

## مصادر الضغط النفسي لدى طلبة المراكز الرياضية للموهوبين والمتفوقين واستراتيجيات التعامل معها

د. سهيلة محمود بنات

قسم الإرشاد والصحة النفسية  
كلية العلوم التربوية- الجامعة الأردنية

د. سعاد منصور غيث

قسم علم النفس التربوي  
كلية العلوم التربوية- الجامعة الهاشمية

د. حنان محمود طقش

قسم تربية الطفل  
كلية الملكة رانيا- الجامعة الهاشمية

## مصادر الضغط النفسي لدى طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين واستراتيجيات التعامل معها

د. سعاد منصور غيث

قسم علم النفس التربوي

كلية العلوم التربوية- الجامعة الهاشمية

د. سهيلة محمود بنات

قسم الإرشاد والصحة النفسية

كلية العلوم التربوية- الجامعة الأردنية

د. حنان محمود طقش

قسم تربية الطفل

كلية الملكة رانيا- الجامعة الهاشمية

### الملخص

هدفت الدراسة إلى تعرف مصادر الضغط النفسي التي يعاني منها طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين، وإستراتيجيات تعاملهم معها، وعلاقة كل منها بمتغير الجنس. طبقت الباحثات مقياسين أحدهما يتعلق بمصادر الضغط النفسي، والآخر يتعلق باستراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي على عينة الدراسة البالغ عددها (١٢١) طالبا وطالبة تم اختيارهم بشكل قصدي من ثلاثة مراكز ريادية.

أظهرت النتائج أن مجال (الانفعالات والمشاعر والمخاوف) من أهم مجالات مصادر الضغوط، يليه التحصيل الدراسي، وأن أقلها (الأموال المالية والاقتصادية)، والعلاقات مع الوالدين والأخوة)، ولم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى الجنس في مجالات مصادر الضغط. كما تبين أن أكثر إستراتيجية تعامل مع الضغوط استخداما هي (العدوان اللفظي والجسدي) ثم (الطرق المعرفية)، وأقلها (الانعزال). بينما ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في استخدام إستراتيجية (ممارسة عادات معينة) لصالح الذكور. كما ظهر ارتباط ذي دلالة بين إستراتيجية البحث عن الدعم الاجتماعي وجميع مجالات مصادر الضغوط باستثناء التحصيل الدراسي.

الكلمات المفتاحية: ضغط نفسي، إستراتيجيات التعامل، الموهوبون والمتفوقون.

## Resources of Psychological Stressors and Coping Strategies Among Gifted and Talented Centers Students

**Dr. Soua'd M. Ghaith**

Faculty of Educational Sciences  
Hashemite University

**Dr. Suhayla M. Banat**

Faculty of Educational Sciences  
University of Jordan

**Dr. Hanan M. Taqash**

Faculty of Queen Rania for Childhood  
Hashemite University

### Abstract

The purpose of this study was to investigate sources of psychological stressors that gifted and talented students were suffering from. The study also aimed at investigating the coping strategies to these stressors. Two scale of stressors and coping strategies were administered on a sample of (121) male and female students that was selected intentionally from three centers.

Results showed that the most common stressors were: Emotions, Feelings and Fears, Academic Achievement. Financial and Economic and Relations with parents and siblings were the lowest stressors. With Regard to gender the results showed that there were no significant differences. Moreover, results showed that the physical and verbal aggression was the most used coping strategy, then the cognitive approaches. With regard to gender, the results revealed significant gender differences in favor of males on practicing specific habits strategy. Furthermore a significant correlation between Social Support Seeking strategy and all stressors domains except Academic Achievement domain..

**Key words:** psychological stress, coping strategies, gifted and talented.

## مصادر الضغط النفسي لدى طلبة المراكز الريفية للموهوبين والمتفوقين واستراتيجيات التعامل معها

د. سعاد منصور غيث

قسم علم النفس التربوي

كلية العلوم التربوية- الجامعة الهاشمية

د. سهيلة محمود بنات

قسم الإرشاد والصحة النفسية

كلية العلوم التربوية- الجامعة الأردنية

د. حنان محمود طقش

قسم تربية الطفل

كلية الملكة رانيا- الجامعة الهاشمية

### مقدمة الدراسة

تركز المجتمعات الديمقراطية في وقتنا الحاضر على الاستفادة من أفرادها وطاقاتهم المختلفة بصفتهم ثروة بشرية لا تقل أهمية عن الثروة الطبيعية، وترى بعض المجتمعات والدول أن الطاقة البشرية هي وسيلة التنمية وأداتها الأولى. والطلبة الموهوبون والمتفوقون (Gifted & Talented Students) يمثلون ثروة وطنية لأي مجتمع من المجتمعات، وهم يحتاجون إلى تنمية قدراتهم ومجالات تميزهم ورعايتهم، ولديهم العديد من الحاجات النمائية والإرشادية الخاصة والتمايز عما يقدم للطلبة العاديين، وذلك على عكس الاعتقاد السائد أن هؤلاء لا يحتاجون إلى اهتمام خاص، لأنهم قادرين ومتميزون ويستطيعون تدبير أمورهم، وحل مشكلاتهم بأنفسهم (Mendaglio, 2005).

إن الطلبة الموهوبين والمتفوقين يحتاجون إلى خدمات التربية الخاصة، شأنهم في ذلك شأن أقرانهم من ذوي الاحتياجات الخاصة. وقد أكدت التوصية الثالثة من توصيات المؤتمر الوطني الأول للتطوير التربوي في الأردن رعاية الطلاب الموهوبين وجاء تأسيس المراكز الريفية للطلبة الموهوبين والمتفوقين تحقيقاً لهذا التوجه.

لقد بلغ عدد هذه المراكز للعام الدراسي ٢٠٠٦/٢٠٠٧ سبعة عشر مركزاً موزعين على جميع محافظات المملكة وألويتها من الشمال إلى الجنوب، وتهدف هذه المراكز إلى إبراز مواهب الطلبة ورعايتهم، وتقديم نشاطات تربوية اختيارية موجهة لتنمية مواهبهم وتطوير مهارات التفكير والإبداع لديهم، وتقديم برامج إثرائية في اللغات والرياضيات والعلوم والحاسوب، وتنمية الجوانب الانفعالية من خلال البرامج الإرشادية الموجهة لبناء الشخصية القيادية وإتقان مهارات الاتصال، وفهم الذات، وتهيئة قيادات واعدة في شتى المجالات (وزارة التربية والتعليم، ٢٠٠٣، ص ١٠١).

وفي المراكز الريادية هذه يتم قبول الطلبة إما لتفوقهم الأكاديمي في المواد الأساسية ممن لا يقل معدلهم العام عن ٩٠ بالمائة، أو لموهبتهم الأدبية أو الفنية أو الرياضية أو في أي من المجالات: الثقافية أو الاجتماعية أو العلمية. ويلتزم الطلبة بالدوام في المراكز الريادية ثلاثة أيام في الأسبوع بعد انتهاء دوامهم المدرسي الاعتيادي، وذلك ليتلقوا تسع ساعات أسبوعياً من المحصص والنشاطات الإثرائية والخدمات الإرشادية.

إن ما يميز هذه المراكز الريادية هو اهتمامها بتقديم خدمة الإرشاد النفسي للطلبة الملتحقين بها، وبذلك فإن المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين في الأردن تستجيب لما ينادي به الباحثون المعاصرون من وجوب أن يكون الإرشاد النفسي جزءاً من البرامج الإثرائية المقدمة للطلبة الموهوبين والمتفوقين (Reise & McCoach, 2000). ويرى بعض الباحثين إنه على المرشدين العاملين مع الطلبة الموهوبين والمتفوقين أن يأخذوا بعين الاعتبار سمة الموهبة والتفوق لتفسير الصعوبات والضغطات التي يختبرها أولئك الطلبة (Moon & Hall, 1998). كما يرى هؤلاء أن الموهبة والقدرات العالية تبرر الحاجة إلى الإرشاد بغض النظر عن عمر الطالب أو جنسه أو مستواه الاقتصادي أو الاجتماعي أو ثقافته. وتؤكد العديد من الدراسات أن احتمالية حاجة الأطفال الموهوبين والمتفوقين للمساعدة في الجوانب النمائية الانفعالية والاجتماعية مساوية لحاجة العاديين، مع أنهم قد يكونون أكثر مقاومة لطلب المساعدة عندما يحتاجونها مقارنة بالعاديين (Peterson, 2002).

ومن الموضوعات التي نالت اهتمام الباحثين في هذا الميدان مسألة أثر الموهبة والتفوق على الصحة النفسية للموهوبين والمتفوقين. لقد تم فحص هذا الأثر من خلال تساؤل ثنائي القطب وهو: هل الطلبة الموهوبون والمتفوقون أقل أم أكثر احتمالاً لمواجهة الضغوط والمشكلات النفسية وسوء التوافق النفسي مقارنة بأقرانهم العاديين؟ (Neihart, 1999)، وهنا وجدت وجهات نظر متناقضة (Moon, Kelly & Feldhusen, 1997).

