



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم الاجتماع

الرقم التسلسلي:

رقم التسجيل: 1535109293

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر تخصص: علم النفس إرشاد وتوجيه

بعنوان:

**الأساليب المعرفية وعلاقتها بالتوتر النفسي
لدى طلبة الجامعة
-دراسة ميدانية على طلبة قسم علم النفس السنة الثالثة-**

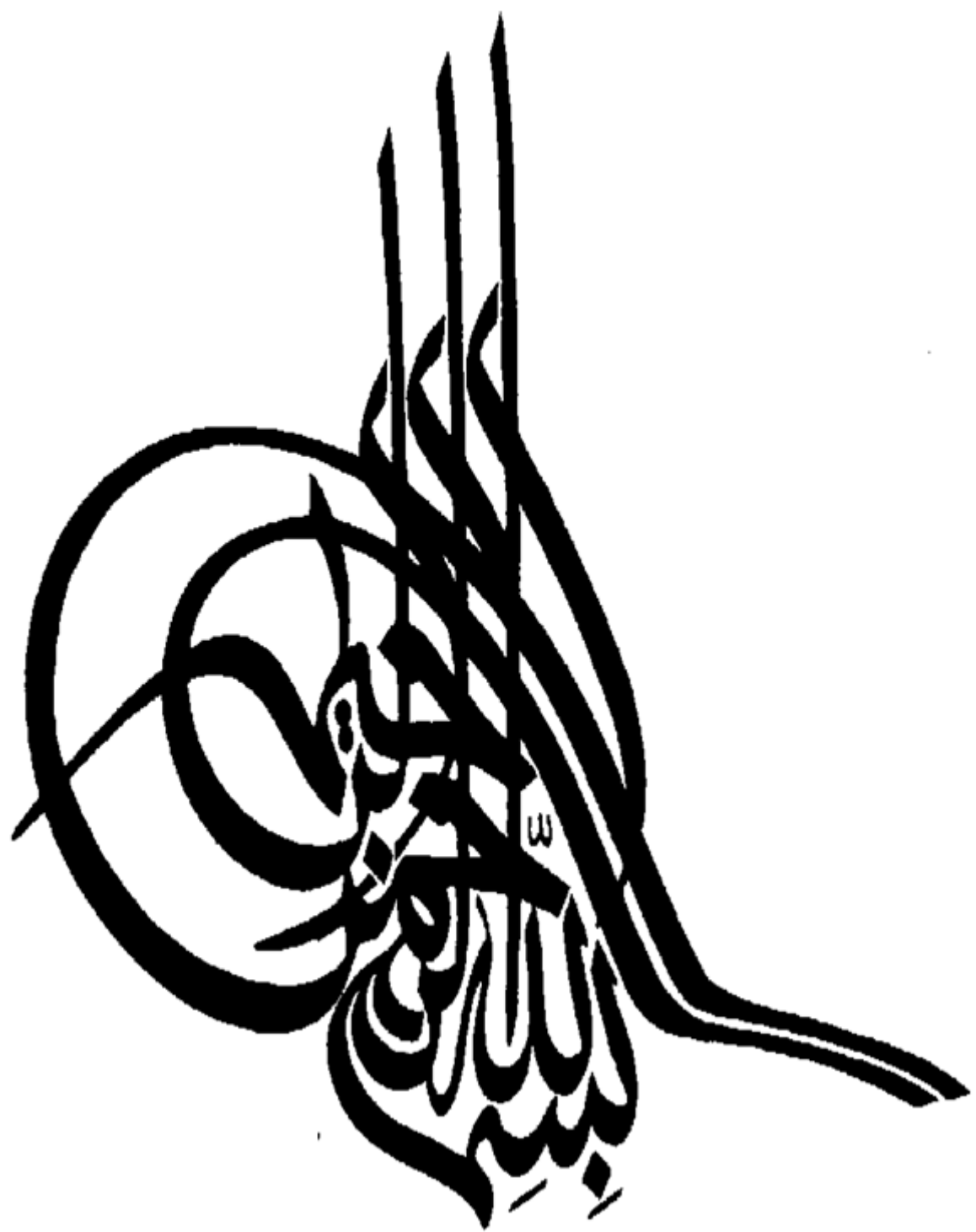
إعداد الطالبة:

عقيلة نش

أمام لجنة المناقشة المكونة من السادة الأساتذة:

د.	الرتبة: أستاذ محاضر (أ)	جامعة المسيلة	رئيسا
د.	الرتبة: أستاذ محاضر (أ)	جامعة المسيلة	مشرفا ومقرا
د.	الرتبة: أستاذ محاضر (أ)	جامعة المسيلة	ممتحنا

السنة الجامعية: 2020/2019



** شكر وتقدير **

اللهم لك الحمد كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطتك
والصلاة والسلام على سيد المرسلين وخاتم النبيين سيدنا محمد وعلى
آله وصحبه أجمعين.
أتقدم بأسمى عبارات الشكر والتقدير لأستاذتي المشرفة
لمين نصيرة
على
دعمها وملاحظاتها وتوجيهاتها القيمة خلال إشرافها على هذه الدراسة
فجزاها الله خيرا ووفقها في مشوارها العلمي، والشكر موصول لجميع
الأساتذة بقسم علم النفس بجامعة المسيلة.

- "نش عقيلة" -



فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

شكر وتقدير	
إهداء	
فهرس المحتويات	
أ	مقدمة الدراسة
الإطار النظري	
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة.	
3	1- إشكالية الدراسة وتساؤلاتها
8	2- فرضيات الدراسة
9	3- أهداف الدراسة
9	4- أهمية الدراسة
10	5- تحديد مفاهيم الدراسة
11	6- الدراسات السابقة.
20	خلاصة
الفصل الثاني: الأساليب المعرفية	
22	تمهيد
23	1- مفهوم الأساليب المعرفية.
25	2- التطور التاريخي لمفهوم الأساليب المعرفية.
26	3- الخصائص المميزة للأساليب المعرفية
27	4- أهداف الأساليب المعرفية.
28	5- أهمية دراسة الأساليب المعرفية.
29	6- تصنيف الأساليب المعرفية.
37	خلاصة
الفصل الثالث: التوتر النفسي.	
39	تمهيد
40	1- تعريف التوتر النفسي.
41	2- أسباب التوتر النفسي.
43	3- مظاهر التوتر النفسي.

44	4 الأثار السلبية الناجمة عن التوتر النفسي بالنسبة للصحة.
46	5 طرق وأساليب علاج التوتر النفسي.
48	خلاصة
الإطار الميداني	
الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية	
51	- تمهيد:
52	1- الدراسة الاستطلاعية
52	2- منهج البحث
52	3- حدود الدراسة
53	4- مجتمع الدراسة
53	5- عينة الدراسة
54	6- أدوات الدراسة
61	7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
62	خلاصة.
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
64	تمهيد:
64	1- عرض وتحليل نتائج الدراسة
68	2- مناقشة نتائج الدراسة
73	3- الاستنتاج عام
74	4- الاقتراحات
74	5- الدراسات المقترحة
76	5- قائمة المراجع
	6- الملاحق

فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
54	يوضح توزيع افراد العينة حسب الجنس	(01)
55	يوضح مفتاح التصحيح السباعي	(02)
56	يوضح مفتاح التصحيح الخماسي	(03)
56	يوضح ترميز استجابات فقرات الاستبانة	(04)
57	يوضح الأبعاد وعدد الفقرات التي ينتمي إليها البعد	(05)
58	يبين مصفوفة ارتباطات العبارات مع الدرجة الكلية لمقياس الاسلوب المعرفي	(06)
59	يوضح معامل ألفا كرونباخ لمقياس الأسلوب المعرفي (الاستقلال والاعتماد على المجال الإدراكي).	(07)
59	يبين مصفوفة ارتباطات العبارات مع الدرجة الكلية لمقياس التوتر النفسي	(08)
61	يوضح معامل ألفا كرونباخ لمقياس التوتر النفسي.	(09)
64	يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين أبعاد مقياسي الأسلوب المعرفي والتوتر النفسي.	(10)
65	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات افراد العينة لمقياس الأسلوب المعرفي	(11)
65	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات افراد العينة لمقياس التوتر النفسي	(12)
66	يوضح نتائج اختبار "t" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الذكور والاناث في مقياس الأسلوب المعرفي	(13)
67	يوضح نتائج اختبار "t" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الذكور والاناث في مقياس التوتر النفسي	(14)

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الى التعرف على طبيعة العلاقة بين الأسلوب المعرفي (الاستقلال والاعتماد على المجال الادراكي) والتوتر النفسي لدى طلبة قسم علم النفس السنة الثالثة ليانس بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة، كما حاولت التعرف على مستوى هاذين المتغيرين لدى عينة الدراسة، وكذا محاولة ايجاد الفروق في متغيري الدراسة تبعا لمتغير الجنس. وللإجابة على تساؤلات الدراسة واختبار فرضياتها تم سحب العينة بطريقة عشوائية، تكونت من 100 طالبا وطالبة، الذين يزاولون دراستهم للموسم الجامعي 2019-2020، وطبقت عليهم اداتين تمثلت في مقياس الأسلوب المعرفي (الاستقلال/ الاعتماد على المجال الادراكي) ومقياس التوتر النفسي، وقد تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، اختبارات دلالة لعينة واحدة ولعينتين ومعامل الفا كرونباخ، وقد توصلت الدراسة الى النتائج التالية:

✘ عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للأسلوب المعرفي والدرجة الكلية للتوتر النفسي.

✘ مستوى الأسلوب المعرفي لدى افراد عينة الدراسة يميل الى الاستقلال المعرفي وبدرجة متوسطة.

✘ مستوى التوتر النفسي لدى افراد عينة الدراسة متوسط.

✘ عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الأسلوب المعرفي (الاستقلال/الاعتماد على المجال الادراكي) لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس.

✘ عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوتر النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس.

الكلمات المفتاحية: الأسلوب المعرفي (الاستقلال/الاعتماد)، التوتر النفسي، الطالب الجامعي.

Study summary

The study aimed to identify the nature of the relationship between the cognitive style (independence and dependence on the cognitive field) and psychological tension among students of the third year psychology department at Lance University of Muhammad Boudiaf in Masila, as well as trying to identify the level of these two variables in the study sample, as well as trying to find differences in the two variables of the study. Depending on the gender variable. In order to answer the study's questions and test its hypotheses, the sample was drawn randomly, consisting of 100 students, who are practicing their studies for the 2019-2020 academic year, and two tools were applied to them, namely the cognitive style scale (independence / dependence on the cognitive domain) and the psychological tension scale. Pearson correlation coefficient, a test of the significance of one and two samples and the Cronbach alpha factor, and the study reached the following results:

- There is no statistically significant correlation between the total score of the cognitive style and the total degree of psychological tension.
- The level of cognitive style among the study sample tends to be cognitive independence to a moderate degree.
- The level of psychological stress of the study sample is average.
- There are no statistically significant differences in the cognitive style (independence / dependence on the cognitive domain) among the study sample individuals according to the gender variable.
- There were no statistically significant differences in the level of psychological stress among the study sample according to the gender variable.

Key words: cognitive style (independence / dependence), psychological tension, university student.

مقدمة

مقدمة:

إن دراسة الأساليب المعرفية والتي تميز الأفراد في تعاملهم في مواقف الحياة المختلفة تعد أساساً يعتمد عليه بدرجة كبيرة من الدقة والتنبؤ بأ نماط الأداء ، وسلوك الأفراد في مواقف الحياة ، وفي تفسير كثير من جوانب الشخصية ، وقد افترض المهتمون بدراسة تلك الأساليب المعرفية بأن التعرف على الأسلوب المعرفي الذي يستخدمه الفرد في إدراكه واستجاباته لمثيرات البيئة ومطالب الذات ، والذي يعد أكثر تفضيلاً لدى صاحبه يساعد بطريقة أو بأخرى في فهم أ نماط السلوك الإنساني بصفة عامة بالمعلومات اللازمة عن خصائص الشخصية وبنائها، وقد تزايد الاهتمام بدراسة الأساليب المعرفية باعتبارها أبعاداً مهمة داخل المجال المعرفي، وميزة مهمة داخل مجال الشخصية، حيث يلعب الأسلوب المعرفي للفرد دوراً في العملية التعليمية لا يمكن تجاهله باعتباره الطريقة الشخصية التي يستخدمها الأفراد أثناء عملية التعلم، ومن ثم يشير الأسلوب المعرفي إلى نموذج ناشئ أو إستراتيجية مفضلة لتجهيز المعلومات (نورا رعية، 2013)

ويعتبر التوتر النفسي من أهم الاضطرابات النفسية التي تواجه الفرد في العصر الحاضر المليء بالتعقيدات والمشكلات ومتطلبات وضغوط الحياة اليومية والتي تحتاج إلى مواجهة وحلول فورية. ويظهر التوتر النفسي بعدة أشكال ومظاهر، فقد يظهر كتعبير عن الخوف أو الخجل أو القلق أو المخاوف الاجتماعية وغيرها من المشكلات النفسية. وتشير الإحصاءات إلى أن من الأمراض الحديثة تنتج عن التوتر النفسي وأن 50 % من أفراد المجتمع الذين يراجعون الأطباء يعانون من التوتر النفسي في الدرجة الأولى، وأن 25 % من أفراد المجتمع يعانون من أحد أشكال : التوتر . كما يسبب التوتر الكثير من الأمراض الجسمية (جودة، 1998، ص15).

ومن هنا جاءت فكرة الدراسة التي حاولنا من خلالها التعرف على العلاقة بين الأسلوب المعرفي والتوتر النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ارشاد وتوجيه، وقد قسمت هذه الدراسة الى جانبين: الجانب النظري ويتضمن:

الفصل الأول: خصص هذا الفصل لتحديد مشكلة الدراسة بعرض الإشكالية التي دُعمت بأفكار ونتائج الدراسات السابقة في مجال الأساليب المعرفية والتوتر النفسي، ثم تم صياغة فرضيات الدراسة، ثم تحديد الأهداف المتوخاة من هذه الدراسة وأهميتها النظرية والتطبيقية، وكذلك تحديد مفاهيم الدراسة إجرائياً، وختم هذا الفصل بتحديد الدراسات السابقة التي إنتهاءً بتعقيب على الدراسات.

الفصل الثاني: حيث تم التطرق في هذا الفصل مجموعة من العناصر المرتبطة بالأساليب المعرفية، من حيث التطرق إلى مفهوم الأساليب المعرفية وإلى التطور التاريخي لمفهوم الأساليب المعرفية بالإضافة إلى الخصائص المميزة للأساليب المعرفية وبعد ذلك أهداف الأساليب المعرفية وأهميتها، وأخيراً تصنيفات الأساليب المعرفية الأكثر أهمية، وانتهاءً بملخص

الفصل الثالث: خصص هذا الفصل لجميع العناصر الملزمة بالتوتر النفسي حيث تناولنا تعريف التوتر النفسي، أيضاً أسباب التوتر النفسي، مظاهر تعريف التوتر النفسي والتطرق أيضاً إلى الآثار السلبية الناجمة عن التوتر النفسي بالنسبة للصحة، وفي نهاية الفصل يأتي عنصر طرق وأساليب علاج التوتر النفسي، وملخص الفصل.

الجانب التطبيقي: حيث تم تقسيمه إلى فصلين، **الأول** خصص لإجراءات الدراسة الميدانية حيث تم التطرق فيه إلى الدراسة الاستطلاعية، المنهج، حدود الدراسة، مجتمع وعينة الدراسة، أدوات الدراسة وخصائصها السيكو مترية، وصف للأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة. أما **الفصل الثاني** فخصص لعرض وتحليل ومناقشة النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة وانتهاءً باستنتاج عام والتوصيات والاقتراحات وتحديد لقائمة المراجع والملاحق.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

تمهيد:

- 1- إشكالية الدراسة وتساؤلاتها.
- 2- أهداف الدراسة.
- 3- أهمية الدراسة.
- 4- تحديد مفاهيم الدراسة.
- 5- الدراسات السابقة.
- 6- فرضيات الدراسة.

خلاصة

1-الإشكالية:

حظيت ظاهرة الفروق الفردية من خلال ما يعرف بالأساليب المعرفية باهتمام العديد من الباحثين في البحوث النفسية وذلك من منطلق أن الاختلاف بين الأفراد في كثير من الجوانب النفسية والاجتماعية. هذا وقد أوضح وتكن وآخرون (Witkin et al 1974) أن الأساليب المعرفية تتعلق بشكل النشاط الذي يمارسه الأفراد، وليس بمحتوى هذا النشاط، وهي تهتم بالطريقة أو الشكل الذي يتم به إدراك المواقف المختلفة في البيئة المحيطة، سواء أكانت ذات طبيعة نفسية أم اجتماعية، ويمكن من خلال الأساليب المعرفية تجميع الخصائص الفردية في أنماط كلية متميزة تمكن من تحديد ما يتميز به الأفراد أثناء تفاعلهم مع الموضوعات في البيئة الخاصة (رعية، 2013، ص02).

وهذا مما يساعد على كشف الفروق بين الأفراد ليس فقط في المجال المعرفي كالإدراك، والتفكير، وتكوين المفاهيم، والتعلم، وتكوين وتناول المعلومات، ولكن كذلك في المجال الانفعالي الوجداني، والمجال الاجتماعي، ودراسة الشخصية فمن خلال تناول الأساليب المعرفية يتضح أن الأفراد يختلفون فيما بينهم وبدرجات متفاوتة في أساليب تعاملهم وإدراكهم لمواقف الحياة المختلفة، سواء كان ذلك في المواقف التعليمية أم المواقف الاجتماعية، ولذلك يصبح لزاما على المهتمين بتربية النشء وإعدادهم أن يراعوا مثل هذه الفروق، وأن يهيئوا من المواقف ما يناسب كل فرد وفقا لأسلوبه المعرفي (قاسم علي الصراف، 1987)

حيث تتنوع أساليب الأفراد المعرفية ومن ثم يجب أن تتنوع أساليب التعامل مع هؤلاء الأفراد، تبعاً لتنوع أساليبهم المعرفية وبالأخص أسلوب المعرفي الذي ستتناوله في الدراسة الحالية وهو الأسلوب المعرفي الإعتماد -لإستقلال على المجال الإدراكي فهذا الأخير يشير كما حدده وتكن Wittkan الى مدى قدرة الفرد على التعامل مع الموضوعات كعناصر إدراكية في المجال، في اعتماده على المجال وفي استقلاله عنه، ويقصد بالفرد المعتمد على المجال ذلك الفرد الذي لا يستطيع إدراك الموضوع إلا في تنظيم شامل كلي للمجال، بحيث

تظل أجزاء الأرضية بالنسبة له غير واضحة بينما يقصد بالفرد المستقل عن المجال ذلك الفرد الذي يستطيع إدراك ، الموضوع بما يحيط به من عناصر أخرى (الفرماوي، 1994، ص26)

وذكر (الشرييني، 1992) أن الأساليب المعرفية تعتبر من العوامل الهامة في دراسة الشخصية حيث تسعى في قياس المكونات المعرفية وغبر المعرفية في الشخصية كما تهتم الأساليب المعرفية بالشكل الذي يتم به اكتشاف المعلومات أو تعلم السلوك وليس بمحتواه ولذلك تعمل الأساليب المعرفية على تجميع الخصائص الفردية في أنماط كمية بغرض تحديد مجموعة من الخصائص والمواصفات التي تميز الافراد في تعاملهم مع الموضوعات (الدحودح، 2010، ص05)

ويرى عبد اللطيف (1990) أن التوتر النفسي ينشأ عندما يفقد الفرد المقدرة على مواجهة الصعوبات والمواقف التي تواجهه خلال حياته اليومية، بسبب قدراته المحدودة سواء تلك الموروثة أو المكتسبة، وسواء تلك المتعلقة بالناحية النفسية أو الاجتماعية أو العضوية أو العقلية أو الجسدية، وهنا يعاني الفرد من سوء التوافق مع بيئته ومن التوتر النفسي (عبد اللطيف، 1990، ص52).

ويذكر الحاج (1982) أن الانسان السوي يتوتر تماما كالإنسان غير سوي، بفارق أن السوي يكون لديه مقدرة على مواجهة هذا التوتر، ويعمل على التخلص من أسبابه ومصادره بطرق مختلفة وبالاعتماد على فكرة وفلسفة مترسخة داخل هذا الانسان، وبالتالي فان مواجهته لمصدر التوتر النفسي يساعده على التكيف مع نفسه أولاً، ومع البيئة الخارجية ثانياً، مما يحقق له الاستقرار النفسي (لدحودح، 2010، ص61)

ويقول ليفي (1995) أن التوتر هو نمط أو أسلوب استجابات الجسم للتأثيرات والاحتياجات أو الضغوط. وهذه الاستجابات تكون أحياناً سارة وتكون مؤلمة في أحياناً أخرى، كما أنها تكون أحياناً مفيدة، وتكون ضارة في أحياناً أخرى (مصلح، 2003، ص53).

كما يرى زمبادور (Zimbardo، 1988، ص46) أن التوتر نمط الاستجابة المحددة وغير المحددة التي يقوم بها الانسان نتيجة الحوادث التي تدخل توازنه وتتجاوز قدرته على التكيف وتتضمن استجابة التوتر مزيج من ردود الأفعال على المستوى النفسي والسلوكي والانفعالي والمعرفي.

