجتماعي الاقتصادي يؤدي إلى إدراك أكثر للضغوط الأسرية. أما بالنسبة لإدراك الضغوط الأسرية الخاصة فكانت الإناث نوات المستوى الاجتماعي الاقتصادي المنخفض أكثر إدراكا للضغوط من الذكور. وقد تفاعل كل من الجنس والمستوى الاجتماعي الاقتصادي في تباين درجات استراتيجيات مواجهة الخاصة بقوة

النظام الأسري بدرجة دالة. أي أن قوة النظام الأسري المدرك يتأثر بتفاعل كل من الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي للطلاب والطالبات في الريف والحضر.

أما من حيث تأثير البرنامج الإرشادي فقد أظهرت نتائج الدراسة وجود تأثير دال لمتغير (المعالجة) مما يشير إلى فاعلية البرنامج المستخدم خاصة في تقوية استراتيجيات المواجهة التي تظهر قوة النظام الأسري للطلاب والطالبات أفراد العينة.

أما فيما يتعلق بتأثير نمط الثقافة (ريف / حضر) في إدراك الضغوط الأسرية العامة أو الخاصة أو استخدام استراتيجيات المواجهة التي تظهر قوة النظام الأسري، فلم تكشف النتائج سواء في القياس القبلي أو البعدي عن تأثير هذا المتغير على إدراك الضغوط الأسرية، مما يعني أن إدراك الضغوط الأسرية من قبل الطلاب والطالبات في الريف يتشابه مع إدراك نفس هذه الضغوط في الحضر. وتعزي الباحثان هذه النتيجة إلى تقارب الثقافة بين الريف والحضر نتيجة العولمة والتغير الثقافي السريع وثورة المعلومات وتأثير وسائل الإعلام المختلفة والقنوات المفتوحة على جميع أفراد الأسرة خاصة والشباب بصفة عامة مما أدي إلى تشابه الاتجاهات وذوبان الطبقات والبيئات الثقافية فيما بينها وذلك نتيجة للتأثير الخطير للنظام الثقافي المسيطر وهو النظام السلمي والبصري والمتمثل في عشرات الإمبراطوريات الإعلامية الضاربة التي تزج زجا بملايين الصور يوميا ويستقبلها الملايين من أنحاء المعمورة لذا أصبحت العولمة الثقافية هي المصدر الأقوي للتأثير في الثقافة المحلية سواء كانت ريفية أم حضرية.

الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون

دراسة مقارنة في كل من الريف والحضر

وبرنامج إرشادي للتغلب على الضغوط الأسرية

أ.م.د. تهاني محمد عثمان منيب

كلية التربية - جامعة عين شمس

أ.م.د. أمانى عبدالمقصود عبد الوهاب

كلية التربية النوعية - جامعة المنوفية

مقدمة:

يوصف العصر الحالي بعصر الضغوط الأسرية والنفسية التي أصبحت موضوع اهتمام الباحثين والعلماء في كل من مجالات علم النفس والاجتماع والطب وغيرها من العلوم الإنسانية، فالحياة تتغير وتتغير معها أديارنا الاجتماعية، وقد متوافق مع هذه التغيرات وقد لا نتوافق. ونحن نتعرض لضغوط كثيرة منها ضغوط العمل التي تحول دون قيامنا بمسئولياتنا بصورة كاملة وفعالة، ومنها الضغوط البيئية التي تعوق انسجامنا مع البيئة المحيطة وتحول دون الاستمتاع بالحياة، وهناك أيضا الضغوط الأسرية التي تنتج عن العلاقات الأسرية عند التعرض لمتغيرات كثيرة داخل الأسرة أو خارجها كظهور قيم واتجاهات وعادات وتقاليد ومواقف قد لا يألفها المجتمع وترد عليه من مجتمعات أخرى، مما يصيب الإنسان بالاضطراب النفسي نتيجة تعرضه لأي من هذه الضغوط ويقلل من إنجازاته للشخصية وتقدمه في الحياة بصفة عامة.

هذا وقد شهد عالمنا المعاصر تغيرات سريعة متلاحقة شملت التقدم العلمي والتقني حيث دخلت معظم المجتمعات البشرية عصر العلم والتكنولوجيا والصناعات المتطورة في النصف الثاني من القرن العشرين، ووجدت الأسرة نفسها في محيط من التغيرات الحضارية المتسارعة خاصة عقب تطبيق سياسات الانفتاح الاقتصادي، وانعكاسات هذه التغيرات على البناء الاجتماعي وعلى سلوكيات وقيم الأفراد والجماعات مما نتج عنه ظهور مشكلات عدة مثل: التفكك الأسري وضعف الروابط الاجتماعية، وتراجع بعض القيم الأصيلية ونشوء قيم سلبية كالرشوة والاختلاس واللامبالاة والانحراف، وكذلك ظهور قيم بالية كالإسراف والاندفاع الاستهلاكي والتطلع للشراء المادي، وأهدرت قيمة العمل الجاد المنتج، وساد التسبب وأضيرت مصالح الناس، مما أدى إلى تأثر المجتمع بصفة عامة والأسرة بصفة خاصة بكل التغيرات الاقتصادية والاجتماعية التي ظهرت في الآونة الأخيرة والتي أتت إلى تزايد الأعباء والمطالب التي تقبل كاهل الأسرة، ومن ثم تتسامى الإحساس بالمعاناة والشدة وأصبحنا بصدد ظاهرة نفسية اجتماعية هي "الضغوط الأسرية".

Family stress

ولأن الأسرة هي المؤسسة التربوية والاجتماعية الأولى التي يمكنها تلقي الفرد وتوفير له

== الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون ==

الرعاية والأمن والطمأنينة وكل متطلبات التنشئة الاجتماعية، وهو في داخل هذه المنظمة يتشرب قواعدها التنظيمية، يخضع لسنتها الاجتماعية وعاداتها وأعرافها وتقاليدها، ويتفاعل مباشرة مع بقية أفرادها، ويؤدي هذا التفاعل إلى درجات مختلفة من السواء أو المرض. كما أن الأسرة هي التي تقوم بالدور الرئيسي في بناء صرح المجتمع وتدعيم وحدته وتنظيم سلوك أفرادها بما يتلاءم مع الأدوار الاجتماعية المحددة التي تؤديها لأعضائها أو للأسرة ككل لتخلق اتزاناً معيناً له صفات خاصة، مما أعطى للأسرة أهمية ولاء الأفراد لها، والتعاطف معها وضرورة التمسك بها كنظام اجتماعي لا غنى للفرد والجماعة والمجتمع عنه (عبد الباسط محمد، ١٩٧٧؛ زيدان عبد الباقي، ١٩٨٠، ص ٤٤؛ صالح حزين، ١٩٩٠: ٩٦).

وتؤثر العلاقات القائمة بين أفراد الأسرة على طبيعة الضغوط، وهذه العلاقات تتمثل في التفاعل القائم بين أعضاء الأسرة من جهة، وفي الدور الذي يقوم به كل فرد من أفرادها من جهة أخرى، كما يعتبر العامل الاقتصادي من أهم العوامل الضاغطة التي تعيشها الأسرة، فعدم توافر الماديات الأساسية يؤدي إلى مضاعفة معاناة الأسرة وبالتالي عدم قدرتها على القيام بوظائفها (فايز قنطار، ١٩٩٢: ١٨٨، ١٨٩).

وتظهر الضغوط في الأنشطة اليومية لأفراد الأسرة، وبالرغم من ذلك فليس من المنطقي عزل الضغوط عن نظام الأسرة، ولكن بمساعدة أفرادها على حلها أو التكيف معها، وقد يحتاجون إلى إدارة مستويات الضغوط حتى يحققوا درجة عالية من النشاط واليقظ والأداء والعمل، ومفتاح ذلك يكمن في عملية التحكم أو الضبط *Control* فعندما لا يستطيع أفراد الأسرة التحكم في مواقف حياتهم فإن استمرارية تأثير الضغط يمكن أن يؤدي إلى اضطراب نظام الأسرة (Neuman، ١٩٨٩).

ويشير سيلبي *Selye, H.* (١٩٧٦) إلى نوعين من الضغوط: الضغوط الإيجابية والضغوط السلبية وهي ما تتبدد كيان الأسرة وتزجج مشاعر اليأس والإحباط وخيبة الأمل بينما تعمل الضغوط الإيجابية النافعة إلى استقرار الأسرة وإمكانية أن تعيش حياة دافئة مما يحفز مشاعر الإنجاز والاجتهاد. كما يؤكد بومار *Bomar* (١٩٨٩) أنه ليس بالإمكان تحديد مصادر الضغوط الأسرية وما إذا كانت إيجابية أو سلبية إلا عن طريق كيفية إدراكات أفراد الأسرة أنفسهم لطبيعة الحدث أي إدراكات نظام الأسرة وردود أفعالها.

وقد تواجه بعض الأسر أحداثاً ضاغطة قد تخل من توازن نظامها مثل: ولادة طفل جديد، أو ولادة طفل معاق، أو انضمام الجد أو الجدة للأسرة، أو موت أحد أفراد الأسرة، أو طلاق الوالدين، مما يضطر أفراد الأسرة إلى تغيير نظام حياتهم، ويصبحون أكثر شعوراً بالضغط، إلا أن ترابط الأسرة وتماسكها يحد من تأثير الضغوط عليها ويجعل باستعادة توازنها. ويمكن أن تواجه الأسرة ضغوطاً من خارجها مثل: انتقال الأسرة من سكن إلى آخر، أو كثرة ترحالها، أو فقد أحد أفرادها

خاصة الأب أو العائل أو وظيفة أو عمل، أو تعرضها لضغوط وأزمات مالية، أو لكارثة طبيعية مما يؤثر بالتالي علي نظام توازن الأسرة.

وهكذا فالأسرة تقع دائما تحت مؤثرات ومصادر للضغوط تثير تغييراً في نظامها سواء من داخلها أو من خارجها، وقد تتجح بعض الأسر في شحذ قواها وتبني أساليب لمواجهة أو للتكيف معها، بينما يفشل البعض الآخر من الأسر في ذلك، ومعظم النظم الأسرية تخبر إلى حد ما ضغوطاً متشابهة خلال دورة حياتها إلا أن بعض الأسر تكون أكثر نجاحاً في إدارة الضغوط عن الأخرى، وبالتالي فهي تحول هذه الضغوط إلى قوي إيجابية دافعة، وهي الأسر التي تحافظ علي ثبات نظامها وصلابتها، وهناك أسر أخرى تواجه نفس المتطلبات والمصاعب إلا أنها تفقد القدرة علي التحكم أو التصرف بأساليب تعرض وظيفة الأسرة للخطر (بيركي وهانسون *Berkey & Hanson* ، ١٩٩١: ص ٣٨-٤٢).

مما يعني أن هناك ضغوطاً متعددة تقع علي الأسرة بصفة عامة سواء من داخلها أو من خارجها تؤثر علي نظام أو نسق الأسرة بما يؤدي إلى انعكاسات خطيرة علي الأبناء مما دعا الباحثان إلى الاهتمام بدراسة هذا الموضوع،

مشكلة الدراسة :

تعد الضغوط أحد المظاهر الرئيسة التي تتصف بها حياتنا المعاصرة، وهذه الضغوط ما هي إلا رد فعل للتغيرات الحادة والسريعة التي طرأت علي كافة مناحي الحياة، كما أن الضغوط تمثل السبب الرئيسي وراء الإحساس بالآلام النفسية والأمراض العضوية، إضافة إلى ما ترتب عليها من ضياع للعديد من أيام العمل علي مدار العام (*Marks, et al*، ٢٠٠٠، ص ٩٩).

ويعتبر الانتقال إلى مرحلة الدراسة الجامعية في حد ذاته مصدراً للضغط، حيث تقل مصادر الدعم والمساندة الاجتماعية التقليدية التي كانت سائدة في المرحلة الثانوية (الأسرة والأصدقاء) ويتعرض الطلاب - خاصة الجدد منهم - لبيئة اجتماعية جديدة عليهم أن يتكيفوا معها وأن يحققوا مستويات عالية من الإنجاز الدراسي، هذا بالإضافة إلى ما رصدته الدراسات من تعرض طلاب الجامعة للعديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والدراسية والصحية التي تمثل ضغوطاً عليهم (*Towbes & Cohen*، ١٩٩٦)، مما زاد الاهتمام في السنوات الأخيرة بالمشكلات والضغوط التي يتعرض لها طلاب الجامعة باعتبار أنها أحد المصادر التي تؤثر علي أدائهم الأكاديمي من ناحية، وعلى صحتهم البدنية والنفسية من ناحية أخرى.

وبالرغم من التغيير الذي يحدث في الريف المصري منذ الخمسين سنة الماضية بسبب مجموعة من العوامل المتمثلة في الميكنة الزراعية، وسهولة المواصلات، وتيسير اتصال الريف بالمناطق الحضرية، وانتشار أجهزة الإعلام بحيث أصبح من الصعب التفرقة بين ما هو ريفي وما هو

حضري، إلا أن الريف رغم هذا التغيير مازال يختص بخصائص مختلفة عن خصائص المدينة يعزى إلى وجود بعض العوامل التي تتمثل في وجود جماعات أولية بينها علاقات وطيدة بسبب علاقات الوجه للوجه، وببساطة العيش والعلاقات المتقاربة (إشراح محمد نسوقى ، ١٩٩١ : ٩٤).

وبالرغم من أهمية موضوع الضغوط الأسرية في كل من ثقافتى الريف والحضر واستراتيجيات إدارة هذه الضغوط ، إلا أن الدراسات العربية في هذا المجال لم تعره الاهتمام الكافى ، ومن خلال مراجعة البحوث والدراسات السابقة في مجال الضغوط الأسرية خاصة في البيئة المحلية اتضح أنه لا توجد دراسات في هذا المجال - علي حد علم الباحثان - إلا أن هناك بعض الدراسات التي اهتمت بتناول الضغوط بصفة عامة لدي طلاب الجامعة كدراسة عماد مخيمر (١٩٩٧)، ودراسة زينب شقير (١٩٩٧) وقد أغفلت هاتين الدراستين تناول الضغوط الأسرية ومصادرها المختلفة وعلاقتها ببعض المتغيرات وكذلك إستراتيجيات التعامل معها، مما دفع الباحثان إلى القيام بهذه الدراسة .

وفي ضوء ما سبق تتحدد مشكلة البحث في الإجابة على التساؤلات الآتية:

أ- هل يوجد تأثير دال لكل من متغيري الجنس (ذكور/إناث) ، والمستوي الاجتماعي الاقتصادي (مرتفع/منخفض)، ونمط الثقافة (ريف/حضر) والتفاعل بين كل متغيرين من هذه المتغيرات والتفاعل بينها جميعا علي تباين الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية من حيث إدراكهم للضغوط الأسرية وطرق مواجهتها في القياس القبلي؟

ب- هل يوجد تأثير دال لكل من متغيري الجنس (ذكور/إناث) والمستوي الاجتماعي الاقتصادي (مرتفع /منخفض)، والمعالجة (قبلي / بعدى) والتفاعل بين كل متغيرين من هذه المتغيرات والتفاعل بينها جميعا علي تباين الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية من حيث إدراكهم للضغوط الأسرية وطرق مواجهتها في القياس البعدي؟

ج- هل يوجد تأثير دال لكل من متغيري الجنس (ذكور/إناث)، ونمط الثقافة (ريف/حضر) والمعالجة (قبلي/ بعدى)، والتفاعل بين كل متغيرين من هذه المتغيرات والتفاعل بينها جميعا علي تباين الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية من حيث إدراكهم للضغوط الأسرية وطرق مواجهتها في القياس البعدي؟

أهمية الدراسة :

يعد مفهوم "الضغط النفسي" مفهوما أساسيا لفهم السلوك الإنساني بصفة عامة، فقياس الضغط يكون أكثر نفعاً في التنبؤ بالتكيف أو ظهور الأعراض السيكولوجية والسوماتية (Lazarus & DeLongis, ١٩٨٨)، كما يؤثر الضغط النفسي على الأداء البشري والإنجاز

بصفة عامة (*Gross & Master*، ١٩٨٠)، وعلى النواحي المعرفية والانفعالية والشخصية وعلى السلوك وصحة ومرض الإنسان (*Hussaini & Neff, J.*، ١٩٨٠). كما أن الإخفاق في التأقلم مع الضغوط يؤدي إلى معاناة الفرد من سوء التكيف الذي يتبدئ أحيانا في صورة أعراض مرضية بسيطة، وأحيانا أخرى في صورة اضطرابات عضوية شديدة، وذلك وفقا لما يتسم به الفرد من خصال نفسية (إيناس عبد الفتاح ومحمد محمود، ٢٠٠٢، ص ٢٤٢).

ويرى هاليدى *Hallidey* أن الشباب يعانون من الأمراض العصابية والسيكوسوماتية أكثر من الشيوخ، كما أن مستوى الصحة العامة يميل إلى الهبوط مما جعل من الضرورة بمكان دراسة هذه المرحلة العمرية ونعني بها مرحلة الشباب خاصة الشباب الجامعي (في: مصطفى زيور، ١٩٨٢، ص ١٣٧).

كذلك أوضحت العديد من الدراسات أن الشباب يعانون من الضغوط بشكل أكبر مقارنة بالمرحل العمرية الأخرى، كما أن مرحلة الشباب في حد ذاتها تمثل مرحلة ضاغطة خاصة في سنوات الدراسة الجامعية حيث تتعدد مصادر الضغوط نتيجة لوجود مسؤوليات وتبعات لهذه المرحلة (Jones، ١٩٩٠، *Jessor, etal.*، ١٩٨٤، *Siddique & Darcy*، ١٩٩٦، *Heaven*، ١٩٩٦).

ومن ثم تتبع أهمية الدراسة الحالية في أهمية الموضوع الذي يتصدى لدراسته، حيث أنه يسعى لدراسة الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون في كل من الريف والحضر وإعداد برنامج للتغلب على هذه الضغوط، ولاشك أن هذا الموضوع ينطوي على أهمية كبيرة سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية.

فمن الناحية النظرية يتضح من مراجعة البحوث والدراسات السابقة العربية عدم وجود دراسات خاصة بموضوع الضغوط الأسرية سواء من حيث علاقتها ببعض المتغيرات أو من حيث البرامج الخاصة بالتعامل مع هذه الضغوط - في حدود علم الباحثان - بالرغم من وجود العديد من البحوث والدراسات الأجنبية التي تناولت هذا الموضوع من زوايا وجوانب متعددة (*Taylor, R.*، ١٩٩٦، *Deborah, J. etal.*، ٢٠٠١، *Sheidow, A.*، ٢٠٠١). كما تتمثل أهمية البحث النظرية في أهمية الشريحة المراد دراستها وهي طلاب الجامعة نظرا لما تمثله هذه الفئة من قوة مستقبلية يعتمد أي مجتمع عليها في تحقيق تقدمه ورخائه. كما تمثل المرحلة الجامعية من الناحية النمائية امتدادا لمرحلة المراهقة المتأخرة وهي مرحلة انتقالية حرجة يواجه فيها الفرد العديد من التغيرات الاجتماعية والضغوط المتعلقة بإقامة علاقات ذات معنى مع الآخرين، وبالإنجازات التي يجب عليه تحقيقها، بالإضافة إلى ما تفرضه هذه المرحلة على الشاب من مطالب وتحديات خاصة بتكوين هويته الاجتماعية والمهنية، تلك التحديات التي يؤدي الفشل فيها

إلى ارتباك الهوية الذي قد يصاحبه الفشل فيها إلى ظهور العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية (أبو بكر مرسى، ١٩٩٧، ص ٢٣٦).

أما عن أهمية البحث من الناحية التطبيقية في تعريف وتقنين مقياس للضغوط الأسرية وكذلك مقياس لأساليب مواجهة هذه الضغوط، بالإضافة إلى إعداد برنامج إرشادي للتدريب على كيفية التعامل مع الضغوط الأسرية وأساليب مواجهتها والتغلب عليها بغية تخفيفها أو الحد منها وصولاً إلى مستوى مرتفع من التوافق على المستوى الشخصي والاجتماعي ومن ثم مستوى مناسب من الصحة النفسية.

أهداف الدراسة :

يهدف البحث الحالي إلى دراسة الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات المتمثلة في الجنس، والمستوى الاجتماعي الاقتصادي، ونوع الثقافة البيئية (ريف/حضر)، كما يهدف البحث الحالي إلى إعداد مقياس للضغوط الأسرية، بالإضافة إلى تصميم وتطبيق برنامج إرشادي للتعامل مع هذه الضغوط بطريقة إيجابية بما يؤدي إلى تخفيفها أو الحد منها من خلال طرق وأساليب متعددة.

الإطار النظري والمفاهيم الأساسية:

مفهوم الضغوط:

تعد الضغوط أحد المظاهر الرئيسة التي تتصف بها حياتنا المعاصرة، وهي رد فعل للتغيرات السريعة التي طرأت على كافة مناحي الحياة، وهي السبب الرئيسي وراء الإحساس بالألام النفسية والأمراض العضوية التي تؤدي في النهاية إلى درجة من عدم التوافق وضعف في مستوى الصحة النفسية لدى الأفراد الذين يعانون من الضغوط.

ويعرف سيلبي *Selye, H* (١٩٧٦) الضغوط بأنها "القوي الخاصة والداخلية التي تؤثر على سلوك الأفراد، ومعظم الكائنات البشرية لها رد فعل تجاه الشدائد والضغوط عن طريق ظهور أعراض غير نوعية".

ويشير وليم الخولي (١٩٧٦، ص ٤٢٦) إلى أن كلمة *Stress* تعني الضغط أو الشدة أو العبء أو المحنة، وتستخدم الكلمة في علم وظائف الأعضاء لكل ما يحدث توتر بعضلة ما لدرجة الإجهاد، ومن الناحية المرضية قد تستخدم هذه الكلمة لكل ما يسبب إجهاداً أو توتراً نفسياً شديداً.

ويؤكد سيلبي *Selye, H* (١٩٩٣، ص ٣١٢) أن كلمة الضغط في العلوم البيولوجية تشير إلى حالة الإثارة التي يتحكم فيها إفراز هرمون (*A.C.T.H*) لإثارة قشرة الغدة الأدرينالية في الكائن الحي، وهي حالة تتوقف على قدرة الكائن الحي إبقاء توازن دائم لبيئته الداخلية بعدما تعرض لها بشكل خطراً على هذا التوازن.

وفي هذا الصدد يري هارولد *Harold et al* (١٩٧٥، ص ٥٥٩) أن زيادة معدل الجريمة والإدمان والانتحار تعتبر مؤشرات على زيادة الضغوط الاجتماعية والثقافية الناتجة من المعدل السريع للتغير في المجتمع وارتفاع المستوى الحضاري وتعقد الحياة والنظم الاجتماعية، وبذلك قد تنشأ الضغوط عندما يشعر الفرد بعدم التوافق مع البيئة المحيطة به، ووجود صعوبات أو عقبات أو أزمات مع المواقف التي يعيش فيها الفرد مثل وجود أزمة اقتصادية أو حروب أو ثورة أو مشاكل اجتماعية أو أزمة سكنية أو مواصلات... الخ

ووفقا لما أوردته ماكنمارا *McNamara* (٢٠٠٠) فإن مفهوم الضغوط يمكن تناوله من خلال ثلاثة نماذج هي: النموذج البيئي، والنموذج الطبي والنموذج النفسي، ويتناول النموذج البيئي للضغوط باعتبارها عاملا مستقلا، ينشأ عندما تتضمن البيئة ما يسبب الإزعاج للفرد بل ووقوع الأذى عليه، الأمر الذي يمثل حملا ثقيلًا على كاهله، وعندئذ لا مناص من أن يستشعر المشقة والإجهاد، إضافة لذلك يتباين الأفراد من حيث مستوى مقاومتهم للضغوط. أما النموذج الطبي فقد تمثل في أعمال سيلبي *Selye, H* (١٩٧٦، ص ٦٤) والتي تناول فيها الضغوط باعتبارها استجابة فسيولوجية عامة للجسم تتمثل في الحالة التي تتبدى فيها عرض محدد يتضمن كافة التغيرات غير المحددة التي تحدث في البناء البيولوجي للفرد وأطلق على هذا المرض المحدد "زملة التكيف العامة *General adaptation syndrom*" والذي يرمز له بـ *G.A.S* وفي هذه الحالة تفرز الغدة الكظرية ما يمكن الكائن الحي من التكيف في المواقف المتباينة من حيث الشدة. ويطلق على نموذج سيلبي نموذج التوازن البدني ويتضمن ثلاث مراحل: ١- مرحلة التنبيه: وفيها تحدث استئثارا للفرد من خلال المنبه أو المثير ويستجيب الجسم بإفراز الهرمونات بغية توفير الطاقة اللازمة لمواجهة الموقف المهدد. ٢- مرحلة المقاومة: وفيها يقوم الفرد بتركيز دفاعاته لمواجهة ما يهدده من مخاطر. ٣- مرحلة التكيف أو الإجهاد: وفيها يتحقق التكيف أو يحدث التعب أو الإجهاد الناشئ عن الإحساس بالخوف والتهديد، الأمر الذي يؤثر بطبيعة الحال على كافة أجزاء الجسم فيتبدى في أعراض منها: انخفاض مقاومة الفرد للالتهابات، وتأخر النمو في الأنسجة الجديدة، وانخفاض تكوين الأجسام المضادة، وتناقص عدد كرات الدم البيضاء، وظهور بعض القرحة في الجهاز الهضمي، وينخفض نشاط الغدة الدرقية. أما النموذج الثالث فقد تناول الضغوط من المنظور النفسي وتركز الفكرة الأساسية في هذا النموذج في أن تناول الضغوط يتم من خلال التعرف على العلاقة بين الأحداث التي فوجئها واتجاهاتها نحوها وبين الكيفية التي تستجيب بها أجسامنا لهذه الأحداث، كما أن الفرد وهو بصدد التفاعل مع هذه الأحداث فإن تقديره لمدى تأثيره بالبيئة التي يعتمد عليها هذا النموذج بشكل أساسي على الوظيفة المعرفية التي تتمثل فيما يقوم به الفرد من تقويم لما يواجهه من أحداث من خلال عمليتين هما: التقييم المعرفي والتوافق.

وقد لازاروس *Lazarus* (١٩٨٦). النموذج النفسي حيث أشار إلى أن الفرد يقوم في مواجهة الضغوط في البداية بتقييم المواقف التي تتسم بالتهديد، يلي ذلك تقييمه لما يمتلك من مصادر تمكنه من التعامل مع هذه المواقف المهددة. وقد ميزه لازاروس بين التقييم المعرفي للحدث والتعامل معه بالتقييم الأولي والتقييم الثانوي، ففي التقييم الأولي يعني الفرد بالموقف أو بالحدث وطريقة إدراكه له وتقييمه باعتباره خطيراً أو مهدداً، أما في التقييم الثانوي فالفرد يقوم بتقييم ما يمتلكه من مصادر اجتماعية وشخصية يمكن أن تعينه على التأقلم مع ما يدركه من تهديد، وإذا ما فشل الفرد في أي من تلك العمليتين تحدث الضغوط.

ويتفق أفيريل *Averill, J.R* (١٩٧٣) مع لازاروس حيث يرى أن المتابعة المعرفية للأحداث تشمل على الأسلوب الذي يتم فيه تقييم الحدث والقدرة على الحكم والتي تتضمن اختيار - البديل المناسب من بين عدة بدائل للتغلب على الموقف الضاغط.

كذلك قدم ساراسون وساراسون *Sarason & Sarason* (١٩٧٩) نموذجاً للضغوط من المنظور المعرفي أشارا فيه إلى أن الموقف الضاغط يلقي على الفرد مسؤولية التعرف على كافة المصادر التي يمتلكها من أجل أن يجتاز هذا الموقف، ويحدث نوعان من التقييم أولهما: يتمثل في تقييم المواقف أو المهام المطلوبة، والآخر يتعلق بمدى قدرة الفرد على التعامل الناجح مع هذه المواقف. ويعيش كثير من الشباب حياة مؤلمة نتيجة لمواجهتهم صراعات ومتطلبات من قبل والديهم ومعلميهم ورؤسائهم في العمل وأصدقائهم، وأحياناً من داخلهم محاولين أن يوازنوا بين الاستقلالية عنهم وبين الاعتمادية على الآخرين. ومما لا شك فيه أن هذه الصراعات تولد ضغوطاً ومن ثم يشعرون بالإحباط والاكتئاب.

وأوضحت مكنمارا *Mcnamara* (٢٠٠٠). أن الضغوط التي تواجه الشباب تنقسم إلى ثلاث فئات أطلقت على الفئة الأولى الضغوط المعيارية وتشمل التغيرات الجسمية وما يتصل بالدراسة الأكاديمية. والعلاقات بالوالدين وبالأقران، أما الفئة الثانية فهي الضغوط غير المعيارية وتضم حالات الطلاق بين الوالدين وحالات الوفاة في الأميرة والمرضى العقلي لأحد الوالدين، أو وجود إعاقة جسمية لدى الفرد، في حين اشتملت الفئة الثالثة على الضغوط اليومية والمواقف المزعجة التي يواجهها الفرد.

الضغوط الأسرية :

صنف هيل *Hill* أزمات الأسرة إلى ثلاث فئات، تتمثل الفئة الأولى في: التمزق أو فقدان الأعضاء *Dismemberment*، ويعني فقدان أحد أفراد الأسرة نتيجة للحرب مثلاً أو دخول أحد الزوجين المستشفى أو موت أحد الوالدين، وثانيهما فئة التكاثر أو الإضافة أو انضمام عضو جديد للأسرة دون استعداد مسبق مثل حمل وولادة طفل غير مرغوب، أو زواج أم أو تبني طفل، أو حضور أحد الأجداد المسنين للإقامة مع الأسرة، أما الفئة الثالثة فيسببها تشمل الانهيار الخلفي

demoralization وتشير إلى فقدان الوحدة الأسرية والأخلاقية مثل الخيانة الزوجية أو إدمان الخمر والمخدرات أو الانحراف السلوكي بصفة عامة، هذا ويمكن أن تؤدي الأحداث المسببة للأزمة *Crisis producing* إلى نتائج عديدة مثل الانتحار والطلاق والهجر والهروب والإصابة بالأمراض العقلية.

وتعكس ضغوط الحياة في الأسرة المراحل الانتقالية في دورة حياة الأسرة *Family life cycle* ارتباطا بدورة حياة أعضائها ومراحل نموهم وارتقايم، فكل مرحلة تتطوي على صعوبات مصدرها التغيرات الحادثة في المرحلة ومطالبها البنينة والثقافية ومدى تلبية حاجات كل مرحلة، ويؤدي النقص أو القصور أو الإهمال في تلبية حاجات المرحلة وتحقيق مطالب نموها إلى حدوث "أزمة نمائية" وبالتالي فإن كل مرحلة تكمن فيها أزمة محتملة قد تتطور إلى أزمة فعلية، أو يتجاوزها الفرد استيفاء لمطالب المرحلة وإشباعا لحاجاتها (فيولا البجلوي، ٢٠٠١، ص ٦١٤).

الأحداث الأسرية الضاغطة:

تسهم كل من أحداث الحياة الطبيعية أوغير الطبيعية والتغيرات الحادثة في النظام الأسري في تصادم الضغوط وتعدها، وحدها عدد من الباحثين (Bauman;Harris;McCubbbin;Patterson, 1989) ستة مجالات لهذه الضغوط هي: ١- التغير في عدد أفراد الأسرة ، وفي أدوارهم، وفي أساليب معيشتهم. ٢- التغير في القضايا الجنسية في الأسرة، كالحمل وتحمل أعباء تربية الأبناء. ٣- فقدان عضو من أعضاء العائلة أو أحد الأقارب أو الأصدقاء، أو فقدان دخل أو ثروة. ٤- المسؤوليات المرتبطة بالشئون المالية أو المرتبطة بالرعاية الصحية. ٥- قضايا إدمان المخدرات. ٦- قضايا الصدام مع القانون.

وهناك علاقة بين الضغوط وحياة الأسرة: فالأسر السعيدة ليست أسرا مضغوطة، لكن الأسر غير السعيدة هي التي يمكن وصفها بأنها أسر تعيش تحت وطأة الضغوط، كما أن الزوجين اللذين يبديان عدم الرضا عن زواجهما وعن حياتهما الأسرية هما اللذان يقعان تحت وطأة الضغوط والشعور بالمشقة والإحباط (Barners; McCulbien& Olsens ، ١٩٨٣).