تشير بعض وجهات النظر تلك إلى أن الموهبة والتفوق تنعكس إيجابياً على الفرد انفعالياً واجتماعياً، ومن بين الدراسات التي وجدت ارتباطاً بين التفوق العقلي والقدرة على التكيف والتعامل مع الضغوطات دراسة كل من بيكر (Baker, Bridger & Evans, 1998) وشولوينسك ورينولدز (Scholwinski & Reynolds, 1985) التي توصلت إلى أن الذكاء المرتفع عامل من عوامل سهولة التكيف وسرعته، ذلك أن المتفوقين لديهم فهم أفضل لذواتهم والآخرين، بسبب قدراتهم العقلية المرتفعة، ولذلك فهم يتوافقون مع الضغوطات بشكل أفضل وبطرق صحيحة مقارنة بأقرانهم. كما لاحظ نيهارت (Neihart, 2002) في مراجعة للتراث الأدبي في هذا المجال أنه من السمات أو الخصائص المرتبطة بالموهبة والتفوق القدرة على حل المشكلات، والتقليل من تأثيرات الضغوط والشدائد على النفس. من جهة أخرى أظهرت الدراسات المهمة بالمشكلات والآثار السلبية المترتبة على

الموهبة والتفوق، والتي قارنت بين الموهوبين وبين العاديين، إن الموهوبين والمتفوقين لديهم مستويات أعلى من القلق، والنزعة للكمال، والمثالية، وحساسية عالية (Hebert, 2000)، وشعور بالوحدة والعزلة الاجتماعية أكثر مما لدى العاديين (Peterson, 2006).

تشير مراجعات الأبحاث التي قام بها يو و موون (Yoo & Moon) الواردة في (Peterson, 2006) إلى أنه من المحتمل أن يختبر الطلبة الموهوبون والمتفوقون مستويات عليا من الضغط النفسي المرتبط بتوقعاتهم عن أنفسهم وتوقعات الآخرين عنهم، إضافة إلى الضغوطات المرتبطة بالعبء الدراسي الثقيل والاشتراك في النشاطات، والقرارات المتعلقة بالتعليم والخطط المهنية المستقبلية. لقد توصل نيهارت (Neihart, 1999) إلى استنتاج مفاده أن تأثير الموهبة والتفوق يبدو أنه يعتمد على ثلاثة عوامل هي: نوع ودرجة الموهبة والتفوق، ودرجة ملاءمة الخدمات التربوية المقدمة، والخصائص الشخصية للطلاب.

ولتعرف مصادر الضغط النفسي لدى الطلبة المتفوقين والموهوبين أجريت على الصعيد العالمي العديد من الدراسات، فقد أجرى رسل (Russell, 1993) دراسة لتعرف الضغوطات التي يواجهها طلبة المدارس، وتوصلت إلى أن الطلبة يعانون من ضغوط تتعلق بالمجال الأكاديمي أكثر من أي مجال آخر من مجالات حياتهم، كما أن الإناث يدركن المواقف على أنها ضاغطة بدرجة أعلى مما هي لدى الذكور. كما قامت ريز (Reis, 1995) بتعرف المشكلات والضغوطات التي واجهت عينة من الإناث المتفوقات خلال حياتهن الدراسية واللواتي بلغ عددهن (٦٨) مشاركة. أشارت المشاركات إلى أن أهم الضغوطات التي تعرضن لها تمثلت في عدم توفر الدعم الأسري لإظهار التميز لديهن، وتدخل الأهل في اختياراتهن المهنية التي لم تكن تتناسب مع تحصيلهن المرتفع.

وتظهر المراجعة للدراسات السابقة المتعلقة باستراتيجيات الموهوبين والمتفوقين للتعامل مع الضغوط النفسية توفر العديد منها، فقد توصلت فريدنبرج (Freednberg, 1991) أن الإناث أكثر استخداما لكل من إستراتيجية البحث عن الدعم الاجتماعي، والطرق المعرفية مقارنة بالذكور، أما بالنسبة لباقى الاستراتيجيات فلم توجد فروق بين الذكور والإناث فيما يتعلق باستخدامها. كما أجرت سوايتك (Swiatek, 1995) دراسة توصلت إلى أن المتفوقين يتوافقون مع أقرانهم عن طريق استخدام استراتيجيات إنكار موهبتهم وتفوقهم، والتقليل من ظهور الموهبة (كالإدعاء المنخفض واستخدام المفردات الأقل تعقيدا عند وجودهم مع أقرانهم)، وإنكار الخوف من الرفض الاجتماعي، والاندماج في النشاطات اللامنهجية، ولم تظهر الدراسة فروقا بين الجنسين فيما يتعلق باستراتيجيات التعامل المستخدمة. أما دراسة بريوس ودوبو (Preuss & Dubow, 2003) فقد بينت أن المتفوقين والموهوبين يستخدمون استراتيجيات حل المشكلة بدرجة أكبر من الطلبة العاديين. وقد أظهرت دراسة بلنكيت وزملائه (Plunkett, Radmacher & Moll-Phanara, 2000) أن هناك فروقا بين

الذكور والإناث في استراتيجيات التعامل التي يستخدمونها حيث تميل الإناث إلى استخدام إستراتيجية البحث عن الدعم الأسري والاجتماعي بدرجة أعلى من الذكور. وقد توصل تشان (Chan, 2004) في دراسته إلى أن الطلبة الموهوبين يتوافقون مع الضغوطات عن طريق تقبل الزملاء، والسلوك التجنبي كأبرز إستراتيجيتين مستخدمتين للتوافق مع الضغوطات النفسية. أما هامبل وبيترمان (Hampel & Petermann, 2005) فقد توصلوا إلى أن المراهقين من الذكور والإناث يستخدمون إستراتيجيات غير تكيفية للتعامل مع الضغوطات الشائعة بدرجة أعلى من استخدامهما للإستراتيجيات التكيفية. وفي دراسة أخرى لتشان (Chan, 2005) عبر الطلبة الموهوبون والمتفوقون عن تعرضهم لضغوطات تتعلق بتشكيل الصداقات، والتوقعات العالية من الوالدين - وذلك لدى الذكور دون الإناث، كما بينت الدراسة أن الطلبة الموهوبين من الذكور والإناث يميلون إلى استخدام استراتيجيات تكيفية مثل حل المشكلة والمواجهة للتعامل مع الضغوطات. أما بالنسبة للدراسات المحلية المهتمة بموضوع مصادر الضغط النفسي لدى طلبة المدارس، واستراتيجياتهم في التعامل معه، فقد اقتصر اهتمامها على الطلبة (ذوي التحصيل المرتفع والمتوسط والمنخفض)، والذين يدرسون في المدارس العادية دون دراسة هذا الموضوع لدى المتفوقين والموهوبين الذين يتلقون خدمات تربوية خاصة بهم -على حد علم الباحثات- ومنها دراسة ششتاوي (١٩٩٣) والتي توصل فيها إلى أن (الحصول على علامات متدنية) كان من أهم مصادر الضغط النفسي لدى الطلبة . من ناحية أخرى توصلت درويش (١٩٩٣) إلى أن الطلبة الذكور أكثر استخداما للإستراتيجيات المعرفية، والبحث عن الدعم الاجتماعي، والتمرينات الجسدية، والعدوان وممارسة عادات معينة مقارنة بالإناث، أما الإناث فقد استخدمن استراتيجيات التعبير عن المشاعر، والانعزال، والتحول عن الموقف وتجنبه بدرجة أعلى من الذكور. كما تبين للباحثة أن الطلبة ذوي التحصيل المرتفع يميلون إلى استخدام الإستراتيجيات التكيفية بدرجة أعلى من استخدام ذوي التحصيل المتدني لها. كما قامت داوود (١٩٩٥) بدراسة لتعرف مصادر الضغط النفسي لدى طلبة الصفوف من السادس إلى العاشر وذلك على عينة من (٣٢٠) طالبا، أظهرت النتائج وجود ضغوطات على مستوى مرتفع مثل (المدرسة والجو الصفي، والمشاعر والمخاوف)، وضغوطات من مستوى منخفض مثل (العلاقة مع الزملاء والمدرسين، والأمور المالية)، وفروقا في مصادر الضغوطات بين الجنسين (العلاقات مع الجنس الآخر، والأمور المالية والتخطيط للمستقبل والانفعالات والمشاعر) كما وجدت فروقا ذات دلالة إحصائية بين الصفوف المختلفة في مجالات مصادر الضغوط المتعلقة بالمدرسة والجو الصفي، والعلاقة مع المدرسين، والعلاقة مع الزملاء والانفعالات والمشاعر. كما توصلت إلى أن الطلبة المتفوقين أكاديميا يعانون من ضغوطات أقل من الطلبة ذوي التحصيل الأكاديمي المتدني.