وبهذا الصدد نستطيع القول إن الدراسة الحالية ارتأت لدراسة الأساليب المعرفية وعلاقتها بالتوتر النفسي وهذا يعني تناول متغير التوتر النفسي باعتباره طاقة مكبوتة، لا تجد لها مخرجا فتؤثر على صفاء التفكير والتحكم بالانفعال، ومن هذا يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية من خلال الإجابة على التساؤل الرئيسي التالي:

- ما العلاقة بين الأسلوب المعرفي (الاستقلال الإدراكي/الاعتماد على المجال الإدراكي والتوتر النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ارشاد وتوجيه؟ وتدرج تحته التساؤلات الفرعية التالية:

1- ما مستوى الأسلوب المعرفي السائد لدى طلبة السنة الثالثة ارشاد وتوجيه؟

2- ما مستوى التوتر النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ارشاد وتوجيه؟

3- هل توجد فروق في النمط الإدراكي تبعاً لمتعر الجنس؟

4- هل توجد فروق في مستوى التوتر النفسي تبعاً لمتعر الجنس؟

2. فرضيات الدراسة:

2-1- توجد علاقة ارتباطية بين الأسلوب المعرفي (الاستقلال الإدراكي/الاعتماد على المجال الإدراكي والتوتر النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ارشاد وتوجيه.

2-2- النمط الإدراكي السائد لدى طلبة السنة الثالثة ارشاد وتوجيه هو الاستقلال الإدراكي بمستوى متوسط.

2-3- مستوى التوتر النفسي متوسط.

2-4- توجد فروق في النمط الإدراكي تبعاً لمتعر الجنس

2-5- توجد فروق في مستوى التوتر النفسي تبعاً لمتعر الجنس.

3.اهداف الدراسة:**تهدف الدراسة الحالية الى تحقيق ما يلي:**

3-1- الكشف عن طبيعة العلاقة بين النمط الادراكي والتوتر النفسي

3-2- الكشف عن النمط الادراكي السائد لدى طلبة السنة الثالثة ارشاد وتوجيه.

3-3- الكشف عن مستوى التوتر النفسي.

3-4- التعرف على الفروق في متغيري الدراسة (النمط الادراكي/التوتر النفسي) لمتغير

الجنس (ذكر/ انثى).

4-أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في جدتها في حدود علم الطالبة كونها تسلط الضوء على التعرف العلاقة بين الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال) والتوتر النفسي لدى جامعة المسيلة وتأتي أهمية الدراسة الحالية فيما يأتي:

4-1-الأهمية النظرية:

1- قد تساعد هذه الدراسة في توجيه أنظار الباحثين والدارسين إلى ضرورة دراسة الأساليب المعرفية في علاقتها بالمشكلات النفسية.

2-قد تساعد هذه الدراسة في إثراء التراث النفسي بدراسات تكشف طبيعة العلاقة بين التوتر النفسي والأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال) في البيئة الجزائرية.

3-في حدود علم الباحثة لا يوجد دراسات أكاديمية كافية في البيئة الجزائرية بخصوص متغيري الدراسة لا سيما متغير التوتر النفسي

4-2-الأهمية التطبيقية:

1- في ضوء ما تسفر عنه الدراسة الحالية من نتائج قد تسهم في تصميم واعداد برامج ارشادية للتخفيض من مستوى التوتر النفسي نظرا لعلاقته بالعمليات المعرفية.

2- تكمن أهمية الدراسة الحالية من الناحية التطبيقية في التنبه الى ضرورة الاهتمام بالجوانب النفسية.

5-تحديد مفاهيم الدراسة:

5-1-الأساليب المعرفية (الاستقلال/الاعتماد) على المجال الإدراكي:

يعرفها الشرقاوي والشيخ (1989، ص06) بأنها: "الطريقة التي يتميز بها الفرد أثناء معالجته للموضوعات التي يتعرض لها في حياته، وعلى هذا فإن الأسلوب المعرفي يعبر عن الأنشطة المعرفية والإدراكية للفرد".

ويعرفها الشرقاوي (2003) على أنها تلك الطرق أو الأساليب التي يستخدمها الأفراد في تعاملهم مع المثيرات التي يتعرضون لها في مواقف حياتهم المختلفة مما يساعدنا على كشف الفروق بين الأفراد ليس فقط في المجال المعرفي كالإدراك، والتذكر، والتفكير، وتكوين المفاهيم والتعلم وتناول المعلومات، ولكن كذلك في المجال الانفعالي الوجداني، والمجال الاجتماعي ودراسة الشخصية، وبالتالي تفسر الأساليب المعرفية المميزة للفرد في ضوء أساليب النشاط التي يمارسها بغض النظر عن محتوى هذا النشاط.

-الأسلوب المعرفي (الاعتماد -الاستقلال عن المجال الإدراكي): الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال عن المجال الإدراكي) سمة نفسية خاصة بالمجال الإدراكي، يشير إلى الطريقة التي يدرك بها الفرد الموقف أو الموضوع وما يتصل به من تفاصيل، ويصنف الأفراد طبقاً لهذه السمة على النحو التالي:

أ. **مستقلون:** وهم الأفراد الذين يدركون أجزاء المجال بصورة منفصلة أو مستقلة عن الأرضية المنظمة لهذا المجال. ويستطيعون أيضاً تحليل وتمييز مكونات المثير المركب أو المعقد، ويطلق على هؤلاء الأفراد ذوا النمط التحليلي وهو أحد قطبي هذا الأسلوب المعرفي.

ب. **معتمدون:** وهم الأفراد الذين يخططون في إدراكهم للتنظيم الشامل (الكلي) للمجال، أو أجزاءه، فيكون إدراكهم له مبهماً كما يستجيبون لعناصر المجال بطريقة كلية، ويطلق على هؤلاء الأفراد ذوا النمط الكلي، ويعتبر هذا القطب المقابل لهذا الأسلوب المعرفي.

التعريف الإجرائي: وتتبنى الطالبة التعريف الإجرائي التالي هو قدرة الفرد على التعامل مع الموضوعات كعناصر ادراكية في المجال، في اعتماده على المجال وفي استقلاله عنه، وهو كذلك يعني الدرجة التي يحصل عليها طلبة السنة الثالثة ارشاد وتوجيه في مقياس الاستقلال/ الاعتماد على المجال الادراكي.

5-2- التوتر النفسي:

عرف هانز سيلبي(Hans sely) التوتر بأنه الاستجابة غير المحددة للجسم الناتجة عن تعرض الانسان لضغوط الحياة (الدحوح، 2010، ص 11).

التعريف الإجرائي: التوتر النفسي هو الدرجة التي يحصل عليها المفحوص (طلبة السنة الثالثة ارشاد وتوجيه) على مقياس التوتر النفسي المعد من طرف الباحث مجدي عبد الكريم حبيب.

6-الدراسات السابقة:

1-دراسة امحمدي علي، غريب العربي (2017) بعنوان: الأسلوب المعرفي الإدراكي وعلاقته بمركز الضبط على ضوء متغير الجنس والتخصص لدى تلاميذ المرحلة الثانوية هدفت الدراسة الحالية الى دراسة العلاقة بين الأسلوب المعرفي الإدراكي ومركز الضبط، لدى عينة من تلاميذ التعليم الثانوي .بلغ عددهم (352) تلميذ وتلميذة من ثانويتي مراح بوهران وخالد بن الوليد بأدرار، تم الاستعانة خلالها بمجموعة من الأدوات، اختبار الأشكال المتضمنة (الصورة الجمعية)، ومقياس مركز الضبط .بعد التأكد من صدقها وثباتها، توصلت الدراسة الى النتائج التالية:

- توجد علاقة إرتباطية بين الأسلوب المعرفي الإدراكي ومركز الضبط.
- توجد فروق في الأسلوب المعرفي الإدراكي ترجع لمتغير الجنس والتخصص.
- توجد فروق في مركز الضبط بالنسبة التخصص.
- عدم وجود فروق جنسية في مركز الضبط.

2-دراسة نورا رسمي أحمد رعية (2013) بعنوان: الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال عن المجال الإدراكي) وعلاقته بالانتباه لدى طلبة الصف الحادي عشر في المدارس الحكومية في تربية وسط محافظة الخليل.

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى العلاقة بين الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال) والانتباه لدى طلبة الصف الحادي عشر في المدارس الحكومية في تربية وسط محافظة الخليل، والتعرف على دور بعض المتغيرات في الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال) لدى طلبة الصف الحادي عشر في المدارس الحكومية في تربية وسط محافظة الخليل كذلك التعرف على دور بعض المتغيرات في الانتباه لدى طلبة الصف الحادي عشر في المدارس الحكومية في تربية وسط محافظة الخليل. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، حيث استخدمت أداتين هما: مقياس الاستقلال/ الاعتماد على المجال بالصورة اللفظية، ومقياس الانتباه، وطبقت الدراسة على عينة طبقية عشوائية من مجتمع الدراسة حيث بلغ عددهم (1017) طالب وطالبة. وأشارت النتائج الى:

- أن درجة الاستقلال لدى الطلبة كانت متوسطة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطات الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال عن المجال الإدراكي) لدى طلبة الصف الحادي عشر في المدارس الحكومية في تربية وسط محافظة الخليل تعزى إلى متغير الجنس، الترتيب الميلادي في الأسرة، ومكان السكن
- كما أشارت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطات الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال عن المجال الإدراكي) لدى طلبة الصف الحادي عشر في المدارس الحكومية في تربية وسط محافظة الخليل تعزى لمتغير التحصيل الأكاديمي والفرع.

- وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطات الانتباه لدى طلبة الصف الحادي عشر في المدارس الحكومية في تربية وسط محافظة الخليل تعزى لمتغير التحصيل الأكاديمي، الفرع، ومكان السكن.

- وبينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05) الانتباه لدى طلبة الصف الحادي عشر في المدارس الحكومية في تربية وسط محافظة الخليل تعزى لمتغير الجنس، والترتيب الميلادي في الأسرة.

3-دراسة الدحدوح (2010) بعنوان: العلاقة بين الاساليب المعرفية (الاستقلال الإدراكي، والتروي-الاندفاع) والتوتر النفسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية.

تهدف هذه الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين الاساليب المعرفية (الاستقلال الإدراكي، والتروي-الاندفاع) والتوتر النفسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، وتكونت العينة من (229) طالباً وطالبة من كلية العلوم وقسم الارشاد في الجامعة الاسلامية وجامعة الاقصى، وقد استخدمت الباحثة اختبار الاشكال المتضمنة) الصورة الجمعية (لقياس الاسلوب المعرفي الاستقلال الإدراكي، واختبار تزاوج الاشكال المألوفة لقياس الاسلوب المعرفي (التروي-الاندفاع) ومقياس التوتر النفسي. وقد اشارت النتائج الى عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاسلوبين المعرفيين (الاستقلال الإدراكي، والتروي-الاندفاع) والتوتر النفسي، والى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أسلوب الاستقلال الإدراكي والتوتر النفسي يعزى لمتغير الجنس والمستوى التعليمي، ووجود فروق ذات دلالة احصائية في أسلوب (التروي-الاندفاع) يعزى لمتغير الجنس، وعدم وجود فروق ذات دلالة في أسلوب (التروي-الاندفاع) والتوتر النفسي يعزى لمتغير التخصص.

4-دراسة محمد بن أحمد بن سراج المعافي (2009) بعنوان: السرعة الادراكية وعلاقتها بأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال) لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية.

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين السرعة الادراكية والأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال) لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. كذلك معرفة الفروق في السرعة

الإدراكية والفروق في الأساليب المعرفية (الاعتماد - الاستقلال) حسب السن والتخصص، اعتمد الباحث على المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن، وقام باختيار عينة قصدية من طلاب المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية وعددهم (314) طالباً. واستخدم أدوات الدراسة: اختبار السرعة الإدراكية تأليف (اكستروم، فرنش، هارمان، ديرمين) ترجمة الشرقاوي والشيخ وعبد السلام (1993م) واختبار الأشكال المتضمنة (الصورة الجمعية) تأليف أولتمان وراسكن ترجمة الشرقاوي والشيخ (1989)، وقد تم التوصل إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباطيه موجبة وذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب في اختبار السرعة الإدراكية بأبعاده الثلاثة وللدرجة الكلية، ودرجات الأسلوب المعرفي (الاعتماد/الاستقلال عن المجال).

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطات درجات عينة الدراسة حسب التخصص في الأسلوب المعرفي والفروق لصالح ذوو التخصص الطبيعي.

- وجود فروق في الأسلوب المعرفي بين متوسطات درجات الفئة العمرية أكبر من 18 سنة وكل من (الفئة العمرية 16 سنة والفئة العمرية 17 سنة والفئة العمرية 18 سنة)، لصالح الفئة العمرية 16 سنة.

5- دراسة بن زطه بلدية (2006) بعنوان: علاقة الأسلوب المعرفي - الاستقلال - الاعتماد

على المجال الإدراكي بالانتباه لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

تناولت الدراسة علاقة الأسلوب المعرفي - الاستقلال - الاعتماد على المجال الإدراكي بالانتباه لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (السنة 6 ابتدائي) حيث اعتمدت الدراسة على فرضيات عامة وجزئية، وقد اتبعت الباحثة في الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي لتحليل الارتباط بين الأسلوب المعرفي: "الاستقلال - الاعتماد على المجال الإدراكي" وعملية الانتباه مستخدمة بذلك الأدوات التالية:

- اختبار الأشكال المنظمة (الصورة الجمعية) لأنور محمد الشرقاوي.
- اختبار اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد لمحمد الفوبي محمد علي.

حيث طبقت الأدوات على عينة قوامها 139 تلميذ وتلميذة اشتقت بطريقة عشوائية من مدرسين ابتدائيين "فطيمة قيدومي" "علي بوخلفة"، تتمثل خصائص العينة في الجنس 59 ذكور، 80 إناث، السن 11.5 و 12 سنة، وقد تم التوصل إلى النتائج التالية:

- هناك علاقة دالة إحصائياً بين أسلوب التلميذ من حيث كونه مستقلاً أو معتمداً على المجال وبين عملية الانتباه.

- هناك فروق دالة إحصائياً بين التلاميذ المستقلين عن المجال والتلاميذ المعتمدين في عملية الإنتباه.

- هناك فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في إتباع الاستقلال عن المجال أو الاعتماد عليه.
- هناك فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في عملية الانتباه.

دراسات التوتر النفسي:

1-دراسة عساف (2002) بعنوان " مستوى التوتر النفسي والضغط النفسي، أعضاء البيئة التدريسية في جامعتي النجاح الوطنية وبييرزيت"

هدفت هذه الدراسة للتعرف على مستوى التوتر النفسي والضغط النفسي، أعضاء البيئة التدريسية في جامعتي النجاح الوطنية وبييرزيت. كما هدفت إلى معرفة أثر المتغيرات الديمغرافية (الجنس، عدد أفراد الاسرة، مكان السكن، الراتب، الخبرة، الرتبة العلمية والتخصص ...) على تفاوت في التوتر والضغط النفسي لدى أعضاء الهيئة التدريسية، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (225) عضو هيئة التدريس. وقد بينت نتائج الدراسة ما يلي:

1-أن الدرجة الكلية للتوتر النفسي عند أعضاء الهيئة التدريسية كانت عالية في الاعتبارات النفسية.

2-وجود فروق ذات دلالة احصائية في التوتر والضغط النفسي تبعا لمتغيرات (مكان السكن، التعرض للإصابة أو الضرب أثناء الانتفاضة، والكلية والراتب)

3- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية إحصائية في التوتر والضغط النفسي تبعاً لمتغيرات (الجنس، عدد أفراد الأسرة، الخبرة، الحالة الاجتماعية، الرتبة العلمية).

2-دراسة حسين (1994) بعنوان " مستوى التوتر النفسي ومصادره لدى المعلمين "

هدفت الدراسة للتعرف على مستوى التوتر النفسي ومصادره لدى المعلمين، ومعرفة تباين مستويات التوتر باختلاف المؤهل والخبرة والجنسية والمرحلة التي يعمل بها، ومعرفة أي مصادر التوتر النفسي عند المعلمين، وشملت عينة الدراسة (140) معلماً واستخدم الباحث استبيان لقياس التوتر النفسي من إعداد سمير أبو مغلي، واستبيان مصادر التوتر النفسي من إعداد جمس Gmelch ، ترجمة عبد الرحمان الطريدي.

وقد توصلت الدراسة الى النتائج التالية:

1- وجد أن مستوى التوتر النفسي عند المعلمين كان متوسطاً.

2- كما وجد أنه لا توجد فروق جوهرية في مستوى التوتر النفسي تعزى إلى جنسية المعلم أو خبرته أو مؤهله أو المرحلة التي يعمل بها.

3- كذلك وجد أن أهم مصادر التوتر النفسي كانت عبء الدور، والروتين، والملل في العمل.

3-دراسة جودة (1998) بعنوان: " علاقة التوتر النفسي ببعض المتغيرات النفسية على عينة من مدرسي الثانوية "

هدفت الدراسة للبحث عن العلاقة بين التوتر النفسي وبعض المتغيرات النفسية على عينة من مدرسي الثانوية، واشتملت عينة الدراسة على عينة عددها 320 (222ذكور-98إناث) وقد استخدمت الباحثة عدة أدوات منها: مقياس التحكم والتركيز، اعداد محمد إبراهيم عبد (1995) ومقياس اثبات الشخصية من اعداد الباحثة.

وقد بينت نتائج الدراسة ما يلي:

1- أن هناك علاقة ايجابية هامة بين مستويات التوتر (العالي المتوسط -القليل) والسيطرة والتركيز.

2- هناك علاقة ايجابية هامة بين مستويات التوتر واثبات الشخصية.

3- هناك اختلافات إحصائية هامة بين المدرسين ذكورا أو اناثا في مستويات التوتر النفسي.

4- لا يوجد اختلافات إحصائية هامة في مستويات التوتر بسبب الحالة الاجتماعية والعمر أو سنوات خبرة التدريس.

التعقيب على الدراسات السابقة:

سيتم مناقشة الدراسات من حيث الأهداف التي حددت لها، والعينات التي اعتمدها والمنهج، والأدوات المستخدمة وأهم ما توصلت إليه من نتائج.

1. من حيث الهدف:

كانت أغلب الدراسات تهدف الى التعرف على الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال) على المجال الإدراكي وعلاقته ببعض المتغيرات منها بمركز الضبط في دراسة العربي (2017) وبالانتباه في دراسة رعية (2013) وبن زطة بلدية (2006)، وبالتوتر النفسي في دراسة الدحوح (2010)، كذلك علاقته ب السرعة الادراكية في دراسة المعافي (2009).

2. من حيث العينة:

أغلب أفراد العينات في الدراسات السابقة فقد ضمت كافة الأطوار والمستويات الدراسية من الابتدائي الى الجامعي. وتشارك الدراسة الحالية مع اغلب الدراسات السابقة في تركيزها على عينة من طلاب المستوى الجامعي.

3. من حيث الأدوات:

ما تم استنتاجه من الدراسات السابقة هو اختلاف الأدوات المستخدمة قياس الأساليب المعرفية وذلك لاختلاف العينات، واغلب الدراسات السابقة اعتمدت على مقاييس جاهزة من

اعداد باحثين آخرين في قياس الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال). والدراسة الحالية تشترك مع الدراسات السابقة في اعتمادها على مقياس جاهز.

4. من حيث المنهج:

تبين من خلال استعراض الدراسات السابقة أن معظم الباحثين تقريباً استخدموا في بحوثهم المنهج الوصفي سواءً الوصفي الارتباطي أو الوصفي المقارن، والدراسة الحالية تشترك مع العديد من الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي المقارن.

5. من حيث النتائج:

أهم النتائج المستخلصة من البحوث السابقة المتعلقة بموضوع دراستنا هي اختلاف نتائج الدراسات السابقة فيما يتعلق بالفروق في الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال) وفقاً لمتغيرات الجنس/ التخصص/ العمر/المستوى التعليمي. والعلاقة بين الأسلوب المعرفي والمتغيرات الأخرى.

التعقيب على الدراسات السابقة المتعلقة بالتوتر النفسي:

سيتم مناقشة الدراسات من حيث الأهداف التي حددت لها، والعينات التي اعتمدها والمنهج، والأدوات المستخدمة وأهم ما توصلت إليه من نتائج.

1. من حيث الهدف:

كانت أغلب الدراسات تهدف الى التعرف على مستوى التوتر النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات منها الضغط النفسي وأثر المتغيرات الديمغرافية (الجنس، عدد أفراد الاسرة، مكان السكن، الراتب، الخبرة، الرتبة العلمية والتخصص) في دراسة عساف (2002) وبمعرفة مستوى التوتر النفسي ومصادره لدى المعلمين وأيضاً معرفة تباين مستويات التوتر باختلاف المؤهل والخبرة والجنسية والمرحلة التي يعمل بها في دراسة حسين (1994) كذلك علاقته ببعض المتغيرات النفسية في دراسة جودة (1998).

2. من حيث العينة:

أغلب أفراد العينات في الدراسات السابقة فقد ضمت الهيئة التدريسية للطور الابتدائي والثانوي والجامعي، كما تراوح عدد العينة المستخدمة في الدراسات السابقة بين (140-320).

3. من حيث الأدوات:

ما تم استنتاجه من الدراسات السابقة هو اختلاف الأدوات المستخدمة قياس مستوى التوتر النفسي وذلك لاختلاف العينات، واغلب الدراسات السابقة اعتمدت على مقاييس جاهزة من اعداد باحثين آخرين في قياس التوتر النفسي والدراسة الحالية تشترك مع الدراسات السابقة في اعتمادها على مقياس لقياس التوتر النفسي المعد من طرف الباحث مجدي عبد الكريم حبيب.

4. من حيث المنهج:

تبين من خلال استعراض الدراسات السابقة أن معظم الباحثين تقريباً استخدموا في بحوثهم المنهج الوصفي.

5. من حيث النتائج:

أهم النتائج المستخلصة من البحوث السابقة المتعلقة بموضوع دراستنا هي اختلاف نتائج الدراسات السابقة فيما يتعلق بمستوى التوتر النفسي بين المتوسط والمرتفع، وكذلك اختلاف فيما يتعلق بالفروق في مستوى التوتر النفسي تبعاً خبرته أو مؤهله أو المرحلة التي يعمل بها والحالة الاجتماعية والعمر والرتبة العلمية.

