الضغوط النفسية وعلاقتها بالسلوك التوكيدي وجودة الحياة لدى الطلاب الوافدين في معاهد البعوث الإسلامية

د.نعمة سيد خليل
أستاذ علم النفس المساعد كلية الدراسات الإنسانية- جامعة الأزهر

الملخص

الهدف: هدف البحث الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية وكل من السلوك التوكيدى وجودة الحياة لدى مجموعة من الطلاب الوافدين بمعاهد البعوث الاسلامية، والتعرف على الفروق فى هذه الضغوط وفقا لمتغيرى النوع والعرقية. ولتحقيق هذا، تم عرض المفاهيم الرئيسة التالية: الضغوط النفسية والتى تضمنت التعريفات الخاصة بالمفهوم، ومصادر الضغوط، وانواعها، ونظرياتها، خاصة نظرية سيليرجر، ونظرية موراى، وقد تبنت الباحثة نظرية سيليرجر لتفسير الضغوط التى تعتمد على اساس الادراك الكلى للموقف، والسلوك التوكيدى الذى اشتمل على التعريفات الخاصة بالسلوك التوكيدى، ومكونات السلوك التوكيدى غير اللفظى، وغير اللفظى، وجودة الحياة والتى تضمنت التعريفات الخاصة بالمفهوم، والنظريات المفسرة، والعلاقة بين الضغوط النفسية والتوكيدية، والعلاقة بين الضغوط النفسية وجودة الحياة. الى جانب عرض بعض نتائج البحوث السابقة التى تناولت الضغوط النفسية وكل من السلوك التوكيدى وجودة الحياة، وصياغة الفروض التالية توجد علاقة سالبة ودالة إحصائية بين الضغوط النفسية والسلوك التوكيدى للطلاب الوافدين. توجد علاقة سالبة ودالة إحصائية بين الضغوط النفسية وجودة الحياة للطلاب الوافدين. يسفر التحليل العاملى للمتغيرات التالية: الضغوط النفسية، والسلوك التوكيدي، وجودة الحياة للطلاب الوافدين عن عامل واحد. توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى أبعاد الضغوط النفسية لدى الطلاب الوافدين وفقاً لمتغيرى النوع والعرقية.

العينة: تكونت العينة من ١٨٠ طالبا وطالبة من دول نيجيريا والصين والولايات المتحدة الامريكية، ممن تراوح متوسط اعمارهم ١٨,٢ سنة.

الأدوات: تم تصميم مقاييس الضغوط النفسية والسلوك التوكيدى وجودة الحياة وحساب خصائصهم السيكومترية.

الاساليب الاحصائية: تم استخدام الاساليب الاحصائية التالية معامل ارتباط بيرسون، ومعادلة الفا لكرونباخ، وتحليل التباين الثنائى ٢× ٣، وطريقة المكونات الاساسية لحساب التحليل العاملى من اعداد هوتلنج، واختبار توكى.

النتائج: اشارت النتائج الى وجود ارتباطات سالبة ودالة احصائية بين الضغوط النفسية وكل من السلوك التوكيدى وجودة الحياة. كما اسفرت نتائج التحليل العاملى عن وجود ثلاثة عوامل هم: الكفاءة الاجتماعية، والكفاءة الصحية، والكفاءة الذاتية. والى جانب هذا، تبين ان الطلاب الذكور من دولة نيجيريا اكثر معاناة من كل من الضغوط المدرسية والاقتصادية والصحية، والدرجة الكلية للضغوط النفسية، واسفرت النتائج عن ان الطالبات الوافدات من دولة نيجيريا اكثر معاناة من الضغوط الاجتماعية. وتم تفسير النتائج فى ضوء ما انتهت اليه نتائج البحوث السابقة، والانتهاء ببعض التوصيات والبحوث المستقبلية.

Psychological Stress and its Relationship with Assertive Behavior and Quality of Life for International Students in Institutes Of Islamic Mission

Aims: The aim of this research was to find out the relationship between psychological stress and both of assertive behavior and quality of life for international students in Institutes Islamic Mission. Further, it explored the differences in psychological stress according to sex and race variables. Psychological stress which included the definitions of psychological stress, sources of psychological stress, the types of psychological stress and psychological theories. As well, assertive behavior which included the definitions of assertive behavior, types of assertive behavior such as nonverbal and verbal assertive behavior. Further, quality of life which included the definitions of quality of life and the theories of quality of life are presented. Furthermore, the previous studies are presented. The hypotheses of the research were as the following: There was negative correlation and statistically significant between psychological stress and assertive behavior for international students.

Sample: The sample consisted of (180) male and female students from Nigeria, China and United States of America countries (M= 18.2Ys.Olds)

Tools: The scales of psychological stress, assertive behavior and quality of life are designed and it psychometric characteristics are computed.

Statistical Methods: The used statistical methods where Pearson correlation coefficient, Cronbach's Alfa equation 2x 3 analysis of variance, the component method and Tukey test.

Results: Results indicated that there where negative correlations and statistically significant between psychological stress and both of assertive behavior and quality of life. As well as, the factor analysis yielded three factors (Social Competency, Health Competency and Self Competency). Further, results showed that Nigerian male students where more suffering from school, economic and health stresses and the total score of psychological stress. As well, the Nigerian female students where more suffering from social stress. It interpreted according to previous research studies. Further, recommendation and future research studies are required.

مقدمة:

فتح الأزهر جامعاً وجامعة أبوابه لطلبة العلم المسلمين من جميع الأقطار والأمصار ومختلف الجنسيات والأعراف (مصطفى، ٢٠٠١، ١)؛ ولا يمثل الطلبة الوافدين مجتمعاً متجانساً وذلك لاختلاف جنسيات ولغات وثقافات وعادات أفراده بين فئات هؤلاء الطلبة فيما بينهم من جانب؛ وبينهم وبين المجتمع المصرى من جانب آخر، بل قد يصل هذا التباين إلى بعض العموميات الثقافية (عكاشة، ٢٠٠٤، ٣).

وعلى الرغم من هذا الاهتمام الذى يوليه القائمون على أمر الأزهر بجميع هيئاته ورواده للطلبة الوافدين الدارسين بالأزهر، إلا أنه لما كان هؤلاء الطلبة يدرسون فى بلد غير بلدهم، وثقافة غير تلك التى تربوا عليها، ونظام تعليمى غير الذى ألفوه، كما أنهم يعيشون فى مجتمع يتباين (ولو جزئياً) مع مجتمعاتهم ومواطنهم الأصلية التى وفدوا منها، فإن ذلك قد يؤدى إلى العديد من الضغوط النفسية التى يواجهونها نظراً لهذا التباين.

وتعد الضغوط النفسية؛ هى تلك الأحداث المرتبطة بالضغوط والتوتر والشدة الناتجة عن المتطلبات أو التغيرات التى تستلزم نوعاً من إعادة التوافق، وما ينتج عن ذلك من آثار جسمية ونفسية، وقد تنتج الضغوط كذلك من الصراع والإحباط والحرمان والقلق (منصور؛ والببلاوي، ١٩٨٠، ٨). كما تعد الضغوط أى مثيرات أو تغيرات فى البيئة الداخلية أو الخارجية بما يثقل القدرة التكيفية للكائن الحى إلى حده الأقصى؛ والتى فى ظروف معينة يمكن أن تؤدى إلى اختلال السلوك أو عدم التوافق أو الاختلال الوظيفى الذى يؤدى إلى المرض، وبقدر استمرار الضغوط بقدر ما يتبعها من استجابات جسمية ونفسية غير صحيحة (خليفة، ٢٠٠٤، ٦٣).

وفى السنوات الأخيرة، تزايد أعداد الطلاب الوافدين وإقبالهم على جامعة الأزهر ومعاهده، وهذا ترتب عليه وجود شريحة مجتمعية جديدة فى المجتمع المصري، ألا وهى شريحة الطلاب الوافدين. ولا شك أن وجود هؤلاء الطلاب فى بيئة ثقافية واجتماعية جديدة، ربما ينجم عنها بعض الضغوط التى يعانى منها الطالب الوافد. ومن ثم، أصبح من الأهمية بمكان دراسة الضغوط النفسية التى تواجه الطالب الوافد إلى المعاهد الأزهرية.

إضافة إلى هذا، تبين من خلال مراجعة الدراسات التى تناولت الضغوط النفسية فى البيئة الثقافية العربية، أنها تناولت العديد من المتغيرات النفسية مثل المناخ الأسرى (جمعة، ٢٠٠٦)، والاغتراب النفسى (محمد، ٢٠٠٤)، والاحتراق النفسى (منصور، ٢٠٠٧). بينما أغفلت تلك الدراسات تناول متغيرات أخرى قد تكون لها علاقة بالضغوط النفسية مثل السلوك التوكيدي، وجودة الحياة. على الرغم من وجود دراسات أجنبية قد تناولت الضغوط النفسية بكل من السلوك التوكيدى (Edmond, 1996)؛ وجودة الحياة (Marriage& Cummins, 2004).

وإلى جانب هذا، توجد قلة من البحوث التى حاولت الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية وكل من السلوك التوكيدى وجودة الحياة لدى الطلاب الوافدين ببعض معاهد البعوث الإسلامية. ومن ثم، يسعى هذا البحث إلى الكشف عن هذه العلاقات بين المتغيرات سالفة الذكر.

مشكلة البحث:

أن مفهوم الضغوط النفسية لاقى اهتماماً كبيراً من قبل الباحثين على مستوى العالم الغربى والعربي؛ لما له من أهمية فى تفسير السلوك الإنساني. وقد تزايدت البحوث فى هذا الصدد على مستوى البحوث الغربية (انظر الجزء الخاص بالبحوث السابقة) مثلما تزايدت البحوث فى هذا المجال على مستوى البحوث العربية التى تناولت الضغوط النفسية بكل من الاتجاه الدينى والتحصيل الدراسى (محمد، ٢٠٠١)، والمعاملة الوالدية (التلاوي، ٢٠٠٢)، وأساليب التعلم والتحصيل الدراسى (سويد، ٢٠٠٣)، والاغتراب النفسى (محمد، ٢٠٠٤)، والصحة النفسية (عواد، ٢٠٠٥)، وبعض الجوانب الدافعية والانفعالية (محمد، ٢٠٠٥)، والصفحة النفسية للذكاء (الشناوي، ٢٠٠٦)، والمناخ الأسرى (جمعة، ٢٠٠٦)، والسمات الشخصية (محمود، ٢٠٠٦)، والاحتراق النفسى (منصور، ٢٠٠٧)، ووجهة الضبط (عبدالحميد، ٢٠٠٨)، والتفاعل الاجتماعى (محمد، ٢٠١٠)، والذكاء الوجدانى (يوسف، ٢٠١٠).

وقد تبين أن معظم البحوث التى تناولت الضغوط النفسية فى الأدبيات النفسية العربية قد أجريت على عينات متباينة تضمنت الأطباء وضباط الشرطة، وطلاب التعليم الثانوى العام والفني، والعاملين بالمؤسسات المطروحة للخصخصة، والفئات الخاصة، ولاعبى المنتخبات الرياضية، وأطفال المقابر، والممرضات، ومعلمى المرحلة الابتدائية، وطلاب الجامعة، وقلة منها تناولت الطلاب الوافدين (بركات، ٢٠٠٦).

إضافة إلى هذا، ترى الباحثة أن البحوث التى أجريت فى مجال الطلاب الوافدين قليلة إلى حد ما (خليفة، ١٩٨٤؛ محمود، وحسني، ١٩٨٥؛ وعبدالباري، ١٩٩٢؛ المصري، ١٩٩٣؛ مصطفى، ٢٠٠١؛ عكاشة، ٢٠٠٤؛ بركات، ٢٠٠٦). ومن ثم، فإن هذه الشريحة فى حاجة إلى المزيد من البحوث خاصة فى مجال الضغوط النفسية؛ حيث تبين لها من خلال مراجعتها للبحوث النفسية العربية فى هذا الصدد، أن هناك متغيرات أخرى لم يتم الكشف عن علاقتها بالضغوط النفسية مثل السلوك التوكيدي، وجودة الحياة، على الرغم أن هناك بعض البحوث النفسية الغربية التى تناولت الضغوط النفسية بكل من السلوك التوكيدى (Poyrazli, 2001)، وجودة الحياة (Conrath, 2008). وإلى جانب هذا، أغفلت البحوث النفسية العربية شريحة مجتمعية تواجدت فى المجتمع المصري؛ حيث تتوافد عليها الكثير من الطلاب الوافدين من شتى الأقطار والأمصار. ونظراً لاختلاف الثقافة المصرية بما فيها من عادات وتقاليد من بعض الثقافات الأخرى؛ فربما يؤدى هذا إلى شعور الطالب الوافد بالضغوط النفسية نتيجة لاختلاف البيئة الاجتماعية، والإحساس بالغربة، وعدم القدرة على التواصل الاجتماعى مع أصدقائه ومعارفه.

ومن ثم، وفى ضوء ما سبق ترى الباحثة أنه من الضرورى بمكان الكشف عن هذه الضغوط النفسية وعلاقتها بكل من السلوك التوكيدى وجودة الحياة لدى الطالب الوافد والملتحق فى مدينة البعوث الإسلامية. علاوة على ما إذا كانت هذه الضغوط النفسية قد تختلف باختلاف النوع والعرقية للطالب الوافد.

وعليه، تكمن مشكلة البحث الراهن فى محاولة الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية وكل من السلوك التوكيدى وجودة الحياة بين الطلاب الوافدين فى معاهد البعوث الإسلامية. إلى جانب التعرف على طبيعة الفروق فى هذه الضغوط النفسية وفقاً لمتغيرى النوع، والأصول العرقية.

تساؤلات البحث:

يمكن تحديد تساؤلات البحث فيما يلي:

١. ما العلاقة بين الضغوط النفسية والسلوك التوكيدى لدى الطلاب الوافدين؟
٢. ما العلاقة بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى الطلاب الوافدين؟
٣. هل يسفر التحليل العاملى للمتغيرات التالية: الضغوط النفسية، والسلوك التوكيدي، وجودة الحياة لدى الطلاب الوافدين عن عامل واحد؟
٤. ما الفروق فى الضغوط النفسية لدى الطلاب الوافدين وفقاً لمتغيرى النوع والعرقية؟

هدف البحث:

هدف البحث الحالى الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية بكل من السلوك التوكيدى وجودة الحياة لدى مجموعة من الطلاب الوافدين الملتحقين بمعاهد البعوث الإسلامية، والتعرف على الفروق فى هذه الضغوط وفقاً لمتغيرى النوع، والعرقية.