أما الدراسات المحلية التي استهدفت الطلبة الموهوبين والمتفوقين الذين تقدم لهم خدمات تربوية خاصة، فقد تبين للباحثات من خلال مراجعة مكثفة للموضوعات المتعلقة بالصحة النفسية والتكيف لديهم تركّز اهتمامها على دراسة مشكلاتهم، وحاجاتهم الإرشادية مثل: دراسة محاسنة (٢٠٠١) التي هدفت إلى الكشف عن مشكلاتهم وحاجاتهم الإرشادية، فقد وجد فروقاً ذات دلالة إحصائية في الحاجات والمشكلات بين الطلبة المتميزين والعاديين في خمسة أبعاد لصالح الطلبة العاديين وهي (الخوف من الفشل، وعدم تفهم الوالدين لحاجاتهم الشخصية، والإحساس بالإحباط والعجز عن التغيير، وافتقار القدرة على اتخاذ القرار ومفهوم الذات)، أما في بعدي (السعي نحو الكمال والمواد الدراسية غير المتحدية لقدراتهم) فقد كانت الفروق لصالح الطلبة المتميزين. من جهة أخرى وجدت فروق بين الذكور والإناث المتميزين في أربعة أبعاد، إذ كانت الفروق لصالح الذكور في ثلاثة منها هي (عدم تفهم الوالدين لحاجاتهم الشخصية وسوء التكيف المدرسي، والإحساس بالإحباط والعجز عن التغيير)، بينما كانت الفروق لصالح الإناث في بعد (السعي نحو الكمال) ولم تظهر فروق ذات دلالة بينهما على بقية الأبعاد.

### مشكلة الدراسة

على الرغم من وجود عدد محدود من الدراسات التي تناولت مصادر الضغط النفسي لدى طلبة المدارس في المراحل المختلفة، واستراتيجيات التعامل التي يستخدمونها على المستوى المحلي فإن هذه الدراسات أغفلت الاهتمام بفترة الطلبة الموهوبين والمتفوقين، علماً أن هذه الفئة من الطلبة تخضع لبرامج اثرائية وتحظى باهتمام واسع، فإنه يقدم لها هذه الخدمات عبر المراكز الريفية المنتشرة في محافظات وألوية المملكة الأردنية الهاشمية. لذا جاءت هذه الدراسة من أجل تحديد مصادر الضغط النفسي التي يتعرض لها هؤلاء الطلبة وكذلك استراتيجيات التعامل التي يستخدمها للتوافق مع هذه الضغوطات.

إن هذه الدراسة تمثل استجابة للدعوات المتنامية من جانب المهتمين بميدان تربية الموهوبين والمتفوقين والتي تحث على أهمية دراسة حاجاتهم النفسية، والعمل على تلبيتها من خلال خدمات الإرشاد النفسي المدرسي من قبل المرشدين التربويين (Moon, 2003). إن الطلبة الموهوبين والمتفوقين لديهم مشكلات ومعاناة انفعالية واجتماعية ولا بد من العمل على مساعدتهم في التعامل معها، وتبرز أهمية هذه القضية في ظل اتجاهين سائدين الأول: أن هناك تحيزاً ضدهم من جانب المعلمين، وكذلك المرشدين النفسيين على أنهم لا يحتاجون إلى اهتمام خاص ورعاية، وذلك لأنهم يتديرون أمورهم بأنفسهم، ولكونهم يتمتعون بدرجات عالية من الصحة النفسية، والتوجيه الذاتي، وتقدير الذات المرتفع (Peterson, 2006). أما الاتجاه الثاني فهو المتمثل في أن هؤلاء الطلبة لا يطلبون المساعدة ولا يعلنون عن معاناتهم



فذلك يتعارض مع صورتهم التي شكلوها عن أنفسهم و (الكمال) و (الامتياز) الذي أطروا أنفسهم فيه، مما يجعلهم ينزعون لحل مشكلاتهم بأنفسهم الأمر الذي قد يؤثر على فعالية النتائج المترتبة على التعامل مع تلك القضايا النمائية والحياتية (Peterson, 2006).

### أهداف الدراسة

- 1- تعرف مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات التعامل معها لدى الطلبة الموهوبين والمتفوقين الملتحقين بالمراكز الريادية.
- 2- تعرف الفروق بين الذكور والإناث وتعرف مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات التعامل معه.
- 3- تعرف العلاقة بين مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات التعامل مع هذه الضغوط.

### أسئلة الدراسة

- تسعى الدراسة إلى الإجابة عن الأسئلة التالية:
1. ما هي مصادر الضغط النفسي الشائعة بين طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين؟
  2. هل تختلف متوسطات درجات طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين على أبعاد مقياس مصادر الضغط النفسي تبعاً لمتغير الجنس؟
  3. ما هي استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي التي يستخدمها طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين؟
  4. هل تختلف متوسطات طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين على أبعاد مقياس استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي تبعاً لمتغير الجنس؟
  5. هل يوجد ارتباط دال إحصائياً بين متوسطات درجات طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين على مجالات مقياس مصادر الضغط النفسي ومتوسطات درجاتهم على أبعاد مقياس استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي؟

### أهمية الدراسة

ستوفر الدراسة الحالية بيانات للمرشدين العاملين في هذه المراكز تتعلق بالضغوطات النفسية لديهم، وأبرز الاستراتيجيات المستخدمة للتعامل مع هذه الضغوطات آخذين بعين الاعتبار الفروق بين الجنسين على هذين، ومن ثم توظيف هذه النتائج في تقديم خدمات إرشادية منظمة، وبناء برامج ملبية لاحتياجاتهم الإرشادية وفق منهجية علمية. كما تكتسب هذه الدراسة أهميتها من كونها الدراسة الأولى في حدود علم الباحثات - التي تجرى على طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين في الأردن.

**محددات الدراسة**

١. اقتصرت الدراسة على الطلبة الموهوبين والمتفوقين في ثلاثة مراكز رياضية توزعت على محافظة العاصمة، والبلقاء، والزرقاء تم اختيارهم بطريقة قصديه.
٢. مدى صدق وثبات الأدوات المستخدمة في الدراسة.
٣. يتحدد تعميم نتائج الدراسة خارج مجتمعها الإحصائي بمدى مماثلة المجتمع الخارجي لمجتمع الدراسة الحالي.

**التعريفات الإجرائية للمصطلحات**

**مصادر الضغط النفسي (Stressors):** المواقف أو الظروف - الداخلية أو الخارجية - التي تسبب للفرد الشعور بالتوتر والضيق وعدم الارتياح بناء على التقييم الذاتي للفرد، أو التي يدركها الفرد على أنها تمثل خطراً على جسده أو نفسه، أو تهديداً لكيانه (Deniz, 2006, p: 1161). ويعرف إجرائياً في هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس مصادر الضغط النفسي لدى طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين.

**استراتيجيات التعامل (Coping Strategies):** يعرفها ليمان (Litman, 2006, P, 274) على أنها الطرق والأساليب المعرفية والسلوكية المتنوعة التي يستخدمها الأفراد لإدارة الضغوطات التي يواجهونها في حياتهم اليومية للتخفيف من آثارها عليهم. وتعرف إجرائياً في هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي للباحثة درويش (١٩٩٣).

**المراكز الريادية للطلبة الموهوبين والمتفوقين:** شكل خاص من أشكال الخدمات التربوية المقدمة للطلبة ذوي التحصيل الأكاديمي المرتفع، أو ذوي المواهب الفنية والأدبية والرياضية، وهي تمثل إستراتيجية الإثراء (enrichment) المتضمنة تزويد الطلبة غير العاديين ببرامج تربوية تشتمل على نشاطات إضافية على ما يتلقونه في المدرسة العادية، والتي بدورها تعمق من معرفتهم العلمية، وتنمي مواهبهم المتنوعة.

**الطلبة الموهوبون والمتفوقون (Gifted & Talented Students):** هم فئة من فئات الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة، ويعد مفهوم الموهبة والتفوق من أكثر المفاهيم جدلاً واختلافاً عليه من جانب الباحثين والعلماء المختصين. تبني هذه الدراسة تعريفاً تربوياً للموهوبين والمتفوقين، وهو أنهم الذين يعطون دليل اقتدارهم على الأداء الرفيع في المجالات العقلية والإبداعية والفنية والقيادية والأكاديمية الخاصة، مما يؤكد حاجتهم إلى برامج تربوية، أو مشاريع خاصة، ونشاطات لتلبية احتياجاتهم في مجالات تفوقهم وموهبتهم والتي لا تقدمها عادة المدرسة العادية، (جروان، ٢٠٠٢، ص ٥٩). وفي الدراسة الحالية تحدد فئة الطلبة الموهوبين والمتفوقين بهؤلاء الطلبة الملتحقين بالمراكز الريادية الثلاثية التي تم اختيارها.

