الضغوط الأسرية وعلاقتها بكل من المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية

د/هدى السيد شحاته السيد

مدرس الصحة النفسية كلية التربية – جامعة الزقازيق

مستخلص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على طبيعة علاقة الضغوط الأسرية بكل من المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية، ومعرفة الفروق فى الضغوط الأسرية والمرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل وفقاً لمتغيرالنوع (ذكور-إناث)، والفروق بين التخصصات العلمية والأدبية فى الضغوط الأسرية والمرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل، والكشف عن أبعاد الضغوط الأسرية المنبئة بالمرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية، وذلك على عينة مكونة من (٤٠٧) طالباً وطالبة من طلاب الصف الثالث الثانوى بمدينة الزقازيق (٢٢٠ إناث، ١٨٧ ذكور)، تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين ١٧-١٨ عاماً، طبق عليهم مقياس الضغوط الأسرية(إعداد الباحثة ٢٠٢٢) ومقياس المرونة النفسية (إعداد هشام عبد الله ٢٠٢٢)، ومقياس التوجه نحو المستقبل (إعداد هشام عبد الله، ونافع الحربى ٢٠٢٢)، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقات ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين درجات الضغوط الأسرية ودرجات المرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، ووجود علاقات ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين درجات الضغوط الأسرية ككل، ودرجات التوجه نحو المستقبل عدا البعد الثانى (الدافعية) لدى طلاب المرحلة الثانوية، وأظهرت النتائج أيضاً وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكوروالإناث فى الضغوط الأسرية لصالح الذكور، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكوروالإناث فى المرونة النفسية لصالح الإناث، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات

الذكوروالإناث فى كل من أبعاد التوجه نحو المستقبل: الأول (الاتساع)، والثانى (الدافعية)، والثالث (التخطيط) لصالح الإناث، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية التخصص العلمي وطلاب التخصص الأدبي فى الضغوط الشخصية لصالح طلاب التخصص العلمى، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية التخصص العلمي وطلاب التخصص الأدبي فى المرونة النفسية لصالح طلاب التخصص الأدبى، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية التخصص العلمي وطلاب التخصص الأدبي فى البعد الثالث للتوجه نحو المستقبل (التخطيط) لصالح طلاب التخصص العلمى، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية التخصص العلمي وطلاب التخصص الأدبي فى البعد الرابع للتوجه نحو المستقبل (التقييم) لصالح طلاب التخصص الأدبى، كما أظهرت النتائج أنه يمكن التنبؤ بالدرجة الكلية للمرونة النفسية من درجات أبعاد كل من الضغوط الشخصية، والضغوط الاقتصادية لدى طلبة المرحلة الثانوية، ويمكن التنبؤ بالدرجة الكلية للتوجه نحو المستقبل من درجات أبعاد كل من الضغوط مع الإخوة، والضغوط الاقتصادية لدى طلبة المرحلة الثانوية، وتوصى الدراسة بضرورة تقديم خدمات إرشادية لطلاب المرحلة الثانوية لمساعدتهم على التعامل مع الضغوط الأسرية بشكل إيجابى، وتقديم برامج إرشادية لأولياء الأمور للتوعية بمخاطر تعرض أبنائهم لهذه الضغوط الأسرية، وتأثيرها السلبى على مستقبلهم، وضرورة تنمية المرونة النفسية لدى الطلاب من خلال توفير الدعم الأسرى والمدرسى، كما توصى الدراسة بضرورة تنمية التوجه الإيجابى نحو المستقبل للمراهقين من خلال التأكيد على أهمية المستقبل ووضع خطط وبرامج مستقبلية والعمل على تنفيذه .

الكلمات المفتاحية: الضغوط الأسرية -المرونة النفسية – التوجه نحو المستقبل - طلاب المرحلة الثانوية.

Family Stress and its Relationship with both of Psychological Resilience and Future Orientation among Secondary School Students

Dr. / Hoda El Sayed Shehata El Sayed
Lecturer of Mental Health
Faculty of Education– Zagazig University

Abstract:

The current study aimed at identifying the relationship of family stress with both of psychological resilience and future orientation among secondary school students. It also aimed at knowing the differences between genders (males - females) as well as disciplines (scientific - literary) on family stress, psychological resilience and future orientation. Moreover, it aimed at revealing the dimensions of family stress predicting psychological resilience and future orientation among secondary school students. The sample consisted of (407) students of the third year of secondary school students in Zagazig (220 females - 187 males) aged between (17 -18) years old. The family stress scale (prepared by: the researcher 2022), the psychological resilience scale (prepared by: Hisham Abdullah 2022) and the future orientation scale (prepared by: Hisham Abdullah and Nafeh El-Harby 2022) were applied on the sample. The results concluded that: there is a statistically significant negative correlation between family stress scores and psychological resilience scores of the secondary school students. there is a statistically significant negative correlation between the total score of the family stress scale and the scores of future orientation scale of the secondary school students except the second dimension (motivation). There are statistically significant differences between the mean scores of the males and the females on the family stress scale in favor of the males.There are statistically significant differences between the mean scores of the males and the females on the psychological resilience scale in favor of the females.There are statistically significant

differences between the mean scores of the males and the females on each of the first, second and third dimensions of the future orientation scale (breadth, motivation and planning) in favor of the females.There are statistically significant differences between the mean scores of the scientific and literary disciplines on the personal stress in favor of the scientific discipline. There are statistically significant differences between the mean scores of the scientific and literary disciplines on the third dimension of the future orientation scale (planning) in favor of the scientific discipline. There are statistically significant differences between the mean scores of the scientific and literary disciplines on the fourth dimension of the future orientation scale (evaluation) in favor of the literary discipline. The results also indicated that we can predict the total score of psychological resilience through the scores of the dimensions of both personal stress and economic stress for secondary school students. In addition, we can predict the total score of future orientation through the scores of the dimensions of both stress with siblings and economic stress for secondary school students. The study recommends the necessity of providing counseling services for secondary school students to help them face family stress and deal with it positively. Meanwhile, it recommends providing parents with counseling programs to raise awareness of the risks and negative effect of family stress on students' future, developing students' psychological resilience through family and school support and developing a positive attitude towards future by assuring the importance of their future, making future plans and programs and implementing them.

Keywords: Family Stress, Psychological Resilience, Future Orientation, Secondary School Students.

الضغوط الأسرية وعلاقتها بكل من المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية

د/هدى السيد شحاته السيد

مدرس الصحة النفسية كلية التربية – جامعة الزقازيق

مقدمة:

إن مرحلة المراهقة من المراحل الهامة الحساسة فى حياة المراهقين حيث إنها فترة نمو سريع فى النواحى البيولوجية والمعرفية، وتغيرات فى سلوك المراهق وتفكيره واتجاهاته وانفعالاته مما يجعله فى صراع دائم مع نفسه ومع المجتمع ويمر بحالة من التخبط والحيرة والقلق حتى يصل إلى حالة التوافق الاجتماعى والنفسى، وفى هذه المرحلة يزداد قلق ومخاوف المراهق بشأن مستقبله.

وتعتبر مرحلة المراهقة نقطة تحول حاسمة فى مسار حياة المراهقين والتى يتخذ خلالها المراهقون خيارات هامة يكون لها تأثير على مستقبلهم (Gao,&Chan,2015,2).

وتتميز مرحلة المراهقة بأنها مرحلة مليئة بالتحديات، والتوترات التى يمكن أن تولد ضغوطًا وتقلل من توقعات المراهقين المستقبلية (Florencio, Silva,&Ramos,2017,61).

فيواجه طلاب المرحلة الثانوية وطلاب الثانوية العامة خاصة العديد من الصعوبات والمشكلات التى تؤدى إلى الشعوربالضغوط وإعاقة حياتهم الأكاديمية، مما يؤدى إلى معاناتهم من القلق والتوترالشديد، والاختلالات النفسية والاجتماعية (Aldhaidan,2020,163).

وأشار(Leung,&To(2009,40 إلى أن طلاب الثانوية العامة يتعرضون لعدة أنواع من الضغوط، ضغوط شخصية، وضغوط أسرية، وضغوط أكاديمية، مما يؤدى

إلى شعورهم بالخوف والإحباط، ويؤدى زيادة تعرض طلاب الثانوية العامة للضغوط إلى زيادة انتشار المشكلات النفسية لديهم كالاكتئاب، وتعاطى المخدرات، والتفكير فى الانتحار(Neeta,&Singh,2020,303).

والضغوط الأسرية لها تاثيرات سلبية على طلاب الثانوية العامة فهى تقلل من دافعية الطلبة للتعلم حيث توصلت نتائج دراسة تهانى العويوى(٢٠١٤) إلى وجود علاقة عكسية بين الضغوط الأسرية ودافعية التعلم لدى طلبة الثانوية العامة فى مدينة الجليل.

والضغوط الأسرية تؤثر سلبيا على الصحة النفسية والجسمية للمراهقين فقد أشار Kwon, &oh (2021,3, 9) إلى أن الضغوط الأسرية تثير مشاكل جسمية للأسرة بأكملها، والتى بدورها تؤثر على جهاز المناعة لديهم، وتلعب دوراً هاماً فى نقص الكفاءة الذاتية للفرد، وهى عامل مساهم فى المشاكل الاجتماعية بين المراهقين مثل الهروب من المنزل، والحمل، والإجهاض، ومشاكل إجرامية خطيرة أخرى Mustafa, (Rose,&Ishak,2020,3).

كما تؤثرالضغوط الأسرية بشكل سلبى على المرونة النفسية (Collazzoni,Imburgia,Talevi,Pacitti,Greggori,Paolo,et al,2021,255)، فقد أشار Lueger-Schuster,Weindl,kantor,Knefel,Gluck,Moy,et al.(2014,569) إلى أن التعرض لسوء المعاملة فى مرحلة الطفولة من الأسرة (الضغوط مع الوالدين) يرتبط بانخفاض المرونة النفسية، وأشار(Mesman,vreeker&Hillegers(2021,589 إلى أن سوء العلاقات الشخصية مع الوالدين(الضغوط مع الوالدين) مرتبطة بانخفاض المرونة لدى المراهقين وزيادة خطر التعرض للتنمر، كما وجد أن الضغوط الأسرية التى تتمثل فى الحياة مع أحد الوالدين دون الآخر(سواء بالانفصال أو الوفاة) مرتبط بانخفاض المرونة النفسية، وارتفاع مستويات الاكتئاب (Mesman,et al.,2021,589).

بالإضافة إلى أن المراهق الذى يعانى من ظروف اقتصادية أسرية سيئة يتسم بانخفاض المرونة النفسية، حيث أن انخفاض المستوى الاجتماعى والاقتصادى للأسرة (ضغوط اقتصادية) يؤدى إلى انخفاض المرونة لدى المراهقين (Chen,Jiang,&Liu,2021,2).

والمرونة النفسية لها أهمية كبيرة للمراهقين، فهى عملية تكيف جيدة فى مواجهة الشدائد والصدمات والتهديدات المأساوية وغيرها من المصادر الخطيرة للضغوط مثل مشكلات العلاقات الأسرية، والمشكلات الصحية الخطيرة، والمشكلات المالية(Wu,Yu,Wu,Wan,Wang,&Lu,2020,2)، وهى عامل مهم يؤدى إلى التوازن النفسى للمراهقين وتساعدهم على التخلص من التوترات والأزمات النفسية (Aldhaidan,2020,163).

كما أن المرونة النفسية من العوامل الهامة التى تتنبأ بالأداء الأكاديمى لطلاب المرحلة الثانوية (Shikha,2020,1540).

فالمرونة هى وسيلة للتعامل مع التحديات المستقبلية، وترتبط بالميل إلى التفكير فيما قد يحدث فى المستقبل، وبناء المستقبل(Maggio,Ginevra,Nota,&Soresi,2016,116)، وأشار Chen,etal.(2021,3) إلى أن المرونة النفسية مرتبطة بشكل إيجابى بالتوجه نحو المستقبل، والتوقعات الإيجابية للمستقبل.

والتوجه نحو المستقبل ذوأهمية للمراهقين ليكونوا قادرين على تحديد الأهداف والتخطيط لمستقبلهم، وتطويرسلوكيات الصحة النفسية (Rubiyanti,Jatnika,Prathama,&Agustiani,2020,781).

فالتوجه نحو المستقبل هو أفكار الفرد وخططه ودوافعه وآماله ومشاعره حول مستقبله، ويوفر التوجه الإيجابى نحو المستقبل الدافع للأفراد للوصول إلى الأهداف

الموجهة نحو المستقبل، وتحقيق أهداف الحياة بنجاح، ويلعب دوراً هاماً فى صنع واتخاذ القرار الفعال (Schmidt,Zimmerman,&Stoddard,2018,64).

ونظرا لأهمية التوجه نحو المستقبل للمراهقين حيث يعد سمة مهمة فى حياة الفرد، فالأفراد يفكرون ويتصرفون ويضعون الأهداف ويخططون ويطورون أنفسهم وهويتهم بناء على توقعاتهم للمستقبل (Turken,Nafstad,Phelps,&Blakar,2016,474)، كما أنه يرتبط بزيادة التحصيل والإنجاز الأكاديمى للمراهقين، حيث أكد Crespo,Jose,Kielpikowski,&Pryor(2013,994) أن المراهقين الأكثر توجها نحو المستقبل لديهم عزم وإصرار للوصول إلى أهدافهم ويكون أداؤهم الأكاديمى أفضل من أقرانهم .

والمستويات المرتفعة للتوجه الإيجابى نحو المستقبل تساعد فى حماية الشباب من القلق والاكتئاب (Skinner,Ciftci,Jones,Klotz,Ondruskova,Lansford,etal.,2022,2) ، وترتبط بانخفاض مستويات السلوكيات الخطرة كالمخالفات القانونية، وتعاطى المخدرات، كما يرتبط التوجه الإيجابى نحو المستقبل بنتائج نفسية واجتماعية إيجابية كالتوافق الاجتماعى، والرفاهية النفسية، والإنجازات الأكاديمية (Sulimani-Aidan, &Melkman,2021,1) .

الأمر الذى يتطلب ضرورة تنمية وتطوير التوجه نحو المستقبل لدى المراهقين نظرا لأهميته وفائدته لهم، ومن العوامل التى تؤثر فى تطويره وتنميته البيئة الأسرية والاجتماعية للمراهقين (Skinner, etal,2022,3).

فالبيئة الأسرية الغير سوية أو التى تعانى من الضغوط تؤثر سلبياً على توجه أبنائها المراهقين نحو مستقبلهم وتؤدى إلى انخفاض توجههم نحو المستقبل أو توجه

سلبى ونظرة تشاؤمية للمستقبل ، فقد أكدت نتائج دراسة Giollabhui,Nielsen,Seidman,Olino,Abramson,&Alloy (2018) أن أحداث وخبرات الطفولة المؤلمة، وأحداث الحياة السلبية التى تحدث خلال فترة المراهقة ترتبط بزيادة اليأس للمراهقين وانخفاض التوجه نحو المستقبل لديهم.

كما تؤثر الظروف الاقتصادية للأسرة فى التوجه نحو المستقبل حيث أن الوضع الاقتصادى والاجتماعى المنخفض للأسرة يرتبط بالتوجه المحدود والغيرواقعى نحو المستقبل، وقد أكد ذلك دراسة Laftman,Alm,Sandahl,&Modin(2018,63) حيث أشار إلى أن التوجه نحو المستقبل للمراهقين يختلف باختلاف الخلفية الاجتماعية والاقتصادية، فالمراهقون ذوو الطبقات الاجتماعية المنخفضة لديهم رؤية أقل إيجابية لمستقبلهم مقارنة بالمراهقين ذوى الطبقات الاجتماعية المرتفعة.

كما تؤثر الضغوط على التوقعات المستقبلية للمراهقين حيث استهدفت دراسة Florencio,et al.(2017) وصف تصورات المراهقين للضغوط التى يتعرضون لها وتوقعاتهم المستقبلية، وأجريت الدراسة على طلاب المرحلة الثانوية، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن المراهقين الذين لم يتعرضوا لأى ضغوط يتسمون بعلاقات جيدة مع أسرهم، ولديهم توقعات مستقبلية جيدة وواضحة، بينما المراهقون الذين عانوا من الضغوط أكدوا أن هذه الضغوط مرتبطة بالأسرة، وأنهم ليس لديهم توقعات للمستقبل.

وانخفاض التوجه نحو المستقبل أو التوجه السلبى والمحدود له آثاره السلبية حيث يتنبأ التوجه السلبى نحو المستقبل بالانحراف خلال فترة المراهقة (Waller,Robertson,Frick,Ray,Thornton,Wall-Mayers,et al.,2020,2434)، والتوجه المنخفض نحو المستقبل تجعل الأفراد أكثر عرضة لضغوط الحياة، وأكثر عرضة لأعراض الاكتئاب (Zheng,Lippke, Chen,Li,&Gan,2019 ,348)، كما أن انخفاضه يرتبط بالاغتراب، فقد أشارت

نتائج دراسة إبراهيم بدر(٢٠٠٣) إلى وجود علاقة دالة موجبة بين انخفاض مستوى التوجه نحو المستقبل والاغتراب والضغوط النفسية لدى كل من الذكور والإناث فى العينة المصرية.

مشكلة الدراسة:

يتعرض طلاب المرحلة الثانوية إلى عديد من الضغوط الأكاديمية نظرا لطبيعة المرحلة الدراسية الهامة ومتطلبات الدراسة الأكاديمية، وعدم قدرتهم على التكيف الإيجابى مع الأحداث السلبية، وعدم قدرتهم على مواجهة المشكلات التى تواجههم ، إلى جانب قلقهم من الامتحانات والمستقبل وخوفهم من عدم تحقيق طموحاتهم المستقبلية وأحلام الأسرة فى التفوق الدراسى، فقد أكد(Neeta,&Singh(2020,303) أن الضغوط الأكاديمية تعتبر مصدراً رئيساً للضغوط لدى العديد من طلاب المرحلة الثانوية.

وليست الضغوط الأكاديمية وحدها هى التى يعانى منها طلاب المرحلة الثانوية فهم يعانون أيضاً من ضغوط أسرية، فقد ذكرنواف الشرعة (٢٠١٦) أن طلبة المرحلة الثانوية يتعرضون لضغوط أسرية، وهناك أنواع مختلفة من الضغوط الأسرية منها الضغوط الشخصية: وهى الضغوط التى تتعلق بالنواحى النفسية والانفعالية والاكاديمية للطالب نفسه والتى يعانى منها نتيجة قلة ثقته بنفسه وبقدراته، وتدنى تقديره لذاته، ونظرته السلبية المتشائمة لمستقبله، وخوفه من الامتحانات، وقلقه حول مستقبله، وخوفه من فشله فى تحقيق حلم الأسرة فى التفوق، والمشكلات الصحية المصاحبة للدراسة والتحصيل، وهناك الضغوط مع الوالدين وهى ضغوط يتعرض لها الطالب سواء فى تعاملاته وعلاقاته مع الوالدين كتعرضه للعنف والإساءة من الوالدين، أو إهمال الوالدين له أو تجاهل الوالدين لآرائه وتعرضه للنقد المستمر منهم، أو ضغوط من خلل العلاقات الأسرية الناتجة عن سوء العلاقة بين الوالدين وكثرة المشاجرات بينهما، أوفقد أحد الوالدين بالوفاة أو انفصال الوالدين أو مرض أحد أفراد الأسرة أو غياب الأب ،

والضغوط مع الإخوة وهى: الضغوط التى يعانى منها الطالب فى علاقته مع الإخوة نتيجة سوء العلاقة بينهم أو عدم التفاهم والتوافق بينه وبين إخوته، وتعرضه للإساءة والإهانة من إخوته الأكبرسناً، والضغوط الاقتصادية وهى الضغوط التى يعانى منها الطالب والتى تتعلق بالمستوى الاقتصادى للأسرة ومستوى الدخل، وارتفاع الأسعار، والأزمات المادية التى تقف عائقًا أمام تلبية الاحتياجات الضرورية لأفراد الأسرة.

وهذه الضغوط الأسرية المختلفة لها تأثيراتها السلبية الخطيرة على صحة الطلاب النفسية والجسدية، وتؤثرسلبياً على الناحية الأكاديمية لديهم ومستقبلهم العلمى، فقد أشار Kwon,&oh(2021,3,9) إلى أن الضغط الأسرى من أقوى العوامل التى تؤدى إلى تدهور الصحة النفسية للأفراد، حيث يتسبب الضغط الأسرى فى معاناة أحد أفراد الأسرة، وخلل استقرار الأسرة، فهى تثير مشاكل جسمية للأسرة بأكملها، والتى بدورها تؤثر على جهاز المناعة لديهم، وتزيد من خطر الاصابة بالاكتئاب، كما تؤثر الضغوط الاقتصادية للأسرة على التحصيل الأكاديمى للمراهقين، ولقد أظهرت نتائج دراسة Mistry,Benner,Tan,&Kim(2009) أن الضغوط الاقتصادية للأسرة تؤثر على التحصيل الأكاديمى للمراهقين، وعلى المشاركة المدرسية، والمواقف الإيجابية حول التعلم.

كما أن هذه الضغوط الأسرية تشكل عاملًا سلبيًا على المرونة النفسية فهى تؤثر سلبيا على المرونة، حيث أشار Lueger-Schuster,&et al.(2014,569) إلى أن التعرض لسوء المعاملة من الأسرة (الضغوط مع الوالدين) يرتبط بانخفاض المرونة النفسية، كما وجد أن الضغوط الأسرية التى تتمثل فى الحياة مع أحد الوالدين دون الآخر(سواء بالانفصال أو الوفاة) مرتبطة بانخفاض المرونة النفسية، وارتفاع مستويات الاكتئاب (Mesman,et al.,2021,589) لدى المراهقين، بالإضافة إلى أن المراهق الذى يعانى من ظروف اقتصادية أسرية سيئة يتسم بانخفاض المرونة النفسية ، حيث أن انخفاض المستوى الاجتماعى والاقتصادى للأسرة يؤدى إلى انخفاض المرونة لدى المراهقين .(Chen,et al.,2021,2)

فالمرونة النفسية هى قدرة الفرد على التعافى من التجارب والخبرات السلبية والتكيف مع التغيرات البيئية، فهى مصدر نفسى هام للأفراد للتعامل مع المواقف التى تشكل ضغوطا له، وعندما يكون مستوى المرونة النفسية للفرد منخفضاً، فستكون قدرته على مواجهة والتعامل مع الضغوطات والصعوبات ضعيفة Chen,et al.,2021,2).

وانخفاض المرونة النفسية يؤثر سلبيا على الأداء الأكاديمى لطلاب المرحلة الثانوية، حيث توجد علاقة إيجابية بين المرونة والنجاح الأكاديمى لديهم، فالطلاب ذوو المستويات المرتفعة من المرونة يحصلون على درجات أكاديمية مرتفعة مقارنة بالطلاب الذين يفتقرون إلى المرونة (Mirza,&Arif,2018,35).

ولذلك لايتمكن طالب الثانوية العامة من تحقيق التفوق الأكاديمى دون امتلاك المرونة النفسية التى تمنحه القدرة على مواجهة الأزمات والعقبات التى تعترض طريقه الأكاديمى، وتساعده على التغلب على كل الصعوبات والضغوطات التى تواجهه.

والمرونة النفسية تؤثر أيضاً على توقعات وطموحات الطالب المستقبلية من خلال نظرته وتوجهه نحو المستقبل حيث أكد ذلك Chen,et al.(2021,3) بأن المرونة النفسية ترتبط بشكل إيجابى بالتوجه نحو المستقبل والتوقعات الإيجابية للمستقبل، وأشار ONeill,Clarke,Fido,&Vione(2020,1173) إلى أن المرونة النفسية ترتبط بالتوجه نحو المستقبل، والتوقعات الإيجابية للمستقبل، والأمل.

والتوجه نحو المستقبل يتضمن القدرة على التفكير فى المستقبل بشكل إيجابى، وتنمية النظرة الإيجابية، والتمتع بمزاج إيجابى بشأن المستقبل، وتحديد الأهداف المستقبلية وتطوير الاستراتيجيات لتحقيق هذه الأهداف ، فالتوجه المستقبلى هو بناء أشمل من التفاؤل والأمل Hirsch,Duberstein,Conner,Heisel,Beckman,Franus, et al.,2006,753).

والتوجه نحو المستقبل ذو أهمية للمراهقين فهوعامل وقائى يرتبط بالمرونة النفسية بين الشباب(Sulimani-Aidan,&Melkman,2021,1)، ويؤدى إلى التحصيل والإنجازالأكاديمى، فقد توصلت نتائج دراسة Hejazi, Moghadam,Naghsh,&Tarkhan(2011) إلى وجود علاقة إيجابية بين التوجه نحو المستقبل والتحصيل والإنجاز الأكاديمى لدى طالبات المرحلة الثانوية بطهران، كما يساعد التوجه نحو المستقبل على زيادة قدرة الأفراد على التعامل ومواجهة الضغوط، والتعامل مع المحن والشدائد ويؤدى إلى زيادة المرونة لديهم، وهو أيضاً عامل وقائى يساعد فى منع المشاكل السلوكية مثل تعاطى الكحول، وتعاطى المخدرات، والتدخين (Zheng,et al.,2019,342,343).

وانخفاض التوجه نحو المستقبل أو التوجه السلبى نحو المستقبل يؤثر سلبيا على المراهقين، حيث يدفعهم إلى الانخراط فى سلوكيات خطيرة تضر بقيم وسلامة وأمان المجتمع (Li,2020,1)، فهو يتنبأ بالانحراف خلال فترة المراهقة (Waller,&et al.,2020,2434)، كما أشارت نتائج دراسة Laftman,Alm,Sandahl,&Modin(2018) إلى أن الطلاب ذوى التوجه المتئشائم نحو المستقبل يقومون بالتنمر المدرسى والالكترونى، والأفراد ذوى التوجه المنخفض نحو المستقبل أكثر عرضة لضغوط الحياة، وأكثر عرضة لأعراض الاكتئاب (Zheng,et al.,2019,348)، بالإضافة إلى أن المراهقين الذين ليس لديهم توجه نحو المستقبل ينخرطون فى مجموعة من المشاكل السلوكية مثل تعاطى المخدرات(Gao,&Chan,2015,1)، ومستوى تحصيلهم وإنجازهم الأكاديمى وأدائهم المدرسى منخفض (Santilli,Ginevra,Sgaramella,Nota,Ferrari,&Soresi,2015,2)

ونتيجة للآثار السلبية التى تترتب على انخفاض التوجه نحو المستقبل أو التوجه السلبى نحو المستقبل فلابد من العمل على تنمية وتطوير التوجه نحو المستقبل لدى

المراهقين وضرورة تمتع المراهقين بتوجه إيجابى نحو المستقبل، وهناك مجموعة من العوامل التى تؤثر فى تشكيله وتطويره ومن بين هذه العوامل البيئة الأسرية والاجتماعية، حيث أشار Oshri,Duprey,Kogan,Carlson,&Liu(2018,1457) إلى أنه قد يتم تطوير وتنمية أو إعاقة التوجه نحو المستقبل من قبل البيئة الأسرية، وأن البيئة قد تضر بمستوى توجه الشباب نحو المستقبل فيتأثر التوجه نحو المستقبل بالتغيرات التى تطرأ على البيئة طوال فترة الطفولة والمراهقة.

فالوالدان وأفراد الأسرة هم الأشخاص الأكثر أهمية فى بيئة المراهق، والذين يمكنهم دعم إنجازات أبنائهم المراهقين وحياتهم المستقبلية بشكل كبير (Rarasati,Hakim,&Yuniarti,2012,1264)، كما أن أساليب تربية الوالدين تؤثر على التوجهات نحو المستقبل لدى المراهقين، حيث أن تقبل الوالدين للأبناء ومنح فرص الاستقلال لأبنائهم المراهقين يرتبط بانخراطهم فى الأفكار والسلوكيات المستقبلية، كما ارتبط التعلق والارتباط الآمن بالأم بالكفاءة الذاتية للمراهقين وتحفيزهم للانخراط فى التفكير المستقبلى، كما أن مشاركة الوالدين لأبنائهم والتنشئة الاجتماعية الوالدية حول المهن المستقبلية متنبأت قوية بتوجه قوى نحو المستقبل للمراهقين(Johnson,Blum,&Cheng,2014,461).

ويؤثر أيضاً الوالدان على توجه أبنائهم المراهقين نحو مستقبلهم من خلال الدعم الذى يقدمونه لأبنائهم، فدعم الوالدين الأكبر يرتبط بتوجه أكبر نحو المستقبل، وتفاؤل أكبر بشان المستقبل مقارنة بالمراهقين الذين يتلقون دعماً منخفضاً من والديهم (Neblett,&Cortina,2006,807).

لذلك فإن الضغوط الأسرية تقلل أو تعوق التوجه الإيجابى نحو المستقبل فقد أشار Li(2020,12) إلى أن الأزمات الاقتصادية، والمناخ الأسرى العنيف يقلل من توقعات الشباب المستقبلية والمشاعر الإيجابية تجاه المستقبل، وتؤدى إلى انخفاض التوجه نحو

المستقبل، كما أكدت نتائج دراسة Giollabhui,et al.(2018) أن أحداث وخبرات الطفولة المؤلمة، وأحداث الحياة السلبية التى تحدث خلال فترة المراهقة ترتبط بزيادة اليأس للمراهقين وانخفاض التوجه نحو المستقبل لديهم، والفقر والوضع الاقتصادى والاجتماعى المنخفض للأسرة مرتبط بتطوير توجه محدود ومتشائم نحو المستقبل لأبنائهم، كما أن الصراعات المستمرة بين أفراد الأسرة ترتبط بزيادة أعراض المرض النفسى وتؤدى إلى رؤية متشائمة للمستقبل وأفكار ومشاعر سلبية حول المستقبل وانخفاض التوجه نحو المستقبل (McCabe,&Barnett,2000-B,494)،وأظهرت نتائج دراسة(2018).Schmidt,et al أن زيادة التعرض للعنف خلال فترة المراهقة يرتبط بزيادة مستويات الضغوط للمراهقين وبالتالى نظرة سلبية للمستقبل وتوجه سلبى نحو المستقبل.

ويتضح مما سبق أن الضغوط الأسرية وهى الضغوط التى يعانى منها الطالب داخل الأسرة وتؤثر على استقرار الأسرة، وتنتج عن صراعات بين الوالدين بعضهم البعض، أوصراعات الطالب مع الأشقاء، أوصراعات الطالب مع الوالدين، أو صراعات شخصية خاصة بالطالب نفسه فى النواحى النفسية والانفعالية والأكاديمية، أو صراعات نتيجة الظروف الاقتصادية السيئة، وكل هذه الصراعات تؤدى إلى مشاعر سلبية بما فى ذلك الإحباط، والغضب، والحزن، والألم، وهذه الضغوط والمشاعر السلبية تجعل الطالب غير قادرعلى مواجهة الإحباطات والعقبات التى تعترض طريقه الأكاديمى وتمنعه من التفكير والتخطيط لمستقبله وتقلل من دافعيته نحو التفوق الأكاديمى وتعوقه من مواجهة المحن والشدائد وأحداث الحياة السلبية لأنها تؤثر سلبياً على مرونته النفسية، وتوجهه نحو مستقبله وهذه الضغوط تجعله فى دائرة التشاؤم والنظرة السلبية للمستقبل.

وبناء على ما سبق تم تحديد مشكلة الدراسة الحالية فى دراسة الضغوط الأسرية وعلاقتها بكل من المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية من خلال الإجابة عن التساؤلات التالية:

١-هل توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط الأسرية وكل من المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

٢-هل توجد فروق بين متوسطى درجات الضغوط الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغيرالنوع (ذكور-إناث)؟

٣-هل توجد فروق بين متوسطى درجات المرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغير

النوع (ذكور-إناث)؟

٤-هل توجد فروق بين متوسطى درجات التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغيرالنوع (ذكور-إناث)؟

٥-هل توجد فروق بين متوسطى درجات الضغوط الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغيرالتخصص (أدبى –علمى)؟

٦- هل توجد فروق بين متوسطى درجات المرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغيرالتخصص (أدبى –علمى)؟

٧- هل توجد فروق بين متوسطى درجات التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغيرالتخصص (أدبى –علمى)؟

٨- هل يمكن التنبؤ بالمرونة النفسية من بعض أبعاد الضغوط الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية؟

٩-هل يمكن التنبؤ بالتوجه نحو المستقبل من بعض أبعاد الضغوط الاسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

١- التعرف على طبيعة علاقة الضغوط الأسرية بكل من المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٢-التعرف على أثر(متغيرى النوع، والتخصص)على الضغوط الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٣-التعرف على أثر(متغيرى النوع ، والتخصص)على المرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٤- التعرف على أثر(متغيرى النوع ، والتخصص)على التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٥- إمكانية التنبؤ بالمرونة النفسية من بعض أبعاد الضغوط الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٦-إمكانية التنبؤ بالتوجه نحو المستقبل من بعض أبعاد الضغوط الاسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية فى جانبين هما:

أولاً: الجانب النظري:

١-قلة الدراسات العربية التى تناولت العلاقة بين الضغوط الأسرية والمرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل- فى حدود إطلاع الباحثة - ولذلك تُعد الدراسة إضافة جديدة لمثل هذه الدراسات.

٢-مما يزيد أهمية الدراسة هى أنها تقدم لفئة من فئات المجتمع (طلاب المرحلة الثانوية) وهم فى مرحلة عمرية حساسة فهم ثروة المستقبل والذين تقع علي عاتقهم مسئولية تقدم المجتمع مستقبلاً، ومعاناتهم من الضغوط الأسرية يدمر صحتهم النفسية ويعوقهم عن التوجه الإيجابى نحو مستقبلهم.

٣-تنبثق أهمية الدراسة الحالية من تناولها موضوعان من موضوعات علم النفس الإيجابى وهما المرونة النفسية، والتوجه نحو المستقبل ودورهما الإيجابى فى مساعدة

طالب المرحلة الثانوية على التعامل مع المحن والشدائد وأحداث الحياة السلبية، وزيادة قدرته على مواجهة الضغوط والتغلب عليها.

٤-معرفة علاقة الضغوط الأسرية بالمرونة النفسية، وعلاقة الضغوط الأسرية بالتوجه نحو المستقبل يثير اهتمام الباحثين وأولياء الأمور والمعلمين للوقوف على الآثار السلبية للضغوط الأسرية ودورها السلبى فى خفض المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية وخطورتها فى إعاقة تقدمه ونجاحه الأكاديمى وتحقيق أهدافه المستقبلية.

ثانياً: الجانب التطبيقى

١- الاستفادة من مقياس الضغوط الأسرية الذى قامت الباحثة بإعداده فى التعرف على مستوى الضغوط الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٢- يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية فى التخطيط لإعداد ندوات وبرامج إرشادية لتنمية التوجه الإيجابى نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٣- دراسة المرونة النفسية يعد من الدراسات المهمة والعمل على تنميتها لدى طلاب المرحلة الثانوية أمر مهم لأنها تساعدهم على مواجهة الضغوط والمشكلات والأزمات والتغلب عليها .

٤- الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية فى محاولة استخدام طرق وأساليب أكثر إيجابية ووضع برامج إرشادية لخفض الضغوط الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

مصطلحات الدراسة:

١- الضغوط الأسرية : Family Stresses

وتعرف الباحثة الضغوط الأسرية بأنها:" الضغوط التى يتعرض لها الطالب نتيجة ظروف ومشكلات تحدث داخل الأسرة، وتنقسم إلى ضغوط شخصية خاصة بالطالب نفسه يعانى منها كالقلق من المستقبل، والخوف من الفشل فى تحقيق أحلامه ، والخوف المبالغ فيه من الامتحانات، وضغوط مع الوالدين كتعرضه للعنف والإساءة من الوالدين،

أو ضغوط من خلل العلاقات الأسرية نتيجة سوء العلاقة بين الوالدين وكثرة المشاجرات بينهما، أوفقد أحد الوالدين بالوفاة أو انفصال الوالدين أو مرض أحد أفراد الأسرة أو غياب الأب، وضغوط مع الإخوة كسوء العلاقة بين الإخوة، والتعرض للإساءة من الإخوة، وعدم التفاهم والتوافق مع الإخوة، والشعور بالغيرة من الإخوة، وضغوط اقتصادية كسوء الأحوال الاقتصادية للأسرة- قلة دخل الأسرة مما يترتب على هذه الضغوط شعور الفرد بمشاعر سلبية كالضيق والتوتر والحزن أثناء تعاملاته مع الوالدين أو الإخوة ."

٢Psychological Resilience- المرونة النفسية:

ويعرف هشام عبد الله (٢٠٢٢) المرونة النفسية بأنها: قدرة وكفاءة الفرد الشخصية والاجتماعية فى التعامل مع المواقف الصعبة ، ومواجهة الضغوط والشدائد والمحن، والتغلب عليها والوصول إلى حلول لها عن طريق ثقته بنفسه وبقدراته ونظرته المتفائلة للمستقبل.