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث النظرية والعملية فى النقاط التالية:

١. قلة الدراسة النفسية سواء على مستوى البحوث العربية أم الأجنبية التى حاولت الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية وكل من السلوك التوكيدى وجودة الحياة، والتعرف على الفروق فى هذه الضغوط فى ضوء متغيرى النوع، والعرقية للطلاب الوافدين.
٢. أصبح هناك شريحة مجتمعية غير متجانسة فى المجتمع المصرى نظراً توافد الكثير من الطلاب الوافدين إلى معاهد البعوث الإسلامية. هذه الشريحة المجتمعية لم يلق الباحثين لها بالاً للتعرف على طبيعة الضغوط النفسية التى يتعرضون لها نظراً لوجودهم فى بيئة اجتماعية جديدة.
٣. أن النتائج التى سوف يسفر عنها البحث الراهن، ربما تساعد العاملين فى مجال الإرشاد النفسى الطلابى على تقديم المساعدات الإرشادية النفسية لبعض الطلاب الوافدين فى معاهد البعوث الإسلامية.

حدود البحث:

يتحدد البحث الراهن بالعينة المستخدمة المكونة من مائة وعشرين طالباً وطالبة وافداً من كل من نيجيريا والصين والولايات المتحدة الأمريكية، وبالمقاييس النفسية المستخدمة لقياس الضغوط النفسية، والسلوك التوكيدي، وجودة الحياة لدى الوافدين، وبالأساليب الإحصائية المستخدمة.

مفاهيم البحث:

- الضغوط النفسية Psychological Stress:

١. يعد هانز سيلى Hans Sely أول من قدم مفهوم الضغوط النفسية إلى الحياة العامة

عام (١٩٣٦)؛ حيث يعرّف الضغوط النفسية بأنها: حالة تتضح عن طريق عرض معين تتألف من مثيرات غير نوعية تحدث تغيرات داخل النظام البيولوجى للكائن الحي. ويشمل هذا التعريف كما أشار إلى ذلك فيو Few (١٩٧٧، ١٣٨) العناصر الثلاثة التالية:

أ. الضغوط حالة ليست برد الفعل الخاص وليست بالقلق، ولكنها حالة تكيف للكائن الحي.

ب. إنه يصاحبها عرض معين؛ حيث ينتج عنها نمط معين من القدرات الجسمية والنفسية مثل إضطراب الغدد.

ج. إن الضغوط النفسية هى مثيرات غير نوعية؛ وهذا يعنى أنها تنتج عن طريق العديد من العوامل المختلفة والمتغيرة، علاوة على أنها تؤثر على الجسم بالكامل وليس جزء معين منه.

ويمكن تعريف الضغوط بأنها: تلك العواطف الممتدة التى تسبب الضغوط عندما تستمر لوقت طويل جداً، وتظهر فى صورة مشكلات نفسية، وتسمى الأحداث التى تسببها بالضغوط، وهى تشمل عدداً من الأحداث المرتبطة بتغيرات الحياة؛ مثل الطلاق والإحباط والصراع ومتغيرات الشخصية، بالإضافة إلى مسببات الضغوط الكثيرة كضغوط العمل وضغوط المنزل (John, 1989, 17).

كما أنها: تلك الحالة التى يتعرض فيها الكائن الحى لظروف أو مطالب تفرض عليه نوعاً من التوافق؛ وتزيد تلك الحالة إلى درجة الخطر كلما ازدادت شدة تلك الظروف أو المطالب أو استمرت لفترات طويلة (البيلاوي، ١٩٩٨، ٤١).

ويعرّف الضغط بأنه: "ظاهرة معقدة تعبر عن وقائع متعددة وذات مضامين بيولوجية، ونفسية، واقتصادية، واجتماعية، وهو إما حاد أو مزمن، وظاهرة الضغوط لها بعض الصفات الفيزيقية والداخلية التى تعطى لها وحدتها، وتماسكها وتميزها عن غيرها من الظواهر" (الرشيدي، ١٩٩٩، ٧).

وإلى جانب هذا، تعرّف الضغوط بأنها: "إحساس الفرد بالتوتر والقلق وعدم الاتزان الناشء عن عدم قدرته على الملائمة بين ما لديه من إمكانية وبين ما تتطلبه البيئة المحيطة من أفعال تؤدى إلى حالة الإشباع لدى الفرد، ويتوقف ذلك أيضاً على درجة إحساس الفرد وتقديره لهذه الضغوط، بل وإدراكه لها والتى تتحدد بعدد من العوامل من داخل الفرد ومن خارجه" (منشار، ١٩٩٩، ٣١٦-٣١٧).

كما تعد الضغوط النفسية بمثابة الحالة الوجدانية التى يخبرها الطلاب نتيجة إدراكهم لظروف بيئة معينة يتعرضون لها؛ وتفرض عليهم أن يتكيفوا أو يتوافقوا معها. وتتمثل هذه الحالة الوجدانية فى المشاعر غير المريحة وغير السارة التى تنتاب الطلاب نتيجة تعرضهم لهذه الظروف (إبراهيم، ٢٠٠٢، ٢٠).

إضافة إلى أنها: إحدى ظواهر الحياة الإنسانية التى يخبرها الإنسان فى مواقف وأوقات مختلفة تتطلب منه توافقاً أو إعادة توافقه مع البيئة، وهذه الظاهرة شأنها شأن معظم الظواهر النفسية كالقلق والصراع والإحباط والعدوان، فضلاً عن أنها من طبيعة الوجود الإنساني، وليس بالضرورة أن تكون الضغوط ظاهرة سلبية؛ وبالتالى لا نستطيع الهروب منها أو أن نكون بعيدين عنها، وذلك يعنى نقص فعاليات الفرد وقصور كفاءته ومن ثم الإخفاق فى الحياة (أحمد، ٢٠٠٢، ٢٣).

وترى الباحثة أن معظم التعريفات المذكورة سلفاً تركز على الجانب السلبى للضغوط التى تؤدى إلى زيادة سوء التوافق مع البيئة المحيطة، ألا أن للضغوط جوانب إيجابية تؤدى إلى قدر أكبر من التكيف مع الذات والمجتمع؛ ومنها: التهيؤ والاستعداد لمواجهة الضغوط، والاستفادة من الخبرات الضاغطة السابقة، والتحسن فى الجوانب الإدراكية للفرد من خلال إدراك طبيعة الموقف الضاغط.

إضافة إلى هذا، استطاعت الباحثة من خلال تحليلها للتعريفات السابقة أن تعرّف الضغوط بأنها: ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية التى يتعرض لها الفرد فى مواقف وأوقات مختلفة تتطلب منه توافقاً معيناً مع نفسه وبيئته؛ حين يتعرض الفرد لمطالب تفوق قدرته ويصعب عليه مواجهتها، وبالتالى تعرضه لردود فعل انفعالية وعضوية قد تضعف من تقدير الفرد لذاته، ومن ثم يصعب عليه تحديد رؤية لنفسه ومستقبله مما يعوق تحقيق ذاته.

٢. مصادر الضغوط: يقسم لازاروس Lazarus (١٩٧٦، ٤٨) مصادر الضغوط إلى عوامل فسيولوجية وظروف بيئية اجتماعية. ويتضمن العامل الأول: الحرارة- البرودة- الميكروبات- الأضرار الجسمية- العدوى البكتيرية أو الفيروسية. بينما يتضمن العامل الثانى كل الأسباب البيئية المؤدية للضغوط النفسية والاجتماعية؛ والتى تنقسم بدورها إلى عوامل تتصل بالفرد؛ مثل تكوينه النفسى والعضوي، وعوامل بيئية واجتماعية يشترك فيها أغلب الناس.

كما يشير كوبر Cooper (1997, 119) إلى وجود سبعة مصادر رئيسية للضغوط؛ ستة منها خارجية، وواحدة داخلية، وهى كما يلي: العوامل الخارجية؛ مثل العمل- تنظيمات الدور- التنظيمات البيئية والمناخ- مراحل النمو- التنظيمات العليا- التنظيمات البيئية، والعوامل الداخلية؛ وتتمثل فى ضغوط تنشأ من مكونات شخصية الفرد.

وعلى وجه العموم، فإن الضغوط فى حياة الفرد متعددة، قد يرجع سببها إلى الفرد نفسه أو إلى طريقة إدراكه للظروف من حوله أو إلى تغيرات بيئية، وإذا ترتب على الضغوط إيذاءً حقيقياً للفرد فإنه يصبح محبطاً، وإن لم يلحق به ضرراً مباشراً فإنه يعيش حالة من الشعور بالتهديد والقلق ويحاول جاهداً مقاومة الموقف (إبراهيم، ١٩٩٨، ١٥).

٣. أنواع الضغوط النفسية: تتعدد أنواع الضغوط النفسية، ويمكن وصفها كما أشار إليها منصور والبلاوي، (١٩٨٩، ٧) إلى ما يلي:

أ. الضغوط المؤقتة والضغوط المزمنة؛ والضغوط المؤقتة هى تلك التى تحبط الفرد لفترة وجيزة ثم تتقشع؛ مثل الضغوط الناشئة عن الامتحانات أو مواجهة موقف مفاجئ أو الزواج الحديث، إلى غير ذلك من الظروف المؤقتة التى لا يدوم أثرها لفترة طويلة، ومثل هذه الضغوط تكون سوية فى معظمها إلا إذا كان الموقف الضاغط أشد صعوبة من قدرة الفرد على التحمل، مثلما يحدث مع المواقف الشديدة الضاغطة التى تؤدى إلى الصدمة العصبية، أما الضغوط المزمنة؛ فتتمثل فى الضغوط التى تحيط بالفرد لفترة طويلة نسبياً؛ مثل تعرض الفرد لآلام مزمنة أو وجود الفرد فى أجواء اجتماعية واقتصادية غير ملائمة بشكل مستمر.

ب. الضغوط الإيجابية والضغوط السلبية؛ الضغوط الإيجابية هى تلك الضغوط التى تحدث توتراً يؤدى إلى الشعور بالسعادة والرضا، أى الاتزان النفسى مثل المكافأة نظير عمل جديد، أما الضغوط السلبية فهى الناتجة عن الأحداث التى تؤدى إلى التوتر والتى تؤدى بدورها إلى الشعور بالتعاسة والإحباط وعدم السرور أى عدم الاتزان النفسي.

٤. نظريات الضغوط النفسية: توجد العديد من النظريات المفسرة للضغوط النفسية؛ منها:

أ. نظرية هانز سيلى Sely؛ التى تؤكد على أن هناك استجابة أو أنماط معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير بيئى مزعج (موقف ضاغط)، وتعتبر هذه الاستجابة ضغطاً، كما يعتبر حدوثها مصحوباً بأعراض تمثل بالفعل حدوث ضغط (الرشيدي، ١٩٩٩، ٤٨).

ب. نظرية سبيلبرجر؛ والتى تعتمد على أساس الإدراك الكلى للموقف. ومن ثم، فإن الضغط يلعب دوراً فى الاختلافات على مستوى الواقع، وكل حسب إدراكه للضغط. كما أكد سبيلبرجر أن النظرية الشاملة كما أشار إلى ذلك حسين (١٩٩٤، ٥١) يجب أن تأخذ فى اعتبارها العوامل التالية:

- طبيعة وأهمية الضغوط فى المواقف المختلفة.
- قياس السلوك المناسب للتغلب على حالات القلق الناتج عن الضغط فى مختلف المواقف.
- قياس مدى مستوى شدة القلق الناتج عن الضغط فى المواقف المختلفة.
- توضيح تأثير الدفاعات النفسية التى يستخدمها الأفراد الذين تجرى عليهم تجارب التعلم للتخفيف من حالة القلق.

ج. نظرية موراي؛ التى ترى أن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط مفهومان أساسيان فى فهم الشخصية وتفسير السلوك الإنساني، على اعتبار أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات المؤثرة والجوهرية للسلوك فى البيئة. ويعرّف الضغط بأنه صفة أو خاصية لموضوع بيئى أو لشخص بحيث يفوق جهود الفرد للوصول لهدف معين، وترتبط الضغوط بالأشخاص أو الموضوعات التى لها دلالات مباشرة تتعلق بمحاولات الفرد لإشباع متطلباته وحاجاته

(الرشيدي، ١٩٩١، ٦٤- ٧٣).

وإذا كان العلماء الآخرون قد اقتصروا على التفسير النظرى لموضوع الضغط، فإن موراى Murray قد أضاف إلى ذلك قائمة للضغوط تضمنت ما يلي: ضغط نقص التأييد الأسري، ضغط الأخطار والكوارث، ضغط النقص والضياع، ضغط العدوان، ضغط الانقياد، ضغط الانتماء والصداقة (مدبولي، ١٩٩٥، ٣٣)، ضغط النبذ وعدم الاهتمام، ضغط الجنس، ضغط طلب العاطفة من الآخرين وطلب الرفق، ضغط الدونية والاحتقار، ضغط العطف على الآخرين (إبراهيم، ١٩٩٨، ٢٠٠)، ضغط الخصوم والأقران المتنافسين، ضغط السيطرة والقسر والمنع، ضغط الاحتجاز والموضوعات الكابحة (الرشيدي، ١٩٩١، ٦٤).

وتتبنى الباحثة نظرية سبيلبرجر لتفسير الضغوط التى تعتمد على أساس الإدراك الكلى للموقف، لأن الطالب الوافد لا يستطيع أن يشعر بالضغط ألا من خلال إدراك الكلى للمواقف التى يواجهها.

- السلوك التوكيدى Assertive Behavior:

١. يعزى الفضل إلى سالتر (1949) Salter لأنه أول من أشار إلى مفهوم توكيد الذات Self Assertion، وقد أطلق عليه السلوك الاستثارى Excitatory Behavior، ولكن مصطلح توكيد الذات كمصطلح لم يظهر إلا على يد وولب Wolpe (1973, 80)؛ حيث يشير توكيد الذات إلى القدرة على التعبير الانفعالى نحو المواقف والأشخاص بطريقة ملائمة اجتماعياً.