## منهجية الدراسة وإجراءاتها:

## مجتمع الدراسة وعينتها

يتألف مجتمع الدراسة من جميع طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين في المملكة الأردنية الهاشمية والتي يبلغ عددها (١٧) مركزا والمتحقيين ببرامجها خلال الفصل الدراسي الثاني من عام ٢٠٠٦/٢٠٠٧، أما عينة الدراسة فقد بلغ عددها (١٢١) طالبا وطالبة (٥٤ طالبا و ٦٧ طالبة) موزعين على الصفوف من السابع إلى الأول ثانوي كالتالي: الصف السابع (١٨ طالبا وطالبة)، الصف الثامن (٣٩ طالبا وطالبة)، الصف التاسع (٢٩ طالبا وطالبة)، الصف العاشر (١٧ طالبا وطالبة)، الصف الأول ثانوي (١٨ طالبا وطالبة)، تم اختيارهم بشكل قصدي من طلبة ثلاثة مراكز ريادية موزعة على ثلاث محافظات هي العاصمة (مركز سحاب)، والبلقاء (مركز عين الباشا)، والزرقاء (مركز الزرقاء).

## أدوات الدراسة

## أولا: مقياس مصادر الضغط النفسي لدى الطلبة الموهوبين والمتفوقين

تم تطوير هذا المقياس لأغراض الدراسة الحالية ليشتمل على المواقف التي تشكل مصادر للضغط للطلبة في المراكز الريادية موزعة على سبعة مجالات وهي: التحصيل الدراسي، والعلاقة مع الزملاء/الأصدقاء، والأمور المالية والاقتصادية، والعلاقات مع الوالدين والأخوة، والعلاقات مع معلمي المدرسة والمركز، والانفعالات والمشاعر، والتخطيط للمستقبل، وقد اعتمد في تطوير المقياس أسلوب التحليل المنطقي، واتبعت فيه الخطوات التالية:

- ١- تحديد المقصود بمصدر الضغط (Stressor).
- ٢- تحديد المجالات التي يمكن أن يتعرض فيها الطالب للضغوط، وذلك بالرجوع إلى ما كتب في أدبيات الموضوع حول مصادر الضغط ومجالاته.
- ٣- تنفيذ مقابلات فردية مع مجموعة من طلبة المركز الريادي للموهوبين والمتفوقين بمديرية تربية عين الباشا بلغ عددهم (١٥) طالبا وطالبة، وذلك من أجل استكشاف المزيد من المواقف التي تسبب لهم الضغط والتوتر.
- ٤- قامت الباحثة السابقة بتطبيق استبانة مفتوحة على (٢٠) طالبا وطالبة، وجه إليهم السؤال التالي: (ما هي الضغوط التي تعتقد أن الطلبة الموهوبين والمتفوقين ممن هم في عمرك يتعرضون لها في سبعة مجالات) (والتي يبحث فيها المقياس)، وذلك بعد شرح مفهوم التوتر والضغط النفسي للطلبة الذين تم اختيارهم من الصفوف السابع وحتى الأول ثانوي. تلا ذلك قيام الباحثات بتفريغ إجابات الطلبة وصياغتها على شكل فقرات بصياغة مناسبة.
- ٥- تمت صياغة فقرات المقياس في الأبعاد السبعة التي يتشكل منها بالاستفادة من الخطوات السابقة لتمثل مواقف ضاغطة يتعرض لها الطلبة الموهوبون والمتفوقون.

**صدق الأداة**

قامت الباحثات بعرض المقياس بصورته الأولية والمؤلف من (٧٣) فقرة على عشرة محكمين من المختصين في الإرشاد النفسي، وعلم النفس التربوي من حملة شهادة الدكتوراه من الجامعة الأردنية، والجامعة الهاشمية، ووزارة التربية والتعليم، لإبداء ملاحظاتهم حول درجة ملاءمة الفقرات للمجالات المقترحة، ودرجة وضوحها، ودقة صياغتها اللغوية، وأية ملاحظات يرونها مناسبة. وبعد جمع الأداة من المحكمين تم الاطلاع على مقترحاتهم المتضمنة إعادة صياغة عدد من الفقرات، ولقد تم التعديل للفقرات اعتماداً على اتفاق ثلاثة محكمين فأكثر، وكانت خلاصة التحكيم أن حذفت (٤) فقرات فأصبحت الأداة بصورتها النهائية مؤلفة من ٦٩ فقرة يجيب عنها الطالب وفق نظام ليكرت الخماسي حيث تراوحت درجة المعاناة ما بين (عالية جداً = ٥ درجات، ومنخفضة جداً = ١ درجة).

**ثبات الأداة**

قامت الباحثات باستخراج ثبات المقياس باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار على عينة من طلبة المراكز الرياضية للموهوبين والمتفوقين - من غير أفراد عينة الدراسة - بلغ عددها (٦٠) طالباً وطالبة، حيث طبّق المقياس عليهم بصورة جماعية، ثم أعيد التطبيق نفس المقياس بعد أسبوعين من مرة التطبيق الأول، وقد بلغ معامل الاستقرار (٠,٨٥). كما تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة الاتساق الداخلي، وذلك باستخدام معادلة كرونباخ ألفا حيث وصل معامل الاتساق الداخلي (٠,٨٣) وهو ما عد مناسباً لأغراض الدراسة الحالية.

**ثانياً: مقياس استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي**

طورت درويش (١٩٩٣) مقياساً لقياس استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي لدى طلبة المدارس في عمر المراهقة ومؤلفاً من (٨٦) فقرة. وقد تم بناء المقياس بالرجوع إلى الدراسات السابقة، وإجراء دراسة استطلاعية على (٣٠٠) طالب وطالبة وجه إليهم سؤال كتابي كالتالي " اكتب ردود فعلك نحو مواقف الضغط النفسي والتوتر، والتي تهدف من خلالها إلى التقليل من تأثير الموقف الضاغط عليك"، ثم جمعت إجابات الطلبة، وحللت وصنفت إلى تسع استراتيجيات مثلت أبعاد المقياس وهي: إستراتيجية البحث عن الدعم الاجتماعي، والتعبير عن المشاعر، والطرق المعرفية، وتجنب الموقف والتحول عنه، والحركات الجسدية، والاسترخاء، والعدوان اللفظي والجسدي، والانعزال، وممارسة عادات معينة.

**صدق الأداة**

تأكدت درويش (١٩٩٣) من صدق المقياس عن طريق عرضه على هيئة من المحكمين

من أساتذة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية بلغ عددهم (١١) محكما، وقد تم الإبقاء على الفقرات التي أجمع المحكمون على صحتها، وحذف ما كان عليه خلاف بحيث أصبح المقياس مؤلفا بصورته النهائية من (٨٦) فقرة، ليستجيب الطالب على مقياس ليكرت خماسي يتراوح ما بين (يحدث دائما = ٥) و(لا يحدث أبدا = ١) للفقرات الإيجابية وتعكس في حالة الفقرات السلبية.

### ثبات الأداة

تم التأكد من ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة التطبيق بفواصل زمني قدره أسبوعان على عينة من طلبة المدارس بلغ عددها (١٠١) طالبا وطالبة، ووجد أن معامل الثبات باستخدام معامل الارتباط (بيرسون) يساوي ٠,٨٠، وهو ما يعد مقبولا لأغراض الدراسة.

### إجراءات التطبيق

تم تطبيق أداتي البحث على عينة الدراسة التي تم اختيارها من طلبة المراكز الريادية خلال الشهر الأخير من الفصل الدراسي الثاني للعام ٢٠٠٦/٢٠٠٧، حيث قامت إحدى الباحثات بزيارة المراكز المختارة، وتطبيق الأداتين على الطلبة المشتركين في الدراسة بشكل طوعي، وتم الحرص على تقديم الإرشادات والتوجيهات للطلبة المشاركين حول كيفية إبداء رأيهم في فقرات المقياسين بوضع إشارة (X) في المكان المناسب، وترك لهم الوقت الكافي للإجابة، هذا وقد تراوحت مدة التطبيق من (٤٥-٦٠) دقيقة. وقد تم تفرغ البيانات والمعلومات بجهاز الحاسوب الآلي، ليتبع ذلك إجراء عمليات استخراج النتائج باستخدام الرزم الإحصائية.

### نتائج الدراسة

#### عرض نتائج السؤال الأول

للإجابة عن سؤال الدراسة الأول الذي ينص على: "ما هي مصادر الضغط النفسي الشائعة بين طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين؟" تم استخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لأبعاد المقياس السبعة. والجدول رقم (١) يبين هذه المصادر مرتبة تنازليا حسب المتوسطات الحسابية.