٣Future Orientation-التوجه نحو المستقبل:

عرف هشام عبد الله، ونافع الحربى (٢٠٢٢) التوجه نحو المستقبل بأنه: ارتباطات الفرد المعرفية والوجدانية والسلوكية وكذلك الدوافع المتعلقة بالمستقبل، وتشمل الأفكار والمشاعر والدوافع والخطط بشأن المستقبل. كما أن التوجه نحو المستقبل فى أبسط أشكاله هو الميل إلى الانخراط فى سلوكيات موجهة نحو المستقبل، ولكن هناك تصوراً أكثر عمقاً للتوجه المستقبلى حيث يشمل مكونات (أبعاد) وجدانية وسلوكية ومعرفية ودوافع

الإطار النظرى والدراسات السابقة:

أولا: الضغوط الأسرية

الضغوط هى استجابة أو رد فعل غير محدد من الجسم تجاه المطالب المفروضة عليه أو الأحداث المزعجة فى البيئة(Neeta,&Singh,2020,303)

وعرف كل من دعاء العدوى، وجمال أحمد، ومحمود حسين(٢٠١٨، ٢٦٩) الضغوط بأنها هى مصطلح يشير إلى عدم التوافق مع البيئة والذات ومحاولة التقليل من عدم التوافق لتجنب التوتر الانفعالي المرافق من أجل المحافظة على الإحساس بالذات و تشير إلى تغيرات داخلية أو خارجية من شأنها تؤدي الى استجابه فعالية حادة ومستمرة. وتعد مرحلة المراهقة من أكثر المراحل العمرية التي تشهد تغيرات نفسية وانفعالية وعقلية.

وتتعدد مجالات الضغوط منها الضغوط النفسية، والضغوط المهنية، والضغوط الأكاديمية (الدراسية)، والضغوط الأسرية.

وسوف تتناول الباحثة الضغوط الأسرية.

الضغوط الأسرية هى الضغوط التى تحدث فى الأسرة والناجمة عن أى أحداث أو مواقف تغير من استقرار الأسرة وتسبب التوتر (Kwon,&Oh,2021,3).

وتشير الضغوط الاسرية إلى عدم التوازن بين مطالب واحتياجات الأسرة وعدم قدرة الأسرة على تلبية هذه الاحتياجات، وتشير أيضاً إلى التغيرات فى الحياة الأسرية، وعدم التوافق بين أفراد الأسرة وبعضهم البعض (Mustafa, et al.,2020,2).

وعرفت أمينة مصطفى (٢٠١٦، ٤٧٦) الضغوط الأسرية بأنها: هى نوع من الإجهاد الأسرى الناتج عن أحداث حياتية تسبب وجود أزمات داخل المنزل كانتقال الأسرة وكثرة الرحال -غياب الأب - الوفاة- المرض فى الأسرة -عدم التوافق بين الزوجين- كثرة الخلافات - انخفاض الدخل- وهى أحداث تسبب الإحباط والغضب والاكتئاب، والتماسك الأسرى يساعد على مواجهة تلك الضغوط.

أنواع الضغوط الأسرية

وقد حددت الباحثة أنواع الضغوط الأسرية التى يعانى منها طالب المرحلة الثانوية داخل الأسرة كما يلى :

(١)الضغوط الشخصية personal stresses

و تعرف الباحثة الضغوط الشخصية إجرائيا بانها: الضغوط التى تتعلق بالنواحى النفسية والانفعالية والاكاديمية للطالب نفسه والتى يعانى منها نتيجة خوفه من الامتحانات، وقلقه حول مستقبله، وخوفه من فشله فى تحقيق حلم الأسرة فى التفوق، والمشكلات الصحية المصاحبة للدراسة والتحصيل.

وأظهرت نتائج دراسة Leung,&To(2009) أن الضغوط الشخصية من العوامل الهامة التى تؤدى إلى التنمر لدى طلاب المرحلة الثانوية.

وترتبط الضغوط الشخصية إيجابياً بعدة عوامل منها قلة الأصدقاء فى حياة الطالب، وصعوبة التواصل مع الآخرين، وانخفاض الكفاءة الذاتية لطالب الثانوية العامة (Leung,&To,2009, 34)

(٢) الضغوط مع الوالدين Stresses with parents

وتعرف الباحثة الضغوط مع الوالدين إجرائياً بأنها: ضغوط يتعرض لها الطالب سواء فى تعاملاته وعلاقاته مع الوالدين كتعرضه للعنف والإساءة من الوالدين، أو إهمال الوالدين له أو تجاهل الوالدين لآرائه وتعرضه للنقد المستمر منهم، أو ضغوط من خلل العلاقات الأسرية نتيجة سوء العلاقة بين الوالدين وكثرة المشاجرات بينهما، أوفقد أحد الوالدين بالوفاة أو انفصال الوالدين أو مرض أحد أفراد الأسرة أو غياب الأب .

وتؤثر العلاقات الأسرية المتوترة على نمو الأبناء، فالأسر التى تعانى من الاكتئاب والنزاعات والخلافات الأسرية وتتسم بنقص المودة والحب والاهتمام بأبنائهم ، والظروف الأسرية المؤلمة كالوفاة، وانفصال الوالدين كل هذه العوامل تؤدى إلى اضطرابات انفعالية للأبناء(Mustafa,et al.,2020,3).

وأشار Mughal,Ginn,Syed,Donnelly,&Benzies(2020,1) إلى أن الضغوط الوالدية تؤثر على النمو الاجتماعى والسلوكى للأبناء.

(٣)الضغوط مع الإخوة: Stresses with siblings

وتعرف الباحثة الضغوط مع الإخوة إجرائيا بانها: ضغوط يعانى منها الطالب فى علاقته مع الإخوة نتيجة سوء العلاقة بينهم أو عدم التفاهم والتوافق بينه وبين إخوته، وتعرضه للإساءة والإهانة من إخوته الأكبرسنا.

وقد أشار Thomas,Liu,&Umberson(2017,6) إلى أن العلاقات مع الأشقاء التى تتسم بالصراعات والنزاعات وعدم التفاهم ترتبط برفاهية أقل، واكتئاب شديد، وتعاطى المخدرات فى مرحلة البلوغ، كما أن العلاقات السلبية بالأشقاء تزيد من ضغوط المراهق.

(٤)الضغوط الاقتصادية : Economic Stresses

وتعرف الباحثة الضغوط الاقتصادية إجرائيا بانها : الضغوط التى يعانى منها الطالب والتى تتعلق بالمستوى الاقتصادى للأسرة ومستوى الدخل، وارتفاع الأسعار، والأزمات المادية التى تقف عائقًا أمام تلبية الاحتياجات الضرورية لأفراد الأسرة.

وقد أكد Mistry,Edward,Aprile,&Nina(2008,197) أن دخل الأسرة المنخفض وضعف الامكانيات المادية للأسرة تسبب ضغوطاً اقتصادية.

وأظهرت نتائج دراسة Mistry, et al.(2009) أن الضغوط الاقتصادية للأسرة تتنبأ بشكل قوى بأعراض الاكتئاب لدى المراهقين.

وأشار Vasquez-Echeverria,Tomas,&Cruz(2019,2) إلى أن انخفاض الوضع الاقتصادى للأسرة مرتبط بالتسرب من المدرسة، وانخفاض معدل الذكاء للأبناء.

مصادر (أسباب) الضغوط الأسرية :

١-درجة التوافق مع التغيرات فى الحياة الأسرية والعلاقات الأسرية الناتجة عن صراعات الأدوارالأسرية والأعباء تسبب ضغوطًا أسرية .

٢- الضغط الأسرى قد يكون ناجمًا عن مجموعة من المشكلات الأسرية بما فى ذلك العلاقات الأسرية، والشؤون المادية، والعلاقات المهنية، والصحة، وفقدان أحد أفراد الأسرة (Kwon, &oh,2021,2, 3).

٣-تحدث الضغوط الأسرية نتيجة الخلافات والصراعات الأسرية بين أفراد الأسرة بما فى ذلك الصراعات بين الوالدين أنفسهم، وصراعات الأشقاء، وصراعات بين الوالدين والابن، وكل هذه الصراعات تؤدى إلى مشاعر سلبية بما فى ذلك الإحباط، والغضب، والحزن، والأذى، والألم

(ustafa,et al.,2020,2).

٤-الضغوط الأسرية تنتج عن مجموعة من العوامل مثل المشاكل الاقتصادية، مشكلات الصحة الجسمية والنفسية ، وأحداث الحياة السلبية، وردود الفعل السلبية من الجيران والأصدقاء، والانتقال السكنى، وتغييرات المدرسة((Besemer,&Dennison,2018,3902.

٥-تحدث الضغوط الأسرية المزمنة نتيجة التعرض التراكمى للمخاطر الأسرية والاجتماعية وعلى سبيل المثال: طلاق الوالدين، والأم العاطلة عن العمل، قلة دخل الأسرة والفقر، عدم القدرة على تلبية الاحتياجات الأساسية، وعدم القدرة على تلبية الاحتياجات الطبية، واكتئاب الأم الشديد .(Mughal,et al., 2020,1)

الآثار المترتبة على الضغوط الأسرية :

١-الضغط الأسرى من أقوى العوامل التى تؤدى إلى تدهور الصحة النفسية للأفراد، حيث يتسبب الضغط الأسرى فى معاناة أحد أفراد الأسرة، وخلل استقرار الأسرة .

٢-يؤدى الضغط الأسرى إلى تغييرات فى الوعى الذاتى والهوية للفرد.

٣-الضغوط الأسرية تلعب دوراً هاماً فى نقص الكفاءة الذاتية للفرد.

٤-الضغوط بين أفراد الأسرة تثير مشاكل جسمية للأسرة بأكملها، والتى بدورها تؤثر على جهاز المناعة لديهم، وتزيد من خطر الاصابة بالاكتئاب (Kwon,&oh,2021,3, 9).

٥-الضغط الأسرى مصدر وعامل مساهم فى المشاكل الاجتماعية بين المراهقين مثل الهروب من المنزل، والحمل، والإجهاض، ومشاكل إجرامية خطيرة أخرى (Mustafa,et al.,2020,3).

٦-تؤدى كثرة الضغوط الأسرية إلى خلل العلاقات بين الوالدين والطفل، وتقلل من قدرة الطفل على النمو الصحى(Besemer,&Dennison,2018,3901).

٧-الضغوط الاقتصادية أحد أنواع الضغوط الأسرية تؤدى إلى زيادة الصراعات بين الوالدين، والمزاج السلبى لديهم، وزيادة أساليب المعاملة الغير سوية والعقاب لأبنائهم مما يؤدى فى النهاية إلى ضعف التوافق الاجتماعى والانفعالي للأبناء (Mistry,et al.,2008,197).

الآثار السلبية للضغوط الأسرية على طلاب المرحلة الثانوية:

١-الضغوط الأسرية تقلل من دافعية الطلبة للتعلم حيث توصلت نتائج دراسة تهانى العويوى(٢٠١٤) إلى وجود علاقة عكسية بين الضغوط الأسرية ودافعية التعلم لدى طلبة الثانوية العامة فى مدينة الجليل.

٢-الضغوط الأسرية تؤثر سلبيًا على مستوى الطموح لدى الشباب، فقد توصلت نتائج دراسة أولاد غزالة، وباهى سلامى، وبن الطاهر تيجانى (٢٠١٧) إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط الأسرية ومستوى الطموح لدى طالبات السنة الأولى بجامعة غارداية بالجزائر، فكلما زادت الضغوط الأسرية كلما قل مستوى الطموح لدى الطالبات.

٣-تؤثر الضغوط الاقتصادية للأسرة على التحصيل الأكاديمى للمراهقين.

فقد استهدفت دراسة Mistry,et al.,(2009) دراسة الطرق التى تؤثر بها الضغوط الاقتصادية للأسرة على النتائج التعليمية والاكاديمية لدى عينة من المراهقين الصينين، وأظهرت النتائج أن الضغوط الاقتصادية للأسرة تؤثر على التحصيل الأكاديمى للمراهقين، وعلى المشاركة المدرسية، والمواقف الإيجابية حول التعلم.

العوامل المؤثرة فى الضغوط الأسرية:

١-المناخ الأسرى

فقد توصلت نتائج دراسة رجاح بوروبى، فطيمة شعلال(٢٠١٩) إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين المناخ الأسرى والضغوط الأسرية لدى الطالبات المقيمات بالإقامة الجامعية، أى أنه كلما كان المناخ الأسرى الذى تعيش فيه الطالبات المقيمات بالإقامة الجامعية غير سوى كلما عانت من الضغوط الأسرية.

٢-التغيرات فى الأدوار الأسرية، والصراعات الأسرية:

حيث أشار Khon,&Oh (2021,9) إلى أن زيادة الضغوط الأسرية يتأثر بالتغيرات فى الأدوار الأسرية، والصراعات الأسرية، والتغيرات الاقتصادية والاجتماعية.

٣- الدعم الأسرى

تلقى الدعم الأسرى من أفراد الأسرة يعتبر وسيلة فعالة للتقليل أو التخفيف من الضغوط الأسرية(Kwon,&oh,2021 ,9) .

ويتضح مماسبق أن للضغوط الأسرية آثارًا سلبية على المراهقين بصفة عامة وطلاب الثانوية العامة بصفة خاصة حيث أنها تسبب خللًا وعدم استقرار للأسرة نتيجة للصراعات والخلافات الأسرية بين أفرادها وينتج عنها المشاعر السلبية الذى يسيطر على أفرادها كالغضب والحزن والألم والاكتئاب والإحباط والتشاؤم مما يؤثرعلى سلوكياتهم وصحتهم النفسية والجسمية وعلى مستقبلهم الدراسى.

بعض النماذج المفسرة للضغوط الأسرية:

نموذج الضغوط الاقتصادية لكونجير، وإيلدر **(**Conger,Elder(1994**:**

يفترض النموذج إن إدراك الوالدين بضعف الدخل والإمكانات المادية للأسرة يؤثر بشكل كبير على التوافق السلوكى للأبناء، وبشكل أكثر تحديداً يربط النموذج دخل الأسرة بتوافق الأبناء من خلال سلسلة من المتغيرات الوسيطة: فانخفاض دخل الأسرة وسوء الظروف المالية تسبب وتخلق ضغوط اقتصادية للأسرة(أى المعاناة النفسية المرتبطة بعدم القدرة على تحمل تكاليف المعيشة من سلع وخدمات)، وزيادة الضغوط الاقتصادية ترتبط بتدهور الصحة النفسية للوالدين وزيادة مستوى الصراعات والخلافات بين الوالدين وتسبب سوء الحالة المزاجية لهم الأمرالذى يؤدى إلى انخفاض مستويات مشاركتهم وتربيتهم للأبناء، واستخدامهم أساليب تنشئة غير سوية مثل الاسلوب العقابى والقهرى والتى تؤدى إلى سوء التوافق الاجتماعى والانفعالى للأبناء، وبالتالى أظهر النموذج بشكل موثوق العلاقة الوسيطة بين الدخل ورفاهية الأسرة والأبناء.

ولقد عرف نموذج الضغوط الاقتصادية للأسرة الضغط الاقتصادى على أنه" عدم القدرة على تلبية وتوفير الاحتياجات الأساسية بشكل كافٍ مثل الغذاء، والملابس، والإيجار".(Mistry,et al.,2008,197)

ثانياً: المرونة النفسية.

المرونة النفسية هى قدرة الفرد التى تمكنه من التغلب على الصعوبات التى يواجهها فى تحقيق الأهداف الأكاديمية أو الشخصية أو المهنية (Shikha,2020,1539)

كما عرف Aldhaidan(2020,162) المرونة النفسية بأنها: هى أساليب وطرق الفرد فى البقاء على قيد الحياة أثناء الأزمات، وثقة الفرد فى قدرته على التغلب على الشدائد والمحن، وطرق التعامل بشكل فعال فى مواجهة التحديات والمواقف الصعبة والخطيرة.

كما ذكرت نعمات قاسم (٢٠١٨، ٦٨٠) أن المرونة النفسية تعنى قدرة الفرد على التعامل مع الضغوط والمواقف الصعبة، ومواجهة الأزمات والشدائد والمحن بفاعلية والتصدى لها، وقدرته على استعادة الوضع النفسى السابق بعد الأزمة التى يمر بها.

أهمية المرونة النفسية :

١-هى سمة ضرورية للنجاح الأكاديمى، وهى من العوامل الهامة التى تتنبأ بالأداء الأكاديمى لطلاب المرحلة الثانوية (Shikha,2020,1540).

٢- هى عامل مهم يؤدى إلى التوازن النفسى وتساعد المراهقين على التخلص من التوترات والأزمات النفسية (Aldhaidan,2020,163).

٣- المرونة النفسية تمنع تطورالاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب .

٤-المرونة النفسية تحمى الفرد ضد الألم والمحن الجسدية والنفسية لأنها تؤدى إلى ظروف جسدية ونفسية واجتماعية إيجابية فهى تسهل التعافى والشفاء بعد الإصابة بمرض، أوفقدان عزيز(Kapikiran,&Acun-Kapikiran,2016,2089).

٥-المرونة النفسية تخفف من المشاعر السلبية للضغوط، وتساهم فى تحسين شعورالطلاب بالرفاهية وتمكنهم من التعامل بشكل أفضل مع أحداث الحياة السلبية الضاغطة (Wu,et al.,2020,2).

٦-تعتبر المرونة النفسية من المتغيرات المهمة التى تساهم فى تعزيز الجوانب الوقائية بما يهدف إلى الحد من مستوى الضغوط النفسية، وتنمية مظاهر الصحة النفسية الإيجابية لدى المراهقين (محمد المنتشرى، ٢٠٢٠، ١٩٠)

العلاقة بين المرونة النفسية والصحة النفسية:

ترتبط المرونة ارتباطاً وثيقاً بالصحة النفسية لدى الأطفال والمراهقين (Mesman,et al.,2021,586)

١-توجد علاقة بين المرونة النفسية والطمأنينة النفسية والتفاؤل:

حيث أظهرت نتائج دراسة Aldhaidan(2020) التى هدفت بحث الإسهام النسبى للطمأنينة الانفعالية والتفاؤل فى التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية وكلا من الطمأنينة النفسية والتفاؤل لدى طلاب المرحلة الثانوية، وأن كلا من الطمأنينة النفسية والتفاؤل ساهمت فى التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٢-توجد علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وتقدير الذات، وتوجد علاقة سلبية بين المرونة النفسية والاكتئاب(Kapikiran,&Acun-Kapikiran,2016,2100).

٣-انخفاض المرونة النفسية مرتبط بعدد من مشكلات الصحة النفسية مثل القلق والتوتر والضغوط (Wu,et al.,2020,2).

٤-ترتبط المرونة بشكل إيجابى بالرفاهية النفسية، والكفاءة الذاتية، والقدرة على التعامل مع الضغوط، وغياب الأمراض النفسية.

٥- ترتبط المرونة النفسية بالأمل، والتوجه نحو المستقبل، والتوقعات الإيجابية للمستقبل (ONeill, et al.,2020,1172,1173)

٦-ترتبط المرونة ارتباطاً إيجابياً بالرضاعن الحياة، والانفعالات الإيجابية(Wu,Sang,Zhang,&Margraf,2020,1).

٧- أظهرت نتائج دراسة أسماء صميدة(٢٠١٩) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية والتدفق النفسى لدى عينة من المراهقين.

٨-أشارت نتائج دراسة منار الشمرى(٢٠٢١) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية والكفاءة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة حائل.

٩-توصلت نتائج دراسة أمانى عبد التواب(٢٠١٨) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المرونة النفسية والمثابرة الأكاديمية لدى طالبات المرحلة الثانوية.

١٠- توجد علاقة بين المرونة النفسية والتشاؤم.

فقد أشار Maggio,Ginevra,Nota,&Soresi(2016,120) إلى أن المرونة النفسية ترتبط سلبياً بالتشاؤم.

سمات الأفراد ذوى المرونة النفسية:

١-الأفراد المرنون يحافظون على نموهم وتطورهم برغم كل الظروف البيئية الصعبة وضغوطات الحياة.

٢-الأفراد ذوو المرونة النفسية يواجهون مشاكلهم بدلاً من تجنبها ، فهم يواجهون ويتعاملون مع مشاكلهم من خلال تقديم حلول إيجابية فعالة(Kapikiran,&Acun-Kapikiran,2016,2089).

٣- الأفراد ذوو المرونة النفسية لديهم نهج وأسلوب تعامل يتسم بالتفاؤل والنشاط والحيوية ، ويتسمون بالفضول وحب الاستطلاع والانفتاح على التجارب الجديدة، والإيجابية المرتفعة.

٤-يقوم الأفراد ذوو المرونة النفسية المرتفعة بتنمية عواطفهم الإيجابية من خلال إثارة المشاعر الإيجابية عن طريق استخدام الفكاهة وتقنيات الاسترخاء، والتفكير بتفاؤل .

٥-الأفراد ذوو المرونة النفسية هم أفراد يتسمون بالذكاء الوجدانى، ويستخدمون المشاعر الإيجابية لصالحهم لتحقيق نتائج مفيدة فى مواجهة المحن والأزمات (Magnano,Craparo,&Paolillo,2016,11,15).

٦-الأفراد المرنون نفسياً يعانون بدرجة أقل من أعراض الاكتئاب (Kapikiran,&Acun-Kapikiran,2016,2100)

٧-الشخصية المرنة نفسياً تتسم بكل من تقبل النقد دون حرج، العفو، الصبر والمثابرة، تكوين الصداقات، التمتع بصحة نفسية (فوقية رضوان، ٢٠١٥، ٤).

٨-الأفراد ذوو المرونة النفسية يتمتعون بمهارات تواصل جيدة، والقدرة على تحديد الأهداف والسعى لإنجازها، والتكيف الإيجابى مع الأحداث الضاغطة، والقدرة على استعادة التوازن النفسى بعد المحن (أمانى عبد التواب، ٢٠١٨، ٣٥٠).

العوامل المؤثرة فى المرونة النفسية:

١-تلعب الصحة النفسية، والدعم الاجتماعى دورًا رئيسًا فى تنمية المرونة بين الطلاب.

٢- كل من الأهداف التعليمية المرتفعة، والكفاءة الذاتية المرتفعة لهم دور هام فى تحديد مستوى مرونة الأفراد(Shikha,2020,1539).

٣-الدعم والرعاية والتوجيه من الأسرة عامل هام فى تنمية المرونة :

حيث أشار Mwangi,Ireri,&Mwaniki(2017,3) إلى أنه إذا تلقى الطلاب الدعم والتوجيه والرعاية من الأسرة وكانت نماذج أدوارالبالغين إيجابية فسيصبحون أكثر مرونة، أما إذا لم يحصل الطالب على الدعم الكافى من الأسرة والمدرسة والدعم من الأقران والمجتمع، وكانت نماذج أدوار البالغين غائبة أو سلبية يصبح الفرد أقل مرونة.

٤-العلاقات والتفاعلات الإيجابية بين الوالدين والابن ، والتماسك الأسرى يساهم فى تنمية المرونة (Khan,&Deb,2021,1)، وأشار(Mesman,et al.(2021,589 إلى أن العلاقات الشخصية الجيدة بين الوالدين والمراهق ترتبط بمستويات مرتفعة من المرونة النفسية، وأعراض اكتئاب أقل، بينما سوء العلاقات الشخصية مع الوالدين وزملاء الدراسة والمعلمين مرتبطة بانخفاض المرونة لدى المراهقين وزيادة خطر التعرض للتنمر

٥-يمكن التنبؤ بالمرونة النفسية للمراهقين من خلال الجنس:

فقد أشار Aldhaidan(2020,163) إلى أن المراهقين الذكورأكثر مرونة من الإناث.

٦- التفاؤل عامل هام يساهم فى المرونة فهو أحد أهم جوانب وعناصر تنمية المرونة، كما أن التفاؤل يتنبأ بالمرونة النفسية حيث أن الطلاب الذين لديهم توقعات إيجابية بشأن

مستقبلهم سوف يواجهون الشدائد والمحن بطريقة أكثر إيجابية وفعالية(Gomez-Molinero,Zayas,Ruiz-Gonzalez,&Guil,2018,151).

٧-الذكاء الوجدانى شرط أساسى لامتلاك الفرد المرونة النفسية Magnano,et al.,2016,15).

٨-مستوى التعليم، والتعرض للإساءة فى مرحلة الطفولة عوامل هامة تؤثر فى المرونة:

حيث أن انخفاض مستوى تعليم الفرد، وتعرض الفرد لسوء المعاملة فى مرحلة الطفولة مرتبطة بانخفاض المرونة للفرد (Lueger-Schuster,et al.,2014,569).

٩- الحياة مع أحد الوالدين فقط دون الآخرسواء نتيجة للانفصال أو الوفاة مرتبط بانخفاض المرونة النفسية والتى بدورها ترتبط بمستويات مرتفعة من الاكتئاب(Mesman,et al.,2021,589).

١٠-تلعب الخصائص الشخصية دورا هاما فى مرونة المراهقين (Zinn,Huntley,&Keating,2020,63).

١١-توجد مجموعة من العوامل مثل المهارات الشخصية، والمهارات الاجتماعية، والتواصل والارتباط مع البيئة المدرسية، ومرونة الوالدين، والتوجه نحو الهدف مرتبطة بالمرونة .(Mesman,et al.,2021,590)

ولقد أكد Jowkar,Kohoulat,&Zakeri(2011,87) على أن هناك أربع مجموعات تساعد على تعزيز المرونة:

المجموعة الأولى: تتكون من الخصائص الشخصية وتشمل معدل ذكاء متوسط إلى مرتفع، وضبط النفس، ومفهوم ذات مرتفع.

المجموعة الثانية : تتعلق بالتماسك الأسرى، وتوفر الرعاية.

المجموعة الثالثة: عوامل الدعم خارج الأسرة مثل المؤسسات المجتمعية، ودور العبادة كالكنائس.

المجموعة الرابعة: تأثير المدارس والمعلمين.

ولكن أشار إلى أن العوامل الأسرية أحد العوامل الفعالة فى تنمية المرونة.

النظريات المفسرة للمرونة النفسية:

١-نظرية التحليل النفسى لسيجموند فرويد : يرى فرويد فى الشخصية ثلاث قوى هى : (١) الهو وهى تشير إلى الدوافع الفطرية، التى يولد الفرد مزوداً بها، وتتضمن غريزتين الجنس والعدوان، (٢) الأنا وهى الجانب الواعى من الشخصية والذى يوجه الإنسان نحو السلوك السليم القائم على المتطق والعقل ومبدأ الواقع، (٣) الأنا الأعلى وهى وظيفة الرقابة والردع، وهى تشير إلى المثل العليا والقيم الخلقية السائدة فى الجماعة، لذا يرى فرويد أن قدرة الفرد على مواجهة الشدائد والظروف الصعبة والمحن مرهون بقوة "الأنا " وقدرتها ونجاحها على إحداث التوازن والتوفيق بين متطلبات الهووالأنا الأعلى لأنها تخضع لمبدأ الواقع، ووظيفتها حل الصراع بين الحاجات المتعارضة للفرد والدفاع عن الشخصية والعمل على توافقها مع البيئة (محمد القللى، ٢٠١٦، ٢٤٩)، لذلك فالأشخاص الذين يتمتعون بمستويات عالية من المرونة النفسية هم أكثر نجاحاً فى مواجهة المواقف العصيبة، وأكثر فاعلية فى التعامل مع الإجهاد والمشقة، بالمقابل فإن الأفراد الذين لديهم مستويات أقل من المرونة النفسية هم عرضة للإصابة بالأمراض النفسية كالاكتئاب والقلق (محمد المنتشرى، ٢٠٢٠، ٢٠٢).

٢-نموذج ريتشادسون Richardson(2002) يرى ريتشادسون أن المرونة تتركز فى عمليات المواجهة الإيجابية بين الحدث الضاغط والمواجهة الإيجابية والتى تستمد نجاحها من عوامل الوقاية الموجودة ضمن البناء النفسى للفرد، فعند حدوث الموقف الضاغط تقوم عمليات المواجهة بتوظيف عمليات الوقاية وإظهارها وتفعيلها لإحداث عمليات المواجهة الإيجابية. وعند وقوع الضغوط أو المحن أثناء الحياة والتى يزداد تأثيرها من خلال إدراك الفرد لهذه الأحداث سواء أكانت داخلية أو خارجية متمثلة فى اجترار الفرد للأفكار والمشاعر السلبية وبالتالى فإنها تؤثر على حالة التوازن النفسى التى يعيشها،

وإذا استطاع الفرد الخروج من هذه الظروف الضاغطة بنجاح فإن ذلك يساعد على دعم التوازن النفسى وتقوية المرونة الإيجابية لدى الفرد(نعمات قاسم، ٢٠١٨، ٦٨٦).

ثالثاً: التوجه نحو المستقبل

التوجه نحو المستقبل هو بناء متعدد الأبعاد يشتمل على مكونات معرفية وعاطفية وتحفيزية، بما فى ذلك القدرة على تخيل وتصور ظروف الحياة المستقبلية للفرد (التوقعات المستقبلية إلى أى مدى يكون الفرد متفائلاً أو متشائماً بشأن المستقبل أى المشاعر تجاه المستقبل)، ومدى انخراط الفرد فى تحديد الأهداف أو التخطيط المستقبلى (Li,2020,2).

كما عرف(Shoshana(2020,2 التوجه نحو المستقبل بأنه" مجموعة من الصور حول المستقبل التى يطورها الأفراد عن أنفسهم ويعبرون عنها من خلال الآمال والاهتمامات بشأن مجالات الحياة المختلفة مثل التعليم، والمهنة، والأسرة، والتوجه المستقبلى هو أحد مكونات مفهوم الذات للأفراد.

يتضمن التوجه نحو المستقبل القدرة على التفكير فى المستقبل بشكل إيجابى، وتنمية النظرة الإيجابية، والتمتع بمزاج إيجابى بشأن المستقبل، وتحديد الأهداف المستقبلية وتطوير الاستراتيجيات لتحقيق هذه الأهداف، فالتوجه المستقبلى هو بناء أشمل من التفاؤل والأمل

Hirsch,Duberstein,Conner,Heisel,Beckman,Franus,et .(al.,2006,753)

ويتضمن التوجه نحو المستقبل وفقاً لنورمى ثلاث عمليات هى: التحفيز، والتخطيط، والتقييم. أولاً: يضع الشباب أهدافاً بناء على قيمهم وتوقعاتهم للمستقبل، بعد ذلك يرسمون طرقاً لتحقيق هذه الأهداف والوصول إليها، وأخيراً يقومون بتقييم إمكانية تحقيق أهدافهم وأحلامهم وتحقيق خططهم (Turken,Nafstad,Phelps,&Blakar,2016,474).

يشمل التوجه نحو المستقبل مكونا معرفياً ومكونًا تحفيزيا ومكونًا عاطفيا، فالمكون المعرفى يهتم بالحكم على الأسباب الداخلية مقابل الأسباب الخارجية للأحداث المستقبلية:أى أسئلة قد تطرح إلى أى مدى يعتقد الفرد أنه العامل الأساسى فى مستقبله، وما إذا كان الفرد يتوقع قوى خارجية عن ذاته مثل الله أو القدر أو الحظ لتكون هى المسيطرة والمتحكمة فى الأمور، ويمكن أن يشتمل المكون المعرفى على أسئلة حول امتداد منظور المرء الزمنى إلى المستقبل، أما المكون التحفيزى يشتمل على القيم المدركة فى المجالات المستقبلية أى أسئلة حول مدى أهمية اعتقاد الفرد بالتعليم العالى، والوظيفة ذات الأجر الجيد أو إنجاب أطفال من أجل مستقبل شخصى جيد، بينما المكون العاطفى يتعلق بمشاعر الفرد من حيث التفاؤل أو التشاؤم فيما يتعلق بالمستقبل(Alm,&Laftman,2016,325).

وهناك نوعان من التوجه نحو المستقبل:

(أ)توجه سلبى أو منخفض نحو المستقبل:

هو نظرة متشائمة للمستقبل تنظر للنتائج السلبية على أنها نتائج حتمية لا مفر منها، وتنظر للنتائج الإيجابية على أنها غير قابلة للتحقيق، ويزيد التوجه السلبى أو المنخفض نحو المستقبل من الانحراف، وتعاطى المخدرات، والمخاطر الجنسية وغيرها من المشاكل السلوكية بين المراهقين.

(ب) توجه إيجابى أو مرتفع نحو المستقبل:

يرتبط التوجه الإيجابى أو المرتفع نحو المستقبل بتعزيز الصحة السلوكية وتقليل السلوكيات المحفوفة بالمخاطر، ويرتبط بانخفاض الانحراف وتعاطى المخدرات (Marotta,&Voisin,2020,842).

أهمية (فؤائد) التوجه نحو المستقبل:

١-تساعد المستويات المرتفعة للتوجه نحو المستقبل فى حماية الشباب من القلق والاكتئاب(Skinner,etal.,2022,2).

٢-التوجه الإيجابى نحو المستقبل هوعامل وقائى يرتبط بالمرونة النفسية بين الشباب(Sulimani-Aidan,&Melkman,2021,1)

٣-يرتبط التوجه نحو المستقبل بشكل إيجابى بالنجاح فى المستقبل .(Chen,&Kruger,2017,131)

٤- التوجه نحو المستقبل يعمل على منع الآثار النفسية السلبية الناتجة عن التعرض لمحن وصدمات الطفولة، فهو يرتبط عكسيا بأشكال العنف المختلفة سواء العنف بين الشباب، العنف المجتمعى، والعنف الجنسى، كما يرتبط عكسيا بالتنمر، والانحراف .(Khetarpal,Szoko,Ragavan,&Culyba,2021,288, 290)

٥- التوجه نحو المستقبل يؤدى إلى التحصيل والإنجازالأكاديمى، فقد توصلت نتائج دراسة (2011) .Hejazi,et al إلى وجود علاقة إيجابية بين التوجه نحو المستقبل والتحصيل والإنجاز الأكاديمى لدى طالبات المرحلة الثانوية بطهران.

٦-التوجه المرتفع نحو المستقبل يرتبط بتحسين الأداء المدرسى، وزيادة المرونة ضد أعراض الانتحار (Giollabhui,et al, 2018, 2132).

٧- يساعد التوجه نحو المستقبل على زيادة قدرة الأفراد على التعامل ومواجهة الضغوط، والتعامل مع المحن والشدائد ويؤدى إلى زيادة المرونة لديهم.

٨-التوجه نحو المستقبل هو عامل وقائى يساعد فى منع المشاكل السلوكية مثل تعاطى الكحول، وتعاطى المخدرات، والتدخين (Zheng,et al.,2019,342,343).

٩-التوجه المتفائل نحو المستقبل يؤدى إلى تحفيز السلوكيات التى تمكن المراهقين من تحقيق أهدافهم من خلال حل المشكلات، أو تحمل الإحباطات، أو الحفاظ على المرونة لديهم، كما يساعد وجود توجه إيجابى أو متفائل نحو المستقبل المراهقين على اتخاذ القرارات أثناء استعدادهم لمرحلة البلوغ .(Neblett, &Cortina,2006,797)

١٠-التوجه نحو المستقبل يرتبط بتقليل مخاطر سوء التوافق فى مرحلة المراهقة .(Cui,Oshri,Liu,Smith,&Kogan,2020,2075)

الفرق بين التوجه نحو المستقبل وقلق المستقبل:

يعد مفهوم التوجه نحو المستقبل وثيق الصلة بقلق المستقبل فهما على طرفى متصل، فبقدر ما يكون قلق المستقبل حافزاً على الإنجاز فإنه يقترب من التوجه نحو المستقبل، وبقدر ما ينخفض مستوى التوجه نحو المستقبل لدى الفرد فإنه يعبرعن قلقه تجاه هذا المستقبل ودفاعه ضد هذا القلق(هبة محمد، ٢٠١٠، ٣٣٦).

تطور التوجه نحو المستقبل خلال فترة المراهقة:

فترة المراهقة هى الفترة التى يتطور فيها التوجه نحو المستقبل بسرعة، وتصبح الخطط المستقبلية مفصلة بشكل متزايد، حيث يبدأ الشباب فى إجراء تقييمات أكثرواقعية لمستقبله للوصول إلى الأهداف المستقبلية بما فى ذلك القرارات الحاسمة المتعلقة بالتعليم والمهنة، وإن الشعور بالأمل بالمستقبل يمكن أن يسهل التطور الإيجابى والانتقال الناجح للتوجه نحو المستقبل إلى مرحلة البلوغ.

ويتم تعلم التوقعات حول المستقبل فى سن مبكرة من خلال الثقافة والدين والطبقة الاجتماعية والتعليم والأسرة، حيث يمكن تعلم الشعور بالأمل حول مستقبل الفرد من خلال التفاعلات الاجتماعية والبيئات المادية أثناء الطفولة والمراهقة المبكرة (Stoddard,Zimmerman,& Bauermeister,2011,239).

العوامل المؤثرة فى تشكيل وتنمية التوجه نحو المستقبل:

يتشكل التوجه نحو المستقبل من خلال كل من السمات الشخصية وجوانب التنشئة فى تاريخ حياة الفرد، ويؤثر هذا التوجه على كيفية إعداد الأفراد لحياتهم من أجل تحقيق أهدافهم (Rarasati,et al.,2012,1264)

١-البيئة الأسرية والاجتماعية للمراهقين تؤثرفى تطويروتنمية التوجه نحو المستقبل لديهم (Skinner,etal.,2022,3)، حيث أكدت نتائج دراسة Giollabhui,et al. (2018) أن أحداث وخبرات الطفولة المؤلمة، وأحداث الحياة السلبية التى تحدث خلال فترة المراهقة ترتبط بزيادة اليأس للمراهقين وانخفاض التوجه نحو المستقبل لديهم.