وحددت كيوران *Curran* (١٩٨٥) خمسة وأربعين موقفا من المواقف المسببة للضغط في حياة الأسر، وقد تضمنت هذه المواقف كيفية التعامل مع الأطفال، العلاقات الزوجية، الصحة والمرض، عدم كفاية الوقت، التقاعد، قواعد تنظيم المنزل وغيرها، وأوضحت نتائج الدراسة أن عدم التوافق بين الأزواج والزوجات يعتبر مسببا أساسيا للضغوط الأسرية وهو ما اتفق مع نتائج دراسة كل من أولسون وماكوبين وبارنرز (Barners; McCulbien& Olsens ، ١٩٨٣).

ومما لاشك فيه أن كل منا كعضو في أسرة يواجه يوميا العديد من الضغوط، وكل منا يكون له

==الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون==

ردود فعل نحو الأشخاص أو الأحداث المسببة للضغوط في حياته، ويحدث الشعور بالضغط عندما يتعامل الفرد (عقلا أو جسما) مع بعض الأحداث أو المواقف المهددة سواء كانت حقيقية أو متخيلة. ويبدو أن بعض ضغوط الأسرة قد تكون مفيدة وذات صبغة دافعية، والبعض الأخر - معوقة التي يمتد أثرها لفترة طويلة - تنقل كاهل البناء الأساسي لنظام الأسرة إلى الحد الذي يفكك كيانها ويؤدي بها إلى عدم الاستقرار وعدم القيام بوظائفها (Neuman، ١٩٨٢، ص ٨٩).

ويظهر الضغط في معظم أنشطة أفراد الأسرة اليومية، مما يتطلب من إدارة مستويات الضغوط لكي يساعدهم ذلك على البقاء في حالة تيقظ ونشاط وعلى درجة عالية من الأداء، ويمكن حل ذلك في الضبط أو التحكم، فالضغط يمكن أن يكون مفيدا. وناغاطالما يتوفر لدى أفراد الأسرة بعضا من مشاعر الضبط، وعندما لا يستطيع أفراد الأسرة التحكم في مواقف حياتهم ومع استمرارية تأثير هذا الضغط، فإن ذلك يمكن أن يؤدي إلى تحطم نظام الأسرة (Neuman، ١٩٨٩).

ويمكن أن نفرق بين الضغط الإيجابي والضغط السلبي أو بين الضغط النافع والضغط الضار حيث يسهم الضغط السلبي في تهديد كيان الأسرة وتآجج مشاعر اليأس والإحباط وخيبة الأمل، بينما يسهم الضغط الإيجابي إلى تماسك أفراد الأسرة وتقوية كيانها ومن ثم استقرارها وتمتعها بحياة عاطفية دافئة (Selye، ١٩٧٤)، والضغط الإيجابي يحفز مشاعر الإنجاز والابتهاج، لهذا ليست مصادر الضغوط أمدى حدتها هو الذي يحدد ما إذا كانت مفيدة أو ضارة، ولكن إدراكات أفراد الأسرة للحدث هو التي يحدد إن كان ضغطا مفيدا أم ضارا لها (Bomar، ١٩٨٩).

وتعتبر ضغوط الإعلانات من الضغوط البيئية الحديثة التي ظهرت في السنوات الأخيرة. حيث أوضحت بعض التقارير (Hambrich - Dixon، 2004) تأثير وسائل الإعلام نفسيا واجتماعيا على الأطفال والشباب وأسره من خلال ظهور كم كبير من الإعلانات عن المنتجات والسلع والبضائع والخدمات لعرضها على المستهلكين وأكثرهم من الأطفال والشباب مشورا إلى التأثير الكبير للإعلانات عليهم حتى أنها أصبحت تمثل ضغطا بيئيا، وقد افترض الباحثان نموذجا متعدد التأثير على الأطفال والمراهقين مرتكزا على نظريات الضغوط البيئية الحديثة - كما قبل Campbell (١٩٨٣) ويتضمن هذا النموذج ثلاثة أبعاد هي: مصدر الضغوط البيئية، والمتغيرات الإعلامية، وآثار الضغوط البيئية المتداخلة. وتشتمل مصادر الضغوط البيئية على صناعة الموضة. أما المتغيرات الإعلامية فتتضمن: الموسيقى والراديو وألعاب الفيديو والأفلام، بينما تتضمن الضغوط البيئية المتداخلة: الأسلحة الخفيفة والكحول والمخدرات. ويقترض أن ضغوط المتغيرات الإعلامية تؤثر على الأطفال والشباب من حيث خصائص هذه المصادر الضاغطة وشدتها وتداخلها وإمكانية التنبؤ بها، ومرحلة النمو، والبيئة البيولوجية الداخلية، والجنس،

والمشغلات الاجتماعية التي يتوقعها الفرد ، ومستوي معيشة الأسرة ، والتدين ، والمتغيرات الديموجرافية ، والمساندة الاجتماعية ، والمسئولية الاجتماعية.

ويمكن تعريف الضغوط الأسرية بأنها حالة يتعرض فيها الوالدان وأبنائهما لظروف أو مطالب تفرض عليهم نوعا من عدم التوافق ، وكلما ازدادت وطأة تلك الظروف أو المطالب أو استمرت لفترات طويلة تزداد هذه الحالة خطورة (الباحثان).
توافق أفراد الأسرة مع الضغوط :

يعتمد توافق الأسرة مع الأزمات أو الضغوط التي تهددها على فاعلية أداء أعضائها لأدوارهم وعلى استجابة المجتمع، حيث يختلف للتوافق من أسرة إلى أخرى.

والأسر التي تتوافق بكفاءة مع الحوادث الضاغطة يشترك أفرادها في أنماط تفاعلية متماثلة، وقد حددت كيوران *Curran* (١٩٨٥، ص ١٢) ريدود الأفعال الناجحة للأسرة في: ١- تعرف الأسرة على طبيعة الضغط والذي ربما قد يكون إيجابيا. ٢- العمل معا لإيجاد حل للتقليل من مصادر الضغوط، ولتي تتحول إلى مهارات لمواجهة الضغوط، ومن ثم مصادر لقوة تماسك الأسرة. ٣- تنمية أسس وقواعد جديدة يشترك من خلالها أفراد الأسرة في تحمل المسئوليات المبذولة لحل المشكلة. ٤- توقع أن بعض الضغوط ربما تكون جزءا طبيعيا من حياة الأسرة وأن الأسرة لن تقشل وتتهار بل سوف يستمر وجودها ككيان واحد. ٥- تبادل المشاعر اللطيفة تجاه بعضهم البعض حتى يمكن التفاعل بفاعلية مع مصادر ضغوط جديدة. في حين تتسم الأسر التي لا تعمل بكفاءة مع المواقف الضاغطة بالآتي : الشعور بالذنب لسماحهم بظهور هذا الموقف الضاغط، ولوم بعضهم البعض بدلا من البحث عن حل المشكلة ، والاهتمام بالضغط دون البحث عن حل له، والتركيز على مشكلات الأسرة دون النظر إلى جوانب تماسكها وقوتها ، والشعور بالضعف والوهن بعد خبرة الضغوط العادية بدلا من الثقة في قدرات الأسرة لمواجهة المشكلة ، ونمو مشاعر الكراهية نحو معيشة الأسرة وحياتها كنتيجة لما خلفته الضغوط من آثار سيئة عليهم.

وقد أشارت نظرية أولسون وآخرون *Olson, etal.* (١٩٨٣)، ونظرية ماكوبين وآخرون *Mcculbbin, etal.* (١٩٨٨) للضغوط الأسرية إلى وجود عدة مؤشرات للتوافق الأسري مع الأحداث الضاغطة بما فيهم الأبناء المراهقين، وهذه المؤشرات هي المستويات المتركة للضغوط الفردية والأسرية، والتي تعتبر خطوة هامة في سبيل التوافق مع هذه الضغوط، ويشمل هذا التوافق عدة متغيرات منها: تصور المراهق لمستوي الضغط الخاص بأسرته، وإدراكه للضغوط التي تواجهها أسرته بشكل عام، حيث وجدت علاقة إيجابية بين إدراك المراهقين للضغوط الأسرية في العائلات الريفية ومؤشرات التوافق المدرك لهذه الضغوط التي تمثلت في: العنف الأسري، وإيمان المخدرات، والانتحار. كما وجد أن تنبل المراهقين ورضاهم عن حياتهم العائلية يرتبط بالاقتراب

==الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون==

العاطفي المتزايد مع الآباء والأمهات، والإذعان لتوقعات الوالدين، والرضا عن الحياة والشعور بالسعادة بوجه عام.

وانطلاقاً من ضرورة الاهتمام بتعليم الشباب وتدريبهم على مجابهة ضغوط الحياة وجهت جامعة مينسوتا من خلال مركز خدمة ممتدة *Minnesota Extension Service* (٢٠٠٤) عدة إرشادات للوالدين والمعلمين والمسئولين عن رعاية الشباب تتركز على النحو التالي:

- قدم المساعدة للشباب الذين يعانون من أي مشكلة أو حدث ضاغط في مرحلة مبكرة من مراحل الضغط حتى يمكن تفادي وقوعهم في حالة اكتئاب وتوتر شديد.
- وجه انتباهك ورعايتك للشباب أو الفتاة وشجعهم، فنقدير الذات لديهم عامل هام إذا فقدته الشاب سرعان ما يقع في حالة اكتئاب شديد، لذلك حاول أن تكتشف أوجه القوة والصلابة في شخصية الشاب ليوافقه مشكلته من خلال سلوكيات إيجابية.
- لا تعط للشباب أو الفتاة أملاً زائفاً وأماناً للمشكلة بقولك "لا تعر الأمر اهتماماً"، فالأفضل أن تعينه وتشجعه على مواجهة مشكلته.
- شجعهم على التعبير عما بداخلهم مع أحد وليكن أحد أفراد أسرته أو صديق حميم أو المعلم أو مرشد نفسي يساعدهم على فهم ذواتهم .
- ساعدهم على فهم أسباب الضغوط التي لديهم مثل: ما الذي فقدته أو تشعر بالخوف أن تفقده؟. لماذا أنت خائف أو قلق أو تشعر بأنك مهدد؟. ما مدى التغيير الذي حدث في حياتك؟ كيف يمكنك التحكم في هذا الأمر أو تجنبه؟ هل تشعر أنك تسقط أو أن بعض قيمك ومبادئك سوف تتيار؟ هل تشعر أنك خاضع لشخص أو أسير موقف معين لا تستطيع الابتعاد عنه؟ ما مدى مسؤوليتك عما حدث لك؟. ما تصورك لدورك في تحديد هذه المشاعر وما هي ردود أفعالك المتوقعة؟
- اضرب أمثلة لمدى رعايتك واهتمامك بالشباب أو الفتاة التي تقع تحت ضغط معين وذلك بسؤالهم بلطف ومودة ورغبة صادقة في تقديم العون والمساعدة عن همومهم أو مضايقاتهم.
- ناقش معهم هذه الضغوط مركزاً على السلوكيات الإيجابية مبتعداً عن عبارات اللامبالاة مثل: "لا تهتم بذلك".

- توقع الرفض منهم وذلك نتيجة لحالة الاكتئاب التي يعانون منها والتي تشعرهم بأن الآخرين لن يساعدهم وأنهم سبب مشكلاتهم.

النماذج النظرية في مجال تقييم وظائف الأسرة .

قدم أولسون وروسيل وسبرنجل *Olson; Russell and Sprangle* (١٩٨٣): نموذجاً مركباً جمع فيه بين نظم الزواج ونظم الأسرة ويتضمن بعدين أساسيين هما: الأول ويتمثل في: تماسك الأسرة ويعبر عن الارتباط العاطفي الوجداني بين أعضاء الأسرة نحو بعضهم البعض. أما البعد

الثاني وهو: القدرة على التكيف أو التوافق ويشير إلى قدرة نظام الأسرة على تغيير قوته البنائية وعلاقات الدور وقواعد إقامة العلاقة في كيفية الاستجابة للموقف الضاغط أو للمرحلة النمائية الضاغطة ، ويميد هذان البعدان إلى البعد الثالث وهو: التواصل الأسري والذي يستخدم في التشخيص الإكلينيكي ووضع الأهداف الخاصة للمعاملة مع الزوجين ومع الأسرة ككل وهو بعد سهل ويسير لأفراد الأسرة التحرك نحو بعضهم البعض .

كما قدم بوس *Boss* (١٩٨٧) نموذجاً تناول "الضغوط الأسرية وكيفية مواجهتها" حيث انصب اهتمامه على ظاهرة المواجهة كجماعة متماسكة، وأن لكل فرد في الأسرة دور محدد في مواجهة هذا الحدث، حيث تشير أساليب المواجهة إلى الجهود المبذولة من قبل الأسرة كمجموعة أفراد في السيطرة على الظروف الصعبة والمهددة قابلين للتحدي فلا تكون الاستجابة روتينية وتلقائية بل مناسبة للموقف الذي يواجه الأسرة. ومن ثم تحشد الأسرة كل مصادرها نحو مواجهة بناء ناجحة أو مواجهة سلبية للأزمة، لذلك فمواجهة الأزمة عملية تتضمن استجابات الأسرة للمعرفة والانفعالية والسلوكية كوحدة، وقد حدد بوس *Boss* هذه العمليات بناء على: لماذا تنجح بعض الأسر في مواجهة الأزمة وتفشل أسر أخرى. في ذلك؟ وأرجع ذلك إلى كيفية تصرف الأسرة كوحدة كلية وكأفراد في التحكم والسيطرة على زمام الأمور أثناء مرورهم بالأزمة .

وقدم شنيويند *Schneewind* (١٩٨٩) نموذجاً لشبكة حياة الأسرة الاجتماعية. تتضمن عدة مسببات وإجراءات ونتائج تتمثل في: أ- السياق الأسري: وهو المكانة الاجتماعية الاقتصادية للأسرة، والإقامة بالريف أو بالحضر، ومستوى السكن أو الحي. ب- الأنشطة الأسرية الخارجية مثل: الاشتراك في أنشطة رياضية أو اجتماعية لقضاء وقت الفراغ. ج- التفاعلات الاجتماعية للوالدين: الاحتكاكات والتفاعلات الأولية بأفراد الأسرة وتتمثل في: عدد الزيارات بينهم، ونوعية الأصدقاء، وعدد مرات الاتصال بهم، والاهتمام بالأطفال داخل الأسرة، والاهتمام بالمشكلات التعليمية. د- المناخ العاطفي للأسرة ويتمثل في: إدراك الأبناء لسدء العلاقة بين الوالدين، والمبادرة لدى الأبناء. هـ- مشاركة الأبناء في تفاعلات الوالدين الاجتماعية. و- نمط التعليم: تشجيع المبادرات الخاصة بالأبناء، وتشجيع استقلالية الأبناء، والمساندة العاطفية والحب المتبادل، ومحدودية التعزيز اللفظي. ز- المزاج الاجتماعي للأبناء: الاجتماعية. ح- الأنشطة الاجتماعية: الاتصالات التليفونية، وأنشطة الألعاب الجماعية، وعدد ساعات الاستمتاع بأنشطة جماعية، وأنشطة تعليمية خارج المنهج، ومجالات اجتماعية إيجابية للحصول على خبرات.

نموذج "التقييم المتعدد للضغوط والصحة (MASH) :

يستند بروفيل للضغوط والمواجهة الذي صدر عن مؤسسة *IMSCAP* للنشر على نموذج "التقييم المتعدد للنظم للضغوط والصحة *Multisystem Assessment of Stress and Health*

(MASH) (1990) الذي يستمد أصوله النظرية من عدة أطر نظرية في مجال الصّغوظ لتصميم نموذج شامل للجانب الاجتماعي والبيولوجي والصحي للضيغوظ، ويتضمن نموذج هيل Hill في ضغوظ الأسرة ونموذج ماكروبين وباترسون (McCubbin & Patterson) (1989) ونموذج لازاروس وآخر (Lazarus, et al.) (1985) في مواجهة الضغوظ. ويشتمل هذا النموذج على ثلاثة مكونات رئيسة هي: الضغوظ، ومصادر المواجهة، والإشباع أو الرضا والتي يمكن تقييمها في ضوء أربعة مستويات لحياة الفرد وهي: المستوي الشخصي، ومستوي العمل، ومستوي العلاقة بين اثنين، ومستوي الأسرة. أما مصادر المواجهة فيمكن تقييمها وتصنيفها على أساس: بعد المهارة وبعد العلاقة، ويتضمن بعد المهارة حل المشكلة والتواصل، بينما يركز بعد العلاقة على مفاهيم الانغلاق أو التماسك ومفهوم المرونة وكل من هذه المصادر الأربعة يمكن تقييمها من خلال ستة عشر مصدرا للمواجهة. وتعتمد فروض هذا النموذج على أنه كلما زاد عدد مصادر المواجهة التي يستخدمها الفرد كلما زادت قدرته على إدارة الضغوظ وبالتالي الحصول على الحياة المتوافقة السعيدة.

نموذج استعادة الأسرة لتوافقها وقوتها. Family Resilience.

عرف هذا المفهوم في قاموس Random House Webster's Dictionary بأنه عملية تجديد بناء نظام الأسرة على أسس جديدة تتميز بعدة خصائص هي: أ- خاصية في نظام الأسرة تمكنه من استمرارية بناء أنماط وظيفية حتى بعد مواجهة الضغوظ. ب- قدرته على المرونة واستعادة التوازن بسرعة بعد سوء الحظ والصدمة أو الحدث التحولي الذي سبب أو استدعى التغيير في أنماط الأسرة الوظيفية. ج- المرح والابتسار والتفاؤل. ويتضمن نموذج: "استعادة الأسرة لقوتها" عمليتين هامتين هما: التوافق والتكيف وهما مكونان إيجابيان لمقاومة ومواجهة أزمات الأسرة وتحدياتها. ويتضمن التوافق Adjustment عوامل الحماية التي تسهل أو تيسر قدرة الأسرة والجهود المبذولة لاستمرار سلامتها ووظيفتها والوفاء بواجباتها الثمانية في مواجهة عوامل الخطورة، أما عملية التكيف Adaptation أو الإشباع والرضا فتتضمن وظيفة الشفاء أو استعادة القوي والتي تتم وتنتج قدرة الأسرة على النهوض بسرعة والتكيف مع المواقف الأسرية للضاغطة أو مع الأزمات. ومن الدلائل التي تشير إلى توافق الأسرة واستعادتها لقوتها وعافيتها بعد مواجهتها للأزمات. ١- تكامل الأسرة وسلامة تكوينها، بحيث يجتهد كل من الأب والأم للإبقاء على وحدة الأسرة والعمل على استمراريتها. ٢- دعم الأسرة وتغيير بنائها، بحيث يحصل الأب والأم على المساعدة من قبل مؤسسات المجتمع ومن الأصدقاء بما يحقق لأفراد الأسرة تقدير الذات والثقة بالنفس. ٣- إعادة بناء نظام الأسرة وإحكام السيطرة على مقدراتها وتوجهاتها، حيث تؤكد الأسرة مرة أخرى على توجهاتها الفعالة نحو الإسهام في مختلف الأنشطة التي تعيد بنائها

كالأنشطة الاجتماعية والمعيشية والرياضية والتي ترتبط باستمرار نمو أطفالها وصحتها.
٤- تمكن الأسرة من السيطرة على دفة أمورها مع التطلع للمستقبل بنظرة مستقبلية .

ويمكن التأكيد على استعادة الأسرة لقوتها في ضوء عدة عوامل هي على الوجه التالي:
ضرورة النظر إلى المرأة على قدم المساواة مع الرجل عند وضع السياسات والبرامج. الصبر والإيمان: عندما تواجه الأسرة ضغطاً أو أزمة قد تعجز الأسرة عن تفسير أسبابه وقد يستمر الإحساس بالألم والشعور بالمأساة، إلا أن معتقداتها الدينية وشعورها بالإيمان والصبر قد يجد ما تعانیه في معنى الصبر على المكاره. المرونة: في مواجهة عوامل الخطر خاصة في سياق أزمة الأسرة تصبح عاملاً هاماً من عوامل الحماية واستعادة الأسرة لقوتها كي تستمر مسيرة الحياة. الثقة: الغموض عنصر هام في نشأة الأزمات وذلك بسبب الحاجة إلى الوضوح بالنسبة للأسر فيما يمكن أن تفعله تجاه أزمتهما. الأمل: إن غياب صورة واضحة للمستقبل يمكن أن يهدد الأسرة ويخيفها، لذا فالأسر تحتاج إلى مخطط مستقبلي أو برنامج عمل مستقبلي يسهل توافقها مع الموقف الضاغط. شجاعة الأسرة وقدرتها على التحمل: لاشك أن مواجهة الأسرة بعوامل الخطر والأحداث الضاغطة يضع نظام الأسرة في موضع التقييم والحكم على مدى صلابتها، ويتطلب ذلك أن تعمل الأسرة كيد واحدة لمواجهة الحدث الضاغط أو الأزمة. نظام الأسرة في إدارة الوقت: يتطلب نظام الأسرة أن تعمل بهدف أساسي وهو تنمية أنماط من السلوك والوظائف التي تتجه نحو الاستقرار والثبات والتوازن والانسجام بين أفرادها وبين أدوار كل منهم. المساندة الاجتماعية: تعتبر من عوامل الحماية وعوامل استعادة الأسرة لقوتها وحيويتها. لذا يجب أن تقف المؤسسات الاجتماعية والأصدقاء والأقارب إلى جانب الأسر التي تعاني الضغوط والأزمات حتى تستعيد قوتها. ويقاس مدى استعادة الأسرة لتوافقها التام من خلال: العلاقات الشخصية، الارتقاء والنمو، والروح المعنوية المرتفعة، وطبيعة العلاقات مع المجتمع، واستمرار قيام الأسرة بوظائفها، وقدرتها على حل المشكلات التي تواجهها، واستمرارها في رعاية أبنائها، وتدعيم النظم الأسرية الموجودة، والتماسك بين أفراد الأسرة، ومشاركة أفراد الأسرة في العادات والتقاليد والقيم والمعتقدات، ومدى اتفاقهم حول هذه القيم. فالأسر المقاومة للضغوط- تبعاً لهذا النموذج - هي الأسر القوية التي يعمل أفرادها معاً لحل المشكلات ويتصفون بإحساس قوي للتغلب على أحداث الحياة الضاغطة، وبالقدرة على إدارة ضغوطها بأساليب إيجابية مفيدة (Campbell & Demic, A., ٢٠٠٠، ص ٢٦٧).

وقدم بياليز P, Baylis (٢٠٠٢، ص ٢-٤) نموذجاً لقوة ومرونة الأسرة عرض فيه عوامل الحماية وعوامل الخطر من الضغوط الأسرية لدى الفرد والأسرة والمجتمع. حيث أشار إلى أن عوامل الحماية لدى الفرد تتمثل في: المهارات المعرفية أو الذكاء، وتقدير الذات الإيجابي ومركز التحكم أو الضبط الداخلي، واكتساب المياريات الاجتماعية، ومياريات حل المشكلة والمزاج المرن.

بينما تتمثل العوامل المنبئة بالخطر في انخفاض مستوي الذكاء، والمزاج الصعب، ووردود الفعل الشديدة للضغط، وانخفاض مستوي تقدير الذات وعدم الاستقرار. والإحساس بالتوتر، وعدم الثقة بالنفس، وفيما يتعلق بالأسرة فقد أكد الباحث أن عوامل الحماية الأسرية تتمثل في: انسجام أفراد الأسرة، والرعاية والمسئولية الوالدية للأبناء، والعلاقات الدافئة والمساندة، أما عن عوامل الخطر فتتبدى في تفكك الأسرة، والمستوي الاجتماعي الاقتصادي المنخفض، وأنانية الوالدين، والتعلق الضعيف بالأسرة والوالدين. أما بالنسبة للمجتمع فعوامل الحماية تتمثل في: العوامل المدرسية المشجعة المدعمة، ورعاية المعلمين والتقارب مع أفراد العائلات والمساندة الاجتماعية وإتاحة فرص العمل، وفعالية الخدمات الاجتماعية، بينما تتمثل عوامل الخطر في انخفاض المستوي الاجتماعي الاقتصادي، والازدحام الشديد، وانخفاض مستوي الرعاية الصحية، والتفكك الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، وانتشار البطالة. وقد أشار بياليز *Baylis* إلى أن من أهم العوامل المؤثرة في هذه العملية عوامل الحماية التي تقوم بدور الملطف لآثار المحن والضغوط الأسرية، وعوامل الخطر وهي العوامل التي تؤدي إلى إيقاع الفرد والأسرة في مخاطر الاضطرابات والأمراض النفسية.

وتعتبر الضغوط الأسرية الاقتصادية من أشد الضغوط الأسرية وطأة بحيث قدم كونجر وآخرون *Conger, R. etal* (٢٠٠٢، ص ٢٠٧) نموذج للضغوط الأسرية الاقتصادية، افترضوا فيه أن الظروف القاسية التي تتكون من انخفاض دخل الأسرة، والخسائر المالية المتتالية تؤثر على درجة إدراك الضغط الاقتصادي للأسرة، ويرى كونجر أن انخفاض دخل الفرد يقترن بالتغيرات المالية السلبية والخسائر المالية المتتالية التي يمر بها الفرد، ويفترض هذا النموذج أن الأزمات الاقتصادية تؤثر على الانفعالات والسلوكيات والعلاقات داخل الأسرة.

وقدم بركي وهانسون *Berkey, K & Hanson, Sh* (١٩٩١): نمودجا اعتمادا على بعض الأطر النظرية منها نموذج نيومان *Neuman* (١٩٨٩) لضغوط الأسرة، ونموذج كيوران *Curran* للضغوط وقد اعتمد هذا النموذج على تعريف نيومان *Neuman* للضغوط الأسرية وهي "التوتر الناتج من مثير أو قوي تحدث سواء داخل أو خارج الحدود البيئية للنظام الأسري وتؤدي إلى عدم استقرار النظام الأسري"، ويرى بيركي وهانسون أن الضغوط الأسرية تنشأ في ثلاث مناطق اعتمادا على أساس نظري مؤده أن النظام الأسري يتكون من بيئة داخلية وبيئة خارجية. وتمثل المنطقة الأولى في نشأة الضغوط الجوانب النفسية الانفعالية للأفراد داخل الأسرة *Intrafamily*، والمنطقة الثانية هي المصادر التفاعلية بين أفراد الأسرة بعضهم البعض *Interfamily*، أما المنطقة الثالثة فهي مصادر خارج نظام الأسرة من البيئة المحيطة بها *Extra family*. فبالنسبة لمصادر الضغوط النفسية والانفعالية للأفراد داخل الأسرة: فيقصد بها الأحداث التي يمكن أن تحدث داخل إطار نظام الأسرة وتؤدي إلى حالة عدم استقرار أو توتر في

النظام الأسري، وتتضمن هذه الضغوط الأفكار الروتينية والمشاعر والانفعالات الناتجة عن تآثر الأفراد داخل الأسرة بعضهم بالبعض الآخر وتتضح في: شعور أحد أو كل أفراد الأسرة بعدم التقدير، وشعور أحد أو كل أفراد الأسرة بالذنب لعدم تحقيق إنجاز أفضل، وشعور أحد أفراد الأسرة بأن الوقت غير كاف بالنسبة لهم، والشعور بعدم الجانية أو عدم تقدير الذات لدى البعض أو الكل، والشعور بعدم اللياقة أو الكفاءة، وشعور البعض في الأسرة بعدم الرشاقة. وكثرة الإصابات بالأمراض، وكثرة تناول الكحوليات والمخدرات بين أفراد الأسرة. وللشعور باليتم لوفاة الأب أو الأم، وتقاعد أحد الوالدين عن العمل بسبب مشكلة في الأسرة، ومعاونة الأسرة من عبء الواجبات المدرسية لأبنائها. أما بالنسبة للضغوط الأسرية التي تحدث نتيجة التفاعل بين الأفراد *Interfamily* فهي: تلك الأشياء أو الأحداث التي يحتك بها النظام الأسري الداخلي بالبيئة الخارجية بطريقة مباشرة وتتمثل هذه الضغوط في المواقف التالية: صعوبة التعامل مع الأطفال في الأسرة، ودرجة الاهتمام بالمنزل وشئونه. وعدم كفاية الوقت للاهتمام بالشريك. وعدم كفاية الوقت لترفيه الأسرة، وكثرة السلوكيات المضطربة لأطفال الأسرة وتشاجرهم، ومشاهدة التلفزيون بكثرة في الأسرة، وكثرة مشاغل الأسرة ومواعيدها غير المنظمة، وانقطار الأسرة إلى تقاسم المسؤوليات، وكثرة التتقاتل في الأسرة، وضعف العلاقات الزوجية والصدقات، وعدم الاستمتاع بالإجازات، وإحداث المراهقون متاعب بالأسرة، وانشغال الأسرة بولادة طفل جديد. وكثرة الضيوف بالمنزل، وتداخل الأدوار في الأسرة، والزواج مرة ثانية في الأسرة، وضعف العلاقات الزوجية مع الزوج أو الزوجة، وعدم الاستمتاع بإجازة الصيف، وعدم الاهتمام بإجازة نهاية الأسبوع، واختلاف الدين أو العقيدة داخل الأسرة، وعدم تبادل الحديث، وجود أحد الجدود بالمنزل، وضعف ميزانية الأسرة. أما فيما يتعلق بالضغوط الخارجية فهي كل الأحداث التي تقع بين النظام الأسري وبين البيئة المحيطة به مثل: التمويل المادي للأسرة والرواتب، ومشكلات العمل وعدم الرضا عن العمل، والإسراف في العطاء والتضحية. ومضايقات الجيران، والبطالة، والمخاوف من تلوث البيئة، وعدم الإشباع العاطفي في الأسرة، وعدم تنظيم الأنشطة الرياضية بالأسرة، وعدم الاهتمام بالأنشطة المنرسية، وعدم الاستقرار في عمل واحد. وأكد الباحثان على أهمية إرشاد الأسر التي تقع تحت وطأة للضغوط وتقديم الاستراتيجيات المناسبة حتى يتم التوافق مع هذه الضغوط.

وانطلاقاً من هذا التوجه قامت كيوران *Curran* (١٩٨٣): بدراسة تناولت "الأسر السعيدة *Healthy families*"، مستخدمة مجموعات مختلفة من المتخصصين والعلماء والباحثين في مجال الأسرة، طبقت عليها استبياناً تناول عدة تساؤلات حول أوجه القوة أو السمات التي تميز هذه الأسر، وقد توصلت إلى عدة خصائص هي: التواصل والتفاعل مع بعضهم البعض، والمساندة والتشجيع، وتعلم الاحترام المتبادل، وتنمية مشاعر الثقة، ومواجهة المواقف بالدعابة، وإظهار مشاعر

==الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعون==

المشاركة في المسئولية، وتعلم الحقوق والواجبات، والروابط القوية، والتوازن في العلاقات، والتدين، واحترام الخصوصية، واحترام القيم الفردية، والمحافظة على نظام الأسرة ووقتها، والمشاركة في قضاء وقت الفراغ، وطلب المساعدة من بعضهم البعض، واحترام كبار السن، واحترام القيم الشخصية، واحترام قيم العمل، والأمان الاقتصادي، والاهتمام بالأطفال في الأسرة.

تحديد المصطلحات :

١- الضغوط الأسرية :

تعرف الضغوط الأسرية بأنها "حالة يتعرض فيها الوالدين والأبناء لظروف أو مطالب تفرض عليهم نوعا من عدم التوافق، وعدم استقرار النظام الأسري، وكلما ازدادت تلك الظروف أو المطالب وطأة أو استمرت لفترات طويلة تزداد هذه الحالة خطورة (الباحثان).

٢- البرنامج الإرشادي :

هو برنامج يقوم على أسس علمية معتمداً على أسلوب العلاج المعرفي السلوكي، ويتضمن عدداً من الفنيات هي: أسلوب التحصين التدريجي، والتدريب على الاسترخاء، ومساعدة الذات - وتشمل تخطيط الهدف، الحزم واتخاذ القرارات وحل المشكلات - والمياريات الاجتماعية، بالإضافة إلى بعض الأنشطة المعرفية والاجتماعية (الباحثان).