يبين الجدول رقم (١) ترتيب مجالات مصادر الضغط النفسي السبعة تنازليا حيث حصل المصدر المتعلق بمجال (الانفعالات والمشاعر والخاوف) على أعلى متوسط حسابي (٢,٧١) وانحراف معياري قدرة (٠,٧٥)، أما أدنى متوسط حسابي فكان لمصدر (العلاقات مع الوالدين والأخوة) والذي بلغ (٢,١٣) وانحراف معياري قدرة (٠,٦). إن هذا يدل على أن أكثر مجالات مصادر الضغط النفسي انتشارا بين طلبة المراكز الريادية هو مجال (الانفعالات والمشاعر والخاوف) يليه

التحصيل الدراسي، فالتخطيط للمستقبل، فالعلاقات مع معلمي المدرسة والمركز الريادي، ثم العلاقة مع زملاء / الأصدقاء، الأمور المالية والاقتصادية، وأخيرًا مجال العلاقات مع الوالدين والأخوة.

### الجدول رقم (١) المتوسطات الحسابية (مرتبة تنازلياً) والانحرافات المعيارية لمصادر الضغط النفسي حسب درجات أفراد العينة على مقياس مصادر الضغط النفسي

مصدر الضغط	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
الانفعالات والمشاعر والمخاوف	١٢١	٢,٧١	٠,٧٥
التحصيل الدراسي	١٢١	٢,٦٧	٠,٧٠
التخطيط للمستقبل	١١٩	٢,٦٢	٠,٩٠
العلاقات مع معلمي المدرسة والمركز الريادي	١٢١	٢,٤٩	٠,٨٩
العلاقة مع زملاء / الأصدقاء	١٢١	٢,٢٧	٠,٦٢
الأمور المالية والاقتصادية	١٢١	٢,١٦	٠,٩٦
العلاقات مع الوالدين والأخوة	١٢١	٢,١٣	٠,٦٠

### عرض نتائج السؤال الثاني

وللإجابة عن تساؤل الدراسة الثاني والذي ينص على "هل تختلف متوسطات طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين على أبعاد مقياس مصادر الضغط النفسي تبعاً لمتغير الجنس؟" تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة الدراسة على مجالات مقياس مصادر الضغط النفسي تبعاً لمتغير الجنس، ويوضح الجدول رقم (٢) ذلك.

### الجدول رقم (٢) قيم المتوسطات والانحرافات المعيارية لطلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين على مجالات مقياس مصادر الضغط النفسي تبعاً لمتغير الجنس

مصدر الضغط	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
التحصيل الدراسي	ذكور	٥٤	٢,٧٢	٠,٧٤
	إناث	٦٧	٢,٦٣	٠,٦٦
العلاقة مع زملاء / الأصدقاء	ذكور	٥٤	٢,٣٥	٠,٦٦
	إناث	٦٧	٢,٢١	٠,٦١
الأمور المالية والاقتصادية	ذكور	٥٤	٢,٢٥	٠,٨٨
	إناث	٦٧	٢,٠٩	١,٠٣
العلاقات مع الوالدين والأخوة	ذكور	٥٤	٢,٠٨	٠,٦١
	إناث	٦٧	٢,١٥	٠,٥٩
العلاقات مع معلمي المدرسة والمركز الريادي	ذكور	٥٤	٢,٥٤	١,٠٢
	إناث	٦٧	٢,٤٥	٠,٧٨
الانفعالات والمشاعر والمخاوف	ذكور	٥٤	٢,٦٥	٠,٧٦
	إناث	٦٧	٢,٧٣	٠,٧٣
التخطيط للمستقبل	ذكور	٥٣	٢,٦٨	٠,٨٠
	إناث	٦٦	٢,٥٧	٠,٩٨

يتضح من الجدول رقم (٢) أن المتوسط الحسابي المتعلق بمجال التحصيل الدراسي بلغ (٢,٧٢) للذكور، و (٢,٦٣) للإناث، والمتوسط الحسابي لمجال العلاقة مع الزملاء/الأصدقاء بلغ (٢,٣٥) للذكور، و (٢,٢١) للإناث، والمتوسط الحسابي لمجال الأمور المالية والاقتصادية بلغ (٢,٢٥) للذكور، و (٢,١٥) للإناث، والمتوسط الحسابي لمجال العلاقات مع معلمي المدرسة والمركز الريادي بلغ (٢,٥٤) للذكور، و (٢,٤٥) للإناث، والمتوسط الحسابي لمجال الانفعالات والمشاعر والمخاوف بلغ (٢,٦٥) للذكور، و (٢,٧٣) للإناث، والمتوسط الحسابي لمجال التخطيط للمستقبل بلغ (٢,٦٨) للذكور، و (٢,٥٧) للإناث. ولمعرفة دلالة الفروق بين هذه المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات مصادر الضغط النفسي حسب متغير الجنس ثم استخدام اختبار "ت" وبيّن الجدول رقم (٣) نتائج استخدام اختبار ت.

**الجدول رقم (٣)**  
**نتائج اختبار "ت" للعينات المستقلة لأثر متغير الجنس على درجات أفراد**  
**العينة على أبعاد مقياس الضّغط النفسي**

مصدر الضغط	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
التحصيل الدراسي	٠,٧٧	١١٩	٠,٤٤
العلاقة مع الزملاء/الأصدقاء	١,١٦	١١٩	٠,٢٤
الأمر المالية والاقتصادية	٠,٩٢	١١٩	٠,٣٦
العلاقات مع الوالدين والأخوة	-٠,٦٤	١١٩	٠,٥٢
العلاقات مع معلمي المدرسة والمركز الريادي	٠,٥٦	١١٩	٠,٥٧
الانفعالات والمشاعر والمخاوف	-٠,٦٤	١١٩	٠,٥٢
التخطيط للمستقبل	٠,٦٤	١١٧	٠,٥٢

يتضح من الجدول رقم (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha \geq 0,05)$  تعزى إلى الجنس على مجالات مصادر الضغط النفسي السبعة التالية: التحصيل الدراسي والعلاقة مع الزملاء/الأصدقاء، والأمر المالية، والعلاقات مع معلمي المدرسة والمركز الريادي، والانفعالات والمشاعر والمخاوف، والتخطيط للمستقبل. فقد كانت قيمة ت لهذه المجالات على الترتيب (٠,٧٧)، (١,١٦)، (٠,٩٢)، (-٠,٦٤)، (٠,٥٦)، (-٠,٦٤)، (٠,١٤)، وقد كانت جميع القيم أعلى من ٠,٠٥.

### عرض نتائج السؤال الثالث

وللإجابة عن السؤال الثالث في الدراسة الذي ينص على "ماهي استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي التي يستخدمها طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين؟"، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد المقياس التسعة، والجدول رقم (٤) يبين هذه الاستراتيجيات مرتبة تنازليا تبعا للمتوسطات الحسابية.

**الجدول رقم (٤)**  
**المتوسطات الحسابية (مرتبة تنازليا) والانحرافات المعيارية لاستراتيجيات**  
**التعامل مع الضغط النفسي حسب درجات أفراد العينة على المقياس**

الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	الإستراتيجية
٠,٨٤	٣,٨٤	١٢١	العدوان اللفظي والجسدي
٠,٥٠	٣,٦٦	١٢١	الطرق المعرفية
٩,٤٩	٣,٥٢	١٢١	الحركات الجسمية
٠,٧٠	٣,٤١	١٢١	البحث عن الدعم الاجتماعي
٠,٤٧	٣,٣٤	١٢١	ممارسة عادات معينة
٠,٦٧	٣,١٧	١٢١	الاسترخاء
٠,٤٠	٣,١٢	١٢١	التعبير عن المشاعر
٠,٤٠	٣,٠٦	١٢١	تجنب الموقف والتحول عنه
٠,٧٧	٢,٦٩	١٢١	الانعزال

يبين الجدول رقم (٤) ترتيباً تنازلياً للاستراتيجيات التسع للتعامل مع الضغط النفسي، وتبين أن إستراتيجية العدوان اللفظي والجسدي هي الأكثر استخداماً بين طلبة المراكز الرياضية حيث حصلت الإستراتيجية على أعلى متوسط حسابي (٣,٨٤) وانحراف معياري مقداره (٠,٨٤) أما أدنى متوسط حسابي فكان لإستراتيجية الانعزال والذي بلغ (٢,٦٩) وانحراف معياري قدره (٠,٧٧)، إن هذا يدل على أن أكثر إستراتيجية تعامل مع الضغط النفسي استخداماً من قبل طلبة المراكز الرياضية هي إستراتيجية العدوان اللفظي والجسدي يليها الطرق المعرفية، فالحركات الجسمية، فالبحث عن الدعم الاجتماعي، فممارسة عادات معينة، فالاسترخاء، فالتعبير عن المشاعر، فتجنب الموقف والتحول عنه، فالانعزال.