وجهت نتائج الدراسات السابقة الدراسة الحالية إلى:

الاهتمام بدراسة الأساليب المعرفية وعلاقتها بالتوتر النفسي واستخدام والتركيز على عينة طلبة الجامعة، أيضاً تم الاستعانة بنتائج الدراسات السابقة في هذه من خلال توجيه فرضيات البحث.

خلاصة:

لقد تضمن هذا الفصل الإطار العام للدراسة، والمتمثلة في طرح الإشكالية وتساؤلاتها وصولاً إلى الفرضيات ثم تحديد أهداف الدراسة وأهميتها النظرية والتطبيقية، ليتم بعدها تحديد مفاهيم الدراسة إجرائياً ثم عرض الدراسات السابقة المتعلقة بمتغيرات الدراسة، وقد تم مناقشة الدراسات من حيث الأهداف والعينة والمنهج والأدوات والنتائج التي توصلت إليها، وأوجه استفادة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة.

الفصل الثاني:

الأساليب المعرفية

تمهيد

- 1- مفهوم الأساليب المعرفية.
- 2- التطور التاريخي لمفهوم الأساليب المعرفية
- 3- الخصائص المميزة للأساليب المعرفية.
- 4- أهداف الأساليب المعرفية.
- 5- أهمية الأساليب المعرفية.
- 6- تصنيف الأساليب المعرفية.

خلاصة.

تمهيد:

تعد الأساليب المعرفية أحد المداخل الأساسية لفهم الكثير من الأنشطة العقلية التي يمارسها الفرد في مختلف المواقف الحياتية، إذ تشير إلى مدى تمايز الأفراد في كيفية استقبال ومعالجة وتنظيم المدركات من حولهم، وهو مفهوم يمكن أن يستوعب كل العمليات العقلية المعرفية التي تبدأ من لحظة استقبال المثير حتى استقبال الاستجابة، كما أن هناك دلالات مضطربة تشير إلى أن الأساليب المعرفية تعكس التفاعل بين أبعاد المجال المعرفي وأبعاد المجال الوجداني، مما دفع بعض الباحثين إلى تحديد هذا المفهوم في ضوء تأثيره بعوامل الدافعية والشخصية، وعلى ذلك فتمثل الأساليب المعرفية نقطة التقاء توظيف المجال المعرفي والمجال الوجداني في نمو الشخصية .

من هذا المنطلق سنتناول في هذا الفصل مجموعة من العناصر المرتبطة بالأساليب المعرفية من حيث التطرق إلى مفهوم الأساليب المعرفية وإلى التطور التاريخي لمفهوم الأساليب المعرفية بالإضافة إلى الخصائص المميزة للأساليب المعرفية وبعد ذلك أهداف الأساليب المعرفية وأهميتها، وأخيرا تصنيفات الأساليب المعرفية الأكثر أهمية.

1- مفهوم الأساليب المعرفية:

في قاموس "أكسفورد" بأنه: "الطريقة التي يمكن style " تم شرح مصطلح "أسلوب بها عمل شيء ما، وأن هذه الطريقة تكون متنسبة للمحتوى الذي يتعامل معها الشخص وهذا لا يم نع أن يؤثر هذا المحتوى على الطريقة التي نؤدي بها المهمة". (سليمان، 1988، ص59) أما مصطلح المعرفة **cognition** فقد عرف بأنه: "جهد قصدي لإيجاد الأشياء والتعرف عليها لفهمها وتمييزها وتصنيفها ومعالجتها لموضوعات أي تعديلها بطرق عقلية مختلفة". (هلموت بينيش، 2003، ص 289).

ويعرفها الشرفاوي (2003، ص243): "بأنها الفروق بين الأفراد في كيفية ممارسة: العمليات المعرفية المختلفة مثل الإدراك والتفكير وحل المشكلات والتعلم، وكذلك بالنسبة للمتغيرات الأخرى التي يتعرض لها الفرد في الموقف السلوكي سواءً في المجال المعرفي أو المجال الوجداني". ويضيف "مسك" إلى أن "الأساليب المعرفية هي الاختلافات الفردية في أساليب التذكر والتخيل والتفكير، وترتبط بالفروق الموجودة بين الأفراد في طريقتهم في الفهم والحفظ للمعلومات".

ويعرف "هارفي" Harvey عام 1962، والذي يعد من التعريفات المبكرة حيث يرى أن الأساليب المعرفية تشير إلى الأسلوب الذي يرشح Filter ويجهز Processes المعلومات الواردة من البيئة، والذي يعطي ليا المعنى النفسي المتمثل في استخدامها. (الدحوح، 2010، ص15)

ويقدم كل من "فيرجس" Forgas و"شولمان" Shulman 1979 مفهوم أوسع للأسلوب المعرفي على أنه تنظيم الإدراكي الذي يحدد أسلوب الفرد، و يضبط إدراكه وأسلوبه في التفكير وهدفه الموجه للسلوك واعتقاده ونظامه الشخصي ومركز انتباهه (الفرماوي، 1986، ص63).

ويعرفه منصور (1984، ص421) كذلك على انه "تلك الفروق الحادثة بين الأفراد في كيفية أداء العمليات المعرفية مثل الإدراك والتفكير وحل المشكلات والتحليل والتخيل واستدعاء المعلومات".

وينظر جيلفورد (1980, Guilford) إلى الأساليب المعرفية على أنها وظيفة وسمّة في نفس الوقت، أنها سمّة أو مكون من الرتبة العليا خلال الشخصية متضمنة في العديد من العمليات النفسية وهي مسؤولة عن الفروق الفردية في العديد من المتغيرات المعرفية والادراك ومتغيرات الشخصية وربما أيضاً في أداء آخذي الاختبارات على الأشكال المختلفة للأسئلة وتفضيلاً متناولي الاختبارات بالنسبة إلى نوع السؤال وشكل السؤال. وتشير العديد من تعريفات الأساليب المعرفية إلى أنها تعبر عن الفروق الفردية في تنظيم وتجهيز المعلومات، في حين تشير التعريفات الأخرى إلى الأساليب المعرفية على أنها عادات تجهيز المعلومات ولكنها عادات معقدة وليست بسيطة (خضر، 2001، ص322).

ويتضح مما سبق أن التعريفات أجمعت على أن الأساليب المعرفية عبارة عن نمط معرفي يتخذه الفرد في التعامل مع الأفراد، وكذلك لمعالجة معلوماته الواردة إليه من الخارج عبر حواسه المختلفة، وبالتالي الأسلوب المعرفي يعمل عمل الوسيط بين المدخلات والمخرجات.

2- التطور التاريخي لمفهوم الأساليب المعرفية:

وقد تطورت دراسة الفروق الفردية على أساس العمليات المعرفية من خلال ثلاث مؤتمرات أسستها جمعية علم النفس الأمريكية عام 1955، ، 1949، 1948 وقد كان هناك دعوة و نداء لعمل مفاهيم جديدة تعتبر أن النشاط الإدراكي والشخصية عملية واحدة من خلال التوازن بين معلومات البيئة الخارجية (المجال الإدراكي) والبيئة الداخلية للفرد بما تحويه من انفعالات ودوافع.

- وهناك فكرة أخرى نتجت عن ندوة المؤتمر الذي انعقد عام 1955 ، واستقطبت اهتمام الباحثين أن ذلك وهي قضية العمليات المعرفية اللاشعورية وقد أوضحت هذه النظرة الجديدة ثلاث موضوعات تعبر عن ثلاثة افتراضات أساسية وهي:
- تعتبر المعرفة هي مركز التكيف الشخصي للفرد مع البيئة.
 - البيئات التي يتكيف معها الفرد هي عبارة عن تمثيلات معرفية أو رموز بدلا من أن تكون بيئات مكونة من أشياء حقيقية كما هي عليها.
 - البناء المعرفي اللاشعوري يحدد أي الصور يتخذها الفرد من بيئة معينة والعمل الذي يمكن أن يتفاعل أو يندمج فيه الفرد بناء على هذا التشفير. (هشام عبد الحميد الخولي، 2002، ص29)

بعد الاتفاق على مصطلح ومفهوم الأسلوب المعرفي في الندوات الثلاث التي عقدت منذ بداية أربعينيات هذا القرن، اصطلح "جيلفورد" مصطلح **البناء العقلي المعرفي** على نموذجه باعتبار أن **الأساليب المعرفية** تضم جميع العمليات المعرفية مثل: الإدراك والتذكر والتفكير وحل المشكلات.

3- خصائص الأساليب المعرفية:

اتفق معظم العلماء على أن الأساليب المعرفية تتسم بخصائص عدة أهمها:

3-1- من حيث شكل النشاط:

أنها تتعلق بشكل النشاط المعرفي الذي يمارسه الفرد لا بمحتواه، لذلك نجد الأساليب المعرفية تشير إلى الفروق بين الأفراد في كيفية أداء العمليات المعرفية من إدراك وحل للمشكلات، وبغض النظر عن موضوع هذه العمليات (إبراهيم، 1999، ص32)

3-2- من حيث العموم والشمول:

تعد الأساليب المعرفية من الأبعاد المستعرضة والشاملة للشخصية، مما يساعد على اعتبارها في ذاتها محددات الشخصية، حيث أنها تتخطى التمييز التقليدي بين الجانب المعرفي والجانب الانفعالي في الشخصية (عجوة، 1986، ص44).

3-3- من حيث ثباتها:

تعتبر الأساليب المعرفية ثابتة نسبياً لدى الأفراد ولا يعني هذا غير قابلة للتعديل أو التغيير تماماً، وإنما يعني هذا أنها لا تتغير بصورة سريعة أو مفاجئة في الحياة العادية للفرد، ومن ثم يمكننا أن نتنبأ بسلوك الأفراد في المواقف التالية بدرجة معقولة من الدقة (الخولي، 2002، ص43)

3-4- من حيث الأحكام القيمية:

تعتبر الأساليب المعرفية أبعاداً ثنائية القطب ويصنف الأفراد وفق ذلك على متصل يبدأ ببعدها (كبعد الاندفاع مثل) ، وينتهي ببعدها الآخر (كبعد التروي) ، وهذا يعني أن التصنيف يأخذ شكل المنحنى الاعتدالي بالنسبة لأسلوب الواحد ورغم أن الأسلوب المعرفي ثنائي القطب إلا أن لكل قطب قيمته في ظل شروط معينة ترتبط بالموقف (الفرماوي، 1994، ص09)

3-5- من حيث القياس:

إذ يمكن قياس الأساليب المعرفية بوسائل لفظية وأخرى غير لفظية مما يساعد في التغلب على الكثير من صعوبات اللغة التي تنشأ من اختلاف المستويات الثقافية للأفراد (ثابت، 2004، ص63).

3-6- من حيث نموها أو تطورها:

إذ تمر الأساليب المعرفية بمراحل نمائية مماثلة لمراحل النمو المعرفي فنجدها أكثر عمومية في بداية مراحل النمو، فمدرجات طفل الرابعة تكون عامة وبشكل كلي للمثير، ويتقدم عمره في حدود التاسعة تصبح متميزة وينتبه لجزئيات المثير.

4- أهداف الأساليب المعرفية:

تهدف نظرية الأساليب المعرفية الى عدة أهداف منها مايلي:

- تهدف نظرية الأساليب المعرفية الى إيجاد معلومات مصادر وطرق جديدة من خلال فهم سلوكيات الأفراد بالكيفية نفسها التي يفهمون هم أنفسهم لأن ذلك يسمح لنا باستبطان نفسي ونعيش موقفه وبالتالي نفهم ذلك ونتبأ بالكيفية التي سيتصرف بها، وبالتالي بإمكانها تعديل وتغيير ما يمكن تغييره وتعديله لصالحه.

-تهدف الى تعويد المتعلمين على عقلانية البناء المعرفي من أجل الانتقاء الأنسب للأداء المناسب في مواجهة المواقف الحياتية بطريقة مناسبة، باعتبار أن الأساليب المعرفية توفر التنظيمات المعرفية التي تساعد المتعلم أو الشخصية على فهم العلاقة بين البناء المعرفي المتوفر لديه والأسلوب المعرفي لديه انطلاقاً من إيجاد العلاقة بين الإدراك المعرفي والمجال الإدراكي لأن الأفراد في إدراكهم للمجال المعرفي يستعملون معايير التصنيف وتفسير الموضوع المحدد (النسق) ثم ربط العلاقة بين لوحات الموضوع وهذا يعبر عن مراحل التمايز النفسي-التعقيد-التخصص ثم التكامل .

- تهدف نظرية الأساليب المعرفية الى التعلم المعرفي واستقراء حلول للمواقف خاصة الغامضة منها والجديدة والغير المألوفة بالنسبة للأفراد واقناعهم بضرورة تحديدها وإجلاء الغموض عليها وهذا يشجعه على الاقدام عليها والتفكير فيها بتأني وروية من خلال ترتيب المعرفة ترتيباً منطقياً يراعي فيه الأسس النفسية والتربوية للمتعلم والمادة التعليمية على السواء، وفي هذا الصدد يقول جورج هيلر "إن تنظيم المادة المعرفية المراد تعلمها قد يمكننا

من التغلب على قدرتنا المحدودة في الإحاطة بالكثير من عناصر المادة في وقت واحد (أحمد ليسكي، 1991، ص74)

5- أهمية دراسة الأساليب المعرفية:

تفترض نظرية تجهيز المعلومات وجود مجموعة من الميكانيزمات داخل الفرد يستطيع هذا الأخير من خلالها تحد يد الاستجابات السلوكية، فعندما يعرض أمام الفرد بعض المعلومات ،فإن عليه انتقاء بعضا منها دون أخرى ويتم اختيار هذه المعلومات عن طريق المدخلات الحسية فقد تكون هذه المدخلات بصرية أو لمسية أو سمعية ، وبالتالي يختلف الأفراد في طرق استقبال المعلومات البيئية التي توجد في المجال الإدراكي بالنسبة لكل فرد ، وتعتمد هذه الفروق على أنواع العمليات المعرفية التي تحاول تجهيز المعلومات التي يقوم باستقبالها حيث يتم تنظيمها و بالتالي يتم تحديد شكل الاستجابة، إذ تلعب طرق التجهيز هذه دورا كبيرا في تحديد شكل الاستجابة النهائية ، فال معلومات التي يتم استقبالها من العالم الخارجي عن طريق الحواس خاضعة لعملية انتقاء ، فالفرد هو الذي يحدد أي المعلومات تهمة فيدركها في سلسلة من العمليات النشطة بناء على خبراته و إدراكاته الماضية للوصول إلى أهدافه الراهنة (الخولي، 2002، ص36)

هذا وتجدر الإشارة إلى أن الأساليب المعرفية تكون متداخلة مع البناءات الوجدانية والدافعية لذلك يتأثر أسلوب تعامل الفرد في المواقف الحياتية المختلفة بدوافعه التي تسعى للإشباع قصد تحقيق الذات .وعليه تمكننا هذه الميكانيزمات المعرفية من التحكم والتكيف مع المثيرات البيئية من جهة ومع الحاجات والدوافع من جهة أخرى وهذا يدل على أن الأساليب المعرفية تعكس التفاعل بين أبعاد المجالين

المعرفي والوجداني ونظرا لأهمية الأساليب المعرفية فقد تناولتها البحوث والدراسات في جميع المجالات الشخصية والتربوية، حيث ركزت هذه الدراسات على تحديد مجموعة من الأساليب المعرفية التي تميز الأفراد في مواقف الحياة المختلفة والتي يمكن الاعتماد عليها بدرجة كبيرة من الدقة للتنبؤ بالسلوكيات المستقبلية للأفراد وتفسير مجال واسع من جوانب شخصياتهم (ميسون، 2010، ص 46).

6- تصنيف الأساليب المعرفية:

هناك العديد من التصنيفات التي عرضت على أشكال متعددة من الأساليب المعرفية التي يحاول الأفراد من خلالها التعامل مع مواقف الحياة المختلفة وفي تفسير مكونات الشخصية والتعرف على الأساليب التي تساعد الفرد على فهم أشكال السلوك الإنساني، وفي ضوء هذه التصورات التي تناولت تصنيف الأساليب المعرفية تعرض الباحثة أهم هذه الأساليب على النحو التالي:

1 - الاعتماد الاستقلال عن المجال الإدراكي: Field-Dependent Field

Independe

يعتبر النمط المعرفي الاستقلال-الاعتماد على المجال الإدراكي من أكثر الأنماط المعرفية تداولاً ودراسة بين الباحثين، وقد أشارت الهنداوي (1990) بأن الاهتمام بالاستقلال-الاعتماد على المجال بدأ بعد الحرب العالمية الثانية من قبل آش وويتكن Asch (&Witkin) باعتباره أحد الأساليب المعرفية التي تفترض بأن الأفراد يختلفون بصورة مؤكدة بأسلوب استجاباتهم للمثيرات الخارجية، وقد أطلق على هذا النمط أيضاً تسمية الأسلوب التحليلي مقابل الأسلوب الكلي أو الشامل، كما أطلق عليه آخرون اصطلاح التمايز النفسي.

ويشير هذا الأسلوب إلى الطريقة التي يدرك بها الفرد الموقف المتعلق بالموضوع وما به من تفاصيل، بمعنى أنه يتناول قدرة الفرد على إدراكه لجزء من المجال كشيء مستقل أو منفصل عن المجال المحيط ككل، فالفرد الذي يتميز باعتماده على المجال في الإدراك يخضع إدراكه للتنظيم الشامل للمجال، وأما الفرد الذي يتميز باستقلاله عن المجال فيدرك المجال في صورة منفصلة أو مستقلة عن الأرضية المنظمة له (العتوم، 2004، ص 297).

2- الأسلوب المعرفي التروي أو التألمي-الإندفاع (Impulsivity Versus Reflectivity)

يرتبط هذا الأسلوب بميل الأفراد إلى سرعة الاستجابة مع التعرض للمخاطرة، فغالباً ما تكون استجابات المندفعين غير صحيحة لعدم دقة تناول البدائل المؤدية لحل الموقف في حين يتميز الأفراد الذين يميلون إلى التروي بفحص المعطيات الموجودة في الموقف، وتناول البدائل ب عناية والتحقق منها قبل إصدار الاستجابات (الشرقاوي، 2003، ص 244)

3- الأسلوب المعرفي المجازفة مقابل الحذر (Risk Taking- Cautiousness)

يشير هذا الأسلوب إلى مدى الفروق بين الأفراد في مدى إقبالهم على المجازفة، فالأفراد المجازفون يميلون إلى اقتناص الفرص لتحقيق أهدافهم مقابل أولئك الأفراد الحذرين الذين يميلون للحصول على ضمانات أكيدة قبل الدخول في أية مغامرة (علام وشريف، 1983، ص 44)

4- التمايز التصوري: Conceptual Differentiation

ويرتبط هذا الأسلوب بالفروق بين الأفراد في تصنيف أبعاد التشابه والاختلافات المدركة للمثيرات التي يتعرضون لها، كما يرتبط بالطريقة التي يتبعها الفرد في تكوينه للمفاهيم ، حي ث يعتمد بعض الأفراد في تكوين المفاهيم أو المدركات على العلاقات الوظيفية بين المثيرات ، بينما يعتمد البعض الآخر في تكوين المدركات والمفاهيم على تحليل الخصائص الوصفية الظاهرية للمثيرات والتعامل معها، وهناك مجموعة ثالثة من

الأفراد يعتمدون في تكوين المدركات و المفاهيم على قدرتهم على استنباط مستويات العلاقات بين المثيرات التي يتعرضون لها (الفرماوي ، 1994).

5-الأسلوب المعرفي التبسيط المعرفي مقابل التعقيد المعرفي

(Cognitive Simplicity versus Cognitive Complexity)

يرتبط هذا الأسلوب بالفروق الفردية بين الأفراد في ميلهم لتفسير ما يحيط بهم من مدركات، وخاصة المدركات ذات الخواص الاجتماعية، فالفرد الذي يتميز بالتبسيط المعرفي يتعامل مع المحسوسات بدرجة أفضل مما يكون مع المجردات، كما أنه يكون أقل قدرة على إدراك ما حوله من مدركات بصورة تحليلية، بل يغلب عليه الإدراك الشمولي لهذه المدركات، في حين يتميز الفرد الذي يميل إلى التعقيد المعرفي بأنه يكون أكثر قدرة على التعامل مع الأبعاد المتعددة للمواقف بصورة تحليلية، كما يستطيع بشكل أفضل أن يتعامل مع ما يدركه في شكل تكاملي (الشرقاوي ،2003،ص246)

6-الأسلوب المعرفي البأورة مقابل الفحص (Focusing versus Scanning)

ويتناول هذا الأسلوب الفروق بين الأفراد في سعة وتركيز الانتباه، حيث يتميز بعض الأفراد بالتركيز على عدد محدود من عناصر المجال، في حين يتميز البعض الآخر بالفحص الواسع لعدد أكبر من عناصر المجال، بحيث يشتمل انتباههم على قدر أوسع من المثيرات المحيطة بهم أو التي يتعرضون لها (الشرقاوي، 2003، ص246)

7-الأسلوب المعرفي الانطلاق في مقابل التقييد Inclusiveness Vs. Exclusivness

ويرتبط هذا الأسلوب بالفروق بين الأفراد في الميل إلى تصنيف المثيرات ومواقف الحياة التي يتعرضون لها، فبعض الأفراد يصنفون المثيرات والمواقف بطريقة أكثر شمولية، كما أنهم يكونون أكثر قدرة على التعامل مع المثيرات المتعددة، بينما يميل البعض الآخر إلى تصنيف هذه المثيرات بصورة تتميز بالضيق وقصر النظر، كما إنهم لا يتحملون وفي المواقف غير الواضحة التي تتميز بتعدد المثيرات (الشرقاوي، 2003، ص246)

-اهتمت الباحثة بدراسة الأسلوب المعرفي الاعتماد-الاستقلال عن المجال الإدراكي بالتفصيل ويشكل أعمق باعتباره انه مستهدف في الدراسة.