ويمكن تعريف التوكيدية بأنها: "تعبير الفرد عن تلقائية فى العلاقات العامة مع الآخرين فى صورة إجابات، وفى حركات تعبيرية وإيماءات، وفى صورة أفعال سلوكية، وتصرفات فى غير تضارب مع القيم والمعايير والاتجاهات السائدة، وبدون أضرار غير مشروعة بالآخرين أو بالذات". كما أن الشخص التوكيدي: "هو الشخص الإيجابى القادر على المبادأة والواثق بنفسه الذى لا يخجل فى المواقف الاجتماعية، والقادر على مناقشة الرؤساء والمرؤوسين، وإبداء الرأى حتى ولو كان مخالفاً، أما الشخص غير التوكيدى هو الهياب الخجول". (القطان، ١٩٨١، ٧- ١٠)

ويعرّف توكيد الذات بأنه: ميزة سلوكية تكمن فى سلوك الفرد الاجتماعي، وتشمل الدفاع عن الحق أو الحصول على هدف ما (Bruno, 1986, 16). كما يعرّف التوكيدية بأنها: التلقائية فى التعبير عن الآراء والمشاعر الموجبة والسالبة، كما أنها السلوك الذى يمكن الفرد من التعرف بما فيه مصالحه من أن يدافع عن نفسه بدون قلق غير ضرورى من أن يعبر بحرية عن المشاعر الصادقة، وأن يعبر عن حقوقه الشخصية بدون أن ينكر حقوق الآخرين، كما أنها تعبير الفرد عن تلقائيته فى العلاقات العامة مع الآخرين (غازي، ١٩٨٨، ٦- ٨).

كما أن توكيد الذات هو أن يفرض الفرد نفسه على الآخرين، ويؤكد وجوده بينهم كالرئيس الذى لا يسمح لمرؤوسيه بحرية القرار دون الرجوع إليه، أو الشخص الذى يتحدث باستمرار فى اجتماع يوجد به، ويمتد توكيد الذات بالفرد حتى نجده فى المواقف الاجتماعية المختلفة يعطى الأهمية لتحقيق أهدافه الخاصة، ومصالحه الذاتية حتى ولو على حساب الآخرين (طه وآخرون، ١٩٩٣، ١٥٩).

إضافة إلى هذا، يعرّف توكيد الذات بأنه: مهارة الفرد فى التعبير عن آرائه سواء كانت متفقة أو مختلفة مع الآخرين، والإفصاح عن المشاعر الإيجابية والسلبية حيالهم، والدفاع عن حقوقه الخاصة (فرج، ١٩٩٨، ٧٤). وتعرّف التوكيدية بأنها: "سلوك متعلم يساعد الشخص على حمل صراعاته، وإنه قائم على حقوق الشخص دون اغتصاب لحقوق الآخرين والاعتداء عليهم" (موسى، ١٩٩٩، ٧٣٤). كما أنها: أسلوب ينتهجه الفرد، ويتضمن قدرة الفرد على التعبير عن انفعالاته، وآرائه ووجهات نظره حول ما يتعلق بذاته أو بالآخرين، وذلك بصورة سوية وإيجابية تكون مقبولة من المجتمع (سعدي، ٢٠٠٦، ٣٩).

وفى ضوء ما تقدم، قامت الباحثة بتحليل التعريفات المذكورة سلفاً، فتبين لها أنها تتضمن أكثر من بعد، وخاصة البعد الذاتي، وهذا ما أطلقت عليه التوكيدية الذاتية؛ ويقصد بها قدرة الطالب الوافد على الإفصاح عما يريد، ومدح وثناء الآخرين، والتعبير عن المشاعر عامة، وعن الغضب والضيق نحو الجنس الآخر. والتوكيدية الاجتماعية؛ ويقصد بها قدرة الطالب الوافد على تجنب جرح مشاعر الآخرين، واحترام رأى الآخرين، والتعبير عن الإعجاب بالآخرين، والقدرة على وضع قواعد ومعايير للتعامل مع الآخرين.

٢. مكونات السلوك التوكيدي: أن للسلوك التوكيدى جانبين رئيسيين؛ هما: الجانب غير اللفظي، والجانب اللفظي. وفيما يلى تلخيص لكل مكون من مكونات السلوك التوكيدي.

أ. المكونات غير اللفظية للسلوك التوكيدي: تعد الجوانب غير اللفظية من العناصر الرئيسة للسلوك التوكيدى فضلاً عن قدرة الفرد على استخدامها تزيد من مهاراته التوكيدية؛ وهى أهمية خاصة فى برامج التدريب التوكيدي. فمن شأن تدريب الفرد على استخدامها أن تزيد من فعاليته (رفاعي، ١٩٨٥، ٢٣٩). وتنقسم الجوانب غير اللفظية للسلوك التوكيدى إلى ما يلي:

- مظاهر سلوكية داخلية؛ مثل العمليات الفسيولوجية كالنبض وضغط الدم وتقلصات المعدة.
- مظاهر سلوكية خارجية؛ وتتمثل فى التقاء العيون (Hess, et al., 1980, 11)؛ الابتسام، ومدة الاستجابة، وكمون الاستجابة، وشدة الصوت، وارتباك الكلام (Hersen, et al., 1979, 17)؛ الصمت، التوقيت، وضع الجسم، التغيرات الوجهية (Mckelvie, 1995, 34)، معدل سرعة الكلام (Burley, 1983, 50).

٣. المكونات اللفظية للسلوك التوكيدي: اعتمد الباحثون على أسلوب التقدير الذاتي، وبوجه خاص على المقاييس النفسية لقياس المكونات اللفظية للتوكيد، وفيه يذكر المبحوث معدل إصداره الاستجابة التوكيدية فى مواقف متنوعة يواجهها أو يتخيل نفسه فى مواجهتها، أو يختار بديلاً من بين عدة بدائل للاستجابة للموقف المطروح عليه يعبر أحدها عن الاستجابة التوكيدية والآخر عن الاستجابة العدوانية والثالث عن الاستجابة الخضوعية (Margalit& Mauger, 1984, 46).

- جودة الحياة Quality of Life:

١. يعد مفهوم جودة الحياة أحد مفاهيم علم النفس الإيجابي، ولقد شاع هذا المفهوم فى الوقت الحاضر فأصبح موجوداً فى مجال البحث، مقروناً فى مجالات مثل علم الاجتماع والطب وعلم النفس وعلم الاقتصاد والجغرافيا والتاريخ الاجتماعى والفلسفة. وقد تعددت استخدامات مفهوم الجودة بصورة واسعة فى السنوات الأخيرة فى جميع المجالات مثل جودة الحياة، جودة الخدمات، جودة الزواج، جودة التعليم، جودة آخر العمر، جودة المستقبل؛ وأصبحت الجودة هدفاً للدراسة والبحث باعتبارها الهدف الأسمى لأى برنامج من برامج الخدمات المقدمة للفرد، ويختلف معنى جودة الحياة باختلاف الأفراد؛ وتوصف جودة الحياة بأنها مفهوم غامض فليس هناك إجماع فى الآراء حول معنى جودة الحياة وذلك لأنه مفهوم متعدد الأبعاد (موسى، ٢٠٠١، ١٢٥).

ويتغير مفهوم جودة الحياة بتغير الزمن وبتغير حالة الفرد النفسية والمرحلة العمرية التى يمر بها، فالسعادة مثلاً تحمل معانى متعددة للفرد نفسه فى المواقف المختلفة؛ فالمريض يرى السعادة فى الصحة، والفقير يرى السعادة فى المال، وهكذا تتغير المفاهيم مع تغير الظروف المحيطة بالفرد (Cummins, 1997).

إضافة إلى هذا، يعد مفهوم جودة الحياة مفهوم نسبى يختلف من شخص لآخر حسب ما يراه من معايير تقيّم حياته، فمقومات جودة الحياة تختلف من فرد إلى آخر وغالباً ما ترتبط بالأشياء التى تشبع حاجة الإنسان سواء كان على المستوى النفسى أو الروحى أو العقلى أو الجسدي؛ وفى مختلف النواحى سواء كانت صحية أو اقتصادية أو اجتماعية. وتكمن جودة الحياة فى جوهر الإنسان والذى يتمثل فى عمق الفطرة وثراءها؛ وفيه تكمن إمكانيات الإنسان الكامنة وطاقاته المتأصلة تلك التى تجسد الطبيعة الإنسانية وتعطى للإنسان معنى لوجوده وهدفاً لحياته، وإعلاء للنفس فوق ماديتها؛ ولجوهر الإنسان خصائص مهمة تكشف الكثير عن مكوناته وتوجهات هذه المكونات وعلاقتها البيئية، تلك التى تشكل بنية الإنسان النفسية؛ ومن هذه الخصائص التكامل بين قوى الذات، الإزدواجية السوية فى السلوك، النزعة للتدين والنزعة للإثابة (الفرماوي، ١٩٩٩، ٢١٥).

ويمكن تعريف جودة الحياة بأنها: مدى إحساس الفرد بالسعادة النفسية التى تنتج عن الرضا أو عدم الرضا بمجالات الحياة الضرورية بالنسبة له (Ohara, 1998, 12).

ويرى الغندور (١٩٩٩، ٢٩- ٣٣) أن هناك ثلاثة اتجاهات رئيسة فى تعاريف جودة الحياة؛ هي: الاتجاه الاجتماعي، الاتجاه الطبي، الاتجاه النفسي؛ حيث يعرّف أصحاب الاتجاه الاجتماعى جودة الحياة من منظور يركز على الأسرة والمجتمع وعلاقات الأفراد والمتطلبات الحضارية، والسكن، والدخل، والمتغيرات الاجتماعية، وتعتبر منظمة اليونسكو هذا المفهوم شاملاً لكل جوانب الحياة كما يدركه الأفراد، وهو يتسع ليشمل الإشباع المادى للحاجات الأساسية، والإشباع المعنوى الذى يحقق التوافق النفسى للفرد عبر تحقيقه لذاته، أما الاتجاه الطبي؛ فقد اعتمد على تحديد مؤشرات جودة الحياة من منظور الصحة والمرض، بينما يركز الاتجاه النفسى على إدراك الفرد كمحدد أساسى للمفهوم وعلاقته بالمفاهيم الأخرى، وأهمها القيم والحاجات النفسية وإشباعها وتحقيق الذات ومستوى الطموح لدى الأفراد.

كما تعرّف بأنها: الإحساس بالرفاهية والرضا التى يشعر بها الفرد فى ظل ظروفه الحالية (موسى، ٢٠٠١، ١٢٩). إضافة إلى هذا، تعرّف جودة الحياة بأنها: درجة الرضا أو عدم الرضا التى يشعر بها الفرد تجاه المظاهر المختلفة فى الحياة، ومدى سعادته ورضاه بالوجود الإنساني؛ وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة، وتعكس جودة الحياة سعادة الفرد النفسية كما تشمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته وعوامل خارجية والتى تقيس السلوكيات مثل الاتصال الاجتماعى والأنشطة، كما تشمل مدى إنجاز الفرد للمواقف الاجتماعية المُرضية فى حدود قدرته البدنية (Fogri& Zoppi, 2004, 379).

وتعرّف شقير (٢٠٠٩، ٦) جودة الحياة بأن يعيش الفرد فى حالة جيدة متمتعاً بصحة بدنية وعقلية وانفعالية على درجة من القبول والرضى، وأن يكون قوى الإرادة، صامد أمام الضغوط التى تواجهه، ذو كفاءة ذاتية واجتماعية، راضياً عن حياته الأسرية والمهنية والمجتمعية، محققاً حاجاته وطموحاته، واثقاً من نفسه غير مغرور، ومقدراً لذاته بما يجعله يعيش شعور السعادة، وبما يشجعه ويدفعه لأن يكون متفائلاً لحاضره ومستقبله، ومتمسكاً بقيمه الدينية والخلقية والاجتماعية، منتمياً لوطنه ومحباً للخير، ومدافعاً عن حقوقه وحقوق الغير، ومتطلعاً للمستقبل.

وقد تبنت الباحثة التعريف الذى ذهب إليه الغندور (١٩٩٩) حيث أنتهى إلى أن جودة الحياة تتكون من اتجاهات ثلاث؛ وهى الاتجاه النفسي، والاتجاه الاجتماعي، والاتجاه الطبي. ووفقاً لهذا التعريف؛ تم تصميم مقياس جودة الحياة للطلاب الوافدين المستخدم فى البحث الراهن.

٢. النظريات المفسرة لجودة الحياة:

أ. يرى بوشاك Buschak (2005) أن هناك العديد من النظريات التى حاولت تفسير مفهوم جودة الحياة، ففى عام ١٩٧٠ وضع Erik تصوراً نظرياً لجودة الحياة، والتى ترتكز على الحاجات الأساسية لتطوير الإنسان؛ والتى ترتكز على الملكية أو التملك having والحب، وهذه الحاجات تستخدم كنقطة بداية من أجل توضيح المفهوم الشامل لجودة الحياة، فنجد أن التملك يرتبط دائماً بالمصادر المادية والظروف الحياتية مثل الدخل والمسكن وظروف العمل، وهى تشير إلى المعايير الرئيسية للحياة والأنظمة البيئية، أما الحب فهو يشمل الحاجات الاجتماعية لجميع الأفراد مثل العلاقات الاجتماعية وشبكة العلاقات والدعم العاطفى والتكامل الاجتماعي.

ب. ويوضح بيجلو Bigelow (1991) أن نظرية جودة الحياة تمدنا بإطار عن احتياجات الصحة النفسية للأفراد إلى جانب وصف مجموعة من الخدمات، ولقد قامت مجموعة من الدراسات بتطوير وقياس جودة الحياة فى مجال الصحة النفسية؛ وحاولت هذه الدراسات وضع تصور نظرى لمفهوم جودة الحياة؛ والتى توصلت إلى أن هذا المفهوم يتكون من مكونين أساسيين وهما مكون ذاتى subjective ولآخر مكون موضوعى objective، ويشير المكون الذاتى إلى الرضا عن الحياة، السعادة، السعادة الذاتية (الرفاهية)، ويشمل المكون الموضوعى على الجوانب الاجتماعية مثل الحياة المستقلة والوظيفية، الدخل، المستوى التعليمي.