#### عرض نتائج السؤال الرابع

وللإجابة عن سؤال الدراسة الرابع والذي ينص على " هل تختلف متوسطات طلبة المراكز الرياضية للموهوبين والمتفوقين على أبعاد مقياس استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي تبعاً لمتغير الجنس؟ تم حساب المتوسطات والانحرافات لعينة الدراسة مع أبعاد مقياس استراتيجيات التعامل، مع الضغط النفسي تبعاً لمتغير الجنس. ويوضح الجدول رقم (٥) ذلك.

**الجدول رقم (٥)**  
**قيم المتوسطات والانحرافات لطلبة المراكز الرياضية للموهوبين**  
**والمتفوقين على أبعاد المقياس تبعاً لمتغير الجنس**

الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	الجنس	البعد
٠,٧٣	٣,٥٤	٥٤	ذكور	إستراتيجية البحث عن الدعم الاجتماعي
٠,٦٦	٣,٣٠	٦٧	إناث	
٠,٢٨	٣,١٠	٥٤	ذكور	إستراتيجية التعبير عن المشاعر
٠,٤١	٣,١٤	٦٧	إناث	



## تابع الجدول رقم (٥)

الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	الجنس	البعد
٠,٤٧	٣,٧٣	٥٤	ذكور	إستراتيجية الطرق المعرفية
٠,٥١	٣,٦١	٦٧	إناث	
٠,٣٧	٣,٠٤	٥٤	ذكور	إستراتيجية تجنب الموقف والتحول عنه
٠,٤١	٣,٠٧	٦٧	إناث	
١,٠٠	٢,٨١	٥٤	ذكور	إستراتيجية الحركات الجسمية
١٢,٧٣	٤,١١	٦٧	إناث	
٠,٦٧	٣,١٩	٥٤	ذكور	إستراتيجية الاسترخاء
٠,٦٦	٣,١٥	٦٧	إناث	
٠,٨٠	٣,٩٢	٥٤	ذكور	إستراتيجية العدوان اللفظي والجسدي
٠,٨٦	٣,٧٧	٦٧	إناث	
٠,٧٢	٢,٧٨	٥٤	ذكور	إستراتيجية الانعزال
٠,٧٩	٢,٦٠	٦٧	إناث	
٠,٤٣	٣,٤٤	٥٤	ذكور	ممارسة عادات معينة
٠,٤٧	٣,٢٥	٦٧	إناث	

يتضح من الجدول رقم (٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل بعد من أبعاد مقياس استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي لدى الذكور والإناث، ولمعرفة الفروق بين هذه المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي تبعاً لمتغير الجنس تم استخدام اختبار "ت" ويبين الجدول رقم (٦) نتائج استخدام اختبار "ت"

## الجدول رقم (٦)

## نتائج اختبار "ت" للعينات المستقلة لأثر متغير الجنس على درجات أفراد العينة على أبعاد مقياس استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي

مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة ت	الاستراتيجيات
٠,٠٦	١١	١,٨٨	البحث عن الدعم الاجتماعي
٠,٥٢	١١٩	-٠,٦٥	التعبير عن المشاعر
٠,١٨	١١٩	١,٣٥	الطرق المعرفية
٠,٧٣	١١٩	-٠,٣٥	تجنب الموقف والتحول عنه
٠,٤٦	١١٩	-٠,٧٥	الحركات الجسمية
٠,٧١	١١٩	٠,٣٨	الاسترخاء
٠,٣٤	١١٩	٠,٩٦	العدوان اللفظي والجسدي
٠,١٩	١١٩	١,٣٣	الانعزال
٠,٠٢	١١٩	٢,٣٢	ممارسة عادات معينة

يتضح من الجدول رقم (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائية تعزى إلى الجنس على أبعاد مقياس استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي الثمانية التالية: البحث عن الدعم الاجتماعي، والتعبير عن المشاعر، والطرق المعرفية، وتجنب الموقف والتحول عنه، والحركات

الجسمية، والاسترخاء، والعدوان اللفظي والجسدي، والانعزال، فقد كانت قيمة "ت" لهذه الأبعاد على الترتيب: (١,٨٨)، (٠,٦٥)، (١,٣٥)، (٠,٣٥)، (٠,٧٥)، (٠,٣٨)، (٠,٩٦)، (١,٣٣). كما يتضح من الجدول رقم (٦) وجود فروق دالة إحصائية تعزى لم تغير الجنس على البعد التاسع من أبعاد مقياس استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي، وهو ممارسة عادات معينة لصالح الذكور. بمتوسط حسابي (٣,٤٤) وانحراف معياري (٠,٤٣)، فقد بلغت قيمة "ت" (٢,٣٢) عند مستوى دلالة ( $\alpha \geq 0,05$ ).

### عرض نتائج السؤال الخامس

وللإجابة عن سؤال الدراسة الخامس والذي ينص على "هل توجد علاقة بين درجات طلبة المراكز الرياضية للموهوبين والمتفوقين على مجالات مقياس مصادر الضغط النفسي ودرجاتهم على أبعاد استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي؟". تم حساب مصفوفة معاملات ارتباط درجات أفراد العينة على مجالات مقياس مصادر الضغط النفسي مع درجاتهم على أبعاد مقياس استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي كما هو مبين في الجدول رقم (٧).

### الجدول (٧)

#### مصفوفة ارتباطات درجات أفراد العينة على مجالات مصادر الضغط مع درجاتهم على أبعاد استراتيجيات التعامل مع مصادر الضغط

التخطيط للمستقبل	الانفعالات والمشاعر والمخاوف	العلاقات مع المعلمين	العلاقات مع الوالدين	الأمر المالية والاقتصادية	العلاقة مع الزملاء	التحصيل الدراسي	مصادر الضغط استراتيجيات التعامل
**٠,٥٥	**٠,٥٤	**٠,٤١	**٠,٤٦	**٠,٣٠	**٠,٦٢	٠,١٦	البحث عن الدعم الاجتماعي
-٠,١١	٠,٠٣	٠,٠٣	٠,٠٣	٠,١٦	٠,٠١	-٠,٠٥	التعبير عن المشاعر
٠,١٥	٠,٠٨	-٠,٠٢	٠,٠٣	-٠,٠٢	٠,١٢	٠,١٦	الطرق المعرفية
-٠,١٠	-٠,٠٧	٠,٠٠٩	-٠,١٣	-٠,١٠	*-٠,١٩	-٠,١٠	تجنب الموقف والتحول عنه
-٠,٠٩	-٠,٠٥	-٠,٠٧	٠,٠٢	٠,٠٢	-٠,٠٧	-٠,٠٨	الحركات الجسمية
٠,٠٢	٠,٠٣	-٠,١٣	٠,٠١	-٠,٠٩	-٠,٠٤	-٠,٠٠٨	الاسترخاء
-٠,٠٩	-٠,٠١٦	-٠,٠٥	*-٠,١٨	*-٠,٢٢	-٠,٠٧	-٠,٠١	العدوان اللفظي والجسدي
٠,٠٠٣	-٠,٠٣	٠,٠٢	*-٠,٢٠	٠,٠١	٠,٠١	٠,١٣	الانعزال
٠,٠٢	٠,٠٥	-٠,٠١	-٠,٠٦	٠,٠١	٠,٠٩	٠,٠٧	ممارسة عادات معينة

\* ذو دلالة عند مستوى  $\alpha \geq 0,05$  \*\* ذو دلالة عند مستوى  $\alpha \leq 0,01$

يتضح من الجدول رقم (٧) أن جميع معاملات الارتباط في مصفوفة معاملات الارتباط لم تكن ذات دلالة إحصائية باستثناء أربعة منها، هي الارتباط ما بين إستراتيجية التعبير عن المشاعر، ومصدر ضغط التحصيل الدراسي، وإستراتيجية تجنب الموقف والتحول عنه، ومصدر ضغط العلاقة مع الزملاء، وإستراتيجية العدوان اللفظي والجسدي مصدرا ضغط الأمور المالية والاقتصادية والعلاقات مع الوالدين، وأن جميع هذه المعاملات كانت في الاتجاه السالب، وكانت داله عند مستوى ( $\alpha \geq 0,05$ ). كما يتضح من الجدول السابق

أن جميع معاملات الارتباط في مصفوفة معاملات الارتباط لم تكن ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \geq 0,01$ ) باستثناء ستة منها، هي الارتباط ما بين إستراتيجية البحث عن الدعم الاجتماعي ومصادر الضغط المتعلقة بالعلاقة مع الزملاء، والأمور المالية والاقتصادية، والعلاقات مع الوالدين، والعلاقات مع معلمي المدرسة والمركز، والانفعالات والمشاعر، والتخطيط للمستقبل، وأن جميع هذه المعاملات كانت في الاتجاه الموجب.

### مناقشة النتائج

حاولت هذه الدراسة تعرف مصادر الضغط التي يعاني منها الطلبة الموهوبون والمتفوقون الملتحقون بالمراكز الريادية واستراتيجيات التعامل التي يستخدمونها للتوافق مع هذه الضغوط، ومدى اختلاف مجالات مصادر الضغوط، واستراتيجيات التعامل تبعاً لمتغير الجنس، والعلاقة بين مجالات الضغوط لدى الطلبة واستراتيجيات تعاملهم معها.