الدراسات السابقة:

قامت الباحثتان بتصنيف الدراسات السابقة إلى ثلاثة أقسام هي: دراسات تناولت الضغوط الأسرية وعلاقتها ببعض المتغيرات بطريقة مباشرة وغير مباشرة، ودراسات تناولت الضغوط الأسرية وكيفية مواجهتها من قبل أصحابها، ودراسات تناولت البرامج والاستراتيجيات اللازمة لمواجهة أو التعامل مع الضغوط بصفة عامة والضغوط الأسرية بصفة خاصة.

أولاً: دراسات تناولت الضغوط الأسرية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية:

قام أحمد عكاشة (١٩٩٨) : بدراسة موضوعها "دراسة لبعض الضغوط النفسية والاجتماعية على عينة من المصريين وقارن نتائج دراسته بالنتائج التي توصل إليها هولمز وراه *Holmes & Rahe* على عينة أمريكية، وقد قامت الدراسة على أساس اختبار فرض هو أن الظاهرة النفسية والاجتماعية يمكن أن تقيم الأفراد عبر الثقافات. وأظهرت نتائج الدراسة أن الحياة الأسرية وتغير صحة أحد أفراد الأسرة تمثل موقفاً ضاعطاً بالنسبة للمصري عن الأمريكي، وأن التكيف لتغيرات وضغوط الحياة الزوجية أيسر في مصر عنها في أمريكا، كما تعتبر التغيرات في الظروف المعيشية أكثر صعوبة في العينة المصرية عن المسائل المادية والدخل كموقف ضاعط في أمريكا.

وقام جورجنسن وجونسون *Jorgensen & Johnson* (١٩٩٠) بدراسة بهدف التعرف على

الدور الوقائي لمتغيرات أخرى إلى جانب المساندة الاجتماعية في تقييم الآثار السلبية للضغط، حيث أجريت الدراسة علي عينة قوامها (١٤٧) من طلاب الجامعة بلغ متوسط متوسط أعمارهم ١٨ سنة، وطبق الباحثان قائمة إدراك أحداث الحياة، ومقياس مصدر الضغط، ومقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس مشاركة الآخرين مشاعرهم. وأظهرت النتائج أن المساندة الاجتماعية ومصدر الصبغ، ومشاركة الآخرين مشاعرهم هي بمثابة عوامل وقائية مخفضة من الآثار السلبية الناتجة عن التعرض لأحداث الحياة.

وقام كونجر وآخرون *Congor, et al.* (١٩٩٣) بدراسة تناولت "الضغط الاقتصادي الأسرية والتوافق لدي الفتيات المراهقات"، واستخدموا عينة قوامها (٢٢٠) فتاة في الصف السابع ممن يعشن بالريف. وأظهرت نتائج الدراسة أن الضغوط الاقتصادية تؤدي إلى الاكتئاب وارتباك الوالدين وظهور الصراعات والمشكلات الزوجية وانخفاض مهارات الوالدين، كما تتأثر سلوكيات ونفعيات كل من الأب والأم بالمشكلات المالية، كذلك تؤثر هذه الصعوبات المالية علي رعاية الأب والأم لأطفالهما مما يؤدي إلى تأخر في معدلات النمو في مرحلة المراهقة، كما اتضح أن الحالة المزاجية الاكتئابية والممارسات الوالدية السلبية تؤثران علي توافق الفتيات الشخصي والاجتماعي.

وقامت باتريشيا فرايزر وأخرى *Frazier, et al.* (١٩٩٤) بدراسة تناولت "أحداث الحياة الضاغطة والتوافق النفسي لدى الطالبات الجامعيات"، استخدمت عينة قوامها (٢٨٢) طالبة جامعية من تراوح أعمارهن ما بين ١٧-٥٢ عاماً من مختلف الجنسيات وتتصف أسرهن بمستويات اقتصادية مختلفة. ثم طبقنا عليهن أدوات لقياس أحداث الحياة الضاغطة والخبرات الجنسية والأعراض النفسية والمعتقدات الخاطئة. وأظهرت نتائج الدراسة أن ٢٧% من فتيات الدراسة قد تعرضن لحادث اغتصاب، وأن ٢٠% منهن قد خبرن وفاة أحد المقربين من أب أو أم أو صديق أو صديقة... وكذلك فشلت ٢٠% منهن في علاقاتهن، كما خبرت ٥% منهن علاقات عنف وقسوة، وخبرت ٥% أحداث انفصال الوالدين أو طلاقهما، وخبرت ٥% حملاً غير مرغوب به، وهي أضي الأحداث الضاغطة بالنسبة لأفراد العينة. وفيما يتعلق بالعلاقات بين مصادر الضغوط والتوافق، فقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقات ارتباطية دالة بين عدد من مصادر الضغوط وبين الأعراض النفسية للتوافق والمعتقدات الخاطئة حول الذات والآخرين. كما وجدت علاقات ارتباطية دالة بين تزايد الضغوط وتزايد الأعراض الخاصة بالعصابية والأفكار البارائوية حول الذات.

وقام تيلور *Taylor, R.* (١٩٩٦) بدراسة موضوعها "آثار الضغوط الاقتصادية والاجتماعية علي الوالدين يتوافق المراهقين في أسر أفريقية - أمريكية"، وذلك بهدف دراسة الضغوط

الأسرية الاقتصادية والاجتماعية وأثارها علي أنماط الوالدية وتوافق المراهقين في هذه الأسر وتضمنت الضغوط : ١-المستوي المنخفض اجتماعيا واقتصادياً، ٢-مستوي الدخل الأسري المنخفض. نتيجة للطلاق أو الطرد من العمل، أو مرض أحد أفراد الأسرة، ٣-عدم الاستقرار في العمل، وأظهرت النتائج أن الصعوبات الاقتصادية كان لها تأثيراً سلبياً علي الجوانب النفسية للأسرة ونوعية العلاقات الاجتماعية، كما أن المعيشة بجوار جيران يعانون من الضغوط من شأنه أن يسبب أيضاً ضغوطاً نفسية شديدة تؤدي إلى عدم القيام بالوالدية المناسبة والتي بالتالي تؤثر علي مستوى توافق المراهقين.

وقام عماد مخيمر (١٩٩٧) بدراسة موضوعها " الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدي الشباب الجامعي" ،حيث أشار إلى وجود متغيرات نفسية واجتماعية تساعد الأفراد علي الحفاظ علي صحتهم النفسية رغم تعرضهم للضغوط. وذلك علي عينة كلية قوامها (١٧١) من طلاب الجامعة ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين ١٩-٢٤ سنة، مستخدماً في ذلك عدة أدوات تضمنت: استبيان الصلابة النفسية،ومقياس الإمداد بالعلاقات الاجتماعية، ومقياس أحداث الحياة، ومقياس الاكتئاب. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وبين الاكتئاب لكل من الذكور والإناث، كما أظهرت النتائج أن المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية تلعب دوراً مخففاً من الأثر الناتج عن التعرض للضغوط.

وقام كاسترو وآخرون *Castello, E. et al* (١٩٩٨) بدراسة موضوعها "أحداث الحياة وضغوط ما بعد الصدمة : تطوير أداة قياسية جديدة للأطفال والمراهقين" ممن تتراوح أعمارهم ما بين ٩-١٧ عاماً حيث تبين أن هذه الأداة عبارة عن مقابلة تقيس أحداث الحياة وضغوط ما بعد الصدمة وفقاً لنموذج التقييم السيكايتيري للطفولة والمراهقة ويتم تطبيقها علي كل من الوالدين والطفل كل منهما منفصلاً عن الآخر، وقد تناولت الأداة : أسئلة حول أحداث الحياة ومدى تأثيرها، وأعراض ضغوط ما بعد الصدمة (صعوبة استدعاء الأحداث المؤلمة، التجنب ، التوتر ، والتيقظ الشديد)، وكذلك من حيث شدتها وبيدائها ومدى تكرارها واشتراك أعراض أخرى معها. وأظهرت نتائج تقنين الأداة صلاحيتها بالنسبة للأطفال والمراهقين.

وقامت سيلفيا ألفا *Alva, Sylvia* (١٩٩٩) بدراسة تناولت "الضغوط النفسية الاجتماعية والأعراض الداخلية والتحصيل الدراسي للمراهقين" ، بهدف التعرف علي العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وأعراض الضغوط الداخلية مثل القلق والاكتئاب والتحصيل المدرسي لدي عينة مكونة من (١٧١) طالباً بواقع ٨٣ من الإناث و ٨٨ من الذكور بالصف الثامن ممن تتراوح أعمارهم ما بين ١٤-١٦ عاماً. طبقت عليهم عدة استبيانات لتقييم الضغوط النفسية الاجتماعية والأعراض

الداخلية للضغوط والكفاءة الذاتية المدركة. وأظهرت النتائج وجود تأثير لأحداث الحياة الضاغطة والكفاءة المدركة علي درجات التحصيل المدرسي والأعراض الاكتئابية والقلق.

وقام باكستر وآخرون *Baxter, C.* (٢٠٠٠) بدراسة موضوعها "الضغوط الوالدية المؤثرة علي أفراد الأسرة سواء المعاقين ذهنيا أو غير المعاقين، دراسة طولية"، وذلك بهدف توضيح العلاقة بين القلق الوالدي والضغط الأسرية المؤثرة علي الطفل ذو الإعاقة العقلية بمرور الوقت، وذلك لمدة (٧) سبع سنوات، وأظهرت النتائج أن الضغوط الأسرية تزداد بوجود أحد أبنائها معاق عن الأسر التي لا يوجد أحد من أفرادها معاق، وأن الضغوط التي يشعر بها الطفل هي غالبا مؤشرا للضغوط الأسرية بصفة عامة، كما أظهرت النتائج أن الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية يسببون ضغوطا والدية أكثر من الأطفال الذين ليس لديهم أي إعاقات.

وقام لويس هولاند وآخرون *Howland, L et al.* (٢٠٠٠) بدراسة موضوعها "آثار أحداث الحياة السيئة علي إصابة الأطفال والشباب بعدوي مرض نقص المناعة"، حيث توصل الباحث إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة بين أحداث الحياة السلبية وتزايد الأمراض المعدية والحالات المرضية لدى الأطفال والشباب مثل مرض نقص المناعة ومرض الهميوفيليا إلى جانب الإصابة بالاضطرابات السلوكية والاجتماعية والنفسية والعقلية.

وقام دراجان ستانكفيتش *Stankovich, D.* (٢٠٠١) بدراسة تأثير انخفاض المستوي الاجتماعي الاقتصادي وضغوط الحياة الأسرية علي صحة الأطفال والشباب في استراليا، حيث أظهرت النتائج أن انتشار البطالة وعدم توفر العدالة الاجتماعية في توزيع الثروات يؤدي إلى ازدياد مشكلات الأطفال والشباب النفسية والجسمية، وازدياد نسبة الانتحار، واضطرابات الغذاء بينهم.

وقام ديوره وآخرون *Deborah, J.* (٢٠٠١) بدراسة موضوعها "تولد الضغوط وأثرها في التواصل الأسري: الأعراض الاكتئابية"، بهدف دراسة إدراك العلاقة بين الأسرة والضغوط ووضع تطبيقات من أجل توافق الأبناء المراهقين، والأعراض الاكتئابية للأمهات مع فحص العلاقة بين الأم والمراهق، وعلاقة الأسرة بالضغوط والأعراض الاكتئابية للأبناء. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة دالة بين الضغوط وتوافق الأبناء، حيث تبين أن الضغوط الأسرية كانت مؤشرا لعدم التوافق، وظهور الأعراض الاكتئابية لدي المراهقين.

وقامت كرستين والاس *Walace, L.J.* (٢٠٠١) بدراسة موضوعها "الضغوط، الضيق، مصادرهما، التأثير المشترك والمخفف أثناء فترة الانتقال من مرحلة المراهقة إلى الرشد"، حيث افترضت الدراسة وجود علاقة مشتركة بين أحداث الحياة الضاغطة والمؤثرات الانفعالية المتضمنة في استمرارية هذه الأحداث والضيق أو الغم، وذلك علي عينة قوامها (٥٢٦) من الأفراد البيض

==الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعون==

المقيمين في الريف. وأظهرت النتائج أن الأحداث الضاغطة كانت مؤشرا للضييق النفسي عند الأبناء في مرحلة المراهقة، ومؤشراً للأحداث الضاغطة في مرحلة الشباب المبكرة، كما أوضحت الدراسة أنه يمكن تخفيف الضغوط من خلال مفهوم الذات، والمساندة الاجتماعية.

وقام لاف *Love, D.* (٢٠٠٢) بدراسة تناولت دور المزاج أو الطبع في استجابات المراهقين للضغوط الأسرية، مستخدماً عينة قوامها (١٢٧) مراهقاً ووالديهم للتعرف على العلاقة بين الضغوط الأسرية وأداء المراهقين المدرسي، وقياس أثر الإرشاد على طباع المراهقين، حيث طبق عليهم بعض استبيانات حول إدراكات المراهقين وخبرات الوالدين عن الضغوط، كما تم تحليل تقارير المراهقين والوالدين حول خبراتهم لأشد الأحداث الأسرية وطأة على حياة المراهقين. وأظهرت نتائج الدراسة أن الضغوط الأسرية الخارجية مثل الضغوط الاقتصادية لا ترتبط بالأداء الأكاديمي للمراهقين، بينما ترتبط للضغوط الأسرية الداخلية مثل الخلافات الزوجية وإيمان المخدرات ارتباطاً دالاً بالأداء الأكاديمي للمراهقين، كما أوضحت أن طباع المراهقين وسماتهم الشخصية تلعب دوراً وسيطاً في العلاقة بين العلاقات الأسرية الداخلية وانخفاض مستوي أدائهم المدرسي حيث أظهر المراهقون من ذوي الطباع الاجتماعية تحصيلاً أفضل في ظل الضغوط... الأسرية الداخلية عن المراهقين من ذوي الطباع الانسحابية.

وقامت ترينا ديفي *Davi, T.* (٢٠٠٢) بدراسة تناولت "أثر المساندة الأسرية والمساندة الإرشادية والاندماج مع رفاق السوء في التنبؤ بالسلوك غير اللائق والمشكل لدى شباب المناطق العشوائية". وأظهرت النتائج أن شباب المناطق العشوائية يظهرون سلوكيات غير لائقة، أو انحرافاً سلوكياً بدرجة أكبر مقارنةً بشباب المناطق العادية بالمدينة، وارتبطت معدلات تكرار هذه السلوكيات بارتفاع معدلات الضغوط في الأسرة، خاصة العنف والعدوان بين الأخوة في المنزل، كما أظهر هؤلاء الشباب اندماجاً مع رفاق السوء. وأظهرت النتائج أيضاً أن دور الأمهات في المساندة يقلل من السلوك المنحرف لدى كل من الذكور والإناث. كما يلعب غياب الأب عن المنزل دوراً دالاً في التنبؤ بالسلوكيات المنحرفة لدى شباب المناطق العشوائية، وبالتحديد برفاق السوء في أنشطتهم وذلك بالنسبة للشباب دون الشبابات. كما أوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين المساندة الوالدية وحدث الإرشادات الأخلاقية من قبل كبار المسؤولين بالعائلة إلا أن هذه الإرشادات لا تعوض الوالدين عن تفصيلهم في إرشاد ومساندة أبنائهم. كما ترتبط المساندة الوالدية الضعيفة بزيادة مستوى الانحراف السلوكي لدى الأبناء.

وقامت باتريشيا برنان *Brennan, Patricia, et al.* (٢٠٠٢) بدراسة تناولت "الاكتئاب لدى الأمهات والأمراض النفسية لدى الآباء وأثر ذلك على المراهقين وإصابتهم بالأمراض"، مستخدماً في ذلك مجموعة من الأسر الأسترالية قوامها (٥٢٢) أسرة، بهدف فحص العلاقة بين اكتئاب الأم ومرض الأب النفسي وإصابة الأبناء المراهقين بالأمراض، وكذلك التعرف

علي ما إذا كانت الضغوط الأسرية المزمنة وتعبيرات الأب الانفعالية ومدى الإشباع الزوجي للوالدين يلعب كوامل وسيطة في العلاقة بين الأمراض النفسية للوالدين وأمراض أبنائهم المراهقين. وتم إدخال تعليم الأم وجنس الطفل ودخل الأسرة كوامل وسيطة أيضاً. وأظهرت نتائج الدراسة أن اكتئاب الأم واكتئاب الأب يؤثران علي اضطرابات الشباب السلوكية، بالإضافة إلى ذلك يتفاعل اكتئاب الأم مع كل من اكتئاب الأب وإيمان الأب للمخدرات في التنبؤ باكتئاب أبنائهم. كما تبين أن الضغوط الأسرية المزمنة وكيفية التعبير الانفعالي للأب (الغضب) يظهر كمتغير وسيط في العلاقة بين الأمراض النفسية للأب واكتئاب الشباب من أبناء الأسرة.

وقامت جيني لينون وآخرون *Leinonen, J. et al.* (٢٠٠٢) بدراسة المتغير الوسيط بين "الضائقة الاقتصادية ونوعية الوالدية" من خلال نموذج للضغوط الأسرية مستخدمة عينة قوامها (٥٢٧) أم وأب وأبنائهم. وأظهرت نتائج الدراسة أن المشقة أو الضائقة المالية تسبب ضغوطاً اقتصادية شديدة لكل من الوالدين. فبالنسبة للأباء ترتبط الضغوط العامة والخاصة بأعراض القلق والتفكك الاجتماعي، بينما تؤثر الضغوط الاقتصادية الخاصة سلباً علي صحة الأمهات وذلك عن طريق زيادة المزاج المكتئب وأعراض القلق. وارتبط قلق الآباء بالتفاعل الزوجي العدائي والذي أدركه كل من الآباء والأمهات بالمساندة الزوجية الضعيفة. كما ارتبط التفاعل الزوجي السلبي بالوالدية الضعيفة بالنسبة للآباء. وكذلك ارتبط قلق الآباء بما يقومون به من عقاب كأسلوب والذي، وارتبط التفكك الاجتماعي الأسري بعدم اندماج الآباء وسليبتهم، وانعكس اكتئاب الأمهات سلباً علي تسلط الأمهات، كما أشارت النتائج أن التفاعل الزوجي المساند غير العدائي يمكنه أن يخفف من التأثير السلبي للضائقة الاقتصادية.

وقام جرير فوكس وآخرون *Fox, Greer, et al.* (٢٠٠٢) بدراسة تناولت "الضغوط الاقتصادية والبدء بالعنف"، بهدف اختبار نظريات الضغوط الأسرية والنظريات الرئيسية وتأثير اقتصاديات الأسرة في العنف ضد المرأة. وطبقت استبيانات للحصول علي بيانات حول المكانة الوظيفية وظروف العمل ومستوي الرفاهية الاقتصادية لمجموعة الدراسة من السيدات والرجال. وأظهرت نتائج الدراسة أن العنف ضد المرأة يرتبط بأداء العمل، وعدم كفاية المصادر المالية في الوفاء باحتياجات الأسرة.

وقام كونجر وآخرون *Conger, R. et al.* (٢٠٠٢) بدراسة موضوعها الضغوط الاقتصادية في الأسر الإفريقية الأمريكية نموذج للضغوط الأسرية الممتدة، حيث استخدموا عينه قوامها (٤٢٢) أسرة مكونة من أب وأم وأولادهما ممن في سن ١٠-١١ عاماً من الأطفال الذكور والإناث، وطبق نموذج الضغوط الاقتصادية الأسرية عليهم في محاولة للتعرف علي تأثير الجوانب الاقتصادية علي نمو الأطفال من أفراد العينة. وأظهرت النتائج أن الضغوط الاقتصادية ترتبط

==الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون==

ارتباطا دالا بمشاعر الإحباط واليأس والضغوط النفسية للأباء والأمهات، كذلك تسهم في إحداث مشكلات فى التفاعل بين أفراد الأسرة، مما يؤدي إلى انخفاض مستوي الممارسات والوظائف الوالدية ومن ثم سوء التوافق الشخصي والاجتماعي لدي الأطفال والشباب في هذه الأسر، وظهور أعراض الأمراض النفسية لديهم.

وقام لوري ميتشك *Meschke, L* (٢٠٠٢) بدراسة تناولت "الحياة المنزلية السعيدة والسوية تساعد على إقلاع المراهقين عن التدخين وإيمان المسكرات" تحت رعاية جامعة منيسوتا - حيث أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة ٢٤% من أفراد العينة من طلاب المرحلة الثانوية يتغاطون المسكرات والكحوليات، و٢٥% منهم يدخنون. كما أظهرت النتائج أن هناك عدة متغيرات ترتبط ارتباطا إيجابيا ودالا بتعاطي الكحوليات والتدخين هي: ضغوط الأصدقاء والافتقار إلى الدعم والمساندة من قبل الأسرة. كذلك أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين خصائص الوالدين وعلاقتهم بالأبناء وأثر ذلك على تناول الكحوليات والتدخين لدى الأبناء. وتوصل الباحث إلى أن هناك عدة خصائص للأسرة القوية التي تساعد أبنائها على الإقلاع عن الإدمان والتدخين هي: ١- إدراك المشكلات والضغوط، وتقدير مدى خطورتها، ٢- اتخاذ قرارات من خلال المشاورات والأساليب الديمقراطية، ٣- مرونة الأسرة وانفتاحها على التغيير، ٤- تواصل أفراد الأسرة فيما بينهم وبينهم ومشاركة بعضهم البعض القيم والتقاليد، ٥- قضاء أوقات معا في الترفيه، ٦- وتواصل ومودة أفراد الأسرة مع غيرها من الأسر.

وقامت سارة جاكسون وآخرون *Jackson, Sara. et al* (٢٠٠٣) بدراسة تناولت "عوامل الحماية الأسرية والنواتج السلوكية: تقييم إدراك حوادث الحياة الأسرية"، بهدف التعرف على العلاقة بين أحداث الحياة الأسرية وعوامل الحماية الأسرية في التنبؤ بالنواتج السلوكية لعينة مكونة من (٢٦٠) طالبا وطالبة حيث طبق عليهم استبياننا لأحداث الحياة الأسرية وآخر لعوامل الحماية الأسرية الممكنة والذي تضمن ثلاثة أبعاد هي: العلاقات الأسرية، والنضج النفسي، واستمرارية نظام الأسرة ووظائفها. وأظهرت النتائج وجود تأثير إدراك أحداث الحياة الأسرية السلبية والإيجابية ووجهة الضبط الداخلية على النواتج السلوكية.

وقام هوارد وآخرون *Howard, J. et al* (٢٠٠٣) بدراسة تناولت "محاولات الانتحار لدى المذنبين الشباب" بهدف التعرف على تأثير إدمان المخدرات على الشباب، مستخدما عينة قوامها (٣٠٠) من الشباب. وأظهرت النتائج أن نسبة لا تقل عن ٢٣% من أفراد العينة قد حاولوا الانتحار، نتيجة لعدة أسباب هي: المشاعر السلبية، والوقوع ضحية لاعتداء عنف، والضغوط المنزلية وتعاطي المخدرات، أما العوامل الشخصية فكانت المزاج والضغوط النفسية.

وقامت آن ديد *Diede, Ann* (٢٠٠٤) بدراسة تناولت "أزمات الزيف بأمریکا منذ عام ١٩٨٠ وأثر الضغوط الاقتصادية على حياة شباب الريف وأسره". وأظهرت النتائج أن الضغوط

الاقتصادية تسبب العديد من المشكلات لدي الأطفال والشباب لأنها تحطم الكيان الأسري، كما وأن الخسارة المادية كمشكلة في حد ذاتها ليست ذات أهمية بالنسبة للأطفال والشباب ولكن الأهم هو آثار هذه الخسائر المادية على التفاعل الأسري ومهارات الوالدية وقيام الأسرة بوظائفها الأساسية الذي من شأنه أن يحطم البناء النفسي والاجتماعي للأبناء وتؤثر على سعادة الأسر وقدرتها علي الاستمرارية. كما أشارت النتائج إلى أن ازدياد الصراعات والخلافات الزوجية بسبب تدني مستوى المعيشة يؤدي إلى انخفاض نوعية مهارات الوالدية، حيث يصبح الوالدان أقل اندماجاً واهتماماً بالنظام الأسري، مما يؤثر على الأبناء من الأطفال والشباب ويضعهم علي حافة الهاوية من حيث تدني التحصيل المدرسي وسوء التوافق النفسي والاجتماعي ومن ثم الانحراف السلوكي.

ثانياً: بحوث ودراسات تناولت الضغوط الأسرية وأساليب مواجهتها أو التعامل معها :

قام جويس والكر *Walker, J.* (١٩٨٦) بدراسة الأسباب العامة لضغوط الشباب تحت إشراف جامعة مينسوتا والتي تتمثل في الآتي : فشل علاقة عاطفية ، وازدياد المشاجرات مع الوالدين، والمشاحنات مع الأخوة، وزيادة المشاجرات بين الوالدين، وانخفاض المستوي المعيشي والمكانة الاقتصادية للأسرة ، واضطراب العلاقات مع الأصدقاء. وتتركز هذه الأحداث في بعدين أساسيين في حياة الشباب هما: الأسرة ، والمدرسة أو الكلية. وتعكس الصراع والخسارة أو فقدان موضوعات هامة في حياتهم. وتتعدد أساليب الشباب لمواجهة ضغوط وأحداث الحياة منها: قيام بعض الشباب بتمارين الاسترخاء، ومحاولة حل المشكلة ، والبحث عن صداقات جديدة ، والبحث عن المساندة من قبل الآخرين الذين يتقون بهم ومثل هذه الحلول قد تكون مناسبة لشباب يحاولون الاستقلالية وتحمل مسؤولية أنفسهم بالبحث عن أصدقاء أو عن طريق الدعم الأسري . وكشفت هذه الدراسة أيضا عن أن سمات شخصية الشباب الذين يقعون تحت وطأة الشعور بالاكنتاب هي على الوجه التالي: سلوكيات اندفاعية، الشعور بمخاوف غير واقعية وسواس وسلوكيات عدوانية ومضادة للمجتمع، انسحاب وعزلة ، والشعور بالاغتراب، وضعف المهارات الاجتماعية، وضعف تقدير الذات، ولوم النفس وتدني صورة الذات والجسم ، وتدني مستوى التحصيل، ومشكلات في النوم والغذاء.

قام منكوبيين وآخرون *McCubbien, H et al.* (١٩٨٧) بدراسة كان من ضمن أهدافها التعرف علي مصادر الضغوط الأسرية لدي المراهقين واستراتيجياتهم لمواجهة هذه الضغوط، وعلاقة ذلك بالاضطرابات السلوكية الصحية مثل (تدخين السجائر، وتعاطي الكحوليات، وتدخين الماريجوانا)، حيث تم تطبيق بطارية من الأدوات والمقاييس علي مجموعة قوامها (٥٠٥) من الإناث اللاتي تتراوح أعمارهن ما بين ١٢-١٣ عاماً. وأظهرت النتائج أن مصادر الضغوط الأسرية تؤثر سلبياً علي المراهقات، كما يؤثر التنافس علي أسلوب حل المشكلة الأسرية، وأن كل

مصادر الضغوط الأسرية إذا عملت معاً تؤثر سلباً على استراتيجيات المواجهة مثل الصداقة والمساندة الاجتماعية كذلك تفاعل أساليب المواجهة يؤثر على بداية أو استمرارية هذه السلوكيات الصحية الخاطئة (كالتهخين، وتناول الكحوليات والماريجونان) والتي يمكن أن تعتبر من أساليب مواجهة المراهقات السلبية للاستجابة لمصادر الضغوط الأسرية.

وقام جريفت وآخ *Greffith, M. et al.* (١٩٩٣) بدراسة موضوعها "مواجهة المراهقون للضغوط الأسرية والمدرسية ومن قبل الرفاق"، وذلك على عينة كلية قوامها (٣٧٥) مراهقاً في التعليم الثانوي والجامعي في مجتمعات نصف ريفية، بهدف دراسة الفروق النمائية والفروق بين الجنسين في الاستراتيجيات التي يستخدمها المراهقون في مواجهة الضغوط العائلية والمدرسية وضغوط الرفاق، وأيضاً للتعرف على العلاقة بين هذه الاستراتيجيات ونتائجها، وقام الباحث بتقسيم الطلاب إلى ثلاث مجموعات عمرية في ثلاث أوقات منفصلة لكل نوع من أنواع الضغوط الثلاثة، والتي استخلصها المراهقون، كما رتب المراهقون أيضاً الضغوط حسب درجة معاناتهم منها، وإمكانية التحكم فيها. وأظهرت نتائج الدراسة أن المراهقين قد استخدموا استراتيجيات أكثر تجنباً عند مواجهة الضغوط الأسرية، بينما استخدموا استراتيجيات أكثر اقتراباً عند مواجهة الضغوط التي يكون مصدرها الرفاق، كما توصلت النتائج إلى أن استراتيجيات المواجهة تزداد لدى المراهقين من الصف السادس وحتى الصف الثاني عشر بالنسبة للضغوط الأسرية والمدرسية، بالإضافة إلى ذلك فقد استخدمت الإناث للمراهقات استراتيجيات أكثر اقتراباً وأكثر تجنباً في مواجهة كافة الضغوط، كما أشارت النتائج إلى أن استراتيجيات الاقتراب في المواجهة تنبئ بنتائج أفضل من استراتيجيات التجنب التي تؤدي إلى نتائج غير مفضلة.

وقام سيلفي تايلور *Taylor, S.* (١٩٩٦) بدراسة "أثر العوامل المرتبطة بالأم والأسرة على المشكلات السلوكية للأطفال الأفريقيين الأمريكيين المقيمين بالمناطق الحضرية الفقيرة"، بهدف تقييم تأثير هذه العوامل (سواء عوامل تهدد بالخطر أو عوامل حماية) على نتائج السلوك لدى أفراد العينة، مستخدماً عينة قوامها (٤٤١) طفلاً من الأطفال بالصف الثاني الابتدائي وأمهاتهم الذين اشتركوا في برنامج ثقافي لتدريب الأميات. وأظهرت النتائج أن الضغوط الأسرية الرئيسية والمزمنة المدركة من قبل الأميات قد ارتبطت ارتباطاً قوياً ودالاً بالسلوكيات السلبية للأطفال. كما أظهرت النتائج أن استراتيجيات المواجهة الفعالة مثل (محاولة الأسرة البحث عن مساعدة والحصول على المساندة الاجتماعية) تلتف من آثار الضغوط النفسية والاجتماعية للأميات، وأن الإناث من الأطفال يتأثرن بدرجة أكبر من الذكور وأنهن أكثر حساسية للضغوط النفسية الاجتماعية للأميات ولنمط الوالدية السلبية.

وقامت لوسيا يونج *Young, Lucia* (١٩٩٧) بدراسة تناولت "التأثير المختلف للوفاء الوالدية على ضغوط المراهقين كما تحدد بالمصادر الفردية والأسرية للمواجهة"، وذلك على أساس أن

وفاة الأب أو الأم يعتبر أكثر أحداث الحياة ضغطاً وكرباً بالنسبة للمراهقين، وأن التوافق مع متطلبات هذا الموقف والتغيرات الحياتية نتيجة للفقدان الوالدي يمكن تحقيقه من خلال استخدام وسائل للمواجهة فردية أو أسرية المصادر. وقد افترضت الدراسة وجود علاقات دالة بين درجة الضغط وبين كل من استخدام استراتيجيات مواجهة معينة، ومستويات تماسك الأسرة وتكيفها، ونمط التواصل بين الأبناء وأحد الوالدين الذي بقي علي قيد الحياة، مستخدمة في ذلك عينة قوامها (٧٠) مراهقاً من أسر فقدت أحد الوالدين. وأظهرت نتائج الدراسة أن التطفل والتجنب أكثر الوسائل المستخدمة للتغلب علي الضغوط، كما أوضحت النتائج أن تماسك الأسرة المتكيفة مع الضغوط تترك من قبل المراهقين علي أساس أنها نمط التوسط، وأن نمط تواصل المراهق مع أحد والديه يعتبر نمطاً مفتوحاً وإيجابياً، كذلك وجدت علاقة بين استراتيجيات المواجهة وبين تماسك الأسرة وتواصل المراهق مع أحد والديه والمدة الزمنية بعد الوفاة، وجنس المراهق، حيث يختار المراهق وفقاً لجنسه أسلوب المواجهة المناسب. كما أوضحت النتائج أن أكثر أنماط المواجهة والتعامل مع موقف الموت هو التجنب بالرغم من أن معظم الأساليب الأخرى تكون مباشرة ومنها أسلوب حل المشكلة. كما أشارت تقارير المراهقين أن أفضل أساليب التعامل مع ضغط موت أحد الوالدين هو تلقي المساعدة الاجتماعية والمساندة الأسرية ونصائح الأصدقاء.