6-1- مفهوم الأسلوب المعرفي الإستقلال -الإعتماد على المجال الإدراكي:

يعرفه الشرقاوي (1995، ص32): أنه يهتم بالطريقة التي يدرك بها الفرد الموقف أو الموضوع وما به من تفاصيل أي أنه يتناول قدرة الفرد على إدراكه لجزء من المجال كشيء مستقل أو منفصل عن المجال المحيط ككل ،أي يتناول الفرد على الإدراك التحليلي، فالفرد الذي يتميز باعتماده على المجال في الإدراك يخضع إدراكه للتنظيم الشامل (الكلي) للمجال، أما أجزاء المجال فإن إدراك لها يكون مبهما ، في حين يدرك الفرد الذي يتميز بالاستقلال عن المجال الإدراكي أجزاء المجال في صورة منفصلة أو مستقلة عن الأرضية المنظمة له.

6-2- التطور التاريخي لدراسة الأسلوب المعرفي الإستقلال -الإعتماد على المجال

الإدراكي:

لقد بدأ البحث في هذا الأسلوب مع عالم النفس وتكن Witkin وزملائه، وقد أعد له مقياساً لتقييم الأفراد منذ عام 1949 ، وبذلك وفر قدرًا كبيراً من المعلومات الخاصة بهذا الأسلوب. وكان البحث في بداية الأمر حول إدراك الحيز أو المجال البصري لمجموعة من الأفراد من خلال تأديتهم لعدد من المهام، شكلت فيما بعد الملامح الرئيسة لمقياس الأشكال المتضمنة الصورة الجمعية الذي يستخدم خصيصاً لتقدير هذا الأسلوب المعرفي، حيث كان على الفرد في أحد المهام أن يعدل عصاً ترى داخل إطار مستطيل يميل كل منهما عن الخط العمودي الحقيقي إلى أن تبدو لهذا الفرد عمومية، وقد سميت هذه المهمة باختبار العصا والإطار Road and frame test ويرمز لها بالرمز (نورا رعية، 2013، ص11) وكان هدف هذه الاختبارات الأدائية هو اختبار قدرة الفرد على الوصول إلى الإدراك الصحيح بتجاهله للسياقات المتداخلة، وقد استخلص أن الفروق الفردية في درجات هذه الاختبارات كانت ثابتة نسبياً عبر الزمن.

وأوضح ويتكن "أن الأفراد الذين يتميزون بالتحليل المعرفي أو الوضوح كسمة أساسية والوصول إلى الإدراك الصحيح، يطلق عليهم بأنهم مستقلون عن المجال الإدراكي وهم يبحثون عن المعلومات المتميزة ذات الأجزاء المتداخلة، بينما هناك من الأفراد الذين لا تكون لديهم القدرة على عزل فقرات المعلومات عن سياقها، وأطلق على هؤلاء الأفراد بأنهم معتمدون على المجال الإدراكي (بن زطة، 2006).

6-3- أهمية الأسلوب المعرفي (الاعتماد -الاستقلال عن المجال الإدراكي):

يعد الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال) أساساً للتمييز بين الأفراد، حيث يساعد في التنبؤ بسلوك المتعلمين في جميع المواقف، سواء المدرسية أو الاجتماعية أو الأسرية أو الشخصية، ويساعد المعلم في اختيار الأسلوب الأمثل لتوجيه الطلاب وإرشادهم، واختيار أساليب التدريس والوسائل والأنشطة التعليمية التي تناسبهم، وتوجه سلوكهم، بما يتناسب مع احتياجاتهم، وأساليبهم المعرفية، ويحقق الأهداف التعليمية ببسر وسهولة، وحسب الفرماوي (1986) فإن هذا الأسلوب يسهم في توضيح أسلوب الفرد في تلقي المعلومات والمعارف، وأسلوبه المميز في التعامل معها، ويمثل الأداء المفضل لدى الفرد في تنظيم خبراته، وإدراكه بوجه عام، وأسلوبه في استدعاء المعلومات واستخدامها، وأيضاً أسلوبه المميز في الإدراك والتذكر والتفكير والتخيل، إضافة إلى أنه يمثل أسلوب تفضيل الأفراد للطريقة الخاصة، في التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة (نورا رعية، 2013، ص13)

6-4- خصائص الأسلوب المعرفي (الاعتماد -الاستقلال عن المجال الإدراكي):

وتشير حما (1997) في دراسة (نورا رعية، 2013، ص16) إلى أنه قد أجمعت معظم الدراسات في هذا الميدان على أن لكل نمط من النمطين) المعتمد/المستقل عن المجال الإدراكي (خصائصه التي تميزه عن الآخر في أساليب أدائه وتعامله مع ما يحيط به، وهذه الخصائص تتضح من تلك المقارنة:

أ- يتميز المستقلون عن المجال بالتحليل والموضوعية ولديهم القدرة على إدراك عناصر المجال والمعلومات بشكل مستقل أو منفصل، ويتغلبون على تنظيم المجال وإعادة بنائه عندما يقدم مع مجال تنظيم معين. أما المعتمدون على المجال الإدراكي فهم أقل قدرة على التحليل والتجريد، كما يخضع إدراكهم للمجال بشكل واضح وينظمونه بطريقة شاملة ومتصلة.

ب- أن النمو المعرفي لدى النمط المستقل بالأخذ بالمبادرة والثقة بالنفس ويميل إلى الاستقلال عن الآخرين من حوله. بينما النمط المعتمد يجد صعوبة في الأخذ بالمبادرة ويتميز بالميل إلى الخوف والقلق ويميل إلى الخضوع للآخرين وذلك أولئك الذين في مواقع السلطة.

ج- وتضيف شاهين (1987) بأن المستقلون على المجال الإدراكي يختارون المهن التي تحتاج إلى كثير من التدقيق والتحليل والمجالات ذات الصفة التكنولوجية أو العلمية بصفة عامة ويفضلون الاختيار دون الاهتمام برأي الآخرين. بينما نجد المعتمدون يفضلون المجالات المهنية السهلة النظرية التي لا تحتاج إلى تحليل ودقة ويهتمون بأراء الآخرين.

د- وبضيف إمام (1990) أن أصحاب النمط المستقل إدراكياً أكثر قدرة على تحليل الموقف كما أن له معياره وأسلوبه الخاص. أما أصحاب النمط المعتمد فهم أقل قدرة على تنظيم المواقف والمثيرات المحيطة بهم، كما لا يمكنهم إضفاء شيء من التنسيق عليها.

هـ- هذا ويرى حزين (1989) أن الشخص المستقل عن المجال يتميز بالاعتماد على الذات مع عدم الاكتراث بالمتبطات الاجتماعية ويتأثر بشكل أكبر بالمثيرات الداخلية مع ميل للفردية ويتركز نشاطه بصفة خاصة حول تحقيق الهدف ولا يحتاج إلى مزيد من المتابعة ولا يسهل تشتيت انتباههم عن طريق الاهتمام بالتفاصيل، أما المعتمدون على مجالهم الإدراكي فإنهم يعتمدون بشكل دائم إلى الاعتماد على المحيط الاجتماعي ويكون مدفوعاً دائماً برغبة في إحداث انطباع جيد لدى الآخرين. كما يكون من السهل تثبيت انتباهه عن طريق

المثيرات الخارجية ويرتفع أداؤه في المواقف المحددة تحديداً واضحاً خصوصاً إذا أشبعت حاجته الدائمة لمتابعة عمله من جانب العالم الخارجي.

-ويمكن تلخيص أهم الخصائص التي تميز الأفراد المستقلين والمعتمدين على المجال الإدراكي بالآتية: (عزوز، 2003، ص 32)

أولاً: الصفات التي تميز المجال المستقل عن المجال الإدراكي:

-يتمتع بالقدرة على حل المشكلات من خلال تحليل الموقف وإعادة بنائه وتنظيمه.

-الميل الى العزلة عن الآخرين والتمركز حول الذات

-الطموح العالي.

وضوح الحاجات والمشاعر.

- الأداء عالي في التخصصات التكنولوجية والعلمية كالحاسوب والعلوم والرياضيات والهندسة والفنون.

-عدم الاكتراث بالعلاقات الإنسانية.

-تفضيل الأعمال التقنية ذات الأداء الفردي.

ثانياً: الصفات التي تميز المعتمد على المجال الإدراكي:

-إدراك أجزاء المجال بصورة ذاتية لتكوين انطباعات كلية.

- الميل الى إقامة العلاقات الودية مع الآخرين وأقل تمركزاً حول الذات.

-الشعور بالتقدير والاعتبار من الآخرين.

-التأثر الواضح بالتغيرات الانفعالية.

-الاكتراث للعلاقات الإنسانية والحاجة الى تأييد الآخرين.

خلاصة:

يتضح مما سبق أن الأساليب المعرفية تعكس الفروق بين الأفراد في أساليب تعاملاتهم مع المواقف الخارجية بما فيها من موضوعات سواء كانت تربوية أو مهنية أو اجتماعية، وتتعلق بشكل النشاط المعرفي للإنسان أي الطريقة التي يدرك بها الأفراد ويفكرون، بصرف النظر عن المحتوى، وبالتالي تشير هذه الأساليب إلى الفروق الفردية في كيفية ممارسة العمليات المعرفية المختلفة، كما تمثل الأساليب المعرفية أحد أهم المؤشرات الهامة في إظهار الفروق الفردية في كثير من المتغيرات المعرفية والإدراكية للشخصية والتي تنطوي على أسلوب الفرد المفضل لديه والمميز له في استقبال ومعالجة المعلومات التي تأتيه من خلال جهازه الحسي وفي كيفية إدراكها واسترجاعها واستثمارها في مواقف حياته اليومية.

الفصل الثالث: التوتر النفسي

تمهيد

- 1- مفهوم التوتر النفسي.
- 2- أسباب التوتر النفسي.
- 3- مظاهر التوتر النفسي.
- 4- بعض الآثار السلبية التي يتركها التوتر النفسي على الصحة.
- 5- طرق وأساليب علاج التوتر النفسي.

خلاصة

تمهيد

يعد التوتر النفسي من أهم الاضطرابات النفسية التي تواجه الفرد في العصر الحاضر المليء بالتعقيدات والمشكلات ومتطلبات وضغوط الحياة اليومية والتي تحتاج إلى مواجهة وحلول فورية، ويظهر التوتر النفسي بعدة أشكال ومظاهر، فقد يظهر كتعبير عن الخوف أو الخجل أو القلق أو المخاوف الاجتماعية وغيرها من المشكلات النفسية . وتشير الإحصاءات إلى أن من الأمراض الحديثة تنتج عن التوتر النفسي وأن 50 % من أفراد المجتمع الذين يراجعون الأطباء يعانون من التوتر النفسي في الدرجة الأولى، وأن 25% من أفراد المجتمع يعانون من أحد أشكال :التوتر.

كما يسبب التوتر الكثير من الأمراض الجسمية ومن هذا المنطلق سوف نحاول تناول متغير التوتر النفسي في هذا الفصل وكل ما يتعلق به تفصيلا واضحا.

1-تعريف التوتر النفسي:

التوتر النفسي يعتبر أحد المواضيع الهامة التي يبحثها علم النفس بشكل عام والإرشاد

النفسي بشكل خاص وقد اختلف الباحثين باجتهاداتهم في تحديد مفهوم التوتر النفسي. يعد مصطلح التوتر النفسي من أكثر المصطلحات استعمالاً في الوقت الحاضر إلا أنه من أكثر المصطلحات التي أسيء استعمالها حتى من قبل المتخصصين و احد أهم أسباب الخلط في استعماله هو أنه يستعمل للإشارة للقوة المحدثة للاضطراب "المتوترات" وأحياناً أخرى يستعمل للإشارة لعملية اختلال، وفي حين آخر يستعمل ليعني جهود الفرد للتكيف وإعادة التوازن (Gold، 1988،71)

إن التوتر النفسي كمفهوم يشير إلى تغير في حالة التوازن النفسية التي تنشأ عن مظاهر الوظيفة التي تدرك على أنها مهددة للفرد أو الذات، ويشخص التوتر النفسي بناءً على الاستجابات الفسيولوجية للمثيرات البيئية بحيث يمكن أن يقيم كمهدد لذات الفرد (الشبح،1994، ص03)

ويذكر (الحاج،1982، ص14) أن الانسان السوي يتوتر كالإنسان غير السوي، بفارق أن السوي يكون لديه مقدرة على مواجهة هذا التوتر، ويعمل على التخلص من أسبابه ومصادره بطرق مختلفة وبالاعتماد على فكرة وفلسفة مترسخة داخل هذا الانسان، وبالتالي فإن مواجهته لمصدر التوتر النفسي يساعده على التكيف مع نفسه أولاً، وع البيئة الخارجية ثانياً، مما يحقق له الاستقرار النفسي.

التوتر عبارة عن طاقة مكبوتة، لا تجد لها مخرجا فتؤثر عمى صفاء التفكير والتحكيم بالانفعال .والآلام العصابية والعضوية، قد تنتهي بأحد الأمراض العضوية أو النفسية التي تعادل 70 بالمئة من الأمراض المعروفة في عالم الطب (البرغوثي، 1995، ص42)

ويعرف بأنه مجموعة النوبات المزمنة أو المادة التي لا تتصل بموضوع معروف، وقد تترافق هذه النوبات بإعراض فيزيولوجية كخفقان القلب والشعور بالألم في منطقة القلب والشعور بضيق التنفس والاختناق (راضي الوقفي، 1998، ص 222).

ويعرف كذلك بأنه الشعور بعدم الارتياح والاستقرار الذهني والفرع الغامض والتوتر الزائد وهو كثير الحدوث في حياتنا اليومية (يونس، 1993، ص 391).

ويقول ليفي (1995) أن التوتر إذن هو نمط أو أسلوب استجابات للتأثيرات والاحتياجات أو الضغوط. وهذه الاستجابات تكوفاً أحياناً سارة وتكوفاً مؤلمة في أحياناً أخرى، كما أنها تكوفاً مفيدة، وتكوفاً ضارة في أحياناً أخرى. ويعتبر ليفي من أوائل الذين صاغوا نظرية متعمقة بالتوتر النفسي ثم تفرعت بعد ذلك الدراسات والبحوث التي ربطت التوتر بمعظم سمات الشخصية (مصلح، 2003، ص 55)

2- أسباب التوتر النفسي :

للتوتر النفسي أسباب عديدة قد تكون إما أسباب مباشرة أو غير مباشرة، فالأسباب المباشرة نتيجة لزيادة متطلبات ضغوط الحياة اليومية ، أما الأسباب غير المباشرة فقد صنفها شارلوزرت وناثان (1988) إلى عدة أنواع منها:

1-المثيرات الانفعالية وتشمل المخاوف المرضية، فالخوف هو أيضاً أحد أهم الأسباب التي تصنع التوتر، فهناك من يخاف كثيراً من المستقبل فيشعر بالتوتر الشديد، مما يؤثر ذلك على الحاضر الذي يعيشه الفرد، فينعكس ذلك على شخصيته.

2-المثيرات العائلية وتشمل سوء التوافق الزوجي وغموض الدور والمشكلات الأسرية وهي من أكثر الأسباب انتشاراً في المجتمع حيث إن مشاكل العائلة كالخلافات الحادة بين الزوجين والطلاق مثلاً تؤثر بشكل كبير على الأفراد وعلى حالاتهم النفسية، فيكونوا دائمي التوتر.

3- المثيرات الاجتماعية وتتعلق بالتفاعل مع الناس والقلق الاجتماعي.

4- الفشل من الأسباب الفعلية للتوتر، والفشل في العمل، أو في التعليم، أو في الحياة العاطفية، وغيرها، يؤثر بشكل كبير على نفسية الفرد، فإن لم يستطع التغلب عليها، ستعكس حتماً على شخصيته.

ويشير (الرفاعي، 1987، ص60) أن هناك عاملان يسببان التوتر النفسي للفرد، وهما العامل الخارجي من البيئة المحيطة بالفرد مثل مشاكل العمر المستمر، وعبء العمل والعبء المادي ومشاكل داخل الأسرة، والعامل الداخلي وهو الذي ينبع من داخل الفرد نفسه، مثل الانفعالات والعواطف المكبوتة داخله، والاعتقادات الخاطئة وهذان العاملان قد يشكلان مصدرا للصحة النفسية لدى الفرد، وذلك من خلال علاقة الإنسان الجيد مع ذاته من جهة، وعلاقته مع الآخرين والبيئة المحيطة به من جهة أخرى.

وللتوتر النفسي جانبان هاما أحدهما إيجابي والآخر سلبي، فالجانب الإيجابي يتمثل في مقاومة الفرد لموتور النفسي والسيطرة عليه، حيث يؤدي ذلك إلى تمتع الفرد باستقرار نفسي، وزيادة إنتاجيته والى توافقه النفسي، والشعور بالرضا الناتج عن مواجهته الناجحة للصراعات التي يتعرض لها، مما يدل على التمتع بالصحة النفسية.

أما الجانب السلبي للتوتر فيتمثل في فشل في مواجهته ومقاومته، ويقلل من فرص التقدم والابداع لديه، ويعرضه للإصابة بالأمراض النفسية والعضوية أكثر من غيره وينعكس هذا الفشل على شخصية الفرد وقدراته على التكيف مع نفسه ومع الظروف الخارجية (دير اني، 1992، ص32)

3-مظاهر التوتر النفسي:

مما لا شك فيه فإن التوتر ليس في حد ذاته مرض، وإنما هو يعتبر سمة من سمات الشخصية، إلا أنه لو زاد عن حده وتحول إلى توتر مرضي فقد يصاب الإنسان ببعض الأعراض والمظاهر النفسية والجسدية التي قد تختلف من شخص لآخر، وذلك حسب شخصية الإنسان نفسه، ومدى قابليته للتأثر بالمشاكل والسيطرة على شعوره وردة فعله، وقد أجمعت الدراسات والبحوث النفسية أن هناك ثلاثة مظاهر للتوتر النفسي هي:

1-المظاهر الفسيولوجية: وتتضمن تسارع دقات القلب، ضيق التنفس، تصبب

العرق، تقلص وألم في المعدة، الشعور بالغثيان، رجفة في العضلات، ضعف في الأرجل، وإحساس بوخز في مختلف أجزاء الجسم مع التيبس في العضلات، الشعور بعدم الاتزان اضطراب النظر، كثرة التبول (الرشدان، 1994، ص255).

ولقد جاء في قائمة الصفات التي أعدتها دورثي ، (Dorthy) لمظاهر التوتر

النفسي أنها تتمثل في صداع الرأس وألم الرقبة والظهر ، الإسهال أو الإمساك ، تهيج الأمعاء ، عدم الراحة للجسم ككل ، التعب وسوء الهضم ، زيادة العرق، ألم الرجلين واليدين ، برودة اليدين والقدمين ، سرعة حركات الرجلين وعدم انتظام التنفس ، فقدان الشهية ، الإفراط في الأكل(راتب، 2000، ص309)

ويضيف (المدلل، 2004، ص45) أن من علامات حدوث التوتر النفسي لدى

صاحبه هي كثرة العرق، توتر في العضلات الرقبة، ضغط بين الكتفين مشاكل في عمليات الهضم وألم في الاسنانالخ.

2-المظاهر السلوكية (الانفعالية) :

تشير نتائج البحوث النفسية إن المظاهر الانفعالية تتمثل في الغضب والخوف

والحزن والشعور بالاكتئاب وكذلك الشعور بالخجل والغيرة، كما إن من مظاهر التوتر

النفسي أيضا لعق الشفاه بطرف اللسان، ومص الإبهام وقضم الأظافر (حقي، 1993، ص98)

3-المظاهر العقلية:

وتتمثل في اضطراب ذهني، وضعف في الذاكرة والنسيان وضعف التركيز وتشتته وظهور أفكار يصعب السيطرة عليها، فضلاً عن اضطراب الأداء وضعفه وتقليل مقاومة الشخص على مواجهة مواقف الحياة بكفاءة (الشرييني، 1996، ص225)

4-الأثار السلبية الناجمة عن التوتر النفسي بالنسبة للصحة:

إذا زاد القلق عن معدله العادي وتحول من صفة عادية إلى مرض فقد يصاحب ذلك العديد من المشاكل ومنها:

أولاً: اضطرابات نظام النوم أو ما يسمى بالأرق: فقد يعاني الشخص من اضطراب وعدم مقدرة على النوم للساعات المعتادة وهي من 6- 8 ساعات يومياً، أو يعاني الشخص المتوتر من الكوابيس أو الأحلام المزعجة، أو الاستيقاظ بحالة من الخوف وعدم القدرة على التنفس، أو زيادة سرعة ضربات القلب عند الاستيقاظ، مما قد يؤدي به إلى الشعور بالوهن العام والإرهاق؛ لعدم قدرته على الشعور بالراحة أثناء النوم.

ثانياً: اضطرابات الشهية: سواء فقدان الشهية في البعض أو زيادة الشهية في البعض الآخر وقد يفقد بعض الأشخاص المصابين بالقلق شهيتهم ويبدأ وزنهم بالانخفاض، ويلجأ آخرون إلى الأكل الزائد لتهدئة أنفسهم، وبالتالي يكسبون الوزن الزائد (عبد الرحمان، د س، ص08)

ويضيف (موسى، 1995) :

أولاً: التوتر يعجل بأعراض الشيخوخة:

أكد الباحثون أن المرأة أكثر تأثراً بالتوتر والأحزان من الرجل، موضحين أن هناك أجزاء معينة من الجسم تكون أكثر تأثراً وتنعكس عليها مشاعر التوتر والقلق بشكل

خاص، وهذه الأجزاء هي تجاعيد العين، فمشاعر القلق تؤثر بشكا خاص في هذه المنطقة الحساسة، وتتمثل في تقشير طبقة الجلد السطحية، وظهور طبقة رقيقة جدا تجعل العين عرضة للتأثر بالعوامل المحيطة من تلوث وأشعة الشمس.

ومع الوقت تظهر علامات الشيخوخة والتقدم في السن، كما أن الغضب والعصبية يؤثران بشدة في منطقة الحاجبين، سرعان ما يؤديان إلى ظهور تجاعيد وخطوط دائمة يصعب التخلص منها بسرعة.