كما أشار Stoddard,et al.(2011,239) إلى أن العوامل البيئية مثل العنف والفقر تحد وتقلل من قدرة المراهق على التفكير فى المستقبل وتعيق نمو الأمل فى المستقبل، فالفقر يؤثر سلباً على قدرة المراهق على التفكير فى مستقبله مما يؤدى إلى الشعور باليأس، والحياة داخل مجتمع عنيف لاتزرع فى المراهق الثقة والأمل بالمستقبل، فلا يتمكن المراهقون الذين ينشأون فى بيئات عنيفة من رؤية مستقبل لأنفسهم ويعتقدون أن خيارهم الوحيد هو حياة يسودها العنف ويؤدى هذا إلى شعورهم باليأس تجاه أنفسهم ومستقبلهم.

٢-تعتبر سمات الشخصية كالذكاء الوجدانى مصدرًا هامًا يزيد من التوجه نحو المستقبل (Cabras,Mondo,Diana,&Sechi,2020,1).

٣-التدين والروحانيات عامل مؤثر على التوجه نحو المستقبل:

فقد أظهرت نتائج دراسة Rehman,Haider,&Kashif (2019) أن التدين والروحانيات لدى طلاب المدارس الثانوية فى ولاية البنجاب له تأثير كبير على توجهاتهم نحو المستقبل.

٤- الدعم الأسرى والدعم من الأصدقاء عوامل تؤثرعلى التوجه الإيجابى نحو المستقبل (Shoshana,2020,2)، حيث أن دعم الوالدين لأبنائهم المراهقين يرتبط بتوجهات أكثر إيجابية نحو المستقبل، ووجود تفاؤل مرتفع بين المراهقين الذين يتلقون دعما أكبر من والديهم، بينما المراهقون الذين يتلقون دعماً منخفضاً من والديهم يكونون أقل أملاً وتفاؤلاً بالمستقبل .(Neblett,&Cortina,2006,797,807)

٥-تؤثر الظروف الاقتصادية للأسرة فى التوجه نحو المستقبل حيث أن الوضع الاقتصادى والاجتماعى المنخفض للأسرة يرتبط بالتوجه المحدود والغيرواقعى نحو المستقبل، وقد أكد ذلك Alm,Laftman,Sandahl,&Modin(2019,63) حيث أشار إلى أن التوجه نحو المستقبل للمراهقين يختلف باختلاف الخلفية الاجتماعية

والاقتصادية، فالمراهقون ذوو الطبقات الاجتماعية المنخفضة لديهم رؤية أقل إيجابية لمستقبلهم مقارنة بالمراهقين ذوى الطبقات الاجتماعية المرتفعة.

٦-تؤثر الأسرة سواء الوالدين أو أفراد الأسرة على التوجه نحو المستقبل لأبنائها من خلال مجموعة من الآليات بما فى ذلك التنشئة الاجتماعية، ووضع معايير للإنجاز والتحصيل الأكاديمى، ونقل توقعات الأسرة لأبنائها(Mccabe,&Barnett,2000-A,64).

٧-تعاطى الوالدين الكحوليات يؤثر سلبياً على التوجه نحو المستقبل لأبنائهم المراهقين ، حيث أن الوالدين مدمنى الكحوليات يتسببون فى التوجه المحدود لأبنائهم نحو المستقبل ،وتعرضهم لخطر سوء التوافق الاجتماعى، وتدنى تقدير الذات، وإدمان الكحول.

٨-نقص الدعم التعليمى من المعلمين يساهم فى التوجه المحدود للمراهقين نحو المستقبل حيث ينظر الطلاب للمعلمين على أنهم غير مقبولين، وسبب لإهانتهم وإذلالهم، ومثبطين لهم.

٩-العلاقة بين المعلم والمتعلم، واتجاهات المعلم لها أهمية حيوية فى التعلم الفعال وتطوير وتنمية التوجه نحو المستقبل، كما أن نقل المعلمين توقعاتهم المرتفعة بطلابهم للطلاب، ونقل إيمانهم وثقتهم بقدرات وطموحات طلابهم يساعد على تعزيز التوجه الإيجابى نحو المستقبل لدى هؤلاء المراهقين

١٠-نقص الحب والعطف من الوالدين، ونقص رقابة الوالدين لأبنائهم المراهقين يساهم فى محدودية التوجه نحو المستقبل للمراهقين.

١١-تساهم عدة عوامل مثل رفض الذات، واليأس، والصراعات التى يعانى منها المراهق فى التوجه السلبي والمنخفض نحو المستقبل لديه(Mazibuko,&Tlale,2014-A,244, 245).

١٢-ارتفاع المستوى التعليمى للوالدين مرتبط بزيادة التوجه التعليمى والوظيفى لأبنائهم المراهقين .

١٣-أساليب تربية الوالدين تؤثر على التوجهات نحو المستقبل لدى المراهقين، حيث أن تقبل الوالدين للأبناء ومنح فرص الاستقلال لأبنائهم المراهقين يرتبط بانخراطهم فى الأفكار والسلوكيات المستقبلية، كما ارتبط التعلق والارتباط الآمن بالأم بالكفاءة الذاتية للمراهقين وتحفيزهم للانخراط فى التفكير المستقبلى، كما أن مشاركة الوالدين لأبنائهم والتنشئة الاجتماعية الوالدية حول المهن المستقبلية متنبأت قوية بتوجه قوى نحو المستقبل للمراهقين (Johnson,et al. ,2014,461) .

١٤-العوامل الخاصة بالبيئة المدرسية تؤثر فى تشكيل التوجه نحو المستقبل لدى المراهقين.

فقد استهدفت دراسة Alm,et al.(2019) بحث العلاقة بين ثلاث سمات لفعالية وتأثير المدرسة وهى(القيادة المدرسية، تعاون المعلمين وتوافق الآراء بينهم، وروح المدرسة وعلاقتها مع الطلاب) على التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المدارس الثانوية فى ستوكهولم بالسويد، وأشارت النتائج إلى أن تقييمات المعلمين المرتفعة للقيادة المدرسية وروح المدرسة ترتبط بزيادة التوجه المتفائل نحو المستقبل لدى الطلاب، كما أظهرت النتائج أن البيئة المدرسية تساهم فى تشكيل معتقدات الطلاب حول مستقبلهم، وأن تحسين سمات المدرسة وسيلة فعالة لتعزيز آفاق مستقبلية أكثر إشراقاً وإيجابية للطلاب من خلال العلاقات الجيدة بين المعلمين، والطلاب، والتحفيز والإنجاز الأكاديمى، والعلاقات الجيدة بين الطالب والمعلم تعزز التوجه نحو المستقبل للطلاب.

١٥- قد يكون للأقران دور هام فى التوجه نحو المستقبل للمراهق، فنوع جماعة الأقران التى ينتمي إليها المراهق تحدد طبيعة التوجه المستقبلي بالنسبة لهم، فإذا كان التوجه المستقبلي لمجموعة الأقران متقائلا وموجها نحو الهدف فسيكون لدى المراهق آراء متفائلة حول المستقبل، والمراهقون متعاطوالمخدرات سوف ينضمون إلى جماعة أقران لديها عادات مماثلة لهم وتتعاطى المخدرات أيضاً للحفاظ على هذه العادة وبالتالي ترسم

جماعة الأقران صورة تشاؤمية كئيبة عن المستقبل-(Mazibuko,&Tlale,2014 B,74,75).

١٦-مفهوم الذات السلبى يؤثر على التوجه نحو المستقبل للمراهق، فقد أشار Mazibuko,&Tlale(2014-B,76) إلى أن المراهقين ذوى مفهوم الذات السلبى يكون لديهم نظرة سلبية للمستقبل، ويقومون بإحباط وإعاقة توجههم نجو المستقبل.

١٧- الدافعية أحد السمات التى تؤثرعلى التوجه نحو المستقبل للمراهقين حيث توجد علاقة بين التوجه نحو المستقبل والدافعية والتى تتضمن نتائج إكاديمية إيجابية، فالشباب المتحمسون ذوو الدافعية يحققون نتائج مستقبلية أعلى من أقرانهم الذين يفتقرون إلى الدافعية والأقل توجها نحو المستقبل (Mazibuko,&Tlale,2014-B,76).

١٨-تصورات المراهقين وإدراكهم لوظائف الوالدين تؤثرسلباً أوإيجاباً على توجههم نحو المستقبل، فكلما كانت تصورات المراهقين أكثر إيجابية لوظائف الوالدين زاد تفاؤلهم بشأن المستقبل، وكانت كفاءتهم الأكاديمية أفضل، والعكس من ذلك ترتبط التصورات السلبية لوظائف الوالدين بمزيد من التشاؤم بشأن المستقبل، ودعم الوالدين له دور فى التقليل من التصورات السلبية للمراهقين بشأن وظائف والديهم (Neblett,&Cortina,2006,796).

١٩-الجنس عامل يؤثرعلى توجهات المراهقين المستقبلية:

حيث أن الإناث أكثر توجهاً تجاه الأسرة المستقبلية، والذكورأكثر توجهاً نحو المستقبل الوظيفى(McCabe,&Barnett,2000-B,494).

٢٠-تقدير الذات يؤثر على التوجه نحو المستقبل.

فقد أشارت نتائج دراسة Khampirat(2020) إلى أن تقدير الذات المرتفع يساعد على تنمية وتطوير توجه إيجابى نحو المستقبل، وتنمية المرونة لدى طلاب المرحلة الثانوية، مما يساعد على تعزيز مستوى مرتفع من الطموح الوظيفى.

التوجه نحو المستقبل وعلاقته بالصحة النفسية:

التوجه نحو المستقبل يرتبط بصحة نفسية وجسدية جيدة (Hirsch,Molnar,Chang,&Sirois,2015,1655)، ومشاكل الصحة النفسية لها تأثير سلبى على التوجه نحو المستقبل (Threlfall,Auslander,Gerke,Mcginnis,&Tlapek,2017,196):

١-فقد أشار Sulimani-Aidan,&Melkman(2021,1) إلى أن المستويات المرتفعة من التوجه الإيجابى نحو المستقبل ترتبط بانخفاض مستويات السلوكيات الخطرة كالمخالفات القانونية، وتعاطى المخدرات، كما يرتبط التوجه الإيجابى نحو المستقبل بنتائج نفسية واجتماعية إيجابية كالتوافق الاجتماعى، والرفاهية النفسية، والإنجازات الأكاديمية.

٢-وتوصلت نتائج دراسة ElSayed (2019) إلى وجود علاقة إيجابية بين التوجه نحو المستقبل والكفاءة الذاتية لدى طلاب المدارس الثانوية، حيث أشار Elsayed(2019,135)إلى أن الكفاءة الذاتية ترتبط بالتوجه نحو المستقبل فالطالب الذى يثق فى قدراته يبذل قصارى جهده فى الدراسة ويستمر فى العمل ويميل إلى أداء المهام الصعبة برغم كل الصعوبات التى يواجهها وتكون لديه توقعات إيجابية فيما يتعلق بمستقبله التعليمى والشخصى والمهنى ويخطط لتحقيق أهدافه المستقبلية، ويفكر فى العواقب المستقبلية لأى قرار يتخذه.

٣-أظهرت نتائج دراسة Jackman,&Macphee (2017) أن التوجه نحو المستقبل يرتبط بشكل إيجابى بتقدير الذات، كما أشارت النتائج إلى أن كلاً منهما بمثابة عوامل وقائية وحماية ضد الانخراط فى السلوكيات المحفوفة بالمخاطر.

٤-التوجه المرتفع نحو المستقبل يرتبط بشكل إيجابى بالتسامح، ويرتبط سلبياً بالسلوك الانتحارى (Rabon,Webb.Chang,&Hirsch,2018,7).

٥-التوجه الإيجابى نحو المستقبل يرتبط إيجابياً بالرضا عن الحياة (Klein,& Shoshana,2020,1).

٦-التوجه الإيجابى نحو المستقبل يرتبط بأعراض اكتئاب أقل لدى المراهقين.

٧-توجد علاقة سلبية بين التوجه نحو المستقبل والسلوكيات المعادية للمجتمع بين المراهقين، فإذا كان لدى المراهق تصورات سلبية عن إمكانية تحقيقه لأهداف هامة فى الحياة فهو يكون أقل احتمالاً للانخراط فى سلوكيات اجتماعية إيجابية من أجل تحقيق أهدافه، وبدلا من ذلك فهو يسعى للقيام بالتصرفات والسلوكيات المعادية للمجتمع، وبالتالى هذه السلوكيات المعادية للمجتمع تؤدى إلى تصورات أقل تفاؤلاً للنجاح فى المستقبل (Waller,et al.,2020, 2435).

٨-توصلت نتائج دراسة Chen,& Vazsonyi (2013) إلى أن التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية مرتبط سلبياً بالمشاكل السلوكية.

٩-توجد علاقة بين اليأس والتوجه نحو المستقبل.

فقد أشارت نتائج دراسة(Giollabhui,et al.(2018 إلى انخفاض معدل اليأس خلال مرحلة المراهقة للمراهقين ذوى التوجه المرتفع نحو المستقبل، كما أشارت النتائج أيضاً إلى أن أحداث وخبرات الطفولة السلبية المؤلمة ترتبط بتوجه سلبى نحو المستقبل.

١٠-توجد علاقة بين التنمروالتوجه نحو المستقبل:

حيث أشارت نتائج دراسة Laftman,et al.(2018) إلى أن المراهقين المتنمرين والمراهقين ضحايا التنمر بالمدارس وضحايا التنمرالالكترونى يتسمون بتوجه متشائم نحو المستقبل مقارنة بالمراهقين الغيرمتورطين فى التنمر.

١١- توجد علاقة بين التفكير الإيجابى والتوجه نحو المستقبل: فقد توصلت نتائج دراسة خلود الزهرانى(٢٠٢٠) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الإيجابى والتوجه نحو المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة المندق.

١٢- توجد علاقة بين التوجه نحو المستقبل والتشاؤم:

فقد أشار Maggio,et al.(2016,120) إلى أن التوجه نحو المستقبل يرتبط سلبياً بالتشاؤم.

سمات الأفراد ذوى التوجه الإيجابى أو المرتفع نحو المستقبل:

١-الأفراد ذوو التوجهات المرتفعة نحو المستقبل يتسمون بارتفاع الدافعية للإنجاز(Chen,Xu,Liu,zhang,&Guo,2021,6).

٢-المراهقون ذوو التوجه المرتفع نحو المستقبل هم أقل عرضة للانحراف، وتعاطى المخدرات، وأقل عرضة للمشاكل المدرسية (Jackman,&Macphee,2017,340).

٣-الشباب ذوو التوجه الإيجابى نحو المستقبل يظهرون رفاهية نفسية بدرجة أفضل، وينخرطون فى سلوكيات تساهم فى بناء وتقدم المجتمع، بينما الشباب ذوو التوجه السلبى نحو المستقبل يظهرون رفاهية نفسية بدرجة أقل ، ويميلون إلى الانخراط فى سلوكيات خطرة تضر بقيم واقتصاد وسلامة وأمان المجتمع (Li,2020,1).

٤-الأفراد ذوو المستويات المرتفعة من التوجه نحو المستقبل هم أقل عرضة للانخراط فى المشاكل السلوكية، وأقل عرضة للانخراط فى تعاطى الكحول، وأقل عرضة للقيام بالسرقة، والسلوكيات الجنسية المحفوفة بالمخاطر، وسوء السلوك المدرسى (Chen,&Vazsonyi ,2013,68).

٥- الشباب الأكثر توجها نحو المستقبل لديهم قدر من الفاعلية والقوة على مسار حياتهم، ويتخذون القرارات التى تزيد من فرصتهم فى الوصول إلى الأهداف التى حددوها لأنفسهم.(Threlfall,et al.,2017,196)

٦-المراهقون الأكثرتوجهًا نحو المستقبل تقل احتمالية تعرضهم لليأس (Giollabhui,et al.,2018,2139).

٧-الطلاب ذوو التوجه نحو المستقبل يتسمون بتنظيم دراستهم ليكونوا أكثر انخراطًا فى عملهم وواجباتهم المدرسية، ويقضون المزيد من الوقت فى دراستهم ويقومون بإدارة أوقاتهم بشكل أكثر كفاءة، ويظهرون قدرًا أقل من التسويف والتأجيل ، ولديهم مثابرة على أداء الواجبات المدرسية، ويتمتعون بالرضا عن دراسنهم (Gao,&Chan,2015,2).

٨-الفرد ذو التوجه نحو المستقبل لديه شعور بالأمل وأقل عرضة للاكتئاب، ويتسم بأداء جيد فى المشاركات الأكاديمية (Zheng,et al.,2019,343).

٩-المراهق ذو التوجه المرتفع نحو المستقبل لديه أهداف واضحة، وقدرة جيدة على التخطيط، ولديه قدرة على التغلب على العقبات التى تعترض مستقبله (Johnson, 460 ,et al.,2014).

١٠-المراهقون ذوو التوجهات الإيجابية نحو المستقبل يكونون فخورين بأنفسهم، ولديهم اتجاهات إيجابية تجاه الحياة، ويسعون ليصبحوا قدوة للآخرين.

١١- المراهقون ذوو التوجهات المرتفعة نحو المستقبل يتسمون بالأداء الجيد فى المدرسة، ويحصلون على درجات مرتفعة فى التحصيل الأكاديمى مقارنة بزملائهم الأقل توجها نحو المستقبل(Mazibuko,&Tlale,2014-B,70).

الآثار المترتبة على التوجه المنخفض أو السلبى نحو المستقبل:

١- انخفاض التوجه نحو المستقبل أو التوجه السلبى نحو المستقبل يؤثر سلبيا على المراهقين، حيث يدفعهم إلى الانخراط فى سلوكيات خطيرة تضر بقيم وسلامة وأمان المجتمع (Li,2020,1).

٢-يتنبأ التوجه السلبى نحو المستقبل بالانحراف خلال فترة المراهقة (Waller,et al.,2020, 2434).

٣-التوجه المنخفض نحو المستقبل تجعل الأفراد أكثر عرضة لضغوط الحياة، وأكثر عرضة لأعراض الاكتئاب (Zheng,et al.,2019,348).

٤-القيام بالتنمر: فأشارت نتائج دراسة Laftman,et al.(2018) إلى أن الطلاب ذوى التوجه المتئشائم نحو المستقبل يقومون بالتنمر المدرسى والالكترونى.

٥- المراهقين الذين ليس لديهم توجه نحو المستقبل ينخرطون فى مجموعة من المشاكل السلوكية مثل تعاطى المخدرات(Gao,&Chan,2015,1).

٦-انخفاض التوجه نحو المستقبل يرتبط بالاغتراب: فقد أشارت نتائج دراسة إبراهيم بدر(٢٠٠٣) إلى وجود علاقة دالة موجبة بين انخفاض مستوى التوجه نحو المستقبل والاغتراب والضغوط النفسية لدى كل من الذكور والإناث فى العينة المصرية.

النظريات النفسية والنماذج المفسرة للتوجه نحو المستقبل:

١-نظرية الكفاح من أجل الأهمية والتفوق لأدلر:

حيث اعتبر أن هناك دوافع عند الفرد وتعرف فى أدبيات البحث إلى أنها حالة الكمال التى يكافح الفرد للوصول إليها عن طريق السعى إلى التفوق والإبداع والنجاح ولتعويض النقص(Richard,2011,129).

٢-نظرية الذات المثالية لكارل روجرز:

يرى روجرز أن الذات المثالية التى يسعى الفرد للوصول إليها والتى تتضمن أفضل ما يتمناه الفرد لنفسه من إنجازات ومكانة اجتماعية .

٣-نظرية الذات المحتملة لماركوس ونوريس:

وتعنى ما يتوقع أن يكون عليه الفرد فى المستقبل وكذلك ما يخشاه "أفكار ما يتوقعون للمستقبل أو الأفكار حول ما يخشى أو يريد تجنبه فى المستقبل" ويمكن اختصارها" الصور الإيجابية والسلبية المتوقعة عن الذات فى المستقبل" (Ayca, 2004).

العلاقة بين متغيرات البحث:

أولا: العلاقة بين الضغوط الأسرية والمرونة النفسية:

توجد علاقة بين الضغوط الأسرية والمرونة النفسية ولقد أكدت العديد من الدراسات ذلك منها:

فقد أشار Collazzoni,et al.(2021,255) إلى أن البيئة الأسرية التى تتسم بالدفء أثناء الطفولة أمر هام من أجل النمو النفسى والجسمى السوى، كما أنها تؤدى إلى المرونة لدى البالغين، فى حين أن البيئة الأسرية الغير سوية والتى تشكل ضغوطًا بالنسبة للأطفال تؤثر بشكل سلبى على المرونة النفسية وتزيد من خطر الإصابة بالاكتئاب فى مرحلة البلوغ.

وأشار أيضاLueger-Schuster, et al.(2014,569) إلى أن التعرض لسوء المعاملة فى مرحلة الطفولة من الأسرة (الضغوط مع الوالدين) يرتبط بانخفاض المرونة النفسية، كما أشارMesman,et al.(2021,589) إلى أن سوء العلاقات الشخصية مع الوالدين مرتبطة بانخفاض المرونة لدى المراهقين وزيادة خطر التعرض للتنمر.

كما وجد أن الضغوط الأسرية التى تتمثل فى الحياة مع أحد الوالدين دون الآخر(سواء بالانفصال أو الوفاة) مرتبطة بانخفاض المرونة النفسية، وارتفاع مستويات الاكتئاب (Mesman,et al.,2021,589)

بالإضافة إلى أن المراهق الذى يعانى من ظروف اقتصادية أسرية سيئة يتسم بانخفاض المرونة النفسية ، حيث أن انخفاض المستوى الاجتماعى والاقتصادى للأسرة يؤدى إلى انخفاض المرونة لدى المراهقين (Chen, et al.,2021,2).

وقد سبق الإشارة إلى أن الضغوط بين أفراد الأسرة تثير مشاكل جسمية للأسرة، والتى بدورها تؤثر على جهاز المناعة لديهم، وتزيد من خطر الاصابة بالاكتئاب

(Kwon,&oh,2021,3,9)، وهناك علاقة سلبية بين الاكتئاب والمرونة النفسية (Kapikiran,&Acun-Kapikiran,2016,2089).

كما ذكر Shikha(2020,1539) أن الدعم والتشجيع من الوالدين تلعب دورا مهما فى تحديد مستوى المرونة النفسية للأبناء، والأسرة التى تعانى من الضغوط الأسرية تفتقر إلى تقديم الدعم الكافى لأبنائها وبالتالى لا تساعد على تنمية المرونة النفسية لديهم.

وأكد أيضا Mwangi, et al.(2017,3) أنه إذا تلقى المراهق الدعم والرعاية والتوجيه من الأسرة وكانت نماذج أدوار البالغين إيجابية يصبحون أكثر مرونة، بينما إذا كان الدعم الأسرى غير كاف وكانت نماذج أدوار البالغين سلبية أو غائبة يصبح المراهق أقل مرونة.

كما أن التماسك داخل الأسرة يساهم فى المرونة النفسية (Khan,&Deb,2021,1) ، الأمر الذى لا يتوفر فى الأسر التى تكثر فيها الضغوط الأسرية.

ويمكن تلخيص ماسبق بأن التعرض للإساءة من الأسرة، وسوء العلاقات بين أفراد الأسرة، وانفصال الوالدين أووفاة أحد الوالدين أوانخفاض المستوى الاقتصادى والاجتماعى للأسرة تمثل ضغوطًا أسرية تسبب عدم استقراروتوازن الأسرة وخللًا فى أدوار الأسرة تجاه الأبناء وتجعل الأسرة غير قادرة على توفير الدعم والتوجيه لأبنائها نتيجة انشغالها بهذه الضغوط ولا تستطيع تنمية المرونة النفسية لأبنائها الأمر الذى يترتب عليه انخفاض المرونة النفسية لأبنائها لعدم توفر المناخ الأسرى السوى الذى يتسم بالعلاقات الجيدة بين أفراده، وغياب الدعم الأسرى.

ثانيا: العلاقة بين الضغوط الأسرية والتوجه نحو المستقبل:

أكدت العديد من الدراسات وجود علاقة بين الضغوط الأسرية (سواء كانت ضغوطًا اقتصادية للأسرة، أو ضغوطًا شخصية للمراهق، أو ضغوط المراهق مع الوالدين، أو ضغوط المراهق مع الإخوة) والتوجه نحو المستقبل لديه مثل :

أشار Fusco,Sica,Boiano,Esposito,&Sestito(2019,65) إلى أن تنمية وتطوير التوجه نحو المستقبل يتأثر بالظروف الأسرية الاجتماعية، حيث يتم إحباط وإعاقة التوجه نحو المستقبل بسبب ظروف وأحداث الحياة السلبية كالفقر، والتعرض للعنف، وأكدت نتائج دراسة Schmidt,et al. (2018) أن زيادة التعرض للعنف خلال فترة المراهقة يرتبط بزيادة مستويات الضغوط، وبالتالى يؤدى إلى نظرة سلبية للمستقبل، فالشباب المعرضون للعنف أكثر عرضة لليأس، وأقل احتمالية لتوقع مستقبل إيجابى لأنفسهم، حيث التعرض للعنف يعطل قدرة الفرد على التفكير والتخطيط للمستقبل بسبب انشغاله بالضغوط الناتجة عن العنف، والتى تؤثر سلباً على توجهه نحو المستقبل.

بالإضافة إلى أن المراهقين الذين يعيشون فى ظروف أسرية غير مستقرة وتزيد فيها الصراعات المتكررة بين أفراد الأسرة (ضغوط مع الوالدين) يصبحون عرضة للمرض النفسى، وتكون أفكارهم ومشاعرهم سلبية حول المستقبل، ويكون لديهم رؤية متشائمة للمستقبل .(McCabe,&Barnett,2000-B, 503).

كما تساهم عدة عوامل مثل رفض الذات، واليأس، والصراعات التى يعانى منها المراهق (والتى تمثل ضغوطًا شخصية) فى التوجه السلبي والمنخفض نحو المستقبل لديه.(Mazibuko,& Tlale, 2014-A,244, 245).

ومفهوم الذات السلبى(ضغوط شخصية) يؤثر على التوجه نحو المستقبل للمراهق، فقد أشار Mazibuko,&Tlale (2014-B,76) إلى أن المراهقين ذوى مفهوم الذات السلبى يكون لديهم نظرة سلبية للمستقبل، ويقومون بإحباط وإعاقة توجههم نجو المستقبل.

كما أن تقدير الذات المنخفض (ضغوط شخصية)عامل سلبى على توجه المراهقين نحو مستقبلهم، فقد ذكر Voisin,Kim,Bassett,&Marotta (2020,148) أن تقدير الذات المرتفع يتنبأ بتوجه مرتفع نحو المستقبل فالمراهقين الذين يتسمون بالثقة فى قدراتهم ينظرون إلى مستقبلهم بتفاؤل أكبر مقارنة بالمراهقين ذوى تقدير الذات المنخفض.

وأظهرت نتائج دراسة Mistry,et al.(2009) أن الضغوط الاقتصادية لها تأثيرات واضحة على الطموحات والتطلعات والآفاق المستقبلية التعليمية والمهنية لدى المراهقين، كما تؤثر الضغوط الاقتصادية على التحصيل الأكاديمى للمراهقين، والمشاركة المدرسية، وعلى الاتجاهات الإيجابية للتعلم.

فالظروف الاقتصادية للأسرة تؤثر فى التوجه نحو المستقبل حيث أن الوضع الاقتصادى والاجتماعى المنخفض للأسرة يرتبط بالتوجه المحدود والغيرواقعى نحو المستقبل، وقد أكد ذلك Alm,et al.(2019,63) حيث أشار إلى أن التوجه نحو المستقبل للمراهقين يختلف باختلاف الطبقة الاجتماعية والاقتصادية، فالمراهقون ذوو الطبقات الاجتماعية المنخفضة لديهم رؤية أقل إيجابية لمستقبلهم مقارنة بالمراهقين ذوى الطبقات الاجتماعية المرتفعة الذين ينظرون إلى المستقبل بشكل أكثر تفاؤلاً.

والآباء والأمهات الذين يعانون من ضغوط اقتصادية أكثر تشاؤما بشأن حياتهم ومستقبل أطفالهم، ويقل احتمال تشجيعهم لأبنائهم المراهقين على الالتحاق بالجامعة، ويؤدى ذلك إلى تثبيط وضعف توقعات أبنائهم المراهقين المستقبلية وطموحاتهم الوظيفية، كما أن بطالة الوالدين تتسبب فى زيادة اكتئاب أبنائهم وتقلب مزاجهم، ونقص شعورهم بالأمان وانعدام أملهم فى المستقبل، وتحرم أبناءهم من وجود النموذج الإيجابي الذى يساعدهم على البحث عن هوية مهنية، وتؤثر على توجههم نحو المستقبل (Mazibuko,&Tlale,2014-A,243).

كما استهدفت دراسة Florencio,et al.(2017) وصف تصورات المراهقين للضغوط التى يتعرضون لها وتوقعاتهم المستقبلية، وأجريت الدراسة على طلاب المرحلة الثانوية، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن المراهقين الذين لم يتعرضوا لأى ضغوط يتسمون بعلاقات جيدة مع أسرهم، ولديهم توقعات مستقبلية جيدة وواضحة، بينما المراهقون الذين عانوا من الضغوط أكدوا أن هذه الضغوط مرتبطة بالأسرة ، وأنهم ليس لديهم توقعات للمستقبل.

بالإضافة إلى أن التعرض للصعوبات الاجتماعية (مثل الأزمات الاقتصادية، والتعرض للعنف) يقلل من توقعات الشباب المستقبلية، حيث أن التعرض الكثير لهذه الصعوبات الاجتماعية يرتبط بانخفاض التوجه نحو المستقبل(Li,2020,2) .

كما أشارت نتائج دراسة Giollabhui,et al.(2018) أن التعرض لأحداث وخبرات مؤلمة وضاغطة سواء فى الطفولة أو فى مرحلة المراهقة يرتبط بتوجه سلبى نحو المستقبل.

ويساهم غياب ونقص الحب والعطف من الوالدين، ونقص رقابة الوالدين لأبنائهم المراهقين (ضغوط مع الوالدين) فى التوجه المحدود نحو المستقبل لأبنائهم(Mazibuko,&Tlale,2014-,245) ، وعدم مشاركة الوالدين لأبنائهم المراهقين فى دراستهم الأكاديمية (ضغوط مع الوالدين) له تأثير سلبى على طموحات وتطلعات المراهقين وآمالهم فى تحقيق أهدافهم المستقبلية .(Mazibuko,&Tlale,2014-B,74).

كما أن الدعم الأسرى من الوالدين له تأثير مباشر على توجه أبنائهم نحو المستقبل، فالدعم الأكبر من الوالدين يرتبط بتوجهات أكثر إيجابية نحو المستقبل، ووجود تفاؤل أكبر بين المراهقين والعكس صحيح (Neblett,&Cortina,2006,807) .

ويتضح مما سبق أن هناك علاقة عكسية بين الضغوط الأسرية وتوجه المراهق نحو مستقبله، فالضغوط الأسرية التى يتعرض لها المراهق داخل الأسرة سواء كانت

ضغوطًا اقتصادية كالفقرأو انخفاض المستوى الاقتصادى للأسرة، أو ضغوطًا مع الوالدين سواء تعرضه للعنف من الوالدين، أو أحداث الطفولة المؤلمة، وحرمانه من الجو الأسرى الذى يتسم بالحب والعطف والدفء، كما أن الضغوط الشخصية التى يعانى منها المراهق والتى تشكل تهديدًا بالنسبة لصحته النفسية وتوجهه نحو مستقبله والتى تتمثل فى مفهومه السلبى نحو ذاته ، وشعوره باليأس، والصراعات الداخلية التى يعانى منها كل ذلك يؤثر سلبيا على تطلعاته وطموحاته المستقبلية نتيجة الآثار النفسية المترتبة على هذه الضغوط والتى تجعله متشائمًا ومكتئبًا وتنعكس فى نظرته السلبية للمستقبل وتعطل تفكيره وتخطيطه لمستقبله الأمر الذى يؤدى إلى انخفاض التوجه نحو المستقبل أو توجه سلبى نحو المستقبل.

ثالثا: العلاقة بين المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل:

لقد أكدت العديد من الدراسات وجود علاقة قوية بين المرونة النفسية، والتوجه نحو المستقبل مثل:

فالتوجه المرتفع نحو المستقبل يرتبط بزيادة المرونة ضد أعراض الاكتئاب، والانتحار(Giollabhui,et al.(2018,2132) ، وأكد ذلك Chen,etal.(2021,3)بأن المرونة النفسية ترتبط بشكل إيجابى بالتوجه نحو المستقبل والتوقعات الإيجابية للمستقبل.

وأشار(ONeill,et al.(2020,1173 إلى أن المرونة النفسية ترتبط بالتوجه نحو المستقبل، والتوقعات الإيجابية للمستقبل، والأمل ، وتوصل أيضا Chen,etal.(2021,2) إلى أن التوجه نحو المتستقبل يمكن أن يقلل من القلق عن طريق زيادة المرونة.

والتوجه الإيجابى نحو المستقبل هو عامل وقائى يرتبط بالمرونة بين الشباب (Sulimani-Aidan,&Melkman, 2021,1)

كما أكد Li(2020,1) أن التوجه الإيجابى نحو المستقبل هو عامل مرونة حاسم يساعد الأفراد على التغلب على الصعوبات أثناء الانتقال إلى مرحلة الرشد، وأثناء فترات المحن والشدائد الاجتماعية، ويعتبر التوجه نحو المستقبل جانباً أساسياً من مرونة الشباب .

وتم وصف التوجه نحو المستقبل على أنه مصدر نفسى أو وقائى يعزز المرونة فى البيئات الضاغطة السلبية وفى أوقات الأزمات(Klein,&Shoshana,2020,4)، وذكر McCabe,&Barnett(2000-A,63) أن التوجه نحو المستقبل هو أحد العوامل الوقائية التى تعزز المرونة بين الأطفال المعرضين لخطر التواجد فى بيئات ضاغطة.

ويمكن تلخيص ما سبق بأنه توجد علاقة وثيقة بين المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل، فكلاهما ذو أهمية كبيرة للفرد ويساعدان الفرد على التعامل مع ومواجهة الضغوط، والتحصين ضد الأزمات والمحن والشدائد التى تعترض طريقه، ويعتبران سلاحان قويان يحميان من الاضطرابات النفسية كالقلق، والاكتئاب، والسلوكيات الخطرة كتعاطى الكحوليات، وتعاطى المخدرات.

فالمرونة النفسية هى قدرة الفرد على الصمود فى مواجهة النتائج المحبطة، والفشل، والقدرة على التعافى من تجارب ومحن مؤلمة، والقدرة على تنمية التسامح الإيجابى، ومواجهة الضغوط والشدائد(Aldhaidan,2020,162)، والمرونة هى غريزة حماية الذات والتى تساعد الناس فى التعامل مع المشاعر السلبية(Chen,etal.,2021,2).

والمرونة النفسية تساعد على منع تطور الاضطرابات النفسية كالاكتئاب (kapikiran,&Acun- kapikiran,2016,2089).

والتوجه نحو المستقبل هو سمة شخصية تعزز القدرة على مواجهة التحديات وتساعد على الصلابة والمثابرة فى مواجهة الشدائد والمحن، وتحمى الأفراد من

الاكتئاب (Zheng,et al.,2019,343)، كما أن التوجه نحو المستقبل هو عامل وقائى يساعد فى منع المشاكل السلوكية مثل تعاطى الكحوليات، والمخدرات (Zheng,et al.,2019,342).

كما أن المرونة النفسية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالتوجه نحو المستقبل من خلال تقدير الذات، فقد أشارت نتائج دراسة Khampirat (2020) إلى أن تقدير الذات المرتفع يساعد على تنمية وتطوير توجه إيجابى نحو المستقبل، وتنمية المرونة لدى طلاب المرحلة الثانوية، مما يساعد على تعزيز مستوى مرتفع من الطموح الوظيفى.

رابعا: العلاقة بين الضغوط الأسرية والمرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل:

توجد علاقة بين الضغوط الأسرية والمرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل، فقد أشارت نتائج دراسة Chen,etal.(2021) إلى وجود علاقات إيجابية بين الوضع الاقتصادى والاجتماعى للأسرة، والمرونة النفسية ، والتوجه نحو المستقبل، حيث أن انخفاض المستوى الاقتصادى والاجتماعى للأسرة يؤدى إلى انخفاض المرونة النفسية للمراهق، وانخفاض المستوى الاقتصادى والاجتماعى للأسرة يحد ويقلل من تطور خيال المراهقين للمستقبل، ويجعل من الصعب للمراهقين رؤية المستقبل والتخطيط له، ويؤدى إلى انخفاض التوجهات نحو المستقبل.

وتؤثر الضغوط الأسرية سلبياً على كل من المرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل، فقد أشار Collazzoni,et al.(2021,255) إلى أن البيئة الأسرية الغير سوية والتى تشكل ضغوطًا بالنسبة للأطفال تؤثر بشكل سلبى على المرونة النفسية، وتوصلت نتائج دراسة Schmidt,et al(2018) إلى أن زيادة التعرض للعنف خلال فترة المراهقة ترتبط بزيادة مستويات الضغوط، وبالتالى تؤدى إلى نظرة سلبية للمستقبل، فالشباب المعرضون للعنف أكثر عرضة لليأس، وأقل احتمالية لتوقع مستقبل إيجابى لأنفسهم، حيث التعرض للعنف يعطل قدرة الفرد على التفكير والتخطيط للمستقبل بسبب انشغاله بالضغوط الناتجة عن العنف، والتى تؤثر سلباً على توجهه نحو المستقبل.