وفي دراسة قامت بها جامعة منيسوتا تناولت ضغوط الشباب (١٩٩٧) مستخدمة عينة قوامها (٢٠٠٠) شاب وفتاة. وأظهرت نتائج الدراسة أن الشباب يواجهون معظم ضغوطهم ومشكلاتهم بالانطواء علي أنفسهم، أو ربما يتكلمون عنها مع أحد أصدقائهم أو مع أحد من الكبار، وقد يرجع السبب في تواصلهم مع الآخرين والتحدث إليهم إلى رغبتهم في تخفيف التوتر إلى أقصى حد ممكن، أو إلى إنكار هذا الضغط أو إلى تبرير لماذا حدث، وقد يرجع سبب لجونهم إلى الآخرين أيضاً إلى تجاهل والديهم لما يعانونه من ضغوط ومشكلات. وقد أشارت تحليلات نتائج استجابات الشباب حول مدى معاناتهم من الضغوط إلى أنهم يحاولون الانتحار نتيجة لتجاهل الكبار لهم ولصعوبة حل المشكلات والضغوط التي تواجههم (Pitze, R., ٢٠٠٤).

وقام برينتز وآخرون *Printz, B. et al.* (١٩٩٩) بدراسة تناولت "العوامل المخففة للصدمة والمرتبطة بأساليب مواجهة المراهقين لها"، بهدف الكشف عن العوامل الملطفة لتأثير الخبرات الصادمة المؤلمة على توافق المراهقين، مستخدماً عينة قوامها (١٢٢) طالباً بالصف التاسع والعاشر. وأظهرت نتائج الدراسة أن أساليب مواجهة ضغوط المراهقين تتركز في المساندة الاجتماعية وأسلوب حل المشكلة الاجتماعية. كما أن تأثير الأحداث الضاغطة على التوافق تخفف بمصادر المواجهة والتي تتضمن توليفة من قدرات حل المشكلة والمساندة الاجتماعية. كما أظهرت

النتائج وجود علاقات ارتباطية دالة بين أحداث الحياة الضاغطة والمساندة الاجتماعية وحل المشكلة وتوافق المراهقين.

وقام سكوت بلانكت وآخرون *Plunkett, S. et al.* (١٩٩٩) بدراسة تناولت "الأحداث الأسرية للضاغطة، وأساليب المواجهة الأسرية وتكيف المراهقين في الأسر الريفية"، مستخدما في ذلك مجموعة قوامها (٧٧) مراهقا ومراقبة للتعرف على العلاقة بين المتغيرات الديموجرافية والأحداث العائلية الضاغطة واستراتيجيات المواجهة الأسرية وتكيف المراهقين، وأظهرت النتائج أن سن المراقبة، والتقلبات الأسرية كانت ذات علاقة إيجابية دالة بالضغوط الشخصية، كما أظهر الذكور شعورا بالضغوط الأسرية أقل من الإناث. ووجدت علاقة ارتباطية سالبة بين البحث عن الدعم الديني وبين الضغوط الأسرية، كذلك أوضحت النتائج وجود تأثير دال لأزمات مشاكل الزراعة علي الضغوط الأسرية، وارتبط الدعم الأسري إيجابيا برضاء المراهقين عن الحياة الأسرية.

وقام ماجايا وآخرون *LetalMagay* (٢٠٠٥) بدراسة موضوعها الضغط واستراتيجيات المواجهة لدى المراهقين في زيمبابوي حيث يحتاج المراهقون الى اكتساب العديد من استراتيجيات المواجهة في ضوء المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والمتغيرات السياسية المتلاحقة.

وتهدف هذه الدراسة الى بحث استراتيجيات المواجهة لدى المراهقين في زيمبابوي والقائه الضوء على بعض مصادر الضغوط العامة التي يواجهونها والمتغيرات المؤثرة في هذه الضغوط ومدى المساندة الاجتماعية المقدمة واستخدام الباحثون مجموعة قوامها ١٠١ من التلاميذ الذين تتراوح اعمارهم فيما بين ١٧-١٩ عاما، حيث طبق عليهم ثلاثة ادوات هي: مقياس الضغوط المدرك، مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس مواجهة الضغط. وقد اسفرت النتائج ان افراد العينة يخبرون عدداً من الضغوط مصدرها العمل المدرسي والحياة والعلاقات الاجتماعية ومشكلات الانفاق المالي. و اظهرت النتائج ايضا وجود فروق احصائية دالة بين الذكور والاناث في ادراك الضغوط في اتجاه الاناث مقارنة بالذكور اظهرت النتائج ان المراهقين لا يتلقون المساندة الاجتماعية المرجوة من قبل المحيطين بهم، اما فيما يتعلق باساليب المواجهة المستخدمة فقد استخدم المراهقون الاستراتيجيات الانفعالية بدرجة اكثر تكرارا من استراتيجيات حل المشكلة.

ثالثا: بحوث ودراسات تناولت البرامج والاستراتيجيات اللازمة للتغلب على الضغوط بصفة عامة والضغوط الأسرية بصفة خاصة:

قامت درويس ماثيوس *Mathews, D.* (١٩٨٩) بدراسة موضوعها "العلاج الاسترخائي للشباب الريفي"، وذلك بهدف التوصل إلى نظرية علاجية ترشد إلى التدريب الاسترخائي في المجالات التربوية خاصة المدارس الريفية، فالشباب يخبرون كثيرا من أحداث الحياة الضاغطة والتي تتطلب مهارات مواجهة أو استرخاء، وقد تضمنت العوامل الأسرية المرتبطة بالضغوط:

عدم الاستقرار في الأسرة، والافتقار إلى نظام مساندة، وقيم التصادم والصراع، ومناقسة الأخوة، وحركة الأسرة الزائدة، وفي المدرسة ربما قد يخبر التلاميذ الضغوط الميزبطة بالإنجاز الأكاديمي أو بالعلاقات الاجتماعية. وأظهرت النتائج أن: للتدريب علي الاسترخاء يقلل المثيرات بالنسبة للأشخاص الأعلى قلنًا عن الأشخاص الأقل قلنًا، واستدعاء التلاميذ للاستجابات الاسترخائية كان أسهل من استدعائهم للمثيرات، وكانت كل التدريبات الفنية مناسبة مع الأساليب المعرفية وأكثر فاعلية مع التدريبات العملية. كما توصلت النتائج إلى أن التدريب الشخصي الذي يقوم به المدرب بنفسه أكثر فاعلية من البرنامج المسجل، كما أدى التدريب الاسترخائي إلى تحسن مهارة إدارة الذات لدي التلاميذ وخفض حالة القلق، وتحسن مهارات التفاعل الاجتماعي، وتحسن في مفهوم الذات، مما أدى إلى رفع مستوي الأداء التحصيلي والإنجاز.

وقام إلياس وفريدلاندر *Elias, M & Friedlander* (١٩٩٤) بدراسة تناولت برنامجا لاتخاذ القرار الاجتماعي وتنمية مهارات الحياة كإطار لتعزيز كفاءة التلاميذ الاجتماعية ومهارات الحياة ومنع العنف وإدمان المخدرات والمشكلات السلوكية المرتبطة بها، حيث أشارا في دراستهما إلى أن مواجهة الشباب اليوم للعديد من ضغوط الحياة ومنها الضغوط الأسرية تؤدي أحيانا إلى الاستقلال وأحيانا إلى مزيد من الإحباط. وتهدف الدراسة إلى مساعدة الأبناء من الشباب وأسرهم في تطوير مهارات التفكير النقدي عن طريق تعليمهم كيف يتصرفون بهدوء وكيف ينظمون أفكارهم عندما يواجهون أو يقعون تحت ضغط وكذلك العمل على زيادة إدراكهم الاجتماعي للموقف وتحديد معنى الأهداف الشخصية والاجتماعية وتقدير الاستجابات التبادلية للموقف وذلك كي يستطيعون تصميم استراتيجيات لتحقيق أهدافهم وزيادة قدرتهم على فهم واتخاذ القرارات الاجتماعية، وتتضمن هذه الاستراتيجيات برامج للشباب المعرضين للخطر وتلقي خدمات تعليمية لوقايتهم من العنف والإدمان والصراع الذي يؤدي إلى تدهور صحتهم الجسمية والنفسية.

وقدم قسم الزراعة الأمريكي *U.S Department of Agriculture* (١٩٩٥) مشروعاً بعنوان " بحث الولاية التعاوني التربوي الخدمي الممتد، *The cooperative State Rereaech Education, and Extension service (CSREES)*. وذلك بهدف تقديم نموذج تعليمي لتدعيم الأسر بتمويل من القسم الزراعي بالولايات المتحدة و٧٤ جامعة، وذلك لمساعدة الأسر علي تطوير المهارات التي تلبي احتياجاتهم وتوجيههم نحو زيادة دخلهم وتحسين مستواهم الاقتصادي بالريف أو المدن. والقاعدة التي يرتكز عليها هذا المشروع أن الأسرة أكثر الوحدات تأثيراً وكفاءة في بناء المجتمع، وأن التعليم يسهم في تقوية الأفراد والأسر من خلال ممارسات يمكن أن تؤدي إلى ازدياد كفاءتهم وتحسين نوعية الحياة. كما أن هذا المشروع يسهم في تطوير حياة الشباب واستمرارية نجاحهم حيث يستفيد منه حوالي خمسة ملايين شاب سنوياً، خاصة مع ازدياد معدل

البطالة وانخفاض المستوى الاجتماعي الاقتصادي وافتقار الأسر إلى المساندة والتأثير السلبي للرفاق، وذلك من خلال تحقيق ثمان حاجات تعليمية أساسية للشباب وهي: تقدير الذات، ومهارات تعليمية ومينية، والصحة واللياقة، والقراءة والتعليم التكنولوجي، والمساندة الوالدية ورعاية الطفل، واكتساب مهارات حل المشكلة واتخاذ القرار والعمل من أجل المستقبل. وتتبدى فاعلية هذه البرامج فيما تقدمه للأطفال والشباب من خلال تطوير مهاراتهم وقدراتهم، التي بدورها تسهم في تحسين نوعية الحياة، وشعورهم بالأمن والكفاءة والرضا ومشاركة الكبار في تحمل المسؤولية، إلى جانب أنها توفر المصادر والاستراتيجيات التي تدعم وتقوي الأسر عند مواجهتها لظروف وأزمات الحياة وبذلك ينهض المجتمع. بالإضافة إلى ذلك فقد صممت الشبكة القومية لمساندة وتقوية الأسر *National Network for Family Resiliency* بالتعاون مع الجامعات والبرامج المجتمعية لمواجهة الضغوط الاقتصادية والاجتماعية والإنسانية التي تواجه الأطفال والشباب والأسر من خلال الإنترنت.

وقام ميشيل لويس *Lewis, M.J.* (١٩٩٧) بدراسة برنامج لمساعدة الأفراد علي مواجهة ضغوط الحياة عن طريقة الفكاهة، وذلك علي عينة من المتطوعين مقسمة إلى ثلاث مجموعات صغيرة مكونة من (٢٢) فرداً من الذكور والإناث، وتكون البرنامج من خمس جلسات مدة كل جلسة ساعتين، أربع جلسات منها تضمنت تعلم مبني علي الإلقاء وعرض الخبرات، أما الجلسة الخامسة كانت مراجعة شاملة ومناقشة. وتم عمل توازن بين المعلومات ذات الاهتمام والتشويق، والتدريبات العملية. مثل تقمص الأدوار والتغذية الراجعة وتكليفات الواجب المنزلي. وتضمنت الجلسة الأولى: ترحيب عام. نظرة شاملة للبرنامج، طبيعة وخصائص وأسباب ونتائج الضغط سواء كان عقلي أو جسدي، رسالة الفكاهة، وارتباطها بالابتكارية، تدريبات علي التفكير الابتكاري، الدرس الأول في بناء الفكاهة: ابتكار استجابات بارعة لجمل محددة. وتضمنت الجلسة الثانية: مناقشة حرة حول المجالات الفكاهية والخبرات المكتسبة خلال الأسبوع الماضي، وتقديم تكليفات الواجب المنزلي، تاريخ مختصر للفكاهة والضحك، وتدريب في: تبادل الأدوار وذلك لرؤية وجهات النظر الأخرى، والدرس الثاني في بناء الفكاهة. وتضمنت الجلسة الثالثة: مناقشة حرة، وتقديم تدريبات الواجب المنزلي، ونظرة شاملة حول نظريات الفكاهة، وإيجاد مناخ يتسم بخفة دم تلقائية، والدرس الثالث في بناء الفكاهة (قواعد معينة حول تأليف النكتة)، تحضير كلام خفيف الدم، مع دمج الأساليب التي تم تعلمها. وتضمنت الجلسة الرابعة: تقديم تدريبات الواجب المنزلي، والدرس الرابع في بناء الفكاهة كان تدريبات الأدوار حيث يختار المشاركون إعاقه ما (قصر قامه، طول قامه، ساق خشبية) والقصص المسلية الموجودة في خبرات كل شخص، تليخيص للجلسات السابقة، ابتكار نكت باستخدام الأساليب التي تمت مناقشتها. وتضمنت الجلسة الخامسة: مراجعة علي أهداف ورشة العمل الفكاهية وماتم تناوله، مناقشة حول التوقعات الأساسية للمشاركين ومحققه، وكيف

المجلة المصرية للدراسات النفسية - العدد ٥٢ - المجلد السادس عشر - يوليو ٢٠٠٦ (٥٨)

يمكن تحسين وتطوير البرنامج، ثم تسجيل المناقشة علي شريط كاسيت لتحليل المحتوى بعد ذلك. وبعد تطبيق الجلسات تم تطبيق عدة أدوات تضمنت : مقياس الاستجابة الفعالة، ومقياس التوافق الفعالي ويشمل ٧ عناصر وصمم لقياس مدى استخدام الفعالة والأداة لمواجهة أحداث وضغوط الحياة، ومقياس مدى تكرار الفعالة لقياس مدى المجهود الذي يبذله الفرد لكي يكون لديه نوع من الدعاية. وأوضحت النتائج فاعلية البرنامج.

وقامت نانسي ريبسكي *Rybski, Nancy* (١٩٩٨) بدراسة تناولت تقييم برنامج للعلاج الأسري الجماعي لترويض عنف المراهقين الأسرى "بهدف تقييم مدى تأثير هذا البرنامج علي المراهقين والديه للحد من سلوكيات العنف داخل الأسرة. مستخدمة في ذلك مجموعة من المراهقين المذنبين والديه. وتضمن البرنامج فنيات لإدارة الغضب وتخفيف الضغوط ومهارات التواصل من خلال جلسات جماعية بواقع جلستين أسبوعياً مدة كل جلسة ساعتان لمدة شهرين. وقد تم تقييم نتائج البرنامج بإجابة أفراد العينة علي مقاييس تقدير ذاتية تناولت التصرفات التي تسبب الإساءة النفسية والبدنية بالنسبة للأبناء المراهقين وللوالدين كل منهما تجاه الآخر. وذلك قبل وبعد انتهاء البرنامج، كما قامت مجموعة من الأطباء النفسيين الإكلينكيين بتقييم الوظائف النفسية والاجتماعية قبل وبعد المعالجة أيضاً. وأظهرت النتائج فاعلية البرنامج، فقد نجح في الحد من مستوى العنف المتبادل داخل الأسر، وتحسين الوظائف النفسية والاجتماعية لهذه الأسر مقارنة بنتائج المجموعة الضابطة، إلا أن هذا البرنامج لم يقلل من مشاعر الغضب وكيفية السيطرة عليها لدي كل من والدين والشباب، لذا فقد أوصت الدراسة بضرورة استخدام أساليب أفضل لتعليم أفراد الأسرة التي يشع فيها العنف الأسري كيفية التعبير عن غضبهم وضغوطهم في برامج تالية.

وقامت نعيمة عبد الكريم (١٩٩٩) بدراسة موضوعها "الاستراتيجية الدينية والأحداث الضاغطة"، وذلك بهدف دراسة هذه الاستراتيجية من حيث قدرتها علي تخفيف وتلطيف الأحداث الضاغطة من خلال عوامل وسيطة مثل: إعادة البنية المعرفية، القدرة علي الضبط، المساندة الاجتماعية، والرضا عن الحياة، وذلك علي عينة من المرضى الذين يعانون من ضغط جراحة زراعة الكلي ومجموعة من الأقارب المقربين لهم، لمدة زمنية تراوحت ما بين ثلاثة أشهر حتي نهاية عام كامل بعد عملية الزرع. وأظهرت نتائج الدراسة فاعلية الاستراتيجية الدينية في التعامل مع مجموعة متنوعة من الظروف الضاغطة الخاصة بجراحة زراعة الكلي، كما أوضحت الدراسة أن الاستراتيجية الدينية لم ترتبط - فقط - بالتكيف الأفضل عند المرضى والأقارب، بل اتضح أنها تنبئ فعلياً بالتكيف المتصل بالموقف العام للضاغط.

وقام كل من كارين وجيفري *Karen, C. & Jeffrey, N.* (٢٠٠٠) بدراسة موضوعها "الضغوط الأسرية والوالدية وأثرها علي قصور الانتباه لدي الأطفال ذوي النشاط الزائد"، وذلك

الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون

يهدف علاج الضغوط الأسرية لدى الأطفال ذوي النشاط الزائد الذين يعانون من قصور الانتباه، حيث تضمنت الدراسة تأثير الوالدية السلبية على النتائج بعيدة المدى علي الأطفال الذين يعانون من قصور الانتباه، مستخدما في ذلك عدة أدوات تضمنت: استبيان لتقارير الوالدين، وتقدير الطفل، وبرنامج علاجي سلوكي متعدد الأوجه، واستراتيجية للإدارة أو لمواجهة هذا الاضطراب مواجهة علاجية. وأظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج المستخدم.

وأجري جان كوكس *Cox, Jane* (٢٠٠١) دراسة تناولت تأثير برنامج إرشادي موجبه للشباب وأسره، يهدف دراسة تأثير هذا البرنامج علي العلاقات الأسرية خاصة العلاقات بين الشباب ووالديهم وإخوانهم بعد تلقي البرنامج، وتأثيره أيضا علي وظائف الوالدين الأسرية، حيث استند هذا البرنامج علي نظرية نظم الأسرة ونموذج الضغوط الأسرية. وأظهرت النتائج فاعلية للبرنامج، حيث تحسنت علاقاتهم الأسرية، كما تحسن أداء الوظائف الوالدية والعلاقات الأخوية بنسبة ٧٥% من أفراد العينة.

وأجري كوزي *Causey* (٢٠٠٢) دراسة حول "الذهاب إلي العمل: والعوامل المؤثرة علي أداء العمل المدعم لدي الشباب المعرضين للخطر"، مشيرا إلي ما تعانيه الأسر وأطفالها في الحضر بأمريكا من انخفاض المستوي الاجتماعي الاقتصادي وارتفاع تكاليف السكن وعدم القدرة علي التدريب علي مهارات العمل، وذلك علي عينة مكونة من مجموعة من الشباب المعرضين للخطر ممن طردوا من المدرسة ويحتاجون إلي العمل بسبب انخفاض مستوي معيشتهم ويعانون من البطالة. كما أن بعض أفراد هذه العينة لديهم ملفات بالشرطة وتعيش أسره في مستوي سكني متدني، أي أنهم يعانون من عدة ضغوط أسرية، لذا فيم في حاجة ماسة إلي برنامج لمواجهة هذه الضغوط. ويهدف هذا البرنامج إلي مساعدة هؤلاء الشباب علي الاندماج في العمل بتوجيههم وتعليمهم مهارات العمل والالتحاق بأعمال مناسبة ومواجهة مشكلاتهم الاقتصادية والاجتماعية. وقبل بدء البرنامج طبق علي أفراد العينة استبيانات لجمع بيانات كافية عنهم، وعن خبراتهم، وتأثير أحداث الحياة الضاغطة عليهم، والأعمال التي يصلحون لها. وأظهرت نتائج الدراسة أن التحديات التي تواجه أفراد العينة من الشباب للحصول علي عمل ما تتضمن: عدم قدرتهم علي الاستيقاظ مبكرا، صعوبة الانتقالات والمواصلات العامة، وعدم القدرة علي الاستقلالية ومشكلات الأسرة والبيئة من حولهم، وخبراتهم الصادمة الماضية.

خلاصة وتعليق علي نتائج الدراسات السابقة:

بالنظر إلي الكم الكبير لمجموعة البحوث والدراسات السابقة الأجنبية في مجال الضغوط الأسرية، يتضح مدي أهمية هذا المجال علي المستوى العالمي، وعلى الرغم من أهمية ما تعكسه الضغوط الأسرية من آثار إيجابية أو سلبية، إلا أن الباحثين والدارسين علي مستوي الثقافة العربية لم يوجوا له الاهتمام الكافي وذلك سواء من حيث طبيعة الضغوط الأسرية في علاقتها ببعض

المتغيرات النفسية والاجتماعية أو الديموجرافية، أو من حيث البرامج والاستراتيجيات الخاصة بمواجهة هذه الضغوط أو التعامل معها للحد من الآثار الناجمة عنها ومحاولة تخفيف المعاناة النفسية عن أفراد الأسرة أو بعضهم.

وقد قامت الباحثتان في الدراسة الحالية بتصنيف البحوث والدراسات السابقة إلى عدة محاور: الأول: يتصل بالضغوط الأسرية في علاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية، والثاني يتضمن: الضغوط الأسرية وطرق مواجهتها داخل الأسر كما هي في الواقع، والثالث: يشمل البرامج والاستراتيجيات المستخدمة لمواجهة الضغوط الأسرية .

ففيما يتعلق بالمحور الأول: فقد أوضحت نتائج البحوث والدراسات أن الضغوط الأسرية قد ارتبطت إيجابا وسلبا بعدد من المتغيرات النفسية وعلي رأسها الاكتئاب والقلق والتوافق النفسي، والتحصيل الدراسي ، وأنه كلما انخفضت حدة الضغوط الأسرية ارتفع التوافق النفسي لدى أفراد الأسرة، أي أن للضغوط تأثيرا سلبيا علي التوافق النفسي للأسرة (كونجر وآخرون *Conger et al.*، ١٩٩٣؛ فرازير وآخرون *Frazier, P. et al.*، ١٩٩٤؛ عماد مخيمر، ١٩٩٧؛ سيلفيا الفلوا *Alva*، ١٩٩٩؛ ديببورة وآخرون *Deborah, J.etal*، ٢٠٠١؛ لاف *Love*، ٢٠٠٢؛ برنان وآخرون *Barnnanetal.*، ٢٠٠٢).

كما أشارت نتائج البحوث والدراسات السابقة إلى وجود علاقات ارتباطية دالة بين الضغوط الأسرية وظهور بعض الأمراض الجسمية لدى أفراد الأسرة التي تعاني ضغوطاً شديدة (أحمد عكاشة، ١٩٨١؛ هولاند وآخرون *Howland et al*، ٢٠٠٠).

كذلك وجود علاقات ارتباطية إيجابية بين الضغوط الأسرية وبعض المتغيرات والعوامل الاجتماعية التي تتضمن الطلاق وتعاطي المخدرات والتدخين ومحاولات الانتحار لدى الشباب في الأسر الواقعة تحت الضغوط المختلفة (عكاشة، ١٩٩٨؛ ريتشارد سون وآخرون *Richardson, et al*، ٢٠٠١؛ ميتشيك وآخرون *Meschke et al.*، ٢٠٠٢؛ هوارد وآخرون *Howard et al*، ٢٠٠٣)، مما يستدعي تقديم أوجه المساعدة للتخفيف من حدة هذه الضغوط (جورجسن وجونسون *Jorgeneson & Johnson*، ١٩٩٠).

كما أظهرت نتائج العديد من البحوث وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط الأسرية والضغوط الاقتصادية (كونجر وآخرون *Conger et al.*، ١٩٩٣، ٢٠٠٢؛ تيلور *Taylor, R*، ١٩٩٦؛ لينين وآخرون *Leinonnen*، ٢٠٠٢؛ فوكس وآخرون *Fox, G. et al.*، ٢٠٠٢؛ آن ديداد *Diede*، ٢٠٠٤)، فالضائقة المالية تسبب ضغوطا اقتصادية شديدة تؤثر علي نوعية الولادة والاستقرار الأسري والتوافق الشخصي والاجتماعي للأبناء. بالإضافة إلى ذلك تزيد الضغوط

==الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون==

الاقتصادية من مشاعر الإحباط واليأس لدي الآباء والأبناء وظهور أعراض الأمراض الجسمية والنفسية وارتفاع نسبة الانتحار.

وفيما يتعلق بنتائج البحوث والدراسات الخاصة بالمحور الثاني: فقد أشارت النتائج إلي وجود أسلوبان لمواجهة الضغوط: أولهما أن بعض الأبناء من الأطفال والشباب يواجهون الضغوط الأسرية بطريقة سلبية كتخزين السجائر وتعاطي المخدرات (ماكويين وآخرون، *McCubbien, et al.*، ١٩٨٧) وأسلوب التجنب (حسن مصطفى، ١٩٩٤؛ يونج *Young*، ١٩٩٧؛ رايد فورد *Riedford*، ١٩٩٨) وهو أسلوب يقلل الضغوط مؤقتاً. أما الأسلوب الثاني وهو مواجهة بعض الأطفال والشباب الضغوط الأسرية بأساليب إيجابية بناءة مثل الحصول علي مصادر المساندة الاجتماعية (تسايلور *Taylor*، ١٩٩٦، برينتر وآخرون *Printes, et al.*، ١٩٩٩؛ بلانكت وآخرون *Plunkett, et al.*، ١٩٩٩). كما أن بعض الأسر تواجه الضغوط بالدعم السديني، أو بقيام هذه الأسر بوظائفها علي أكمل وجه (ستشيدو وآخرون *Sheidow, et al.*، ٢٠٠١)، كما اتجهت بعض الأسر إلي أسلوب حل المشكلة الاجتماعية (برينتر *Printz et al.*، ١٩٩٩).

أما فيما يتعلق بالمحور الثالث والذي تناول البرامج والاستراتيجيات التي استخدمها الباحثون لعلاج الضغوط الأسرية وإيجاد سبل وطرق إيجابية علمية لحلها أو لمواجهتها والتقليل من وطأتها (ماتويوس وآخرون *Mathews, et al.*، ١٩٨٩؛ الياس وفريدلاندر *Elias, M. & Friedlandess*، ١٩٩٤؛ مشروع الولاية التعاوني التربوي الخدمي الممتد، ١٩٩٥، نانسي ريسكي *Rebski, N.*، ١٩٩٨؛ كوكس *Cox, J.*، ٢٠٠١، كوزي *Causey*، ٢٠٠٢)، فقد تناولت هذه البرامج أساليب وطرق إرشادية منها: أسلوب العلاج الأسري الجماعي، وأسلوب الاسترخاء لعلاج العنف الأسري المتبادل، وعلاج التوتر والقلق لدي الشباب والمراهقين، وأسلوب الفكاهة والمرح، وأسلوب التدريب علي اتخاذ القرار الاجتماعي الذي أفاد في تنمية المهارات الاجتماعية ومنع العنف والإدمان، وأسلوب تنمية مهارات التفكير النقدي، وأسلوب العلاج المعرفي السلوكي.

كما اهتمت بعض الدراسات بالشباب المعرضين للخطر (الذين يعانون من الضغوط الأسرية الاقتصادية والبطالة) من خلال دمجهم في برامج للتدريب علي مهارات العمل ومن ثم إلحاقهم بأعمال مناسبة لتلبية احتياجاتهم المعيشية واحتياجات أسرهم، كذلك اهتمت بعض الدراسات بتدريب الشباب علي مهارات حل المشكلة واتخاذ القرار (كوزي *Causey*، ٢٠٠٢).

ومن خلال تحليل نتائج الدراسات السابقة توصلت الباحثتان بعد الوقوف علي طبيعة هذه الدراسات إلي دراسة الضغوط الأسرية كما يدركها أبناء الأسرة من الجنسين في ثقافتين مختلفتين إلي حد ما وهما ثقافة الريف الحضر، وعلاقة ذلك بالمستوي الاجتماعي الاقتصادي للأسرة، وتحديد الاستراتيجيات الخاصة بمواجهة هذه الضغوط، والانتقاء إلي إعداد برنامج إرشادي للأبناء

من الجنسين الذين يعانون ضغوطا مرتفعة لتخفيف هذه الضغوط، وتمتية القدرة على مواجهتها والتعامل معها وصولا إلى درجة مرتفعة من التوافق ودرجة مناسبة من الصحة النفسية لديهم.

فروض الدراسة:

١- لا يوجد تأثير دال لكل من متغيرى الجنس (النوع) والمستوي الاجتماعي الاقتصادي (مرتفع /منخفض) ونمط الثقافة (ريف/حضر) والتفاعل بين كل متغيرين من هذه المتغيرات والتفاعل بينها جميعا على تباين الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان من حيث إدراكهم للضغوط الأسرية وذلك على المقاييس الفرعية الثلاث لمقياس للضغوط الأسرية المستخدم وذلك في القياس القبلي.

٢- لا يوجد تأثير دال لكل من متغيرى الجنس (النوع) والمستوي الاجتماعي الاقتصادي (مرتفع/منخفض) والمعالجة (البرنامج الإرشادي) والتفاعل بين كل متغيرين من هذه المتغيرات، والتفاعل بينها جميعا على تباين الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان من حيث إدراكهم للضغوط الأسرية وذلك على المقاييس الفرعية الثلاث لمقياس الضغوط الأسرية المستخدم وذلك في القياس البعدي.

٣- لا يوجد تأثير دال لكل من متغيرى الجنس (النوع) ونمط الثقافة (ريف/حضر) والمعالجة (البرنامج الإرشادي) والتفاعل بين كل متغيرين من هذه المتغيرات والتفاعل بينها جميعا على تباين الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان من حيث إدراكهم للضغوط الأسرية، وذلك على المقاييس الفرعية الثلاث لمقياس الضغوط الأسرية المستخدم فى القياس البعدي.

الطريقة والإجراءات:

أ- عينة البحث :

تكونت عينة البحث من مجموعتين أساسيتين : الأولى عينة التقنين (٣٠٠) طالبا وطالبة من طلاب الجامعة لتقنين مقياس الضغوط الأسرية، أما المجموعة الثانية فهي عينة البحث الأساسية وتتكون من (٤٠٠) طالبا وطالبة من طلاب الجامعة مقسمة على النحو التالي :

- ١- مجموعة مكونة من (٥٠) طالبا من طلاب الفرقة الثانية من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، ويمثلون المجموعة الحضرية ذو المستوى الاجتماعي الاقتصادي المرتفع.
- ٢- مجموعة مكونة من (٥٠) طالبة من طالبات الفرقة الثانية من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، ويمثلون المجموعة الحضرية ذو المستوى الاجتماعي الاقتصادي المرتفع.
- ٣- مجموعة مكونة من (٥٠) طالبا من طلاب الفرقة الثانية من طلاب كلية التربية النوعية جامعة المنوفية، ويمثلون المجموعة الريفية ذو المستوى الاجتماعي الاقتصادي المرتفع.