وترى الباحثة فى ضوء ما أنتهى إليه بوشاك Buschak (2005) فى أن جودة الحياة تتضمن كل من التملك، والحياة؛ بينما على الجانب الآخر، توصل بيجلو Bigelow (1991) إلى أن هذا المفهوم يتكون من مكون ذاتي، وآخر موضوعي. ونظراً لصعوبة قياس الحاجات التى ترتكز على الملكية، والموضوعية المادية، تبنى البحث الراهن المكون الذاتى كأحد المكونات الرئيسة لتفسير جودة الحياة.

- العلاقة بين الضغوط النفسية والتوكيدية: يؤكد بعض الباحثين على أهمية تنمية التوكيدية، لأنها تلعب دوراً كبيراً فى تخفيف الضغوط المهنية، فيرى فونتانا Fontana (١٩٩٥، ٣٩٥) أن التوكيدية تسهم فى أسلوب التعامل الإيجابى والمواجهة؛ وتساعد على الاشتراك فى الأنشطة، وعلى ترك الأساليب السلبية فى التعامل مثل الهروب من المواقف أو السلوكيات الخطرة المهددة للفرد والآخرين.

كما تبين أن التوكيدية الإيجابية للذات تساعد على خفض التوترات الناتجة عن الضغوط (Folkman& Lazarus, 1985, 150)، وتعد إحدى استراتيجيات التعامل الفعال وتخفيض الضغوط (Dunham, 1992, 168). وإلى جانب هذا توصل بورز Bowers (١٩٩٥، ٢٢) إلى أهمية التوكيدية فى التعامل مع الضغوط، وأظهر أنه توجد علاقة سالبة ودالة إحصائياً بين الضغوط وأسلوب التوكيدية. كما توصل فاجن وآخرون Fagin, et al. (١٩٩٦، ١٠٨) إلى أن تقدير الذات المرتفع كأحد الجوانب الرئيسة فى التوكيدية يعد أحد مظاهر التعامل الإيجابي، ويسهم فى تحقيق الصحة النفسية والرضا المهني.

- العلاقة بين الضغوط النفسية وجودة الحياة: ترى الباحثة أن الإنسان سواء الذى يعيش فى وطنه أم من يقيم فى بلد آخر من أجل العمل أو الدراسة يواجه العديد من الضغوط النفسية، التى قد تؤثر بالسلب على جودته للحياة. وقد أنتهت العديد من نتائج البحوث التالية؛ أوتسى وزملائه Utcey, et al. (٢٠٠٢)، ماريج وكامينز Marriage& Cummins (٢٠٠٤)، جوبشاب وزملائه Gupchup, et al. (٢٠٠٤)، جيونان Guinane (٢٠٠٤)، كونراث Conrath (٢٠٠٨)، زهانج Zhang (٢٠١٠)، سوليفان Sullivan (٢٠١٠)، يانج Yang (٢٠١٠)، هان Hahn (٢٠١٠)، كيرك Kirk (٢٠١١) إلى أن من يستطيع أن يواجه الضغوط النفسية المتباينة فإن هذا يؤثر بالإيجاب على جودة الحياة والعكس صحيح.

بحوث سابقة:

- المحور الأول بحوث تناولت الضغوط النفسية وعلاقتها بالسلوك التوكيدي:

حاولت دراسة إيدموند Edmond (1996) التعرف على بعض المشكلات الاجتماعية والصحة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط وبعض الخصائص الديموجرافية لدى الطلاب الوافدين فى جامعة جنوب ويلز. وركزت الدراسة على أهم الجوانب الاجتماعية وهى إقامة الصداقات والتوكيدية والتأمل الداخلي. وتكونت عينة الدراسة من ٣١ طالباً وافداً و١٠٢ طالباً من المقيمين فى استراليا. واستخدم الباحث مقياس الصحة العامة، واستبيان المواقف الاجتماعية. واعتمد الباحث على معامل كا٢ إلى جانب تحليل الانحدار، والتحليل الداخلي. وأوضحت نتائج الدراسة إلى أن ٣٥% من الطلاب الوافدين يواجهون صعوبات فى المواقف الاجتماعية تتعلق بالتوكيدية وإقامة الصداقات مقابل ١١% من الطلاب المقيمين. وأظهرت نتائج الدراسة ارتفاع مستوى المشكلات الاجتماعية لدى الطلاب الوافدين بالمقارنة بالطلاب غير الوافدين. كما وجدت الدراسة علاقة بين الصحة النفسية والمشكلات الاجتماعية بين الطلاب المقيمين بينما لم تجد الدراسة ذات العلاقة بين الوافدين. واستخلصت الدراسة أن الطلاب الوافدين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الضغوط والمشكلات والصعوبات الاجتماعية.

وتناولت دراسة بورازلى Poyrazli (2001) الدور الذى تلعبه متغيرات التوكيدية، الخبرات الأكاديمية، وفاعلية الذات الأكاديمية فى التوافق النفسى والاجتماعى لدى الطلاب الوافدين. وحاولت الدراسة التعرف على مدى إمكانية التنبؤ بالتوافق النفسى والاجتماعى لدى الطلاب الوافدين من خلال متغيرات النوع، الكفاءة فى اللغة الإنجليزية، التوكيدية، الخبرات الأكاديمية وفاعلية الذات الأكاديمية. وتكونت عينة الدراسة من ١٢٢ طالباً وافداً من الذكور والإناث. وأظهرت نتائج الدراسة فاعلية التوكيدية وفاعلية الذات الأكاديمية والكفاءة فى اللغة فى التنبؤ بالتوافق النفسى والاجتماعى لدى الوافدين حيث ينخفض مستويات المشكلات النفسية ومشكلات التوافق لدى الطلاب مرتفعى التوكيدية وفاعلية الذات.

وهدفت دراسة أمات Amat (2006) إلى التعرف على العلاقة بين التوكيدية والمثابرة

وبين التوافق الأكاديمى لدى الطلاب الوافدين فى الولايات المتحدة الأمريكية. وتكونت عينة الدراسة من مجموعة من الوافدين من الذكور والإناث ممن بلغ متوسط أعمارهم ٢٣ عاماً واستخدم الباحث مقياس التوافق لدى الطلاب، مقياس راثوس للاكتئاب ومقياس المرونة والمثابرة إلى جانب أداة جمع البيانات. واعتمد الباحث على اختبار "ت" وتحليل التباين الأحادى وتحليل الانحدار المتعدد. وأوضحت نتائج الدراسة أن النوع والتوكيدية من أقوى المنبئات بالتوافق لدى الطلاب الوافدين. ولم تجد الدراسة فروقاً بين الذكور والإناث فى التوافق، التوكيدية، والمثابرة. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة بين التوافق والتوكيدية والمثابرة.

وأنتهت بعض نتائج دراسة بركات (٢٠٠٦) على عينة مكونة من مائة وخمسين طالباً وطالبة من الطلاب الوافدين فى معاهد البعوث الإسلامية إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين أبعاد الضغوط النفسية (الاجتماعية- الأكاديمية- الاقتصادية)، والتوكيدية لدى الطلاب الوافدين.

- المحور الثاني بحوث تناولت الضغوط النفسية وجودة الحياة:

استهدفت دراسة أوتسى وزملائه Utcey, et al. (2002) إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط المرتبطة بالعرق Race- Related Stress ومؤشرات جودة الحياة Quality Of Life Indicators والرضا عن الحياة لدى الأمريكيين من أصل أفريقي. وأظهرت نتائج الدراسة إلى أن الضغوط المرتبطة بالعرق من أقوى المنبئات بمؤشرات جودة الحياة والصحة النفسية لدى أفراد العينة.

وقام سميث Smith (2003) بدراسة الضغوط النفسية والحالة الصحية المدركة بين الطلاب الجامعيين الوافدين؛ حيث حظى موضوع تأثير الضغوط النفسية على الصحة باهتمام بعض الباحثين خلال العقود القليلة الماضية، كما تم تناول الحالة الصحية المدركة باعتبارها مؤشراً لبعض النتائج الصحية؛ مثل: المرض، والوفيات، واستخدام الرعاية الصحية. وعليه، هدفت الدراسة الكشف عن مستويات الضغوط والحالة الصحية المدركة، والعلاقة بين الضغوط والحالة الصحية المدركة بين الطلاب الوافدين فى جامعة أوتاه Otta بالولايات المتحدة الأمريكية. ولتحقيق هذا، تم تطبيق استبانة تضمنت ٧٨ سؤالاً تدور حول الضغوط النفسية والحالة الصحية المدركة، وبعض المعلومات الديموجرافية على عينة مكونة من ١٠٧ طالباً من الطلاب الوافدين. وأشارت النتائج إلى وجود درجة متوسطة من الضغوط النفسية، ووجود درجة مرتفعة من الحالة الصحية. كما أوضحت تحليل البيانات أن التمييز، والحنين إلى الوطن، والكراهية، والخوف، والضغوط النفسية تعزى إلى التغيرات، والصدمات الثقافية التى يتعرضون لها؛ والتى ترتبط بالضغوط النفسية أيضاً. وإلى جانب هذا، كشفت النتائج عن وجود علاقة سالبة ودالة إحصائياً بين الضغوط النفسية والصحة البدنية المدركة.

واستقصت دراسة ماريج وكامينز Marriage& Cummins (2004) الدور الذى تلعبه متغيرات الضبط الأولية والثانوية فى مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بجودة الحياة الذاتية وتقدير الذات. وتكونت عينة الدراسة من ٦٦ طفلاً ممن تراوحت أعمارهم بين (٥- ١٢) عاماً. واستخدمت الدراسة أدوات لقياس تقدير الذات وجودة الحياة والضبط الأولى والثانوي. وأظهرت نتائج الدراسة إلى أن الضبط الأولى والثانوى لا ينبأ بجودة الحياة ولا تقدير الذات لدى الأطفال؛ بينما أظهرت نتائج الدراسة أن تقدير الذات ينبأ بجودة الحياة لدى الأطفال. كما لم تجد الدراسة فروقاً بين الجنسين.

وهدفت دراسة جوبشاب وزملائه Gupchup, et al. (2004) إلى التعرف على أثر ضغوط الحياة لدى الطلاب على مستوى جودة الحياة المرتبطة بالصحة لدى الطلاب فى كلية الصيدلة. وتكونت عينة الدراسة من ١٦٦ طالباً فى كلية الصيدلة. واستخدم الباحثون مقياس ضغوط الحياة لدى الطلاب ومقياس جودة الحياة. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة بين ضغوط الحياة وجودة الحياة الصحية لدى الطلاب من الذكور والإناث. وقدمت الدراسة مجموعة من التوصيات حول استراتيجيات يمكن استخدامها لخفض ضغوط الحياة لدى الطلاب.

واستهدفت دراسة جيونان Guinane (2004) التعرف على العلاقة بين جودة الحياة والتكيف لدى الطلاب الوافدين. واستخدم الباحث استبيان العلاقة الدولية ومقياس جودة الحياة لدى الطلاب الوافدين إلى جانب أداة لجمع البيانات الديموجرافية. وتكونت عينة الدراسة من ١١٠ مفحوصاً. وأوضحت نتائج الدراسة أن المفحوصين لا تنخفض لديهم مستويات جودة الحياة عند تعرضهم للضغوط؛ وبالتالى لا توجد علاقة بين جودة الحياة والضغوط لدى الوافدين. وفسرت الدراسة ذلك باستخدامهم استراتيجيات إيجابية لمواجهة الضغوط.

وتناولت دراسة كونراث Conrath (2008) العلاقة بين الضغوط وجودة الحياة لدى الطلاب الوافدين. وناقشت الدراسة الآثار الوسيطة لفاعلية المواجهة على العلاقة بين ضغوط وجودة الحياة والمتغيرات الديموجرافية (النوع، المنطقة الوافد منها الطالب، مدة الإقامة، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادى الاجتماعي) على مستويات الضغوط المدركة. وتكونت عينة الدراسة من ١٢٦ طالباً فى الولايات المتحدة الأمريكية. واعتمد الباحث على تحليل الانحدار، والارتباط واختبار "ت". وأوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة بين جميع جوانب جودة الحياة وبين الضغوط. كما أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة بين ارتفاع مستوى فاعلية المواجهة وبين الرضا عن العلاقات الاجتماعية والصحة البدنية. كما وجدت الدراسة علاقة بين ارتفاع الضغوط وانخفاض المستوى الاقتصادى الاجتماعي.

وحاولت دراسة زهانج Zhang (2010) التعرف على أهم المتغيرات المنبأة بالتوافق النفسى والاجتماعى لدى الطلاب الوافدين للدراسة فى الولايات المتحدة الأمريكية. وهدفت الدراسة أيضاً إلى التعرف على أثر الضغوط الثقافية على التوافق النفسى الاجتماعى لدى الطلاب الوافدين. وتكونت عينة الدراسة من ٥٠٨ طالباً وافداً من الصين ممن يدرسون فى أربع جهات فى تكساس. وهدفت الدراسة أيضاً إلى التعرف على الأثر الوسيط للتفاعل الاجتماعى والارتباط الاجتماعى على الضغوط لدى الوافدين. وأظهرت نتائج الدراسة أن أهم المنبئات بالتوافق النفسى والاجتماعى لدى الطلاب الوافدين هى الضغوط، الدعم الاجتماعى مع الوافدين، فاعلية الذات، النوع، ومتغيرات الشخصية.

وهدفت دراسة سوليفان Sullivan (2010) إلى التعرف على أهم المنبئات بالضغوط لدى الطلاب الوافدين فى الولايات المتحدة الأمريكية. وتكونت عينة الدراسة من الطلاب الوافدين بست جامعات حكومية فى ولاية ميسورى وتكساس وأوكلاهوما ن= ٦٤٨ طالباً. واعتمدت الدراسة على نموذج الانحدار والإحصاء الوصفى إلى جانب مقارنة المجموعتين وتحليل الانحدار. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الضغوط يرتبط بارتفاع مستوى التمييز وارتفاع مستويات اضطرابات القلق واضطرابات المزاج. وأظهرت النتائج أن القدرة اللغوية فى اللغة الإنجليزية كما يدركها المفحوص، ومستويات اضطرابات القلق والمزاج وإدراك التمييز هى أقوى المنبئات بالضغوط لدى الوافدين.