ثانيا: التهاب اللثة:

أثبتت الدراسات في جامعة هارفارد أن 45% من الأشخاص الذين يشعرون بالغضب والحدة، أكثر عرضة لالتهاب اللثة بسبب ارتفاع هرمون الأنسولين، الذي يؤدي الى التهاب أغشية اللثة الرقيقة (موسى، 1995، ص 69)

وأضافت وفاء أحمد بعث التأثيرات السلبية التي يتركها التوتر على الصحة منها:

حب الشباب:

أكدت مجموعة من العلماء في جامعة ستانفورد أن التوتر يسبب الكثير من المتاعب للإنسان، لأن الهرمونات التي يفرزها الجسم بسبب التوتر العالي يزيد من حب الشباب، ساءت حالتهم أثناء فترات التوتر، مثل الفترة التي تسبق الامتحانات.

تساقط الشعر:

أفاد مسح طبي جديد نشرته مجلة "أحداث الأكاديمية الوطنية للعلوم" الألمانية أن التوتر والضغط النفسي عند المراهقين والشباب يسببان تساقط الشعر، وأرجع الباحثون السبب الى هرمون التوتر المعروف باسم هرمون المطلق للكورتيكوتروفين حيث تسبب زيادته تنشيط الغدد الزيتية في الجسم في رفع إنتاجها، مما يؤدي الى ظهور البثور أو يفاقم حالة الجلد الدهني.

زيادة الوزن:

أثبتت الأبحاث أن النساء الغاضبات يأكلن أكثر بنحو 600 سعر حراري، بسبب هرمون الكورتيسول الذي تفرزه غدة الأدرينالين عند الغضب، وهذا الهرمون خطير يحفز الجسم على تخزين الدهون بكمية كبيرة، وبخاصة في منطقة البطن ويؤدي إلى تفاقم الحجم.

كما أن التوتر عند بعض النساء يحفز أجسامهن على تخزين الدهون والاحتفاظ بها من بين أي طعام يتناوله مهما كان حجمه قليلاً.

التشوهات الخلقية:

أوضحت الدراسات أن الضغوط النفسية القوية مثل المشكلات الزوجية، كالطلاق أو الانفصال بين الأزواج أو الحزن على ميت أو فقدان شريك أو فقدان وظيفة. تؤدي خلال فترة الحمل إلى إصابة الجنين باضطرابات أو المشوهات خلقية كالشرم الحلقي أو ما يعرف بانشقاق الشفة والحلق، وغيرها من الحالات غير الطبيعية.

5- طرق وأساليب علاج التوتر النفسي:

أصبح التوتر النفسي من أكثر المشكلات النفسية شيوعاً في عصرنا هذا، حيث اقترح علماء النفس مجموعة من أساليب التدخل العلاجي للوصول بالأفراد الذين يعانون من التوتر النفسي إلى التكيف من خلال تعليمهم استراتيجيات التعامل مع التوتر النفسي ومن هذه الأساليب:

5-1- أسلوب الاسترخاء العضلي: الذي يعتبر من أكثر الأساليب فعالية في

خفض مستوى التوتر النفسي، وقد طور هذا الأسلوب من قبل آدمون جاكيبسون

Edmund Jacobson

الذي درب الأفراد على الاسترخاء من خلال مساعدتهم على تركيز انتباههم وعلى التمييز بين مشاعر التوتر ومشاعر الاسترخاء، ويعرف الاسترخاء بأنه عملية إزالة التوتر من

العضلات ويتضمن الاسترخاء شد مجموعات مختلفة من عضلات الجسم وإرخائها، حيث يتم التدريب عليها على شكل خطوات متتابعة، أما العمليات الفسيولوجية التي تدخل على حدوث الاسترخاء لدى الفرد فهي الانخفاض في معدل التنفس ومعدل نبضات القلب وضغط الدم (Bailey , 89: 1985) ويستخدم كثير من المعالجين أسلوب الاسترخاء العضلي في معالجة الأرق والخوف والقلق والصداع وآلام الظهر والرقبة والاكنتاب.

5-2- الأسلوب العلمي لحل المشكلات:

ويعرف على أنه توظيف عدد من الاستراتيجيات والمهارات المختلفة باستخدام مبدأ المحاولة والخطأ بهدف الوصول الى حلول ممكنة من خلال اختيار أحد البدائل أو الحلول المناسبة. (Baron , 1989 :87)

ويضيف (عبد الرحمان، ص 10):

1-العلاج بالأدوية والعقاقير الطبية : حيث أن هناك العديد من الأدوية التي تحارب القلق والتوتر، لكن وبسبب الآثار الجانبية فإن الكثير من المرضى لا يستمرون عليها كما يجب، كما أنها تحتاج لوقت حتى يظهر مفعولها، وتختلف استجابات الأفراد عليها على الرغم من فعاليتها كل بحسب حالته.

2-العلاج السلوكي : ويتضمن هذا العلاج عدّة طرق تُستخدم لمعالجة المريض، وتُعدّل هذه الطرق أفكار المريض التي تعلّمها بخبراته الحياتية وتعليمه طرق تفكير صحيحة وسليمة تساعده على تخطّي قلقه وتوتره.

3-العلاج التحليلي : ويتضمن هذا العلاج عقد جلسات مع المريض يتحدّث فيها عن ماضيه والخبرات التي تعرضّ لها وأدّت به إلى الشعور بالتوتر الدائم، وبالتالي معرفة الأسباب ومحاولة حلها وشفائها تماماً.

إن جميع الأساليب لبس لها آثار سلبية وإنها تمثل مهارة نفسية ذات قيمة يستفاد منها الشخص وعلى الرغم من تعدد أساليب مواجهة التوتر فإنها لا تخرج عن استخدام

واحد على الأقل من المداخل الثلاثة لنقص التوتر والتي هي تحديداً (البيئة، مستوى الاستثارة، الأفكار السلبية) وان التغيير في البيئة يساعد على خفض التوتر، ولكن الشيء المهم هو تحديد أي أسلوب أفضل في مساعدة المتوتر هل هو أسلوب الاسترخاء الجسمي أم الاسترخاء المعرفي وان معرفة صيغة التوتر هي التي تساعد في تحديد الأسلوب المناسب (راتب، 2000، ص276)

خلاصة:

على الرغم من أن التوتر النفسي يعد جزءاً من حياة الإنسان، فليس بالضرورة أن تكون ظاهرة سلبية ومن ثم يتحتم على الفرد التخلص منها، فنحن بحاجة إليه بقدر معقول ليحرك فينا الدافعية والنشاط للقيام بأعمالنا وتحقيق ما نصبوا إليه من أهداف، إذ كلما ازداد التوتر عن هذا المستوى يبدأ التأثير السلبي أو الضار على الفرد، هذا وقد أوضحت معظم الدراسات أن التوتر النفسي شيء طبيعي يحدث لأي فرد، وينشأ عندما يتعرض الفرد الى ضغوطات ومؤثرات ومواقف لا يستطيع التكيف معها.

الفصل الرابع:

إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد:

- 1- الدراسة الاستطلاعية.
 - 2- منهج الدراسة.
 - 3- حدود الدراسة.
 - 4- مجتمع الدراسة.
 - 5- عينة الدراسة.
 - 6- أدوات البحث ومحدداتها السيكومترية.
 - 7- الأساليب الإحصائية.
- خلاصة.

تمهيد:

يتضمن هذا الفصل وصفا للإجراءات المنهجية التي أتبعتم لتحقيق أهداف الدراسة والتحقق من فرضياتها، بداية بالدراسة الاستطلاعية وتحديد المنهج المناسب للدراسة وحدودها المكانية والزمانية والبشرية وتحديد مجتمع وعينة الدراسة الاستطلاعية والأساسية، وأدوات الدراسة وخصائصها السيكمترية، وتحديد الأساليب الإحصائية.

1- الدراسة الاستطلاعية:

1-1- الغرض من الدراسة الاستطلاعية: حيث هدفت الدراسة الاستطلاعية إلى:

وقد قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية خلال شهر (جانفي 2020) على بهدف التأكد من مدى فهم المفحوصين لعبارات المقياس، وكذا التأكد من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة حيث قامت الطالبة بتطبيق الأداتين بصورتها الأولية على عينة حجمها (30) طالب وطالبة من طلبة السنة الثالثة قسم علم النفس (الارشاد والتوجيه/علم النفس العيادي/ التنظيم وعمل) ومن أهم نتائج الدراسة الاستطلاعية تمتع المقياسين بمستوى مرتفع من الصدق والثبات.

2- منهج البحث:

استخدمت الطالبة المنهج الوصفي، والمنهج الوصفي هو الذي يهدف إلى وصف الظاهرة كما هي في الواقع، وذلك نظرا لطبيعة الموضوع حيث أن طبيعة الموضوع هي التي تفرض المنهج المناسب.

3- حدود الدراسة:

اقتصرت الدراسة الحالية على الحدود أو المجالات التالية:

3-1- المجال البشري: تم إجراء هذه الدراسة على طلبة السنة الثالثة ليسانس قسم علم النفس.

3-2- المجال المكاني: تم تطبيق دراستنا الميدانية بقسم علم النفس كلية العلوم الانسانية والاجتماعية جامعة محمد بوضياف المسيلة.

3-3- المجال الزمني: بعد تاريخ قبول الموضوع، وبعد جمع المادة العلمية حول موضوع البحث تم إجراء الدراسة الميدانية بقسم علم النفس ابتداء من جانفي إلى نهاية فيفري 2020.

4-مجتمع الدراسة:

تمثل مجتمع الدراسة بجميع الطلبة الذين يدرسون بالسنة الثالثة ليسانس قسم علم النفس حيث شمل مجتمع الدراسة جميع الطلبة والطالبات الذين يدرسون بالسنة الثالثة ليسانس قسم النفس ويمثلون التخصصات الثلاث التالية (علم النفس العيادي/الارشاد والتوجيه/علم النفس التنظيم والعمل)

5-عينة الدراسة:

يقصد بالعينة حسب الدايري، الكبيسي (1999، ص.49). أنها: " جزء من مجتمع معين يمثل في خصائصه ذلك المجتمع اختصاراً للوقت والجهد والمال"، حيث أن الأصل في البحوث العلمية أن تجرى على جميع أفراد مجتمع البحث لأن ذلك أدعى لصدق النتائج، ولكن يلجأ الباحث لاختيار عينة منهم إذا تعذر ذلك بسبب كثرة عددهم مثلاً (العساف، 1995، ص 93).

5-1-عينة الدراسة الاستطلاعية:

للتأكد من الخصائص السيكومترية لأداتي الدراسة، قامت الطالبة بتطبيق أداتي الدراسة (مقياس الأسلوب المعرفي الاستقلال/الاعتماد على المجال الإدراكي ومقياس التوتر النفسي) على عينة استطلاعية عشوائية قوامها (30) طالب وطالبة من طلبة السنة الثالثة ليسانس قسم علم النفس من مجتمع الدراسة بهدف التحقق من صلاحية أداتي الدراسة للتطبيق في الدراسة الأساسية من خلال حساب الصدق والثبات بالطرق الإحصائية الملائمة.

5-2-عينة الدراسة النهائية:

قامت الطالبة بإجراء الدراسة الأساسية على عينة عشوائية بلغ حجمها (100) طالب من طلبة السنة الثالثة ليسانس علم النفس وعلوم التربية.

5-3- خصائص عينة الدراسة الأساسية:

1- من حيث الجنس:

جدول رقم (01) يوضح توزيع افراد العينة حسب الجنس.

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية
ذكور	18	%18
اناث	82	%82
المجموع	100	%100

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه ان مجموع افراد العينة بلغ (100) حيث بلغ حجم الذكور

(18) بنسبة مئوية بلغت (%18) اما حجم الاناث فبلغ (82) بنسبة مئوية بلغت 82 %.

6- أدوات الدراسة:

6-1- مقياس الأسلوب المعرفي (الاستقلال / الاعتماد) على المجال الإدراكي: إعداد الباحثة (نوار رسمي أحمد رعية، 2013) حيث تم الاستعانة بمقياس الاستقلال / الاعتماد على المجال بالصورة اللفظية والمكون من (50) موقف دراسي، تم إعداده من قبل (الحباشنة، 2001) حيث وضعت الفقرة الرئيسة يقابلها بديلان يمثل البديل الأول الاعتمادية شبه التامة والبديل الثاني الاستقلالية شبه التامة، حيث اختير (33) موقفاً دراسياً منها بما يتناسب مع الدراسة. ولقد استعانت الباحثة بمقاييس سابقة تناولت الأسلوب المعرفي الاستقلال / الاعتماد على المجال الإدراكي، والممثلة بالمقاييس الثلاثة لـ(وتكن وزملاء)، مقياس المؤشر والإطار، ومقياس تعديل الجسم واختبار الأشكال المتضمنة- الصورة الجمعية (G.E.F.T) والذي قام بتطويره إلى البيئة الأردنية عليان و عوض الله (1986). علماً بان الاختبار الأصلي تم طور من وتكن وأولمان (Witkin&Olman) لقياس بعد الاعتماد- الاستقلال عن المجال الإدراكي. ويتكون الاختبار من ثلاثة أقسام، ويضم القسم الأول من سبع فقرات خاصة بتدريب المفحوصين على الأداء، وتستغرق الاجابة على فقراته دقيقتين ولا يدخل هذا القسم في تقدير الدرجة النهائية للمفحوص، أما القسمان الآخران فهما

اختباران فرعيان متكافئان يضم كل منهما تسع فقرات، ويستغرق الاداء على كل منهما خمس دقائق، ويعطي المفحوص درجة واحدة على كل فقرة أجاب عليها إجابة صحيحة، وبذلك تكون الدرجة القصوى للاختبار (18) درجة، والفقرة عبارة عن شكل هندسي معقد يتضمن شكلاً هندسياً بسيطاً بصورة متضمنة، بحيث يحتاج اكتشاف الشكل الأخير إلى بعض التفكير من جانب المفحوص، لأن ذلك يتطلب تحليل المجال الإدراكي إلى عناصره، وإدراك العنصر المطلوب منفصلاً عن المجال، ويتم ذلك بالطلب إلى المفحوص أن يحدد الشكل البسيط وذلك برسم حدوده بقلم رصاص. وتشير الدرجة المرتفعة على تميز صاحبها بالاستقلال عن المجال، في حين تشير الدرجة المنخفضة إلى اعتماد صاحبها على المجال، ويتمتع الاختبار بدلالات صدق وثبات مقبولة، حيث بلغ معامل الثبات النصفي للصورة الأصلية بعد تصحيحه باستخدام معادلة سبيرمان- بروان (0.82) وفي صورته المعدلة للبيئة الأردنية فقد بلغ ثباته (0.86)، أما بالنسبة لدرجة صدقه فبلغت في صورته الأجنبية (0.82) وفي صورته العربية (0.50)،

6-1-1- مفتاح التصحيح: بعد إعطاء درجات أفراد العينة أرقام من (1_7)، تم حساب فرق أدنى قيمة وهي 1 من أعلى قيمة وهي $6 = 7$ وهو ما يسمى المدى، ثم تم قسمة قيمة المدى على عدد المستويات المطلوبة للوسط الحسابي وهو ثلاثة مستويات ليصبح الناتج $= 6/3 = 2$ ، حيث نستمر في زيادة هذه القيمة ابتداء من أدنى قيمة وذلك لإعطاء الفترات الخاصة بتحديد مستوى الوسط الحسابي، وبنفس الطريقة تم حساب مفتاح التصحيح للتدرج الخماسي، والجدولان التاليان يوضحان ذلك:

جدول رقم (2) مفتاح التصحيح السباعي

المستوى	الوسط الحسابي
منخفض	أقل من 3
متوسط	من 3_ أقل من 5
مرتفع	من 5 فأكثر

جدول رقم (3) مفتاح التصحيح الخماسي

المستوى	الوسط الحسابي
منخفض	أقل من 2,33
متوسط	من 2,33_ أقل من 3,66
مرتفع	من 3,66 فأكثر

(نوار رسمي أحمد رعية، 2013، ص 48-56).

6-2- مقياس التوتر النفسي: تم استخدام مقياس التوتر النفسي من إعداد د. مجدي عبد

الكريم حبيب للأعراض المرتبطة بالتوتر النفسي وقد تكونت من (31) فقرة ويتكون هذا المقياس من خمس أبعاد:

1- البعد الانفعالي: جرح الإحساس بسهولة، الشعور بالحزن والاكتئاب، الحساسية الشديدة، سرعة البكاء، ويتكون البعد من 10 فقرات.

2- البعد الفسيولوجي: صداع تصبب العرق تزايد ضربات القلب احمرار الوجه مغص، ويتكون البعد من 6 فقرات.

3- البعد النفسي: ويتكون البعد من (8) فقرات.

4- البعد المعرفي: ضعف الانتباه، والتركيز، النسيان، والتردد، يتكون البعد من 04 فقرات.

5- البعد السلوكي: قضم الأظافر، إيذاء الآخرين، إيذاء النفس، الهروب من المواقف، يتكون البعد من 3 فقرات.

جدول (4) يوضح ترميز استجابات فقرات الاستبانة

الاستجابات	العدد الفقرات	معارض تماما	معارض	موافق	موافق تماما
موجبة	22	1	2	3	4
سالبة	9	4	3	2	1

جدول رقم (5) يوضح الأبعاد وعدد الفقرات التي ينتمي إليها البعد

م	الأبعاد	عدد الفقرات	رقم الفقرات
1	البعد الانفعالي	10	5، 15، 16، 17، 18، 20، 24، 26، 27، 30
2	البعد الفيسيولوجي	6	2، 3، 8، 11، 14، 25
3	البعد النفسي	6	9، 10، 18، 19، 28، 31
4	البعد المعرفي	4	1، 4، 7، 29
5	البعد السلوكي	3	12، 13، 22

6-2-1- تصحيح المقياس:

تتراوح درجات هذا المقياس من (20) درجة وحتى (100) درجة، وتقع الإجابة على الاستبانة في خمس مستويات (غير موافق جداً، غير موافق، محايد، موافق، موافق بدرجة كبيرة) وتتراوح الدرجة الكلية لكل عبارة ما بين (خمس درجات، ودرجة واحدة) بمعنى إذا كانت الإجابة (5) موافق بدرجة كبيرة، 4 : موافق، 3: محايد، 2: غير موافق، 1: غير موافق جداً)، حيث يشير ارتفاع الدرجة الى ادراك المستجيب حول الشعور بقلق المستقبل، إضافة الى الفقرات السلبية التي تحصل على الدرجات التالية (1) موافق بدرجة كبيرة، 2 : موافق، 3: محايد، 4: غير موافق، 5: غير موافق).

6-3- الخصائص السيكومترية لأداتي الدراسة:

للتعرف على الخصائص السيكومترية للمقياس، قام مُعد المقياس بحساب معاملات الثبات والصدق للمقياس، كما يلي:

6-3-1- الخصائص السيكومترية لمقياس الأسلوب المعرفي: بعد تفرغ البيانات المتحصل عليها من طرف أفراد العينة، يتم حساب الخصائص السيكومترية لمقياس الأسلوب المعرفي، وذلك من أجل التأكد من ثبات وصدق المقياس.

أولاً: الصدق: تم حساب الصدق عن طريق حساب الاتساق الداخلي للمقياس بطريقة:

حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس كما هو مبين

في الجدول التالي

الجدول رقم (6): يبين مصفوفة ارتباطات العبارات مع الدرجة الكلية لمقياس الأسلوب

المعرفي

الدرجة الكلية				الدرجة الكلية				الدرجة الكلية			
0,724**	معامل الارتباط	23		0,806**	معامل الارتباط	12		0,632**	معامل الارتباط	1	
0,000	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة		
30	حجم العينة			30	حجم العينة			30	حجم العينة		
0,722**	معامل الارتباط	24		0,612**	معامل الارتباط	13		0,760**	معامل الارتباط	2	
0,000	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة		
30	حجم العينة			30	حجم العينة			30	حجم العينة		
0,458*	معامل الارتباط	25		0,737**	معامل الارتباط	14		0,638**	معامل الارتباط	3	
0,011	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة		
30	حجم العينة			30	حجم العينة			30	حجم العينة		
0,557**	معامل الارتباط	26		0,851**	معامل الارتباط	15		0,526**	معامل الارتباط	4	
0,001	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة			0,003	مستوى الدلالة		
30	حجم العينة			30	حجم العينة			30	حجم العينة		
0,363*	معامل الارتباط	27		0,507**	معامل الارتباط	16		0,653**	معامل الارتباط	5	
0,049	مستوى الدلالة			0,004	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة		
30	حجم العينة			30	حجم العينة			30	حجم العينة		
0,826**	معامل الارتباط	28		0,471**	معامل الارتباط	17		0,677**	معامل الارتباط	6	
0,000	مستوى الدلالة			0,009	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة		
30	حجم العينة			30	حجم العينة			30	حجم العينة		
0,806**	معامل الارتباط	29		0,487**	معامل الارتباط	18		0,812**	معامل الارتباط	7	
0,000	مستوى الدلالة			0,006	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة		
30	حجم العينة			30	حجم العينة			30	حجم العينة		
0,465**	معامل الارتباط	30		0,402*	معامل الارتباط	19		0,581**	معامل الارتباط	8	
0,010	مستوى الدلالة			0,028	مستوى الدلالة			0,001	مستوى الدلالة		
30	حجم العينة			30	حجم العينة			30	حجم العينة		
0,737**	معامل الارتباط	31		0,556**	معامل الارتباط	20		0,557**	معامل الارتباط	9	
0,000	مستوى الدلالة			0,001	مستوى الدلالة			0,001	مستوى الدلالة		
30	حجم العينة			30	حجم العينة			30	حجم العينة		
0,851**	معامل الارتباط	32		0,606**	معامل الارتباط	21		0,363*	معامل الارتباط	10	
0,000	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة			0,049	مستوى الدلالة		
30	حجم العينة			30	حجم العينة			30	حجم العينة		
0,507**	معامل الارتباط	33		0,696**	معامل الارتباط	22		0,611**	معامل الارتباط	11	
0,004	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة			0,000	مستوى الدلالة		
30	حجم العينة			30	حجم العينة			30	حجم العينة		

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات مقياس (الأسلوب المعرفي) والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,01$) حيث تراوحت جميعها بين (0,85) في الفقرة (32) و(0,46) في الفقرة (30)، ما عدا العبارات رقم (10، 27/25/19) كانت دالة عند مستوى الدلالة (0,05) حيث تراوحت على التوالي (0,36/0,45/0,40/0,36). وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمقياس كمؤشر لصدق التكوين في قياس الأسلوب المعرفي (الاستقلال/الاعتماد).