- ٤- مجموعة مكونة من (٥٠) طالبة من طالبات الفرقة الثانية من طلاب كلية التربية النوعية ، جامعة المنوفية، ويمثلون المجموعة الريفية ذو المستوى الاجتماعي الاقتصادي المرتفع.
 - ٥- مجموعة مكونة من (٥٠) طالبا من طلاب الفرقة الثانية من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، ويمثلون المجموعة الحضرية ذو المستوى الاجتماعي الاقتصادي المنخفض.
 - ٦- مجموعة مكونة من (٥٠) طالبة من طالبات الفرقة الثانية من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، ويمثلون المجموعة الحضرية ذو المستوى الاجتماعي الاقتصادي المنخفض.
 - ٧- مجموعة مكونة من (٥٠) طالبا من طلاب الفرقة الثانية من طلاب كلية التربية النوعية جامعة المنوفية، ويمثلون المجموعة الريفية ذو المستوى الاجتماعي الاقتصادي المنخفض.
 - ٨- مجموعة مكونة من (٥٠) طالبة من طالبات الفرقة الثانية من طلاب كلية التربية النوعية، جامعة المنوفية، ويمثلون المجموعة الريفية ذو المستوى الاجتماعي الاقتصادي المنخفض.
- ب- الأدوات المستخدمة في الدراسة :

١- مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة . إعداد: عبد العزيز الشخص (١٩٩٥).
أعد هذا المقياس عبد العزيز الشخص (١٩٩٥) معتمداً في تحديد المستوى الاجتماعي الاقتصادي علي أساس: بعد الوظيفة أو المهنة (تسع مستويات)، وبعد مستوي التعليم: (ثمان مستويات)، وبعد متوسط دخل الفرد في الشهر (سبع فئات)، ويقدر المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة المصرية بناء علي ثلاث متغيرات أساسية هي: متوسط دخل الفرد في الأسرة في الشهر، ومتوسط تعليم رب الأسرة، ووظيفة رب الأسرة.

٢- مقياس الضغوط الأسرية *Berkey & Hanson* (١٩٩١).
تقنين الباحثان قامت الباحثتان بتقنين هذا المقياس بعد أن تبين لهما عدم وجود أدوات لقياس هذا المتغير في البيئة العربية -في حدود علمهما- ويتكون هذا المقياس من ثلاثة مقاييس فرعية هي:
* المقياس الفرعي الأول: ويسمى "الضغوط المؤثرة على نظام الأسرة بصفة عامة" ويتكون من (٤٥) عبارة مقسمة على ثلاثة مقاييس فرعية هي:-

- أ- ضغوط بينشخصية بين أفراد الأسرة وتتضمن العبارات من (١-١١) أي (١١) عبارة.
- ب- ضغوط داخلية المنشأ في الأسرة (تفاعل بين أفراد الأسرة) وتتضمن العبارات من (١٢-٣٤) أي (٢٢) عبارة .
- ج- ضغوط خارجية المنشأ من البيئة المحيطة وتتضمن العبارات من (٣٥-٤٥) أي (١١) عبارة).

* المقياس الفرعي الثاني: ويسمى "الضغوط المؤثرة على نظام الأسرة بصفة خاصة" ويضم ثمان (٨) عبارات فقط بالإضافة إلى سزال يقدر بطريقة نوعية وليس كمية.

* أما المقياس الفرعي الثالث: فقد سمي قوة النظم الأسرية" وذلك بهدف قياس مدى قوة

النظم الأسرية. ويقاس قومي المواجهة أو استراتيجيات التدخل في مواجهة الضغوط التي تعاني منها الأسر من خلال بعض الأساليب ويتكون من (٢٠) عبارة.

المقياس في صورته العربية :

قامت الباحثتان بترجمة المقياس ذو الثلاثة أجزاء للاستخدام في تقدير الضغوط الأسرية عامة وخاصة تقدير مدى قوة النظام الأسري في مواجهة الضغوط كما يدرجها الشباب من الجنسين في البيئة المصرية، ولتقين المقياس تم تطبيقه على عينة مكونة من (٣٠٠) طالباً وطالبة من طلبة وطالبات الجامعة.

صدق المقياس:

اتبعت الباحثتان للتحقق من صدق الأداة أسلوب صدق البناء أو التكوين.

حيث استخدمت الباحثتان هذا الإجراء بالنسبة للمقاييس الفرعية الثلاث كالآتي: أولاً بالنسبة للمقياس الفرعي الأول: تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات المتضمنة في المقياس والدرجة الكلية للمقياس. وثانيهما: حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات المتضمنة في الأبعاد الرئيسة الثلاثة والدرجة الكلية للبعد. وبالنسبة للمقياس الفرعي الثاني: تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس. وبالنسبة للمقياس الفرعي الثالث: فقد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس.

وفيما يلي جداول (١، ٢، ٣، ٤) توضح ماتم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد.

جدول (١) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية

للمقياس الفرعي الأول من مقياس الضغوط المؤثرة علي الأسرة بصفة عامة.

رقم العبارة	معامل الارتباط	الدلالة	رقم العبارة	معامل الارتباط	الدلالة
١	٠,٥٦٦	٠,٠١	٢٢	٠,٤٧٣	٠,٠١
٢	٠,٤٠٣	٠,٠١	٢٣	٠,٤٤٣	٠,٠١
٣	٠,٣٣٦	٠,٠١	٢٤	٠,٣٢٢	٠,٠١
٤	٠,٥٣٩	٠,٠١	٢٥	٠,٣٦٦	٠,٠١
٥	٠,٥٢٦	٠,٠١	٢٦	٠,٤٥٥	٠,٠١
٦	٠,٠٤٠	غير دالة	٢٧	٠,٣٨٩	٠,٠١
٧	٠,٤٤٦	٠,٠١	٢٨	٠,٥٢٥	٠,٠١

رقم العبارة	معامل الارتباط	الدلالة	رقم العبارة	معامل الارتباط	الدلالة
٨	٠,٤٣٥	٠,٠١	٢٩	٠,٥١٣	٠,٠١
٩	٠,٣٠٠	٠,٠١	٣٠	٠,٣٩٨	٠,٠١
١٠	٠,٤٦٩	٠,٠١	٣١	٠,٤١٧	٠,٠١
١١	٠,٣٣٥	٠,٠١	٣٢	٠,٤٤٥	٠,٠١
١٢	٠,٤٣٤	٠,٠١	٣٣	٠,٢٥٦	٠,٠١
١٣	٠,٠٥٢-	غير دالة	٣٤	٠,٥١٩	٠,٠١
١٤	٠,٤٣٤	٠,٠١	٣٥	٠,٥٧٠	٠,٠١
١٥	٠,٣٩١	٠,٠١	٣٦	٠,٢٢٣	٠,٠١
١٦	٠,٤٥٥	٠,٠١	٣٧	٠,٣٢٦	٠,٠١
١٧	٠,٢٨٢	٠,٠١	٣٨	٠,٤٧٧	٠,٠١
١٨	٠,٣٦١	٠,٠١	٣٩	٠,٢٥٤	٠,٠١
١٩	٠,٤٧٧	٠,٠١	٤٠	٠,٥٥٦	٠,٠١
٢٠	٠,٤١٧	٠,٠١	٤١	٠,٦٤١	٠,٠١
٢١	٠,٥٥٨	٠,٠١	٤٢	٠,٣٣٥	٠,٠١
			٤٣	٠,٥١١	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق (١) إن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام فيما صمم من أجله، ماعدا عبارتين فقط وهما العبارة رقم (٦، ١٣) حيث كان معامل الارتباط لكل منهما (٠,٠٤٠)، (٠,٠٢٥) على الترتيب. ومن ثم يصبح عدد عبارات الجزء الأول من مقياس الضغوط الأسرية هو (٤١) عبارة بدلاً من (٤٣) عبارة.

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات المتضمنة في الأبعاد الرئيسية الثلاثة والدرجة الكلية للبعد بالنسبة للمقياس الفرعي الأول

رقم العبارة	معامل الارتباط	الدالة	رقم العبارة	معامل الارتباط	الدالة	رقم العبارة	معامل الارتباط	الدالة
١	٠,٦٥٦	٠,٠١	١٢	٠,٤٨٧	٠,٠١	٣٤	٠,٥٩١	٠,٠١
٢	٠,٥٠٠	٠,٠١	١٣	٠,٠٢٩	غير دالة	٣٥	٠,٦٢٢	٠,٠١
٣	٠,٤٢٤	٠,٠١	١٤	٠,٤٩٠	٠,٠١	٣٦	٠,٢٣٤	٠,٠١
٤	٠,٦٣٤	٠,٠١	١٥	٠,٤٥٣	٠,٠١	٣٧	٠,٤٦٧	٠,٠١
٥	٠,٥٦٨	٠,٠١	١٦	٠,٥١٧	٠,٠١	٣٨	٠,٦١٢	٠,٠١
٦	٠,١٣٩	٠,٠١	١٧	٠,٢٣٩	٠,٠١	٣٩	٠,٣٥٩	٠,٠١
٧	٠,٥٦٢	٠,٠١	١٨	٠,٣٧٢	٠,٠١	٤٠	٠,٥١٩	٠,٠١
٨	٠,٥٦١	٠,٠١	١٩	٠,٤٩٣	٠,٠١	٤١	٠,٦٢٢	٠,٠١
٩	٠,٤٧٤	٠,٠١	٢٠	٠,٤٥٩	٠,٠١	٤٢	٠,٣٨٤	٠,٠١
١٠	٠,٥٤٦	٠,٠١	٢١	٠,٥٣٣	٠,٠١	٤٣	٠,٥٨٨	٠,٠١
١١	٠,٣٨٧	٠,٠١	٢٢	٠,٥٢٣	٠,٠١			
			٢٣	٠,٤٥٣	٠,٠١			
			٢٤	٠,٢٤٦	٠,٠١			
			٢٥	٠,٣٥٢	٠,٠١			
			٢٦	٠,٤٨٣	٠,٠١			
			٢٧	٠,٢٦٠	٠,٠١			
			٢٨	٠,٥٠٣	٠,٠١			
			٢٩	٠,٥٥٠	٠,٠١			
			٣٠	٠,٤٧٤	٠,٠١			
			٣١	٠,٤٠٠	٠,٠١			
			٣٢	٠,٥٠٤	٠,٠١			
			٣٣	٠,٢٨٧	٠,٠١			

يتضح من الجدول السابق (٢) أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام فيما صمم من أجله ما عدا عبارة واحدة فقط هي رقم (١٣) حيث كانت قيمة معامل الارتباط (٠,٠٢٩) وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعون

جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الجزء الثاني من المقياس والدرجة الكلية للمقياس الضغوط المؤثرة على الأسرة بصفة خاصة "المقياس الفرعى الثانى"

رقم العبارة	معامل الارتباط	الدلالة
١	٠,٥١٨	٠,٠١
٢	٠,٦٠٩	٠,٠١
٣	٠,٥٩٤	٠,٠١
٤	٠,٤٤٣	٠,٠١
٥	٠,٦١٨	٠,٠١
٦	٠,٤١٩	٠,٠١
٧	٠,٤١٧	٠,٠١
٨	٠,٠١٤	غير دالة

يتضح من الجدول السابق (٣) أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام فيما صمم من أجله ما عدا عبارة واحدة فقط رقم (٨) التي لم تحظ بأي دلالة. ومن ثم يصبح عدد عبارات الجزء الثاني من مقياس الضغوط الأسرية (٧) عبارات فقط.

جدول (٤) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة

الكلية للمقياس بالنسبة للمقياس الفرعى الثالث وهو "قوة النظم الأسرية"

رقم العبارة	معامل الارتباط	الدلالة	رقم العبارة	معامل الارتباط	الدلالة
١	٠,٨١٧	٠,٠١	١١	٠,٦٢٨	٠,٠١
٢	٠,٦٣٥	٠,٠١	١٢	٠,٥١٢	٠,٠١
٣	٠,٥٦٢	٠,٠١	١٣	٠,٧٠٥	٠,٠١
٤	٠,٦٩٨	٠,٠١	١٤	٠,٥٣٨	٠,٠١
٥	٠,٢٨٣	٠,٠١	١٥	٠,٥٩٣	٠,٠١
٦	٠,٥٧٦	٠,٠١	١٦	٠,٥٢٩	٠,٠١
٧	٠,٦٥٦	٠,٠١	١٧	٠,٥٩٠	٠,٠١
٨	٠,٧١١	٠,٠١	١٨	٠,٥٠٤	٠,٠١
٩	٠,٦٠١	٠,٠١	١٩	٠,٢٨٢	٠,٠١
١٠	٠,٦٢٧	٠,٠١	٢٠	٠,٤٢٩	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق (٤) أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام فيما صمم من أجله.
ثبات المقياس:

تم حساب الثبات بعدة طرق هي :

* بالنسبة للجزء الأول من مقياس الضغوط الأسرية: كان معامل الارتباط بيرسون (٠,٧٥٥٢) قبل التعديل و (٠,٨٦٠٥) بعد التعديل. وكان معامل جوتمان للتجزئة النصفية (٠,٨٥٨٥) حيث كان معامل ألفا للنصف الأول (٠,٧٥٤٥) وكان معامل ألفا للنصف الثاني (٠,٧٩٧٢).
أما معامل الثبات بطريقة ألفا فكان (٠,٨٧٥٣) وجميعها معاملات دالة إحصائياً.
* بالنسبة للجزء الثاني من مقياس الضغوط الأسرية:-

فقد تم حساب الثبات بطريقة إعادة الإجراء على عينة مكونة من (١٠٠) طالب وطالبة، وكان معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني (٠,٧٦٤).

* بالنسبة للجزء الثالث من مقياس الضغوط الأسرية فقد تم استخدام معادلة سيرمان براون وكان معامل الارتباط = ٠,٧١٤٩ قبل التعديل و ٠,٨٣٣٧ بعد التعديل. وكان معامل التجزئة النصفية لجوتمان (٠,٨٢٩٠). وكان معامل ألفا للجزء الأول (٠,٨٣١٩)، معامل ألفا للجزء الثاني (٠,٧٧١٥). وكان الثبات بطريقة ألفا (٠,٨٨٣٣).

أما بالنسبة لتصحيح المقياس:-

- بالنسبة للجزء الأول من المقياس فإن الدرجة لكل عبارة تتراوح ما بين (١-٥) حيث تأخذ الاستجابة على " لا يوجد" درجة واحدة، والاستجابة على الخانة "قليلاً" درجتان وهكذا حتى الاستجابة على خانة "شديدة جداً" خمس درجات. ويتراوح مدى الدرجات ما بين (٤١ - ٢٠٥). والدرجة الكلية = درجة الفرد مقسوماً على ٤١ ومضروباً في واحد.

- أما بالنسبة لدرجة الفرد على الجزء الأول في المقياس الفرعي الأول يتضمن العبارات من (١-١٠). ودرجة الضغوط الشخصية أو النفسية داخل الأسرة = درجة الفرد مقسوماً على ١٠ ومضروباً في واحد.

- وبالنسبة للجزء الثاني يتضمن العبارات من (١١-٣٢)، وتحسب درجة الضغوط داخلية المنشأ في الأسرة = درجة الفرد مقسوماً على ٢٢ ومضروباً في واحد.

- وبالنسبة للجزء الثالث يتضمن العبارات من (٣٣-٤١)، وتحسب درجة الضغوط خارجية المنشأ في الأسرة = درجة الفرد مقسوماً على ٩ ومضروباً في واحد.

- وبالنسبة للمقياس الفرعي الثاني من مقياس الضغوط الأسرية فإن الدرجة لكل عبارة تتراوح ما بين (صفر - ٥) حيث تشير "صفر" إلى (لا إزعاج) إلى الأكثر إيجابية، أما الدرجة (٥) "

شديد جداً " تشير إلى الأكثر سلبية تعكس فيها الدرجة وتعتبر العبارة رقم ٦، ٤، ٧ عبارات سلبية تعكس فيها الدرجة وبذلك يتراوح مدى الدرجات من (٧-٣٥). وتصبح الدرجة الكلية للفرد على المقياس الفرعي الثاني = درجة الفرد مقسوماً على ٧ ومضروباً في واحد. أما بالنسبة للمقياس الفرعي الثالث والذي يقيس مدى أو درجة قوة النظام السري فإن درجة العبارة تتراوح ما بين (صفر - ٥) حيث يشير الدرجة "صقراً" إلى "عدم الاستخدام" أما الدرجة "د" فهي تشير إلى "استخدام دائم" وبذلك يتراوح مدى الدرجات من (٢٠ - ١٠٠). وبذلك يصبح درجة أو قوة النظام العائلي = درجة الفرد مقسوماً على ٢٠ ومضروباً في واحد.

٣- البرنامج الإرشادي إعداد: الباحثان أهداف البرنامج :

يهدف البرنامج إلى تحديد الضغوط الأسرية التي يدركها الأبناء في الريف والحضر وكيفية إدارة أو التعامل مع هذه الضغوط بطريقة سوية فعالة لصالح توافق الأبناء. ومن ثم أسرهم، ويتحقق من هذا الهدف عدة أهداف فرعية تتمثل فيما يلي:

- ١- أن يعرف الطالب والطالبة مفهوم الضغوط وأنواع الضغوط التي تتعرض لها الأسرة.
- ٢- أن يحدد الطلاب والطالبات الضغوط الأكثر شيوعاً بين أفراد أسرهم ودرجة تأثيرها بها.
- ٣- أن يتعرف الطلاب والطالبات على الأساليب المختلفة التي يتعامل بها الطلاب على الضغوط بصفة عامة والأسرية بصفة خاصة.
- ٤- تحديد الأساليب المناسبة للتعامل مع الضغوط والتدريب عليها.
- ٥- أن يكتسب طلاب والطالبات بعض الميادين الاجتماعية اللازمة للتعامل مع أفراد الأسرة ببعضهم البعض أثناء مرورهم بضغط ما والتدريب على ضبط النفس في المواقف التي تثير الانفعالات السلبية والغضب والثورة.
- ٦- إتاحة الفرص المتعددة الاجتماعية والترفيهية لتنفيس الطلاب والطالبات عن التوترات والصراعات بأسلوب مقبول اجتماعياً.
- ٧- تبصير الطلاب والطالبات الجامعيات بأهمية المساندة الاجتماعية والتماسك الأسري في مواجهة الضغوط التي تتعرض لها أسرهم.

محتوي البرنامج :

تعتمد جلسات البرنامج الإرشادي الحالي في جوهرها على مجموعة أنشطة مختلفة يقوم بها الطلبة والطالبات الجامعيات، وتستند هذه الأنشطة على أسس الإرشاد الأسري والإرشاد الجماعي والتحصين التدريجي واستخدام الفكاهة والاسترخاء حتى يتسنى للطلاب والطالبات ممن لديهم ضغوط أسرية الاستبصار بضغطهم الأسرية والتعامل معها والتخفيف من وطأتها حتى يتحقق لهم توافق نفسي واجتماعي من ناحية. وعنى توافق أسرهم من ناحية أخرى.

وقد قامت الباحثتان بترتيب فقرات البرنامج بحيث تم مراعاة التبادل والتنوع في تقديم الأنشطة واستخدام الفنيات بحيث لا يشعر الطلاب والطالبات بالملل والضيق وأن تقدم الأنشطة في أسلوب جذاب يجذب انتباههم ويحفزهم على القيام بها ويتضمن البرنامج الأنشطة التالية:

١- النشاط المعرفي:

يتم القيام بهذا النشاط خلال ثلاث جلسات حيث تقوم الباحثتان ومعاونيهما بإمداد الطلاب والطالبات أفراد العينة المستخدمة في البرنامج الإرشادي الحالي بالمعلومات والمعارف حول، حول الضغوط الأسرية وأنواعها كالضغوط الاقتصادية والاجتماعية والصحية، وتأثيرها على تماسك الأسرة في حالة عدم وجود أساليب لمواجهةها والتعامل معها، ومن ثم تعريف الطلاب والطالبات على مختلف الأساليب والطرق لمواجهة الضغوط بصفة عامة والضغوط الأسرية بصفة خاصة.

٢- النشاط الاجتماعي:

ويتم ممارسته من خلال ثلاث جلسات بهدف تدريب الطلاب والطالبات على بعض المهارات الاجتماعية - خاصة داخل أسرهم - حتى يصبحون أكثر قبولاً من قبل أفراد أسرهم، وذلك انطلاقاً من أن تنمية المهارات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي الأسري الإيجابي يعتبر أساساً لمساعدة الطلاب والطالبات في التوافق الأسري، ويعمل على انماجهم مع أسرهم، ويساعدهم على القيام بأدوار إيجابية في حل مشكلاتهم الأسرية فيقتنع آباءهم وأمهاتهم وإخوانهم بالحلول التي يطرحونها في إطار ودي اجتماعي دافئ.

ومما لا شك فيه أن القصور في المهارات الاجتماعية أثناء التفاعل الأسري يظهر لدى الطلاب في صورة سلوكيات عدوانية أو إنطوائية أو انسحاب من المنزل والاندماج مع مجموعة من الرفاق الذين قد يكونوا رفاق سوء. ولعل أهم مهارات التفاعل الاجتماعي الأسري التي وضعتها الباحثتان في البرنامج هي: ١- مهارة ضبط النفس: حيث يتعلم الطالب كيف يكف العدوان اللفظي، أو اللفظي كما يتعلم أن يكف الانسحاب أو الانطواء بعيداً عن مشكلات الأسرة ويتعلم الإيجابية من خلال بعض العبارات والسلوكيات التي يكررها بنفسه حين يشعر بهذه الميول. ٢- مهارة الحديث: وتضم بعض المهارات الفرعية مثل مهارة التعبير عن النفس، أي إخبار والديه وأخواته عن آرائه وأفكاره. ومهارة التساؤل: وتعني توجيه الأسئلة إلى الوالدين أو الأختة لكي يعرف أحوالهم وظروفهم حتى يكون الحوار ممتعاً شيء محبب له. ومهارة تقديم مقترحات وحلول جديدة وبديلة ومبتكرة من خلال التدريب على ذلك وطرح حل المشكلات في الأسرة. ٣- مهارة المشاركة الوجدانية: ويقصد بها تعاطف الطالب/الطالبة مع أفراد أسرته/أسرتها والإحساس بمشاعرهم ومساندتهم وقت الشدة ومشاركتهم كل أنشطتهم الأسرية.

٣- النشاط الرياضي:

ويتضمن عدة تمارين رياضية وتمارين على الاسترخاء حيث يتم تدريب الطلاب والطالبات عليها من خلال مدرب رياضي متخصص على مدار ثماني جلسات لإكسابهم مرونة عامة للجسم وتنمية التوازن والتنسيق الحركي لتخفيف حدة الآثار النفسية والفسيولوجية والنفسية للضغوط التي تواجه الطلاب والطالبات من أفراد العينة الذين يعانون من ضغط مشكلاتهم الأسرية.

٤- نشاط الانطلاق والفكاهة والمرح:

ويتم ممارسة هذه الأنشطة من خلال القيام بعدة رحلات ترفيهية يتخللها أجواء من المرح والفكاهة والغناء في الحدود المقبولة اجتماعياً وطلابياً، بهدف إشباع الحاجة إلى المتعة والدعابة والترفيه والضحك لإدخال البهجة والسرور على نفوس أفراد عينة البحث ، حيث أكد العديد من المعالجين النفسيين أن المرح والضحك أثناء العمليات الإرشادية والعلاجية أمر مستحسن لأنه يشكل جزءاً متكاملاً من الشخصية المتوازنة التي يمكننا معالجة مشكلات الحياة، كما أن الإحساس بالبهجة والسعادة المتولدة من الضحك والمرح أثناء الرحلات يساعد على التغلب على مشاعر الحزن والتوتر ومشاعر الإحباط التي تنتج من وطأة الضغوط النفسية الداخلية نتيجة الأحداث الأسرية الضاغطة والخلافات والصراعات بين أعضاء الأسرة، كما أن إتاحة الفرصة للترويح عن النفس وتنفيس الانفعالات المكبوتة في نفوس الشباب يعطي صورة مشرقة لأنشراح الصدر وتحقيق التوازن الانفعالي، كذلك تعبير الشاب والفتاة عما يعانونه من إحباطات من خلال الدعابة والفكاهة يساعد على الإفصاح عن النفس التي تؤكد رغبة الشاب في إقامة روابط مع زملائه من ناحية ومع أفراد أسرته من ناحية أخرى، خاصة إذا كانت هذه الرحلات والجلسات المرحية تشمل أفراد الأسرة.

٥- المناقشات الجماعية:

تعتبر المناقشة الجماعية أحد أساليب الإرشاد الجماعي التعليمي، ويقدم عنصر التعليم وإعادة التعليم دوراً أساسياً ورئيساً حيث يعتمد أساساً على إلقاء محاضرات سهلة على الطلاب ويوليها مناقشات يبدى فيها الطلاب والطالبات وجهات نظرهم وخبراتهم الواقعية حول الضغوط النفسية التي يعانون منها والضغوط الأسرية التي يعايشونها وكيفية حلها أو مواجهتها:

تنفيذ البرنامج الإرشادي

استغرق تنفيذ هذا البرنامج ستة أسابيع (٢٤ ساعة) تتضمن اثنتي عشرة جلسة، بواقع جلستين أسبوعياً ومدة كل جلسة حوالي ساعتان. وفيما يلي جدول يوضح التخطيط العام للبرنامج.

المجموعات	الأيام	موعد الجلسات	عدد الجلسات	المكان	مدة البرنامج	القائم بالإرشاد
المجموعة التجريبية بكلية التربية جامعة عين شمس	الأحد الخميس أو السبت والثلاثاء	من الساعة ١٠،٣ إلى الساعة ٢ أو من الساعة ١٣،٣ - ٥	٢٠ جلسة بها جلستان تدريب علي الاسترخاء والقيام برحلتين	قاعة بالكلية وصالة ألعاب حديقة الكلية	شهران ونصف	د.تهاني بمعاونة باحثة ومدرسة رياضية
المجموعة التجريبية بكلية التربية النوعية جامعة المنوفية	السبت الثلاثاء أو السبت والخميس	من الساعة ١ إلى الساعة ٢،٣ أو من الساعة ٣،٣٠ إلى	٢٠ جلسة بها جلستان تدريب علي الاسترخاء والقيام برحلة وحضور حفله	قاعة بالكلية وصالة ألعاب وحديقة الكلية وحجرة الرسم	شهران ونصف	د. أماني عبد المقصود بمعاونة باحثة ومدرسة رياضية.

الأسلوب الإحصائي المستخدم:

استخدمت الباحثان في الدراسة الحالية :

١- أسلوب تحليل التباين وفق النموذج (٢ × ٢ × ٢) حيث يعتبر الأسلوب الأمثل لتحديد مدى تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان في كل من المتغيرات التابعة موضع الاهتمام.

٢- اختبار (ت) للتحقق من وجهة الفروق بين كل مجموعتين من مجموعات الدراسة .

الخطوات الإجرائية للدراسة:

♦ قامت الباحثتان بعقد لقاءات مع الطلاب والطالبات المقيدين بالفرقة الثانية (بكلية التربية جامعة عين شمس ممثلة لمجتمع الطلاب الحضري) و(بكلية التربية النوعية جامعة المنوفية ممثلة لمجتمع الطلاب الريفي) في العام الدراسي ٢٠٠٢/٢٠٠٣ لتوضيح الهدف من الدراسة والبرنامج الإرشادي، وأهمية الضغوط الأسرية وتأثيرها السلبي علي التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب من الأبناء والأسر، وقد أبدى الكثير منهم الرغبة في المشاركة. ومن ثم قامت الباحثتان باتخاذ الخطوات الإجرائية التالية:

١- تطبيق مقياس المستوي الاجتماعي الاقتصادي للأسر المصرية على أفراد عينة الدراسة ، ثم تصحيح المقياس.

٢- اختيار مجموعتين فرعيتين من الطلاب الذكور الأعلى درجات في المستوي الاجتماعي الاقتصادي قوام كل منها (٥٠) خمسون طالباً من طلاب جامعة عين شمس (حضر) وجامعة المنوفية (ريف)، وتكرار نفس الخطوات مع الإناث.

٣- اختيار مجموعتين فرعيتين من الطلاب الذكور الأقل درجات في المستوى الاجتماعي الاقتصادي قوام كل مجموعة (٥٠) خمسون طالبا من جامعة عين شمس يمثلون الحضر، و(٥٠) خمسون طالبا من جامعة المنوفية يمثلون الريف. وتكرار نفس الخطوات في اختيار مجموعتين من الطالبات. وهكذا أصبح لدي الباحثان ثمان مجموعات فرعية قوام كل منهم (٥٠) خمسون طالب أو طالبة تتوزع بالتساوي ما بين المستوى الاجتماعي الاقتصادي المرتفع أو المنخفض بالريف أو بالحضر.

٤- قامت الباحثتان بتطبيق مقياس " الضغوط الأسرية " الذي يتضمن ثلاثة مقاييس فرعية علي المجموعات الثمان، ثم تصحيحه ورسد درجاته (كقياس قبلي).

٥- تطبيق البرنامج الإرشادي علي أفراد المجموعات التجريبية الأربع.

٦- تطبيق مقياس الضغوط الأسرية علي أفراد المجموعات الفرعية الثمان (كقياس بعدي).

٧- استخدام أسلوب تحليل التباين (٢×٢×٢) للتحقق من فروض البحث، وكذلك اختبار "ت" للتحقق من دلالة الفروق بين كل مجموعتين.

نتائج البحث وتفسيرها:

نتائج الفرض الأول وتفسيرها:

ينص الفرض الأول على أنه " لا يوجد تأثير دال لكل من متغيري الجنس (ذكور/إناث) والمستوي الاجتماعي الاقتصادي (مرتفع/منخفض)، ونمط الثقافة (ريف/حضر)، والتفاعل بين كل متغيرين من هذه المتغيرات والتفاعل بينها جميعا علي تباين الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان من حيث إزواكيد للضغوط الأسرية وذلك علي المقاييس الفرعية الثلاث لمقياس للضغوط الأسرية المستخدمة وذلك في القياس القبلي.

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثتان باستخدام أسلوب تحليل التباين (٢×٢×٢)، وفيما يلي ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد علي كل مقياس من المقاييس الفرعية لمقياس الضغوط الأسرية.

أولاً:- بالنسبة للمقياس الفرعي الأول * الضغوط المؤثرة على الأسرة بصفة عامة*.

جدول (٥) نتائج تحليل التباين (٢×٢×٢) للدرجات التي

حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان في القياس القبلي للمقياس

الفرعي الأول من مقياس الضغوط الأسرية * للضغوط الأسرية بصفة عامة *

مصدر التباين	مج المربعات	د.ح	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
الجنس (أ)	١٠٠١,٧٢	١	١٠٠١,٧٢	٢,٨٨٣	غير دالة
د.أ.ق (ب)	١٣٥٦٠,٦٠٢	١	١٣٥٦٠,٦٠٢	٣٩,٠٢٨	دالة عند ٠,٠١
نمط الثقافة (ج)	٤١٤,١٢٢	١	٤١٤,١٢٢	١,١٩٢	غير دالة
تفاعل أ×ب	١٣٥٦,٧٠٣	١	١٣٥٦,٧٠٣	٣,٦١٧	غير دالة
تفاعل أ×ج	٧٨,٣٢٣	١	٧٨,٣٢٣	٠,٢٢٥	غير دالة
تفاعل ب×ج	٨١,٩٠٣	١	٨١,٩٠٣	٠,٢٣٦	غير دالة
تفاعل أ×ب×ج	٢٢١٤,٩٩١	١	٢٢١٤,٩٩١	٦,٣٧٥	دالة عند ٠,٠٥
تباين الخطأ	١٣٦٥٥٢,٥٠١	٣٩٣	٣٤٧,٤٦		

يتضح من الجدول السابق (٥) أن أياً من النسب الفائية الخاصة بتأثير كل من الجنس، ونمط الثقافة (ريف/حضر)، والتفاعل بين كل من الجنس والمستوى الاجتماعي الاقتصادي، والتفاعل بين الجنس ونمط الثقافة، والتفاعل بين نمط الثقافة والمستوى الاجتماعي الاقتصادي على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان في المقياس الفرعي الأول لمقياس الضغوط الأسرية لم تصل إلي القيمة الحدية المطلوبة (٣,٨٧) لكي تصبح أي من هذه النسب دالة عند مستوي (٠,٠٥)، وهو الحد الأدنى الذي يمكن أن تقبله الباحثان بالنسبة لدلالة تأثير أي من هذه التأثيرات، حيث كانت قيم النسب الفائية الخاصة بكل من هذه التأثيرات تبلغ (٢,٨٨٣) (١,١٩٢)، (٣,٦١٧)، (٠,٢٢٥)، (٠,٢٣٦) على الترتيب. وتعني هذه النتائج ضعف تأثير كل من متغير الجنس، ونمط الثقافة على درجة إدراك طلبة وطلبات الجامعة للضغوط الأسرية، كما تعني كذلك ضعف تأثير التفاعل بين كل من متغيري الجنس والمستوى الاجتماعي الاقتصادي، والجنس ونمط الثقافة، ونمط الثقافة والمستوى الاجتماعي الاقتصادي على إدراك الطلبة والطلبات للضغوط الأسرية بصفة عامة.