واكتشفت دراسة يانج Yang (2010) العلاقة بين الضغوط وأساليب المواجهة والتوافق النفسى لدى الطلاب الوافدين من تايوان والصين وتركيا. وتكونت عينة الدراسة من ١٣١ طالباً من الطلاب الأمريكيين، ٧٧ طالباً وافداً من تايوان، ٥٣ طالباً وافداً من الصين، ٥٠ طالباً كورياً. واعتمد الباحث على معامل الارتباط، وتحليل التباين وتحليل الانحدار. وأظهرت نتائج الدراسة ارتفاع مستوى الضغوط لدى الطلاب الوافدين، بالمقارنة بالطلاب الأمريكيين. كما وجدت الدراسة علاقة بين الضغوط الأسرية والبيئية والأكاديمية وبين أساليب المواجهة غير التكيفية. وأظهرت النتائج أن أقوى المنبئات بالضغوط والمواجهة والتوافق النفسى هى مهارات اللغة الإنجليزية لدى الطلاب.

وتناولت دراسة هان Hahn (٢٠١٠) الضغوط لدى الطلاب الوافدين وركزت الدراسة على العلاقة بين الضغوط وأساليب مواجهة الضغوط والاكتئاب لدى الطلاب الوافدين. وتكونت عينة الدراسة من ٦٤٨ طالباً وافداً من ٧٤ دولة. واستخدم الباحث مقياس الضغوط ومقياس مواجهة الضغوط ومقياس التوجه الثقافى Cultural orientation. واعتمد الباحث على تحليل التباين الأحادى والمتعدد إلى جانب تحليل الانحدار المتعدد. وأوضحت نتائج الدراسة ارتفاع مستوى الضغوط والاكتئاب لدى الطلاب الوافدين، كما تم تشخيص الاكتئاب لدى ٢٢% من المفحوصين. وأظهرت نتائج الدراسة أن أهم المنبئات بالاكتئاب هى أساليب المواجهة الانفعالية والضغوط والعبء الأكاديمى والصدمة الثقافية؛ وتلعب هذه المتغيرات كوسيط فى العلاقة بين الاكتئاب والضغوط. كما أكدت النتائج على الدور الذى يلعبه متغير إجادة اللغة فى الضغوط لدى الطلاب الوافدين.

واكتشفت دراسة كيرك Kirk (2011) العلاقة بين الصحة الروحية ومهارات مواجهة

الضغوط وجودة الحياة لدى الأمريكيين من أصل أفريقي، والأمريكيين الأصليين واللاتينيين. وتكونت عينة الدراسة من ٥٨ طالباً جامعياً. واستخدم الباحث معاملات الارتباط لتحليل بيانات الدراسة. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية بين الصحة الروحية والقدرة على مواجهة الضغوط وجودة الحياة لدى مجموعات الدراسة الثلاثة؛ وخاصة لدى الأفراد من الأقليات العرقية فى الولايات المتحدة الأمريكية.

تعقيب:

أنتهت نتائج بحوث المحور الأول إلى أن الطلاب الوافدين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الضغوط والمشكلات والصعوبات الاجتماعية؛ وهذا يؤثر بالسلب على السلوك التوكيدى (Edmond, 1996)، وأن مستويات المشكلات النفسية ومشكلات التوافق تنخفض لدى الطلاب الوافدين مرتفعى التوكيدية وفاعلية الذات (Poyrazli, 2001)، وأن أبعاد الضغوط النفسية ترتبط سلباً بالسلوك التوكيدى لدى الطلاب الوافدين (بركات، ٢٠٠٦)، وأن التوافق الأكاديمى لدى الطلاب الوافدين يرتبط بكل من التوكيدية والمثابرة (Amat, 2006).

وأسفرت نتائج بحوث المحور الثانى عن أن الضغوط النفسية المرتبطة بالعرق من أقوى المنبئات بمؤشرات جودة الحياة والصحة النفسية (Utcey, et al., 2002)؛ وأن الضغوط النفسية لدى الطلاب الوافدين ترتبط سلباً بالصحة البدنية المدركة (Smith, 2003)؛ وأن مواجهة أحداث الحياة الضاغطة ترتبط بجودة الحياة الذاتية (Marriage& Cummins, 2004)؛ وأن ضغوط الحياة ترتبط سلباً بجودة الحياة الصحية (Gupchup, et al., 2004)؛ وأن مستويات جودة الحياة لا تنخفض لدى الطلاب الوافدين عند تعرضهم للضغوط (Guinane, 2004)؛ وأن مستوى فاعلية مواجهة الضغوط ترتبط إيجاباً بالرضا عن العلاقات الاجتماعية والصحة البدنية (Conrath, 2008)؛ وأن أهم المنبئات بالتوافق النفسى والاجتماعى لدى الطلاب الوافدين هى الضغوط، والدعم الاجتماعى وفاعلية الذات (Zhang, 2010)؛ وأن القدرة اللغوية فى اللغة الإنجليزية كما يدركها الطالب الوافد، ومستويات إضطرابات القلق والمزاج وإدراك التمييز هى أقوى المنبئات بالضغوط النفسية (Sullivan, 2010)؛ وأن أقوى المنبئات بالضغوط والمواجهة والتوافق النفسى هى مهارات اللغة الإنجليزية لدى الطلاب الوافدين (Yang, 2010)؛ وأن أهم المنبئات بالاكتئاب هى أساليب المواجهة الانفعالية والضغوط والعبء الأكاديمى والصدمة الثقافية (Hahn, 2010)؛ وأن الصحة الروحية ترتبط إيجابياً بالقدرة على مواجهة الضغوط وجودة الحياة لدى مجموعة من الطلاب ذوى أصول عرقية مختلفة (Kirk, 2011).

إضافة إلى هذا، تناولت بعض البحوث الفروق فى الضغوط النفسية وفقاً لمتغيرى النوع والأصول العرقية (Poyrazli, 2001)؛ (Smith, 2003)؛ (Amat, 2006)؛ (بركات، ٢٠٠٦)؛ وترى الباحثة، أنه على الرغم من وفرة البحوث المذكورة سلفاً التى تناولت الضغوط النفسية سواء مع السلوك التوكيدى أم مع جودة الحياة لدى الطلاب الوافدين، ألا أنها أغفلت الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية بكل من السلوك التوكيدى وجودة الحياة سواء على مستوى البحوث فى الأدبيات الغربية أم على مستوى البحوث فى الأدبيات العربية عامة، والمصرية خاصة. وعليه، تكمن مشكلة البحث الراهن فى محاولة الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية وكل من السلوك التوكيدى وجودة الحياة بين الطلاب الوافدين فى معاهد البحوث الإسلامية، إلى جانب التعرف على طبيعة الفروق فى هذه الضغوط النفسية وفقاً لمتغيرى النوع والأصول العرقية.

فروض البحث:

بعد عرض المفاهيم الخاصة بالبحث؛ وهى الضغوط النفسية، والسلوك التوكيدي، وجودة الحياة، ونتائج البحوث السابقة فى هذا الصدد، يمكن صياغة فروض البحث على النحو التالي:

١. توجد علاقة سالبة ودالة إحصائية بين الضغوط النفسية والسلوك التوكيدى للطلاب الوافدين.
٢. توجد علاقة سالبة ودالة إحصائية بين الضغوط النفسية وجودة الحياة للطلاب الوافدين.
٣. يسفر التحليل العاملى للمتغيرات التالية: الضغوط النفسية، والسلوك التوكيدي، وجودة الحياة للطلاب الوافدين عن عامل واحد.
٤. توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى أبعاد الضغوط النفسية لدى الطلاب الوافدين وفقاً لمتغيرى النوع والعرقية.

منهج البحث وإجراءاته:

يستند البحث الراهن إلى المنهج الوصفى الارتباطى المقارن لأنه يعد من أنسب المناهج لتحقيق أهدافه.

مجتمع البحث:

أشارت إحصائية الطلاب الوافدين الدارسين بمدينة البعوث الإسلامية لعام ٢٠١١/ ٢٠١٢ إلى أنه يوجد بها طلاب من كل من الدول الإفريقية التالية: أوغندا، النيجر، السنغال، الكاميرون، الكنغو الديمقراطية، الكنغو برازفيل، الجابون، إفريقيا الوسطى، أنجولا، أثيوبيا، أرتيريا، بروندي، بنين، بوركينا فاسو، تشاد، تنزانيا، توجو، جنوب أفريقيا، روندا، زامبيا، زيمبابوي، سيراليون، جامبيا، غينيا بساو، غينيا كوناكري، كوتيفوار، ليبنيا، ليسوتو، ليبريا، مالي، مدغشقر، موزمبيق، نيجيريا، ملاوي، والأمريكيتين واستراليا التالية: الولايات المتحدة الأمريكية، المكسيك، استراليا، بيرو، بوليفيا، تشيلي، جويانا، كندا، الأرجنتين، كولومبيا، نيوزيلندا، والدول الأوروبية التالية: الدينمارك، السويد، النرويج، النمسا، ألبانيا، ألمانيا، أسبانيا، أيرلندا، إيطاليا، المجر، البرتغال، التشيك، البوسنا، بريطانيا، بلجيكا، بلغاريا، تركيا، رومانيا، سويسرا، سلوفانيا، صربيا، فرنسا، فنلندا، كوسوفا، مقدونيا، هولندا، يوغسلافيا، بولندا، اليونان، ودول الاتحاد السوفيتى سابقاً التالية: أذربيجان، أوزباكستان، أوكرانيا، تتركمنسان، جورجيا، روسيا، طجاكستان، قيزغيرستان، كازاخستان، والدول الآسيوية التالية: اندونيسيا، الفلبين، الصين، أفغانستان، الهند، المالديف، باكستان، بنجلاديش، بروناي، تايلاند، تيمور الشرقية، سنغافورة، سيرلانكا، فيتنام، كامبوديا، منغوليا، ماليزيا، نيبال، كوريا.

وقد قامت الباحثة باختيار كل من دولة نيجيريا من قارة أفريقيا، حيث بلغ إجمالى عدد الطلاب فى المرحلة الإعدادية ١١٠ طالباً، و٧٩ طالبة؛ ودول الولايات المتحدة الأمريكية من الأمريكيتين، حيث بلغ عدد الطلاب فى المرحلة الإعدادية ٤٩ طالباً، و٣١ طالبة؛ ودول الصين من قارة آسيا ٢٨٢ طالباً، و١٤١ طالبة. وإلى جانب هذا، قد تم اختيار هذه الدول من القارات المذكورة سلفاً دون غيرها نظراً لوفرة عدد الطلاب والطالبات؛ خاصة فى المرحلة الإعدادية، وذلك بمقارنة أعدادهم فى المراحل التعليمية الأخرى.

المشاركون فى البحث:

تكون عدد المشاركين فى البحث من ٦٠ طالباً وطالبة ٣٠ طالباً، و٣٠ طالبة من دولة نيجيريا، و٦٠ طالباً وطالبة (٣٠ طالباً و٣٠ طالبة) من دولة الصين، و٦٠ طالباً وطالبة (٣٠ طالباً، و٣٠ طالبة) من دولة الولايات المتحدة الأمريكية. وتمثل هذه الدول كل من قارة أفريقيا، وآسيا، والأمريكيتين، وقد تم اختيار المشاركين اختياراً عشوائياً من معاهد البعوث الإسلامية بمدينة القاهرة، وتتراوح أعمارهم ما بين (١٧– ٢٢) سنة، بمتوسط حسابى قدره ١٨,٢ سنة، وانحراف معيارى مقداره ±٢,٦٧. كما تراوحت مدة إقامتهم فى جمهورية مصر العربية من سنتين إلى ثلاث سنوات، بمتوسط حسابى قدره ٢,٢٣ سنة، وانحراف معيارى مقداره ±١,٩٨.

المقاييس النفسية:

تم استخدام المقاييس النفسية التالية:

١. مقياس الضغوط النفسية للطلاب الوافدين: نظراً لعدم وجود مقاييس نفسية لقياس الضغوط النفسية لدى الطلاب الوافدين، قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية على مجموعة من الطلاب والطالبات الوافدين فى مدينة البعوث الإسلامية (١٨ ذكراً، و١٦ أنثى) للتعرف على أنواع الضغوط التى يقابلونها، وذلك من خلال توجيه مجموعة من الأسئلة على ما يعانونه من ضغوط أثناء الدراسة، وفهم الحوار باللغة العربية مع المعلمين، وطبيعة المناهج الدراسية من حيث الصعوبة والسهولة، والقدرة على الفهم؛ وكذلك الضغوط الاجتماعية وما تضمنها من طبيعة السكن، والعلاقات الاجتماعية، والتنقل، والمعاملة مع الآخرين. وإلى جانب هذا، التعرف على الضغوط التى يقابلونها، والضغوط الاقتصادية التى يقابلونها منها. إضافة إلى هذا، تم عقد عدة مقابلات مع بعض المعلمين والمشرفين من الجنسين (٨ ذكور، و٦ إناث) للتعرف على أنواع الضغوط التى يعانى منها الطلاب الوافدين عامة. وقد انتهى هذا الإجراء إلى تحديد مجموعة من الضغوط النفسية التى يواجهها الطالب الوافد؛ وهى على النحو التالي:

أ. الضغوط المدرسية؛ ويقصد بها شعور الطالب الوافد بالإجهاد وصعوبة أثناء الاستذكار، وعدم الرغبة إلى الذهاب إلى المعهد، ونقص الدافعية، وطول المناهج والمقررات الدراسية، وصعوبة فى استخدام اللغة العربية.

ب. الضغوط الاجتماعية؛ ويقصد بها معاناة الطالب الوافد وعدم قدرته على اختيار المسكن، والانشغال بالأهل، وعدم اهتمام المشرفين بمشكلاته، وسوء المعاملة، وكثرة الخلافات مع الآخرين.

ج. الضغوط الاقتصادية؛ ويقصد بها عدم قدرة الطالب الوافد على شراء ما يحتاجه من كتب وأدوات مدرسية، وملابس، وقلة المنحة المادية، والمعاناة من ارتفاع الأسعار.