ثانياً: ثبات المقياس: تم التأكد من ثبات مقياس الأسلوب المعرفي حساب معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي:

الجدول رقم (7): يوضح معامل ألفا كرونباخ لمقياس الأسلوب المعرفي (الاستقلال والاعتماد على المجال الإدراكي).

عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	مقياس الأسلوب المعرفي
33	0,950	الدرجة الكلية للمقياس

يتضح من الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ لمقياس الأسلوب المعرفي ككل بلغ (0,95) وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات المقياس، وهذا يعني أن مقياس الأسلوب المعرفي يتمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعله صالحاً للتطبيق في الدراسة الأساسية.

6-3-2- الصدق والثبات مقياس التوتر النفسي

أولاً: الصدق: تم حساب الصدق عن طريق حساب الاتساق الداخلي للمقياس بطريقة: حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس كما هو مبين في الجدول التالي

الجدول رقم (8): يبين مصفوفة ارتباطات العبارات مع الدرجة الكلية لمقياس التوتر النفسي

الدرجة الكلية			الدرجة الكلية			الدرجة الكلية		
0,838**	معامل الارتباط	22	0,801**	معامل الارتباط	12	0,739**	معامل الارتباط	1
0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة		30	حجم العينة	
0,802**	معامل الارتباط	23	0,776**	معامل الارتباط	13	0,836**	معامل الارتباط	2
0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة		30	حجم العينة	
0,761**	معامل الارتباط	24	0,764**	معامل الارتباط	14	0,790**	معامل الارتباط	3
0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة		30	حجم العينة	
0,802**	معامل الارتباط	25	0,821**	معامل الارتباط	15	0,835**	معامل الارتباط	4
0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة		30	حجم العينة	
0,789**	معامل الارتباط	26	0,812**	معامل الارتباط	16	0,845**	معامل الارتباط	5
0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة		30	حجم العينة	
0,853**	معامل الارتباط	27	0,627**	معامل الارتباط	17	0,757**	معامل الارتباط	6
0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة		30	حجم العينة	
0,869**	معامل الارتباط	28	0,831**	معامل الارتباط	18	0,842**	معامل الارتباط	7
0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة		30	حجم العينة	
0,786**	معامل الارتباط	29	0,831**	معامل الارتباط	19	0,799**	معامل الارتباط	8
0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة		30	حجم العينة	
0,755**	معامل الارتباط	30	0,580**	معامل الارتباط	20	0,749**	معامل الارتباط	9
0,000	مستوى الدلالة		0,001	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة		30	حجم العينة	
0,627**	معامل الارتباط	31	0,909**	معامل الارتباط	21	0,871**	معامل الارتباط	10
0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة		30	حجم العينة	
						0,865**	معامل الارتباط	11
						0,000	مستوى الدلالة	
						30	حجم العينة	

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات مقياس (التوتر النفسي) والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,01$) حيث تراوحت جميعها بين (0,90) في الفقرة رقم (21) و(0,58) في الفقرة رقم (20) ، وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمقياس كمؤشر لصدق التكوين في قياس التوتر النفسي.

ثانياً: ثبات المقياس:

تم التأكد من ثبات مقياس التوتر النفسي حساب معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي:

الجدول رقم (9): يوضح معامل ألفا كرونباخ لمقياس التوتر النفسي

عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	مقياس التوتر النفسي
31	0,980	الدرجة الكلية للمقياس

يتضح من الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ لمقياس التوتر النفسي ككل بلغ (0,98) وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات المقياس، وهذا يعني أن مقياس التوتر النفسي يتمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعله صالحاً للتطبيق في الدراسة الأساسية.

7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

قامت الباحثة باستخدام الأساليب الإحصائية التالية لتحليل نتائج البحث:

1- التكرارات والنسب المئوية والتمثيلات البيانية وتعطى بالعلاقة التالية: تم استخدامها في تحديد خصائص العينة.

2- معامل الارتباط بيرسون: تم استخدامه في حساب العلاقة الارتباطية بين البنود والدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي للمقياس) وأيضا في اختبار فرضة العلاقة.

3- معادلة ألفا كرونباخ لحساب ثبات اداتي الدراسة (مقياس الأسلوب المعرفي/مقياس التوتر النفسي).

4- اختبار " ليفين " للكشف عن التجانس بين عينتين مستقلتين (F) لتجانس المجموعات Levene's Test for Equality of Variances تم استخدامه في حساب التجانس بين المجموعات (الجنس).

- اختبار الدلالة الإحصائية "ت" لعينتين مستقلتين (T.test): وقد تم استخدامه لمعرفة ما إذا كان هناك فرق بين الذكور والإناث في متغيري الدراسة.
- كما تمت المعالجة الإحصائية للمعطيات بواسطة البرنامج الإحصائي الخاص بالعلوم الاجتماعية (الإصدار 25).

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى إجراءات الدراسة الميدانية من خلال تبني المنهج المناسب وكذلك حصر لمجتمع الدراسة لاختيار عينة الدراسة الأساسية، كما تم إجراء دراسة استطلاعية بهدف التأكد من صلاحية أداة الدراسة للتطبيق على عينة الدراسة وحساب خصائصها السيكومترية والتي تتمثل في الصدق والثبات، حيث تبين بعد تطبيق أداة الدراسة على العينة الاستطلاعية صلاحيتها للتطبيق في الدراسة الأساسية، كما تمت الإشارة إلى الأساليب الإحصائية المستخدمة لمعالجة الفرضيات.

الفصل الخامس:

عرض ومناقشة النتائج

تمهيد:

1- عرض نتائج الدراسة

2- مناقشة نتائج الدراسة

3- الاستنتاج عام.

4- الاقتراحات

5- الدراسات المقترحة

تمهيد:

في هذا الفصل سوف نقوم بعرض ومناقشة نتائج الدراسة المتحصل عليها، من أجل تأكيد أو نفي فرضيات الدراسة بعد أن تم تحليل نتائج أدواتي الدراسة باستخدام برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Statistical Package for the Social Science (SPSS V.20) لتحليل البيانات وفيما يلي عرض ومناقشة فرضيات الدراسة:

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة:

1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين بين الأسلوب المعرفي والتوتر النفسي لدى أفراد عينة الدراسة". وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الطالبة معامل ارتباط بيرسون Pearson للكشف عن قيم معامل الارتباط بين المتغيرين والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

جدول رقم (10) يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين مقياسي الأسلوب المعرفي والتوتر النفسي.

التوتر النفسي		
0,156	معامل الارتباط	الأسلوب المعرفي
0,121	مستوى الدلالة	
100	حجم العينة	

تشير نتائج الجدول أعلاه الى ما يلي:

- عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للأسلوب المعرفي والدرجة الكلية للتوتر النفسي حيث بلغت قيمة العلاقة بين المتغيرين (0,156) وهي قيمة ضعيفة وغير ودالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$).

وعليه نستنتج عدم تحقق الفرضية البحثية والتي نصت على: " وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الأسلوب المعرفي والتوتر النفسي لدى أفراد عينة الدراسة".

1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية: مستوى الأسلوب المعرفي متوسط. ولاختبار

هذه الفرضية تم وصف نتائج استجابات الافراد على الاستبيان ككل فكانت النتائج كالاتي

جدول رقم (11) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات افراد العينة لمقياس

الأسلوب المعرفي

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المجال	مستوى
الأسلوب المعرفي	100	3,5245	0,65542	من 3 الى أقل من 5	متوسط

وللتعرف على مستوى الأسلوب المعرفي -تم معالجة البيانات التي تم الحصول عليها من تطبيق المقياس على العينة المؤلفة من (100) وبعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاستبيان حيث تبين أن متوسط درجات افراد العينة في مقياس الأسلوب المعرفي بلغ (3,5245) درجة وبانحراف معياري قدره (0,65542) درجة، وعند اجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) مع معيار الحكم نلاحظ أن المتوسط المحسوب ينتمي الى [3-الى اقل من 5] أي المجال المتوسط.

وعليه نستنتج أن مستوى الأسلوب المعرفي لدى افراد عينة الدراسة يميل الى

الاستقلال المعرفي وبدرجة متوسطة.

1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة: مستوى التوتر النفسي متوسط. ولاختبار هذه

الفرضية تم وصف نتائج استجابات الافراد على الاستبيان ككل فكانت النتائج كالآتي

جدول رقم (12) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات افراد العينة لمقياس التوتر

النفسي

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المجال	مستوى
التوتر النفسي	100	3,0077	0,65368	[3.40-2.60]	متوسط

وللتعرف على مستوى التوتر النفسي -تم معالجة البيانات التي تم الحصول عليها من

تطبيق المقياس على العينة المؤلفة من (100) وبعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف

المعياري للاستبيان حيث تبين أن متوسط درجات افراد العينة في مقياس الأسلوب المعرفي

بلغ (3.0077) درجة وبانحراف معياري قدره (0.65368) درجة، وعند اجراء المقارنة بين

المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) مع معيار الحكم نلاحظ أن المتوسط المحسوب ينتمي الى [2.60-3.40] أي المجال المتوسط.

وعليه نستنتج أن مستوى التوتر النفسي لدى أفراد عينة الدراسة متوسط.

1-4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة: توجد فروق ذات دلالة احصائية في الأسلوب

المعرفي (الاستقلال/الاعتماد على المجال الإدراكي) لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير الجنس

" . وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم اختبار (t) للمجموعات المستقلة كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (13) يوضح نتائج اختبار "t" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الذكور

والإناث في مقياس الأسلوب المعرفي

المتغير	الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية للأسلوب المعرفي	ذكر	18	3,3956	0,77818	-0,921	98	0,359	غير دال
	انثى	82	3,5528	0,62725				

ويتبين من الجدول أعلاه أن هناك تقارب كبير بين متوسطي الجنسين (الذكور/

الإناث) في مقياس الأسلوب المعرفي حيث بلغ المتوسط الحسابي للذكور (3,3956) في

حين بلغ المتوسط الحسابي للإناث (3,5528) حيث جاءت قيمة الفرق بينهما طفيفة وغير

دالة احصائية وما يؤكد ذلك هو قيمة T-TEST والتي بلغت (-0,921) حيث جاءت غير

دالة احصائية عند مستوى الدلالة [$\alpha=0.05$] أي أنه تم قبول الفرضية الصفرية ورفض

فرضية البحث والتي نصت على أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى استخدام

الأسلوب المعرفي لدى أفراد العينة تبعاً لمتغير الجنس. وعليه نستنتج عدم وجود فروق ذات

دلالة احصائية في مستوى الأسلوب المعرفي لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير الجنس.

1-5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة: توجد فروق ذات دلالة احصائية في التوتر

النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير الجنس". وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم اختبار

(t) للمجموعات المستقلة كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (14) يوضح نتائج اختبار "t" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الذكور

والإناث في مقياس التوتر النفسي

المتغير	الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية للتوتر النفسي	ذكر	18	3,0789	0,83132	0,508	98	0,613	غير دال
	انثى	82	2,9921	0,61305				

ويتبين من الجدول أعلاه أن هناك تقارب كبير بين متوسطي الجنسين (الذكور/ الإناث) في مقياس التوتر النفسي حيث بلغ المتوسط الحسابي للذكور (3,0789) في حين بلغ المتوسط الحسابي للإناث (2,9921) حيث جاءت قيمة الفرق بينهما طفيفة وغير دالة إحصائياً وما يؤكد ذلك هو قيمة T-TEST والتي بلغت (0,508) حيث جاءت غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة $[\alpha=0.05]$ أي أنه تم قبول الفرضية الصفرية ورفض فرضية البحث والتي نصت على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوتر النفسي لدى أفراد العينة تبعا لمتغير الجنس. وعليه نستنتج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوتر النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس.

2-مناقشة النتائج:

2-1-مناقشة نتائج الفرضية الأولى التي نصت على: " وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الأسلوب المعرفي والتوتر النفسي لدى أفراد عينة الدراسة". حيث تبين من خلال المعالجة الإحصائية " عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للأسلوب المعرفي والدرجة الكلية للتوتر النفسي " .

حيث تتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة الدحوح (2010) والتي توصلت الى عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاسلوبين المعرفيين (الاستقلال الإدراكي، والتروي-الإندفاع) والتوتر النفسي.

وتختلف مع ما توصلت اليه نتائج دراسة بن زطة بلدية (2006) التي أشارت الى هناك علاقة دالة إحصائياً بين أسلوب التلميذ من حيث كونه مستقلاً أو معتمداً على المجال وبين عملية الانتباه.

وتختلف أيضا مع دراسة التي توصلت الى أن هناك علاقة ايجابية هامة بين مستويات التوتر (العالي المتوسط -القليل) والسيطرة والتركيز، وهناك علاقة ايجابية هامة بين مستويات التوتر واثبات الشخصية.

وتختلف كذلك مع ما توصلت اليه دراسة امحمدي علي، غريب العربي (2017) حيث بينت وجود علاقة إرتباطية بين الأسلوب المعرفي الإدراكي ومركز الضبط.

هذه النتيجة دلت على أن العلاقة بين المتغيرين الأسلوب المعرفي (الاستقلال الادراكي) والتوتر النفسي لم ترقى الى مستوى الدلالة وقد يرجع هذا الى العوامل التي من شأنها أن تؤثر على التوتر النفسي لدى الطلبة، منها البيئة الاجتماعية التي تسهم الى حد كبير في شخصية الطلبة المعرفية، بالإضافة الى التحصيل الدراسي، والمستوى الاقتصادي والاجتماعي، والتي قد تكون لها علاقة مباشرة بالأساليب المعرفية.

ويذكر (الشرييني، 1992) أن الأساليب المعرفية تعتبر من العوامل الهامة في دراسة الشخصية حيث تسعى في قياس المكونات المعرفية وغبر المعرفية في الشخصية كما تهتم

الأساليب المعرفية بالشكل الذي يتم به اكتشاف المعلومات أو تعلم السلوك وليس بمحتواه ولذلك تعمل الأساليب المعرفية على تجميع الخصائص الفردية في أنماط كمية بغرض تحديد مجموعة من الخصائص والمواصفات التي تميز الافراد في تعاملهم مع الموضوعات (الدحوح، 2010، ص05)

2-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية: التي نصت على: أن مستوى الأسلوب المعرفي متوسط. وعليه تبين من خلال المعالجة الإحصائية أن "مستوى الأسلوب المعرفي لدى افراد عينة الدراسة يميل الى الاستقلال المعرفي وبدرجة متوسطة". وتتفق هذه النتيجة مع دراسة نورا رعية (2013) أن درجة الاستقلال لدى الطلبة كانت متوسطة.

وهذا يتفق مع ما جاء في الإطار النظري في أن الأسلوب المعرفي يمكن اعتباره أسلوب فعلي في سلوكيات الفرد في المواقف المعيشية المختلفة وأنه يكشف عن الفروق الفردية في حل المشكلات والتعليم والانتباه ومفهوم الجسم والتفضيل المهني ويعكس تأثيره الثابت نسبيا على العلاقات الاجتماعية وهذا ما جعل العديد من الباحثين يرون أنه بات ضروريا تحويل الانتباه الى السمات المعرفية على شخصية وسلوك الفرد (بلدية، 2006، ص55)

ويشير وتكن Wittkan الى قدرة الفرد على التعامل مع الموضوعات كعناصر إدراكية في المجال، في اعتماده على المجال وفي استقلاله عنه، ويقصد بالفرد المعتمد على المجال ذلك الفرد الذي لا يستطيع إدراك الموضوع إلا في تنظيم شامل كلي للمجال، بحيث تظل أجزاء الأرضية بالنسبة له غير واضحة بينما يقصد بالفرد المستقل عن المجال ذلك الفرد الذي يستطيع إدراك، الموضوع بما يحيط به من عناصر أخرى (الفرماوي، 1994، ص26)

2-3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة: التي نصت على أن " مستوى التوتر النفسي متوسط" حيث تبين من خلال المعالجة الإحصائية أن " مستوى التوتر النفسي لدى افراد عينة الدراسة متوسط".

وتختلف نتيجة دراستنا مع دراسة عساف (2002) التي أكدت أن الدرجة الكلية للتوتر النفسي عند أعضاء الهيئة التدريسية كانت عالية في الاعتبارات النفسية. في حين تتفق مع دراسة حسين (1994) التي توصلت الى أن مستوى التوتر النفسي عند المعلمين كان متوسطاً.

ويمكن تفسير النتيجة مع ما جاء في الإطار النظري أن التوتر النفسي ينشأ عندما يفقد الفرد المقدرة على مواجهة الصعوبات والمواقف التي تواجهه خلال حياته اليومية، بسبب قدراته المحدودة سواء تلك الموروثة أو المكتسبة، وسواء تلك المتعلقة بالناحية النفسية أو الاجتماعية أو العضوية أو العقلية أو الجسدية، وهنا يعاني الفرد من سوء التوافق مع بيئته ومن التوتر النفسي (عبد اللطيف، 1990، ص52).

ويرى زمبادور (Zimbardo، 1988، ص46) أن التوتر نمط الاستجابة المحددة وغير المحددة التي يقوم بها الانسان نتيجة الحوادث التي تدخل توازنه وتتجاوز قدرته على التكيف وتتضمن استجابة التوتر مزيج من ردود الأفعال على المستوى النفسي والسلوكي والانفعالي والمعرفي.

كما يذكر ليفي (1995) أن التوتر هو نمط أو أسلوب استجابات الجسم للتأثيرات والاحتياجات أو الضغوط. وهذه الاستجابات تكون أحياناً سارة وتكون مؤلمة في أحياناً أخرى، كما أنها تكون أحياناً مفيدة، وتكون ضارة في أحياناً أخرى (مصلح، 2003، ص53).

2-4- مناقشة نتائج الفرضية الرابعة: التي نصت على أنه " توجد فروق ذات دلالة احصائية في الأسلوب المعرفي (الاستقلال/الاعتماد على المجال الادراكي) لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس " حيث تبين من خلال المعالجة الإحصائية "عدم وجود فروق

ذات دلالة احصائية في الأسلوب المعرفي (الاستقلال/الاعتماد على المجال الإدراكي) لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس.

تتفق مع ما توصلت اليه نتائج دراسة نورا رسمي أحمد رعية (2013) حيث أشارت الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطات الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال عن المجال الإدراكي) لدى طلبة الصف الحادي عشر في المدارس الحكومية في تربية وسط محافظة الخليل تعزى إلى متغير الجنس. وتتفق مع دراسة الدحدوح (2010) التي توصلت الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أسلوب الاستقلال الإدراكي والتوتر النفسي يعزى لمتغير الجنس والمستوى التعليمي.

في حين تختلف مع دراسة امحمدي علي، غريب العربي (2017) التي توصلت الى وجود فروق في الأسلوب المعرفي الإدراكي ترجع لمتغير الجنس والتخصص. وتختلف أيضا مع دراسة بن زطة بلدية (2006) حيث توصلت الى هناك فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في إتباع الاستقلال عن المجال أو الاعتماد عليه. ويمكن تفسير النتيجة من حيث تشابه العوامل النفسية والفيزيائية للجنسين بالإضافة الى أنهم يدرسون نفس التخصص ونفس المجال الذي يدرس فيه جميع الطلبة سواء الذكور والاناث لذلك فان مستوى المعرفة التي يتلقونها الطلبة تكاد تكون متقاربة لذا كانت إجاباتهم متقاربة ولم تظهر أي فروق تعزى الى جنس الطالب.

2-5- مناقشة نتائج الفرضية الخامسة: التي نصت على أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في التوتر النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس " حيث تبين من خلال المعالجة الإحصائية "عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوتر النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس".

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة عساف (2002) التي توصلت الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية احصائية في التوتر والضغط النفسي تبعا لمتغيرات (الجنس، عدد افراد الاسرة، الخبرة، الحالة الاجتماعية، الرتبة العلمية).

وتتفق أيضا مع دراسة حسين (1994) حيث أشارت الى أنه لا توجد فروق جوهرية في مستوى التوتر النفسي تعزى إلى جنسية المعلم أو خبرته أو مؤهله أو المرحلة التي يعمل بها.

في حين تختلف مع دراسة جودة (1998) التي توصلت الى أن هناك اختلافات إحصائية هامة بين المدرسين ذكورا أو اناثا في مستويات التوتر النفسي.

ويرجع هذا حسب ما يشير اليه ليفي (1995) من أن التوتر هو نمط أو أسلوب استجابات الجسم للتأثيرات والاحتياجات أو الضغوط. وهذه الاستجابات تكون أحيانا سارة وتكون مؤلمة في أحيانا أخرى، كما أنها تكون أحيانا مفيدة، وتكون ضارة في أحيانا أخرى (مصلح، 2003، ص53) وبهذا الرأي فلا فرق بين الجنسين في مستوى التوتر نظرا لأن كليهما لديهما نفس الظروف ونفس مجال الدراسي المحيط بهما كما أن لديهما نفس العوامل البيئية المحيطة بهما. حيث يذكر (الرفاعي، 1987، ص60) أن هناك عاملان يسببان التوتر النفسي للفرد، وهما العامل الخارجي من البيئة المحيطة بالفرد مثل مشاكل العمر المستمر، وعبء العمل والعبء المادي ومشاكل داخل الأسرة، والعامل الداخلي وهو الذي ينبع من داخل الفرد نفسه بغض النظر على نوع الجنس، مثل الانفعالات والعواطف المكبوتة داخله، والاعتقادات الخاطئة وهذان العاملان قد يشكلان مصدرا للصحة النفسية لدى الفرد، وذلك من خلال علاقة الإنسان الجيد مع ذاته من جهة، وعلاقته مع الآخرين والبيئة المحيطة به من جهة أخرى.