ويمكن القول بأن المناخ الأسرى الذى يتسم بالضغوط الأسرية يؤثر على المراهق سواء من حيث مرونته النفسية، وتوجهه نحو المستقبل لأن الضغوط الأسرية التى يعانى منها المراهق أياً كان نوعها تؤثر سلبيا على صحته النفسية، وتجعله عرضة للاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب، وتساهم فى حدوث كثير من المشاكل له كهروبه من المنزل، وسوء علاقاته بالوالدين وأفراد أسرته مما يجعله يفتقد المناخ الأسرى المناسب الذى يساعده على تطويروتنمية مرونته النفسية، ويفتقد الدعم والجوالأسرى الذى يشجعه على التفاؤل وتوقعات إيجابية تجاه مستقبله الأمر الذى ينعكس على نظرته السلبية والتشاؤمية للمستقبل مما يؤدى إلى توجه سلبى أو منخفض نحو مستقبله.

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

١-استفادت الباحثة من الدراسات السابقة فى إعداد مقياس الضغوط الأسرية.

٢- استفادت الباحثة من الدراسات السابقة فى عرض الإطار النظرى الخاص بالتوجه نحو المستقبل والضغوط الأسرية والمرونة النفسية .

٣- استفادت الباحثة من الدراسات السابقة فى مناقشة النتائج .

فروض الدراسة:

يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالى:

١-توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الأسرية والمرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات الضغوط الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغيرالنوع (ذكور-إناث).

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغيرالنوع (ذكور-إناث).

٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغيرالنوع (ذكور-إناث).

٥- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات الضغوط الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغير التخصص (أدبى –علمى).

٦- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغيرالتخصص (أدبى –علمى).

٧- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغيرالتخصص (أدبى –علمى) .

٨- يمكن التنبؤ بالمرونة النفسية من بعض أبعاد الضغوط الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٩-يمكن التنبؤ بالتوجه نحو المستقبل من بعض أبعاد الضغوط الاسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفى فى الكشف عن العلاقة بين الضغوط الأسرية والمرونة النفسية والتوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية.

مجتمع وعينة الدراسة:

يمثل مجتمع الدراسة طلاب وطالبات المرحلة الثانوية وتم اختيار طلاب وطالبات الصف الثالث الثانوى فقط نظرا لكثرة الضغوط التى يعانى منها هؤلاء الطلاب سواء من الأسرة أو من المدرسة أو ضغوط شخصية خاصة بهم، وطلاب الثانوية العامة يمثلون شريحة كبيرة من المجتمع يقدر عددهم على مستوى الجمهورية حوالى ٦٤٩٣٨٧ طالباً للشعب العلمية والأدبية كما أكده رضا حجازى خلال العام الدراسى

الحالى٢٠٢١/٢٠٢٢

.https://www.almasryalyoum.com/news/details/2350432

وتم تطبيق الدراسة الحالية خلال الفصل الدراسى الثانى من العام الدراسى ٢٠٢٢على ذكور وإناث من طلاب الصف الثالث الثانوى تخصص علمي وأدبي متوسط أعمارهم الزمنية ١٧-١٨ عاماً.

كما قسمت عينة الدراسة إلى مجموعتين: الأولى مثلت عينة الخصائص السيكومترية، والثانية عينة الدراسة الأساسية.

عينة الخصائص السيكومترية:

لحساب الخصائص السيكومترية لمقياسى الضغوط الأسرية والمرونة النفسية تم تطبيق المقياسين على عينتين مختلفتين من طلاب الصف الثالث الثانوى بمدارس محافظة الشرقية (٥٠) طالبًا وطالبة شعب علمى وأدبى وذكور وإناث، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٧-١٨) عاما، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية واستخدمت درجات هذه العينة فى التحقق من صدق وثبات كل من مقياسى الضغوط الاسرية والمرونة النفسية، والعينة السيكومترية خارج عينة البحث.

عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٤٠٧) طالباً وطالبة من طلاب الصف الثالث الثانوى بمحافظة الشرقية (٢٢٠ إناث، ١٨٧ ذكور)، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٧-١٨) سنة، وقد تم اختيار العينة من طلاب وطالبات شعب علمى وأدبى ، (١٨٢) طالبا وطالبة شعبة أدبى (٢٢٥) طالباً وطالبة شعبة علمى.

: أدوات الدراسة

١- مقياس الضغوط الأسرية (إعداد الباحثة ٢٠٢٢).

٢-مقياس المرونة النفسية (إعداد أ.د/ هشام عبد الله ٢٠٢٢)

٣-مقياس التوجه نحو المستقبل (إعداد أ.د/هشام عبد الله ، ونافع الحربى ٢٠٢٢).

أولاً: مقياس الضغوط الأسرية (إعداد الباحثة ٢٠٢٢):

قامت الباحثة بإعداد مقياس الضغوط الأسرية بعد الإطلاع على الإطار النظرى والدراسات السابقة المرتبطة بالضغوط الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية، والإطلاع على ما توفرمن مقاييس عربية للضغوط الأسرية منها استبانة الضغوط الأسرية لدى طلبة الثانوية (إعداد تهانى العويوى ٢٠١٤)، واستفادت الباحثة من مقياس الضغوط النفسية لدى تلاميذ الصف الثاني الثانوى (إعداد بوزمة مكبوسة ٢٠١٤)، ومقياس الضغوط النفسية لدى المراهقين بالثانوية (إعداد خرباش هدى، طوبال فطيمة ٢٠١٦) فى إعداد مقياس الضغوط الأسرية.

وقد تكون المقياس فى صورته الأولية من ٧٥ عبارة موزعة على أربعة أبعاد وهى:

البعد الأول: الضغوط الشخصية ويتكون من ١٨عبارة، البعد الثانى: الضغوط مع الوالدين ويتكون من ٢٢عبارة، والبعد الثالث: الضغوط مع الإخوة ويتكون من ١٨عبارة، والبعد الرابع: الضغوط الاقتصادية ويتكون من ١٧عبارة.

البعد الأول: الضغوط الشخصية personal stress و تعرف الباحثة الضغوط الشخصية إجرائيا بانها: الضغوط التى تتعلق بالنواحى النفسية والانفعالية والاكاديمية للطالب نفسه والتى يعانى منها نتيجة خوفه من الامتحانات، وقلقه حول مستقبله، وخوفه من فشله فى تحقيق حلم الأسرة فى التفوق، والمشكلات الصحية المصاحبة للدراسة والتحصيل، **والبعد الثانى: الضغوط مع الوالدين** Stress with parentsوتعرف الباحثة الضغوط مع الوالدين بأنها: ضغوط يتعرض لها الطالب سواء فى تعاملاته وعلاقاته مع الوالدين كتعرضه للعنف والإساءة من الوالدين، أو إهمال الوالدين له أو تجاهل الوالدين لآرائه وتعرضه للنقد المستمر منهم، أو ضغوط من خلل العلاقات الأسرية نتيجة سوء العلاقة بين الوالدين وكثرة المشاجرات بينهما، أوفقد أحد الوالدين بالوفاة أو انفصال الوالدين أو مرض أحد أفراد الأسرة أو غياب الأب ، **والبعد**

الثالث: الضغوط مع الإخوة: Stress with siblings وتعرف الباحثة الضغوط مع الإخوة إجرائيا بانها: ضغوط يعانى منها الطالب فى علاقته مع الإخوة نتيجة سوء العلاقة بينهم أو عدم التفاهم والتوافق بينه وبين إخوته، وتعرضه للإساءة والإهانة من إخوته الأكبرسنا، **والبعد الرابع: الضغوط الاقتصادية** : Economic Stress وتعرف الباحثة الضغوط الاقتصادية إجرائيا بانها : الضغوط التى يعانى منها الطالب والتى تتعلق بالمستوى الاقتصادى للأسرة ومستوى الدخل، وارتفاع الأسعار، والأزمات المادية التى تقف عائقًا أمام تلبية الاحتياجات الضرورية لأفراد الأسرة.

وتم عرض الصورة الأولية للمقياس(٧٥عبارة) على خمسة محكمين من الأساتذة فى علم النفس والصحة النفسية للحكم على دقة صياغة كل عبارة ومدى انتمائها للبعد الذى تقيسه، وفى ضوء آراء المحكمين تم تعديل صياغة بعض العبارات.

وتم حساب الصدق والثبات على النحو التالى:

الخصائص السيكومترية لمقياس الضغوط الأسرية:

تم تطبيق المقياس علي العينة الاستطلاعية (٥٠ طالبًا وطالبة)، وحساب الخصائص السيكومترية كما يلي:

الاتساق الداخلي للمفردات مع الأبعاد:

تم حساب الاتساق الداخلي للمفردات مع الأبعاد، بحساب معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد التي تنتمي لها كل مفردة، والنتائج موضحة كما يلي:

جدول (١) معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد التي تنتمي لها في مقياس الضغوط الأسرية (ن= ٥٠ طالبًا وطالبة)

(١) الضغوط الشخصية				(٢) الضغوط مع الوالدين				(٣) الضغوط مع الإخوة	
الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط
١	٠,٤٢٩**	٣٧	٠,٠٨٢	٢	٠,٣٨٨**	٤٦	٠,٣٩٥**	٣	٠,٤٧٩**
٥	٠,٥٦٢**	٤١	٠,٤١٤**	٦	٠,٤٩٤**	٥٠	٠,٦٨٥**	٧	٠,٥٢٦**
٩	٠,١٤٠	٤٥	٠,٥٠٧**	١٠	٠,٦١١**	٥٤	٠,١٥٢	١١	٠,٥٩٥**
١٣	٠,٤٣٩**	٤٩	٠,٦٥١**	١٤	٠,٤٠٣**	٥٨	٠,٤٠٦**	١٥	٠,٧٥٧**
١٧	٠,٥٢٠**	٥٣	٠,٦٤٢**	١٨	٠,٣٨٩**	٦٢	٠,٥٩٦**	١٩	٠,١٣٦
٢١	٠,١٠٥	٥٧	٠,٣٩٧**	٢٢	٠,١٢٨	٦٦	٠,١٣٣	٢٣	٠,٣٨٧**
٢٥	٠,٣٩٤**	٦١	٠,٤٥٣**	٢٦	٠,٤٥٣**	٧٠	٠,٥١٩**	٢٧	٠,٧٦٧**
٢٩	٠,٥٠١**	٦٥	٠,٤٧٨**	٣٠	٠,٧٠٠**	٧٢	٠,٥٥٨**	٣١	٠,٥٤٤**
٣٣	٠,٥٩١**	٦٩	٠,٤٤١**	٣٤	٠,١٤٧	٧٣	٠,٥٧٦**	٣٥	٠,٧١٠**
				٣٨	٠,٥٩٣**	٧٤	٠,٦٠٠**	٣٩	٠,٤٥٨**
				٤٢	٠,٦٨٥**	٧٥	٠,٤٥١**	٤٣	٠,٤٠١**
								٤٧	٠,٥٨٤**
(٤) الضغوط الاقتصادية									
الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	٥١	٠,٤٨٧**
٤	٠,٤٧٩**	٢٤	٠,٥١٢**	٤٤	٠,٥١٦**	٦٤	٠,٣٧٩**	٥٥	٠,٦٧١**
٨	٠,٠٨٩	٢٨	٠,٥٦٦**	٤٨	٠,٦٦٨**	٦٨	٠,٥٧٧**	٥٩	٠,٤٢٤**
١٢	٠,٤٧٧**	٣٢	٠,٨٢٩**	٥٢	٠,٦٠٠**			٦٣	٠,٦٥٤**
١٦	٠,٥٢٨**	٣٦	٠,٥٨١**	٥٦	٠,٦٣١**			٦٧	٠,٤١١**
٢٠	٠,٣٨٨**	٤٠	٠,٥٧٧**	٦٠	٠,٥٢٦**			٧١	٠,١٢٣

* دال عند مستوي ٠,٠٥ * * دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول أن: جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عدا (١٠) مفردات، أرقام (٩) ،(٢١)، (٣٧) من البعد الأول (الضغوط الشخصية)، (٢٢)، (٣٤)، (٥٤)، (٦٦) من البعد الثاني (الضغوط مع الوالدين)، (١٩)، (٧١) من البعد الثالث (الضغوط مع الإخوة)، (٨) من البعد الرابع (الضغوط الاقتصادية)، حيث كان معامل الارتباط بين درجات كل منها ودرجات البعد الذي تنتمي له غير دال إحصائياً، مما يعني اتساق جميع المفردات مع الأبعاد التي تنتمي لها، عدا هذه المفردة فهي غير متسقة مع البعد الذي تنتمي له (أي غير ثابتة)، ويتم حذفها.

الاتساق الداخلي للأبعاد مع المقياس ككل:

تم حساب الاتساق الداخلي للأبعاد مع المقياس ككل بحساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، والنتائج موضحة كما يلي:

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجات الكلية لمقياس الضغوط الأسرية (ن= ٥٠ طالبًا وطالبة)

أبعاد مقياس الضغوط الأسرية	معاملات الارتباط مع الدرجات الكلية للمقياس
(١) الضغوط الشخصية	٠,٨٥٩**
(٢) الضغوط مع الوالدين	٠,٨٣٢**
(٣) الضغوط مع الإخوة	٠,٨٤٦**
(٤) الضغوط الاقتصادية	٠,٧٠٧**

* دال عند مستوي ٠,٠٥ * * دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١) وهذا يعني اتساق جميع الأبعاد مع المقياس ككل، أي ثبات جميع الأبعاد.

ثبات المقياس:

(١) الثبات بمعامل ألفا (كرونباخ) :

تم حساب الثبات بحساب معاملات ألفا للأبعاد، ثم حساب معاملات ألفا للأبعاد (مع حذف كل مفردة) والنتائج كما يلي:

جدول (٣) معاملات ألفا (مع حذف المفردة) لأبعاد مقياس الضغوط الأسرية (ن= ٥٠ طالبًا وطالبة)

(١) الضغوط الشخصية			(٢) الضغوط مع الوالدين			(٣) الضغوط مع الإخوة	
الرقم	معامل ألفا مع حذف المفردة	الرقم	معامل ألفا مع حذف المفردة	الرقم	معامل ألفا مع حذف المفردة	الرقم	معامل ألفا مع حذف المفردة
١	٠,٥٨٤	٣٧	٠,٦٥٨	٢	٠,٥٠٦	٤٦	٠,٥١١	٣	٠,٦٣٣
٥	٠,٥٧٠	٤١	٠,٥٩٢	٦	٠,٤٩١	٥٠	٠,٤٤٦	٧	٠,٦٢٣
٩	٠,٦٥٠	٤٥	٠,٥٧٢	١٠	٠,٤٤٨	٥٤	٠,٥٥٩	١١	٠,٦١٥
١٣	٠,٥٩٣	٤٩	٠,٥٥٧	١٤	٠,٤٩٠	٥٨	٠,٥٠٩	١٥	٠,٥٨٧
١٧	٠,٥٧٤	٥٣	٠,٥٥٥	١٨	٠,٤٣٤	٦٢	٠,٤٦١	١٩	٠,٦٨٧
٢١	٠,٦٢٧	٥٧	٠,٦٠٠	٢٢	٠,٥٣٥	٦٦	٠,٥٦٢	٢٣	٠,٦٤٥
٢٥	٠,٥٩٣	٦١	٠,٥٥٩	٢٦	٠,٤٩٧	٧٠	٠,٤٨٣	٢٧	٠,٥٨٤
٢٩	٠,٥٧٤	٦٥	٠,٥٨٦	٣٠	٠,٤٤١	٧٢	٠,٤٧٢	٣١	٠,٦٢٠

٣٣	٠,٥٦١	٦٩	٠,٥٩٤	٣٤	٠,٥٧٢	٧٣	٠,٤٧١	٣٥	٠,٦٠٤
معامل ألفا للضغوط الشخصية = ٠,٦٠٤				٣٨	٠,٤٥٥	٧٤	٠,٤٦٤	٣٩	٠,٦٣٣
				٤٢	٠,٤٣٨	٧٥	٠,٤٩٧	٤٣	٠,٦٥٢
			معامل ألفا للضغوط مع الوالدين= ٠,٥١٢					٤٧	٠,٦١٥
(٤) الضغوط الاقتصادية								٥١	٠,٦٣٣
الرقم	معامل ألفا مع حذف المفردة	الر قم	معامل ألفا مع حذف المفردة	الر قم	معامل ألفا مع حذف المفردة	الر قم	معامل ألفا مع حذف المفردة	٥٥	٠,٥٩١
٤	٠,٨١١	٢٤	٠,٨١١	٤٤	٠,٨١٢	٦٤	٠,٨١٧	٥٩	٠,٦٥١
٨	٠,٨٤٦	٢٨	٠,٨٠٦	٤٨	٠,٧٩٩	٦٨	٠,٨٠٦	٦٣	٠,٦٠٦
١٢	٠,٨١١	٣٢	٠,٧٨٣	٥٢	٠,٨٠٤			٦٧	٠,٦٤٠
١٦	٠,٨٠٩	٣٦	٠,٨٠٧	٥٦	٠,٨٠٢			٧١	٠,٦٧٥
٢٠	٠,٨١٤	٤٠	٠,٨٠٥	٦٠	٠,٨٠٩			معامل ألفا للضغوط مع الإخوة = ٠,٦٥٦	
معامل ألفا للضغوط الاقتصادية = ٠,٨١٩									

يتضح من الجدول أن جميع معاملات ألفا (مع حذف المفردة) أقل من أو تساوي معاملات ألفا للبعد الذي تنتمي له المفردة، عدا (١٠) مفردات، أرقام (٩) ، (٢١) ، (٣٧) من البعد الأول(الضغوط الشخصية)، (٢٢)، (٣٤)، (٥٤)، (٦٦) من البعد الثاني(الضغوط مع الوالدين)، (١٩)،(٧١) من البعد الثالث (الضغوط مع الإخوة)،(٨) من البعد الرابع (الضغوط الاقتصادية)، حيث كان معامل ألفا (مع حذف المفردة) أكبر من معامل ألفا للبعد الذي تنتمي له،وهذا يعني ثبات جميع المفردات، عدا هذه المفردات فهي غير ثابتة ويتم حذفها.

(٢) الثبات بالتجزئة النصفية:

تم حساب الثبات للأبعاد والدرجة الكلية بالتجزئة النصفية (بمعادلتي سبيرمان / براون، وجتمان)، والنتائج كما يلي:

جدول (٤) معاملات الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس الضغوط الأسرية (ن= ٥٠ طالبًا وطالبة)

مقياس الضغوط الأسرية	الثبات بمعادلة (سبيرمان/ براون)	الثبات بمعادلة (جتمان)
(١) الضغوط الشخصية	٠,٥٧٨	٠,٥٧٨
(٢) الضغوط مع الوالدين	٠,٥١٤	٠,٥١٠
(٣) الضغوط مع الإخوة	٠,٦٣٢	٠,٦٣٢
(٤) الضغوط الاقتصادية	٠,٨٠٦	٠,٨٠٤
الدرجة الكلية (الضغوط الأسرية ككل)	٠,٥٦٦	٠,٥٦٦

يتضح من الجدول أن جميع معاملات الثبات بالتجزئة النصفية (بمعادلتي: سبيرمان/ براون، وجتمان) مرتفعة نسبياً وهذا يدل علي ثبات جميع الأبعاد وثبات المقياس ككل.

صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس(صدق المفردات) بحساب معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد التي تنتمي لها (محذوفاً منها درجة المفردة) باعتبار مجموع بقية درجات البعد محكاً للمفردة والنتائج كما يلي:

جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد (محذوفاً منها درجة المفردة) في مقياس الضغوط الأسرية (ن= ٥٠ طالبًا وطالبة)

(١) الضغوط الشخصية			(٢) الضغوط مع الوالدين			(٣)الضغوط مع الإخوة	
الرقم	الرقم	م عامل الارتباط مع درجة البعد محذوفاً منها درجة المفردة	الرقم	م عامل الارتباط مع درجة البعد محذوفاً منها درجة المفردة	الرقم	م عامل الارتباط مع درجة البعد محذوفاً منها درجة المفردة	الرقم	م عامل الارتباط مع درجة البعد محذوفاً منها درجة المفردة
١	٣٧	٠,٣٥٧*	٢	٠,٣١١*	٤٦	٠,٣٢٩*	٣	٠,٤٢٣**
٥	٤١	٠,٥١١**	٦	٠,٤٤٠**	٥٠	٠,٦٣٧**	٧	٠,٤٥٠**
٩	٤٥	٠,٠٧٩	١٠	٠,٥٥٨**	٥٤	٠,٠٨٥	١١	٠,٥٢٠**
١٣	٤٩	٠,٣٦٦*	١٤	٠,٣٣٢*	٥٨	٠,٣٣٢*	١٥	٠,٦٨١**
١٧	٥٣	٠,٤٥١**	١٨	٠,٣٢٧*	٦٢	٠,٥٥١**	١٩	٠,٠٥٩
٢١	٥٧	٠,٠٣٩	٢٢	٠,٠٧١	٦٦	٠,٠٦٣	٢٣	٠,٣٠٨*
٢٥	٦١	٠,٣١٢*	٢٦	٠,٤٠٠**	٧٠	٠,٤٦١**	٢٧	٠,٧٠٩**
٢٩	٦٥	٠,٤٣٧**	٣٠	٠,٦٥١**	٧٢	٠,٥٠٦**	٣١	٠,٤٧٧**
٣٣	٦٩	٠,٥٣٢**	٣٤	٠,٠٨٢	٧٣	٠,٥٢٠**	٣٥	٠,٦٥٦**
			٣٨	٠,٥٤٠**	٧٤	٠,٥٤٧**	٣٩	٠,٣٤٨*
			٤٢	٠,٦٣٤**	٧٥	٠,٣٩٩**	٤٣	٠,٣٤١*
(٤) الضغوط الاقتصادية							٤٧	٠,٤٩٧**
الرقم	الرقم	معامل الارتباط مع درجة البعد محذوفاً منها درجة المفردة	الرقم	معامل الارتباط مع درجة البعد محذوفاً منها درجة المفردة	الرقم	معامل الارتباط مع درجة البعد محذوفاً منها درجة المفردة	٥١	٠,٤١٧**
٤	٢٤	٠,٤٢١**	٤٤	٠,٤٦٢**	٦٤	٠,٣٠٥*	٥٥	٠,٦٠٨**
٨	٢٨	٠,٠١٢	٤٨	٠,٦٠٣**	٦٨	٠,٥١١**	٥٩	٠,٣٤٦*
١٢	٣٢	٠,٤١٥**	٥٢	٠,٥٤١**			٦٣	٠,٥٨٧**
١٦	٣٦	٠,٤٦٣**	٥٦	٠,٥٧٠**			٦٧	٠,٣٢٩*
٢٠	٤٠	٠,٣٠٥*	٦٠	٠,٤٦١**			٧١	٠,٠٥٢

* دال عند مستوي ٠,٠٥ * * دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول أن: جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عدا (١٠) مفردات أرقام (٩)، (٢١)، (٣٧) من البعد الأول (الضغوط الشخصية)، (٢٢)، (٣٤)، (٥٤)، (٦٦) من البعد الثاني (الضغوط مع الوالدين)، (١٩)، (٧١) من البعد الثالث (الضغوط مع الإخوة)، (٨) من البعد الرابع (الضغوط الاقتصادية)، حيث كان معامل الارتباط بين درجات كل منها ودرجات البعد الذي تنتمي له (محذوفاً منها درجة المفردة) غير دال إحصائياً مما يعني أن هذه المفردات غير صادقة ويتم حذفها.

من الإجراءات السابقة يتضح حذف (١٠) مفردات أرقام (٩)،(٢١)، (٣٧) من البعد الأول (الضغوط الشخصية)، (٢٢)، (٣٤)، (٥٤)، (٦٦) من البعد الثاني (الضغوط مع الوالدين)، (١٩)، (٧١) من البعد الثالث (الضغوط مع الإخوة)، (٨) من البعد الرابع (الضغوط الاقتصادية) لأنها غير ثابتة وغير صادقة وأصبحت الصورة النهائية للمقياس مكونة من(٦٥) مفردة موزعة علي الأبعاد كما يلي :

البعد الأول (الضغوط الشخصية) ويقيسه (١٥) مفردة.

البعد الثاني (الضغوط مع الوالدين) ويقيسه (١٨) مفردة.

البعد الثالث (الضغوط مع الإخوة) ويقيسه (١٦) مفردة.

البعد الرابع (الضغوط الاقتصادية) ويقيسه (١٦) مفردة.

وأن هذه الصورة النهائية صالحة للتطبيق علي العينة النهائية.

تصحيح المقياس:

تصحيح المقياس تم بإعطاء ثلاث درجات إذا كانت الاستجابة ينطبق، ودرجتين إذا كانت الاستجابة ينطبق إلى حد ما، ودرجة واحدة إذا كانت الاستجابة لاينطبق.

وتعكس هذه الدرجات عند تصحيح العبارات السالبة التى أرقامها فى المقياس (٥، ٧، ٢٦، ٣٦، ٣٧، ٣٩).

مقياس المرونة النفسية (إعداد / هشام عبد الله ٢٠٢٢) :ثانياً

قام الباحث بإعداد مقياس للمرونة النفسية بعد الإطلاع على الإطار النظرى والدراسات السابقة المرتبطة بالمرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، والإطلاع على ما توفرمن مقاييس عربية للمرونة النفسية منها .

وقد تكون المقياس فى صورته الأولية من ٣٥ عبارة موزعة على خمسة أبعاد وهى:

البعد الأول: الكفاءة الشخصية ويتكون من ٧عبارات ، البعد الثانى: الكفاءة الاجتماعية ويتكون من ٧عبارات، والبعد الثالث: التماسك الأسرى ويتكون من ٩عبارات، والبعد الرابع: التنظيم الذاتى ويتكون من ٦عبارات ، والبعد الخامس : التعامل مع الضغوط ويتكون من ٦عبارات.

البعد الأول: الكفاءة الشخصية : personal competence وعرف الباحث الكفاءة الشخصية إجرائياً بأنها: قدرة الفرد على تحقيق أهدافه المخطط لها ، وقدرته على التوصل إلى حلول للمشكلات التى يواجهها، من خلال ثقته بقدراته وامكانياته فى التغلب على العقبات التى تقف فى طريقه ، ونظرته المشرقة لمستقبله، **والبعد الثانى: الكفاءة الإجتماعية** Social competence ويعرف الباحث الكفاءة الاجتماعية إجرائياً بأنها: مرونة الشخص فى التعامل مع الآخرين وفى المواقف الاجتماعية المختلفة، وقدرته على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة وإيجابية مع الأصدقاء والآخرين، **والبعد الثالث: التماسك الأسري family cohesion** ويعرف الباحث التماسك الأسري إجرائياً بأنه: شعور الفرد بدفء وقوة العلاقة بينه وبين أفراد أسرته ، وبين أفراد الأسرة بعضهم البعض والتى تتمثل فى تقدير أفراد الأسرة لقدراته ، والدعم والتشجيع الذى يقدمه أفراد الأسرة له لتحقيق أهدافه وأحلامه ، ومشاركتهم له فى كل ما يخصه من أمور ومشكلات، **والبعد الرابع: التنظيم الذاتي self-regulation** ويعرف الباحث التنظيم الذاتي إجرائيا بأنه: قدرة الفرد على ضبط النفس ومراقبة ذاته وتوجيه سلوكه وأفكاره وأفعاله لتحقيق حالة من التوازن النفسى له، والتى تتحقق من

خلال ثقته فى قرارته وقدراته، وقدرته على التفكير والتخطيط للمستقبل بواقعية وإيجابية، وبنظرة مليئة بالأمل والتفاؤل للمستقبل، وبذله قصارى جهده من أجل الوصول إلى أهدافه التى يرغب فى تحقيقها، **والبعد الخامس : التعامل مع الضغوط Dealing with stress** ويعرف الباحث التعامل مع الضغوط إجرائيا بأنه : قدرة الفرد على التعامل الإيجابي مع الضغوط بطرق وأساليب مختلفة، والقدرة على مواجهة المشكلات والصعوبات، والتحمل والصبر والإصرارلتحقيق الأهداف، والقدرة على مواجهة مواقف الإحباط .

وتم عرض الصورة الأولية للمقياس(٣٥عبارة) على خمسة محكمين من الأساتذة فى علم النفس والصحة النفسية للحكم على دقة صياغة كل عبارة ومدى انتمائها للبعد الذى تقيسه، وفى ضوء آراء المحكمين تم تعديل صياغة بعض العبارات،وتم حساب الصدق والثبات على النحو التالى:

الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة النفسية:

قام الباحث (هشام عبد الله) بتقنين المقياس علي عينة استطلاعية مختلفة حيث قام بتطبيق المقياس على (٥٠ طالبًا وطالبة) من طلبة الثانوية العامة بالزقازيق وحساب الخصائص السيكومترية كما يلي:

الاتساق الداخلي للمفردات مع الأبعاد:

تم حساب الاتساق الداخلي للمفردات مع الأبعاد، بحساب معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد التي تنتمي لها كل مفردة ، والنتائج موضحة كما يلي:

جدول (٦) معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد التي تنتمي لها في مقياس المرونة النفسية (ن= ٥٠ طالبًا وطالبة)

(١)الكفاءة الشخصية		(٢) الكفاءة الاجتماعية		(٣) التماسك الأسري		(٤) التنظيم الذاتي		(٥) مواجهة الضغوط	
الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط
١	**٠,٥٣٢	٢	**٠,٥٥١	٣	**٠,٦٤٢	٤	**٠,٤٢٥	٥	**٠,٥٢٢
٦	**٠,٧٢٩	٧	**٠,٧٥٤	٨	**٠,٦٣٠	٩	**٠,٧٥٥	١٠	**٠,٧١٠
١١	**٠,٦٦٣	١٢	**٠,٧٠٤	١٣	**٠,٦٣٨	١٤	**٠,٧٨٧	١٥	**٠,٥١٨
١٦	**٠,٧٤٦	١٧	**٠,٧٨٥	١٨	**٠,٦١٤	١٩	**٠,٦٨٩	٢٠	**٠,٦٥٦

٢١	**٠,٦٠٣	٢٢	**٠,٦٠٠	٢٣	**٠,٧٥١	٢٤	**٠,٥٩٧	٢٥	٠,١٣٣
٢٦	**٠,٧٠٣	٢٧	**٠,٥١٣	٢٨	**٠,٦٤٨	٢٩	**٠,٥٣٣	٣٠	**٠,٤٨٧
٣١	**٠,٦٠٠	٣٢	**٠,٧١٦	٣٣	**٠,٦٢٩	٣٤	**٠,٥٧٦	٣٥	**٠,٤٩٩

* دال عند مستوي ٠,٠٥ * * دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول أن: جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عدا المفردة (٢٥) من البعد الخامس (مواجهة الضغوط) حيث كان معامل الارتباط بين درجاتها ودرجات البعد غير دال إحصائياً مما يعني اتساق جميع المفردات مع الأبعاد التي تنتمي لها عدا هذه المفردة فهي غير متسقة مع البعد الذي تنتمي له (غير ثابتة)، ويتم حذفها.

الاتساق الداخلي للأبعاد مع المقياس ككل :

تم حساب الاتساق الداخلي للأبعاد مع المقياس ككل، بحساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، والنتائج موضحة كما يلي:

جدول (٧) معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجات الكلية

لمقياس المرونة النفسية (ن= ٥٠ طالبًا وطالبة)

أبعاد مقياس المرونة النفسية	معاملات الارتباط مع الدرجات الكلية للمقياس
(١) الكفاءة الشخصية	**٠,٨١٦
(٢) الكفاءة الاجتماعية	**٠,٧٨٩
(٣) التماسك الأسري	**٠,٧٣٤
(٤) التنظيم الذاتي	**٠,٨٧٨
(٥) مواجهة الضغوط	**٠,٨٠٥

* دال عند مستوي ٠,٠٥ * * دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١) ، وهذا يعني اتساق جميع الأبعاد مع المقياس ككل، أي ثبات جميع الأبعاد.

ثبات المقياس:

(١) الثبات بمعامل ألفا (كرونباخ) :

تم حساب الثبات بحساب معامل ألفا للأبعاد، ثم حساب معاملات ألفا للأبعاد (مع حذف كل مفردة) والنتائج كما يلي:

جدول (٨) معاملات ألفا (مع حذف المفردة) لأبعاد مقياس المرونة النفسية (ن= ٥٠ طالبًا وطالبة)

(١)الكفاءة الشخصية		(٢) الكفاءة الاجتماعية		(٣) التماسك الأسري		(٤) التنظيم الذاتي		(٥) مواجهة الضغوط	
الرقم	معامل ألفا مع حذف المفردة	الرقم	معامل ألفا مع حذف المفردة	الرقم	معامل ألفا مع حذف المفردة	الرقم	معامل ألفا مع حذف المفردة	الرقم	معامل ألفا مع حذف المفردة
١	٠,٧٧٧	٢	٠,٧٧٥	٣	٠,٧٥٠	٤	٠,٧٤٠	٥	٠,٥١٦
٦	**٠,٧٣٢**	٧	**٠,٧٢٧**	٨	**٠,٧٤٤**	٩	**٠,٦٩٤**	١٠	**٠,٣٨٧**
١١	٠,٧٥١	١٢	٠,٧٣٩	١٣	٠,٧٣٩	١٤	٠,٦٥٧	١٥	٠,٤٥٩
١٦	٠,٧٢٧	١٧	٠,٧١٧	١٨	٠,٧٤٧	١٩	٠,٦٩٤	٢٠	٠,٣٤٥
٢١	٠,٧٦٢	٢٢	٠,٧٦٩	٢٣	٠,٧١١	٢٤	٠,٧٢٤	**٢٥**	**٠,٦٣٤**
٢٦	٠,٧٤٠	٢٧	٠,٧٨٠	٢٨	٠,٧٣٨	٢٩	٠,٧٣٣	٣٠	٠,٥٤٥
٣١	٠,٧٦٤	٣٢	٠,٧٣٧	٣٣	**٠,٧٥٢**	٣٤	**٠,٧٣٤**	٣٥	**٠,٥٣٧**
معامل ألفا للكفاءة الشخصية = ٠,٧٧٩		**معامل ألفا للكفاءة الاجتماعية = ٠,٧٨٢**		**معامل ألفا للتماسك الأسري= ٠,٧٦٨**		**معامل ألفا للتنظيم الذاتي = ٠,٧٤٣**		**معامل ألفا لمواجهة الضغوط = ٠,٥٤٧**	

يتضح من الجدول أن جميع معاملات ألفا (مع حذف المفردة) أقل من أو تساوي معاملات ألفا للبعد الذي تنتمي له المفردة ،عدا المفردة (٢٥) من البعد الخامس (مواجهة الضغوط) حيث كان معامل ألفا (مع حذف المفردة) أكبر من معامل ألفا للبعد الذي تنتمي له ، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا هذه المفردة فهي غير ثابتة ويتم حذفها.

(٢) الثبات بالتجزئة النصفية:

تم حساب الثبات للأبعاد وللمقياس ككل بالتجزئة النصفية (بمعادلتي سبيرمان/ براون، وجتمان)، والنتائج كما يلي:

جدول (٩) معاملات الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس المرونة النفسية (ن= ٥٠ طالبًا وطالبة)

مقياس المرونة النفسية	الثبات بمعادلة (سبيرمان/ براون)	الثبات بمعادلة (جتمان)
(١) الكفاءة الشخصية	٠,٧٩١	٠,٧٦٢
(٢) الكفاءة الاجتماعية	٠,٦٥٢	٠,٦٣٧
(٣) التماسك الأسري	٠,٧٤٥	٠,٧٤١
(٤) التنظيم الذاتي	٠,٧٦٩	٠,٧٤٣
(٥) مواجهة الضغوط	٠,٥٦٤	٠,٥٦٠
الدرجة الكلية (المرونة النفسية ككل)	٠,٨٨٧	٠,٨٧٣

يتضح من الجدول أن جميع معاملات الثبات بالتجزئة النصفية (بمعادلتي: سبيرمان/ براون ، وجتمان) مرتفعة نسبياً، وهذا يدل علي ثبات جميع الأبعاد، وثبات المقياس ككل.

صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس (صدق المفردات) بحساب معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد التي تنتمي لها (محذوفاً منها درجة المفردة) باعتبار مجموع بقية درجات البعد محكاً للمفردة ، والنتائج كما يلي:

جدول (١٠) معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد
(محذوفاً منها درجة المفردة) في مقياس المرونة النفسية (ن= ٥٠ طالبًا وطالبة)

(١)الكفاءة الشخصية		(٢) الكفاءة الاجتماعية		(٣) التماسك الأسري		(٤) التنظيم الذاتي		(٥) مواجهة الضغوط	
الرقم	معامل الارتباط مع درجة البعد محذوفاً منها درجة المفردة	الرقم	معامل الارتباط مع درجة البعد محذوفاً منها درجة المفردة	الرقم	معامل الارتباط مع درجة البعد محذوفاً منها درجة المفردة	الرقم	معامل الارتباط مع درجة البعد محذوفاً منها درجة المفردة	الرقم	معامل الارتباط مع درجة البعد محذوفاً منها درجة المفردة
١	٠,٥٣٢**	٢	٠,٥٥١**	٣	٠,٦٤٢**	٤	٠,٤٢٥**	٥	٠,٥٢٢**
٦	٠,٧٢٩**	٧	٠,٧٥٤**	٨	٠,٦٣٠**	٩	٠,٧٥٥**	١٠	٠,٧١٠**
١١	٠,٦٦٣**	١٢	٠,٧٠٤**	١٣	٠,٦٣٨**	١٤	٠,٧٨٧**	١٥	٠,٥١٨**
١٦	٠,٧٤٦**	١٧	٠,٧٨٥**	١٨	٠,٦١٤**	١٩	٠,٦٨٩**	٢٠	٠,٦٥٦**
٢١	٠,٦٠٣**	٢٢	٠,٦٠٠**	٢٣	٠,٧٥١**	٢٤	٠,٥٩٧**	٢٥	٠,١٣٣
٢٦	٠,٧٠٣**	٢٧	٠,٥١٣**	٢٨	٠,٦٤٨**	٢٩	٠,٥٣٣**	٣٠	٠,٤٨٧**
٣١	٠,٦٠٠**	٣٢	٠,٧١٦**	٣٣	٠,٦٢٩**	٣٤	٠,٥٧٦**	٣٥	٠,٤٩٩**

* دال عند مستوي ٠,٠٥ * * دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول أن: جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، عدا المفردة (٢٥) من البعد الخامس (مواجهة الضغوط)، حيث كان معامل الارتباط بين درجاتها ودرجات البعد (محذوفاً منها درجة المفردة) غير دال إحصائياً، مما يعني أن هذه المفردة غير صادقة، ويتم حذفها.

من الإجراءات السابقة يتضح حذف المفردة (٢٥) من البعد الخامس(مواجهة الضغوط) لأنها غير ثابتة وغير صادقة، وأصبحت الصورة النهائية للمقياس مكونة من(٣٤) مفردة موزعة علي الأبعاد كما يلي :

البعد الأول (الكفاءة الشخصية) ويقيسه (٧) مفردات.

البعد الثاني (الكفاءة الاجتماعية) ويقيسه (٧) مفردات.

البعد الثالث (التماسك الأسري) ويقيسه (٧) مفردات.

البعد الرابع (التنظيم الذاتي) ويقيسه (٧) مفردات.

البعد الخامس (مواجهة الضغوط) ويقيسه (٦) مفردات.

وأن هذه الصورة النهائية صالحة للتطبيق علي العينة النهائية.

تصحيح المقياس:

تصحيح المقياس تم بإعطاء ثلاث درجات إذا كانت الاستجابة تنطبق تماماً، ودرجتين إذا كانت الاستجابة تنطبق إلى حد ما، ودرجة واحدة إذا كانت الاستجابة لاتنطبق.

ثالثاً:مقياس التوجه نحو المستقبل (إعداد هشام عبد الله، ونافع الحربى٢٠٢٢).

تم إعداد مقياس التوجه نحو المستقبل من قبل الباحثين بعد الاطلاع على المقاييس فى البيئة الأجنبية والتى منها:

- مقياس التوجه نحو المستقبل العام GFO لهيلير Helaire(٢٠٠٦)

مقياس للتوجه المستقبلى لبيل Beal (٢٠١١)-

مقياس التوجه نحو المستقبل لستنبيرج وآخرون (٢٠٠٩) Steinberg et al -

وقد استفاد الباحثان من هذه المقاييس فى صياغة بعض العبارات والأبعاد.

يتكون المقياس فى صورته الأولية من (٣٣) عبارة موزعة على خمسة أبعاد مستمدة من تعريف نورمى وترامسدرووف ولاما وكانت الأبعاد كالتالى:

البعد الأول: الاتساع Extension :

هو الفترة الزمنية المتوقعة التى يضعها الشخص فى الحسبان عندما يتعلق الأمر باستكمال خططه وتحقيق أهدافه.

Motivation: البعد الثانى: الدافعية

هى القوة الذاتية التى تحرك الفرد لتحقيق سلوك معين.

Planning البعد الثالث: التخطيط :

هو الطريقة التى يدركها الفرد ويخطط بها لتحقيق هدف معين فى المستقبل.

Evaluation البعد الرابع: التقويم

وهو مدى تحقيق الهدف المتوقع من قبل هذا الفرد

Locus of control البعد الخامس: الضبط الذاتى

وهو قدرة الفرد للحد من أو منع عمل وتوجيه السلوك من أجل الحصول على النتيجة المرجوة.

ويتكون مقياس التوجه نحو المستقبل فى صورته النهائية والذى طبقته الباحثة من خمسة جوانب رئيسية وعدد مفرداته(٢٤) مفردة موزعة على الجوانب.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

قام الباحثان بالتحقق من صدق وثبات المقياس على عينة استطلاعية من خارج عينة البحث تكونت من (٨١) طالباً من الطلاب الموهوبين والعاديين (٤٠ طالباً عادياً ٤١ طالباً موهوباً) من مدرستى الفيصلية للموهوبين ودار الذكرالأهلية بمتوسط عمرى قدره ١٧ سنة، وتم التحقق من المقياس باستخدام الصدق المنطقى وذلك بعرضه على عدد من المحكمين، والصدق العاملى ، وكذلك صدق المقارنة الطرفية (الأرباعى الأعلى، والأرباعى الأدنى) للمقياس، وفيما يتعلق بالثبات قام الباحث بإجراء الاتساق الداخلى وحساب معامل ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية.

(الاتساق الداخلى):

تعتمد هذه الطريقة على مدى الارتباط بين العبارات مع بعضها البعض داخل الاختباروكذلك ارتباط كل عبارة بالبعد الذى تنتمى إليه، وكذلك الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، وجميع عبارات المقياس دالة عند مستوى ٠,٠١، وهذا يعطى دلالة على ارتفاع معاملات الاتساق الداخلى للمقياس.

أ- ثبات المقياس:

ويتضمن ثبات المقياس مايلى:

أ-الثبات بمعامل ألفا (كرونباخ):

تم حساب ثبات المقياس على عينة تكونت من (٨١) طالباً من الطلاب الموهوبين والعاديين (٤٠ طالباً عادياً ٤١ طالباً موهوباً) من مدرستى الفيصلية للموهوبين ودار الذكر الأهلية بمتوسط عمرى قدره ١٧ سنة، وذلك باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ والذى بلغ ٠,٨٠ وبعد أن قام الباحثان بحساب الاتساق الداخلى لفقرات أداة الدراسة وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس حيث أن جميع معاملات الارتباط مرتفعة ماعدا العبارات رقم (٤-١٠-١٢-١٧)، وبعد حذف العبارات تم حساب الثبات مرة أخرى فكان معامل الثبات (٠,٨٣).

ب- طريقة التجزئة النصفية:

قام الباحثان بحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية لعبارات المقياس وكذلك الدرجة الكلية للمقياس، وتم حساب معامل الارتباط بينهما، وصحح معامل الثبات بطريقة سبيرمان- براون وبطريقة جيتمان، كما تم حساب معامل ثبات التجزئة النصفية باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ.

وقيمة معامل ألفا كرونباخ تراوحت ما بين (٠,٦٧٣- ٠,٧٥٣) وبلغت قيمة معامل جتمان للتجزئة النصفية (٠,٨٤٥) وهى قيم مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

ب- صدق المقياس:

ويتضمن صدق المقياس مايلى:

أ-صدق المحكمين:

عرض الباحثان المقياس فى صورته الأولية على نخبة من أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك عبد العزيز وكلية التربية وبعض الخبراء بوزارة التربية والتعليم المتخصصين فى القياس والتقويم والصحة النفسية والموهبة وعلم النفس، حيث طلب الباحثان من المحكمين ابداء الرأى حول مدى ملاءمة المقياس للفئة المستهدفة، وكذلك مدى ارتباط الفقرة بالبعد الذى وضعت له ومناسبتها وسلامة ووضوح العبارات. ونتيجة لما أشار إليه المحكمون تم تعديل الصياغة اللغوية لبعض الفقرات (فقرة ٥، ٧، ٩، ١٠، ١٤، ٢١) ونقل فقرة (٢٦) من بعد التقييم إلى بعد التخطيط وحذف فقرة واحدة وقرر الباحثان الإبقاء على الفقرات التى جاوزت على نسبة إتقان ٨٠%

ب- الصدق العاملى:

تم التحقق من صدق مقياس التوجه نحو المستقبل باستخدام التحليل العاملى الاستكشافى من الدرجة الثانية بطريقة المكونات الأساسية بتدوير Varimax (المتعامد) ومحك كايزر بتشبعات لاتقل عن ٠,٠٣ ، حيث كونت الجوانب الخمسة للمقياس، وبتشبعات (٠,٨٢، ٠,٧٧، ٠,٦١، ٠,٨٢، ٠,٧١) للأبعاد الخمسة.

ج- صدق المقارنة الطرفية:

تم أخذ الدرجة الكلية للمقياس وتم ترتيب الدرجات الكلية تصاعدياً وفقاً للإرباعيات .

وتم التحقق من صدق وثبات المقياس فى البيئة المصرية وذلك على عينة مكونة من ٧٠طالباً ببعض المدارس الثانوية بمدينة الزقازيق.

تصحيح المقياس:

تصحيح المقياس تم بإعطاء ثلاث درجات إذا كانت الاستجابة ينطبق على تماماً ودرجتين إذا كانت الاستجابة ينطبق على نوعاً ما، ودرجة واحدة إذا كانت الاستجابة لاينطبق على تماماً.

بحيث تمثل الدرجة الكلية التى يحصل عليها المفحوص على المقياس هى درجة التوجه نحو المستقبل لديه، وتعكس هذه الدرجات عند تصحيح العبارات السالبة التى أرقامها فى المقياس (١٠، ١١، ١٥، ٢٣) والدرجة الكلية للمقياس (٧٢) درجة.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

ينص الفرض علي أنه: توجد علاقات ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات الضغوط الأسرية، ودرجات كل من: المرونة النفسية، والتوجه نحو المستقبل (الأبعاد والدرجات الكلية) لدي طلاب المرحلة الثانوية، ولاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل الارتباط (بيرسون) ، والنتائج موضحة كما يلي:

(أ) معاملات الارتباط بين درجات الضغوط الأسرية، ودرجات المرونة النفسية:

جدول (١١) معاملات الارتباط بين درجات الضغوط الأسرية، ودرجات المرونة النفسية (الأبعاد والدرجات الكلية) لدي طلاب المرحلة الثانوية (ن= ٤٠٧ طالب وطالبة)

مقياس المرونة النفسية	معاملات الارتباط مع درجات مقياس الضغوط الأسرية				
	الضغوط الشخصية	الضغوط مع الوالدين	الضغوط مع الإخوة	الضغوط الاقتصادية	الضغوط الأسرية ككل
(١) الكفاءة الشخصية	-٠,٢٧٦**	-٠,٢٥٥**	-٠,٣٤٢**	-٠,٤١٢**	-٠,٣٨٥**
(٢) الكفاءة الاجتماعية	-٠,٢٩١**	-٠,٢١١**	-٠,٢٥٣**	-٠,٢٩٥**	-٠,٣١٠**
(٣) التماسك الأسري	-٠,٣٢٢**	-٠,٣٩٠**	-٠,٤٣٦**	-٠,٤٠٧**	-٠,٤٧١**
(٤) التنظيم الذاتي	-٠,٢٠٥**	-٠,٢٠٩**	-٠,٢٧٦**	-٠,٣٠٤**	-٠,٢٩٩**
(٥) التعامل مع الضغوط	-٠,٢٤٤**	-٠,١١٤**	-٠,١٥٦**	-٠,١٨٩**	-٠,٢٠٤**
المرونة النفسية ككل	-٠,٣٤١**	-٠,٣١٧**	-٠,٣٨٧**	-٠,٤١٦**	-٠,٤٣٧**

* دال عند مستوي (٠,٠٥) ** دال عند مستوي (٠,٠١)

يتضح من النتائج أنه: توجد ارتباطات سالبة ودالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١) بين درجات الضغوط الأسرية (الأبعاد، والدرجات الكلية)، ودرجات المرونة النفسية (في جميع الأبعاد والدرجات الكلية).

وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسة Collazzoni,et al.(2021) التى أشارت إلى أن البيئة الأسرية الغيرسوية والتى تتسم بالضغوط الأسرية تؤثر بشكل سلبى على المرونة النفسية وتزيد من خطر الإصابة بالاكتئاب فى مرحلة البلوغ، واتفقت هذه النتائج أيضاً مع نتائج دراسة Chen,et al.(2021) التى أكدت أن انخفاض المستوى الاجتماعى والاقتصادى للأسرة (الضغوط الاقتصادية) يؤدى إلى انخفاض المرونة النفسية لدى المراهقين.

ويمكن تفسير النتائج السابقة وفقًا لما يلى:

لقد أكدت العديد من الأبحاث ونتائج العديد من الدراسات الأجنبية وجود علاقة وارتباط سلبى بين الضغوط الأسرية والمرونة النفسية منها:

أشار Mesman,et al.(2021,589) إلى أن سوء العلاقات الشخصية مع الوالدين (الضغوط مع الوالدين) مرتبطة بانخفاض المرونة لدى المراهقين وزيادة خطر التعرض للتنمر.

والتعرض لسوء المعاملة فى مرحلة الطفولة من الأسرة (الضغوط مع الوالدين) يرتبط بانخفاض المرونة النفسية (Lueger-Schuster,et al.,2014,569)

والضغوط الأسرية التى تتمثل فى الحياة مع أحد الوالدين دون الآخرسواء بالانفصال أو الوفاة (الضغوط مع الوالدين) مرتبطة بانخفاض المرونة النفسية، وارتفاع مستويات الاكتئاب (Mesman,et al.,2021,589)

كما أن الضغوط مع الإخوة ترتبط سلبيا بالمرونة النفسية بشكل غير مباشر من خلال صراعات المراهق مع الإخوة وعدم التفاهم بينهم، حيث ترتبط صراعاتهم مع إخوتهم بارتفاع مستويات الاكتئاب وتعاطى المخدرات لديهم فى مرحلة البلوغ

(Thomas,et al.,2017,6)، وارتفاع مستويات الاكتئاب يؤدى إلى انخفاض المرونة النفسية لدى المراهق، فقد أشار-Kapikiran,&Acun Kapikiran(2016,2089) إلى أن هناك علاقة سلبية بين الاكتئاب والمرونة النفسية.

فالمرونة النفسية هى عامل مهم يؤدى إلى التوازن النفسى وتساعد المراهقين على التخلص من التوترات والأزمات النفسية (Aldhaidan,2020,163).

ومن العوامل الهامة المؤثرة فى المرونة: الدعم والرعاية والتوجيه من الأسرة: فقد ذكر(Shikha(2020,1539 أن الدعم والتشجيع من الوالدين يلعبان دوراً مهماً فى تحديد مستوى المرونة النفسية للأبناء، والأسرة التى تعانى من الضغوط الأسرية تفتقر إلى تقديم الدعم الكافى لأبنائها، وأشار(Mwangi,et al.(2017,3 إلى أنه إذا تلقى الطلاب الدعم والتوجيه والرعاية من الأسرة وكانت نماذج أدوارالبالغين إيجابية فسيصبحون أكثر مرونة، أما إذا لم يحصل الطالب على الدعم الكافى من الأسرة، وكانت نماذج أدوار البالغين غائبة أو سلبية (الضغوط مع الوالدين) يصبح الطالب أقل مرونة.

كما أن الضغوط الأسرية ترتبط سلبياً بالمرونة النفسية بشكل غير مباشرمن خلال الاكتئاب، حيث أشار(Kwon,&oh(2021,3,9 إلى أن الضغوط بين أفراد الأسرة تثير مشاكل جسمية للأسرة، والتى بدورها تؤثرعلى جهاز المناعة لديهم، وتزيد من خطرالاصابة بالاكتئاب، وتوصل-Kapikiran,&Acun Kapikiran(2016,2089) إلى أن هناك علاقة سلبية بين الاكتئاب والمرونة النفسية.

والتماسك داخل الأسرة يساهم فى المرونة النفسية (Khan,&Deb,2021,1) الأمر الذى لا يتوفر فى الأسر التى تكثر فيها الضغوط الأسرية.

ويمكن تفسير ذلك بأن الضغوط الأسرية تسبب حالة من الاضطراب وعدم الاستقرار لكل أفراد الأسرة الأمرالذى يجعل الأبناء يعانون من هذه الضغوط الأسرية المختلفة (سواء ضغوط شخصية أو ضغوط مع الوالدين أو ضغوط مع الإخوة أو ضغوط

اقتصادية خاصة بانخفاض المستوى الاقتصادى والاجتماعى للأسرة) فيجعلهم غير قادرين على مواجهة هذه الضغوط والتغلب عليها دون امتلاكهم للمرونة النفسية التى تساعدهم على مواجهة الشدائد والضغوط والتغلب على المحن، ومن الصعب امتلاك الأفراد الذين يعانون من الضغوط الأسرية المرونة النفسية نظراً لأن الضغوط الأسرية ينتج عنها مشاعرسلبية كالحزن والألم والإحباط والتشاؤم، والمرونة النفسية ترتبط سلبياً بالتشاؤم .(Maggio,et al.,2016,120)

كما تري الباحثة أن الضغوط الاقتصادية (أحد أبعاد الضغوط الأسرية) والتى يعانى منها جميع أفراد الأسرة تجعل الوالدين فى حالة نفسية سيئة نتيجة انشغالهم بتحسين مستوى المعيشة وتوفير النفقات لأبنائهم الأمر الذى يجعلهم غير قادرين على توفير الجو الأسرى السوى الذى يتسم بالدفء والحب والرعاية والحنان ويضطرهم ذلك إلى التعامل مع أبنائهم بأساليب غير سوية كالعقاب المستمر، والقسوة، والإهمال، ونقص التوجيه والرعاية، والإساءة لهم، وقد أكد ذلك Mistry,et al.(2008,197) الذى أشار إلى أن الضغوط الاقتصادية مرتبطة بتدهور الصحة النفسية للوالدين، وزيادة مستويات الصراعات بين الوالدين، وسوء الحالة المزاجية لهم الأمر الذى يؤدى بهم إلى قلة مستويات المشاركة لأبنائهم، وزيادة استخدام أساليب تنشئة ومعاملة غير سوية لأبنائهم مما يسبب ضعف أو تدهور التوافق الاجتماعي والانفعالى لأبنائهم، كل ذلك لا يساعد على تنمية المرونة النفسية لأبنائهم التى لا تتناسب مع ذلك المناخ الأسرى المضطرب ويجعل الأبناء منخفضى المرونة النفسية.

(ب) معاملات الارتباط بين درجات الضغوط الأسرية، ودرجات التوجه نحو المستقبل

جدول (١٢) معاملات الارتباط بين درجات الضغوط الأسرية، ودرجات التوجه نحو المستقبل (الأبعاد والدرجات الكلية) لدي طلاب المرحلة الثانوية (ن= ٤٠٧ طالب وطالبة)

مقياس التوجه نحو المستقبل	معاملات الارتباط مع درجات مقياس الضغوط الأسرية				
	الضغوط الشخصية	الضغوط مع الوالدين	الضغوط مع الإخوة	الضغوط الاقتصادية	الضغوط الأسرية ككل
(١) الاتساع	٠,٠٤٦ -	٠,١٦٩ -**	٠,١٢٤ -*	٠,١٤٣ -**	٠,١٤٨ -**
(٢) الدافعية	٠,٠٩٩ -	٠,٠١٤ -	٠,١٠٧ -*	٠,٠٩٥ -	٠,٠٩١ -
(٣) التخطيط	٠,٠٤٢ -	٠,٠٤٠ -	٠,١٩٧ -**	٠,٢٠٣ -**	٠,١٢٦ -*
(٤) التقييم	٠,٠٨٩ -	٠,٠٤٧ -	٠,١٢١ -*	٠,٢١٥ -**	٠,١٤٠ -**
(٥) الضبط الذاتي	٠,١٥٤ -**	٠,٠٩٧ -	٠,١٢٦ -*	٠,٠٥٢ -	٠,١٢٤ -*
الدرجات الكلية للمقياس	٠,٠٩٥ -	٠,١٣٣ -*	٠,٢٤٦ -**	٠,٢٥٦ -**	٠,٢٢٢ -**

* دال عند مستوي (٠,٠٥) ** دال عند مستوي (٠,٠١)

يتضح من النتائج أنه :

(١) يوجد ارتباط سالب دالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١) بين درجات الضغوط الشخصية ودرجات الضبط الذاتي، بينما كانت الارتباطات مع باقي الأبعاد والدرجات الكلية للتوجه نحو المستقبل سالبة وغير دالة إحصائياً .

(٢) يوجد ارتباط سالب دالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١) بين درجات الضغوط مع الوالدين ودرجات الاتساع ، وارتباط سالب دال إحصائياً (عند مستوي ٠,٠٥) مع الدرجة الكلية للتوجه نحو المستقبل. بينما كانت الارتباطات سالبة وغير دالة إحصائياً مع باقي الأبعاد لمقياس التوجه نحو المستقبل.

(٣) توجد ارتباطات سالبة ودالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١ أو ٠,٠٥) بين درجات الضغوط مع الإخوة ودرجات التوجه نحو المستقبل (في جميع الأبعاد والدرجات الكلية).

(٤) توجد ارتباطات سالبة ودالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١) بين درجات الضغوط الاقتصادية ودرجات التوجه نحو المستقبل (في جميع الأبعاد والدرجات الكلية)، عدا

البعدين الثاني (الدافعية)، والخامس (الضبط الذاتي) حيث كانت الارتباطات مع درجات كل منهما سالبة وغير دالة إحصائياً.

(٥) توجد ارتباطات سالبة ودالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١ أو ٠,٠٥) بين درجات الضغوط الأسرية ككل ودرجات التوجه نحو المستقبل (في جميع الأبعاد والدرجات الكلية)، عدا البعد الثاني (الدافعية)،حيث كان الارتباط مع درجات هذا البعد سالب وغير دال إحصائياً .

(١) يتضح من الجدول وجود ارتباط سالب دالة إحصائياً بين درجات الضغوط الشخصية ودرجات الضبط الذاتي.

ويمكن تفسير النتائج على النحو التالى:

الضبط الذاتى (أحد أبعاد التوجه نحو المستقبل) هو قدرة الفرد للحد من أو منع عمل وتوجيه السلوك من أجل الحصول على النتيجة المرجوة.

لقد أكدت العديد من الدراسات وجود علاقة سلبية بين الضغوط الشخصية التى يعانى منها طالب الثانوية العامة والضبط الذاتى (قدرته على الوصول إلى وتحقيق أهدافه المرجوة).

تعتبرسمات شخصية الفرد متنبأ قوى بدوافعه ومشاعره وخططه حول المستقبل (Cabras,et al.,2020,1)، فالطالب الذى يتسم ببعض السمات الشخصية كتدنى تقدير الذات، أو نقص الكفاءة الذاتية أو انخفاض الدافعية، أو القلق الزائد تزيد من ضغوطه الشخصية مما يؤثر سلبيا على قدرته على تحقيق أهدافه.

فقد أكد Khampirat (2020,11) على أن تقدير الذات هو سمة تزيد من قوة الذات أو المعتقدات لدى الفرد، وترتبط بقدرة الفرد على تحقيق أهدافه والنجاح فى حياته، كما أكد على أن التمتع بتقدير ذات مرتفع يشجع الطلاب على الحفاظ على نظرة إيجابية للتطلعات المرتبطة بالأداء الحالى والمستقبلى للطالب بعد التخرج، وتقدير الذات يساهم ويؤدى إلى تعزيز مستوى أعلى من الطموح الوظيفى، وبالتالى نقص تقدير الذات

يعوق الفرد عن تحقيق أهدافه والوصول إلى النتائج المنشودة، وتوصل Elsayed(2019,135) إلى أن الكفاءة الذاتية للطالب أى ثقته فى مستوى كفاءته وقدرته على الأداء الجيد فى المستقبل لها دور كبير فى الضبط الذاتى لديه، فكلما زادت الكفاءة الذاتية للطالب وشعر بالثقة فى قدراته زاد إصراره فى حياته الأكاديمية، ويبذل قصارى جهده فى الدراسة ويستمر فى مواصلة الدراسة والتغلب على المهام الصعبة دون استسلام ويزيد لديه العزيمة والإصرار على تحقيق كل ما يريده ، بالإضافة إلى أن الدافعية أحد السمات الهامة التى تدفع الفرد إلى تحقيق أهدافه والوصول إلى أماله وطموحاته، حيث أشار Mazibuko,&Tlale(2014-B,76) إلى أن الطلاب الذين يتسمون بالحماس والدافعية يحققون نتائج أكاديمية إيجابية فى المستقبل أعلى من أقرانهم الذين يفتقرون إلى الدافعية، والطالب الذى يتسم بالقلق يكون تفكيره سلبياً حول المستقبل (Chen,et al.,2021,6).

كما أن الضغوط الشخصية التى يعانى منها طالب الثانوية العامة والمتمثلة فى افتقاده الجو الأسرى الذى يشجع على الطموح يؤثر سلبياً على ضبطه الذاتى وعدم وصوله إلى أهدافه او النتيجة التى يرغب فى تحقيقها والعكس صحيح، فقد أشار Seginer,&Shoyer(2012,312) إلى أن توفير الجو الأسرى الذى يشجع على الطموح والتفوق من خلال مشاركة الوالدين التعليمية لأبنائهم الطلاب، وتطلعات وطموحات الوالدين لأبنائهم ومناقشتهم فى الأمور المدرسية والخطط المستقبلية يؤثرعلى الدافع الأكاديمى والإنجاز لدى أبنائهم المراهقين.

وقد أشارت نتائج دراسة Leung,&To (2009) إلى أن طلاب المرحلة الثانوية يواجهون مستويات مرتفعة من الضغوط الشخصية المتمثلة فى صعوبة المناهج، والقلق من الامتحانات، والمقارنات مع زملائهم، والتوقعات المبالغ فيها من جانب والديهم ومقارنة نتائج اختبارات ابنائهم بنتائج اختبارات الآخرين الأمر الذى يؤثر سلباً

على معتقدات أبنائهم وضعف ثقتهم بأنفسهم مما يكون له دورسلبى فى عدم وصولهم إلى تحقيق أحلامهم وطموحاتهم الدراسية.

(٢) ويتضح من الجدول وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين درجات الضغوط مع الوالدين ودرجات الاتساع، وارتباط سالب دال إحصائياً مع الدرجة الكلية للتوجه نحو المستقبل.

أولا تفسير الارتباط السلبى بين درجات الضغوط مع الوالدين ودرجات الاتساع:

يمكن تفسير النتائج على النحو التالى:

الاتساع هو الفترة الزمنية المتوقعة التى يضعها الفرد فى الحسبان عندما يتعلق الأمر باستكمال خططه وتحقيق أهدافه.

الضغوط مع الوالدين تؤثر سلبياً على تفكير الفرد فى مستقبله وعلى المدة التى يستغرقها لتحقيق طموحاته وأهدافه، فلابد من توفرالبيئة الأسرية التى تتسم بالتواصل الجيد والعلاقات الجيدة بين الأبناء والوالدين والتى تشجع على التفكير والتخطيط الجيد والإيجابى فى المستقبل حتى يتم تحقيق الأهداف والآمال المستقبلية فى أقرب وقت ممكن، ولقد أكد Masa,Bates,&Chowa(2021,1299) أن الوالدين الذين يظهرون بشكل مستمرالمودة والحب والرعاية تجاه أبنائهم المراهقين فهم بذلك يدفعون أبنائهم إلى الانخراط فى التفكير المستقبلى، حيث يدرك المراهقون أن علاقتهم بوالديهم عامل هام وضرورى للتخطيط لمستقبلهم، وهذا التواصل والعلاقة الجيدة بالوالدين تسمح للوالدين بتقديم نصائح موجهة نحو المستقبل لأبنائهم، وأمثلة واقعية للسلوكيات الموجهة نحو الهدف والتى بدورها تؤثر على قرارات أبنائهم.

ثانياً تفسير الارتباط السلبى بين درجات الضغوط مع الوالدين والدرجة الكلية للتوجه نحو المستقبل:

تتفق هذه النتائج مع عدة أبحاث أظهرت الارتباط والعلاقة السلبية بين الضغوط مع الوالدين والتوجه نحو المستقبل مثل:

لقد ذكر(McCabe,&Barnett(2000-B,503 أن المراهقين الذين يعيشون فى ظروف أسرية غير مستقرة وتزيد فيها الصراعات المتكررة بين أفراد الأسرة (الضغوط مع الوالدين) يصبحون عرضة للمرض النفسى، وتكون أفكارهم ومشاعرهم سلبية حول المستقبل، ويكون لديهم رؤية متشائمة للمستقبل.

كما اتفقت هذه النتائج مع Mazibuko,&Tlale(2014-A,245) الذى أكد أن غياب ونقص الحب والعطف من الوالدين، ونقص رقابة الوالدين لأبنائهم المراهقين (ضغوط مع الوالدين) يساهم فى التوجه المحدود نحو المستقبل لأبنائهم، واتفقت أيضاً النتائج مع Mazibuko,&Tlale(2014-B,74) الذى توصل إلى أن عدم مشاركة الوالدين لأبنائهم المراهقين فى دراستهم الأكاديمية (ضغوط مع الوالدين) له تأثير سلبى على طموحات وتطلعات المراهقين وآمالهم فى تحقيق أهدافهم المستقبلية .

ويمكن تفسير ذلك على النحو التالى:

إن تعرض المراهق للعنف الأسرى (الضغوط مع الوالدين) تحد وتقلل من قدرته على التفكير فى المستقبل وتعيق نمو أمله فى المستقبل، فالحياة داخل مجتمع عنيف لاتزرع فى المراهق الثقة والأمل بالمستقبل، فلا يتمكن المراهقون الذين ينشأون فى بيئات عنيفة من رؤية مستقبل لأنفسهم ويعتقدون أن خيارهم الوحيد هو حياة يسودها العنف ويؤدى هذا إلى شعورهم باليأس تجاه أنفسهم ومستقبلهم وبالتالى توجه متشائم تجاه المستقبل (Stoddard ,et al., 2011, 239).

ولقد أكدت نتائج دراسة(Schmidt, et al.,(2018 أن زيادة التعرض للعنف خلال فترة المراهقة (الضغوط مع الوالدين) يرتبط بزيادة مستويات الضغوط، وبالتالى يؤدى إلى نظرة سلبية للمستقبل، فالشباب المعرضون للعنف أكثر عرضة لليأس، وأقل احتمالية لتوقع مستقبل إيجابى لأنفسهم، حيث التعرض للعنف يعطل قدرة الفرد على التفكير والتخطيط للمستقبل بسبب انشغاله بالضغوط الناتجة عن العنف، والتى تؤثر سلباً على توجهه نحو المستقبل.

فالمناخ الأسرى السلبى(ضغوط مع الوالدين) يؤثر سلباً على التوجه نحو المستقبل للأبناء حيث يجعل الأبناء أكثر تشاؤماً ولديهم خطط مستقبلية أقل مقارنة بالأبناء ذوى المناخ الأسرى الإيجابى السوى، (McCabe,&Barnett ,2000-B,493).

كما أن الضغوط مع الوالدين ترتبط سلبيا بالتوجه نحو المستقبل بشكل غير مباشر من خلال الانحراف، فقد أشارت نتائج دراسة Cui,et al,(2020) إلى أن التعرض لسوء المعاملة من الأسرة (الضغوط مع الوالدين) يؤدى إلى زيادة السلوكيات المنحرفة وانخفاض تقدير الذات لدى الأبناء، كما أشارت إلى وجود علاقات مباشرة بين زيادة التوجه نحو المستقبل وانخفاض الانحراف بين الشباب، ونظرا لارتباط انخفاض الانحراف بين الشباب بزيادة التوجه نحو المستقبل(العلاقة بينهما سلبية)، أى كلما انخفض التوجه نحو المستقبل زادت معدلات الانحراف، فبالتالى تكون العلاقة سلبية بين الضغوط مع الوالدين والتوجه نحو المستقبل.

كما يمكن تفسير ذلك بأن تعرض المراهقين للايذاء الانفعالى من الأسرة يؤثر سلبيا على توجهاتهم نحو مسستقبلهم حيث أشارت نتائج دراسة Hamilton,et al.(2015) إلى أن تعرض المراهقين للايذاء الانفعالى من الأسرة يتنبأ بزيادة اليأس لديهم وزيادة أعراض الاكتئاب، ويكون لديهم ميل أقل للتخطيط لمستقبلهم، ويؤدى فى النهاية إلى زيادة اليأس والتشاؤم من المستقبل نتيجة معاناتهم وخبرتهم السلبية من تعرضهم للإيذاء الانفعالى.

وترى الباحثة أن الضغوط مع الوالدين تؤثر سلبيا على تفكير وتخطيط الابناء لمستقبلهم، وتجعل نظرتهم سلبية وتشاؤمية لمستقبلهم مما يعوقهم عن تحقيق أهدافهم وطموحاتهم المستقبلية ويؤدى فى النهاية إلى توجه سلبى نحو المستقبل نظرا للجو الأسرى الغيرسوى الملىء بالمشاحنات والصراعات سواء بين الوالدين أنفسهم أو سوء معاملة الوالدين لأبنائهم أو من خلال انفصال الوالدين أو وفاة أحد الوالدين أو غياب الحوار والتواصل والتفاهم بين الابن ووالديه، وافتقاده للمناخ الاسرى الذى يشجعه على

الطموح والتفوق الدراسى، أو تعرضه للتفرقة فى المعاملة من والديه بينه وبين اخوته، أو تعرضه لإهمال والديه وعدم مشاركتهم له فى مشاكله وأموره الدراسية.

(٣) يتضح من الجدول وجود ارتباطات سالبة ودالة إحصائياً بين درجات الضغوط مع الإخوة ودرجات التوجه نحو المستقبل (في جميع الأبعاد والدرجات الكلية).

تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة Giollabhui,et al.(2018) التى أشارت إلى أن التعرض لأحداث وخبرات مؤلمة وضاغطة سواء فى الطفولة أو فى مرحلة المراهقة يرتبط بزيادة فى اليأس وتوجه سلبى نحو المستقبل، كما اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة Fusco,et al.(2019) التى أكدت أن التوجه نحو المستقبل يتأثر بالظروف الأسرية، حيث يتم إحباط وإعاقة التوجه نحو المستقبل بسبب ظروف وأحداث الحياة السلبية كالتعرض للعنف من أفراد الأسرة (الضغوط مع الإخوة).

ويمكن تفسير هذه النتائج على النحو التالى:

الضغوط مع الإخوة تؤثر سلبيا على التفكير والتخطيط الجيد للمستقبل بل وتجعل نظرة الطالب لمستقبله نظرة سلبية يغلب عليها التشاؤم واليأس، لأنه يكون فى حالة نفسية سيئة ويسيطرعليه مشاعر سلبية كالحزن والاكتئاب والألم والاحباط بسبب صراعاته المتكررة مع إخوته أو سوء معاملتهم له أو سخريتهم له ونقدهم المستمر لتصرفاته وسلوكياته إلى جانب عدم وجود تفاهم وتوافق مع إخوته وافتقاده الدعم والتشجيع من إخوته على التفوق والطموح، الأمر الذى يجعله غير قادر على التفكير بشكل إيجابى ولا يستطيع مواجهة العقبات وتحمل الضغوط التى تعترضه بل يستسلم لإحباطاته وظروفه الأسرية السيئة مما يؤدى إلى توجه سلبى نحو مستقبله لغياب دور الإخوة الإيجابى فى حياته، وقد أكد ذلك Li(2020,2) الذى أكد أن التعرض للمناخ الاجتماعى العنيف يقلل من توقعات الشباب المستقبلية، ويقلل من الم شاعر الإيجابية حول المستقبل، ويؤدى إلى انخفاض التوجه نحو المستقبل

(٤) توجد ارتباطات سالبة ودالة إحصائياً بين درجات الضغوط الاقتصادية ودرجات التوجه نحو المستقبل.

تتفق هذه النتائج مع دراسة Mazibuko,&Tlale (2014-B) التى أظهرت أن المراهقين ذوى المستوى الاقتصادى المنخفض لديهم توجه محدود تجاه الأحداث المستقبلية، لذلك هم فى خطر متزايد، كما اتفقت هذه النتائج مع Alm,&Laftman(2016,325)الذى ذكرأن الأفراد ذوى الطبقات الاقتصادية والاجتماعية المرتفعة ينظرون إلى المستقبل بشكل أكثر تفاؤلاً من أولئك الذين ينتمون إلى طبقات اقتصادية واجتماعية منخفضة، كما تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة Mistry,et al.(2009)التى أشارت إلى أن الضغوط الاقتصادية لها تأثيرات واضحة على الطموحات والتوقعات المستقبلية التعليمية والمهنية للمراهقين، كما أشارت النتائج إلى أن الضغوط الاقتصادية تؤثر على التحصيل الأكاديمى للمراهقين، وعلى مشاركتهم المدرسية، وعلى مواقفهم الإيجابية حول التعليم.