د. الضغوط الصحية؛ ويقصد بها خشية الطالب الوافد من الإصابة ببعض الأمراض العامة، وتوهم المرض، وقلة النوم والأرق، والشعور بسوء الهضم وبعض المتاعب القلبية.

إلى جانب هذا، تم الرجوع إلى بعض مقاييس الضغوط النفسية التالية: استخبار الضغوط (ياسين، ١٩٩٢)؛ مقاييس الضغوط النفسية (إبراهيم، ١٩٩٨)؛ مقياس الضغوط النفسية المدرسية (غريب، ١٩٩٨)؛ مقياس الضغوط النفسية لدى الطالبات المستجدات فى المدينة الجامعية (عبدالرحيم، ٢٠٠٠)؛ مقياس أساليب مواجهة الضغوط (مسلم، ٢٠٠٩)، من أجل انتقاء بعض العبارات التى تتسق مع تعريفات أنواع الضغوط النفسية للطلاب الوافدين المذكورة سلفاً. كما تم إعادة صياغة العبارات؛ حيث تكون بلغة عربية بسيطة حتى يسهل فهمها من قبل الطلاب الوافدين.

وقد أسفر هذا الإجراء عن أن بعد الضغوط المدرسية تكون من ١٤ عبارة، وبعد الضغوط الاجتماعية من ١٣ عبارة، وبعد الضغوط الاقتصادية من ١٤ عبارة، وبعد الضغوط الصحية من ١٣ عبارة. إضافة إلى هذا، تم عرض عبارات أبعاد مقياس الضغوط النفسية للطلاب الوافدين على مجموعة مكونة من ثلاثة أساتذة فى القياس النفسى والصحة النفسية للحكم على صدق عبارات كل بعد وفقاً للتعريف المشار إليه. وأنتهت لجنة الحكم على حذف ٤ عبارات من بعد الضغوط المدرسية، و٣ عبارات من بعد الضغوط الاجتماعية، و٤ عبارات من بعد الضغوط الاقتصادية، و٣ عبارات من بعد الضغوط الصحية.

ومن ثم، تكون مقياس الضغوط النفسية للطلاب الوافدين من ٤٠ عبارة، بمعدل ١٠ عبارة لكل بعد من أبعاد الضغوط النفسية. وتتم الاستجابة على كل عبارة من خلال ميزان تقدير ثلاثى يبدأ بنعم (تعطى ثلاث درجات)، وإلى حد ما (تعطى درجتين)، ثم لا (تعطى درجة واحدة فقط). وتتراوح مدى الدرجات على كل بعد من أبعاد مقياس الضغوط النفسية من ١٠ إلى ٣٠ درجة، بينما تمتد الدرجات على المقياس ككل من ٤٠ درجة إلى ١٢٠ درجة، وتمثل الدرجة المنخفضة قلة الضغوط، بينما تدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع الضغوط.

وإلى جانب هذا، قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية لمقياس الضغوط النفسية للطلاب الوافدين، وذلك من خلال تطبيقه على مجموعة مكونة من أربعين طالباً وطالبة من الطلاب الوافدين (٢٥ طالباً، و١٥ طالبة) على النحو التالي:

- الاتساق الداخلي: تم حساب الاتساق الداخلى لعبارات كل بعد من أبعاد مقياس الضغوط النفسية للطلاب الوافدين، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد، فتوصلت النتائج إلى ما يلي: بعد الضغوط المدرسية، تراوحت معاملات الارتباط ما بين ٠,٦١ إلى ٠,٧٣؛ بعد الضغوط الاجتماعية، تراوحت معاملات الارتباط ما بين ٠,٥١ إلى ٠,٧١؛ بعد الضغوط الاقتصادية، تراوحت معاملات الارتباط ما بين ٠,٦٣ إلى ٠,٧٤؛ وبعد الضغوط الصحية، تراوحت معاملات الارتباط ما بين ٠,٥٤ إلى ٠,٦١، وكلها معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١. إضافة إلى هذا، تم حساب الاتساق الداخلى لأبعاد مقياس الضغوط النفسية للطلاب الوافدين، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، فبلغت معاملات الارتباط على النحو التالي: ٠,٧٢ لبعد الضغوط المدرسية، و٠,٦٠ لبعد الضغوط الاجتماعية، و٠,٧٤ لبعد الضغوط الاقتصادية، و٠,٧١ لبعد الضغوط الصحية؛ وكلها معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.
- الثبات: تم حساب الثبات لأبعاد مقياس الضغوط النفسية باستخدام معادلة ألفا لكرونباخ، فبلغت معاملات الثبات على النحو التالي: ٠,٧٢ لبعد الضغوط المدرسية، و٠,٦٩ لبعد الضغوط الاجتماعية، و٠,٧٤ لبعد الضغوط الاقتصادية، و٠,٦٧ لبعد الضغوط الصحية، و٠,٧٢ للمقياس ككل، وكلها معاملات مقبولة إحصائياً.

٢. مقياس السلوك التوكيدى للطلاب الوافدين: قامت الباحثة بمراجعة المقاييس فى مجال السلوك التوكيدى المتاحة سواء فى البيئة العربية (القطان، ١٩٨١؛ فرج، ١٩٩٣؛ غريب، ١٩٩٥؛ موسى، ٢٠٠١) أم الغربية (Galassi, et al., 1974)؛ فوجدت أن معظمها تقيس السلوك التوكيدى كأحادى البعد، بينما تبين لها من خلال تحليل تعريفات السلوك التوكيدى (Bruno, 1986)؛ طه وآخرون، ١٩٩٣؛ فرج، ١٩٩٨؛ سعدي، ٢٠٠٦) أنها تتضمن أكثر من بعد؛ وخاصة البعد الذاتي، وهذا ما أطلقت عليه الباحثة التوكيدية الذاتية؛ ويقصد بها قدرة الطالب الوافد على الإفصاح عما يريد، ومدح وثناء الآخرين، والتعبير عن المشاعر عامة، وعن الغضب والضيق نحو الجنس الآخر. والتوكيدية الاجتماعية؛ ويقصد بها قدرة الطالب الوافد على تجنب جرح مشاعر الآخرين، واحترام رأى الآخرين، والتعبير عن الإعجاب بالآخرين، والقدرة على وضع قواعد ومعايير للتعامل مع الآخرين.

وفى ضوء هذا، استفادت الباحثة من المقاييس النفسية المذكورة سلفاً فى انتقاء بعض العبارات التى تتفق مع تعريفات البعدين، بالإضافة إلى بناء بعض العبارات بحيث تتسق مع تعريفى البعدين، آخذة فى الاعتبار أن تكون صياغة العبارات سليمة لغوية وواضحة بالنسبة للطالب الوافد. وعليه، تكون البعد الأول من ١٣ عبارة، والبعد الثانى من ١٤ عبارة. وقد تم عرض عبارات البعدين لمقياس السلوك التوكيدى للطلاب الوافدين على مجموعة مكونة من ثلاثة أساتذة فى القياس النفسى والصحة النفسية للحكم على صحة العبارات فى ضوء التعريفات المذكورة سلفاً، فأنتهت هيئة التحكيم إلى حذف ٣ عبارات من بعد التوكيدية الذاتية، و٤ عبارات من بعد التوكيدية الاجتماعية. ومن ثم، تكون مقياس السلوك التوكيدى للطلاب الوافدين من عشرين عبارة، بمعدل عشر عبارات لكل بعد. وتتم الاستجابة على كل عبارة من خلال ميزان تقدير ثلاثى يبدأ بنعم تعطى ثلاث درجات، وإلى حد ما تعطى درجتين، ولا تعطى درجة واحدة فقط. وتمتد الدرجات على كل بعد من ١٠ درجات إلى ٣٠ درجة، وتتراوح الدرجات على المقياس ككل من ٢٠ عبارة إلى ٦٠ عبارة، وتدل الدرجة المرتفعة على السلوك التوكيدى والعكس بالعكس. وإلى جانب هذا، قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية لمقياس السلوك التوكيدى للطلاب الوافدين على النحو التالي:

- الاتساق الداخلي: تم حساب الاتساق الداخلى لعبارات أبعاد مقياس السلوك التوكيدى للطلاب الوافدين، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس، فتراوحت معاملات الارتباط لعبارات بعد التوكيدية الذاتية من ٠,٦٥ إلى ٠,٧٣، ولعبارات بعد التوكيدية الاجتماعية من ٠,٦٦ إلى ٠,٧١، وكلها معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١. وإضافة إلى هذا، تم حساب الاتساق الداخلى لكل بعد من أبعاد مقياس السلوك التوكيدى والدرجة الكلية للمقياس، فبلغ معامل الارتباط ٠,٧٤ لبعد التوكيدية الذاتية، و٠,٧١ لبعد التوكيدية الاجتماعية، وكلها معاملات دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١.
- الثبات: تم حساب معامل الثبات لأبعاد مقياس السلوك التوكيدى للطلاب الوافدين، فبلغ معامل الثبات ٠,٧٤ لبعد التوكيدية الذاتية، و٠,٧٢ لبعد التوكيدية الاجتماعية، و٠,٧١ للمقياس ككل، وكلها معاملات مقبولة إحصائياً.

٣. مقياس جودة الحياة للطلاب الوافدين: اعتمدت الباحثة فى تصميم مقياس جودة الحياة للطلاب الوافدين على ما أنتهى إليه الغندور (١٩٩٩) فى أن هناك ثلاثة اتجاهات رئيسة فى تعريفات جودة الحياة؛ وهي: الاتجاه النفسي، والاتجاه الاجتماعي، والاتجاه الطبي. وقد تم تعريف هذه الاتجاهات على النحو التالي:

أ. الاتجاه النفسي؛ ويقصد به قدرة الطالب الوافد على تحقيق أهدافه، واتخاذ القرارات، وتوظيف قدرته، والتغلب على الصعوبات، والشعور بالبهجة والتفاؤل، والقدرة على وضع الحلول لبعض المشكلات.

ب. الاتجاه الاجتماعي؛ ويقصد به قدرة الطالب الوافد على المشاركة فى الأنشطة، والتعبير عن المشاعر، وحل مشكلات الآخرين، والشعور بالرضا، وتحقيق الطموحات، وممارسة الأنشطة، وإنجاز بعض الأمور.

ج. الاتجاه الطبي؛ ويقصد به تمتع الطالب الوافد بالنشاط والحيوية، والاعتناء بالنفس، والقدرة على ضبط الانفعالات، والقدرة على التذكر والتركيز.

إضافة إلى هذا، قامت الباحثة بمراجعة بعض المقاييس النفسية فى مجال جودة الحياة

(هاشم، ٢٠٠١؛ عبدالمعطي، ٢٠٠٥؛ مصطفى، ٢٠٠٧؛ محمد، ٢٠٠٨؛ شقير، ٢٠٠٩؛ موسى والدسوقي، ٢٠١١)، فلم تجد سواء ما يتسق مع طبيعة العينة المستخدمة فى البحث الراهن أم مع ما تبنته من أن جودة الحياة متعدد الأبعاد، بينما معظم المقاييس المذكورة سلفاً تناولت جودة الحياة كأحادى البعد، ولكن على الرغم من ذلك تمت الاستفادة من هذه المقاييس فى انتقاء بعض العبارات التى تتفق مع تعريف كل بعد من أبعاد جودة الحياة مع إعادة صياغتها، وإضافة بعض العبارات التى تتسق مع التعريفات المذكورة سلفاً. كما راعت الباحثة عند صياغة عبارات مقياس جودة الحياة للطلاب الوافدين أن تصاغ بلغة عربية سهلة وواضحة حتى يستطيع الطلاب استيعابها وفهمها.

وقد تكون المقياس فى صورته المبدئية من ١٤ عبارة لبعد الاتجاه النفسي، و١٤ عبارة لبعد الاتجاه الاجتماعي، و١٣ عبارة لبعد الاتجاه الطبي. كما تم عرض عبارات كل بعد من أبعاد مقياس جودة الحياة للطلاب الوافدين على مجموعة مكونة من ثلاثة أساتذة فى مجال القياس النفسى والصحة النفسية للحكم على صحة العبارات فى ضوء تعريف كل بعد من أبعاد المقياس. وقد أنتهت هيئة التحكيم إلى حذف ٤ عبارات من كل من بعدى الاتجاه النفسى والاجتماعي، و٣ عبارات من بعد الاتجاه الطبي. ومن ثم، أسفر عدد عبارات المقياس من ٣٠ عبارة، بمعدل ١٠ عبارات لكل بعد. إضافة إلى هذا، تتم الاستجابة على كل عبارة من خلال ميزان تقدير ثلاثى يبدأ بنعم (تعطى ثلاث درجات)، وإلى حد ما (تعطى درجتين)، ولا (تعطى درجة واحدة فقط). وتتراوح الدرجات على كل بعد من ١٠ إلى ٣٠ درجة، كما تمتد الدرجات على المقياس ككل من ٣٠ درجة إلى ٩٠ درجة. وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع جودة الحياة، والعكس بالعكس. وإلى جانب هذا، قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة للطلاب الوافدين على النحو التالي:

- الاتساق الداخلي: تم حساب الاتساق الداخلى لعبارات كل بعد من أبعاد مقياس جودة الحياة للطلاب الوافدين، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد، وقد تراوحت معاملات الارتباط لبعد الاتجاه النفسى من ٠,٧٣ إلى ٠,٧٦؛ ولبعد الاتجاه الاجتماعى من ٠,٦١ إلى ٠,٧٤، ولبعد الاتجاه الطبى من ٠,٧١ إلى ٠,٧٥، وكلها معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١. علاوة على ذلك تم حساب معاملات الاتساق الداخلى بين كل بعد من أبعاد مقياس جودة الحياة للطلاب الوافدين بالدرجة الكلية للمقياس، فبلغت معاملات الارتباط على النحو التالي؛ ٠,٧٤ لبعد الاتجاه النفسي، و٠,٧١ لبعد الاتجاه الاجتماعي، و٠,٧٥ لبعد الاتجاه الطبي، وكلها معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.
- الثبات: تم حساب ثبات أبعاد مقياس جودة الحياة للطلاب الوافدين باستخدام معادلة ألفا لكرونباخ، فبلغت معاملات الثبات لبعد الاتجاه النفسى ٠,٧٦، ولبعد الاتجاه الاجتماعى ٠,٧٤، ولبعد الاتجاه الطبى ٠,٧٧، وللمقياس ككل ٠,٧٦، وكلها معاملات مقبولة إحصائياً.