3- الاستنتاج العام:

تبعاً لنتائج الدراسة، وفي ضوء ما تم عرضه من إطار نظري ودراسات سابقة واعتماداً على البيانات الإحصائية المتحصل عليها في الجانب الميداني للدراسة، وانطلاقاً من الهدف الرئيسي للدراسة وهو التعرف على العلاقة بين بين الدرجة الكلية للأسلوب المعرفي والدرجة الكلية للتوتر النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ارشاد وتوجيه، توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للأسلوب المعرفي والدرجة الكلية للتوتر النفسي.
- مستوى الأسلوب المعرفي لدى أفراد عينة الدراسة يميل إلى الاستقلال المعرفي وبدرجة متوسطة.
- مستوى التوتر النفسي لدى أفراد عينة الدراسة متوسط.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأسلوب المعرفي (الاستقلال/الاعتماد على المجال الإدراكي) لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير الجنس.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوتر النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير الجنس.

4-الاقتراحات:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية يمكن تقديم الاقتراحات التالية:

- 1-بناء برامج ارشادية لمناقشة مسببات التوتر النفسي ومن ثم تطوير استراتيجيات لمواجهته والتغلب عليه.
- 2-ضرورة إجراء المزيد من البحوث في هذا المجال على عينات مختلفة مثل تلاميذ المرحلة الثانوية أو المتوسطة مع تناول متغيرات جديدة للعوامل الاقتصادية والاجتماعية.
- 3-تنظيم ندوات إرشادية للطلبة بشكل مستمر لمساعدة الطلبة على تنمية مهارات التغلب على المشكلات التي تؤدي الى رفع مستوى التوتر النفسي.
- 4-اعداد برامج إرشادية لأنواع مختلفة من الاضطرابات النفسية والسلوكية.

5-الدراسات المقترحة:

- 1-إجراء دراسات أخرى حول الأساليب المعرفية وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدى فئات الشباب.
- 2-إجراء دراسة حول علاقة التوتر النفسي ببعض المتغيرات الديمغرافية.
- 3-اجراء دراسات مستقبلية حول علاقة التوتر النفسي بالصلابة النفسية لدى طلبة الثانوية.



قائمة

المصادر والمراجع

-قائمة المصادر والمراجع:

أولاً: المراجع باللغة العربية:

- الدحوح (2010)، العلاقة بين الأساليب المعرفية (الاستقلال الإدراكي، والتروي- الاندفاع) والتوتر النفسي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، رسالة ماجستير في علم النفس، الجامعة الإسلامية غزة
- أحمد ليسكي (1991)، التقويم والقياس النفسي التربوي، ب ط، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية.
- الفرماوي حمدي (1994)، الأساليب المعرفية بين النظرية والبحث، دار صفاء للنشر، عمان.
- امحمدي علي، غريب العربي (2017)، الأسلوب المعرفي الإدراكي وعلاقته بمركز الضبط على ضوء متغير الجنس والتخصص لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 28/مارس. جامعة وهران.
- نورا رسمي أحمد رعية (2013)، الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال عن المجال الإدراكي) وعلاقته بالانتباه لدى طلبة الصف الحادي عشر في المدارس الحكومية في تربية وسط محافظة الخليل، أطروحة ماجستير توجيه وإرشاد نفسي، جامعة الخليل.
- أحمد ثابت فضل رمضان (2004) أثر تفاعل الأسلوب المعرفي والمعالجات على تحصيل لدى طلاب الثانوية العامة في مادة التاريخ الطبيعي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القاهرة
- الحاج (1982) بحوث في علم النفس العام. الطبعة 4 المكتب الإسلامي، بيروت،
- الشربيني لطفي (1996)، كيف تتغلب على القلق، سلسلة طبيبك النفسي، المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع، الإسكندرية ، مصر .
- الشرقاوي والشيخ (1989، ص06) دراسة لبعض العوامل المرتبطة بالاستقلال الادراكي، الكتاب السنوي في التربية وعم النفس، المجدد الخامس، دار الثقافة للطباعة والنشر، القاهرة.
- الشرقاوي، أنور (2003) علم النفس المعرفي المعاصر، ط 2، القاهرة، مكتبة الأنجلو.
- العتوم عدنان (2004)، علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق، عمان: دار المسيرة.

قائمة المصادر والمراجع

- العساف، صالح بن حمد (1995)، المدخل الى العلوم السلوكية، سلسلة البحث في العلوم السلوكية، الكتاب الأول، مكتبة العبيكان، المملكة العربية السعودية.
- الفرماوي (1986) الأساليب المعرفية ومفهوم التمايز النظري، دراسة نظرية، الكتاب السنوي في علم النفس، المجلد الخامس، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، القاهرة.
- البرغوثي سائد (1995)، كيف تتغلب على التوتر العصبي والنفسي والديني، المجلة الثقافية، عساف، الأردن.
- بن زطة بلدية (2006)، علاقة الأسلوب المعرفي- الاستقلال- الاعتماد على المجال الإدراكي بالانتباه لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية السنة 6 ابتدائي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الحاج لخضر - باتنة، الجزائر
- حقي ألفت (1993)، الاضطراب النفسي، دار الفكر الجامعي، الإسكندرية.
- حنان محمد نور الدين إبراهيم (1999) التنشئة الوالدية كما يدركها الأبناء وعلاقتها ببعض الأساليب المعرفية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القاهرة.
- خضر عادل (2001) أثر الأساليب المعرفية في ضوء نظرية ريدينج والتخصص والنوع على تفضيل نوع الامتحان لدى طلاب فرقة الرابعة في كلية التربية، جامعة الزقازيق مجلة التربية، العدد 05 ، الجزء الرابع، مكتبة الشرق، المنصورة
- ديراني محمد (1992) مصادر التوتر النفسي لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في مديرتي التربية والتعميم الأولى والثانية في محافظة عمان، مجلة دراسات، المجلدات التاسع عشر (أ) ، العدد الثاني، الجامعة الأردنية. عمان.
- راتب أسامة كامل (2000)، النشاط البدني والاسترخاء، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر
- عبد الحي محمود سليمان، 1988 علم النفس العام-الانتباه والإدراك الحسي، الطبعة الثالثة، القاهرة :مكتبة غريب للنشر.
- عبد الرحمان لطفي أمين (د س)، القلق والتوتر، الأسباب والحلول، سلسلة كتيبات التوعية الصحية العدد 13، الكويت.
- عبد اللطيف مدحت (1990)، الصحة النفسية والتفوق الدراسي، دار النهضة العربية. بيروت.

قائمة المصادر والمراجع

- عجوة عبد العال (1986) العلاقة بين الخدماتية وبعض الأساليب المعرفية لدى طلاب كلية التربية جامعة الزقازيق، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الزقازيق، كلية التربية، مصر.
- عزوز سعد (2003)، النمط المعرفي السائد لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة اليرموك، الاردن.
- علام وشريف (1983) استراتيجيات أداء مهام حل المشكلات لدى الطلاب ذوي الأسلوب المعرفي التروي الاندفاع، مجلة العلو التربوية، العدد الأول.
- الفرماوي، 1994، الأساليب المعرفية بين النظرية والبحث، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة
- قاسم علي الصراف، 1987، السمات الشخصية لطلبة كلية التربية بجامعة الكويت وعلاقتها ببعض المتغيرات الأكاديمية، مجلة مركز البحوث التربوية، العدد الخامس، جامعة الكويت، الكويت.
- لمدلل سعيد (2004)، التوتر النفسي من مسببات حوادث الطرق، مجلة أخبار غزة، العدد الثاني.
- محمد بن أحمد بن سراج المعافي (2009)، السرعة الإدراكية وعلاقتها بأسلوب المعرفي (الاعتماد -الاستقلال) لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير في علم النفس، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
- مصلح عائشة (2003) أثر برنامج إرشادي نفسي جماعي، في خفض مستوى التوتر النفسي لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا بمدارس وكالة الغوث الدولي، رسالة ماجستير غير منشورة، كمية التربية، الجامعة الإسلامية.
- ميسون مجيد (2010) مشكلات الأطفال النفسية، والأساليب الإرشادية لمعالجتها، الطبعة الأولى، عمان، الأردن.
- هشام عبد الحميد الخولي (2002) الأساليب المعرفية وضوابطها في علم النفس، دار الكتاب للنشر الحديث، القاهرة.
- يونس ناصر (1993)، طرائق تدريس التربية وعلم النفس، منشورات جامعة دمشق، ط3، دمشق.

-قائمة المراجع الأجنبية:-

- R. (1985): Coping with stress in caring Oxford Blackwell ،Bailey-
Scientific publications.
- Baron, L. (1989): Psychology : The Essential science , Boston -
Allyn and Bacon.

قائمة الملاحق

الملحق رقم (1) التصريح بالنزاهة العلمية

جمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم: علم النفس.....

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28 جويلية 2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها

تصريح شرقي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه.

السيد(ة): نور عقيلة

الصفة: طالب. أستاذ باحث. باحث دائم. طالبة

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 202268759

والصادرة بتاريخ: 2018 / 01 / 17

عن دائرة: أولاد دراج بالمسيلة

المسجل (ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج. مذكرة ماستر. مذكرة ماجستير. أطروحة دكتوراه). عنوانها:

الأسلوب المعرفي (الاستقلال) مقابل الاعتماد على المحتل القرابي
والتوتر الناتج عن ذلك لدى طالب (ة) جامعة

أصبح شرقي أني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ: 29 جويلية 2020

امضاء المعني

عن رئيس المجلس الأعلى للدراسات والبحوث
والتدريس من جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
بلعاجي صليحة

الملحق (2) التوتر الاسلوب المعرفي

مواقف دراسية

1- عند قراءتي لموضوع معين فإنني أركز على :

العمومات ٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
□ □ □ □ □ □ □

2- أستمتع في التعامل مع المواقف المدرسية :

الواضحة ٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
□ □ □ □ □ □ □

3- عندما تواجهني نقطة صعبة لا أفهمها في موضوع دراسي فإنني :

أعيد قراءتها ٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
حتى أفهمها ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
□ □ □ □ □ □ □

4- عند وجود أفكار متعددة في الدرس فإنني :

أجد صعوبة ٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
في فهمها ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
□ □ □ □ □ □ □

5- عندما تواجهني مواقف دراسية غامضة ومعقدة فإنني :

أقرر ٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
المتابعة ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
□ □ □ □ □ □ □

11-اختياري للفرع الحالي تم على أساس :

فئاتي الشخصية
٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
تأثري بالآخرين
↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
□ □ □ □ □ □ □

12-أفضل القيام بعمل مدرسي يتطلب مني :

اتخاذ قرارات جديدة
٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
اتخاذ قرارات مألوفة
↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
□ □ □ □ □ □ □

13-عند التعبير عن مشاعري أمام زملائي فإنتي :

أتحفظ في التعبير عنها
٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
أعبر عنها دون إخراج أو (براحة)
↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
□ □ □ □ □ □ □

14-أحب ممارسة الأنشطة المدرسية التي :

أفضلها أنا
٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
أفضلها زملائي
↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
□ □ □ □ □ □ □

15-أفضل أن يكون دوري بالحياة :

متميزاً عن الآخرين
٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
كالآخرين من زملائي
↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
□ □ □ □ □ □ □

21- أشعر أنني لا أستطيع التحكم في الاتجاه الذي تسير فيه حياتي :

قليلًا" ١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧ دائماً

22- إن ما يصيبني من تعاسة يعود الى :

أخطائي ١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧ أخطاء غيري (المحيطين بي)

23- عندما تواجهني مشكلة دراسية أفضل:

حلها وحدي ١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧ مناقشتها مع الزملاء

24- عندما يطلب مني المعلم عمل عدة أشياء في وقت واحد فإنني:

أشعر بالارتباك ١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧ أحاول الانتهاء منها بنظام وترتيب

25- عند قيامي بنشاط مدرسي متميز فإنني :

أعتمد على نفسي ١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧ أطلب مساعدة الآخرين

26- عندما أكون ضمن جماعة من الزملاء فإنتي :

أميل الي
الانزواء
عنهم

٧
↓
□

٦
↓
□

٥
↓
□

٤
↓
□

٣
↓
□

٢
↓
□

١
↓
□

أشارك بسهولة
في احاديثهم

27- في المناسبات الوطنية والرسمية في المدرسة أفضل :

الانخراط مع
المجموعة

٧
↓
□

٦
↓
□

٥
↓
□

٤
↓
□

٣
↓
□

٢
↓
□

١
↓
□

الجلوس وحدي

28- في أوقات فراغي أفضل :

محادثة
الأصدقاء

٧
↓
□

٦
↓
□

٥
↓
□

٤
↓
□

٣
↓
□

٢
↓
□

١
↓
□

مطالعة كتاب

29- عند اختيار ملابسي أفضل لبس الألوان التي :

أفضلها
أنا

٧
↓
□

٦
↓
□

٥
↓
□

٤
↓
□

٣
↓
□

٢
↓
□

١
↓
□

يقترحها
الآخرون

30- عند تكليفي القيام بعمل معين فإنتي أعمل :

بأسلوب
الخاص

٧
↓
□

٦
↓
□

٥
↓
□

٤
↓
□

٣
↓
□

٢
↓
□

١
↓
□

بالأسلوب الذي
يعمل به
الآخرون

31- عند أداء واجبي المدرسي فإنتي اهتم كثيراً:

بقدرتي على إنجاز الواجب	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	يرأي المعلم/المعلمة
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

32- أحب مجالات الأعمال تلك التي تنسم :

بالمشاركة مع الآخرين	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	بالاستقلالية
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

33- عند اختلافي مع زميل حول قضية ما فإنتي :

لا أدخل معه بنقاش	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	أدخل معه بنقاش
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

الملحق (2) التوتر النفسي د. مجدي عبد الكريم حبيب



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

تخصص إرشاد وتوجيه

إستمارة استبيان

في إطار إنجاز مذكرة الماستر تحت عنوان:

الأساليب المعرفية (الاستقلال – الاعتماد على المجال الإدراكي)
وعلاقتها بالتوتر النفسي لدى طلبة جامعة المسيلة

إشراف الأستاذ:

إعداد الطالبة:

الجنس : ذكر انثى

ملاحظة: ضع علامة (X) على الإجابة التي ترى إنها مناسبة.

يتضمن هذا الاختبار مجموعة من العبارات التي تدور حول بعض السلوكيات التي قد يحبها ويرغب فيها المفحوص، والمطلوب هو قراءة كل عبارة وتوضيح مدى موافقة الفرد بوضع علامة (لا) في أحد الخانات المقابلة المعبرة عن رأيه تماما من بين (أوافق تماما، أوافق، أعارض، أعارض تماما).

يهدف هذا الاستفتاء إلى التعرف على ما نحب وترغب فيه، وعليك أن تشير إلى المدى الذي يمكن أن تصفك به كل عبارة واضعا علامة (x) في المكان المناسب.

م	عبارات المقياس	موافق تماما	موافق	معارض	معارض تماما
1	أستطيع بسهولة تكوين علاقة صداقة (أصدقاء)				
2	عادة أتصرف بسرعة				
3	تتغير داني المزاجية وتقلب بسهولة				
3	اتخذ موقف القائد في المجموعة عندما يلزم عمل شيء ما				
4	غالبا ما أصف نفس بالفشل				
5	استمتع بالأمر العقلية				
6	اشعر عادة يأتي لدي مشكلات أكثر من الآخرين				
7	لست لطيفا مع الناس الذين لا أحبهم				
8	لا أكون مثليا بسهولة				
9	استمتع بقراءة الكتب				
10	اشعر أحرنا بأنني لست جيدا أعلى ما يرام				
11	عندما تكون في مجموعة تناقش مشكلة، لا أتحدث كثيرة				
12	غالبا ما أتوتر وأزعج، حتى عندما لا يوجد سبب لذلك				
13	تغير اهتماماتي بسرعة من شيء لآخر				
14	غالبا ما يشعر الناس بأني غير متوافق (سوي)				
15	اغلب الناس يتحملونني				
16	غالبا ما اشعر بالحزن والاكتئاب				
17	يصعب على أن أركز في قراءة شيء ما أطول من مقالة في جريدة				
18	نادرا ما أكون عصبي المزاج				
19	نادرا ما أفكر جيدا في التفاصيل قبل أن أتصرف				
20	استمر في العمل بسهولة حتى لو كان تحت ضغط				
21	لا أحب المناقشات (الحديث) عن المشكلات الخطيرة أو الشؤون العالمية				
22	يعتقد الناس أن حائي المزاجية لا يمكن التنبؤ بها				
23	من الصعب على أن أتحدث لجمهور كبير				
24	انا مندفع تجاه اغلب الأشياء				
25	تخدم همتي وعزيمتي بسهولة				
26	لا يعتمد علي ولا أتحمل المسؤولية				

				أكون مكتئباً عندما أكون وحشي	27
				أحب أن الخطط بدقة في علي قبل كفية أي عمل	28
				انسحب من بعض المواقف عندما يتحتم علي أن أتحدث لمجموعة	29
				لدي قدر كبير من ضبط النفس أو التحكم في ذاتي	30

الملحق (3) مخرجات spss

	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Q22	Corrélation de Pearson	,577**	,699**	,588**	,711**	,626**	,522**	,642**	,657**	,560**
	Sig. (bilatérale)	0,001	0,000	0,001	0,000	0,000	0,003	0,000	0,000	0,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Q23	Corrélation de Pearson	,482**	,719**	,542**	,582**	,589**	,605**	,599**	,717**	,508**
	Sig. (bilatérale)	0,007	0,000	0,002	0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,004
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Q24	Corrélation de Pearson	,604**	,682**	,588**	,645**	,546**	,540**	,656**	,647**	,608**
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,000	0,001	0,000	0,002	0,002	0,000	0,000	0,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Q25	Corrélation de Pearson	,574**	,695**	,590**	,649**	,595**	,619**	,749**	,677**	,643**
	Sig. (bilatérale)	0,001	0,000	0,001	0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Q26	Corrélation de Pearson	,504**	,755**	,553**	,597**	,579**	,629**	,542**	,582**	,582**
	Sig. (bilatérale)	0,005	0,000	0,002	0,000	0,001	0,000	0,002	0,001	0,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Q27	Corrélation de Pearson	,606**	,807**	,576**	,644**	,643**	,604**	,705**	,704**	,664**
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Q28	Corrélation de Pearson	,582**	,792**	,571**	,680**	,618**	,628**	,693**	,688**	,564**
	Sig. (bilatérale)	0,001	0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Q29	Corrélation de Pearson	,594**	,697**	,668**	,569**	,604**	,490**	,688**	,526**	,455**
	Sig. (bilatérale)	0,001	0,000	0,000	0,001	0,000	0,006	0,000	0,003	0,011
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Q30	Corrélation de Pearson	,437**	,488**	,695**	,528**	,582**	,705**	,599**	,431**	,640**
	Sig. (bilatérale)	0,016	0,006	0,000	0,003	0,001	0,000	0,000	0,017	0,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Q31	Corrélation de Pearson	0,254	,388**	,577**	,577**	,595**	,659**	,424**	,481**	,642**
	Sig. (bilatérale)	0,176	0,034	0,001	0,001	0,001	0,000	0,019	0,007	0,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
التوتر النفسي	Corrélation de Pearson	,739**	,836**	,790**	,835**	,845**	,757**	,842**	,799**	,749**

Sig. (bilatérale)	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	Q16	Q17	Q18	Q19	Q20	Q21
,675**	,785**	,592**	,625**	,531**	,649**	,579**	,367*	,664**	,611**	0,254	,685**
0,000	0,000	0,001	0,000	0,003	0,000	0,001	0,046	0,000	0,000	0,175	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,863**	,698**	,662**	,664**	,508**	,689**	,784**	,512**	,768**	,664**	,362*	,705**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,004	0,000	0,000	0,004	0,000	0,000	0,050	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,586**	,645**	,549**	,709**	,725**	,665**	,490**	,534**	,514**	,606**	,588**	,737**
0,001	0,000	0,002	0,000	0,000	0,000	0,006	0,002	0,004	0,000	0,001	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,725**	,686**	,707**	,679**	,740**	,766**	,573**	,391	,641**	,656**	,415	,696**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,033	0,000	0,000	0,022	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,702**	,832**	,779**	,757**	,721**	,668**	,643**	,495**	,697**	,688**	,454*	,671**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,005	0,000	0,000	0,012	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,559**	,669**	,735**	,728**	,645**	,612**	,488**	0,286	,587**	,602**	,391*	,652**
0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,006	0,126	0,001	0,000	0,033	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,652**	,835**	,650**	,707**	,783**	,712**	,593**	,486**	,637**	,586**	,497**	,755**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,006	0,000	0,001	0,005	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,673**	,750**	,752**	,634**	,664**	,649**	,610**	0,322	,648**	,589**	,372*	,634**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,083	0,000	0,001	0,043	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,546**	,651**	,649**	,672**	,768**	,649**	,429*	0,352	,527**	,388*	,433*	,634**
0,002	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,018	0,057	0,003	0,034	0,017	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
1	,771**	,683**	,618**	,586**	,711**	,825**	,532**	,805**	,801**	,432*	,828**