واتفقت أيضاً هذه النتائج مع نتائج دراسة Fusco,et al.(2019) التى أشارت إلى أن تنمية وتطوير التوجه نحو المستقبل يتأثر بالظروف الأسرية الاجتماعية، حيث يتم إحباط وإعاقة التوجه نحو المستقبل بسبب ظروف وأحداث الحياة السلبية كالفقر(ضغوط اقتصادية)، كما اتفقت هذه النتائج أيضاً مع دراسة McCabe,&Barnett(2000-B) التى أظهرت أن الفقر والوضع الاقتصادى المنخفض للأسرة يرتبط بتوجه محدود ومتشائم نحو المستقبل لدى الأبناء .

ويمكن تفسير النتائج على النحو التالى:

إن الفقر(ضغوط اقتصادية) يحد ويقلل من قدرة المراهق على التفكير فى المستقبل ويعيق نمو أمله فى المستقبل، فالفقر يؤثر سلبًا على قدرة المراهق على التفكير فى مستقبله مما يؤدى إلى شعوره باليأس وبالتالى نظرة تشاؤمية للمستقبل وتوجه سلبى متشائم نحو المستقبل (Stoddard ,et al.,2011,239).

كما أن عوامل الخطر البيئية مثل الأزمات الاقتصادية التى تعانى منها بعض الدول تمنع تطور التوجه نحو المستقبل فى مرحلة المراهقة، ويؤدى ذلك إلى انعدام الأمل تجاه المستقبل.(Santilli,et al.,2015,2)

فالتوجه نحو المستقبل للمراهقين يختلف باختلاف الطبقة الاجتماعية والاقتصادية، فالمراهقون ذوو الطبقات الاجتماعية المنخفضة لديهم رؤية أقل إيجابية لمستقبلهم، وتفاؤل أقل بشأن مستقبلهم، مقارنة بالمراهقين ذوى الطبقات الاجتماعية المرتفعة .(Alm,et al.,2019,63)

ويمكن تفسير دورالضغوط الأقتصادية فى التنبؤ بالتوجه نحو المستقبل فالآباء والأمهات الذين يعانون من ضغوط اقتصادية يكونون أكثر تشاؤماً بشأن حياتهم ومستقبل أبنائهم نظرا لقلة دخل الأسرة وعدم القدرة على تلبية وتوفير احتياجات الأسرة الضرورية، وعدم توفيرفرص وظروف تعليمية جيدة وبالتالى تقل فرصة تشجيعهم لأبنائهم على استكمال التعليم والالتحاق بمرحلة التعليم العالى، وبالتالى معتقدات وأفكارالوالدين المحبطة تثبط من توقعات أبنائهم وتطلعاتهم وطموحاتهم المستقبلية التعليمية والوظيفية، وتقلل من شعورهم بالأمل حول مستقبلهم، بينما على النقيض من ذلك فإن الوالدين ذوى الوضع الاجتماعى والاقتصادى المرتفع وأصحاب المهن المرموقة لديهم توقعات تعليمية ومهنية أعلى لأبنائهم مقارنة بالوالدين ذوى الوضع الاجتماعى والاقتصادى المنخفض كما يميلون إلى تشجيع أبنائهم على التطلع إلى نفس مناصبهم المرمرقة.

وقد ذكر Hanifah,&Pujitati(2018,97) أن المستوى الاقتصادى والاجتماعى للأسرة هو أحد العوامل التى تؤثرعلى الدافعية لمواصلة الدراسة الجامعية فكلما ارتفع المستوى الاقتصادى والاجتماعى للأسرة كلما زاد دافعية الطلاب لمواصلة الدراسة الجامعية نتيجة اهتمام وتشجيع الوالدين لأبنائهم لمواصلة تعليمهم، ومن خلال تلبية احتياجات أبنائهم التعليمية مثل تلبية وتوفيرالأدوات والأجهزة المستخدمة فى

التعليم، ودفع نفقات التعليم الخاصة بدفع مصاريف الدراسة الجامعية، ودفع الخدمات الأخرى المرتبطة بالدراسة الجامعية من مصاريف كتب دراسية ومصروفات انتقال ونفقات معيشية.

بالإضافة إلى أن نقص الموارد الاقتصادية للأسرة وانخفاض المستوى الاقتصادى والاجتماعى للأسرة يقلل من تطوروتنمية خيال المراهقين في المستقبل ويجعل من الصعب عليهم رؤية المستقبل والتخطيط له، ويرتبط بتوقعات تعليمية منخفضة الأمر الذى يؤدى إلى زيادة معدلات التسرب من التعليم، وبالتالى يؤدى إلى انخفاض توجهات المراهقين نحو المستقبل (Chen,et al.,2021,3)

(٥) توجد ارتباطات سالبة ودالة إحصائياً بين درجات الضغوط الأسرية ككل ودرجات التوجه نحو المستقبل (في جميع الأبعاد والدرجات الكلية)

تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة Florencio,et al.(2017) التى استهدفت وصف تصورات المراهقين للضغوط التى يتعرضون لها وتوقعاتهم المستقبلية، وأجريت الدراسة على طلاب المرحلة الثانوية، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن المراهقين الذين عانوا من ضغوط أسرية ليس لديهم توقعات للمستقبل، بينما المراهقون الذين لم يتعرضوا لأى ضغوط يتسمون بعلاقات جيدة مع أسرهم، ولديهم توقعات مستقبلية جيدة وواضحة.

ويمكن تفسير النتائج على النحو التالى:

لقد فسرت نظرية الكفاح من أجل الأهمية والتفوق لأدلر التوجه نحو المستقبل بأنه حالة الكمال الى يسعى الفرد للوصول إليها عن طريق السعى إلى التفوق والإبداع والنجاح، فبالتالى إن التوجه إيجابى نحو المستقبل يتطلب توفير الظروف المناسبة التى تساعد على تنمية هذا التوجه الإيجابى، وهناك عوامل سلبية تؤثر على تطويره وتنميته.

فالبيئة الأسرية والاجتماعية للمراهقين تؤثرفى تطويروتنمية التوجه نحو المستقبل لديهم (Skinner,etal.,2022,3)، حيث أكدت نتائج دراسة .Giollabhui,et al

(2018) أن أحداث وخبرات الطفولة المؤلمة، وأحداث الحياة السلبية التى تحدث خلال فترة المراهقة ترتبط بزيادة اليأس للمراهقين وانخفاض التوجه نحو المستقبل لديهم.

والعوامل البيئية مثل العنف والفقرتحد وتقلل من قدرة المراهق على التفكير فى المستقبل وتعيق نمو الأمل فى المستقبل، فالفقر يؤثر سلباً على قدرة المراهق على التفكير فى مستقبله مما يؤدى إلى الشعور باليأس، والحياة داخل مجتمع عنيف لاتزرع فى المراهق الثقة والأمل بالمستقبل، فلا يتمكن المراهقون الذين ينشأون فى بيئات عنيفة من رؤية مستقبل لأنفسهم ويعتقدون أن خيارهم الوحيد هو حياة يسودها العنف ويؤدى هذا إلى شعورهم باليأس تجاه أنفسهم ومستقبلهم(Stoddard,et al.,2011,239) .

والضغوط الأسرية تؤدى إلى نقص الكفاءة الذاتية للفرد (Kwon,&Oh,2021,3)، ولقد توصلت نتائج دراسة Elsayed (2019) إلى وجود علاقة إيجابية بين التوجه نحو المستقبل والكفاءة الذاتية لدى طلاب المدارس الثانوية فكلما انخفض التوجه نحو المستقبل قلت الكفاءة الذاتية، وبالتالى الضغوط الأسرية تؤدى إلى انخفاض التوجه نحو المستقبل أى أن العلاقة بينهما سلبية.

ولقد أظهرت نتائج دراسة Mistry, et al.(2009) أن الضغوط الاقتصادية لها تأثيرات واضحة على الطموحات والتطلعات والآفاق المستقبلية التعليمية والمهنية لدى المراهقين، كما تؤثر الضغوط الاقتصادية على التحصيل الأكاديمى للمراهقين، والمشاركة المدرسية، وعلى الاتجاهات الإيجابية للتعلم.

فالأفراد ذووالطبقات الاجتماعية والاقتصادية المرتفعة ينظرون إلى المستقبل بشكل أكثر تفاؤلاً من أولئك الذين ينتمون إلى طبقات اجتماعية واقتصادية منخفضة(Alam,&Laftman,2016,325).

والآباء والأمهات الذين يعانون من ضغوط اقتصادية أكثر تشاؤما بشأن حياتهم ومستقبل أطفالهم، ويقل احتمال تشجيعهم لأبنائهم المراهقين على الالتحاق بالجامعة، ويؤدى ذلك إلى تثبيط وضعف توقعات أبنائهم المراهقين المستقبلية وطموحاتهم

الوظيفية، كما أن بطالة الوالدين تتسبب فى زيادة اكتئاب أبنائهم وتقلب مزاجهم، ونقص شعورهم بالأمان وانعدام أملهم فى المستقبل، وتحرم أبناءهم من وجود النموذج الإيجابي الذى يساعدهم على البحث عن هوية مهنية، وتؤثر على توجههم نحو المستقبل (Mazibuko,&Tlale,2014-A,243).

بالإضافة إلى أن التعرض للصعوبات الاجتماعية (مثل الأزمات الاقتصادية، والتعرض للعنف) يقلل من توقعات الشباب المستقبلية، حيث أن التعرض الكثير لهذه الصعوبات الاجتماعية يرتبط بانخفاض التوجه نحو المستقبل(Li,2020,2) .

ويساهم غياب ونقص الحب والعطف من الوالدين، ونقص رقابة الوالدين لأبنائهم المراهقين (ضغوط مع الوالدين) فى التوجه المحدود نحو المستقبل لأبنائهم(Mazibuko,&Tlale,2014-,245) ، وعدم مشاركة الوالدين لأبنائهم المراهقين فى دراستهم الأكاديمية (ضغوط مع الوالدين) له تأثير سلبى على طموحات وتطلعات المراهقين وآمالهم فى تحقيق أهدافهم المستقبلية (Mazibuko,&Tlale,2014-B,74).

كما أن الدعم الأسرى من الوالدين له تأثير مباشر على توجه أبنائهم نحو المستقبل، فالدعم الأكبر من الوالدين يرتبط بتوجهات أكثر إيجابية نحو المستقبل، ووجود تفاؤل أكبر بين المراهقين والعكس صحيح (Neblett,&Cortina,2006,807) .

وأشار Fusco,et al.(2019,65) إلى أن تنمية وتطوير التوجه نحو المستقبل يتأثر بالظروف الأسرية الاجتماعية، حيث يتم إحباط وإعاقة التوجه نحو المستقبل بسبب ظروف وأحداث الحياة السلبية كالفقر، والتعرض للعنف من الإخوة، وأكدت نتائج دراسة Schmidt, et al. (2018) أن زيادة التعرض للعنف خلال فترة المراهقة (ضغوط مع الوالدين) يرتبط بزيادة مستويات الضغوط، وبالتالى يؤدى إلى نظرة سلبية للمستقبل، فالشباب المعرضون للعنف أكثر عرضة لليأس، وأقل احتمالية لتوقع مستقبل إيجابى

لأنفسهم، حيث التعرض للعنف يعطل قدرة الفرد على التفكير والتخطيط للمستقبل بسبب انشغاله بالضغوط الناتجة عن العنف، والتى تؤثر سلباً على توجهه نحو المستقبل.

بالإضافة إلى أن المراهقين الذين يعيشون فى ظروف أسرية غير مستقرة وتزيد فيها الصراعات المتكررة بين أفراد الأسرة (ضغوط مع الوالدين) يصبحون عرضة للمرض النفسى، وتكون أفكارهم ومشاعرهم سلبية حول المستقبل، ويكون لديهم رؤية متشائمة للمستقبل (McCabe,&Barnett,2000-B, 503).

وبطالة الوالدين أو انخفاض المستوى التعليمى للوالدين، أو تعاطى أحد الوالدين للكحوليات تزيد من ضغوط الطالب مع والديه وتؤثر سلباً على توجهه نحو مستقبله حيث أشار(Mazibuko,&Tlale(2014-A,243,244 إلى أن بطالة الوالدين تتسبب فى زيادة اكتئاب المراهق، وتقلب مزاجه، وتناقص شعوره بالأمان وانعدام أمله فى المستقبل، كما أنها تحرم المراهق من وجود النموذج الإيجابى (والديه) الذى يساعده فى البحث عن هوية مهنية ويؤثر سلبا على توجهه نحو مستقبله، وتعاطى الوالدين للكحوليات يعرض أبنائهما لخطر سوء التوافق الاجتماعى، وتدنى تقدير الذات، والتوجه المحدود نحو المستقبل كما أن تعاطى الوالدين للكحوليات يتسبب فى مشاكل أسرية وعدم استقرار للأسرة.

كما تساهم عدة عوامل مثل رفض الذات، واليأس، والصراعات التى يعانى منها المراهق (والتى تمثل ضغوطًا شخصية) فى التوجه السلبي والمنخفض نحو المستقبل لديه(Mazibuko,& Tlale, 2014-A,244, 245).

ومفهوم الذات السلبى(ضغوط شخصية) يؤثر على التوجه نحو المستقبل للمراهق، فقد أشار Mazibuko,&Tlale(2014-B,76) إلى أن المراهقين ذوى مفهوم الذات السلبى يكون لديهم نظرة سلبية للمستقبل، ويقومون بإحباط وإعاقة توجههم نجو المستقبل.

كما أن تقدير الذات المنخفض (ضغوط شخصية)عامل سلبى على توجه المراهقين نحو مستقبلهم، فقد أشار(Voisin,Kim,Bassett,&Marotta(2020,148 إلى أن تقدير الذات المرتفع يتنبأ بتوجه مرتفع نحو المستقبل فالمراهقين الذين يتسمون بالثقة فى قدراتهم ينظرون إلى مستقبلهم بتفاؤل أكبر مقارنة بالمراهقين ذوى تقدير الذات المنخفض.

وقد سبق الإشارة إلى أن الظروف الاقتصادية للأسرة تؤثر فى التوجه نحو المستقبل حيث أن الوضع الاقتصادى والاجتماعى المنخفض للأسرة يرتبط بالتوجه المحدود والغيرواقعى نحو المستقبل، وقد أكد ذلك دراسة (Alm,et al.(2019,63 حيث أشار إلى أن التوجه نحو المستقبل للمراهقين يختلف باختلاف الطبقة الاجتماعية والاقتصادية، فالمراهقون ذوو الطبقات الاجتماعية المنخفضة لديهم رؤية أقل إيجابية لمستقبلهم مقارنة بالمراهقين ذوى الطبقات الاجتماعية المرتفعة.

ويتضح مما سبق أن هناك علاقة عكسية سلبية بين الضغوط الأسرية وتوجه المراهق نحو مستقبله، فالضغوط الأسرية التى يتعرض لها المراهق داخل الأسرة سواء كانت ضغوطًا اقتصادية كالفقرأو انخفاض المستوى الاقتصادى للأسرة، أو ضغوطًا مع الوالدين سواء تعرضه للعنف من الوالدين، أو أحداث الطفولة المؤلمة، وحرمانه من الجو الأسرى الذى يتسم بالحب والعطف والدفء، كما أن الضغوط الشخصية التى يعانى منها المراهق والتى تشكل تهديدًا بالنسبة لصحته النفسية وتوجهه نحو مستقبله والتى تتمثل فى مفهومه السلبى نحو ذاته ، وشعوره باليأس، والصراعات الداخلية التى يعانى منها كل ذلك يؤثر سلبيا على تطلعاته وطموحاته المستقبلية نتيجة الآثار النفسية المترتبة على هذه الضغوط والتى تجعله متشائمًا ومكتئبًا وتنعكس فى نظرته السلبية للمستقبل وتعطل تفكيره وتخطيطه لمستقبله الأمر الذى يؤدى إلى انخفاض التوجه نحو المستقبل أو توجه سلبى نحو المستقبل.

نتائج الفرض الثانى ومنافشتها:

ينص الفرض علي أنه: لاتوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكوروالإناث(من طلاب المرحلة الثانوية) علي مقياس الضغوط الأسرية (الأبعاد والدرجة الكلية) ولاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين من البيانات والنتائج كما يلي:

جدول (١٣) دلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكوروالإناث (من طلاب المرحلة الثانوية) علي مقياس الضغوط الأسرية (الأبعاد والدرجة الكلية)

الضغوط الأسرية	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	" ت "	الدلالة
(١) الضغوط الشخصية	الإناث	٢٢٧	٢٧,٢٨٢	٤,٦٠٨	٥,١٤٤	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	٢٩,٧٠٠	٤,٨٣٧		
(٢) الضغوط مع الوالدين	الإناث	٢٢٧	٢٨,٩٠٨	٦,٦٢٨	٣,٨٤٣	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	٣١,٥١١	٦,٩٨٥		
(٣) الضغوط مع الإخوة	الإناث	٢٢٧	٢٥,٤١٩	٥,٩٩٧	٢,٣٨١	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	٢٦,٨٨٩	٦,٤١٨		
(٤) الضغوط الاقتصادية	الإناث	٢٢٧	٢٤,٠٥٣	٥,٥٧٥	٤,٥٣٦	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	٢٦,٧٠٠	٦,١٧٣		
الدرجة الكلية لمقياس الضغوط الأسرية	الإناث	٢٢٧	١٠٥,٦٦١	١٨,٥٢٨	٤,٧٠٠	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	١١٤,٨٠٠	٢٠,٦٢٧		

يتضح من الجدول أن : جميع قيم (ت) دالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١) لصالح الذكور، وهذا يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوي ٠,٠١) بين متوسطات درجات الذكور والإناث في الضغوط الأسرية (في جميع الأبعاد، والدرجات الكلية) لصالح الذكور .

وتختلف هذه النتائج مع نتائج دراسة تهانى العويوى (٢٠١٤) التى أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية فى متوسطات درجات الضغوط الأسرية تعزى لمتغير الجنس لدى طلبة الثانوية العامة فى مدينة الجليل، كما تختلف هذه النتائج مع نتائج دراسة Leung,&To (2009) التى أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث من طلاب الثانوية العامة في الضغوط الأسرية

لصالح الإناث، حيث أشارت إلى أن الإناث تعانى من مستويات مرتفعة من الضغوط الأسرية مقارنة بالذكور.

ويمكن تفسير النتائج السابقة وفقًا لما يلى:

تفسر الباحثة ارتفاع مستوى الضغوط الأسرية لصالح الذكور من طلاب الثانوية العامة وذلك يرجع إلى أن الضغوط الشخصية (أحد أبعاد الضغوط الأسرية) للطالب والتى تتضمن الضغوط التى تتعلق بالنواحى النفسية والانفعالية والاكاديمية للطالب نفسه والتى يعانى منها نتيجة خوفه من الامتحانات، وقلقه حول مستقبله، وخوفه من عدم تحقيق حلم أسرته فى التفوق ودخوله أحد كليات القمة، وقلقه من عدم تحقيق أحلامه وطموحاته المستقبلية، إلى جانب التوقعات المبالغ فيها من جانب والديهم، الأمر الذى يظهر لدى الذكور بدرجة أكبر من الإناث نتيجة نظرة وثقافة المجتمع والأسرة التى تضع كل الآمال والطموحات فى الذكر لكونه هو المسئول عن الإنفاق وتكوين أسرة ، والكثير من المسئوليات المادية فلابد من أن يكون مؤهلاً لذلك من خلال كونه ذا مركز علمى مرموق الأمر الذى يتحقق من خلال حصوله على مجموع مرتفع فى الثانوية العامة وحرمانه من كافة أنواع وسائل الترفيه التى تؤثر على وقته وتركيزه، كما أنه لاتزال النظرة الخاطئة للذكرعلى أنه أفضل من الأنثى تجعل الآباء يتصرفون بشكل خاطىء ويمارسون ضغوطًا متزايدة على الذكر من أجل تحقيق حلم الأسرة فى التفوق ودخول أحد كليات القمة أكثر من الاهتمام بالأنثي الأمرالذى يؤدى إلى معاناة الذكور من هذه الضغوط الشخصية التى يسببها الوالدان.

نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

ينص الفرض علي أنه : لاتوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث (من طلاب المرحلة الثانوية) علي مقياس المرونة النفسية (الأبعاد والدرجة الكلية) ولاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين من البيانات والنتائج كما يلي:

جدول (١٥) دلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث (من طلاب المرحلة الثانوية) علي مقياس المرونة النفسية (الأبعاد والدرجة الكلية)

المرونة النفسية	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	" ت "	الدلالة
(١) الكفاءة الشخصية	الإناث	٢٢٧	١٨,١٣٢	٢,٦٩٩	٥,٢٠٥	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	١٦,٦٩٤	٢,٨٥٢		
(٢) الكفاءة الاجتماعية	الإناث	٢٢٧	١٧,١٨٩	٣,٢٥٧	٤,٥١٣	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	١٥,٧٨٣	٢,٩٤٣		
(٣) التماسك الأسري	الإناث	٢٢٧	٢٢,٥٣٧	٤,٠٥٩	٥,١٦٥	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	٢٠,٤٧٢	٣,٩٣٩		
(٤) التنظيم الذاتي	الإناث	٢٢٧	١٤,٩٨٢	٢,٣٣٣	٤,٢٧٨	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	١٣,٩٦١	٢,٤٦٤		
(٥) التعامل مع الضغوط	الإناث	٢٢٧	١١,٨٠٢	٢,٠٠٢	٣,٨٨١	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	١١,٠٣٣	١,٩٦٠		
المرونة النفسية ككل	الإناث	٢٢٧	٨٤,٦٤٣	١١,٨٤٨	٥,٨٩٩	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	٧٧,٩٤٤	١٠,٧٥٤		

يتضح من الجدول أن : جميع قيم (ت) دالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١) لصالح الإناث ، وهذا يعني أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوي ٠,٠١) بين متوسطات درجات الذكور والإناث في المرونة النفسية (في جميع الأبعاد، والدرجات الكلية) لصالح الإناث .

وتختلف هذه النتائج مع نتائج دراسة أسماء صميدة (٢٠١٩) التى توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى المرونة النفسية، كما اختلفت هذه النتائج مع نتائج دراسة محمد دحلان (٢٠٢٢) التى توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات الذكور والإناث لدى طلاب الصف العاشر بمحافظة غرب خان يونس فى المرونة النفسية ، كما اختلفت أيضا النتائج مع نتائج دراسة غدير الهريمى، وفدوى الحلبية(٢٠٢٢) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً فى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس لدى طلبة الثانوية العامة فى ضواحى القدس، واختلفت أيضا نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة حلمى فرغلى (٢٠١٣) التى توصلت إلى فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في المرونة النفسية لصالح الذكور، واختلفت النتائج مع دراسة Aldhaidan(2020) التى أشارت إلى أن المراهقين الذكورأكثر مرونة من الإناث

ويمكن تفسير النتائج على النحو التالى:

المرونة النفسية هى قدرة الفرد على الوقوف فى مواجهة النتائج المحبطة والفشل، والقدرة على التعافى من تجارب ومحن مؤلمة والقدرة على تطوير وتنمية التسامح الإيجابى، وقدرة الفرد على مواجهة الضغوط والمحن (Aldhaidan,2020,162)

وقد يرجع ارتفاع المرونة النفسية لدى الإناث من طلاب الثانوية العامة إلى عدة عوامل منها تمتع الإناث ببعض الخصائص والصفات الشخصية الإيجابية الداعمة للمرونة النفسية كالمهارات الاجتماعية، والتفاؤل، والرضا النفسى، وتقديرذات مرتفع حيث أكد Aldhaidan(2020,163) أن المرونة النفسية ترتبط بشكل إيجابى بكل من التفاؤل، والرضا النفسى، وتقدير الذات، والطمأنينة الانفعالية.

وقد يرجع ارتفاع المرونة النفسية لدى الإناث إلى قدرتهن على مواجهة الضغوط، والتعامل مع المشكلات والمواقف العصيبة نتيجة تمتعهن بالهدوء والصبر والاتزان الانفعالى مقارنة بالذكور الذين يسيطر عليهم التهور والعصبية وعدم الصبر، بالإضافة إلى تمتعهن بالتفكير الإيجابى الذى يساعدهن على التفسير الإيجابى للأحداث من حولهن، والتكيف الإيجابى مع أحداث الحياة السلبية، وقد أكد ذلك محمد المنتشرى (٢٠٢٠، ٢٠٢) بأن الأشخاص الذين يتمتعون بمستويات عالية من المرونة النفسية هم أكثر نجاحاً فى مواجهة المواقف العصيبة، وأكثر فاعلية فى التعامل مع الإجهاد والمشقة، بالمقابل فإن الأفراد الذين لديهم مستويات أقل من المرونة النفسية هم أقل نجاحاً فى مواجهة المواقف العصيبة، وأقل فاعلية فى التعامل مع الإجهاد والمشقة وعرضة للإصابة بالأمراض النفسية كالاكتئاب والقلق.

كما قد يرجع ارتفاع مستوى المرونة النفسية لدى الإناث إلى دور الأسرة والمدرسة الإيجابى فى تنمية المرونة النفسية لديهن من خلال توفير الرعاية والتوجيه والدعم الأسرى والمدرسى حيث أشار Wu,et al.(2020,8) إلى أن الترابط والارتباط المدرسي يلعب دوراً هاماً فى تعزيز المرونة النفسية للمراهقين، وكذلك توفر المناخ

الأسرى السوى الذى يساعد على التنشئة السوية واكتساب السمات الإيجابية كالمرونة النفسية التى يلزم اكتسابها ضرورة التفاعل والتواصل الجيد بين الوالدين وأبنائهم وكذلك التماسك الأسرى لتنمية المرونة النفسية، فقد ذكر(Khan,&Deb (2021,1 أن التفاعلات الداعمة بين الوالدين والأبناء والتماسك داخل الأسرة تساهم فى المرونة لدى الأبناء.

كما ترى الباحثة أن ارتفاع المرونة النفسية لدى الإناث يرجع إلى دور الأسرة فى التقليل من الضغوط الأسرية التى تواجهها ومنع الأسرة أى إحباطات وعوائق تقف فى طريقهن والدور الإيجابى للأسرة فى حل المشكلات التى تعترض الأسرة حتى لا تؤثر على الإناث، بالإضافة إلى قرب الإناث من الأمهات خاصة، وخوف وحرص الآباء والأمهات بصفة عامة.

نتائج الفرض الرابع ومناقشتها:

ينص الفرض علي أنه : لاتوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكوروالإناث (من طلاب المرحلة الثانوية) علي مقياس التوجه نحو المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية) ولاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين من البيانات والنتائج كما يلي:

جدول (١٤) دلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث (من طلاب المرحلة الثانوية) علي مقياس التوجه نحو المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية)

التوجه نحو المستقبل	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	" ت "	الدلالة
(١) الاتساع	الإناث	٢٢٧	١٧,٤٩٣	١,٩٨٨	٤,٦٩٤	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	١٦,٥٣٩	٢,٠٩١		
(٢) الدافعية	الإناث	٢٢٧	٧,٠٣١	١,٠٩١	٣,٢٧٥	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	٦,٦٥٠	١,٢٥٣		
(٣) التخطيط	الإناث	٢٢٧	١٣,٣٠٠	٢,٥٧١	٤,٣٦١	٠,٠١
	الذكور	١٨٠	١٤,٤٠٠	٢,٤٧٤		
(٤) التقييم	الإناث	٢٢٧	٧,٢٤٢	١,٣٧٢	٠,٧٦٧	غير دالة
	الذكور	١٨٠	٧,١٣٩	١,٣٢٣		
(٥) الضبط الذاتي	الإناث	٢٢٧	١٠,٨٩٠	١,٦٩٤	٠,٨٠٣	غير دالة
	الذكور	١٨٠	١٠,٧٥٠	١,٨٠٩		
الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل	الإناث	٢٢٧	٥٥,٩٥٦	٤,٨٧٥	٠,٩٢٩	غير دالة
	الذكور	١٨٠	٥٥,٤٧٨	٥,٤٩٠		

يتضح من الجدول أن :

(١) قيم (ت) للفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في كل من الأبعاد : الأول (الاتساع)، والثاني (الدافعية)، والثالث (التخطيط) دالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١) لصالح الإناث.

(٢) قيم (ت) للفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في كل من الأبعاد : الرابع (التقييم)، والخامس (الضبط الذاتي)، والدرجات الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل غير دالة إحصائياً.

وتختلف هذه النتائج مع نتائج دراسة أمجاد الجدعانى، وفاطمة السيد (٢٠٢١) التى توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكوروالإناث فى التوجه نحو المستقبل لصالح الذكورلدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة جدة، كما تختلف هذه النتائج مع نتائج دراسة Oshri,etal.(2018) التى أشارت إلى أن الإناث لديهن مستويات مرتفعة من التوجه نحو المستقبل أعلى من الذكور.

ويمكن تفسير النتائج على النحو التالى:

(١) وجود فروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في كل من الأبعاد : الأول (الاتساع)، والثاني (الدافعية)، والثالث (التخطيط) دالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١) لصالح الإناث .

بعد الاتساع هو "الفترة الزمنية المتوقعة التى يضعها الشخص فى الحسبان عندما يتعلق الأمر باستكمال خططه وتحقيق أهدافه"، والدافعية هى" القوة الذاتية التى تحرك الفرد لتحقيق سلوك معين" ، والتخطيط هو" الطريقة التى يدركها الفرد ويخطط بها لتحقيق هدف معين فى المستقبل"، وقد أشار Alm,&Laftman(2016,325) إلى أن الإناث أكثر تفاؤلاً وإشراقاً بمستقبلهن مقارنة بالذكور، ويرجع تفوق الإناث عن الذكور فى هذه الأبعاد الثلاثة

(الاتساع، والتخطيط ، والدافعية) إلى البيئة الأسرية والاجتماعية فالوالدان لهما الدورالأكبر فى مستقبل أبنائهم، فهم أكثر العوامل التى تؤثر على كيفية تخطيط أبنائهم للمستقبل (Rubiyanti,et al.,2020,781)، كما توصل Marotta,&Voisin(2020,847) إلى أن رقابة وإشراف الوالدين على أبنائهم المراهقين يزيد من قدرتهم على التخطيط للمستقبل، وتوقع عواقب السلوكيات، وزيادة أملهم فى المستقبل، كما قد يرجع تفوق الإناث فى هذه الأبعاد إلى الدعم والتشجيع اللذان يحصلن عليه من أسرتهن فقد ذكر McCabe,&Barnett(2000-B,495) أن الأبناء الذين يتحدث والديهم معهم عن مستقبلهم ويشجعونهم على التخطيط للمستقبل يكون لديهم توجهات إيجابية نحو مستقبلهم.

ويمكن القول بأنه نتيجة لاختلاف أسلوب التنشئة والتربية للإناث عن الذكور حيث يميل الذكور إلى الاستقلال الذاتى عن الأسرة وقضاء أوقات كثيرة خارج المنزل بعيد عن الأسرة فيقل فرصة استفادتهم من أفكاروقيم الوالدين فى التخطيط لمستقبلهم عكس الإناث اللاتى يقضين أوقاتاً كثيرة مع الأسرة وتزيد فرصة استفادتهن من أفكار والديهن، وقد أكد ذلك Crespo,et al.(2013,994) عندما أشار إلى أن المراهقين حددوا أسرهم على أنها المصدرالأكثر شيوعاً للمعلومات حول التخطيط لمستقبلهم يليها الأقران، ثم الوسائط الإعلامية والمدرسة.

كما ترى الباحثة أن هذه الفروق لصالح الإناث ترجع إلى التطور التكنولوجى وتغير نظرة المجتمع والأسرة للأنثى واعطائها مزيداً من الحرية والانفتاح والاهتمام بتعليمها الأمر الذى يجعلها تنظر نظرة إيجابية للمستقبل وتهتم بالتخطيط والتفكيربالمستقبل ووضع التوقعات والاحلام لمستقبلها ، ويزيد لديها الحماس والدافعية والإصرار للوصول إلى تحقيق أهدافها نظرا لاهتمام كل من حولها بها وتغيير النظرة السلبية لها وإنها قد تصبح ذا شأن ومكانة فى المجتمع.

(٢) قيم (ت) للفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في كل من الأبعاد : الرابع (التقييم)، والخامس (الضبط الذاتي)، والدرجات الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل غير دالة إحصائياً.

وتفسر الباحثة عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث فى البعد الرابع (التقييم)، والبعد الخامس (الضبط الذاتى)، والدرجات الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل يرجع إلى أن كلا الجنسين يعيشان فى ظروف موحدة وبيئات أسرية مماثلة من حيث توفر الدعم والتشجيع الأسرى من جانب الوالدين، والجو الأسرى السوى الذى يشجع على التفكير والتخطيط للمستقبل ويحث على النظرة الإيجابية للمستقبل مما يجعلهم يتمتعون بمستوى مماثل من التوجه نحو المستقبل وكذلك البيئة الاجتماعية والمدرسية التى يعيش فيها الطلبة مماثلة من حيث توفير المناخ الدراسي الذى يشجع على الطموح والتوقعات الإيجابية للمستقبل، ويقلل من تأثير الضغوط الأكاديمية التى يعانون منها مما يجعل عدم وجود فروق بينهما فى التوجه نحو المستقبل.

نتائج الفرض الخامس ومناقشتها:

ينص الفرض علي أنه: لاتوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلاب التخصص العلمي ، والتخصص الأدبي (من طلاب المرحلة الثانوية) علي مقياس الضغوط الأسرية (الأبعاد والدرجة الكلية)، ولاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين من البيانات والنتائج كما يلي:

جدول (١٦) دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب التخصص العلمي والتخصص الأدبي (من طلاب المرحلة الثانوية) علي مقياس الضغوط الأسرية (الأبعاد والدرجة الكلية)

الضغوط الأسرية	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	" ت "	الدلالة
(١) الضغوط الشخصية	الأدبي	١٨٦	٢٦,٩٤٦	٤,٤٩٨	٥,٤٤٩	٠,٠١
	العلمي	٢٢١	٢٩,٥٣٤	٤,٨٤٠		
(٢) الضغوط مع الوالدين	الأدبي	١٨٦	٣٠,٣٩٣	٥,٦٠٧	٠,٨٩٤	غير دالة
	العلمي	٢٢١	٢٩,٧٧٨	٧,٦٠٧		
(٣) الضغوط مع الإخوة	الأدبي	١٨٦	٢٥,٩٠٣	٥,٥٦٩	٠,٤٩٢	غير دالة
	العلمي	٢٢١	٢٦,٢٠٨	٦,٧٣٢		
(٤) الضغوط الاقتصادية	الأدبي	١٨٦	٢٥,١١٣	٥,٣٦٧	٠,٣٤٢	غير دالة
	العلمي	٢٢١	٢٥,٣١٧	٦,٤٧٣		
الدرجة الكلية لمقياس الضغوط الأسرية	الأدبي	١٨٦	١٠٨,٣٥٥	١٧,٧٤٥	١,٢٤٩	غير دالة
	العلمي	٢٢١	١١٠,٨٣٧	٢١,٦٦٥		

يتضح من الجدول أن :

(١) قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات طلاب التخصص الأدبي وطلاب التخصص العلمي (من طلاب المرحلة الثانوية) في الضغوط الشخصية دالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١) لصالح طلاب التخصص العلمي.

(٢) قيم (ت) للفروق بين متوسطات درجات طلاب التخصص الأدبي وطلاب التخصص العلمي (من طلاب المرحلة الثانوية) في أبعاد: الضغوط من الوالدين ، والضغوط من الإخوة ، والضغوط الاقتصادية، والدرجات الكلية للضغوط الأسرية غير دالة إحصائياً .

وتختلف هذه النتائج مع نتائج دراسة تهانى العويوى (٢٠١٤) التى توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى متوسطات درجات الضغوط الأسرية لدى طلبة الثانوية العامة فى مدينة الخليل تعزى إلى التخصص لصالح فرع العلوم الإنسانية.

ويمكن تفسير النتائج على النحو التالى:

(١) وتفسر الباحثة وجود فروق دالة إحصائياً بين طلاب التخصص الأدبي وطلاب التخصص العلمي (من طلاب المرحلة الثانوية) في الضغوط الشخصية لصالح طلاب التخصص العلمي، فالضغوط الشخصية للطالب تتضمن الضغوط التى تتعلق

بالنواحى النفسية والانفعالية والاكاديمية للطالب نفسه والتى يعانى منها نتيجة خوفه من الامتحانات، وقلقه حول مستقبله الدراسى، وخوفه من عدم تحقيق حلم أسرته فى التفوق ودخوله أحد كليات القمة، وقلقه من عدم تحقيق أحلامه وطموحاته المستقبلية، وقلة ثقته بقدراته فى تحقيق طموحاته الدراسية، وبعده عن أصدقائه من أجل المذاكرة والتحصيل، إلى جانب التوقعات المبالغ فيها من جانب والديهم، ويرجع سبب ارتفاع هذه الضغوط الشخصية لصالح طلاب التخصص العلمى إلى أن طلبة التخصص العلمى أكثر تحملاً للمسئولية ومواظبة على الدراسة من طلبة التخصص الأدبى، كما أن طلبة التخصص العلمى حريصون على التفوق الدراسى وذو تحصيل أكاديمى مرتفع، ولديهم طموحات وتطلعات مستقبلية أعلى من طلاب التخصص الأدبى، كما أن طلبة التخصص العلمى لديهم الوعى والحرص على تنظيم أوقاتهم ومدركين لقيمة الوقت بالنسبة لهم، ويبذلون قصارى جهدهم للاجتهاد والحصول على درجات أكاديمية مرتفعة، كما قد يرجع ذلك إلى أن طلبة التخصص العلمى لديهم خوف من عدم تحقيق حلم أسرتهم فى دخول أحدى كليات القمة مقارنة بطلاب التخصص الأدبى الأقل طموحا وحماسا، حيث أشار Sulma(2014,32)إلى أن الطلاب ذوى التخصص العلمى يشعرون بأنهم يجب عليهم السعى وراء هدف موجه نحو المستقبل مثل دخول كليات القمة خوفاً من التسبب فى إحباط وخيبة الأمل لأنفسهم، ووالديهم مما يسبب زيادة الضغوط الشخصية لديهم، كما أنه قد تزيد الضغوط الشخصية لدى طلاب التخصص العلمى إذا كان والديهم ذوى مراكز مرموقة فيخشون من عدم التحاقهم بكليات مرموقة مثل والديهم.