أظهرت النتائج أن أكثر مجالات الضغط النفسي تأثيراً على الطلبة الموهوبين والمتفوقين هو مجال الانفعالات والمشاعر والمخاوف. ويشمل هذا المجال انفعالات مثل: الخوف، وسرعة الغضب، والشعور بالتحدي، والحساسية الزائدة من النقد، والخوف من التقصير في المواد الدراسية، ويمكن تفسير ذلك في ضوء المرحلة النمائية لعينة الدراسة، وهي مرحلة المراهقة التي تتصف بحصول تغيرات واضحة في مجالات النمو المختلفة ومنها النمو الانفعالي حيث يشير بعض الباحثين إلى تزايد المشكلات الانفعالية في هذه المرحلة. بحيث يبدو بعض المراهقين مزاجيين وسريعي الغضب، أما بعضهم الآخر يبدو عليهم الهدوء والميل إلى الوحدة. إن هذا الأمر يحتاج إلى أن يؤخذ بعين الاعتبار عند تقديم الخدمات الإرشادية لهم. وعلينا ألا نغفل أن من خصائص الطلبة الموهوبين والمتفوقين الحساسية للنقد، إضافة إلى معاناتهم من عدم التطابق بين النمو العقلي والنمو الانفعالي حيث يتفوق النمو العقلي على النمو الانفعالي عندهم. كما احتل مجال التحصيل الدراسي الترتيب الثاني من حيث أهميته وقد يكون سبب ذلك أن دور الطلبة هو أهم الأدوار التي يمارسها أفراد عينة الدراسة في مراحلهم العمرية المختلفة، إضافة إلى التوقعات العالية من الآخرين المحيطين بهم حولهم كونهم طلبة متميزين وغير عاديين، علماً بأن تحصيل الطالب الدراسي ومعدله المدرسي هو الذي يعكس تفوقه من وجهة نظر والديه والمجتمع، وهذا قد يسبب للطلاب الموهوب والمتفوق ضغطاً واضحاً خاصة عندما يشعر أن المواد الدراسية لا تحقق له طموحه مما يجعله لا يهتم كثيراً بالدراسة، والاستعداد لامتحانات الأمر الذي يؤثر سلباً على درجاته المدرسية. وقد حصل كل من مجال الأمور المالية والاقتصادية ومجال العلاقة مع الوالدين والإخوة على المرتبتين الأخيرتين. تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج كل من (Hebert, 2000) ودراسة (Russell, 1993)، ودراسة ششتاوي (1993) التي أشارت إلى أن التحصيل الدراسي من أهم مصادر الضغط.

كما اتفقت مع دراسة داود (1995) التي أشارت إلى أن أكثر مصادر الضغط أهمية هو مجال الانفعالات والمخاوف والمشاعر، والتحصيل الدراسي، وأقلها هو مجال الأمور المالية والاقتصادية، والعلاقات مع الوالدين والإخوة وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة (Chan, 2005) فقد أشارت إلى أن مجال العلاقة مع الوالدين من أهم مصادر الضغط في حين أنه تبين في هذه الدراسة أنه أقل مجالات مصادر الضغط لدى الطلبة.

أما ما يتعلق بنتائج السؤال الثاني فقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مجالات مصادر الضغط النفسي تعزى إلى الجنس، فلم تظهر فروق بين الجنسين في المجالات المختلفة، وربما يعود ذلك إلى التشابه في الظروف الاجتماعية مثل أساليب تنشئة الذكور والإناث، فالمرهقون من الذكور والإناث والخصائص المشتركة للأسر التي جاء منها عينة الدراسة الذين يعيشون في بيئات أسرية مستقرة ومحبة وداعمة تجعلهم أقل تأثراً بالنتائج السلبية للضغوطات بشكل متساو، (Lohman & Javis, 2000) وهذا ينسجم مع ما توصلت إليه نتائج الدراسة الحالية فقد تبين أن مجال العلاقة مع الوالدين والأخوة حصل على الترتيب الأخير من حيث اعتباره مصدرًا من مصادر الضغط النفسي. وإذا نظرنا إلى الطريقة التي يدرك بها المرهقون المواقف والأحداث على أنها ضاغطة أم لا، فإن هذا الإدراك من المحتمل أنه لا يتأثر بجنس المرهق، إضافة إلى أن الطلبة من الجنسين يتعرضون لخدمات تربوية إثرائية مشتركة تقلل من الفروق بينهما. وتختلف هذه النتيجة مع دراسة داود (1995) ودراسة (Chan, 2005) التي وجدت فروقا في مصادر الضغط بين الذكور والإناث وكذلك دراسة (Russell, 1993) التي أشارت أن الإناث يدركن المواقف على أنها ضاغطة بدرجة أعلى من الذكور.

وفيما يتعلق بنتائج السؤال الثالث فقد تبين أن أكثر إستراتيجية تعامل استخداما مع الضغط النفسي من قبل الطلبة الموهوبين والمتفوقين هو العدوان اللفظي والجسدي، ويمكن تفسير ذلك في ضوء المرحلة النمائية التي يمرون بها، أو لتعرضهم لنماذج عنيفة في البيئة المحيطة بهم من مؤسسات تربوية واجتماعية أو وسائل الإعلام، أو لشعورهم بالاختلاف عن الآخرين، ويظهر ذلك من خلال تعامل الآخرين معهم وتعبيرهم عن عدم فهمهم لأفكار ومقترحات الطلبة الموهوبين والمتفوقين، مما قد يدفع أولئك الموهوبين والمتفوقين إلى التعامل بعدوانية في مواجهة هذه المواقف، إضافة إلى أنه يبدو عليهم عدم القدرة على تمييز الحدود الفاصلة بين استجابة تأكيد الذات Assertiveness والعدوان، الأمر الذي يستلزم تدريبهم على كيفية التمييز بين الاستجابتين في مواقف الحياة، وذلك من خلال الخدمات الإرشادية المقدمة لهم خاصة وأنهم يميلون إلى المواجهة وعدم التجنب.

وقد جاءت إستراتيجية الطرق المعرفية في الترتيب الثاني من حيث الاستخدام بين أفراد عينة الدراسة، وهو ما ينسجم مع قدرة الطلبة المتفوقين والموهوبين على توظيف قدراتهم

العقلية واستخدام حل المشكلات في التعامل مع مواقف الضاغطة. كما تبين أن إستراتيجية تجنب الموقف والتحول عنه والانزعال هما الأقل استخداما للتعامل مع الضغط النفسي من قبل الطلبة المتفوقين والموهوبين، وهذا يتسق مع سماتهم الشخصية حيث يميلون إلى المواجهة والمغامرة وحل المشكلات.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Hampel & Petermann, 2005) التي أشارت إلى أن المراهقين يستعملون استراتيجيات غير تكيفية للتعامل مع الضغوط بدرجة أعلى من الاستراتيجيات التكيفية، ويتضح ذلك من كون الإستراتيجية الأكثر شيوعا بين عينة الدراسة الحالية هي إستراتيجية العدوان اللفظي والجسدي وهي إستراتيجية غير تكيفية، وتتفق مع دراسة (Chan, 2005) التي تشير إلى أن المتفوقين والموهوبين يميلون إلى استخدام استراتيجيات حل المشكلة - وهي إستراتيجية معرفية- والمواجهة للتعامل مع الضغوط، وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع الدراسة (Chan, 2004) التي أظهرت أن تجنب المواقف هو أكثر الاستراتيجيات استخداما بين الموهوبين.

أما فيما يتعلق بنتائج السؤال الرابع فقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \geq 0.05$ ) في استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي تعزى إلى الجنس باستثناء إستراتيجية ممارسة عادات معينة. حيث أظهرت الدراسة أن الذكور أكثر استخداما لها ومن المحتمل أن يكون ذلك عائدا إلى التوقعات المرتبطة بالدور الجنسي لكل من الذكور والإناث، حيث يتوقع من الذكور ممارسة بعض العادات مثل التدخين، والأكل الزائد أكثر من الإناث. تتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (Hampel & Peterman, 2005) ودراسة (Swiatiek, 1995)، اللتين أشارتا إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الاستراتيجيات المستخدمة للتعامل مع الضغوط، وتختلف مع دراسة درويش (1993) التي أشارت إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في الاستراتيجيات المستخدمة، وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة درويش (1993) في وجود فروق بين الجنسين في استخدام إستراتيجية ممارسة عادات معينة، ولكنها تختلف مع دراسة (Freednberg, 1991) ودراسة (Plunkett et al, 2000) اللتين وجدتا فروقا بين الجنسين في إستراتيجية التعامل المستخدمة.