كما يتضح من نفس الجدول أن قيمة النسبة الفائية الخاصة بتأثير متغير المستوى الاجتماعي الاقتصادي على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان على نفس المقياس بلغت (٣٩,٠٢٨)، وهي قيمة دالة عند مستوي (٠,٠١)، وهي نتيجة يمكن معينا القول بأن هناك فروقا

الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون

جوهرية بين المجموعات الفرعية الثمان في المقياس الفرعي الأول " الضغوط الأسرية بصفة عامة في القياس القبلي وذلك بالنسبة لمتغير المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة .
ومن ثم فقد قامت الباحثتان باستخدام اختبار "ت" لتحديد مدى دلالة الفروق بين المجموعات الفرعية المتضمنة في البحث، وتحديد وجية لكل من هذه الفروق، وفيما يلي جدول (٦) يوضح ما توصلت إليه الباحثتان من نتائج في هذا الصدد.

جدول (٦) نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها أفراد كل من المجموعات الفرعية في القياس القبلي للمقياس الفرعي الأول من مقياس الضغوط الأسرية

المجموعة	م. المتوسط		(ع) الانحراف المعياري		قيمة "ت"	دلالة الفروق	مستوى الدلالة
	مرتفع	منخفض	مرتفع	منخفض			
ذكور	٨٣,٠٨	٩١,١٨	١٦,٨٥٣	١٦,٤٤٤	٤,٨٥	دالة	٠,٠١
إناث	٨٢,٧	٩٧,٨٩	١٩,٠٢٦	٢١,٨٣٥	٧,٤١٠	دالة	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق (٦) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من ذكور وإناث المستوى الاجتماعي الاقتصادي المرتفع وذكور وإناث المستوى الاجتماعي الاقتصادي المنخفض في المقياس الفرعي الأول لمقياس الضغوط الأسرية، حيث كانت قيمة "ت" الخاصة بالمقارنة تبلغ (٤,٨٥) في حالة الذكور و(٧,٤١٠) في حالة الإناث وهي قيمة دالة عند مستوى (٠,٠١). وجاءت الفروق لصالح ذكور وإناث المستوى الاجتماعي الاقتصادي المنخفض.

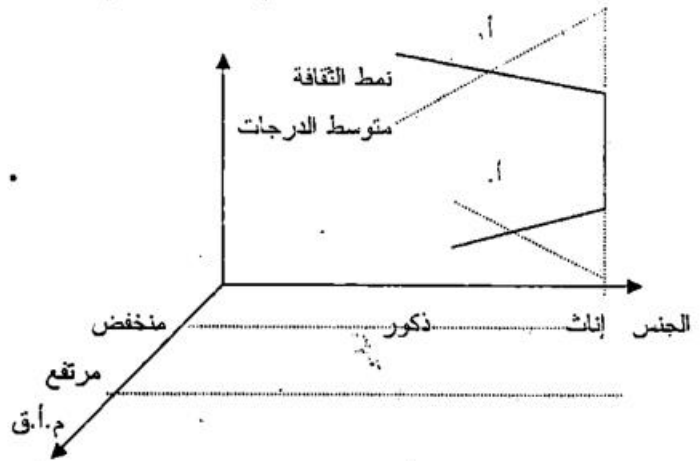
وتعني هذه النتائج أن كلا من الذكور والإناث ذوي المستوى الاجتماعي المنخفض أكثر إدراكا للضغوط الأسرية بصفة عامة عن الذكور والإناث ذوي المستوى الاجتماعي الاقتصادي المرتفع أي أن انخفاض المستوى الاجتماعي الاقتصادي يؤدي إلي إدراك أكثر للضغوط الأسرية.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج العديد من دراسات كل من (كونجر وآخرون Conger, etal, ١٩٩٣؛ تيلور Taylor, R. ١٩٩٦؛ ستانكفيتش Stankovich, ٢٠٠١؛ لينونز وآخرون Leinonnen et al, ٢٠٠٢؛ فوكس وآخرون Fox et al, ٢٠٠٢؛ كونجر وآخرون Conger et al, ٢٠٠٢؛ أرن ديدل Diedel, A, ٢٠٠٤).

كما يتضح من نتائج الجدول السابق (٥) أن قيمة النسبة الفائية الخاصة بتأثير التفاعل بين كل من متغير الجنس والمستوى الاجتماعي الاقتصادي ونمط الثقافة علي تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان بلغت (٦,٣٧٥) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) وهي تعبر عن دلالة تأثير التفاعل بين الجنس (النوع) والمستوى الاجتماعي الاقتصادي ونمط الثقافة علي درجة إدراك الطلبة والطالبات للضغوط المؤثرة علي الأسرة بصفة عامة.

وفيما يلي شكل (١) يوضح التمثيل البياني لتأثير التفاعل بين الجنس (ذكور / إناث) والمستوي الاجتماعي الاقتصادي، ونمط الثقافة علي تباين درجات المجموعات الفرعية علي المقياس الفرعي الأول للضغوط الأسرية.

شكل (١) التمثيل البياني لطبيعة التفاعل بين الجنس / المستوى الاجتماعي الاقتصادي / نمط الثقافة بالنسبة لدرجات الطلبة والطالبات علي المقياس الفرعي الأول لمقياس الضغوط الأسرية



يتضح من الشكل السابق أن الخططين أ، أ، غير متوازيين، وهذان الخطان يمثلان المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان علي المقياس الفرعي الأول من مقياس الضغوط الأسرية في حالة نوع الجنس (ذكور/ إناث) والمستوي الاجتماعي الاقتصادي (مرتفع /منخفض)، ونمط الثقافة (ريف/حضر). ويعبر عن توازي هذين الخطين عن دلالة تأثير التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي ونمط الثقافة علي تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان علي المقياس الفرعي الأول من مقياس الضغوط الأسرية المتبخدم.

ثانياً :- بالنسبة للمقياس الفرعي الثاني " الضغوط الأسرية بصفة خاصة "

فيما يلي جدول (٧) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد :

جدول (٧) نتائج تحليل التباين (٢×٢×٢) للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان في القياس القبلي للمقياس الفرعي الثاني "الضغوط الأسرية بصفة خاصة" لمقياس الضغوط الأسرية المستخدم

مصدر التباين	مج المربعات	ح.د	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
الجنس (أ)	١٠,٢٤	١	١٠,٢٤	٠,٥٦٩	غير دالة
م.أق (ب)	١٦١,٢٩	١	١٦١,٢٩	٨,٩٥٨	دالة ٠,٠١
نمط الثقافة (ج)	٣٨,٤٤	١	٣٨,٤٤	٢,١٣٥	غير دالة
تفاعل أ×ب	٢٢,٠٩	١	٢٢,٠٩	١,٢٢٧	غير دالة
تفاعل أ×ج	١٧,٦٤	١	١٧,٦٤	٠,٩٨٠	غير دالة
تفاعل ب×ج	٢,٨٩	١	٢,٨٩	٠,١٦١	غير دالة
تفاعل أ×ب×ج	٩٠,٢٣	١	٩٠,٢٣	٥,٠١١	دالة ٠,٠٥
تباين الخطأ	٧٠٢٩,٨	٣٩٣	١٨,٠٠٥		

يتضح من الجدول السابق (٧) أن أياً من النسب الفائية الخاصة بتأثير كل من الجنس (ذكور/إناث)، ونمط الثقافة (ريف/حضر)، والتفاعل بين كل من الجنس والمستوى الاجتماعي الاقتصادي، والتفاعل بين الجنس ونمط الثقافة، والتفاعل بين نمط الثقافة والمستوى الاجتماعي الاقتصادي على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان في المقياس الفرعي الثاني لمقياس الضغوط الأسرية لم تصل إلى القيمة الحدية المطلوبة (٣,٨٧) لكي تصبح أي من هذه النسب دالة عند مستوي (٠,٠٥)، وهو الحد الأدنى الذي يمكن أن تقبله الباحثان بالنسبة لدلالة تأثير أي من هذه التأثيرات، حيث بلغت قيم النسب الفائية الخاصة بكل من هذه التأثيرات (٠,٥٦٩)، (٢,١٣٥)، (١,٢٢٧)، (٠,٩٨٠)، (٠,١٦١) على الترتيب. وتعني هذه النتائج ضعف تأثير كل من هذه المتغيرات على درجة إدراك طلبة وطلبات الجامعة للضغوط الأسرية بصفة خاصة، كما تعني كذلك ضعف تأثير التفاعل بين كل من متغيري الجنس والمستوى الاجتماعي الاقتصادي، والجنس ونمط الثقافة، ونمط الثقافة والمستوى الاجتماعي الاقتصادي على إدراك الطلبة والطلبات للضغوط الأسرية بصفة خاصة.

كما يتضح من نفس الجدول أن قيمة النسبة الفائية الخاصة بتأثير المستوى الاجتماعي الاقتصادي على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية في المقياس الفرعي الثاني بلغت (٨,٩٥٨) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي (٠,٠١). وهي نتيجة يمكن معنا القول بأن هناك فروقاً جوهرية بين المجموعات الفرعية الثمان على المقياس الفرعي الثاني "الضغوط الأسرية بصفة خاصة" من حيث المستوى الاجتماعي الاقتصادي في القياس القبلي.

ومن ثم فقد قامت الباحثتان باستخدام اختبار "ت" لتحديد مدى دلالة الفروق بين المجموعات الفرعية الثمان المنتمضة في البحث، وتحديد وجهة لكل من هذه الفروق، وفيما يلي جدول (٨) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد.

جدول (٨) نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها أفراد كل من المجموعات الفرعية في القياس القبلي للمقياس الفرعي الثاني من اختبارات الضغوط الأسرية

المجموعة	المتوسط (م)		الانحراف المعياري(ع)		قيمة "ت"	دلالة الفروق	مستوى الدلالة
	مرتفع	منخفض	مرتفع	منخفض			
ذكور	١٩,٧٦	١٩,٩	٤,١٥٩	٤,١٢٣	٠,٣٣٧	غير دالة	
إناث	١٨,٩٧	٢٠,٧١	٤,٨١٩	٤,١١٥	٨,٦١٤	دالة	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق (٨) عدم وجود فروق دالة بين متوسطات درجات كل من ذكور وإناث المستوى الاجتماعي المرتفع والمنخفض، حيث كانت قيمة "ت" الخاصة بالمقارنة (٠,٣٣٧). وتعني هذه النتيجة أن ذكور المستوى الاجتماعي الاقتصادي المرتفع وذكور المستوى الاجتماعي الاقتصادي المنخفض يدركون الضغوط الأسرية بصورة مشابهة وبدرجة متساوية .

في حين يتضح من نفس الجدول وجود فروق دالة بين متوسطات درجات كل من إناث المستوى الاجتماعي الاقتصادي المرتفع وإناث المستوى الاجتماعي الاقتصادي المنخفض، حيث كانت قيمة "ت" الخاصة بالمقارنة (٨,٦١٤)، وهي قيمة دالة عند مستوي (٠,٠١) وجاءت هذه الفروق لصالح إناث المستوى الاجتماعي الاقتصادي المنخفض. وتعني هذه النتيجة أن الإناث ذات المستوى الاجتماعي المنخفض تترك الضغوط الأسرية بدرجة أكبر من إناث ذوات المستوى الاجتماعي الاقتصادي المرتفع.

كما يتضح من نتائج الجدول السابق (٧) أن قيمة النسبة الفئوية الخاصة بتأثير التفاعل بين كل من متغير الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي ونمط الثقافة علي تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان قد بلغت (٥,٠١٤) ، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي (٠,٠٥)، وهي تعبر عن دلالة تأثير التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي، ونمط الثقافة علي درجة إدراك الطلبة والطالبات للضغوط المؤثرة علي الأسرة بصفة خاصة.

وفيما يلي شكل (٢) يوضح التمثيل البياني لتأثير التفاعل بين الجنس (ذكور / إناث) والمستوي الاجتماعي الاقتصادي ، ونمط الثقافة علي تباين درجات المجموعات الفرعية علي المقياس الفرعي الثاني للضغوط الأسرية .

== الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون ==

شكل (٢) التمثيل البياني لطبيعة التفاعل بين الجنس / المستوي الاجتماعي الاقتصادي / نمط الثقافة بالنسبة لدرجات الطلبة والطالبات على المقياس الفرعي الثاني. لمقياس الضغوط الأسرية



يتضح من الشكل السابق أن الخطيين أ ، أ ، غير متوازيين ، وهذان الخطان يمثلان المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان في حالة الجنس (ذكور/ إناث) ، والمستوي الاجتماعي الاقتصادي (مرتفع/منخفض) ، ونوعي نمط الثقافة (ريف/ حضر) . ويعبر عن عدم توازي هذين الخطيين عن دلالة تأثير التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي ونمط الثقافة على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان على المقياس الفرعي الثاني من مقياس الضغوط الأسرية المستخدم .

ثالثاً :- بالنسبة للمقياس الفرعي الثالث " قوة النظام الأسري " :

فيما يلي جدول (٩) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد:

جدول (٩) نتائج تحليل التباين (٢×٢×٢) للدرجات التي حصل عليها

أفراد المجموعات الفرعية الثمان في القياس القبلي للمقياس الفرعي الثالث

" قوة النظام الأسري " من مقياس الضغوط الأسرية المستخدم

مصدر التباين	مج المربعات	د.ح	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي دلالة
الجنس (أ)	٠,٢٥	١	٠,٢٥	٠,٠٠١٢٩	غير دالة
م.أ.ق. (ب)	١١,٥٦	١	١١,٥٦	٠,٠٥٩٨	غير دالة
نمط الثقافة (ج)	٧٧,٤٤	١	٧٧,٤٤	٠,٤٠١	غير دالة
تفاعل أ×ب	٤٥٤٤,٤٤	١	٤٥٤٤,٤٤	٢٣,٥١	دالة عند ٠,٠١
تفاعل أ×ج	٧,٢٩	١	٧,٢٩	٠,٠٣٨	غير دالة

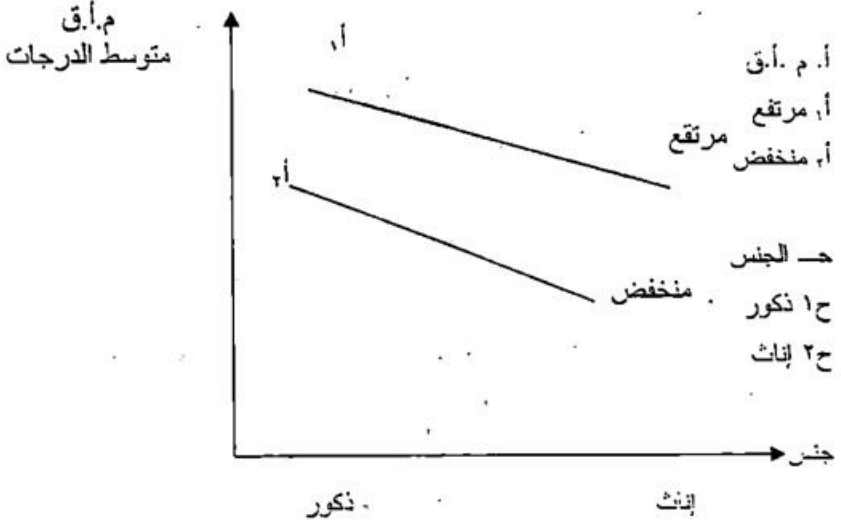
مصدر التباين	مج المربعات	د.ح	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
تفاعل ب×ج	١٧٣٠,٥٦	١	١٧٣٠,٥٦	٠,٨٩٨	غير دالة
تفاعل أ×ب×ج	٦٨٩٤,٣٥	١	٦٨٩٤,٣٥	٣٥,٦٦٧	دالة عند ٠,٠١
تباين الخطأ	٧٥٩٦٤,٨١	٣٩٣	١٩٣,٢٩٦		

يتضح من الجدول السابق (٩) أن أياً من النسب الفائية الخاصة بتأثير كل من الجنس (ذكور/إناث)، والمستوي الاجتماعي الاقتصادي، ونمط الثقافة (ريف/حضر)، والتفاعل بين كل من الجنس والمستوي الاقتصادي، والتفاعل بين الجنس ونمط الثقافة، والتفاعل بين نمط الثقافة والمستوي الاجتماعي الاقتصادي على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان لم تصل إلى القيمة الحدية المطلوبة (٣,٨٧) لكي تصبح أي من هذه النسب دالة عند مستوي (٠,٠٥)، حيث بلغت قيم النسب الفائية الخاصة بكل من هذه التباينات (٠,٠٠١٢٩)، (٠,٠٥٩٨)، (٠,٤٠١)، (٠,٠٣٨)، (٠,٨٩٨)، على الترتيب، وهي تعني هذه النتائج ضعف تأثير كل من هذه المتغيرات السابقة على درجة إدراك طلبة وطالبات الجامعة للضغوط الأسرية.

كما يتضح من نفس الجدول أن قيمة النسبة الفائية الخاصة بتأثير التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي قد بلغت (٢٣,٥١) وهي قيمة دالة عند مستوي (٠,٠١)، وهي تعني دلالة تأثير التفاعل بين الجنس (ذكور/إناث) والمستوي الاجتماعي الاقتصادي (مرتفع/منخفض) على درجة إدراكهم " للضغوط الأسرية المؤثرة على قوة النظام الأسري.

وفيما يلي شكل (٣) يوضح التمثيل البياني لتأثير التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية على المقياس الفرعي الثالث للضغوط الأسرية وهو قوة النظام الأسري.

شكل (٣) التمثيل البياني لطبيعة التفاعل بين متغيري الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي بالنسبة لدرجات أفراد المجموعات الفرعية على المقياس الفرعي الثالث الخاص " بقوة النظام الأسري "



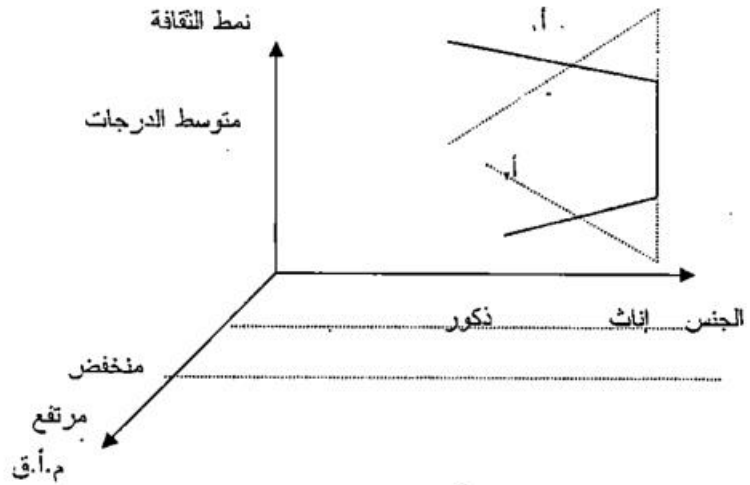
يتضح من الشكل السابقة أن الخطيين أ١ ، أ٢ غير متوازيين ، وهما يمثلان المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعات الفرعية للثمان على المقياس الفرعي الثالث الخاص بقوة النظام الأسري .

ويري إدواردز *Edwards* (١٩٧٥) في تفسير هذه الأشكال البيانية أن تأثير التفاعل يعتبر غير موجود في حالة توازي الخطيين أ١ ، أ٢ تماما ، بينما يعتبر هذا التأثير غير دلالي إحصائيا في حالة اقتراب الخطيين أ١ ، أ٢ من التوازي الكامل (ص ٢١٢) ، ويعبر عن توازي هذين الخطيين عن دلالة تأثير التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية للثمان على المقياس الفرعي الثالث " قوة النظام الأسري " .

كما يتضح من الجدول السابق (٩) أن قيمة النسبة الفائية الخاصة بتأثير كل من التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي ونمط الثقافة على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية للثمان على المقياس الفرعي الثالث تبلغ (٣٥,٦٦٧) وهي قيمة دالة عند مستوي (٠,٠١) وهي تعبر عن دلالة تأثير هذا التفاعل على إدراك الطلبة والطالبات لقوة النظام الأسري والأساليب المتبعة في التفاعل مع الضغوط الأسرية .

وفيما يلي شكل (٤) يوضح التمثيل البياني لتأثير التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي ونمط الثقافة علي تباين درجات الطلبة والطالبات علي المقياس الفرعي الثالث للضغوط الأسرية.

شكل (٤) التمثيل البياني نضيعة التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي ونمط الثقافة علي المقياس الفرعي الثالث الخاص " بقوة النظام الأسري "



يتضح من الشكل السابق (٤) أن الخطيين أ ، ب غير متوازيين، وهما يمثلان المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعات الفرعية علي المقياس الفرعي الثالث للضغوط الأسرية في حالة الجنس ، ونمط الثقافة، والمستوي الاجتماعي الاقتصادي. ويعبر عدم توازي هذين الخطين عن دلالة تأثير التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي ونمط الثقافة علي تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان علي المقياس الفرعي الثالث من مقياس الضغوط الأسرية المستخدم (قوة النظام الأسري). وبصفة عامة تعني النتائج السابقة إثبات صحة الفرض السابق الإشارة إليه في الدراسة الحالية بصورة جزئية.

نتائج الفرض الثاني وتفسيرها:

ينص الفرض الثاني على أنه لا يوجد تأثير دال لكل من متغيري الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي (مرتفع/منخفض) والمعالجة والتفاعل بين كل متغيرين من هذه المتغيرات والتفاعل بينها جميعاً علي تباين الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان من حيث

الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون

إدراكهم للضغوط الأسرية وذلك على المقاييس الفرعية الثلاث لمقياس الضغوط الأسرية المستخدم في القياس البعدي.

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثتان باستخدام أسلوب تحليل التباين ذو التصميم (2x2x2)، وفيما يلي ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد .

أولاً :- بالنسبة للمقياس الفرعي الأول " الضغوط الأسرية المؤثرة على الأسرة بصفة عامة " .

فيما يلي جدول (١٠) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد:

جدول (١٠) نتائج تحليل التباين (2x2x2) للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان في القياس البعدي للمقياس الفرعي الأول من مقياس الضغوط الأسرية المستخدم

مصدر التباين	مج المربعات	د.ح	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
الجنس (أ)	٣٠٢٥	١	٣٠٢٥	٠,٢٧٩	غير دالة
م.أ.ق (ب)	٤٩٨٦٢,٨٩	١	٤٩٨٦٢,٨٩	٤,٥٩٩	دالة عند ٠,٠٥
المعالجة (ج)	٤٧٦٧٤,٨١	١	٤٧٦٧٤,٨١	٤,٣٩٧	دالة ٠,٠٥
تفاعل أ×ب	٣٤٦٩,٢١	١	٣٤٦٩,٢١	٠,٣٢١	غير دالة
تفاعل أ×ج	٦٨,٨٩	١	٦٨,٨٩	٠,٠٠٦٤	غير دالة
تفاعل ب×ج	٩٢,١٦	١	٩٢,١٦	٠,٠٨٥	غير دالة
تفاعل أ×ب×ج	٣٧٤٤,٢٦	١	٣٧٤٤,٢٦	٠,٣٤٥	غير دالة
تباين الخطأ	٤٢٦٠٩٦٩,٠٥	٣٩٣	١٠٨٤٢,١٦٠		

يتضح من الجدول السابق (١٠) أن أياً من النسب الفائضية الخاصة بتأثير كل من الجنس والتفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي، والتفاعل بين كل من الجنس والمعالجة والتفاعل بين المستوى الاجتماعي الاقتصادي والمعالجة والتفاعل بين المتغيرات الثلاث على تباين المجموعات الفرعية لم تصل إلى القيمة الحدية المطلوبة (٣,٨٧) لكي تصبح أي من هذه النسب دالة عند مستوى (٠,٠٥)، وهو الحد الأدنى الذي يمكن أن تقبله الباحثتان بالنسبة لدلالة تأثير أي من هذه التأثيرات، حيث بلغت قيم النسب الفائضية الخاصة بكل من هذه التأثيرات (٠,٢٧٩)، (٠,٣٢١)، (٠,٠٠٦٤)، (٠,٠٨٥)، (٠,٣٤٥) على الترتيب.

وتعني هذه النتائج بصفة عامة ضعف تأثير كل من الجنس والتفاعل بين كل متغيرين والتفاعل بين المتغيرات الثلاث على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية على المقياس الفرعي الأول لمقياس الضغوط الأسرية.

كما يتضح من نفس الجدول ان قيمة النسبة الفائضية الخاصة بتأثير المستوى الاجتماعي الاقتصادي على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان على المقياس الفرعي الأول لمقياس الضغوط الأسرية قد بلغت (٤,٥٩٩)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)، وهي

نتيجة يمكن معيار القول بأن هناك فروقا دالة بين المجموعات الفرعية من حيث المستوي الاجتماعي الاقتصادي.

ومن ثم فقد قامت الباحثتان باستخدام اختبار "ت" لتحديد مدى دلالة الفروق بين المجموعات الفرعية، وتحديد وجهة لكل من هذه الفروق، وفيما يلي جدول (١١) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد.

جدول (١١) نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على المقياس الفرعي الأول بالنسبة للمستوي الاجتماعي والاقتصادي في القياس البعدي

المجموعة	م. المتوسط		الانحراف المعياري (ع)		قيمة ت	دلالة الفروق	مستوى الدلالة
	مرتفع	منخفض	مرتفع	منخفض			
ذكور	٧٣,٧٦	٨٢,٠١	١٤,٥١٥	١٥,١٩٦	٥,٥٣٣	دال	٠,٠١
إناث	٧٣,٦٦	٨٦,٦٩	١٥,٣٢٧	١٤,٥٨٨	٨,٦٨٧	دال	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق (١١) وجود فروق دالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها الذكور ذوي المستوي الاجتماعي المرتفع والمنخفض والمتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها الإناث ذوات المستوي الاجتماعي المرتفع والمنخفض على المقياس الفرعي الأول لمقياس الضغوط الأسرية في القياس البعدي حيث بلغت قيمة "ت" الخاصة بالمقارنة (٥,٥٣٣) في حالة الذكور و(٨,٦٨٧) في حالة الإناث وكلاهما دال عند مستوى (٠,٠١)، وذلك لصالح ذكور وإناث المستوي الاجتماعي والاقتصادي المنخفض، مما يعني أن الضغوط الأسرية تزداد كلما انخفض المستوي الاجتماعي والاقتصادي للأسرة. ورغم وجود البرنامج إلا أن مازال متغير المستوي الاجتماعي والاقتصادي له أثره الفعال في إدراك الضغوط الأسرية.

كما يتضح من جدول (١٠) أن قيمة النسبة الفئوية الخاصة بتأثير متغير المعالجة على تباين درجات أفراد المجموعة الفرعية بلغت (٤,٣٩٧)، وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥)، مما يعني وجود فروق بين المجموعات الفرعية من حيث المعالجة (بعد تطبيق البرنامج).

ومن ثم قامت الباحثتان باستخدام اختبار "ت" لتحديد دلالة الفروق بين المجموعات الفرعية المتضمنة في البحث، وتحديد وجهة كل من هذه الفروق، وفيما يلي جدول (١٢) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد.

الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعون

جدول (١٢) نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية في القياس البعدي علي المقياس الفرعي الأول من مقياس الضغوط الأسرية

المجموعة	م. المتوسط		الانحراف المعياري (ع)		قيمة "ت"	دلالة الفروق	مستوى الدلالة
	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي			
ذكور	٨٧,١٣	٧٧,٩١	١٧,٠٩٧	١٥,٤١٢	٥,٤٩٥	دال	٠,٠١
إناث	٩٠,٢٨	٨٠,١٧٥	٢١,٧٧٤	١٦,٢٩١	٥,٢٤٧	دال	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق (١٢) وجود فروق دالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها الذكور والإناث في القياس القبلي والبعدي حيث كانت قيمة "ت" الخاصة بالمقارنة (٥,٤٩٥) و (٥,٢٤٧) علي التوالي وهي قيم دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لصالح ذكور وإناث القياس البعدي. مما يعني فاعلية البرنامج المستخدم، وتتفق هذه النتائج مع نتائج بحوث ودراسات كل من (إلياس وفريدلاندر *Elias, M & Friedlander*, ١٩٩٤؛ مشروع بحث الولاية التعاوني التربوي الممتد، ١٩٩٥؛ ميشيل لويس *Lewis, M*، ١٩٩٧؛ كوكس *Cox*، ٢٠٠١؛ كوزي *Causey*، ٢٠٠٤).

ثانياً: بالنسبة للمقياس الفرعي الثاني "الضغوط الأسرية بصفة خاصة":

فيما يلي جدول (١٣) يوضح نتائج تحليل التباين (٢×٢×٢) للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية في القياس البعدي للمقياس الفرعي الثاني للضغوط الأسرية:

جدول (١٣) نتائج تحليل التباين (٢×٢×٢) للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان في القياس البعدي للمقياس الفرعي الثاني من مقياس الضغوط الأسرية المستخدم

مصدر التباين	مج المربعات	د.ح	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
الجنس (أ)	٢٣٥٦٢٣	١	٢٣٥٦٢٣	٠,٤٨٣	غير دالة
م.أ.ق (ب)	١٧٠,٣٠٢	١	١٧٠,٣٠٢	٠,٣٤٩	غير دالة
المعالجة (ج)	١٥٩١٣,٨٢٢	١	١٥٩١٣,٨٢٢	٣٢,٦١٧	دالة ٠,٠١
تفاعل أ.ب	٤٤٧,٥٢٧	١	٤٤٧,٥٢٧	٠,٩١٧	غير دالة
تفاعل أ.ج	٨٠,١٠٢	١	٨٠,١٠٢	٠,١٦٤	غير دالة
تفاعل ب.ج	١٥٢,٥٢٣	١	١٥٢,٥٢٣	٠,٣١٣	غير دالة
تفاعل أ.ب.ج	٤٧,٣٠٨	١	٤٧,٣٠٨	٠,٠٩٧	غير دالة
تباين الخطأ	١٩١٧٤٥,٧٦٨	٣٩٣	٤٨٧,٩٠٣		

يتضح من الجدول السابق (١٣) أن أياً من النسب الفائية الخاصة بتأثير كل من متغير الجنس، والمستوي الاجتماعي الاقتصادي، والتفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي،

والتفاعل بين الجنس والمعالجة، والتفاعل بين المستوي الاجتماعي الاقتصادي والمعالجة، والتفاعل بين المتغيرات الثلاث لم تصل إلى القيمة الحدية المطلوبة (٣,٨٧) لكي تصبح أي من هذه النسب دالة عند مستوي (٠,٠٥)، حيث بلغت قيم النسب الفائية الخاصة بكل من هذه التأثيرات (٠,٤٨٣)، (٠,٣٤٩)، (٠,٩١٧)، (٠,١٦٤)، (٠,٣١٣)، (٠,٠٩٧) علي الترتيب. وتعني هذه النتائج ضعف تأثير كل من هذه المتغيرات علي درجة إدراك كل من الطلبة والطالبات للضغوط الأسرية الخاصة، كما تعني ضعف تأثير التفاعل بين كل متغيرين وبين المتغيرات الثلاث.

كما يتضح من نفس الجدول أن قيمة النسبة الفائية الخاصة بمتغير المعالجة بلغت (٣٢,٦١٧)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي (٠,٠١)، مما يعني فاعلية البرنامج المستخدم في تخفيف الضغوط الأسرية.

ومن ثم فقد قامت الباحثتان باستخدام اختبار "ت" لتحديد مدى دلالة الفروق بين المجموعات الفرعية، وتحديد وجية لكل من هذه الفروق، وفيما يلي جدول (١٤) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد .

جدول (١٤) نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطات الحسابية

للدراجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية في القياس

البعدي علي المقياس الفرعي الثاني من مقياس الضغوط الأسرية الخاصة

المتوسط	م. المتوسط		الانحراف المعياري (ع)	قيمة ت	دلالة	مستوى
	قبلي	بعدي				
٣٠,١٦	١٤,٣	٤,٠٣٤	٣,٠٤٩	١٥,٤٦٦	دال	٠,٠١
١٩,٨٤	١٣,٠٨٥	٤,٥٥٤	٢,٨٣١	١٧,٧٧٦	دال	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق (١٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية للدراجات التي حصل عليها كل من الذكور والإناث في القياس القبلي والمتوسطات الحسابية للدراجات التي حصل عليها الذكور والإناث في القياس البعدي حيث بلغت قيمة " ت " الخاصة بالمقارنة (١٥,٤٦٦) في حالة الذكور و (١٧,٧٧٦) في حالة الإناث وكلاهما دال عند مستوى (٠,٠١)، وقد جاءت هذه الفروق لصالح ذكور وإناث القياس البعدي. مما يوضح فاعلية البرنامج المستخدم في تخفيف إضغوط الأسرية مما يمكن معه القول بأن البرنامج الإرشادي كان له تأثيراً فعالاً في تخفيف حدة الشعور بالضغوط الأسرية الخاصة لدى الطلاب والطالبات وزيادة مهاراتهم في إدارة المواقف والمشكلات التي تمثل ضغطاً بالنسبة لهم.

ثالثاً: بالنسبة للمقياس الفرعي الثالث "قوة النظام الأسري":

فيما يلي جدول (١٥) يوضح نتائج تحليل التباين للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان في المقياس البعدي للمقياس الفرعي الثالث من مقياس الضغوط الأسرية .
 جدول (١٥) نتائج تحليل التباين (٢×٢×٢) للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان في المقياس البعدي للمقياس الفرعي الثالث من مقياس الضغوط الأسرية (قوة النظام الأسري)

مصدر التباين	مج المربعات	ح.ح	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
الجنس (أ)	٢٨,٤٤	١	٢٨,٤٤	٠,٠٤٥٧	غير دالة
م.أ.ق (ب)	٣٣,٦٤	١	٣٣,٦٤	٠,٠٣٩٩	غير دالة
المعالجة (ج)	٣٠٣١٠,٨١	١	٣٠٣١٠,٨١	٣٦,٠٢٦	دالة ٠,٠١
تفاعل أ×ب	١٨٣٦٠,٢٥	١	١٨٣٦٠,٢٥	٢١,٨٢٢	دالة ٠,٠١
تفاعل أ×ج	٢٧,٠٤	١	٢٧,٠٤	٠,٠٣٢١	غير دالة
تفاعل ب×ج	١٥٨,٧٦	١	١٥٨,٧٦	٠,١٨٩	غير دالة
تفاعل أ×ب×ج	١٨٥٤٦,٣	١	١٨٥٤٦,٣	٢٢,٠٤٣	دالة ٠,٠١
تباين الخطأ	٣٣٠٦٤٨,٩	٣٩٣	٨٤١,٣٥٦		

يتضح من الجدول (١٥) أن أيا من النسب الفئوية الخاصة بتأثير كل من الجنس (تكرور/ إنثاء) والمستوي الاجتماعي الاقتصادي (مرتفع/منخفض)، والتفاعل بين كل من متغير الجنس والمعالجة والتفاعل بين المعالجة والمستوي الاجتماعي الاقتصادي لم تصل إلى القيمة الحدية المطلوبة بالنسبة لدلالة النسبة الفئوية حيث بلغت قيم "ف" (٠,٠٤٥٧)، (٠,٠٣٩٩)، (٠,٠٣٢١)، (٠,١٨٩) علي الترتيب. وهي قيم غير دالة إحصائياً، مما يوضح ضعف تأثير كل من المتغيرات المسابقة وكذا للتفاعلات بين هذه المتغيرات علي إدراك الطلبة والطالبات أفراد عينة البحث للضغوط الأسرية المدركة (قوة النظام الأسري واستخدام استراتيجيات المواجهة).

كما يتضح من نفس الجدول أن قيمة النسبة الفئوية الخاصة بتأثير متغير المعالجة قد بلغت (٣٦,٠٢٦) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي (٠,٠١) مما يعني فاعلية البرنامج المستخدم في تخفيف الضغوط الأسرية لدي أفراد عينة البحث. ومن ثم فقد قامت الباحثتان باستخدام اختبار "ت" لتحديد مدى دلالة الفروق بين المجموعات الفرعية المتضمنة في البحث، وتحديد وجهة لكل من هذه الفروق، وفيما يلي جدول (١٦) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد .

جدول (١٦) نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية في المقياس القياس البعدي على المقياس الفرعي الثالث لمقياس الضغوط الأسرية

المجموعة	المتوسط (م)		الانحراف المعياري (ع)		قيمة ت	دلالة الفروق	مستوى الدلالة
	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي			
ذكور	٧٠,٩١٥	٧٩,٨٨	١٤,٠٢٧	١٣,٥٧٢	٦,٤٧٨	دال	٠,٠١
إناث	٧٠,٨٦٥	٧٩,٣٣٥	١٤,٨٢٠	١٣,٩٩١	٥,٨٦٢	دال	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق (١٦) وجود فروق دالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها الذكور والإناث في كل من القياس القبلي والبعدي على المقياس الفرعي الثالث لمقياس الضغوط الأسرية حيث بلغت قيمة " ت " الخاصة بالمقارنة (٦,٤٧٨) بالنسبة للذكور و(٥,٨٦٢) بالنسبة للإناث وذلك لصالح ذكور وإناث القياس البعدي. مما يعني فاعلية البرنامج المستخدم في الدراسة الحالية.

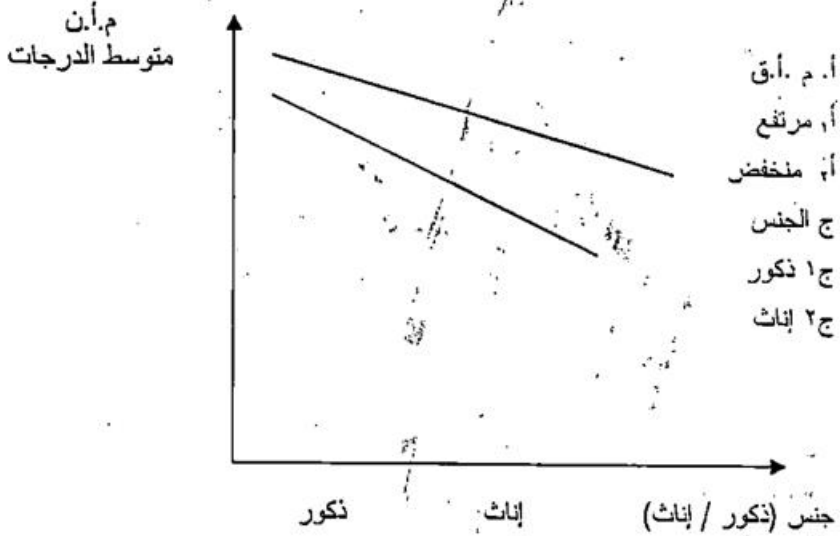
ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء ما تضمنه المقياس الفرعي الثالث "قوة النظام الأسري" ويشتمل على الاستراتيجيات الناجحة والفعالة التي إذا ما تم استخدامها من قبل أفراد الأسرة فسوف تكون محطات لقوة وتماسك نظام الأسري، حيث تستند هذه الاستراتيجيات إلى ما أشار إليه بيركي وهانسون *Berkey & Hanson* (١٩٩١) من أن هذه الاستراتيجيات تظهر في الرعاية والاهتمام والتدعيم الذي تقوم به الأسرة لتنمية وارتقاء أفرادها بعضهم البعض. كما يمكن تفسير هذه النتائج في ضوء الأسس النظرية للبرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة الحالية وهو برنامج يتضمن نشاطات وخبرات وممارسات وفعاليات تدور معظمها حول إكساب الطالب صبر وجد وشجاعة وقوة، وأن يكون متواصلاً ومتفاعلاً مع أفراد أسرته، مسانداً ومشجعاً ومتفهماً لمشاعرهم، ويواجه هذه المواقف الضاغطة بالدعابة وبشراكة أفراد أسرته المسؤولة، ويحافظ على قيم ونظام أسرته ويحاول أن يسهب في حل المشكلات الاقتصادية بخفض نفقاته أو بالعمل. ومن هنا فإن تفوق الطلاب والطالبات في درجات مقياس "قوة النظام الأسري" يعزى إلى تبني استراتيجيات مواجهة أفضل.

كما يتضح من الجدول (١٥) أن قيمة النسبة الفئوية الخاصة بتأثير التفاعل بين كل من الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي قد بلغت (٢١,٨٢٢) ، وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوي (٠,٠١) ، وهي تعبر عن دلالة تأثير التفاعل بين الجنس (ذكور/إناث) والمستوي الاجتماعي الاقتصادي (مرتفع/منخفض) على درجة إدراك أفراد عينة البحث ذوي المستوي الاجتماعي الاقتصادي المنخفض والمرتفع للضغوط الأسرية المتأثرة على قوة النظام الأسري. وفيما يلي شكل

الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون

(٥) يوضح التمثيل البياني لتأثير التفاعل بين كل من متغير الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي على تباين درجات أفراد المجموعة الفرعية على المقياس الفرعي الثالث للضغوط الأسرية.

شكل (٥) التمثيل البياني لطبيعة التفاعل بين متغيري الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي بالنسبة لدرجات أفراد المجموعات الفرعية على المقياس الفرعي الثالث الخاص بقوة النظام الأسري



يتضح من الشكل السابق أن الخطين أ١ ، أ٢ غير متوازيين ، وهما يمثلان المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعات الفرعية على المقياس الفرعي الثالث الخاص بقوة النظام الأسري.

ويري إدواردز *Edwards* (١٩٧١) في تفسير هذه الأشكال البيانية أن تأثير التفاعل يعتبر غير موجود في حالة توازي الخطين أ١ ، أ٢ تماماً ، بينما يعتبر هذا التأثير غير دال إحصائياً في حالة اقتراب الخطين أ١ ، أ٢ من التوازي الكامل (ص ٢١٢).

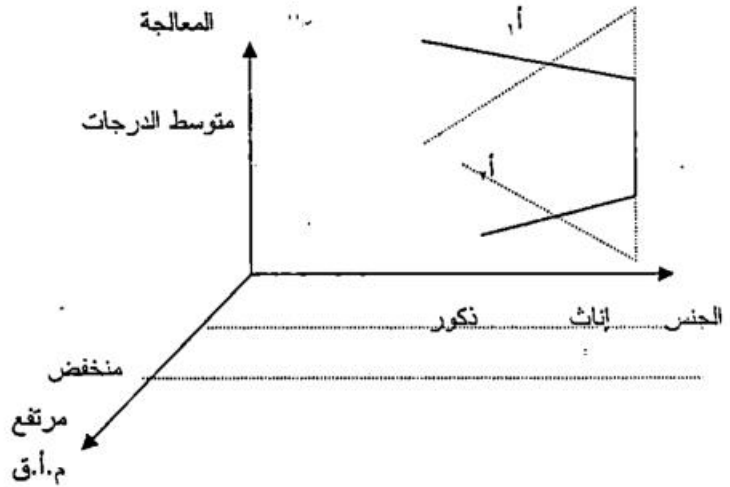
ويعبر عدم توازي هذين الخطين عن دلالة تأثير التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان على المقياس الفرعي الثالث قوة النظام الأسري.

كما يتضح من الجدول (١٥) أن قيمة النسبة الفائية الخاصة بتأثير التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي ونمط الثقافة على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان على المقياس الفرعي الثالث بلغت (٢٢,٠٤٣) وهي قيمة دالة عند مستوي (٠,٠١) . وهي تعبر

عن دلالة تأثير هذا التفاعل على إدراك الطلبة والطالبات لقوة النظام الأسري والأساليب المتبعة في التعامل مع الضغوط الأسرية.

وفيما يلي شكل (٦) يوضح التمثيل البياني لتأثير التفاعل بين الجنس، والمستوي الاجتماعي الاقتصادي، ونمط الثقافة علي تباين درجات الطلبة والطالبات علي المقياس الفرعي الثالث للضغوط الأسرية (قوة النظام الأسري).

شكل (٦) التمثيل البياني لطبيعة التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي والمعالجة على المقياس الفرعي الثالث الخاص " بقوة النظام الأسري "



يتضح من الشكل السابق (٦) أن الخطيين أ١ ، أ٢ غير متوازيين، وهما يمثلان المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعات الفرعية على المقياس الفرعي الثالث للضغوط الأسرية في حالة الجنس ، ونمط الثقافة، والمستوي الاجتماعي الاقتصادي. ويعبر عدم توازي هذين الخطين عن دلالة تأثير التفاعل بين الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي والمعالجة علي تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان على المقياس الفرعي الثالث من مقياس الضغوط الأسرية المستخدم (قوة النظام الأسري). وبصفة عامة تعني النتائج السابقة إثبات صحة الفرض السابق الإشارة إليه في الدراسة الحالية بصورة جزئية.

==الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون==

نتائج الفرض الثالث وتفسيرها:

ينص الفرض الثالث علي أنه: " لا يوجد تأثير دال لكل من متغيري الجنس (النوع)، ونمط الثقافة (ريف/حضر)، والمعالجة والثقافة بين كل متغيرين من هذه المتغيرات والتفاعل بينها جميعاً علي الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان من حيث إدراكهم للضغوط الأسرية، وذلك علي المقاييس الفرعية الثلاث لمقياس الضغوط الأسرية المستخدم وذلك في القياس البعدي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثتان باستخدام أسلوب تحليل التباين (2x2x2) وفيما يلي ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد علي كل مقياس من المقاييس الفرعية الثلاث لمقياس الضغوط الأسرية.

أولاً: بالنسبة للمقياس الفرعي الأول: "الضغوط الأسرية المؤثرة علي الأسرة بصفة عامة".

فيما يلي جدول (١٦) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد:

جدول (١٦) نتائج تحليل التباين (2x2x2) للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الثمان في القياس البعدي للمقياس الفرعي الأول من مقياس الضغوط الأسرية المستخدم

التباين	مج المربعات	د.ح	م.المربعات	قيمة "ف"	مستوي الدلالة
الجنس (أ)	٢٩٤٨,٤٩	١	٢٩٤٨,٤٩	٣,٥٠١	غير دالة
نمط الثقافة(ب)	١٧١٣,٩٦	١	١٧١٣,٩٦	٠,٢٠٣	غير دالة
المعالجة (جـ)	٣٧٤٠,٣,٥٦	١	٣٧٤٠,٣,٥٦	٤,٤٣٧	دالة ٠,٠٥
تفاعل أ×ب	٤٤١	١	٤٤١	٠,٠٥٢	غير دالة
تفاعل أ×جـ	٨١	١	٨١	٠,٠٠٩٦	غير دالة
تفاعل ب×جـ	٠,٤٩	١	٠,٤٩	٠,٠٠٠١	غير دالة
تفاعل أ×ب×جـ	٥٣٣,٣٨	١	٥٣٣,٣٨	٠,١١٠	غير دالة
تباين الخطأ	٣٣١٢٧,٠٦,٦٢	٣٩٣	٨٤٢٩,٢٧٩		

يتضح من الجدول السابق (١٦) أن أي من النسب الفائتية الخاصة بتأثير كل من الجنس، ونمط الثقافة (ريف/حضر)، والتفاعل بين كل من الجنس ونمط الثقافة، والتفاعل بين كل من الجنس والمعالجة، والتفاعل بين كل من نمط الثقافة والمعالجة وبين الجنس ونمط الثقافة والمعالجة علي تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية في المقياس الفرعي الأولي لمقياس الضغوط الأسرية لم تصل إلي القيمة الحدية المطلوبة (٣,٨٧) لكي تصبح أي من هذه النسب دالة عند مستوي (٠,٠٥)، حيث بلغت قيم النسب الفائتية الخاصة بكل من هذه التأثيرات (٣,٥٠١)، (٠,٢٠٣)، (٠,٠٥٢)،

(٠,٠٠٩٦) ، (٠,١١٠) (٠,٠٠٠١) علي الترتيب. وتعني هذه النتائج ضعف تأثير كل من هذه المتغيرات والتفاعل بينها علي إدراك الطلبة والطالبات للضغوط الأسرية بصفة عامة.

كما يتضح من نفس الجدول أن قيمة النسب الفئوية الخاصة بتأثير المعالجة علي تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية بلغت (٤,٤٣٧) وهي قيمة دالة عند مستوي (٠,٠٥) وهي نتيجة يمكن معها القول بأن هناك فروقا دالة إحصائياً بين المجموعات الفرعية الثمان علي المقياس الفرعي الأول لمقياس الضغوط الأسرية في القياس البعدي.

ومن ثم قامت الباحثتان باستخدام اختبار "ت" لتحديد مدى دلالة الفروق بين المجموعات الفرعية المتضمنة في البحث، وتحديد وجهة كل عن هذه الفروق وفيما يلي جدول (١٧) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد.

جدول (١٧) نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها أفراد كل من المجموعات الفرعية الثمان علي المقياس الفرعي الأول من مقياس الضغوط الأسرية

المجموعة	م		ع		قيمة ت	دلالة الفروق	مستوي الدلالة
	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي			
ذكور	٨٧,١٣	٧٧,٢٩١	١٧,٢٩٧	١٥,٤١٢	٥,٤٩٥	دالة	٠,٠١
إناث	٩٠,٢٨	٨٠,١٧٥	٢١,٧٧٤	١٦,٢٩١	٥,٢٤٧	دالة	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق (١٧) وجود فروقا دالة بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها كل من الذكور والإناث في القياس القبلي والمتوسطات الحسابية التي حصل عليها نفس الأفراد في القياس البعدي ، حيث كانت قيمة "ت" الخاصة بالمقارنة (٥,٤٩٥) في حالة الذكور و(٥,٢٤٧) في حالة الإناث وكلاهما دال عند مستوي (٠,٠١) وجاءت هذه الفروق لصالح الذكور والإناث في القياس البعدي. وتعني هذه النتائج وجود تأثير دال لمتغير المعالجة علي أفراد المجموعات التجريبية لصالح القياس البعدي ، مما يؤكد فاعلية البرنامج .

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات (درويس ماتبوس ، *Mathews et al.* ، ١٩٨٩ ، النياس وفريدلاندر *Elias , M & Friedlundess* ، ١٩٩٤ ، كاترين تشامبلز وهارنل *Chambliss & Hartell* ، ١٩٩٠ ، مشروع الولاية التعاوني التربوي الخدمي الممتد، ١٩٩٥ ، نانسي ريبسكي *Rebski, N.* ، ١٩٩٨ ، جان كوكس *Cox, J.* ، ٢٠٠١ ، كوزي *Causey* ، ٢٠٠٢ ، ماجايا وآخرون ، *Magaya , et al* ، ٢٠٠٥).

ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء مضامين المقياس الفرعي الأول للضغوط الأسرية بصفة عامة من ناحية والنشاطات والممارسات والخبرات المتضمنة في البرنامج الإرشادي المستخدم من ناحية أخرى ، حيث تضمن هذا المقياس العديد من الضغوط الأسرية مثل شعور أفراد الأسرة

== الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعون ==

بالضغوط النفسية نتيجة عدم التقدير أو فشل الإنجاز أو عدم الجاذبية، كذلك كثرة إصابة أفراد الأسرة بالأمراض وضعف العلاقات الزوجية وأعباء تربية الأبناء ومشكلاتهم الدراسية وانخفاض الدخل والبطالة وغيرها من المشكلات الأسرية.

ولما كان البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة الحالية يستند على تدريب الطلاب والطالبات من عينة البحث فنيات ومهارات مثل: المهارات الاجتماعية ومهارات التحصين التدريجي ضد الضغوط وكيفية التوافق مع الضغوط والتعامل معها ومهارات مساعدة الذات والتي تتضمن التحكم في الضغوط وإدارة الوقت، وكيفية اتخاذ القرارات فحل المشكلات بناء على أسس علمية فإن ذلك من شأنه أن يساعدهم على إدراك هذه الضغوط الأسرية بشكل أقل وطأة عما كانوا عليه قبل إجرائه.

ثانياً: بالنسبة للمقياس الفرعي الثاني: "الضغوط الأسرية بصفة خاصة"

جدول (١٨) نتائج تحليل التباين (٢×٢×٢) للدرجات التي حصل

عليها أفراد المجموعات الفرعية في القياس البعدي للمقياس الفرعي الثاني

"الضغوط الأسرية بصفة خاصة من مقياس الضغوط الأسرية المستخدم"

مصدر التباين	مج المربعات	د.ح	م. المربعات	قيمة ت*	مستوي الدلالة
الجنس (أ)	٢٣٥,٦٢٢	١	٢٣٥,٦٢٢	٠,٤٨٣	غير دال
نمط الثقافة (ب)	٣٤,٢٢٢	١	٣٤,٢٢٢	٠,٠٧٠	غير دال
المعالجة (ج)	١٥٩١٣,٨٢٢	١	١٥٩١٣,٨٢٢	٣٢,٦١٦	دال عند ٠,٠١
تفاعل أ×ب	٣٢٢,٤٠٧	١	٣٢٢,٤٠٧	٠,٦٦١	غير دال
تفاعل أ×ج	٨٠,١٠٣	١	٨٠,١٠٣	٠,١٦٤	غير دال
تفاعل ب×ج	١٩٢,٧١٩	١	١٩٢,٧١٩	٠,٣٩٥	غير دال
تفاعل أ×ب×ج	١٧٦,٨٩١	١	١٧٦,٨٩١	٠,٣٦٣	غير دال
تباين الخطأ	١٩١٧٥٢,٢٦٦	٣٩٣	٤٨٧,٩١٩		

يتضح من الجدول السابق (١٨) أن أياً من النسب الفئوية الخاصة بتأثير كل من متغير الجنس (ذكور/إناث)، ونمط الثقافة (ريف/حضر)، والتفاعل بين كل من الجنس ونمط الثقافة، والتفاعل بين الجنس والمعالجة ونمط الثقافة لم تصل إلى القيمة الحدية المطلوبة (٣,٨٧) لكي تصحح أي من هذه النسب دال عند مستوي (٠,٠٥)، حيث بلغت (٠,٤٨٣)، (٠,٠٧٠)، (٠,٦٦١)، (٠,١٦٤)، (٠,٣٩٥)، (٠,٣٦٣) على الترتيب وتعني هذه النتائج ضعف تأثير كل من هذه المتغيرات على درجة إدراك الطلبة والطالبات للضغوط الأسرية. كما تعني ضعف تأثير التفاعل بين كل متغيرين من هذه المتغيرات والتفاعل بين المتغيرات الثلاثة على إدراك الطلبة والطالبات للضغوط الأسرية بصفة خاصة.

كما يتضح من نفس الجدول أن قيمة النسب الفئوية الخاصة بتأثير متغير المعالجة علي تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية قد بلغت (٣٢,٦١٦) وهي قيمة دالة عند مستوي (٠,٠١) وهي نتيجة يمكن معها القول بأن هناك فروقا دالة إحصائيا بين المجموعات الفرعية علي المقياس الثاني من مقياس الضغوط الأسرية في القياس البعدي.

ومن ثم قامت الباحثتان باستخدام اختبار "ت" لتحديد مدى دلالة الفروق بين المجموعات الفرعية المتضمنة في البحث وتحديد وجهة كل من هذه الفروق، وفيما يلي جدول (١٩) يوضح ما التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد.

جدول (١٩) نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية علي المقياس الفرعي الثاني من مقياس الضغوط الأسرية

مستوي الدلالة	دلالة الفروق	قيمة ت	ع		م		المجموعة
			بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	
٠,٠١	دالة	١٥,٤٦٦	٣,٠٤٩	٤,٠٣٤	١٤,٣	٢٠,١٦	ذكور
٠,٠١	دالة	١٧,٧٧٦	٢,٨٣١	٤,٥٥٤	١٣,٠٨٥	١٩,٨٤	إناث

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائيا بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها كل من الذكور والإناث في القياس القبلي والمتوسطات الحسابية التي حصل عليها الذكور والإناث في القياس البعدي، حيث بلغت قيمة "ت" الخاصة بالمقارنة (١٥,٤٦٦) في حالة الذكور و(١٧,٧٧٦) في حالة الإناث وكلاهما دال عند مستوي (٠,٠١)، وجاءت هذه الفروق لصالح الذكور والإناث في القياس البعدي أي بعد تطبيق البرنامج. مما يعني فاعلية البرنامج المستخدم في تخفيف الضغوط الأسرية المدركة وتنمية أساليب مناسبة للتعامل مع الضغوط الأسرية المدركة من قبل طلبة وطالبات الجامعة (أفراد العينة).

ثالثا: بالنسبة للمقياس الفرعي الثالث "قوة النظام الأسري":

فيما يلي جدول (٢٠) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد:

الضغوط الأسرية كما يدركها الآباء الجامعيون

جدول (٢٠) نتائج تحليل التباين (٢×٢×٢) للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية في القياس البعدي للمقياس الفرعي الثالث " من مقياس الضغوط الأسرية المستخدم " :

مصدر التباين	مج المربعات	د.ح.	م. المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
الجنس (أ)	٣٥,٤٠٢	١	٣٥,٤٠٢	٠,٠٣٢	غير دال
نمط الثقافة (ب)	١٠٦٦,٠٢٢	١	١٠٦٦,٠٢٢	٠,٩٦٩	غير دال
المعالجة (ج)	٣٠٣٩٧,٩٢٢	١	٣٠٣٩٧,٩٢٢	٢٧,٦٢٦	دال عند ٠,٠١
تفاعل أ×ب	٨,١٢٣	١	٨,١٢٣	٠,٠٠٧	غير دال
تفاعل أ×ج	٢٤,٤٧٦	١	٢٤,٤٧٦	٠,٠٢٢	غير دال
تفاعل ب×ج	٢٢٦,٥٠٣	١	٢٢٦,٥٠٣	٠,٢٠٦	غير دال
أ×ب×ج	٣٢٧,١٩١	١	٣٢٧,١٩١	٠,٢٩٧	غير دال
تباين الخطأ	٤٣٢٤٣٧,٤٦٦	٣٩٣	١١٠٠,٣٥		

يتضح من الجدول السابق أن أياً من النسب الفائية الخاصة بتأثير كل من متغير الجنس (نكور/إناث)، ونمط الثقافة (ريف/حضر)، والمعالجة (قبلي/بعدي)، والتفاعل بين كل من الجنس ونمط الثقافة، والتفاعل بين الجنس والمعالجة ونمط الثقافة، والتفاعل بين المتغيرات الثلاث جميعها لم تصل إلى القيمة الحدية المطلوبة بالنسبة لدلالة النسبة الفائية حيث بلغت قيمة "ف" (٠,٠٣٢)، (٠,٩٦٩)، (٠,٠٠٧)، (٠,٠٢٢)، (٠,٢٠٦)، (٠,٢٩٧)، على الترتيب وهي قيم غير دالة إحصائياً مما يوضح ضعف تأثير كل المتغيرات السابقة وكذا التفاعلات بين هذه المتغيرات على إدراك كل من الطلبة والطالبات بالنسبة للضغوط الأسرية المؤثرة على قوة النظام الأسري.

كما يتضح من نفس الجدول أن قيمة النسب الفائية الخاصة بتأثير المعالجة قد بلغت (٢٧,٦٢٦) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي (٠,٠١) مما يعني فاعلية البرنامج المستخدم في خفض الضغوط الأسرية لدى طلبة وطالبات الجامعة (أفراد عينة البحث).

ومن ثم قامت الباحثتان باستخدام اختبار "ت" لتحديد مدى دلالة الفروق بين المجموعات الفرعية المتضمنة في البحث وتحديد وجهة كل من هذه الفروق، وفيما يلي جدول (٢٤) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد.

جدول (٢١) نتائج اختبار " ت " للمقارنة بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها أفراد كل من المجموعات الفرعية علي المقياس الفرعي الثالث من مقياس الضغوط الأسرية

مستوي الدلالة	دلالة الفروق	قيمة ت	ع		م		المجموعة
			بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	
٠,٠١	دال	٦,٤٧٨	١٣,٥٧٢	١٤,٠٢٧	٧٩,٨٨	٧٠,٩١٥	ذكور
٠,٠١	دال	٥,٨٦٢	١٣,٩٩١	١٤,٨٢٠	٧٩,٣٣٥	٧٠,٨٦٥	إناث

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصل عليها الذكور والإناث في القياس القبلي والمتوسطات الحسابية التي حصل عليها المذكور والإناث في القياس البعدي علي المقياس الفرعي الثالث لمقياس الضغوط الأسرية حيث كانت قيمة " ت " الخاصة بالمقارنة (٦,٤٧٨) ، و(٥,٨٦٢) وكلاهما دال عند مستوي (٠,٠١) وقد جاءت هذه الفروق لصالح القياس البعدي ، مما يعني فاعلية البرنامج المستخدم لتخفيف الضغوط الأسرية كما يدركها طلبة وطالبات الجامعة.

كما تعني فاعلية البرنامج المستخدم في التدريب علي أساليب مواجهة الضغوط الأسرية، حيث كانت متوسط درجات كل من الذكور والإناث في القياس البعدي أكبر من متوسط درجاتهم في القياس القبلي ما يوضح أنهم قد اكتسبوا أساليب مناسبة لمواجهة التعامل مع الضغوط الأسرية كما يدركونها.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من : (درويس ماثيوس *Mathews et al.* ، ١٩٨٩ ، إلياس وفريدلانسد *Elias, M & Friedlandess* ، ١٩٩٤ ، كاثارين تشامبلز وهارتيل *Chambliss & Hartell* ، ١٩٩٠ ، مشروع الولاية التعاوني التربوي الخدمي الممتد ، ١٩٩٥ ، نانسي ريبسكي *Rebsky, N.* ، ١٩٩٨ ، جان كوكس *Cox, J.* ، ٢٠٠١ ، كوزي *Gausey* ، ٢٠٠٠ ، ماجايا وآخرون *Magaya, et al.* ، ٢٠٠٥).

ويمكن مناقشة هذه النتائج في ضوء المظاهر والخصائص التي تميز قوة لنظام الأسري أثناء تعامله مع الضغوط، وذلك كما جاء في المقياس النوعي الثالث للضغوط الأسرية، حيث يستند هذا المقياس إلى دراسات كيوران *Curran* عن خصائص الأسر السعيدة وأوجه قوتها والتي تظهر في قدرتها على التفاعل الإيجابي بين أفرادها، والاحترام المتبادل بينهم والروابط القوية التي تجمع بينهم والمشاركة في المسئوليات وحتى قضاء الأوقات في الاستمتاع بالحياة والفهم المتبادل وتوفير الأمن الاقتصادي وتخطي الأزمات الاقتصادية والاجتماعية.

ومن جانب آخر فقد جاء البرنامج الإرشادي المستخدم ليؤكد على هذه المضامين والمظاهر والخصائص ويرشد الطلاب والطالبات إلى كيفية مواجهة الضغوط الأسرية والتدريب على

==الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون==

مهارات المواجهة الأسرية الوظيفية الناجحة- كما أشار إيبيا فنجلي وماكوبين *Fleglay & Mccubbin* والتي تتضمن : التقبل الواضح للحدث الضاغط وأثاره وأسبابه، واحتواء الأسرة للمشكلة على تحمل المشكلة أو الصدمة وقيام أفراد الأسرة بالالتزام وتحمل المسؤولية والتأثير بين بعضهم البعض والتفاعل الإيجابي بين بعضهم البعض والتماسك والتضامن والعمل كوحدة وتبني مبادئ أسرية مرنة والتقليل من النفقات المالية ، ومما لا شك فيه أن تعريف الطلاب والطالبات بهذه المعلومات والتدريب عليها إلى جانب تمارين الاسترخاء والرحلات التي تضمنها البرنامج الإرشادي في الدراسة الحالية ساعد أفراد العينة على خفض ضغوطهم الأسرية من ناحية تقوية استراتيجيات المواجهة المناسبة للتعامل مع الضغوط الأسرية من ناحية أخرى. وبصفة عامة تعني النتائج السابقة إثبات صحة الفرض السابق الإشارة إليه في الدراسة الحالية بصورة جزئية.