إجراءات البحث:

تم تنفيذ البحث وفقاً للخطوات التالية:

١. تم تصميم المقاييس النفسية التالية؛ مقياس الضغوط النفسية، ومقياس السلوك التوكيدي، ومقياس جودة الحياة للطلاب الوافدين، وحساب خصائصهم السيكومترية على أربعين طالباً وطالبة من الطلاب الوافدين (٢٥ ذكراً، و١٥ أنثى) من كل من نيجيريا، والصين، والولايات المتحدة الأمريكية.
٢. بعد التأكد من الكفاءة السيكومترية للمقاييس المذكورة سلفاً، تم تطبيقها مرة أخرى على المجموعات التالية: ٦٠ طالباً وطالبة (٣٠ طالباً، و٣٠ طالبة) من نيجيريا، و٦٠ طالباً وطالبة (٣٠ طالباً و٣٠ طالبة) من الصين، و٦٠ طالباً وطالبة (٣٠ طالباً، و٣٠ طالبة) من الولايات المتحدة الأمريكية، والذين تراوح متوسط أعمارهم ١٨,٢ سنة، ومتوسط إقامتهم فى جمهورية مصر العربية ٢,٣١ سنة. وقد تم اختيارهم اختياراً عشوائياً من خلال قوائم الأسماء فى الصفوف الإعدادية الثلاث من معاهد البعوث الإسلامية بمدينة القاهرة.
٣. تم تطبيق المقاييس النفسية المذكورة سلفاً على كل طالب وطالبة بطريقة فردية؛ حتى تتأكد الباحثة من فهم المبحوثين لعبارات كل مقياس؛ وما تهدف إليه.
٤. تم تصحيح المقاييس وفقاً لمفاتيح التصحيح، وتفريغها من أجل تحليلها إحصائياً.

الأساليب الإحصائية:

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: معامل الارتباط لبيرسون، ومعادلة ألفا لكرونباخ، وتحليل التباين (٢× ٣)، وطريقة المكونات الأساسية من إعداد هوتلنج Hotteling، واختبار توكى Tukey، والرسم البياني.

نتائج البحث وتفسيرها:

- عرض النتائج الخاصة لاختبار صحة الفرض الأول وتفسيرها الذى ينص على ما يلي: توجد علاقة سالبة ودالة إحصائية بين الضغوط النفسية والسلوك التوكيدى للطلاب الوافدين.

أشارت النتائج فى جدول (١) إلى وجود ارتباطات سالبة ودالة إحصائية بين أبعاد الضغوط النفسية (الضغوط المدرسية، والضغوط الاجتماعية، والضغوط الاقتصادية، والضغوط الصحية)، والدرجة الكلية للمقياس وأبعاد السلوك التوكيدى (التوكيدية الذاتية، والتوكيدية الاجتماعية)، والدرجة الكلية للمقياس لمجموعات الطلاب (نيجيريا، والصين، والولايات المتحدة الأمريكية)، ومجموعة الطلاب الكلية. وتدعم هذه النتائج صحة اختبار الفرض الأول الذى ينص على وجود علاقة سالبة ودالة إحصائية بين الضغوط النفسية والسلوك التوكيدى للطلاب الوافدين.

جدول (١) معاملات الارتباط بين الضغوط النفسية والسلوك التوكيدى للطلاب الوافدين، ودلالتها الإحصائية

أبعاد الضغوط النفسية	مجموعات البحث	العدد	السلوك التوكيدي		الدرجة الكلية للتوكيدية
			التوكيدية الذاتية	التوكيدية الاجتماعية	
الضغوط النفسية	الطلاب من نيجيريا	٦٠	-٠,٢٥٧*	-٠,٢٥٤*	-٠,٢٥٦*
	الطلاب من الصين	٦٠	-٠,٢٦١*	-٠,٢٥٨*	-٠,٢٦٣*
	الطلاب من أمريكا	٦٠	-٠,٣٠٢*	-٠,٣١١*	-٠,٢٧٥*
	الطلاب الكلية	١٨٠	-٠,٢٢٢**	-٠,٢١٩**	-٠,٢١٣**
الضغوط الاجتماعية	الطلاب من نيجيريا	٦٠	-٠,٢٥١*	-٠,٢٥٩*	-٠,٢٦٩*
	الطلاب من الصين	٦٠	-٠,٢٥٦*	-٠,٢٦٧*	-٠,٢٧١*
	الطلاب من أمريكا	٦٠	-٠,٢٥٤*	-٠,٢٦٣*	-٠,٢٧٣*
	الطلاب الكلية	١٨٠	-٠,٢١٠**	-٠,٢٢٣*	-٠,٢٣٦**
الضغوط الاقتصادية	الطلاب من نيجيريا	٦٠	-٠,٢٧١*	-٠,٢٧٨*	-٠,٢٨٠*
	الطلاب من الصين	٦٠	-٠,٢٦٩*	-٠,٢٨١*	-٠,٢٨٣*
	الطلاب من أمريكا	٦٠	-٠,٢٧٣*	-٠,٢٧٩*	-٠,٢٨٠*
	الطلاب الكلية	١٨٠	-٠,١٩٢**	-٠,١٨٧**	-٠,١٨٩**
الضغوط الصحية	الطلاب من نيجيريا	٦٠	-٠,٣٠١*	-٠,٢٨٩*	-٠,٢٧٧*
	الطلاب من الصين	٦٠	-٠,٣٠٨*	-٠,٢٨٤*	-٠,٢٦٩*
	الطلاب من أمريكا	٦٠	-٠,٣٠٥*	-٠,٢٨١*	-٠,٢٥٦*
	الطلاب الكلية	١٨٠	-٠,٢٠١**	-٠,٢٠٩**	-٠,٢١١**
الدرجة الكلية للضغوط	الطلاب من نيجيريا	٦٠	-٠,٢٦٦*	-٠,٢٥٩*	-٠,٢٦٣*
	الطلاب من الصين	٦٠	-٠,٢٦٩*	-٠,٢٦١*	-٠,٢٦٦*
	الطلاب من أمريكا	٦٠	-٠,٢٧١*	-٠,٢٥٧*	-٠,٢٧١*
	الطلاب الكلية	١٨٠	-٠,١٨٩**	-٠,١٩١**	-٠,١٨٤**

وتتفق نتائج هذا الفرض مع ما أنتهت إليه نتائج بعض البحوث السابقة فى أن الطلاب الوافدين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الضغوط والمشكلات والصعوبات الاجتماعية؛ وهذا يؤثر سلباً على السلوك التوكيدى (Edmond, 1996)؛ وأن مستويات المشكلات النفسية ومشكلات التوافق تنخفض لدى الطلاب الوافدين مرتفعى التوكيدية وفاعلية الذات (Poyrazli, 2001)؛ وأن أبعاد الضغوط النفسية ترتبط سلباً بالسلوك التوكيدى لدى الطلاب الوافدين (بركات، ٢٠٠٦)؛ وأن التوافق الأكاديمى لدى الطلاب الوافدين يرتبط بكل من التوكيدية والمثابرة (Amat, 2006).

وترى الباحثة أن السبب المحورى فى الضغوط المدرسية والاجتماعية التى يواجهها الطالب الوافد سواء من دولة نيجيريا أم من دولة الصين أو الولايات المتحدة الأمريكية يكون سببها فى المقام الأول الضعف الذى يعانيه من التحدث باللغة العربية، وأن تحدث بها فإنه لا يستطيع إجراء محادثة سليمة بها مع المحيطين به. كما أنه يعانى من صعوبات داخل الفصل الدراسي؛ وخاصة فى تواصله مع معلم الفصل؛ حيث أن بعض المعلمين لا يلتزمون بالتحدث باللغة العربية السليمة، فمعظمهم يتحدثون باللغة المصرية الدارجة؛ وهذا ما يصعب على الطالب الوافد فهم هذه اللغة، واستمرار التواصل بينه وبين المعلم. وقد توصلت الباحثة إلى هذا من خلال لقاءاتها مع الطلاب والطالبات الوافدين للتعرف على أهم المشكلات التى يعانون منها فى المجال الدراسي، إلى جانب صعوبة بعض المقررات الدراسية، وقلة الوسائل التعليمية التى قد تسهل من

توصيل المادة العلمية إلى الطلاب.

إضافة إلى هذا، تبين للباحثة أن الطلاب والطالبات الوافدين يعانون من بعض الضغوط الاجتماعية؛ حيث أنهم مجتمع غير متجانس، داخل الفصل الدراسي، وبالتالى توجد صعوبة فى التواصل بينهم ربما بسبب اختلاف العادات والتقاليد والأعراف المختلفة، وأيضاً بسبب ضعف التحدث باللغة العربية، حيث تمثل لهم عقبة فى عمليات الاتصال.

كما تلعب قلة المنح المادية المعطاة لكل طالب وافد، ورفع الأسعار الخاصة بالكتب والمأكل والملبس فى أن يعانى من بعض الضغوط الاقتصادية، وعدم توافر الخدمات الطبية لهم، وغلاء الأدوية، وعدم وجود رعاية طبية شاملة لهم تكون مدخلاً لمعاناتهم من بعض الضغوط الصحية. واستنتاجاً لما سبق فإن الضغوط التى يعانى منها الطالب الوافد سواء أكانت دراسية أم اجتماعية أو اقتصادية وصحية ترتبط بالسلب بالسلوك التوكيدي.

- النتائج الخاصة لاختبار صحة الفرض الثانى وتفسيرها الذى ينص على ما يلي: توجد علاقة سالبة ودالة إحصائية بين الضغوط النفسية وجودة الحياة للطلاب الوافدين.

جدول (٢) معاملات الارتباط بين الضغوط النفسية وجودة الحياة للطلاب الوافدين، ودلالتها الإحصائية

أبعاد الضغوط النفسية	مجموعات البحث	العدد	جودة الحياة			الدرجة الكلية للجودة
			المجال النفسي	المجال الاجتماعي	المجال الطبي	
الضغوط المدرسية	الطلاب من نيجيريا	٦٠	-٠,٢٥٧*	-٠,٢٥٤*	-٠,٢٥٥*	-٠,٢٥١*
	الطلاب من الصين	٦٠	-٠,٢٦١*	-٠,٢٥٣*	-٠,٢٥٧*	-٠,٢٥٩*
	الطلاب من أمريكا	٦٠	-٠,٢٦٩*	-٠,٢٥٢*	-٠,٢٦١*	-٠,٢٦٠*
	الطلاب الكلية	١٨٠	-٠,١٩٢**	-٠,١٩٧**	-٠,٢٠١**	-٠,٢٠٧**
الضغوط الاجتماعية	الطلاب من نيجيريا	٦٠	-٠,٢٥٣*	-٠,٢٦١*	-٠,٢٥٩*	-٠,٢٥٦*
	الطلاب من الصين	٦٠	-٠,٢٥٥*	-٠,٢٦٧*	-٠,٢٦٦*	-٠,٢٥٥*
	الطلاب من أمريكا	٦٠	-٠,٢٥٧*	-٠,٢٦٥*	-٠,٢٦١*	-٠,٢٥٤*
	الطلاب الكلية	١٨٠	-٠,١٨٩**	-٠,١٨٦**	-٠,١٨٣**	-٠,٢٠٧**
الضغوط الاقتصادية	الطلاب من نيجيريا	٦٠	-٠,٢١٥*	-٠,٢٥٩*	-٠,٢٥٤*	-٠,٢٦٩*
	الطلاب من الصين	٦٠	-٠,٢٥٥*	-٠,٢٥٦*	-٠,٢٥٧*	-٠,٢٧١*
	الطلاب من أمريكا	٦٠	-٠,٢٥٧*	-٠,٢٥٣*	-٠,٢٦١*	-٠,٢٦٥*
	الطلاب الكلية	١٨٠	-٠,٢١١**	-٠,٢٠٩**	-٠,٢٠٥**	-٠,١٨٤**
الضغوط الصحية	الطلاب من نيجيريا	٦٠	-٠,٢٥٤*	-٠,٣١١*	-٠,٣٢٧*	-٠,٣٠٧*
	الطلاب من الصين	٦٠	-٠,٢٥٢*	-٠,٣٠٦*	-٠,٣٢٩*	-٠,٣٠٤*
	الطلاب من أمريكا	٦٠	-٠,٢٦٣*	-٠,٢٨٨*	-٠,٣٣١*	-٠,٢٥٧*
	الطلاب الكلية	١٨٠	-٠,٢١٦**	-٠,٢٢١**	-٠,٢٣٧**	-٠,٢٢٥**
الدرجة الكلية للضغوط	الطلاب من نيجيريا	٦٠	-٠,٢٥٧*	-٠,٣١١*	-٠,٢٦٨*	-٠,٢٧٣*
	الطلاب من الصين	٦٠	-٠,٢٦١*	-٠,٣٠٨*	-٠,٢٧١*	-٠,٢٦٩*
	الطلاب من أمريكا	٦٠	-٠,٢٦٨*	-٠,٣١٨*	-٠,٢٧٥*	-٠,٢٥٤*
	الطلاب الكلية	١٨٠	-٠,١٨٩**	-٠,١٩١**	-٠,١٩٦**	-٠,٢٠١**

أسفرت النتائج فى جدول (٢) عن وجود ارتباطات سالبة ودالة إحصائية بين أبعاد الضغوط النفسية (الضغوط المدرسية، والضغوط الاجتماعية، والضغوط الاقتصادية، والضغوط الصحية)، والدرجة الكلية وأبعاد جودة الحياة (لمجال النفسي، والمجال الاجتماعي، والمجال الطبي)، والدرجة الكلية لمجموعات الطلاب (نيجيريا، والصين، والولايات المتحدة الأمريكية)، ومجموعة الطلاب الكلية. وتؤيد هذه النتائج صحة اختبار الفرض الثانى الذى ينص على وجود علاقة سالبة ودالة إحصائية بين الضغوط النفسية وجودة الحياة للطلاب الوافدين.