(٢) وتفسر الباحثة الفروق بين متوسطات درجات طلاب التخصص الأدبي وطلاب التخصص العلمي (من طلاب المرحلة الثانوية) في أبعاد: الضغوط من الوالدين، والضغوط من الإخوة، والضغوط الاقتصادية، والدرجات الكلية للضغوط الأسرية غير دالة إحصائياً ، وذلك يرجع إلى أن طلاب التخصص العلمى والأدبى يعيشون نفس الظروف المعيشية ونفس الظروف الاقتصادية الصعبة، كما قد يرجع عدم وجود فروق

بينهما إلى أن المشاكل النفسية التى يعانى منها طلبة الثانوية العامة ذوى التخصصين العلمى والأدبى واحدة كصعوبة المناهج، والضغوط النفسية الواقعة على الطالب والأسرة فى آن واحد نتيجة توفير الاحتياجات الأساسية المعيشية ونفقات الدروس الخصوصية لكلا التخصصين، كما أن العملية التعليمية كلها تدور فى جو نفسي محبط وسيىء بسبب تراجع دور المدرسة فى التعليم وبسبب الصورة السلبية لوسائل الاعلام عن الثانوية العامة حيث يصورها الإعلام بأنها أزمة الأسر المصرية مما يجعل الطلاب من التخصصين العلمى والأدبى يعانون خلال هذه السنة من نفس المشاعر السلبية كالقلق والاكتئاب والتوتر والخوف إلى جانب أن طلاب التخصصين العلمى والأدبى يتعرضون لضغوط من الوالدين خاصة بالتركيز وعدم إضاعة الوقت ، وضرورة بذل الجهد والاجتهاد من أجل التحصيل المرتفع.

نتائج الفرض السادس ومناقشتها:

ينص الفرض علي أنه : لاتوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات التخصص الأدبي، والتخصص العلمي (من طلاب المرحلة الثانوية) علي مقياس المرونة النفسية (الأبعاد والدرجة الكلية)، ولاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين من البيانات والنتائج كما يلي:

جدول (١٨) دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب التخصص الأدبي، والتخصص العلمي
(من طلاب المرحلة الثانوية) علي مقياس المرونة النفسية (الأبعاد والدرجة الكلية)

المرونة النفسية	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	" ت "	الدلالة
(١) الكفاءة الشخصية	الأدبي	١٨٦	١٨,١٩٤	٢,٩٧٨	٤,٦٣٢	٠,٠١
	العلمي	٢٢١	١٦,٩٠٩	٢,٦١٣		
(٢) الكفاءة الاجتماعية	الأدبي	١٨٦	١٧,٧٥٣	٣,١٥١	٧,٢٩٢	٠,٠١
	العلمي	٢٢١	١٥,٥٧٠	٢,٨٨٣		
(٣) التماسك الأسري	الأدبي	١٨٦	٢٢,٥٩١	٤,٢٧٥	٤,٤٣٢	٠,٠١
	العلمي	٢٢١	٢٠,٨١٠	٣,٨٣١		
(٤) التنظيم الذاتي	الأدبي	١٨٦	١٤,٨٣٩	٢,٦١٣	٢,٣٤٧	٠,٠٥

	العلمي	٢٢١	١٤,٢٧٢	٢,٢٦٢		
(٥) التعامل مع الضغوط	الأدبي	١٨٦	١١,٩١٩	٢,١٦٨	٤,٢٨٤	٠,٠١
	العلمي	٢٢١	١١,٠٧٧	١,٧٩٩		
المرونة النفسية ككل	الأدبي	١٨٦	٨٥,٢٩٦	١٣,٢٨٦	٥,٨٧٩	٠,٠١
	العلمي	٢٢١	٧٨,٦٣٨	٩,٤٨٧		

يتضح من الجدول أن : جميع قيم (ت) دالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١ أو مستوي ٠,٠٥) لصالح التخصص الأدبي، وهذا يعني أنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب التخصص الأدبي، طلاب التخصص العلمي في المرونة النفسية (في جميع الأبعاد، والدرجات الكلية) لصالح طلاب التخصص الأدبي .

وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسة غدير الهريمى، وفدوى الحلبية (٢٠٢٢) التى توصلت إلى وجود فروق فى المرونة النفسية لدى طلبة الثانوية العامة فى ضواحى القدس لصالح طلبة الفرع الأدبى.

وتختلف هذه النتائج مع نتائج دراسة أمانى عبد التواب (٢٠١٨) التى توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً فى المرونة النفسية لدى طالبات الثانوية العامة تعزى لمتغير التخصص، كما اختلفت هذه النتائج مع نتائج دراسة محمد دحلان (٢٠٢٢) إلى عدم عدم وجود فروق دالة إحصائياً فى المرونة النفسية لدى طلاب الصف العاشر بمحافظة غرب خان يونس تعزى لمتغير التخصص.

ويمكن تفسير النتائج على النحو التالى:

تفسر الباحثة وجود فروق ذات دلالة أحصائية بين متوسطات درجات طلاب التخصص الأدبي، طلاب التخصص العلمي في المرونة النفسية لصالح طلاب التخصص الأدبي يرجع إلى المناخ الأسرى الجيد السوى، والعلاقات الجيدة مع الأصدقاء فقد أشار(Khampirat(2020,2,11 إلى أنه من العوامل المرتبطة بشكل كبير بالمرونة المناخ الأسرى الجيد، والعلاقات الجيدة مع الأصدقاء، إلى جانب تقدير الذات، وقد يرجع ارتفاع المرونة النفسية لدى طلاب التخصص الأدبى إلى تلقى التشجيع

والدعم الكافى من الأسرة بخلاف طلاب التخصص العلمى، فالدعم والرعاية والتوجيه من الأسرة عامل هام فى تنمية المرونة ، حيث أشار Mwangi,et al.(2017,3) إلى أنه إذا تلقى الطلاب الدعم والتوجيه والرعاية من الأسرة وكانت نماذج أدوارالبالغين إيجابية فسيصبحون أكثر مرونة، أما إذا لم يحصل الطالب على الدعم الكافى من الأسرة والمدرسة والدعم من الأقران والمجتمع، وكانت نماذج أدوار البالغين غائبة أو سلبية يصبح الفرد أقل مرونة.

ويمكن تفسير ارتفاع مستوى المرونة النفسية لدى طلاب التخصص الأدبى مقارنة بطلاب التخصص العلمى إلى التفاؤل لديهم حيث أن طبيعة التخصص العلمى وصعوبة الدراسة بالكليات العلمية وما تتضمنه من حضورمستمر وتجارب معملية وبحث علمى، فهى تحتاج إلى مزيد من الجهد والمثابرة والمواظبة ويجعل الطلبة يواجهون الكثير من المشاكل والعقبات فى دراستهم العملية عن الكليات النظرية وهذا يؤثر على التفاؤل لديهم، نتيجة طبيعة الدراسة الصعبة ويجعلهم عرضة للضغوط بشكل مستمر والتى تسبب لهم بعض الإحباط والحزن والتشاؤم، بخلاف الكليات النظرية التى تتميز طبيعة الدراسة فيها بالسهولة والمرونة فى الدراسة وعدم الحضور المستمرمما يجعل الطالب لديه أوقات فراغ يستطيع من خلالها ممارسة أنشطة ترفيهية مختلفة وقلة الضغوط النفسية التى يتعرضون لها مما يجعل نظرتهم متفائلة للحياة من حولهم الأمرالذى يزيد من مرونتهم النفسية، وقد أكدت نتائج دراسة Aldhaidan (2020) ذلك عندما أظهرت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل والمرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، كما أظهرت أن التفاؤل يقلل من التوتر والضغط الانفعالى عند مواجهة الشدائد والمحن، كما يحسن التوافق الانفعالى والسلوكى للطلاب، ويرافق المرونة فى المواقف الضاغطة ويساعد الفرد على التأقلم ومواجهة الضغوط والمحن والشدائد، بالإضافة إلى أن طلاب التخصص الأدبى يميلون إلى استخدام الفكاهة، والاسترخاء بحكم طبيعة دراستهم البسيطة والتى لاتتطلب منهم بذل مجهود بخلاف

طبيعة التخصص العلمى التى يغلب عليها الإجهاد وبذل مزيد من الجهد والجدية والاجتهاد فى تحصيل المادة العلمية والأشخاص ذوو الطابع الفكاهى هم أكثر مرونة نفسية، حيث أشار(Magnano,et al.(2016,11 إلى أن الأفراد ذوى المرونة النفسية المرتفعة يقومون بتنمية عواطفهم الإيجابية من خلال إثارة المشاعر الإيجابية عن طريق استخدام الفكاهة وتقنيات الاسترخاء، والتفكير بتفاؤل.

نتائج الفرض السابع ومناقشتها:

ينص الفرض علي أنه: لاتوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلاب التخصص العلمي، والتخصص الأدبي(من طلاب المرحلة الثانوية) علي مقياس التوجه نحو المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية) لمجموعتين مستقلتين من البيانات والنتائج كما يلي:

جدول (١٧) دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب التخصص العلمي والتخصص الأدبي (من طلاب المرحلة الثانوية) علي مقياس التوجه نحو المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية)

التوجه نحو المستقبل	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	" ت "	الدلالة
(١) الاتساع	الأدبي	١٨٦	١٦,٩٣٠	٢,٣٠٢	١,٢٥١	غير دالة
	العلمي	٢٢١	١٧,١٩٠	١,٨٩٠		
(٢) الدافعية	الأدبي	١٨٦	٦,٩٣٦	١,١٤٢	١,١٤٨	غير دالة
	العلمي	٢٢١	٦,٨٠١	١,٢٠٨		
(٣) التخطيط	الأدبي	١٨٦	١٣,٢٨٠	٢,٥٧١	٣,٦٨٥	٠,٠١
	العلمي	٢٢١	١٤,٢١٣	٢,٤٩٥		
(٤) التقييم	الأدبي	١٨٦	٧,٣٥٥	١,٣٩٢	٢,١٧٩	٠,٠٥
	العلمي	٢٢١	٧,٠٦٣	١,٣٠٢		
(٥) الضبط الذاتي	الأدبي	١٨٦	١٠,٩٥٢	١,٧٦٥	١,٣١٢	غير دالة
	العلمي	٢٢١	١٠,٧٢٤	١,٧٢٤		
الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل	الأدبي	١٨٦	٥٥,٤٥٢	٥,١٢١	١,٠٥٢	غير دالة
	العلمي	٢٢١	٥٥,٩٩١	٥,١٨٢		

يتضح من الجدول أن :

(١) قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات طلاب التخصص الأدبي والتخصص العلمي في البعد الثالث (التخطيط) دالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠١) لصالح التخصص العلمي.

(٢) قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات طلاب التخصص الأدبي والتخصص العلمي في البعد الرابع (التقييم) دالة إحصائياً (عند مستوي ٠,٠٥) لصالح التخصص الأدبي.

(٣) قيم (ت) للفروق بين متوسطات درجات طلاب التخصص الأدبي وطلاب التخصص العلمي في كل من : البعد الأول (الاتساع)، والبعد الثاني(الدافعية)، البعد الخامس (الضبط الذاتي)، الدرجات الكلية للتوجه نحو المستقبل غير دالة إحصائياً.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة مكتوب المالكى(٢٠١٩) التى أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية وفقاً لمتغير التخصص، كما اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة محمد البياتى، وصاحب ويس (٢٠١٢) التى أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب التخصص العلمى والأدبى فى التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية.

ويمكن تفسير النتائج على النحو التالى:

تفسر الباحثة وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب التخصص الأدبي والتخصص العلمي في البعد الثالث (التخطيط) لصالح التخصص العلمي وذلك يرجع إلى أن طلاب التخصص العلمى يتسمون بالتفكير الإيجابى والمثابرة والقدرة على التغلب على العقبات والإصرارعلى تحقيق طموحاتهم المستقبلية، وطلاب التخصص العلمى يبذلون قصارى جهدهم فى الدراسة ولديهم عزيمة وإصرار على تحقيق هدفهم ويتسمون بعدم الاستسلام أمام أى صعوبات تواجههم ولديهم توقعات إيجابية حول مستقبلهم، وبالتالى يكون لديهم كفاءة ذاتية مرتفعة أى ثقة فى قدراتهم وكفاءتهم على أدائهم الجيد فى المستقبل وترتبط الكفاءة الذاتية بالتوجه نحو المستقبل من خلال التخطيط المستقبلى حيث أشار(Elsayed(2019,135 إلى أن الكفاءة الذاتية تؤثر على مدى مشاركة الأفراد فى التخطيط المستقبلى، حيث الأفراد الذين يتبعون منهجاً أو أسلوباً موجهاً نحو المستقبل هم أكثر استعداداً للمهام المستقبلية ويبذلون مزيداً من الجهد حتى يصلون إلى استكمال هذه المهام، ولديهم توقعات إيجابية فيما يتعلق بمستقبلهم التعليمى

والشخصى والمهنى ويخططون لتحقيق أهدافهم المستقبلية، ويفكرون فى العواقب المستقبلية لأى قرار يتخذونه وكل هذا لدى طلاب التخصص العلمى بدرجة مرتفعة مقارنة بطلاب التخصص الأدبى .

كما تفسر الباحثة عدم وجود فروق بين طلاب التخصص العلمى والأدبى فى الدرجة الكلية للتوجه نحو المستقبل يرجع إلى أن طبيعة التخصص العلمى والأدبى لاتؤثر على نظرة الطلاب المستقبلية وعلى توقعاتهم وطموحاتهم المستقبلية فى العمل بمهنة ووظيفة مرموقة وتكوين أسرة، كما يرجع إلى تشابه الظروف والبيئة الأسرية والاجتماعية التى يعيشها طلاب التخصصين العلمى والادبى والمؤثرة فى توجهاتهم نحو المستقبل، إلى جانب توفر المناخ الأسرى السوى والتشجيع والدعم الأسرى الذى يشجع على التخطيط للمستقبل، ويساعد على التوجه الايجابى نحو المستقبل، وقد أكد ذلك Mazibuko,&Tlale(2014-B,74) عندما أكد أن مشاركة الوالدين فى الأمورالتعليمية لأبنائهم المراهقين، واهتمامهم بخططهم المستقبلية وتطلعاتهم يجعل أبناءهم أكثر استعداداً للتخطيط والتفكير فى مستقبلهم بطريقة إيجابية ويجعلهم متفائلين بشأن مستقبلهم، كما قد يرجع ذلك إلى توفر نفس البيئة التعليمية لكلا التخصصين الداعمة والمحفزة للطلاب والتى تدفعهم إلى تكوين اتجاهات إيجابية نحو المستقبل والنظرة الإيجابية المتفائلة للمستقبل والتخطيط الجيد لمستقبلهم حيث أشار Cui,et al(2020,2085) إلى أن هناك عوامل كالدعم الاجتماعى، والعلاقات الجيدة بين المعلم والطلاب، والشعور بالانتماء المدرسى تؤثر على تنمية وتطوير التوجه نحو المستقبل.

نتائج الفرض الثامن ومناقشتها:

ينص الفرض علي أنه : تتنبأ بعض أبعاد الضغوط الأسرية دون غيرها بالدرجات الكلية للمرونة النفسية لدي طلاب المرحلة الثانوية، ولاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل الانحدار، والنتائج موضحة علي النحو التالي :

جدول (١٨) نتائج تحليل معامل الارتباط للعلاقة بين الدرجة الكلية للمرونة النفسية وأبعاد مقياس الضغوط الأسرية لدي طلاب المرحلة الثانوية (ن= ٤٠٧ طالب وطالبة)

الارتباط المتعدد R	معامل التحديد R2	معامل التحديد المصحح	الخطأ المعياري في التنبؤ
٠,٤٦٢	٠,٣١٢	٠,٢٠٥	١٠,٥٥٥

جدول (١٩) نتائج تحليل التباين للانحدار المتعدد عند التنبؤ بالدرجة الكلية للمرونة النفسية وأبعاد مقياس الضغوط الأسرية لدي طلاب المرحلة الثانوية (ن= ٤٠٧ طالب وطالبة)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوي الدلالة
الانحدار(المتنبأ به)	١٢١٤٤,٦٠٣	٤	٣٦,١٥١	٢٧,٢٥٣	٠,٠١
البواقي (خطأ التنبؤ)	٤٤٧٨٥,٨٧٤	٤٠٢	١١١,٤٠٨		

جدول (٢٠) معاملات الانحدار المتعدد للتنبؤ بالدرجة الكلية للمرونة النفسية من أبعاد مقياس الضغوط الأسرية لدي طلاب المرحلة الثانوية (ن= ٤٠٧ طالب وطالبة)

المتغيرات المستقلة (أبعاد الضغوط الأسرية)	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	قيمة (ت)	مستوي الدلالة
	المعامل البائي (B)	الخطأ المعياري للمعامل البائي	معامل بيتا (Beta)		
الثابت	١١٢,٢٨٠	٣,٣١٠		٣٣,٩٢٦	٠,٠١
(١) الضغوط الشخصية	٠,٤٣٥ -	٠,١٣٠	٠,١٧٨ -	٣,٣٤٨-	٠,٠١
(٢) الضغوط مع الوالدين	٠,٠٥٢	٠,١١٤	٠,٠٣٠	٠,٤٤٥	غير دالة
(٣) الضغوط مع الإخوة	٠,٢٢٣ -	٠,١٤٠	٠,١١٧ -	١,٥٩٦ -	غير دالة
(٤) الضغوط الاقتصادية	٠,٥٥٥ -	٠,١٢٦	٠,٢٨١ -	٤,٣٩٥ -	٠,٠١

يتضح من الجداول السابقة أن:

(١) معامل الارتباط = (٠,٤٦٢) ، ويدل علي وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرات المستقلة أو المتنبأ منها (أبعاد الضغوط الأسرية) والمتغير التابع أو المتنبأ به (الدرجات الكلية للمرونة النفسية).

(٢) قيمة معامل التحديد = ٠,٢١٣ وتدل علي أن المتغيرات المستقلة (أبعاد الضغوط الأسرية) تفسر ٢١,٣ % من التباين في درجات المتغير التابع (الدرجات الكلية للمرونة النفسية).

(٣) ناتج تحليل التباين للانحدار المتعدد أي قيمة (ف) دالة إحصائياً وهذا يعني إمكانية التنبؤ بالمتغير التابع (الدرجة الكلية للمرونة النفسية) من درجات المتغيرات المستقلة (أبعاد الضغوط الأسرية).

(٤) قيم " ت " غير دالة إحصائياً لكل من البعد الثاني (الضغوط مع الوالدين) والبعد الثالث (الضغوط مع الإخوة) وهذا يعني أنه لايمكن التنبؤ بالدرجات الكلية للمرونة النفسية من درجات كل من البعد الثاني والبعد الثالث .

(٥) قيم "ت" دالة إحصائياً لكل من: الثابت من البعد الأول (الضغوط الشخصية) والبعد الرابع (الضغوط الاقتصادية) وهذا يعني أن درجات كل من : الضغوط الشخصية والضغوط الاقتصادية تتنبأ بالدرجات الكلية للمرونة النفسية ويمكن صياغة معادلة التنبؤ علي النحو التالي:

الدرجة الكلية للمرونة النفسية = ١١٢,٢٨ - ٠,٤٣٥ (درجة الضغوط الشخصية) – ٠,٥٥٥(الضغوط الاقتصادية).

ويتضح من الجدول بأنه لايمكن التنبؤ بالدرجات الكلية للمرونة النفسية من درجات كل من البعد الثاني(الضغوط مع الوالدين) والبعد الثالث (الضغوط مع الإخوة) .

وتختلف هذه النتائج مع Lueger-Schuster,et al.(2014) الذى أشارإلى أن التعرض لسوء المعاملة فى مرحلة الطفولة من الأسرة (الضغوط مع الوالدين) يرتبط بانخفاض المرونة النفسية، و اختلفت أيضاً مع دراسة Mesman,et al.(2021) التى أشارت إلى أن سوء العلاقات الشخصية مع الوالدين(الضغوط مع الوالدين) مرتبطة بانخفاض المرونة لدى المراهقين وزيادة خطر التعرض للتنمر، كما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة Mesman,et al.(2021) التى أظهرت أن الحياة مع أحد الوالدين دون الآخر(سواء بالانفصال أو الوفاة) مرتبط بانخفاض المرونة النفسية، وارتفاع مستويات الاكتئاب لدى المراهقين.

كما يتضح من الجدول بأن كلاً من الضغوط الشخصية (البعد الأول) والضغوط الاقتصادية (البعد الرابع) تتنبأ بالدرجات الكلية للمرونة النفسية.

وتتفق هذه النتائج مع Chen,et al.(2021) الذى أكد أن المستوى الاقتصادى للأسرة يتنبأ بشكل إيجابى بمرونة المراهق، فأشارإلى أن المراهق الذى يعانى من ظروف اقتصادية أسرية سيئة يتسم بانخفاض المرونة النفسية، وانخفاض المستوى الاجتماعى والاقتصادى للأسرة (ضغوط اقتصادية) يؤدى إلى انخفاض المرونة لدى المراهقين.

ويمكن تفسير النتائج على النحو التالى:

توجد علاقة بين كل من الضغوط الاقتصادية والضغوط الشخصية والمرونة النفسية حيث تتنبأ كلاهما بانخفاض المرونة النفسية لدى المراهقين:

فالضغوط الاقتصادية ترتبط سلبياً بالمرونة النفسية بشكل غير مباشر من خلال الاكتئاب حيث أشارت نتائج دراسة Mistry,etal.(2009) إلى أن الضغوط الاقتصادية تتنبأ بشكل قوى بالاكتئاب لدى المراهقين، والاكتئاب يرتبط سلبيا بالمرونة النفسية (Kapikiran,&Acun-Kapikiran,2016,2100) وبالتالى المراهقون المكتئبون يتسمون بانخفاض المرونة النفسية .

كما أن انخفاض المستوى الاقتصادى للأسرة يرتبط بانخفاض معدل الذكاء (Vasquez-Echeverria,et al.,2019,2)، وقد أكد Jowkar,et al.(2011,87) على أن الخصائص الشخصية التى تساعد على تعزيزوتنمية المرونة: معدل ذكاء متوسط إلى مرتفع، وضبط النفس، ومفهوم ذات مرتفع، ونظراً لأن المراهقون الذين يعانون من انخفاض المستوى الاقتصادى للأسرة معدل ذكائهم منخفض، فبالتالى معدل الذكاء المنخفض لايساعد على تنمية المرونة النفسية، ويكون الأفراد ذوى المستوى الاقتصادى المنخفض الذين يعانون من ضغوط اقتصادية

منخفضى المرونة النفسية، لذلك الطلاب الذين يعانون من ضغوط اقتصادية يمكن التنبؤ بانخفاض مرونتهم النفسية .

ويتضح مما سبق أن الضغوط الاقتصادية تتنبأ بالمرونة النفسية نظرا لأن الضغوط الاقتصادية التى يعانى منها طالب الثانوية العامة داخل الأسرة والتى تتعلق بانخفاض المستوى الاقتصادى والاجتماعى للأسرة، وانخفاض دخل الأسر، وارتفاع الأسعار تجعل الأسرة غير قادرة على توفير الاحتياجات الأساسية لأفرادها، وتوفير نفقات الدروس الخصوصية التى يحتاجها الطالب، وغير قادرة على القيام بوظائفها الأساسية من توفير الدعم والتوجيه والتشجيع التى يحتاجها أبناؤها وتدخل الأسرة فى صراعات وأزمات مالية مما يؤثر سلباً على المناخ والجو الأسرى ويجعله غير مناسب لتنمية المرونة النفسية لأبنائها.

وترتبط الضغوط الشخصية أيضا سلبياً بالمرونة النفسية بشكل غير مباشر من خلال الكفاءة الذاتية فالمراهقون ذوو الكفاءة الذاتية المنخفضة والذين يفتقرون إلى وجود الأصدقاء، ولديهم صعوبة فى التواصل مع الآخرين يعانون من ضغوط شخصية (Leung,&To,2009, 34)، ونظراً لارتباط المرونة بشكل إيجابى بالكفاءة الذاتية (ONeill,et al.,2020,1172) فبالتالى يكون المراهقين الذين يعانون من ضغوط شخصية لديهم كفاءة ذاتية منخفضة، ومرونة نفسية منخفضة.

ويمكن تفسير ذلك من خلال أن الضغوط الشخصية التى يعانى منها طالب الثانوية العامة (كتدنى تقديره لذاته، وضعف ثقته بقدراته فى تحقيق طموحاته، ونظرته السلبية التشاؤمية نحو المستقبل) كلها لاتساعده على اكتساب المرونة النفسية، وتجعله منخفض المرونة النفسية، وذلك لأن المرونة النفسية ترتبط إيجابياً بتقدير الذات (Kapikiran,&Acun-Kapikiran,2016,2100) فالطالب ذو تقدير الذات المنخفض يتسم بانخفاض المرونة النفسية، كما أن المرونة النفسية ترتبط سلبياً بالتشاؤم

(Maggio,et al.,2016,120)، وأن التفاؤل يتنبأ بالمرونة النفسية فالطلاب الذين لديهم توقعات ونظرة إيجابية لمستقبلهم يواجهون الشدائد والمحن بشكل إيجابى (Gomez-Molinero,et al.,2018,151) فبالتالى الطالب الذى يسيطر عليه مشاعرونظرة سلبية وتشاؤم تجاه مستقبله يكون غيرقادرعلى مواجهة المحن والشدائد، ويكون منخفض المرونة النفسية.

ويمكن القول أيضاً بأن الضغوط الشخصية التى يعانى منها طالب الثانوية العامة تتنبأ بالمرونة النفسية، حيث أن الضغوط الشخصية تتعلق بالنواحى النفسية والانفعالية والأكاديمية للطالب فقلق الطالب على مستقبله الدراسى، وخوفه من امتحانات الثانوية العامة، والتوقعات المبالغ فيها من جانب أسرته، والصراعات بين تحقيق طموحاته وتحقيق طموحات والديه، وقلة ثقته بقدراته فى تحقيق طموحاته الدراسية، والمشكلات الصحية المرتبطة بالدراسة، إلى جانب صعوبة المناهج ، وغياب الدعم المدرسى، وافتقاره لبعض الصفات والخصائص الشخصية كالذكاء الوجدانى، والكفاءة الذاتية تجعل حالته النفسية سيئة، وتسيطر عليه مشاعر سلبية كالحزن والتوتر والاكتئاب مما يجعله غير قادر على تخطى العقبات التى تقف فى طريقه ولايستطيع مواجهة الصعوبات والشدائد الأمر الذى يؤدى به إلى انخفاض المرونة النفسية لديه.

نتائج الفرض التاسع ومناقشتها:

ينص الفرض علي أنه : تنبأ بعض أبعاد الضغوط الأسرية دون غيرها بالدرجات الكلية للتوجه نحو المستقبل لدي طلاب المرحلة الثانوية، ولاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل الانحدار، والنتائج موضحة علي النحو التالي:

جدول (٢١) نتائج تحليل معامل الارتباط للعلاقة بين الدرجة الكلية للتوجه نحو المستقبل وأبعاد مقياس الضغوط الأسرية لدي طلاب المرحلة الثانوية (ن= ٤٠٧ طالب وطالبة)

الارتباط المتعدد R	معامل التحديد R2	معامل التحديد المصحح	الخطأ المعياري في التنبؤ
٠,٢٩٢	٠,٠٨٥	٠,٠٧٦	٤,٩٥٥

جدول (٢٢) نتائج تحليل التباين للانحدار المتعدد عند التنبؤ بالدرجة الكلية للتوجه نحو المستقبل وأبعاد مقياس الضغوط الأسرية لدي طلاب المرحلة الثانوية (ن= ٤٠٧ طالب وطالبة)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوي الدلالة
الانحدار(المتنبأ به)	٩٢٠,٨٨٩	٤	٢٣٠,٢٢٢	٩,٣٧٨	٠,٠١
البواقي (خطأ التنبؤ)	٩٨٦٨,٥٣٦	٤٠٢	٢٤,٥٤٩		

جدول (٢٣) معاملات الانحدار المتعدد للتنبؤ بالدرجة الكلية للتوجه نحو المستقبل من أبعاد مقياس الضغوط الأسرية لدي طلاب المرحلة الثانوية (ن= ٤٠٧ طالب وطالبة)

المتغيرات المستقلة (أبعاد الضغوط الأسرية)	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	قيمة (ت)	مستوي الدلالة
	المعامل البائي (B)	الخطأ المعياري للمعامل البائي	معامل بيتا (Beta)		
الثابت	٦٠,٦٦٩	١,٥٥٤		٣٩,٠٥٢	٠,٠١
(١) الضغوط الشخصية	٠,٠٤٦	٠,٠٦١	٠,٠٤٤	٠,٧٥٨	غير دالة
(٢) الضغوط مع الوالدين	٠,١٠١	٠,٠٥٣	٠,١٣٦	١,٨٩٩	غير دالة
(٣) الضغوط مع الإخوة	٠,١٨٧ -	٠,٠٦٦	٠,٢٢٦ -	٢,٨٥٠ -	٠,٠١
(٤) الضغوط الاقتصادية	٠,١٧٥ -	٠,٠٥٩	٠,٢٠٣ -	٢,٩٤٥ -	٠,٠١

يتضح من الجداول السابقة أن:

(١) معامل الارتباط = (٠,٢٩٢) ويدل علي وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرات المستقلة أو المتنبأ منها (أبعاد الضغوط الأسرية)، والمتغير التابع أو المتنبأ به (الدرجات الكلية للتوجه نحو المستقبل).

(٢) قيمة معامل التحديد = ٠,٠٨٥ وتدل علي أن المتغيرات المستقلة (أبعاد الضغوط الأسرية) تفسر ٨,٥ % من التباين في درجات المتغير التابع (الدرجات الكلية للتوجه نحو المستقبل).

(٣) ناتج تحليل التباين للانحدار المتعدد أي قيمة (ف) دالة إحصائياً، وهذا يعني إمكانية التنبؤ بالمتغير التابع (الدرجة الكلية للتوجه نحو المستقبل) من درجات المتغيرات المستقلة (أبعاد الضغوط الأسرية).

(٤) قيم " ت " غير دالة إحصائياً لكل من البعد الأول (الضغوط الشخصية) والبعد الثاني (الضغوط مع الوالدين)، وهذا يعني أنه لايمكن التنبؤ بالدرجات الكلية للتوجه نحو المستقبل من درجات كل من البعد الأول والبعد الثاني .

(٥) قيم "ت" دالة إحصائياً لكل من: الثابت، والبعد الثالث (الضغوط مع الإخوة)، والبعد الرابع (الضغوط الاقتصادية) وهذا يعني أن درجات كل من : الضغوط مع الإخوة، الضغوط الاقتصادية تتنبأ بالدرجات الكلية للتوجه نحو المستقبل، ويمكن صياغة معادلة التنبؤ علي النحو التالي:

الدرجة الكلية للتوجه نحو المستقبل = ٦٠,٦٦٩ - ٠,١٨٧ (درجة الضغوط مع الإخوة) – ٠,١٧٥(الضغوط الاقتصادية)

يتضح من الجدول بأنه أنه لايمكن التنبؤ بالدرجات الكلية للتوجه نحو المستقبل من درجات كل من البعد الأول (الضغوط الشخصية) والبعد الثاني(الضغوط مع الوالدين) .

وتختلف هذه النتائج مع عدة دراسات وأبحاث أشارت إلى أن الضغوط الشخصية لها دوركبير فى انخفاض التوجه نحو المستقبل منها دراسة Mazibuko,&Tlale(2014-A) التى أشارت إلى عدة عوامل مثل رفض الذات، واليأس، والصراعات التى يعانى منها المراهق (والتى تمثل ضغوطًا شخصية) تساهم فى التوجه السلبي والمنخفض نحو المستقبل لدي المراهقين، كما تختلف هذه النتائج مع دراسة Mazibuko,&Tlale(2014-B) التى أشارت إلى أن مفهوم الذات السلبى(ضغوط شخصية) يؤثر على التوجه نحو المستقبل للمراهق، حيث توصلت نتائج الدراسة إلى أن المراهقين ذوى مفهوم الذات السلبى يكون لديهم نظرة سلبية للمستقبل، ويقومون بإحباط وإعاقة توجههم نحو المستقبل.

كما اختلفت هذه النتائج مع نتائج عدة دراسات أظهرت دور الضغوط مع الوالدين فى التوجه المنخفض أو السلبى نحو المستقبل، فقد أكدت نتائج دراسة Schmidt,et

al.,(2018) أن زيادة التعرض للعنف خلال فترة المراهقة (الضغوط مع الوالدين) يرتبط بزيادة مستويات الضغوط، وبالتالى يؤدى إلى نظرة سلبية للمستقبل، فالشباب المعرضون للعنف أكثر عرضة لليأس، وأقل احتمالية لتوقع مستقبل إيجابى لأنفسهم، حيث التعرض للعنف يعطل قدرة الفرد على التفكير والتخطيط للمستقبل بسبب انشغاله بالضغوط الناتجة عن العنف، والتى تؤثر سلباً على توجهه نحو المستقبل، كما اختلفت أيضا مع دراسة McCabe,&Barnett(2000-B) التى توصلت إلى أن المراهقين الذين يعيشون فى ظروف أسرية غير مستقرة وتزيد فيها الصراعات المتكررة بين أفراد الأسرة (الضغوط مع الوالدين) يصبحون عرضة للمرض النفسى، وتكون أفكارهم ومشاعرهم سلبية حول المستقبل، ويكون لديهم رؤية متشائمة للمستقبل.

واختلفت أيضاً هذه النتائج مع نتائج دراسة Mazibuko,&Tlale(2014-A) التى أظهرت أن غياب ونقص الحب والعطف من الوالدين، ونقص رقابة الوالدين لأبنائهم المراهقين (ضغوط مع الوالدين) يساهم فى التوجه المحدود نحو المستقبل لأبنائهم، واختلفت أيضاً مع دراسة Mazibuko,&Tlale(2014-B) التى أكدت نتائجها أن عدم مشاركة الوالدين لأبنائهم المراهقين فى دراستهم الأكاديمية (ضغوط مع الوالدين) له تأثير سلبى على طموحات وتطلعات المراهقين وآمالهم فى تحقيق أهدافهم المستقبلية .

كما يتضح من الجدول أن درجات كل من: البعد الثالث (الضغوط مع الإخوة)، الضغوط الاقتصادية (البعد الرابع) تنبأ بالدرجات الكلية للتوجه نحو المستقبل.

أولا: الضغوط الاقتصادية تنبأ بالدرجات الكلية للتوجه نحو المستقبل:

وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسة Li (2020) التى توصلت إلى أن الأزمات الاقتصادية تقلل من توقعات الشباب المستقبلية، وتقلل من مشاعرهم الإيجابية تجاه المستقبل مما يؤدى إلى انخفاض توجههم نحو المستقبل، كما تتفق مع نتائج دراسة Mistry,et al.(2009)التى أشارت إلى أن الضغوط الاقتصادية لها تأثيرات واضحة

على الطموحات والتوقعات المستقبلية التعليمية والمهنية للمراهقين، كما أشارت النتائج إلى أن الضغوط الاقتصادية تؤثر على التحصيل الأكاديمى للمراهقين، وعلى مشاركتهم المدرسية، وعلى مواقفهم الإيجابية حول التعليم.

وتتفق أيضاً هذه النتائج مع Fusco,et al.(2019) الذى أشار إلى أن تنمية وتطوير التوجه نحو المستقبل يتأثر بالظروف الأسرية الاجتماعية، حيث يتم إحباط وإعاقة التوجه نحو المستقبل بسبب ظروف وأحداث الحياة السلبية كالفقر(ضغوط اقتصادية).

ويمكن تفسير النتائج على النحو التالى:

إن البيئة الأسرية والاجتماعية للمراهقين تؤثرفى تطويروتنمية التوجه نحوالمستقبل لديهم(Skinner,et al.,2022,3)، وأحد العوامل السلبية التى تؤثرعلى التوجه نحو المستقبل هو الضغوط الاقتصادية التى تشكل تهديد وخطرعلى مستقبل المراهق وطموحاته وتوقعاته المستقبلية، حيث أن انخفاض المستوى الاقتصادى والاجتماعى للأسرة يرتبط ارتباطاً وثيقاً بتوقعات تعليمية منخفضة لأبنائهم، وارتفاع معدلات التسرب من التعليم، وانخفاض مستويات التوجه نحو المستقبل لديهم، ويؤثر انخفاض المستوى الاقتصادى للأسرة سلبياً على الإنجاز الأكاديمى لأبنائهم (Chen,et al.,2021,3).