,828**	,788**	,662**	,646**	,636**	,744**	,738**	,594**	,736**	,821**	,549**	1
0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,002	
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,822**	,589**	,527**	,447*	,600**	,804**	,696**	,582**	,641**	,738**	,418*	,860**
0,000	0,001	0,003	0,013	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,022	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,712**	,617**	,629**	,476**	,564**	,659**	,675**	,533**	,568**	,727**	,497**	,769**
0,000	0,000	0,000	0,008	0,001	0,000	0,000	0,002	0,001	0,000	0,005	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,623**	,543**	,510**	,561**	,702**	,782**	,511**	,373*	,591**	,528**	0,346	,688**
0,000	0,002	0,004	0,001	0,000	0,000	0,004	0,042	0,001	0,003	0,061	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,573**	,647**	,606**	,748**	,590**	,721**	,587**	0,284	,610**	,591**	0,250	,738**
0,001	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,001	0,128	0,000	0,001	0,183	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,686**	,663**	,608**	,602**	,559**	,557**	,652**	,380*	,711**	,646**	0,289	,741**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,001	0,000	0,038	0,000	0,000	0,121	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,790**	,711**	,647**	,634**	,544**	,783**	,714**	,496**	,720**	,691**	,374*	,756**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,002	0,000	0,000	0,005	0,000	0,000	0,042	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,802**	,726**	,613**	,632**	,599**	,720**	,704**	,449*	,754**	,755**	,397*	,832**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,013	0,000	0,000	0,030	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,673**	,610**	,459*	,627**	,459*	,551**	,673**	,633**	,624**	,782**	,664**	,709**
0,000	0,000	0,011	0,000	0,011	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,596**	,565**	,599**	,549**	,709**	,569**	,571**	,642**	,604**	,680**	,652**	,690**
0,001	0,001	0,000	0,002	0,000	0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,439*	,465**	,449*	,636**	,489**	,518**	,374*	0,241	,464**	,552**	0,277	,550**
0,015	0,010	0,013	0,000	0,006	0,003	0,042	0,200	0,010	0,002	0,138	0,002

30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,871**	,865**	,801**	,776**	,764**	,821**	,812**	,627**	,831**	,831**	,580**	,909**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

Q22	Q23	Q24	Q25	Q26	Q27	Q28	Q29	Q30	Q31	التوتر النسبي
,577**	,482**	,604**	,574**	,504**	,606**	,582**	,594**	,437**	0,254	,739**
0,001	0,007	0,000	0,001	0,005	0,000	0,001	0,001	0,016	0,176	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,699**	,719**	,682**	,695**	,755**	,807**	,792**	,697**	,488**	,388**	,836**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,006	0,034	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,588**	,542**	,588**	,590**	,553**	,576**	,571**	,668**	,695**	,577**	,790**
0,001	0,002	0,001	0,001	0,002	0,001	0,001	0,000	0,000	0,001	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,711**	,582**	,645**	,649**	,597**	,644**	,680**	,569**	,528**	,577**	,835**
0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,003	0,001	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,626**	,589**	,546**	,595**	,579**	,643**	,618**	,604**	,582**	,595**	,845**
0,000	0,001	0,002	0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,001	0,001	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,522**	,605**	,540**	,619**	,629**	,604**	,628**	,490**	,705**	,659**	,757**
0,003	0,000	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000	0,006	0,000	0,000	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,642**	,599**	,656**	,749**	,542**	,705**	,693**	,688**	,599**	,424**	,842**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000	0,019	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,657**	,717**	,647**	,677**	,582**	,704**	,688**	,526**	,431**	,481**	,799**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,003	0,017	0,007	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,560**	,508**	,608**	,643**	,582**	,664**	,564**	,455**	,640**	,642**	,749**
0,001	0,004	0,000	0,000	0,001	0,000	0,001	0,011	0,000	0,000	0,000

30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,822**	,712**	,623**	,573**	,686**	,790**	,802**	,673**	,596**	,439*	,871**
0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,015	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,589**	,617**	,543**	,647**	,663**	,711**	,726**	,610**	,565**	,465**	,865**
0,001	0,000	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,010	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,527**	,629**	,510**	,606**	,608**	,647**	,613**	,459*	,599**	,449*	,801**
0,003	0,000	0,004	0,000	0,000	0,000	0,000	0,011	0,000	0,013	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,447*	,476**	,561**	,748**	,602**	,634**	,632**	,627**	,549**	,636**	,776**
0,013	0,008	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,002	0,000	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,600**	,564**	,702**	,590**	,559**	,544**	,599**	,459*	,709**	,489**	,764**
0,000	0,001	0,000	0,001	0,001	0,002	0,000	0,011	0,000	0,006	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,804**	,659**	,782**	,721**	,557**	,783**	,720**	,551**	,569**	,518**	,821**
0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,002	0,001	0,003	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,696**	,675**	,511**	,587**	,652**	,714**	,704**	,673**	,571**	,374*	,812**
0,000	0,000	0,004	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,042	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,582**	,533**	,373*	0,284	,380*	,496**	,449*	,633**	,642**	0,241	,627**
0,001	0,002	0,042	0,128	0,038	0,005	0,013	0,000	0,000	0,200	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,641**	,568**	,591**	,610**	,711**	,720**	,754**	,624**	,604**	,464**	,831**
0,000	0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,010	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,738**	,727**	,528**	,591**	,646**	,691**	,755**	,782**	,680**	,552**	,831**
0,000	0,000	0,003	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,002	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,418*	,497**	0,346	0,250	0,289	,374*	,397*	,664**	,652**	0,277	,580**

A6	Corrélation de Pearson	0,313	0,227	,470**	0,106	,806**	1	,733**	,693**	0,073
	Sig. (bilatérale)	0,092	0,228	0,009	0,577	0,000		0,000	0,000	0,700
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A7	Corrélation de Pearson	0,316	,491**	0,234	0,204	,686**	,733**	1	,736**	0,205
	Sig. (bilatérale)	0,089	0,006	0,214	0,279	0,000	0,000		0,000	0,277
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A8	Corrélation de Pearson	,382	0,301	0,223	0,176	,648**	,693**	,736**	1	0,070
	Sig. (bilatérale)	0,037	0,107	0,235	0,352	0,000	0,000	0,000		0,714
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A9	Corrélation de Pearson	,430	,437	,398	,922**	0,083	0,073	0,205	0,070	1
	Sig. (bilatérale)	0,018	0,016	0,030	0,000	0,663	0,700	0,277	0,714	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A10	Corrélation de Pearson	0,270	0,258	0,233	,473**	0,143	0,261	0,191	0,099	,431*
	Sig. (bilatérale)	0,148	0,168	0,216	0,008	0,450	0,164	0,312	0,604	0,017
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A11	Corrélation de Pearson	0,091	0,288	0,139	0,119	,363	,566**	,687**	,412	0,223
	Sig. (bilatérale)	0,631	0,122	0,464	0,531	0,049	0,001	0,000	0,024	0,237
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A12	Corrélation de Pearson	0,250	,444*	0,276	0,176	,619**	,788**	,949**	,670**	0,248
	Sig. (bilatérale)	0,182	0,014	0,141	0,351	0,000	0,000	0,000	0,000	0,186
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A13	Corrélation de Pearson	,435	,609**	0,296	0,040	0,300	0,235	,563**	,388*	0,084
	Sig. (bilatérale)	0,016	0,000	0,113	0,836	0,107	0,211	0,001	0,034	0,659
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A14	Corrélation de Pearson	,541**	,729**	,484**	0,182	0,351	0,359	,612**	,441*	0,267
	Sig. (bilatérale)	0,002	0,000	0,007	0,334	0,057	0,052	0,000	0,015	0,154
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A15	Corrélation de Pearson	,466**	,751**	,504**	0,324	,408*	,510**	,663**	,410*	,450*
	Sig. (bilatérale)	0,009	0,000	0,004	0,081	0,025	0,004	0,000	0,025	0,012
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A16	Corrélation de Pearson	0,092	0,336	0,249	0,108	0,137	0,214	0,322	0,006	0,173
	Sig. (bilatérale)	0,628	0,069	0,184	0,571	0,472	0,257	0,083	0,975	0,360

	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A17	Corrélation de Pearson	0,292	0,298	,443*	,657**	0,289	0,191	0,168	0,151	,679**
	Sig. (bilatérale)	0,117	0,110	0,014	0,000	0,122	0,311	0,374	0,425	0,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A18	Corrélation de Pearson	0,234	0,240	,506**	,668**	0,273	0,288	0,144	-0,006	,757**
	Sig. (bilatérale)	0,212	0,202	0,004	0,000	0,144	0,123	0,449	0,977	0,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A19	Corrélation de Pearson	0,219	0,210	0,328	,605**	0,253	0,119	0,131	-0,005	,607**
	Sig. (bilatérale)	0,244	0,265	0,077	0,000	0,178	0,532	0,490	0,978	0,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A20	Corrélation de Pearson	0,329	,546**	0,357	0,190	,443*	0,310	,448*	0,209	0,268
	Sig. (bilatérale)	0,076	0,002	0,052	0,314	0,014	0,096	0,013	0,269	0,153
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A21	Corrélation de Pearson	0,242	,367*	0,121	0,048	,589*	,573	,852*	,638*	0,013
	Sig. (bilatérale)	0,197	0,046	0,523	0,799	0,001	0,001	0,000	0,000	0,947
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A22	Corrélation de Pearson	,671**	,662**	,617**	0,167	,599*	,504*	,558*	,542*	0,107
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,000	0,000	0,378	0,000	0,005	0,001	0,002	0,573
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A23	Corrélation de Pearson	,580**	,770**	,439*	0,212	,366*	0,292	,634**	,457*	0,251
	Sig. (bilatérale)	0,001	0,000	0,015	0,262	0,046	0,118	0,000	0,011	0,181
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A24	Corrélation de Pearson	,469**	,723**	0,343	0,274	,415*	0,343	,654**	,419*	0,300
	Sig. (bilatérale)	0,009	0,000	0,064	0,143	0,022	0,064	0,000	0,021	0,107
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A25	Corrélation de Pearson	0,310	0,276	0,341	0,162	0,317	0,319	0,260	0,176	0,062
	Sig. (bilatérale)	0,095	0,140	0,065	0,392	0,087	0,085	0,166	0,352	0,746
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A26	Corrélation de Pearson	,430*	,437*	,398*	,922**	0,083	0,073	0,205	0,070	1,000**
	Sig. (bilatérale)	0,018	0,016	0,030	0,000	0,663	0,700	0,277	0,714	0,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A27	Corrélation de Pearson	0,270	0,258	0,233	,473**	0,143	0,261	0,191	0,099	,431*

	Sig. (bilatérale)	0,148	0,168	0,216	0,008	0,450	0,164	0,312	0,604	0,017
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A28	Corrélation de Pearson	0,316	,545**	,381*	0,256	,473**	,689**	,816**	,527**	0,359
	Sig. (bilatérale)	0,089	0,002	0,038	0,172	0,008	0,000	0,000	0,003	0,051
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A29	Corrélation de Pearson	0,250	,444**	0,276	0,176	,619**	,788**	,949**	,670**	0,248
	Sig. (bilatérale)	0,182	0,014	0,141	0,351	0,000	0,000	0,000	0,000	0,186
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A30	Corrélation de Pearson	0,332	0,244	,392*	0,186	0,330	,388	0,227	0,191	0,091
	Sig. (bilatérale)	0,073	0,193	0,032	0,324	0,075	0,034	0,228	0,312	0,633
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A31	Corrélation de Pearson	,541**	,729**	,484**	0,182	0,351	0,359	,612**	,441*	0,267
	Sig. (bilatérale)	0,002	0,000	0,007	0,334	0,057	0,052	0,000	0,015	0,154
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A32	Corrélation de Pearson	,466**	,751**	,504**	0,324	,408*	,510**	,663**	,410*	,450*
	Sig. (bilatérale)	0,009	0,000	0,004	0,081	0,025	0,004	0,000	0,025	0,012
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
A33	Corrélation de Pearson	0,092	0,336	0,249	0,108	0,137	0,214	0,322	0,006	0,173
	Sig. (bilatérale)	0,628	0,069	0,184	0,571	0,472	0,257	0,083	0,975	0,360
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
الاسلوب المعرفي	Corrélation de Pearson	,632**	,760**	,638**	,526**	,653**	,677**	,812**	,581**	,557**
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,000	0,000	0,003	0,000	0,000	0,000	0,001	0,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23
0,270	0,091	0,250	,435*	,541**	,466**	0,092	0,292	0,234	0,219	0,329	0,242	,671**	,580**
0,148	0,631	0,182	0,016	0,002	0,009	0,628	0,117	0,212	0,244	0,076	0,197	0,000	0,001
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,258	0,288	,444*	,609**	,729**	,751**	0,336	0,298	0,240	0,210	,546**	,367*	,662**	,770**
0,168	0,122	0,014	0,000	0,000	0,000	0,069	0,110	0,202	0,265	0,002	0,046	0,000	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,233	0,139	0,276	0,296	,484**	,504**	0,249	,443*	,506**	0,328	0,357	0,121	,617**	,439*

0,171	0,361	,622**	,803**	1	,713**	0,226	0,098	0,058	0,058	,533**	,418*	,800**	,953**
0,368	0,050	0,000	0,000		0,000	0,230	0,606	0,759	0,760	0,002	0,022	0,000	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,204	,522**	,707**	,595**	,713**	1	,465**	0,250	0,329	0,226	,562**	,452*	,572**	,682**
0,280	0,003	0,000	0,001	0,000		0,010	0,183	0,076	0,229	0,001	0,012	0,001	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,019	,441*	0,332	0,345	0,226	,465**	1	0,283	0,307	0,226	0,195	0,222	0,153	0,203
0,921	0,015	0,073	0,062	0,230	0,010		0,129	0,099	0,230	0,302	0,238	0,420	0,282
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,130	0,044	0,114	-0,015	0,098	0,250	0,283	1	,900**	,853**	0,058	0,051	0,260	0,140
0,492	0,816	0,549	0,937	0,606	0,183	0,129		0,000	0,000	0,762	0,790	0,164	0,462
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,268	0,156	0,189	-0,119	0,058	0,329	0,307	,900**	1	,824**	0,136	-0,028	0,133	0,033
0,153	0,410	0,316	0,530	0,759	0,076	0,099	0,000		0,000	0,474	0,884	0,484	0,864
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,231	-0,030	0,045	-0,032	0,058	0,226	0,226	,853**	,824**	1	-0,008	0,031	0,247	0,121
0,219	0,875	0,815	0,866	0,760	0,229	0,230	0,000	0,000		0,968	0,873	0,188	0,524
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
-0,053	0,327	,492**	,413	,533**	,562**	0,195	0,058	0,136	-0,008	1	,561**	0,356	,475**
0,782	0,078	0,006	0,023	0,002	0,001	0,302	0,762	0,474	0,968		0,001	0,054	0,008
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,010	,531**	,759**	,419	,418	,452*	0,222	0,051	-0,028	0,031	,561**	1	,426*	,477**
0,960	0,003	0,000	0,021	0,022	0,012	0,238	0,790	0,884	0,873	0,001		0,019	0,008
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,084	0,136	,458*	,657**	,800**	,572**	0,153	0,260	0,133	0,247	0,356	,426*	1	,863**
0,660	0,473	0,011	0,000	0,000	0,001	0,420	0,164	0,484	0,188	0,054	0,019		0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,128	0,277	,570**	,800**	,953**	,682**	0,203	0,140	0,033	0,121	,475**	,477**	,863**	1
0,500	0,138	0,001	0,000	0,000	0,000	0,282	0,462	0,864	0,524	0,008	0,008	0,000	
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,000	0,323	,548**	,588**	,608**	,826**	0,361	0,244	0,176	0,266	,407*	,518**	,643**	,709**
1,000	0,082	0,002	0,001	0,000	0,000	0,050	0,195	0,353	0,156	0,025	0,003	0,000	0,000

A24	A25	A26	A27	A28	A29	A30	A31	A32	A33	الاسلوب المعرفي
,469	0,310	,430	0,270	0,316	0,250	0,332	,541	,466	0,092	,632
0,009	0,095	0,018	0,148	0,089	0,182	0,073	0,002	0,009	0,628	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,723	0,276	,437	0,258	,545	,444	0,244	,729	,751	0,336	,760
0,000	0,140	0,016	0,168	0,002	0,014	0,193	0,000	0,000	0,069	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,343	0,341	,398	0,233	,381	0,276	,392	,484	,504	0,249	,638
0,064	0,065	0,030	0,216	0,038	0,141	0,032	0,007	0,004	0,184	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,274	0,162	,922	,473	0,256	0,176	0,186	0,182	0,324	0,108	,526
0,143	0,392	0,000	0,008	0,172	0,351	0,324	0,334	0,081	0,571	0,003
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,415	0,317	0,083	0,143	,473	,619	0,330	0,351	,408	0,137	,653
0,022	0,087	0,663	0,450	0,008	0,000	0,075	0,057	0,025	0,472	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,343	0,319	0,073	0,261	,689	,788	,388	0,359	,510	0,214	,677
0,064	0,085	0,700	0,164	0,000	0,000	0,034	0,052	0,004	0,257	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,654	0,260	0,205	0,191	,816	,949	0,227	,612	,663	0,322	,812
0,000	0,166	0,277	0,312	0,000	0,000	0,228	0,000	0,000	0,083	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,419	0,176	0,070	0,099	,527	,670	0,191	,441	,410	0,006	,581
0,021	0,352	0,714	0,604	0,003	0,000	0,312	0,015	0,025	0,975	0,001
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,300	0,062	1,000	,431	0,359	0,248	0,091	0,267	,450	0,173	,557
0,107	0,746	0,000	0,017	0,051	0,186	0,633	0,154	0,012	0,360	0,001
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,000	0,020	,431	1,000	0,191	0,276	0,117	0,171	0,204	0,019	,363
1,000	0,915	0,017	0,000	0,312	0,141	0,538	0,368	0,280	0,921	0,049
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,323	0,290	0,223	0,237	,687	,767	0,306	0,361	,522	,441	,611

,643**	0,282	0,107	0,084	,503**	,458*	0,255	,800**	,572**	0,153	,696**
0,000	0,130	0,573	0,660	0,005	0,011	0,174	0,000	0,001	0,420	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,709**	0,127	0,251	0,128	,634**	,570**	0,075	,953**	,682**	0,203	,724**
0,000	0,505	0,181	0,500	0,000	0,001	0,693	0,000	0,000	0,282	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
1	0,324	0,300	0,000	,602**	,548**	0,273	,608**	,826**	0,361	,722**
	0,080	0,107	1,000	0,000	0,002	0,145	0,000	0,000	0,050	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,324	1	0,062	0,020	0,204	0,191	,976**	0,100	0,323	,845**	,458*
0,080		0,746	0,915	0,279	0,312	0,000	0,597	0,082	0,000	0,011
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,300	0,062	1	,431*	0,359	0,248	0,091	0,267	,450*	0,173	,557**
0,107	0,746		0,017	0,051	0,186	0,633	0,154	0,012	0,360	0,001
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,000	0,020	,431*	1	0,191	0,276	0,117	0,171	0,204	0,019	,363
1,000	0,915	0,017		0,312	0,141	0,538	0,368	0,280	0,921	0,049
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,602**	0,204	0,359	0,191	1	,902**	0,227	,719**	,825**	,374*	,826**
0,000	0,279	0,051	0,312		0,000	0,228	0,000	0,000	0,042	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,548**	0,191	0,248	0,276	,902**	1	0,202	,622**	,707**	0,332	,806**
0,002	0,312	0,186	0,141	0,000		0,284	0,000	0,000	0,073	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,273	,976**	0,091	0,117	0,227	0,202	1	0,083	0,336	,812**	,465**
0,145	0,000	0,633	0,538	0,228	0,284		0,662	0,070	0,000	0,010
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,608**	0,100	0,267	0,171	,719**	,622**	0,083	1	,713**	0,226	,737**
0,000	0,597	0,154	0,368	0,000	0,000	0,662		0,000	0,230	0,000
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,826**	0,323	,450*	0,204	,825**	,707**	0,336	,713**	1	,465**	,851**
0,000	0,082	0,012	0,280	0,000	0,000	0,070	0,000		0,010	0,000

30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
0,361	,845**	0,173	0,019	,374*	0,332	,812**	0,226	,465**	1	,507**
0,050	0,000	0,360	0,921	0,042	0,073	0,000	0,230	0,010		0,004
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
,722**	,458	,557**	,363	,826**	,806**	,465**	,737**	,851**	,507**	1
0,000	0,011	0,001	0,049	0,000	0,000	0,010	0,000	0,000	0,004	
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

Statistiques de	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
0,950	33

الدراسة الأساسية

Corrélations			
		الاسلوب المعرفي (الاستقلال / الاعتماد / علةالمجال الإدراكي	التوتر النفسي
الاسلوب المعرفي (الاستقلال / الاعتماد / علةالمجال الإدراكي	Corrélacion de Pearson	1	0,156
	Sig. (bilatérale)		0,121
	N	100	100
التوتر النفسي	Corrélacion de Pearson	0,156	1
	Sig. (bilatérale)	0,121	
	N	100	100

Statistiques de groupe					
الجنس		N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الاسلوب المعرفي (الاستقلال / الاعتماد / علةالمجال الإدراكي	ذكر	18	3,3956	0,77818	0,18342
	أنثى	82	3,5528	0,62725	0,06927
التوتر النفسي	ذكر	18	3,0789	0,83132	0,19594
	أنثى	82	2,9921	0,61305	0,06770

Test des échantillons indépendants										
		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
الاستقلال / الاعتماد / علةالمجال الادراكي	Hypothèse de variances égales	1,510	0,222	-0,921	98	0,359	-0,15722	0,17073	-0,49603	0,18159
	Hypothèse de variances inégales			-0,802	22,100	0,431	-0,15722	0,19606	-0,56373	0,24928
التوتر النفسي	Hypothèse de variances égales	2,123	0,148	0,508	98	0,613	0,08672	0,17079	-0,25220	0,42564
	Hypothèse de variances inégales			0,418	21,237	0,680	0,08672	0,20731	-0,34411	0,51755

Statistiques sur échantillon uniques				
	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الاستقلال / الاعتماد / علةالمجال الادراكي	100	3,5245	0,65542	0,06554
التوتر النفسي	100	3,0077	0,65368	0,06537

الجنس					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	ذكر	18	18,0	18,0	18,0
	أنثى	82	82,0	82,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