خلاصة وتعليق :

يهدف البحث الحالي إلى دراسة الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات المتمثلة في الجنس ، والمستوى الاجتماعي الاقتصادي، ونوع الثقافة البيئية (ريف/حضر) .

كما يهدف هذا البحث إلى دراسة مدى فاعلية برنامج إرشادي للتخفيف أو لإدارة الضغوط الأسرية لدى الأبناء الجامعيين من الجنسين في الريف والحضر، وتتضمن الضغوط الأسرية كل من الضغوط الأسرية المؤثرة على الأسرة بصفة عامة والضغوط الأسرية المؤثرة على الأسرة بصفة خاصة واستراتيجيات المواجهة لهذه الضغوط والتي تعكس "قوة النظام الأسري".

وتكونت العينة في صورتها النهائية من ٤٠٠ طالبا وطالبة. تم اختيارهم من مجموعة كلية مبدئية قوامها ٧٠٠ من طلاب وطالبات الفرقة الثانية بكلية التربية جامعة عين شمس وكلية التربية النوعية جامعة المنوفية وقد تضمنت المجموعة الكلية المستخدمة ثمان مجموعات فرعية قوام كل منها ٥٠ طالبا أو طالبة بكل من الريف والحضر.

حيث تم تطبيق المقاييس والأدوات التالية عليهم : مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة (إعداد عبد العزيز الشخص ، ١٩٩٥) ، ومقياس الضغوط الأسرية لبركس وهانسون، ١٩٩١ (إعداد وتقنين الباحثين) ومكون من ثلاث مقاييس فرعية يتضمن الضغوط البيئية الشخصية بين أفراد الأسرة والضغوط الداخلية المنشأ في الأسرة والضغوط الخارجية المنشأ في الأسرة .

وتم التحقق من الفروض الموضوعية للدراسة ، بصورة جزئية . حيث أوضحت النتائج وجود تأثير دال لمتغير المستوى الاجتماعي الاقتصادي على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الثمان على المقياس الفرعي الأول الخاص بالضغوط الأسرية بصفة عامة (في القياس القبلي). كما اتضح وجود فروق دالة إحصائية بين ذكور وإناث المستوى الاقتصادي المرتفع، وذكور وإناث

المستوي الاجتماعي الاقتصادي المنخفض من حيث إدراك الضغوط الأسرية العامة، في اتجاه ذكور وإناث المستوى الاقتصادي المنخفض أي أن انخفاض المستوى الاجتماعي الاقتصادي يؤدي إلى إدراك أكثر للضغوط الأسرية. أما بالنسبة لإدراك الضغوط الأسرية الخاصة فكانت الإناث ذوات المستوى الاجتماعي الاقتصادي المنخفض أكثر إدراكا للضغوط من الذكور. وقد تفاعل كل من الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي المنخفض في تباين درجات استراتيجيات المواجهة الخاصة بقوة النظام الأسري بدرجة دالة أي أن قوة النظام الأسري المدرك يتأثر بتفاعل كل من الجنس والمستوي الاجتماعي الاقتصادي للطلاب والطالبات في الريف والحضر.

أما من حيث تأثير البرنامج الإرشادي فقد أظهرت نتائج الدراسة وجود تأثير دال لمتغير (المعالجة) مما يشير إلى فاعلية البرنامج المستخدم خاصة في تقوية استراتيجيات المواجهة التي تظهر قوة النظام الأسري للطلاب والطالبات أفراد العينة.

أما فيما يتعلق بتأثير نمط الثقافة (ريف / حضر) في إدراك الضغوط الأسرية العامة أو الخاصة أو استخدام استراتيجيات المواجهة التي تظهر قوة النظام الأسري، فلم تكشف النتائج سواء في القياس القبلي أو البعدي عن تأثير هذا المتغير على إدراك الضغوط الأسرية، مما يعني أن إدراك الضغوط الأسرية من قبل الطلاب والطالبات في الريف يتشابه مع إدراك نفس هذه الضغوط في الحضر. وتعزي الباحثان هذه النتيجة إلى تقارب الثقافة بين الريف والحضر نتيجة العولمة والتغير الثقافي السريع وثورة المعلومات وتأثير وسائل الإعلام المختلفة والقنوات المفتوحة علي جميع أفراد الأسرة خاصة والشباب بصفة عامة مما أدى إلى تشابه الاتجاهات وذوبان الطبقات والبيئات الثقافية فيما بينها وذلك نتيجة للتأثير الخطير للنظام الثقافي المسيطر وهو النظام السعوي والبصري والمتمثل في عشرات الإمبراطوريات الإعلامية الضاربة التي تزج زجا بملايين الصور يوميا ويستقبلها الملايين من أنحاء المعمورة لذا أصبحت العولمة الثقافية هي المصدر الأقوي للتأثير في الثقافة المحلية سواء كانت ريفية أم حضرية.

التطبيقات والتوصيات :

تتلخص أهم التطبيقات والتوصيات فيما يلي:

- ١- استخدام الإرشاد النفسي داخل الجامعات والمدارس للتخفيف من وطأة الضغوط النفسية والاجتماعية والاقتصادية التي يعاني منها المجتمع خاصة للشباب والمراهقين بوصفهم أكثر حساسية تجاه هذه الضغوط ومن ثم يصبح التدخل الوقائي والعلاجي والإرشادي السريع والمكثف من خلال البرامج الإرشادية النفسية والاجتماعية هو خير السبل للحيلولة دون وقوع هذا الشباب اليافع تحت وطأة الصراعات والإحباطات ثم المرض النفسي.

- ٢- توفير كافة الفرص للشباب الجامعي لتدريبه على مهارات الحياة الأسرية ومهارات الحياة العلمية والعملية الناجحة لتحسينهم ضد كافة أنواع الضغوط أو لتبنيهم لإدارة هذه الضغوط بطريقة مناسبة.
 - ٣- توفير بعض فرص العمل للشباب من خلال مشروعات التشغيل التي تتناسب وتعليمه وقدراته وإمكاناته سواء أثناء الدراسة أو بعد الإنتهاء منها.
 - ٤- العمل على بث روح الانتماء للأسرة والاندماج في الحياة الأسرية والعودة إلى قيم وأخلاقيات ومبادئ تحمل المسؤولية في الأسرة واليخفاظ على تماسكها وقوتها.
 - ٥- إتاحة الفرص للشباب الجامعي للتنفيس عن ضغوط الحياة الأسرية من خلال أنشطة وممارسات جامعية سوية وفعالة تمتص هذه الضغوط وتحولها إلى طاقة نافعة للمجتمع.
- بحوث مقترحة:**

- ١- أثر فاعلية برنامج إرشادي لإدارة الضغوط الأسرية في تنمية بعض جوانب الصحة النفسية الإيجابية لدي الزوجات والأزواج العاملين بمهن مختلفة.
- ٢- دراسة العلاقة بين الضغوط الأسرية والتحصيل الدراسي لدي تلاميذ المرحلة الثانوية.
- ٣- دراسة للعلاقة بين الضغوط الأسرية والاضطرابات السلوكية لدي الأطفال.
- ٤- أثر برنامج إرشادي لمواجهة الضغوط الأسرية في تنمية التفكير الابتكاري لدي المراهقين.
- ٥- دراسة للعلاقة بين الضغوط الأسرية وبعض المشكلات السلوكية لدى الأحداث الجانحين.

المراجع

- ١- أبو بكر مرسي (١٩٩٧). أزمة الهوية والاكنتاب النفسي لدي الشباب الجامعي، مجلة دراسات نفسية، المجلد السابع، العدد الثالث، ص ص ٣٢٣-٣٥٢.
- ٢- أحمد عكاشة (١٩٨٢). علم النفس الفسيولوجي، ط٦. القاهرة: دار المعارف.
- ٣- أحمد عكاشة (١٩٩٨). للطب النفسي المعاصر، ط ٥، القاهرة: الأنجلو المصرية.
- ٤- انشراح محمد دسوقي (١٩٩١). للفروق بين طلاب الريف والحضر في إدراك المعاملة الوالدية وعلاقة ذلك ببعض خصائص الشخصية، مجلة علم النفس، العدد الرابع عشر، يناير، فبراير، مارس. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- ٥- إيناس عبد الفتاح أحمد، محمد محمود محمد نجيب (٢٠٠٢). ضغوط الحياة وعلاقتها بالأعراض السيكوسوماتية وبعض خصال الشخصية لدي طلاب الجامعة: دراسة كشفية، دراسات نفسية، المجلد الثاني عشر، العدد الثالث، يوليو. القاهرة.
- ٦- جمعة سيد يوسف (١٩٩١). ترتيب أحداث الحياة المثيرة للمشقة، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، العدد (١)، سبتمبر. القاهرة: الأنجلو المصرية.
- ٧- حامد زهران (١٩٩٨). التوجيه والإرشاد النفسي، ط٣. القاهرة: عالم الكتب.
- ٨- حامد عبد العزيز الفقي (١٩٨٤). مفاهيم العلاج النفسي الأسري وأنماط التفاعل داخل الأسرة المريضة (النشأة والتطور)، حوليات كلية الآداب، الحولية الخامسة، الرسالة الرابعة والعشرين، ص ص ٥-٥٤. الكويت. جامعة الكويت.
- ٩- حسن مصطفى عبد المعطي (١٩٩٤). ضغوط أحداث الحياة وأساليب مواجهتها- دراسة حضارية مقارنة في المجتمع المصري والإندونيسي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد (٨) أبريل. القاهرة: الأنجلو المصرية.
- ١٠- زيدان عبد الباقي (١٩٨٠). الأسرة والطفولة. القاهرة: النهضة المصرية.
- ١١- زينب شقير (١٩٩٧). الضغوط النفسية والاحترق النفسي لدي طالبات الجامعة، العدد (٦)، مجلة الإرشاد النفسي. كلية التربية. جامعة عين شمس.
- ١٢- صالح حزين السيد (١٩٩٠). اختبار دليل التفاعلات الأسرية، مجلة علم النفس، العدد الثالث عشر، السنة الرابعة. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- ١٣- عبد الباسط محمد حسن (١٩٧٧). علم الاجتماع. القاهرة: مكتبة غريب.

الضغوط الأسرية كما يدركها الأبناء الجامعيون

- ١٤- عبد العزيز الشخص (١٩٩٥). "مقياس المستوي الاجتماعي الاقتصادي للأسرة" دليل المقياس، الطبعة الثانية. القاهرة: الأنجلو المصرية.
- ١٥- علاء الدين كفاقي (١٩٩٠). الصحة النفسية. الجيزة: هاجر للطباعة والنشر والتوزيع.
- ١٦- علاء الدين كفاقي (١٩٩٩). علاج الأسرة "العلاجات التحليلية والسلوكية والنفسية"، مجلة علم النفس، العدد الثاني والخمسون، السنة الثالثة عشر. للقاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- ١٧- علاء الدين كفاقي (٢٠٠١). أنماط أسرية تعرض الأطفال للخطر، مؤتمر دوز تربية الطفل في الإصلاح الحضاري، مركز دراسات الطفولة ومركز الدراسات المعرفية من ٢٧-٢٩ يونيو. القاهرة.
- ١٨- فؤاد البهي السيد (١٩٥٨). الجداول الإحصائية لعلم النفس والعلوم الإنسانية الأخرى. القاهرة: دار الفكر العربي.
- ١٩- فايز قنطار (١٩٩٢). الأمومة: نمو العلاقة بين الطفل والأم، العدد (١٦٦) أكتوبر. الكويت: عالم المعرفة.
- ٢٠- فيولا البيلاوي (٢٠٠١). ضغوط الحياة في الأسرة: مدخل لإرشاد الأزواج "المؤتمر السنوي الثامن لمركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس" ص ص ٦٠٥-٦٣٩.
- ٢١- فيولا البيلاوي (١٩٨٨). مقياس الضغوط الوالدية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- ٢٢- محمد فكري حسين الباجوري (٢٠٠٢). مدى فعالية برنامج إرشادي لتخفيف الضغوط للوالدين المعاق أحد أبنائهما في المراحل الأولى من التعليم، رسالة دكتوراه "غير منشورة". كلية التربية. جامعة المنوفية.
- ٢٣- مصطفى زبور (١٩٨٢). في النفس، بحوث مجمعة في التحليل النفسي. القاهرة: الناشر غير مبين.
- ٢٤- نادية حسنين عبد القادر (١٩٩٢). مدى فاعلية برنامج للتدريب التوكيدي في تنمية بعض جوانب الصحة النفسية الإيجابية لدى الطلاب الجامعيين، رسالة دكتوراه "غير منشورة". كلية التربية- جامعة عين شمس.
- ٢٥- نزيه حمدي (١٩٩٩). فاعلية تدريبات التحصين التدريجي ضد الضغط النفسي في خفض المشكلات، مجلة جامعة دمشق للأدب والعلوم الإنسانية والتربوية، المجلد ١٥، العدد الرابع. سوريا.

٢٦- نعيمة عبد الكريم (١٩٩٩).. الاستراتيجيات الدينية وأحداث الحياة الضاغطة، دراسات نفسية، المجلد الرابع، العدد الرابع، أكتوبر. القاهرة: رابطة الأخصائيين النفسيين رانم.

٢٧- هارون توفيق الرشيدى (١٩٩٩). الضغوط النفسية طبيعتها ، نظرياتها، برنامج لمساعدة الذات فى علاجها. القاهرة: الأنجلو المصرية.

٢٨- وفاء محمد عبد الجواد (١٩٩٤). فعالية برنامج إرشادي فى خفض الضغوط لدى عينة من المعلمين، رسالة دكتوراه. كلية التربية - جامعة عين شمس .

٢٩- وليم الخولي (١٩٧٦). الموسوعة المختصرة فى علم النفس والطب العقلي. القاهرة: دار المعارف.

- 30- Alva, Sylvia (1999). Psychosocial stress, internalized symptoms, and the academic achievement of his panic adolescents. Journal of Adolescent Research, Vol. 14, Issue 3, P 343. 16p.
- 31- Averill, J.R. (1973). Personal control over a versive stimuli and its relationship to stress. Psychological Bulletin, 80, 286-303.
- 32- Bartz, D. & Mathews, G. (2001). Enhancing students social and psychological development. Education Digest, Mar. Vol. 66 Issue 7, pp. 33-37.
- 33- Baxter, Christine et al. (2000). Parental stress attributed to family members with and without disability. A longitudinal study J. of International and Developmental Disability, Jun. Vol. 25, Issue 2, p. 105.
- 34- Baylis, Peter(2002). Promoting Resilience, Aberta mental health board: Children Mental Health, March.
- 35- Berkey, Karevy.M. & Hanson, Shirley, M. (1991). Family assessment and intervention. Mosby-year book, Inc. U.S.A.
- 36- Bomar, P. (1989) Family stress, In Bomar (ed) Nurses and family health promotion: Concepts, assessment and interventions, pp 103-114. Baltimore Willians and Wilkins.
- 37- Boss, P (2004). Ambiguity : factor in family stress management. College of Human Ecology .Minnesota Extension Service Publications.
- 38- Boss,P (1957) . Family stress" Perception and context " In Marvin.B.S & Steinmetz (eds), Hand book on marriage and the family . USA. Plenum Press.
- 39- Brennan, Patricia Hammen, Katz. Annak Brocque& Robyrie (2002). Maternal depression, paternal psychopathology and adolescent diagnostic anthems: Journal of Counting and Clinical Psychology. Vol70, No 5. Pp 1075-1055.

- 40- Campbell, Cathy. & Demi, Alice (2000). Adult children of fathers missing in action (MIA): an examination of emotional distress, Grief, and family hardness". Family Relation. Vol.49, Issue 3, P267, 10p.
- 41- Caplan, C.D. (1981). Mastery of stress: Psychological aspects Amer. J. Psychic, pp. 413-420.
- 42- Castello, E, Angold, J, March, J (1998). Life event and past – traumatic stress. The development of a new measure for children and adolescents. Psychological Medicine, 28, pp 1275- 1288. Printed in the united Rindom.
- 43- Causey, Kell (2002): Getting to work: Factors influencing sustained work performance by high risk youth. D.A.I. vol. 1-A, P. 2010
- 44- Conger ,Rand, Conger, Katherine; Elder,Glen(1993). Family economic stress and adjustment of early adolescent girls. Developmental Psychology, Vol. 29 (2), pp 206-219
- 45- Conger, Rand; Wallace; Lora & Sun, Yumei (2002). Economic pressure in African American families: A replication and Extension of the family stress Model. Developmental Psychology Vol. 38(2). March, pp. 179-193:
- 46- Cox, Janet (2001) . An impact study of the youth and families with promise mentoring program on parent and family outcomes. D.A.I,40,No.03,P.612.
- 47- Curran, D (1985). Stress and healthy family Minneapolis. Winston press . Harper & Row .
- 48- Davi, Trina (2002). The rôle of family support, mentor support, peer behavior and gang involvement in predicting externalizing behavior for inner- city youth, D.A.I. Vol. 1- B, P. 6089.
- 49- Deborah, J.(2001) .Stress generation in intact community families :Depressive symptoms, perceived family relationship stress, and implication for adolescent adjustment. J. of Social and Personal Relationships.Vol.18.Issue.4,P.443.
- 50- Delongis, A.F. & Lazarus, R.S. (1988). The impact of daily stress on health and mood psychological social resources as mediators. Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 54, No. 3 pp. 486-445:
- 51- Diede , Ann(2004) . Farm , family crisis. and the effects of economic stress on farm youth and their families. " The Farm Family connection, WSU cooperative Extension".
- 52- Dill, P. Jracy, B. (1998). Stressors of college. A Comparison of traditional and non traditional students. J. Psychology. Vol.132, pp25-32.

- 53- Dohrenwend, B.S. (1984). Symptoms, hassles , social support and life events problem of social support and life events problem of confounded measures. *Journal of Abnormal Psychology*. Vol. 93, No. 2, pp. 222-230.
- 54- Elias, M; Friedlander, B (1994). The social decision making and life skills development program.: A framework for promoting students social competence and life skills and preventing violence , substance abuse and related problem behaviour. Paper presented at the safe schools , safe students : A Collaborative Approach to Achieving safe . Disciplined and Druge . Free schools conducive to learning Conference . Washington , Dc , October 28 – 29 .
- 55- Family Reriliency, Building Strengths to Meet Lifet Challenges. Notional Network for Family Resiliency. Children youth and Families Network. CSREE. USDA.
- 56- Flegley, C.R. & Mecubbin, H.I (1983). Stress and family. Vol. 2. Coping with Catastarophe, New York : Burnner/ Mazel.
- 57- Fox, Greer . Benson ; Michael . De Maris. A (2002). Economic distress and intimate violence: Testing family stress and resources theories, *J. of Marriage & Family*, Vol. 64, Issue 3. p 793-15.
- 58- Frazier, Patricia & Schauben, Laura (1994). Stressful life events and psychological adjustment among female college students. *Measurement & Evaluation in Counseling & Development*. Vol. 27, Issue 1. P 280, 13 P, 6 charts.
- 59- Griffith M. (1993). Adolescent coping with family. school. and peer stressors. <http://orders.eders.com/members/sp.cfm?An=ED374367>
- 60- Grosst, T.& Master Brook, M. (1980). Examination of the effects of state anxiety on problem- solving efficiency under high and low memory condition. *Journal of Educational Psychology*. Vol.75, pp.605-609.
- 61- Hambrich – Dixon (2004) . The inpacnt of corporat enironmental stressors on family life : A research Agenda . Stop Commercial Exploitation of Childrn .
- 62- Hambrich–Dixon (2004). The impact of corporate environmental stressors an family life : A Research Agenda. Stop Commercial Exploitation Of Children. <http://www.commercialexploit.com/articles/theumpact.htm>.
- 63- Harold. L. & Fredrich, B (1975). Occupational role stresses (New York), Pretence Hall, Inc. Engle wood Chifts, P. 559.
- 64- Heaven P.C. (1996). Adolescent health: the vole of individual differences. London: Rutledge.

- 65- Howard, J ; Lning , C and Copeland (2003): Suicidal behavior in young offender. Population, Crisis : The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention. Vol. 24 (3) pp. 98-104.
- 66- Howland, L ; Gortmaker, S and Mofenson, C (2000): Effects of negative life events on immune suppression in children and youth infected with human immunodeficiency virus type 1. Pediatrics, Sept. pp 1-2.
- 67- Husani, B.A& Nelk, J.A. (1980). Characteristic of life and psychiatric important Rural Disease. Vol. 168, pp. 155- 166.
- 68- Jackeson , Sara ; Sifer , Jared ; Dori V , (2003) . Family protective factors and behavioral outcome : The role of appraisal in family life events . Journal of Emotional and Behavioral Disorders , Summer .
- 69- Jessor, R. (1990). Personality, perceived life chances and adolescent health behaviour. In Hurrelmann, K.& hosel, F.(Eds.): Health hazards in adolescence . N.Y.:Walter Degryter, 25-43.
- 70- Jones, R.W. (1993). Gender specific differences in the perceived antecedents of academic stress. Psychological Reports. Vol. 72, pp.739-743.
- 71- Jorgensen, R. & Johnson, J.(1990). Contributors to the appraisal of major life changes:Gender perceived controllability, sensation seeking, strain, and social support. Journal of Applied Social Psychology. Vol. 20, (14), pp. 1123-1138.
- 72- Karen , C& Teffrey, N(2000).Parenting and family stress treatment out comes in attention . Journal of Upnormal Child Psychology, Vol.28 Issue 6,P.543.
- 73- Kurtz. Ann. M. (1985). The influence of family structure on the relationship between stressful life and illness (Psychosomatics).Dissertation Abstracts International. Vol.47, (05 B) , 21410.
- 74- Lazarus(1986).Stress and depressive symptonatology. Journal of Abnormal. Psychology. Vol. 95, No. 2 pp. 107-113.
- 75- Lazarus, R.S. (1966). Psychological stress and the coping process. New York: Mcgraw- Hill.
- 76- Leinonen, Jenni ; Solantus, Tytti and Punamaeki, Raija- Leena (2002). The specific mediating path between economic hardship and quality of parenting. International Journal of Behavioral Development. Vol. 26, No 5, pp 423-435.
- 77- Levine. S. & Scotch. N.A. (1970). Social stress . USA: Ed Alotine Publishing Company, Chicago P. 114).

- 78- Love, D (2002): Examining the role of temperament in adolescent responses to family stress D.A.I. vol. 1-B, P 2779.
- 79- Love,D(2002): Examining the role of temperament in adolescent responses to family stress.D.A.T,Vol(1-B) P.2779.
- 80- Lowis, Michael (1997). A humor workshop program to aid coping with life stress. Mankind Quarterly, Fall / Winter, Vol. 38 Issue ½, p25, 14 P, 1 chart.
- 81- Magaya , Lindiwe ; Asner –Self , Kimberly & schreiber , James (2005) . Stress and coping strategies among Zimbabwean adolescents , British Journal of Education Psychology . Vol . 75 , pp 661 – 671 .
- 82- Marks, D. et al. (2000). Health psychology. Theory research and practice, London : SAGE Publications.
- 83- Marsh D.T. (1992). Families and mental retardation, one ladison A vemue. New York : Mcgraw – Hill .
- 84- Martin, R.A. and Lekcourt, H. (1981). Sense of humor as moderator of the relation stressors and mood. Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 45, .6, pp. 1313- 1324.
- 85- Mathews, Doris, B. (1989). Relaxation theory for rural youth. Research Bulletin. No. 46.
- 86- -Mc Cubbin , Necdle m R, & Wilson,M (1987) . adolescent health risk behaviors : Family stress and adolescent coping as critical of Applied . Family & Child Studies. Vol.34, No 1 pp 51-62 .
- 87- McCubbin, Hamilton ; Needle, Richard. & Wilson. Marc (1987). Adolescent health risk behaviors family stress and adolescent coping as critical factors. Family Relations. Journal of Applied Family & Child Studies. Vol. 34. No 1 pp 51-62.
- 88- Mcnamara, Sarah (2000). Stress in young people. What's new and what can we do? London: Continuum.
- 89- Meschke, Laurie (2002). A happy, healthy home life helps prevent teen drinking and smoking . Human Development and Family Studies. Good Reason Consulting . Inc.
- 90- Minnesota Extension service (2004) . Helping persons cope with change , Crisis and loss . univerty of Micnnesato . Extensio service Distribution center .
- 91- Misra, R (2000). Academic stress of college students: Comparison of student and faculty perception. College Student Journal. 34, 2: 236-246.
- 92- Murray, H.A. (1938). Explorations in personality. New York Oxford.

- 93- Neuman, B (1989). The Newman , system model – in B. Newman (Ed.) The Newman, system model (2nd pp. 3-50) Norwalk, CT: Appleton & Lange. The Newman, college Nursing Faculty (1987). The Newman, college / Nursing process Tool. Aston, PA: Neuman, College – Department of Nursing.
- 94- Newby, F. & Schlebusch, L.(1997). Social support self- efficiency and assertiveness as mediators of student stress. Journal of Human Behavior, 34 (3-4) 61-64.
- 95- Newuman, B. (1983). Family intervention using the Betty Neuman health – care systems model. In I Clements & F. Roberts (Eds) Family health: A theoretical approach to nursing care (pp. 161-176) New York: Wiley.
- 96- Oleary, A. (1990). Stress, emotion and human immune function. Psychological Bulletin, 108, 363-382.
- 97- Olson, D.H; McCubbin, H; and Barnes, H. (1983). Families – what makes them work. Beverly hills, CA: Sage powers, 1- (1973). National leaguq of families and the development of family services. I H. McCubbin, B. Dahl, P. Meters, Jr. e. Hunter, & J. Plag (Eds). Family separation and reunion. Families of prisoners of war and servicemen missing in action, pp. 1-10 Washington. US Government Printing Office.
- 98- Pitzer , R (2004). Supporting –. distressed young people .Communication and Educational Technology Services. University of Minnesota Extension Service.
- 99- Plunkett, scoh; henry, Carolyn& Knaub, patricia (1999). Family stressor Events. Family coping and adolescent adaptation in farm and ranch families. Adolescence, vol. 34, Issue 133. P 147. 22p.
- 100-Random House Webster's Dictionary (1993). New York: Ballantine Reference library.
- 101-Rathes, SA. (1981). Psychology. New york : Halt Senhart And Winston. P. 464.
- 102-Riedford, Katherine (1998). Sibling offspring of alcoholic parents. Variations among stressors, resources, coping styles. biological vulnerability and adjustment in sibling groups. D.A.I. Vol. 58, No 8- B p 4146.
- 103-Rybski. Nancy (1998). An evaluation of family group therapy program for domestically violent adolescents (Juvenile offenders). D.A.I, Vol. 59, No 8- A, P 3227.
- 104-Sarason, L. & Sarason, B. (1979). The importance of cognition and moderator variables in stress. Technical Reports SCS- LS-009, Arlington, Va : office of Naval Research.

- 105-Seaward,B(1999). Managing stress. Principles and strategies for health and wellbeing London: Jones and Bartlett Publishers.
- 106-Selye, H. (1976) : The stress of life . New York : McGraw – Hill.
- 107-Selye, H. (1993). The physiology and pathology of exposure to stress. Canada: Acta, Inc. Montreal, P. 312.
- 108-Sheidow,A.J(2001). Family functioning as a moderation of family stress: Youth and caregiver emotional outcome. D.A.I, Vol.62, No.(7B) P.4489.
- 109-Siddique, C. & Darcy, C. (1984). Adolescence, stress and psychological well being. Journal of Youth and Adolescence, 13 (6), 459-473.
- 110-Simmon, J.C. (1993). The effect of stress inoculation training on managing stress of first year law students. Dissertation Abstracts International. University of Northern Colorado.
- 111-Singer (1988). Stress management training for parents of children with sever handicaps, Journal of Mental Retardation. Vol. 26, pp. 269-277.
- 112-Stankovich. Dragan (2001). Inequality, poverty and family stress undermine child health in Australia. International Committee of the fourth International. Australia & South Pacific .
- 113-Taylor, Sylvie (1996). Impact of maternal and family factors on behavior problems in African. American children living in urban poverty. D. A.I. vol. 57, No 5 –B, p 3455.
- 114-Towbes, L. & Cohen, L. (1996). Chronic stress in lives of college students: scale development and prediction of distress. Youth and Adolescence, 25: 199-217.
- 115-Turner, A.L. (1980). Therapy with families of a mentally retarded child. Journal of Marital and Family Therapy. Vol. 6. pp. 169-170.
- 116-Walace,A.J (2001).Estressors , distress, and resources: Reciprocal and buffering influences during the transition from adolescence to adulthood.D.A.I.Vol.62.No.(6A) P.2250 .
- 117-Walker. Joyce (1986). Teens in distress series. Adolescent stress and depression. University of Minnesota. Extension service. 4-H youth development..
- 118-Warrall, N. & May (1989). Towards a person in situation model of teacher stress, Br. J. of Educ. Psychol. Pp 174-186.
- 119-Young, Lucia (1997). The differential impact of parental death on adolescent stress as determined by individual and family coping resources. D.A.I. Vol. 57. No 10- B. p 6620.

*Family stresses as perceived by University Students
A Comparative study in towns and the countryside
and counseling program to surmount family stresses*

This research aims at studying the extent of the efficiency of a counseling program to relieve or to confront family stress on university students from both sexes, rural and urban, and they involve both of family stress affecting the family generally, and the strategies for confronting the family specifically, and the strategies for confronting those stress that are measured by the strength of the family order.

The sample used in the present research in its final picture consisted from 400 student, chosen from and initial total group of 700 student (male and female) the second branch in faculty of education, Ain Shams University. second branch faculty of Qualitative Education, El- Mounifia University, in the university year 2002-2003.

That was made after applying the scale of socio-economic status on them, where the used total group contained eight subgroups each consists of 50 students. To investigate the validity or non validity of the research hypotheses, the two researchers conducted on the subjects of the eight groups several instruments :

- 1- Socio Economic Scale.
- 2- Family stress scale as realized by college students and consist from three sub-scales: the first one measures family stress affecting family generally and the second measures family stress affecting the family specifically, and the third measures the strength of family order or confronting strategies.
- 3- The counseling program to relieve or confront family stress for college students.

The two researchers used in this research an experimental design depends on both the pre- and post- measurements, and they treated their data statistically using the variation analysis method according to model (2x2x2) where they aimed at identifying the effect of both of sex and socio- economic

status, the type of culture, treatment, and interaction between them as independent variables on the variation of degrees that the subjects of the eight sub- group had received in the dependent variables, place of attention, and which contains perceived family stress (the general –the – specific – and confronting strategies.

The results of the study demonstrated the validity of the hypotheses – partially – where the results showed the existence or a significant influence for the variable of socio – economic status on the scores of the subjects of the eight sub- groups on the first sub- scale, and measures family stress generally (in the pre-measurement), there were found the existence of statistically significant differences between males and females.

With high socio- economic status and males and females family stress in the attitude of males and females the low economic status, which means that the low socio- economic status leads to more perception for family stress – As for perceiving specific family stress, the females with lower socio – economic status were more perceptive to stress than males.

Both of gender and socio – economic status have interacted in the varied degrees of confrontation strategies of the strength of family order significantly, which means that the strength of the perceived family order is affected by the interaction of both of the sex and socio-economic status for male and female students in rura land urban settings .

As for – the influence of the counseling program- the – results have shown the scores that the subjects of the eight sub-groups received in the post- measurement of family stress perception generally, and the existence of a significant influence for the variable of (treatment) or intervention in the counseling program, indicating the effectiveness of this counseling program in reducing the perception of general and special family stress, as well as evaluating the confrontation strategies that show the strength of family order for the students who went regularly to the used counseling program.

As for the influence of culture type (either it was rural or urban) in the perception of specific or generic family stress, or using confrontation

strategies that demonstrate the strength of the family order, the results did not reveal out in the pre- or- post – measurement an influence for this variable in the degrees of family stress by students in rural settings in a similar manner with the perception of the same those stress in the urban setting. The two researchers attribute this result related to the variable of cultural environment in the present study to the approximation of culture between rural and urban settings as a result for globalization, rapid cultural change. information revolution, the influence of various open mass media channels on all family members, specially youths, which led to a similarity of attitudes and dissolving of cultural classes and environments among each others that is the result of the dangerous effect of the dominant cultural system, the audio-visual system, represented in tens of striking media empires that push with millions of pictures daily and received by millions all over the world. So the cultural globalization became the most strong source for influence in the local culture, either it was rural or urban.