والعوامل البيئية مثل الفقر تحد وتقلل من قدرة المراهق على التفكير فى المستقبل وتعيق نموالأمل فى المستقبل، فالفقر يؤثر سلباً على قدرة المراهق على التفكير فى مستقبله مما يؤدى إلى الشعور باليأس وبالتالى توجه متشائم نحو المستقبل (Stoddard,et al.,2011,239).

وأشار Santilli,et al.(2015,2) إلى أن عوامل الخطر البيئية مثل الأزمات الاقتصادية التى تعانى منها بعض الدول تمنع تطور التوجه نحو المستقبل فى مرحلة المراهقة، ويؤدى ذلك إلى انعدام الأمل تجاه المستقبل لدى المراهقين.

ولقد أكدت العديد من الأبحاث والدراسات الأجنبية وجود علاقة وارتباط قوى بين الضغوط الاقتصادية والتوجه المنخفض أو السلبى نحو المستقبل لدى المراهقين مثل دراسة Alm,et al.(2019) التى توصلت إلى أن التوجه نحو المستقبل للمراهقين يختلف باختلاف الطبقة الاجتماعية والاقتصادية، فالمراهقون ذوو الطبقات الاجتماعية المنخفضة لديهم رؤية أقل إيجابية لمستقبلهم، وتفاؤل أقل بشأن مستقبلهم، مقارنة بالمراهقين ذوى الطبقات الاجتماعية المرتفعة.

ويمكن تفسير دورالضغوط الأقتصادية فى التنبؤ بالتوجه نحو المستقبل فالآباء والأمهات الذين يعانون من ضغوط اقتصادية يكونون أكثر تشاؤماً بشأن حياتهم ومستقبل أبنائهم نظرا لقلة دخل الأسرة وعدم القدرة على تلبية وتوفير احتياجات الأسرة الضرورية، وعدم توفيرفرص وظروف تعليمية جيدة وبالتالى تقل فرصة تشجيعهم لأبنائهم على استكمال التعليم والالتحاق بمرحلة التعليم العالى، وبالتالى معتقدات وأفكارالوالدين المحبطة تثبط من توقعات أبنائهم وتطلعاتهم وطموحاتهم المستقبلية التعليمية والوظيفية، وتقلل من شعورهم بالأمل حول مستقبلهم.

وقد ذكر Hanifah,&Pujitati(2018,97) أن المستوى الاقتصادى والاجتماعى للأسرة هو أحد العوامل التى تؤثرعلى الدافعية لمواصلة الدراسة الجامعية فكلما ارتفع المستوى الاقتصادى والاجتماعى للأسرة زادت دافعية الطلاب لمواصلة الدراسة الجامعية نتيجة اهتمام وتشجيع الوالدين لأبنائهم لمواصلة تعليمهم، ومن خلال تلبية احتياجات أبنائهم التعليمية مثل تلبية وتوفيرالأدوات والأجهزة المستخدمة فى التعليم، ودفع نفقات التعليم الخاصة بدفع مصاريف الدراسة الجامعية، ودفع الخدمات

الأخرى المرتبطة بالدراسة الجامعية من مصاريف كتب دراسية ومصروفات انتقال ونفقات معيشية.

بالإضافة إلى أن نقص الموارد الاقتصادية للأسرة وانخفاض المستوى الاقتصادى والاجتماعى للأسرة يقلل من تطوروتنمية خيال المراهقين في المستقبل ويجعل من الصعب عليهم رؤية المستقبل والتخطيط له، ويرتبط بتوقعات تعليمية منخفضة الأمر الذى يؤدى إلى زيادة معدلات التسرب من التعليم، وبالتالى يؤدى إلى انخفاض توجهات المراهقين نحو المستقبل (Chen,et al.,2021,3)، حيث أن الوضع الاقتصادى للمراهق هو مفتاح إحساسه بالأمل فى المستقبل، وثقته بشأن مستقبله (Mazibuko,&Tlale,2014-B,72)، وأن الأزمات المالية التى يعانى منها المراهق تزيد من مخاوفه وقلقه بشأن مستقبله (Maggio,et al.,2016,114)

ثانيا: الضغوط مع الإخوة تنبأ بالدرجات الكلية للتوجه نحو المستقبل:

وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسة Giollabhui,et al.(2018) التى أشارت إلى أن التعرض لأحداث وخبرات مؤلمة وضاغطة سواء فى الطفولة أو فى مرحلة المراهقة يرتبط بتوجه سلبى نحو المستقبل، كما تتفق مع نتائج دراسة Fusco,et al.(2019) التى أكدت أن التوجه نحو المستقبل يتأثر بالظروف الأسرية، حيث يتم إحباط وإعاقة التوجه نحو المستقبل بسبب ظروف وأحداث الحياة السلبية كالتعرض للعنف من أفراد الأسرة (الضغوط مع الإخوة).

ويمكن تفسير دورالضغوط مع الإخوة فى التنبؤ بالتوجه نحو المستقبل من خلال: فالضغوط مع الإخوة تشمل سوء علاقات الطالب مع إخوته الذين يمثلون عاملاً سلبياً فى حياته ويشكلون ضغوطا متزايدة عليه أما نتيجة تعرضه للعنف منهم أو سوء معاملة (إساءة سواء جسمية – انفعالية – اهمال)، وشعوره بعدم التوافق والتفاهم مع إخوته، ومعاناته من إحساسه بأنه مكروه من إخوته، وافتقاده لاهتمام ونصائح وتوجيهات إخوته له، وشعوره بالضيق من عدم احترام اخوته وسخريتهم منه، وعدم مساعدة اخوته له فى

حل المشكلات التى تواجهه، وافتقاده دعم اخوته له على التفوق الدراسى ، كل ذلك يجعل المناخ الأسرى مشحوناً بالخلافات والصراعات بينه وبين إخوته ويجعل الجو العام مليئاً بالتوتر والضيق والحزن ولايشجع على التفوق أو التطلعات الإيجابية نحو المستقبل نتيجة إضاعة الوقت فى حل الخلافات والمشاحنات بينه وبين الإخوة ويسيطر عليه المشاعر السلبية كالقلق والاحباط والتشاؤم والاكتئاب وهذه المشاعر السلبية لاتتناسب ولا تشجع على التفكير والتخطيط للمستقبل ورسم التوقعات والطموحات المستقبلية الإيجابية، الأمرالذى ينتهى بنظرة تشاؤمية سلبية للمستقبل وتوجه سلبى نحو المستقبل.

توصيات الدراسة:

ومما سبق ومن خلال ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج يمكن إقتراح التوصيات التالية :

١-تقديم خدمات إرشادية لطلاب الثانوية العامة لمساعدتهم على مواجهة والتعامل مع الضغوط الأسرية بشكل إيجابى، وتقديم برامج إرشادية لأولياء الأمور للتوعية بمخاطر تعرض أبنائهم لهذه الضغوط الأسرية، وتأثيرها السلبى على مستقبلهم.

٢-العمل على تشجيع أولياء الأمور على الحرص على التواصل الفعال بينهم وبين أبنائهم للحد والتقليل من الضغوط الأسرية.

٣- العمل على تنمية المرونة النفسية لدى الطلاب من خلال توفير الرعاية والتوجيه والدعم الأسرى والمدرسى .

٤-الاهتمام بزيادة وعى الوالدين والمعلمين بضرورة تنمية وزيادة التوجه نحو المستقبل للمراهقين من خلال التأكيد على أهمية المستقبل ووضع خطط وبرامج مستقبلية والعمل على تنفيذها .

٥-تقديم برامج إرشادية لطلبة المرحلة الثانوية لتوضيح أهمية التوجه الإيجابى نحو المستقبل ومدى تأثيره على سلوكهم فى المستقبل مما يساعد على خفض شعورهم بالقلق من المستقبل.

٦-ضرورة إرشاد أولياء الأمورالمعلمين بتجنب المقارنات الاجتماعية بين الطبقات الاقتصادية لأسر المراهقين لمنع المراهقين ذوى المستوى الاقتصادى المنخفض من تكوين تقييمات سلبية لبيئاتهم الأسرية والتى تؤدى إلى ضعف وانخفاض أدائهم الأكاديمى.

٧-العمل على مناقشة المشكلات الأكاديمية التى تواجه طلاب الثانوية العامة من قبل الوالدين والمعلمين، ومساعدتهم على حلها لخفض الضغوط الأكاديمية لديهم.

٨-ضرورة تقليل الضغوط الأكاديمية التى يعانى منها طلاب الثانوية العامة من خلال توفير فصول التوجيه والإرشاد، واستخدام طرق تدريس متنوعة، وتوفيرالأنشطة الترفيهية.

المراجع

أسماء صميدة (٢٠١٩). العلاقة بين المرونة النفسية والتدفق النفسى لدى عينة من المراهقين فى ضوء المشاركة فى الأنشطة اللاصفية. **مجلة دراسات تربوية واجتماعية**، ٢٥، ١١-٧٣.

أمانى عبد التواب(٢٠١٨). القدرة التنبؤية للمرونة النفسية ومستوى الطموح بالمثابرة الأكاديمية لدى طالبات المرحلة الثانوية. **المجلة العلمية لكلية التربية جامعة أسيوط**، ٣٤(٦)، ٣٣٨- ٣٨٨

أمجاد الجدعانى، وفاطمة السيد (٢٠٢١). المسؤولية الاجتماعية والتفكير الإيجابى وعلاقتهما بالتوجه نحو المستقبل لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة جدة. **دراسات عربية فى التربية وعلم النفس**، (١٣٦)، ١٥١-١٩٦.

أمنية مصطفى(٢٠١٦). الضغوط الأسرية وعلاقتها بالطلاق العاطفى بين المتزوجين. **مجلة كلية التربية جامعة بورسعيد**، (٢٠)، ٤٧٢-٤٩١.

أولاد غزالة، وباهى سلامى، وبن الطاهر تيجانى (٢٠١٧). علاقة الضغوط الأسرية بمستوى الطموح لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غارداية. **مجلة العلوم الاجتماعية**، (٢٢)، ٢٤٣-٢٦٠.

إبراهيم بدر(٢٠٠٣). مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعى – دراسة مقارنة بين عينات مصرية وسعودية. **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، ١٣(٤٠)، ٣٣-٨٣.

تهانى العويوى(٢٠١٤). الضغوط الأسرية وعلاقتها بدافعية التعلم لدى طلبة الثانوية العامة فى مدينة الجليل. **رسالة ماجستير**، كلية العلوم التربوية، جامعة القدس.

حلمى فرغلى (٢٠١٣). المرونة النفسية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى عينة من الطلاب المتفوقين دراسيا. **مجلة كلية التربية جامعة طنطا**، (٥١)، ١٢٧-١٥٨.

خلود الزهرانى (٢٠٢٠). التفكير الإيجابى وعلاقته بالتوجه نحو المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة المندق. **مجلة كلية التربية جامعة المنصورة**، (١١٠)، ١٥٥٩-١٦٠٢.

دعاء العدوى، وجمال أحمد ، ومحمود حسين(٢٠١٨). الضغوط النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات البيئية والاجتماعية. **مجلة العلوم البيئية معهد الدراسات والبحوث البيئية جامعة عين شمس**، ٤٣، ٢٦٩-٢٩٥.

رجاح بوروبى، فطيمة شعلال(٢٠١٩). المناخ الأسرى وعلاقته بظهور كل من الضغوط الأسرية ومواجهتها لدى الطالبات المقيمات بالإقامة الجامعية -دراسة ميدانية بولاية تيزى وزو-الجزائر. **المؤتمر الدولى الثانى منظومة القيم وأثرها فى تنمية الحوار وتعزيز الإرشاد التربوى والوساطة الأسرية.** المركز الدولى للاستشارات التربوية والأسرية: كلية الدراسات الإسلامية نوفى بازار بصربيا، ٨-٤/٩.

غديرالهريمى، وفدوى الحلبية(٢٠٢٢). المرونة النفسية والقلق الاجتماعى لدى طلبة الثانوية العامة فى ضواحى شرق القدس. **مجلة العلوم الإنسانية والطبيعية**، ٣(٥)، ٣٥٣-٣٧٤.

فوقية رضوان(٢٠١٥). **مقياس المرونة النفسية**. القاهرة: الأنجلو المصرية.

محمد البياتى، وصاحب ويس (٢٠١٢). دراسة مقارنة فى أساليب تفكير طلبة المرحلة الثانوية المتفوقين والمتأخرين دراسيا واتجاهاتهم نحو المستقبل. **مجلة جامعة تكريت للعلوم**، ١٩(٦)، ٤٢٣-٤٦٥.

محمد القللى(٢٠١٦) . البنية العاملية للنسخة الأمريكية لمقياس المرونة النفسية فى البيئة المصرية: دراسة سيكومترية على عينة من طلاب الجامعة. **المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية**، (٣)، ٢٤٣-٢٨٣.

محمد المنتشرى(٢٠٢٠). أبعاد المرونة النفسية كعوامل منبئة بجودة الحياة الأكاديمية لدى المتعثرين دراسيًا من طلاب المرحلة الثانوية.**مجلة الدراسات التربوية والإنسانية**، كلية التربية جامعة دمنهور، ١٢(١)، ١٨٧-٢٣١.

محمد دحلان(٢٠٢٢). الاختيار المهنى وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب الصف العاشر بمحافظة غرب خان يونس فلسطين. **مجلة الفنون والأدب وعلوم الانسانيات والاجتماع**، ٧٥، ١٢٩-١٥١.

مكتوب المالكى(٢٠١٩). التوجه نحو المستقبل وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية. **مجلة جامعة الملك عبد العزيزالآداب والعلوم الإنسانية**، ٢٧(٦)، ١١٩-١٤٠.

منار الشمرى(٢٠٢١). المرونة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة حائل. **المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية**، ٥(٢٠)، ٣١-٥٤.

نعمات قاسم(٢٠١٨). المرونة النفسية وعلاقتها بالتفكير الأخلاقى لدى عينة من طلاب الجامعة. **المجلة التربوية كلية التربية جامعة سوهاج**، (٥٤)، ٦٧٧-٧١٤.

نواف الشرعة(٢٠١٦). الضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية فى لواء البادية الشمالية الغربية فى الأردن. **مجلة دراسات فى التعليم العالى جامعة أسيوط**، (١٠)، ٦٠-٧٨.

هبة محمد (٢٠١٠). قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات. **مجلة البحوث التربوية والنفسية**، (٢٦-٢٧)، ٣٢١-٣٧٩.

هشام عبد الله، ونافع الحربى (٢٠٢٢). **مقياس التوجه نحو المستقبل**، القاهرة: دار الكتاب الحديث(قيد النشر).

هشام عبد الله(٢٠٢٢). **مقياس المرونة النفسية**، القاهرة: دار الكتاب الحديث(قيد النشر).

Aldhaidan, A.(2020). Influencing Factors in psychological resilience: A study on the role of emotional reassurance and optimism as predictive dimensions. ***Journal Of Educational, Cultural and psychological Studies***,22,159-178.

Alm,S.,Laftman,S.(2016). Future orientation climate in the school class: Relations to adolescent delinquency, heavy alcohol use, and internalizing problems. ***Children and Youth Services Review***, 70, 324-331.

Alm,S.,Laftman,S.,Sandahl,J.,&Modin,B.(2019).School Effectiveness and students future orientation: A multilevel analysis of upper secondary schools in Stockholm,Sweden. ***Journal Of Adolescence***, 70, 62-73.

Ayca,G.(2004). **Relationship between self-construals and future time orientations**. Colorado: Fort Collins.

Besemer,K.,&Dennison,S.(2018). Family imprisonment, maternal parenting stress and its impact on mother-child relationship satisfaction. ***Journal Of Child and family studies***,27(12),3897-3908.

Cabras,C.,Mondo,M.,Diana,A.,&Sechi,C.(2020). Relationships between trait emotional intelligence, mood states and future orientation among female Italian victims of intimate partner violence. ***Heliyon***, 6(11), 1-6.

Chen,B.,&Kruger,D.(2017). Future orientation as a mediator between perceived environment cues in likelihood of future success and procrastination. ***Personality and individual differences***, 108,128-132.

Chen,J.,Jiang,T.,&Liu, M.(2021) . Family Socioeconomic Status and learning engagement in Chinese adolescents: The multiple mediating roles of resilience and future orientation. ***Frontiers in Psychology***, 12, 1-9.

Chen,P.& Vazsonyi,A. (2013). Future orientation, school contexts and problem behaviors: A multilevel study. ***Journal Of Youth and adolescence***, 42, 67-81.

Chen,Y.,Xu,H.,Liu,C.,zhang,J.,&Guo,C.(2021). Association between future orientation and anxiety in university students during COVID-19 outbreak: The chain mediating role of optimization in primary-secondary control and resilience. ***Frontiers in psychiatry***, 12, 1-8.

Collazzoni,A.,Imburgia,L.,Talevi,D.,Pacitti,F.,Greggori,E.,Paolo,S.,&et al.(2021). Childhood family stress and adult resilience in a sample of depressed patients. ***Journal Of Affective disorders***, 282, 255-257.

Crespo,C.,Jose,P.,Kielpikowski,M.,&Pryor,J.(2013). Family and school connectedness promotes adolescents future orientation. ***Journal Of adolescence***,36,993-1002.

Cui,Z.,Oshri,A.,Liu,S.,Smith,E.,&Kogan,S.(2020). Child maltreatment and resilience. The promotive and protective role of future orientation. ***Journal of youth and adolescence,***49, 2075-2089.

El Sayed, S.(2019). Self- efficacy and its relationship with future orientation and coping styles for a sample of Technical secondary

students. ***Journal Of the current psychological studies***, 1(2), 124-138.

Florencio, C.,Silva,S.,&Ramos,M.(2017). Adolescent perceptions of stress and future expectations. ***Paideia***, 27(66), 60-68.

Fusco,L.,Sica,L.,Boiano,A.,Esposito,S.,&Sestito,L.(2019).Future orientation, resilience and vocational identity in southern Italian adolescents, ***International Journal for educational and vocational guidance***, 19,63-83.

Gao,S.,&Chan, K,(2015). Future orientation and school bullying among adolescents in rural china: The mediating role of school bonding. ***Sage open*** ,5(1), 1-9.

Giollabhui,N.,Nielsen,J.,Seidman,S.,Olino,T.,Abramson,L.,&Alloy,L. (2018). The development of future orientation is associated with faster decline in hopelessness during adolescence**.** ***Journal Of Youth and adolescence***, 47(10), 2129-2142.

Gomez-Molinero,R.,Zayas,A.,Ruiz-Gonzalez,P.,&Guil,R.(2018).Optimism and resilience among university students. ***International Journal Of developmental and educational psychology***,1(1),147-154.

Hamiton,Connolly,Liu,Stange,Abramson,&Alloy,(2015). It Gets Better: Future orientation buffers the development of hopelessness and depressive symptoms following emotional victimization during early adolescence. ***Journal Of Abnormal child psychology***,43(3), 465-474.

Hanifah,N.,&Pujitati,R.(2018). The effect of Socio-economic of family and future orientation through self-motivation towards the interest in continuing to the college of the twelfth grade students of state senior high schools in Brebes Regency. ***Journal of economic education***,7(2),94-100.

Hejazi,E.,Moghadam,A.,Naghsh,Z., &Tarkhan, R.(2011). The future orientation of Iranian adolescents girl students and their academic achievement. ***Procedia Social and Behavioral sciences***, 15, 2441-2444.

Hirsch,J.,Duberstein,P.,Conner,K.,Heisel,M.,Beckman,A.,Franus,N.&et al. (2006). Future orientation and suicide ideation and attempts in depressed adults ages 50 and over. ***The American Journal Of geriatric psychiatry***,14(9), 752-757.

Hirsch,J.,Molnar,D.,Chang,E.,&Sirois,F.,(2015). Future orientation and health quality of life in primary care: Vitality as a mediator. ***Quality of Life research,*** 24(7),1653-1659.

Jackman,D.&Macphee,D.(2017). Self-esteem and future orientation predict adolescents risk engagement. ***Journal Of Early adolescence***, 37(3), 339-366.

Johnson,S.,Blum,R.,& cheng,T.(2014). Future orientation: A construct with implications for adolescent health and wellbeing. ***International Journal of adolescent medicine and health***, 26(4), 459-468.

Jowkar,Kohoulat,&Zakeri,(2011). Family communication patterns and academic resilience. ***Procedia-Social and behavioral sciences***, 29, 87-90.

Kapikiran,S.,&Acun-Kapikiran,N.(2016). Optimism and psychological resilience in relation to depressive symptoms in university students: Examining the mediating role of self-esteem. ***Educational Science:Theory&Practice***, 16,2087-2110.

Khampirat,B. (2020). The relationship between paternal education, self-esteem, resilience, future orientation, and career aspirations. ***PloS ONE*** ,15(12),1-17.

Khan,A.&Deb,A.(2021). Family as a source of risk and resilience among adults with a history of childhood adversity. ***Children and Youth Services Review***,121, 1-9.

Khetarpal S., Szoko, N.,Ragavan, M.,& Culyba, A.(2021). Future Orientation as a Cross-Cutting Protective Factor Against Multiple Forms of Violence. ***The Journal of Pediatrics***, 235, 288-291

Klein,S.,& Shoshana,A. (2020). Future orientation among immigrant at-risk youth in Israel. ***Children and Youth Services Review***, 116, 1-11.

Kwon, M., & Oh, J.(2021). Mediating effects of family stress on the relationship between self efficacy and midlife crisis in middle aged men. ***Sustainability***,13(7),1-12.

Laftman,S.,Alm,S.,Sandahl,J.,&Modin,B.(2018). Future orientation among students exposed to school bullying and cyberbullying victimization. ***International Journal Of environmental research and public health***, 15(4), 1-12.

Leung,C-H.&To,H-K.(2009). The relationship between stress and bullying among secondary school students. ***New Horizons in education***, 57(1), 33-42.

Li, J. (2020). The association between perceived social hardship and future orientation among Hong Kong Young people: The mediation role of Belief in a just world. ***International Journal of Environmental Research and Public health,*** 17(14), 1-14.

Lueger-Schuster,B.,Weindl,D.,kantor,V.,Knefel,M.,Gluck,T.,Moy,Y.,& et al.,(2014). Resilience and mental health in adult survivors of child abuse associated with the institution of the Austrian catholic church. ***Journal Of Traumatic Stress***,27,568-575.

Maggio,I.,Ginevra,M.,Nota,L.,&Soresi,S.(2016) . Development and validation of an instrument to assess future orientation and resilience in adolescence. ***Journal of adolescence***,51,114-122.

Magnano,P.,Craparo,G.,&Paolillo,A.(2016). Resilience and emotional intelligence: Which role in achievement motivation. ***International Journal of Psychological Research***, 9(1),9-20.

Marotta,P.&Voisin,D.(2020) . Pathways to delinquency and substance use among African American youth: Does future orientation mediate the effects of peer norms and parental monitoring?. ***Journal Of health psychology***, 25(6),840-852.

Mazibuko,M.,&Tlale,D.(2014-A). Factors that shape the adolescents future orientation : Analysing Qualitative data. ***Mediterranean Journal Of Social Sciences,*** 5(2), 237-246.

Mazibuko,M.,&Tlale,L.(2014-B). Adolescents positive future orientation as a remedy for substance abuse: An Ecosystemic view. ***Mediterranean Journal Of Social Sciences***, 5(2),69-78.

Mccabe,K.&Barnett,D.(2000-A). First comes work, Then comes Marriage: Future orientation among African American young adolescents. ***Family Relations,*** 49(1), 63-70.

McCabe,K.,&Barnett,D.(2000-B). The relation between familial factors and the future orientation of urban, African American sixth grades. ***Journal of child and family studies***, 9(4), 491-508.

Masa,R.,Bates,C.,&Chowa,G.(2021). Direct and indirect associations of food insecurity,adolescent-parent relationship, and adolescent future orientation. ***Journal of family***,42(6),1285-1307.

Mesman,E.,vreeker,A.,&Hillegers,M.(2021). Resilience and mental health in children and adolescents: an update of the recent

literature and future directions. ***Current opinion in psychiatry***,34(6),586-592.

Mirza,M.&Arif,M.(2018). Fostering academic resilience of students at risk of failure at secondary school level. ***Journal of behavioural sciences***, 28(1), 33-50.

Mistry,R.,Benner,A.,Tan,C.,&Kim,S.(2009).Family economic stress and academic Well-Being among Chinese American Youth: The influence of adolescents perceptions of economic strain. ***Journal Of Family Psychology***, 23(3),279-290.

Mistry,R.,Edward,D.,Aprile,D.,Nina,C.(2008). Expanding the family economic stress model: Insights from a mixed- methods approach. ***Journal Of Marriage and Family***,70(1), 196-209.

Mughal,M.,Ginn,C.,Syed,H.,Donnelly,C.,&,Benzies,K.(2020).Parenting stress,maternal perception, and child development in families experiencing adversity(unpublished manuscript). University of Calgary, 1-23.

Mustafa,M.,Rose,N.,&Ishak,A.(2020).Internet addiction and family stress: symptoms, causes and effects. ***Journal Of Physics Conference Series***,1529(3),1-7.

Mwangi,C.,Ireri,A.,&Mwaniki,E.(2017). Correlates of academic resilience among secondary school students in Kiambu County, Kenya. ***Interdisciplinary Education and Psychology***,1(1), 1-10.

Neblett,N., &Cortina,K.(2006). Adolescents thoughts about parents jobs and their importance for adolescents future orientation. ***Journal Of Adolescence,*** 29, 795-811.

Neeta,K.&Singh, D.(2020) . Academic stress among higher secondary school students: A critical syudy. ***International Journal Of Engineering Research &Technology(IJERT)***, 9(10), 303-306.

ONeill,E.,Clarke,P.,Fido,D.,&Vione,K.(2020). The role of future time perspective,body awareness, and social connectedness in the relationship between self efficacy and resilience. ***International Journal Of mental health and addiction***, 20, 1171-1181.

Oshri,A.,Duprey,E.,Kogan,S.,Carlson,M.,&Liu,S.(2018).Growth patterns of future orientation among maltreated youth. ***American psychological association***, 54(8), 1456-1471.

Rabon,J.,Webb,J.,Chang,E.,&Hirsch,J.(2018). Foregiveness and suicidal behavior in primary care: Mediating role of future orientation. ***Journal Of Spirituality in mental health,*** 21(1), 1-13.

Rarasati,N.,Hakim,M.,&Yuniarti,K.(2012). Javanese adolescents future orientation and support for its effort: An indigenous psychological analysis. ***International Journal Of Psychological and Behavioral Sciences***, 6(6), 1263-1267.

Rehman,M.,Haider,S.,&Kashif,N.(2019). Students Religiosity as a predictor of students future orientation: Analyzing the effect on secondary school students of Punjab. ***Global Social sciences Review(GSSR***), 4(4), 271-277.

Richard,S.(2011). ***Theories of psychotherapy and counseling concept and cases(5th ed.).*** Belmont: Library of congress.

Rubiyanti,Y.,Jatnika,R.,Prathama,A.,&Agustiani,H.(2020). Future orientation and perceived parenting of adolescents in two areas with different association to arts and culture in bandung regency: A comparative study. ***Advances in social sciences, education and humanities research***,535, 780-783.

Santilli,S.,Ginevra,M.,Sgaramella,T.,Nota,L.,Ferrari,L.,&Soresi,S.(2015). An instrument to assess future orientation and resilience. ***Journal of career assessment,***1-15.

Schmidt,C.,Zimmerman,M.,&Stoddard,S.(2018). A longitudinal analysis of the indirect effect of violence exposure on future orientation through perceived stress and the buffering effect of family participation, ***American Journal of community psychology***, 62(1-2),62-74.

Seginer,R.,&Shoyer,S.(2012). How mothers affect adolescents future orientation: A two- source analysis. ***Japanese psychological research***, 54(3), 310-320.

Shikha,M.(2020).A study of academic resilience among students of secondary and higher secondary schools. ***International Journal Of Science and Research(IJSR)***, 9(5), 1539-1542.

Shoshana,A.(2020). Future orientation among Muslim high school dropouts in Israel, ***Children and Youth Services Review***, 119(3), 1-10.

Skinner,A.,Ciftci,L.,Jones,S.,Klotz,E.,Ondruskova,T.,Lansford,J.&etal.,(2022).Adolescent positivity and future orientation, parental

psychological control, and young adult internalising behaviours during COVID-19 in nine countries. ***Social Sciences***,11(2), 1-24.

Stoddard,S., Zimmerman,M.& Bauermeister, J.(2011). Thinking about the Future as a Way to Succeed in the Present: A Longitudinal Study of Future Orientation and Violent Behaviors among African American Youth. ***American Journal Of Community Psychology,*** 48(3-4): 238–246.

Sulimani-Aidan,Y.,&Melkman,E.(2021). Future orientation among at-risk youth in Israel. ***Health& Social Care in the community***, 1-9.

Sulma,A.(2014). Stress and educational expectations: A study of future orientation. ***Journal Of Student Research***,13,20-35.

Thomas,P.,Liu,H.,&Umberson,D.(2017).Family relationships and well-being. ***Innovation in Aging***,1(3),1-11.

Threlfall,J.,Auslander,W.,Gerke,D.,Mcginnis,H.,&Tlapek,S.(2017). Mental health and school functioning for girls in the child welfare system: The mediating role of future orientation and school engagement. ***School Mental Health***, 9(2,194-204.

Turken,S.,Nafstad,H.,Phelps,J.,&Blakar,R.(2016). Youths future orientation and well-being: Materialism and concerns with education and career among Turkish and Norwegian youth. ***International Journal Of Child, youth and Family studies,*** 7(3-4), 472-497.

Vasquez-Echeverria,A.,Tomas,C.,&Cruz,O.(2019).The development of episodic foresight in preschoolers: the role of socioeconomic status,parental future orientation, and family context. ***Psicologia Reflexao Critica***,32(12),1-8.

Voisin,D.,Kim,D.,Bassett,S.,&Marotta,P.(2020). Pathways linking family stress to youth delinquency and substance use: Exploring the mediating roles of self-efficacy and future orientation. ***Journal of health psychology***, 25(2), 139-151.

Waller,T.,Robertson,E.,Frick,P.,Ray,J.,Thornton,L.,Wall-Mayers,T.&et al.,(2020). Relationships between callous- unemotional traits, future orientation, optimism, and self esteem in Justice-involved adolescents. *Journal Of child and family studies*, 29(1), 2434-2442.

Wu,Y.,Sang,Z.,Zhang,X.,&Margraf,J.(2020). The relationship between resilience and mental health in chinese college students: A longitudinal cross-lagged analysis. ***Frontiers in psychology***,11(108), 1-11.

Wu,Y.,Yu,W.,Wu,X.,Wan,H.,Wang,Y.,&Lu,G.(2020). Psychological resilience and positive coping styles among Chinese undergraduate students: across- sectional study. ***BMC Psychology***, 8(1),1-11.

Zheng, L.,Lippke,S., Chen,Y.,Li,D.,&Gan,Y.(2019). Future orientation buffers depression in daily and specific stress. ***Psych Journal***, 8(3), 342-352.

Zinn,M.,Huntley,E.,&Keating,D.(2020). Resilience in adolescence: prospective self-moderates the association of early life adversity with externalizing behaviour problems. ***Journal Of adolescence***,81,61-72.

ملحق الدراسة

"مقياس الضغوط الأسرية"

إعداد الباحثة

م	العبارات	تنطبق دائما	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق
١	أعانى من القلق حول مستقبلى الدراسى.			
٢	أعانى من غياب والدىّ عن المنزل نتيجة السفرالمستمر.			
٣	افتقد مشاركة إخوتى لى فى مشاكلى وأحزانى.			
٤	تعانى أسرتى من مشكلات مادية.			
٥	يسيطر على التفاؤل فى تحقيق حلمى بدخول الكلية التى أتمناها.			
٦	يؤلمنى كثرة الخلافات بين الوالدين.			
٧	أشعر بالتوافق مع إخوتى			
٨	أشعر بالضيق من تعليمات وأوامر والدى المستمرة دون إقناع.			
٩	أعانى من تسلط إخوتى الأكبر منى سناً.			
١٠	أشعر أننى أقل من غيرى فى المستوى الاقتصادى.			
١١	أعانى من التشتت وصعوبة التركيز فى الدراسة.			
١٢	ينقصنى الحوار والتواصل مع والدىّ.			
١٣	أشعر بالألم من سوء معاملة إخوتى لى.			
١٤	أشعر بضعف امكانياتى المادية مقارنة بأصدقائى.			
١٥	يزعجنى قلة ثقتى بقدراتى فى تحقيق طموحاتى الدراسية.			
١٦	أعانى من إهمال والدىّ لظروفى الصحية.			
١٧	يزعجنى ارتفاع مستوى الأسعار الذى لايتناسب مع دخل الأسرة.			
١٨	يؤلمنى ضرب إخوتى لى.			
١٩	ظروف أسرتى الاقتصادية تمنعنى من شراء ما أتمناه.			
٢٠	أعانى من الصراع بين تحقيق طموحاتى وتحقيق طموحات والدىّ الدراسية.			
٢١	افتقد وجود أبى فى حياتى.			

٢٢	أعانى من كثرة الخلافات بينى وبين إخوتى.			
٢٣	أتجنب المشاركة فى المناسبات الاجتماعية لسوء أحوالى الاقتصادية.			
٢٤	لدى خوف مبالغ فيه من امتحانات الثانوية العامة .			
٢٥	أعانى من المشكلات الناتجة عن الانفصال بين الوالدين.			
٢٦	أتمنى تحسن علاقتى بإخوتى.			
	العبارات	تنطبق دائما	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق
٢٧	قلة دخل الأسرة يمنعنى من الدروس الخصوصية .			
٢٨	يزعجنى التوقعات المبالغ فيها من جانب والدىّ.			
٢٩	أشعر أننى مكروه من إخوتى.			
٣٠	مظهرى الشخصى غير مناسب بسبب سوء الأحوال المادية للأسرة.			
٣١	يضايقنى جو المنزل المشحون بالتوتر والصراعات.			
٣٢	افتقد النصح والتوجيه من إخوتى.			
٣٣	أشعر بالنقص لعدم قدرتى على توفير احتياجاتى الضرورية.			
٣٤	أعانى من مشكلات صحية تؤثرعلى التحصيل والتفوق.			
٣٥	أشعر بالألم من مرض أحد أفراد أسرتى.			
٣٦	أشعر باهتمام إخوتى لى.			
٣٧	أتمنى تحسن مستوى دخل الأسرة .			
٣٨	لدى نظرة سلبية نحو المستقبل.			
٣٩	يقوم والدىّ بتقديم النصيحة والتوجيه لى.			
٤٠	افتقد إخوتى كأصدقاء.			
٤١	أتجنب دعوة أصدقائى للمنزل بسبب وضعى الاقتصادى.			
٤٢	افتقد الجو الأسرى الذى يشجع على الطموح.			
٤٣	يؤلمنى تعرضى للعنف والإساءة من والدىّ.			
٤٤	أشعر بالغيرة من إخوتى.			
٤٥	يؤلمنى عدم استطاعتى الالتحاق بجامعة خاصة لتحقيق طموحاتى بسبب سوء الأحوال الاقتصادية للأسرة.			
٤٦	يسيطرعلى شعور بالقلق من عدم تحقيق أحلامى.			

٤٧	يضايقنى عدم احترام إخوتى لى .			
٤٨	أشعر بالضيق من انخفاض مستواى الاقتصادى عن غيرى.			
٤٩	أخشى إضاعة حلم أسرتى فى دخولى كلية من كليات القمة .			
٥٠	أشعر بالراحة كلما ابتعدت عن الأسرة.			
٥١	اتجنب مساعدة اخوتى فى حل مشاكلهم.			
٥٢	أشعر بالحرمان لرفض والدىّ تلبية احتياجاتى .			
٥٣	أخشى من فقد عزيز أثناء امتحانات الثانوية العامة.			
٥٤	يؤلمنى نقد والدى المستمر لسلوكياتى وأفعالى.			
	العبارات	تنطبق دائما	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق
٥٥	إخوتى هم مصدر تعاستى.			
٥٦	انخفاض المستوى التعليمى لأسرتى سبب فى سوء أحوالنا الاقتصادية.			
٥٧	أتنازل عن ممارسة هواياتى من أجل الدراسة.			
٥٨	أشعر بالسعادة عند قضاء وقت مع أصدقائى أكثر من إخوتى.			
٥٩	انخفاض مستوى دخل الأسرة عامل سلبي فى حياتى .			
٦٠	يؤلمنى البعد عن أصدقائى من أجل مستقبلى.			
٦١	يزعجنى الخوف والحماية الزائدة من جانب والدى.			
٦٢	أتعرض للعقاب المستمر من والدى على أتفه الأسباب.			
٦٣	يضايقنى اعتراض والدى على أصدقائى			
٦٤	أعانى من تفرقة والدىّ فى المعاملة بينى وبين إخوتى.			
٦٥	يضايقنى تفضيل والدىّ إخوتى الذكور على إخوتى الإناث.			