أما فيما يخص نتائج السؤال الخامس فقد وجدت دلالة إحصائية عكسية عند مستوى ( $\alpha \geq 0.05$ ) في مصفوفة معاملات الارتباط بين أربعة من مجالات مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات التعامل معها، بين العلاقة مع الزملاء والأصدقاء كمصدر للضغط واستراتيجية تجنب الموقف والتحول عنه، وربما يعود ذلك إلى أنه عندما يكون الأصدقاء والزملاء هم مصدر الضغط فإن الطلبة يتعدون عن تجنب الموقف المسبب للضغط، بل يواجهونه، وينسجم هذا مع طبيعة شخصية المراهقين. ووجدت علاقة بين الأمور المالية والاقتصادية بوصفها مصدر ضغط وإستراتيجية العدوان اللفظي والجسدي، ومصدر العلاقات مع الوالدين والأخوة

وإستراتيجية العدوان اللفظي والجسدي. وتفسر ذلك بأن الطلبة الموهوبين والمتفوقين أظهروا ميلاً إلى استخدام إستراتيجية العدوان اللفظي والجسدي مع مجالات مصادر الضغط المختلفة المحددة في الدراسة ما عدا مجالي العلاقات مع الوالدين والإخوة، والأمور المالية والاقتصادية. كما أظهرت النتائج وجود دلالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha \geq 0.05)$  بين إستراتيجية البحث عن الدعم الاجتماعي وكل من مجالات الضغط التالية: العلاقة مع زملاء، الأمور المالية والاقتصادية، والعلاقات مع الوالدين، والعلاقات مع معلمي المدرسة والمركز، والانفعالات والمشاعر والمخاوف، والتخطيط للمستقبل، وهذا ما أكدته الدراسات التي تشير إلى أن الإستراتيجيات المستندة إلى البحث عن الدعم الاجتماعي من الإستراتيجيات الفعالة في التعامل مع الضغط النفسي، فما يقدمه الآخرون من سند ودعم يزود الفرد بالقوة الانفعالية للتعامل مع الضغوطات. إن الطلبة المتفوقين والموهوبين يميلون إلى البحث عن الدعم الاجتماعي من والديهم وإخوتهم ومعلميهم والمرشدين عندما يواجهون ضغوطات في المجالات المختلفة، مما يؤكد ضرورة توفير الرعاية وتقديم الخدمات الإرشادية لمساعدة هؤلاء الطلبة عند مواجهة ضغوطات نفسية.

### التوصيات

1. تصميم وتنفيذ برامج توجيه جمعي، وإرشاد جمعي للطلبة الموهوبين والمتفوقين داخل المراكز الرياضية، تهدف إلى تقليل درجة الضغط النفسي لديهم من خلال تعليمهم مهارات سلوكية ومعرفية تمكنهم من التعامل الصحي والتكيفي مع الضغوط الحياتية التي يواجهونها.
2. إجراء دراسات لمقارنة عدة مستويات من الضغط النفسي التي يتعرض لها الطلبة الموهوبون والمتفوقون، ومعرفة الإستراتيجيات المستخدمة مع كل مستوى من مستويات الضغط، وتم مقارنة الإستراتيجيات التي يستخدمها من يتعرضون لضغوط عالية بالإستراتيجيات التي يستخدمها من يتعرضون لمستويات متوسطة أو منخفضة من الضغط.
3. إجراء دراسات لمقارنة مدى فعالية كل إستراتيجية من الإستراتيجيات التي يستخدمها الموهوبون للتوافق مع الضغوط النفسية، بحيث تصنف إلى إستراتيجيات مرتفعة، ومتوسطة ومنخفضة الفعالية، وإيجاد محكات لاختبار هذه الفعالية.

### المراجع

- جروان، فتحي (٢٠٠٢). الموهبة والتفوق والإبداع. العين: دار الكتاب الجامعي.
- داوود، نسيم (١٩٩٥). الضغوط التي يعاني منها طلبة الصفوف من السادس حتى العاشر في المدرسة الأردنية وعلاقتها بمتغيرات التحصيل الأكاديمي والجنس والصف. دراسات (العلوم الإنسانية) ٢٢(٦)، ٣٦٧١-٣٧٠٦.

- درويش، مها (١٩٩٣). إستراتيجيات التوافق للضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في عمان العاصمة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.
- ششتاوي، هشام (١٩٩٣). مصادر الضغط النفسي التي يتعرض لها الأطفال في الصنفين الخامس والسادس في محافظة عمان العاصمة كما يدركها الأطفال والمعلمون والمرشدون. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.
- محاسنة، عبدالرحيم (٢٠٠١). حاجات ومشكلات الطلبة المتميزين والمتفهمين ببرامج المتميزين في الأردن مقارنة مع الطلبة غير المتميزين. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.
- وزارة التربية والتعليم (١٩٨٧). المؤتمر الوطني الأول للتطوير التربوي. عمان، الأردن: وزارة التربية والتعليم.
- وزارة التربية والتعليم (٢٠٠٣). مجموعة القوانين والأنظمة والتعليمات التربوية، (ج ١٤). عمان، الأردن: وزارة التربية والتعليم.

Baker, J.A., Bridger, R., & Evans, K. (1998). Models of underachievement among gifted preadolescents: The role of personal, family, and school factors. *Gifted Child Quarterly*, 42, 5-14.

Chan, D.W (2004). Social coping and psychological distress among Chinese gifted students in Hong Kong. *Gifted Child Quarterly*, 48(1), 30-41.

Chan, D.W. (2005). Emotional intelligence, social coping, and psychological distress among Chinese gifted students in Hon Kong. *High Ability Studies*, 16(2), 163-178.

Deniz, M.D. (2006). The relationships among coping with stress, life satisfaction, decision-making styles and decision self-esteem: An investigation with Turkish University Students. *Social Behavior and Personality*, 34(9), 1161-1170.

Fredenberg, E. L. (1991). Adolescent coping: The different ways in which boys and girls cope. *Journal of Adolescence*, 14(2), 119-133.

Hampel, P., & Petermann, F. (2005). Age and gender effects on coping in children and adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 34 (2), 73-83.

Hebert, T.P. (2000). Helping high ability students overcome math anxiety through bibliotherapy. *Journal of Secondary Gifted Education*, 8, 164-178.

Litman, J.A. (2006). The cope inventory: Dimensionality and relationships with approach- and avoidance-motives and positive and negative traits. *Personality and Individual Differences*, 14(2), 273-284.

Lohman, B & Javis, P. (2000). Adolescent' stressors, strategies and psychological health studied in the family context. *Journal of youth and Adolescence*. 29(1) 15-22.

- Mendaglio, S. (2005). Counseling gifted persons into account. **Gifted Education International**, **19**, 204-212.
- Moon, S. M., Kelly, K.R., & Feldhusen, J.F. (1997). Specialized counseling services for gifted youth and their families: A need assessment. **Gifted Child Quarterly**, **41**, 16-25.
- Moon, S.M. (2003). Personal talent. **High Ability Studies**, **14**. 1-21.
- Moon, S.M., & Hall, A.S. (1998). Family therapy with intellectually and creatively gifted children. **Journal of Marital and Family Therapy**, **24**, 59-80.
- Neihart, M. (1999). The impact of giftedness on psychological well-being. **Roeper Review**, **22**(1), 122-149.
- Neihart ,M.(2002).The social and emotional development of gifted children : What do we know?.**Gifted Child Quarterly**,**47**,144-154.
- Peterson, J.S. (2002). A longitudinal study of post – high – school development in gifted individuals at risk for poor educational outcomes. **Journal of Secondary Gifted Education**, **14**. 6-18.
- Peterson, J.S. (2006). Addressing counseling needs of gifted students. **Professional School Counseling**, **10**(1), 86-102.
- Plunkett, S. Radmacher, K., & Moll-Phanara, D. (2000). Adolescent life events, stress, and coping: A comparison of communities and genders. **Professional School Counseling's**, **3**(5), 356-379.
- Preuss, L.J., & Dubow, E.F. (2003). A Comparative between in tellectually gifted and typical children in their coping responses to a school and a peer stressor. **Roeper Review**, **26**, 105-111.
- Reis, S. M. (1995). Talent ignored, talent diverted: The cultural context underlying giftedness in females. **Gifted Child Quarterly**, **39**(3), 162-170.
- Reise, S. M. & McCoach, D.B. (2000). The underachievement of gifted student: What we know and where do we go? **Gifted Child Quarterly**, **44**, 152-170.
- Russell, W. J. (1993). Gender: Specific differences in the perceived antecedents of academic stress. **Psychological Reports**, (1), 739-743.
- Scholwinski, E., & Reynolds, C.R. (1985) Dimensions of anxiety among high IQ children. **Gifted Child Quarterly**, **29**, 125-130.
- Swiatek, M.A. (1995). An empirical investigation of the social coping strategies used by gifted adolescents. **Gifted Child Quarterly**, **39**(3), 154-157.