وتتسق نتائج هذا الفرض نسبياً مع ما أسفرت عنه نتائج بعض البحوث السابقة التى أوضحت أن الضغوط النفسية المرتبطة بالعرق من أقوى المنبئات بمؤشرات جودة الحياة والصحة النفسية (Utcey, et al., 2002)؛ وأن الضغوط النفسية لدى الطلاب الوافدين ترتبط سلباً بالصحة البدنية المدركة (Smith, 2003)؛ وأن مواجهة أحداث الحياة الضاغطة ترتبط بجودة الحياة الذاتية (Marriage& Cummins, 2004)؛ وأن ضغوط الحياة ترتبط سلباً بجودة الحياة الصحية (Gupchup, et al., 2004)؛ وأن مستوى فاعلية مواجهة الضغوط ترتبط إيجاباً بالرضا عن العلاقات الاجتماعية والصحة البدنية (Conrath, 2008)؛ وان أهم المنبئات بالتوافق النفسى والاجتماعى لدى الطلاب الوافدين هى الضغوط، والدعم الاجتماعي، وفاعلية الذات (Zhang, 2010)؛ وأن القدرة اللغوية فى اللغة الإنجليزية كما يدركها الطالب الوافد، ومستويات اضطراب القلق والمزاج وإدراك التمييز هى أقوى المنبئات بالضغوط النفسية (Sullivan, 2010)؛ وأن أقوى المنبئات بالضغوط والمواجهة والتوافق النفسى هى مهارات اللغة الإنجليزية لدى الطلاب الوافدين (Yang, 2010)؛ وأن أهم المنبئات بالاكتئاب هى أساليب المواجهة الانفعالية والضغوط والعبء الأكاديمى والصدمة الثقافية (Hahn, 2010)؛ وأن الصحة الروحية ترتبط إيجاباً بالقدرة على مواجهة الضغوط وجودة الحياة لدى مجموعة من الطلاب ذوى أصول عرقية (Kirk, 2011)؛ بينا لا تتفق نتائج هذا الفرض مع ما أسفرت عنه نتائج بحوث جيونان Guinan (2004) التى أوضحت أن مستويات جودة الحياة لا تنخفض لدى الطلاب الوافدين عند تعرضهم للضغوط.

وترى الباحثة أن أنواع الضغوط المدرسية والاجتماعية والاقتصادية والصحية التى يعانى منها الطالب الوافد- مهما كانت خلفيته العرقية- يكون سببها فى المقام الأول عدم تدريبه على مواجهة هذه الضغوط مما تؤثر بالسلب على جودة الحياة، لأنه من الضرورة بمكان على الهيئات التعليمية فى البلاد التى يأتى منها الطلاب الوافدين أن تدربهم على كيفية مواجهة الضغوط بأشكالها المختلفة، وهذا بدوره يؤدى إلى زيادة تحصينهم الاجتماعى فلا يقعون فريسة للضغوط النفسية؛ وبالتالى لا ينعكس هذا بالسلب على جودة الحياة لديهم.

- عرض النتائج الخاصة لاختبار صحة الفرض الثالث وتفسيرها الذى ينص على ما يلي: لا يسفر التحليل العاملى للمتغيرات التالية: الضغوط النفسية، والسلوك التوكيدي، وجودة الحياة للطلاب الوافدين عن عامل واحد.

جدول (٣) العوامل المستخدمة بعد تدويرها تدويرا مائلاً لأبعاد متغيرات الضغوط النفسية والسلوك التوكيدي، وجودة الحياة للطلاب الوافدين (ن= ١٨٠)

أبعاد المتغيرات		العوامل			نسب الشيوع
		العامل الأول	العامل الثانى	العامل الثالث	
الضغوط النفسية	الضغوط المدرسية			-٠,٣٩٨	٠,٤٥١
	الضغوط الاجتماعية	-٠,٤٤١			٠,٤٦٩
	الضغوط الاقتصادية		-٠,٥٥١		٠,٥٠١
	الضغوط الصحية		-٠,٥٤٧		٠,٥٣٦
السلوك التوكيدي	التوكيدية الذاتية			٠,٤٠١	٠,٥٦٨
	التوكيدية الاجتماعية	٠,٦٥٦			٠,٦٠١
جودة الحياة	المجال النفسي			٠,٤١٩	٠,٥٦٥
	المجال الاجتماعي	٠,٥٦٧			٠,٥٥١
	المجال الطبي		٠,٦٦١		٠,٦٥٧
الجذور الكامنة		٢,٢١٣	١,٥٢١	١,١٦٥	٤,٨٩٩
نسب التباين		٢٤,٥٨٩%	١٦,٩٠٠%	١٢,٩٤٤%	٥٤,٤٣٣%

أوضحت النتائج فى جدول (٣) أن التحليل العاملى للمصفوفة الارتباطية (٩×٩) أسفرت عن وجود ثلاثة عوامل من الدرجة الأولى (الجذر الكامن أكبر من الواحد الصحيح) باستخدام طريقة المكونات الأساسية من إعداد هوتلنج Hotteling. وقد تشبع على العامل الأول (الجذر الكامن= ٢,٢١٣، نسبة التباين= ٢٤,٥٨٩%) الأبعاد التالية: الضغوط الاجتماعية - ٠,٤٤١، والتوكيدية الاجتماعية ٠,٦٥٦، والمجال الاجتماعى ٠,٥٦٧. وقد أطلق على هذا العامل بعد فحص مكوناته: الكفاءة الاجتماعية. كما تشبع على العامل الثانى الأبعاد التالية: الضغوط الاقتصادية - ٠,٥٥١، والضغوط الصحية - ٠,٥٤٧، والمجال الطبى ٠,٦٦١. وقد سمى هذا العامل بعد فحص مكوناته: الكفاءة الصحية. وإلى جانب هذا، تشبع على العامل الثالث الجذر الكامن= ١,١٦٥، نسبة التباين= ١٢,٩٤٤% الأبعاد التالية: الضغوط المدرسية - ٠,٣٩٨، التوكيدية الذاتية ٠,٤٠١، والمجال النفسى ٠,٤١٩. وقد أطلق على هذا العامل بعد فحص مكوناته: الكفاءة الذاتية.

ومن ثم، لم تؤيد هذه النتائج صحة اختبار الفرض الثالث الذى ينص على أن التحليل العاملى للمتغيرات التالية: الضغوط النفسية، والسلوك التوكيدي، وجودة الحياة للطلاب الوافدين لم يسفر عن عامل واحد.

وتتفق نتائج هذا الفرض نسبياً مع ما أنتهت إليه نتائج بعض البحوث التالية: (Edmond, 1996)؛ (Poyrazli, 2001)؛ (Utcey, et al., 2002)؛ (Smith, 2003)؛ (Marriage& Cummins, 2004)؛ (Gupchup, et al., 2004)؛ (Guinane, 2004)؛ (بركات، ٢٠٠٦)؛ (Amat, 2006)؛ (Conrath, 2008)؛ (Zhang, 2010)؛ (Sullivan, 2010)؛ (Yang, 2010)؛ (Hahn, 2010)؛ (Kirk, 2011) فى وجود علاقة بين الضغوط النفسية سواء مع السلوك التوكيدى أم مع جودة الحياة لدى الطلاب الوافدين.

وترى الباحثة فى ضوء نتائج التحليل العاملى للفرض الثالث أن وجود تشبعات بين بعض أبعاد الضغوط النفسية بكل من أبعاد السلوك التوكيدى وجودة الحياة لدى الطالب الوافد؛ إنما يعزى بالفعل أن عدم القدرة على مواجهة الضغوط والتعامل معها بإيجابية، والوقوع فريسة لها يؤثر سلباً على السلوك التوكيدى وجودة الحياة لديه.

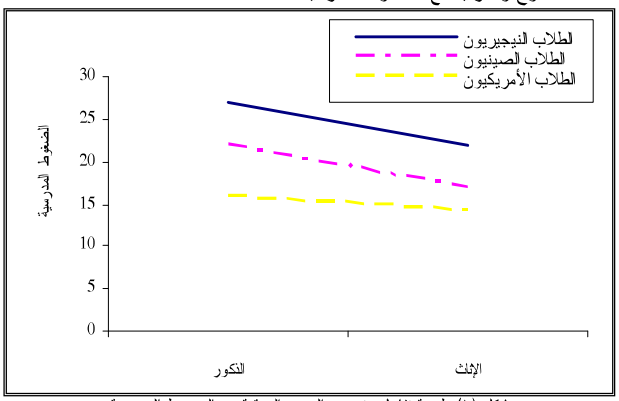
- عرض النتائج الخاصة لاختبار صحة الفرض الرابع وتفسيرها الذى ينص على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى أبعاد الضغوط النفسية لدى الطلاب الوافدين وفقاً لمتغيرى النوع والعرقية.

١. الضغوط المدرسية:

جدول (٤) نتائج تحليل التباين (٢×٣) لأثر متغيرى النوع والعرقية فى الضغوط المدرسية، وقيمة ف، ودلالتها الإحصائية

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة الإحصائية
النوع	٥٥,٦٥٨	١	٥٥,٦٥٨	٥,٨٩١	٠,٠٥
العرقية	٨٨,٣٣٨	٢	٤٤,١٦٩	٤,٦٧٥	٠,٠٥
النوع×العرقية	٣٧,٤٧١	١	٣٧,٤٧١	٣,٩٦٦	٠,٠٥
الخطأ	١٦٥٣,٤٥٤	١٧٥	٩,٤٤٨		
المجموع الكلي	١٨٣٤,٩٢١	١٧٩			

مجموعة أشارت النتائج فى جدول (٤) إلى وجود أثر لمتغير النوع (ذكور- إناث) فى الضغوط المدرسية، حيث بلغت قيمة ف ٥,٨٩١ (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥). وأوضحت المتوسطات الحسابية للمجموعتين أن الذكور (م= ٢٦,٣٥ درجة) أكثر معاناة من الإناث (م= ٢١,٤٧ درجة) فى الضغوط المدرسية. كما تبين وجود أثر لمتغير العرقية (نيجيريا، الصين، الولايات المتحدة الأمريكية) فى الضغوط المدرسية، حيث بلغت قيمة ف (٤,٦٧٥) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥). وأسفرت نتائج اختبار توكى Tukey عن أن الطلاب النيجيريين أكثر معاناة من الطلاب الصينيين والأمريكيين، وأن الطلاب الصينيين أكثر معاناة من الطلاب الأمريكيين فى الضغوط المدرسية. وإلى جانب هذا، تبين وجود أثر لمتغيرى النوع والعرقية فى الضغوط المدرسية، حيث بلغت قيمة ف (٣,٩٦٦) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥). ويوضح الشكل البيانى (١) طبيعة تفاعل متغيرى النوع والعرقية مع الضغوط المدرسية.



شكل (١) طبيعة تفاعل متغيري النوع والعرقية مع الضغوط المدرسية

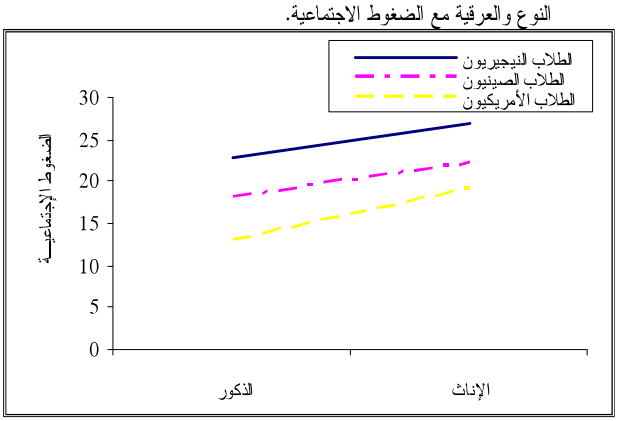
أوضحت النتائج فى الشكل البيانى (١) أن الطلاب الذكور الوافدين من دولة نيجيريا أكثر معاناة من الضغوط المدرسية من بقية مجموعات البحث.

٢. الضغوط الاجتماعية:

جدول (٥) نتائج تحليل التباين (٢×٣) لأثر متغيرى النوع والعرقية فى الضغوط الاجتماعية، وقيمة ف، ودلالتها الإحصائية

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة الإحصائية
النوع	٦٤,١٥٩	١	٦٤,١٥٩	٦,٣٤٥	٠,٠٥
العرقية	١١٤,٧٩٦	٢	٥٧,٣٩٨	٥,٦٧٩	٠,٠٥
النوع×العرقية	٤٧,٣١١	١	٤٧,٣١١	٤,٦٨١	٠,٠٥
الخطأ	١٧٦٨,٦٦٨	١٧٥	١٠,١٠٧		
المجموع الكلي	١٩٩٤,٩٣٤	١٧٩			

أوضحت النتائج فى جدول (٥) وجود أثر لمتغير النوع (ذكور- إناث) فى الضغوط الاجتماعية، حيث بلغت قيمة ف (٦,٣٤٥) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥). وعند حساب المتوسطات الحسابية بين المجموعتين، تبين أن الإناث (م= ٢٤,٣١ درجة) أكثر معاناة من الذكور (م= ٢١,٣٧ درجة) فى الضغوط الاجتماعية. وتبين وجود أثر لمتغير العرقية (نيجيريا، الصين، الولايات المتحدة الأمريكية) فى الضغوط الاجتماعية حيث بلغت قيمة ف (٥,٦٧٩) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائياً عند٠,٠٥). وأشارت نتائج اختبار توكى Tukey إلى أن الطلاب النيجريين أكثر معاناة من الطلاب الصينيين والأمريكيين، وأن الطلاب الصينيين أكثر معاناة من الطلاب الأمريكيين فى الضغوط الاجتماعية. إضافة إلى هذا، تبين وجود أثر لمتغيرى النوع والعرقية فى الضغوط الاجتماعية، حيث بلغت قيمة ف (٤,٦٨١) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائياً عند مستوى٠,٠٥). ويبين الشكل البيانى (٢) طبيعة تفاعل متغيرى النوع والعرقية مع الضغوط الاجتماعية.



شكل (٢) طبيعة تفاعل متغيري النوع والعرقية مع الضغوط الاجتماعية

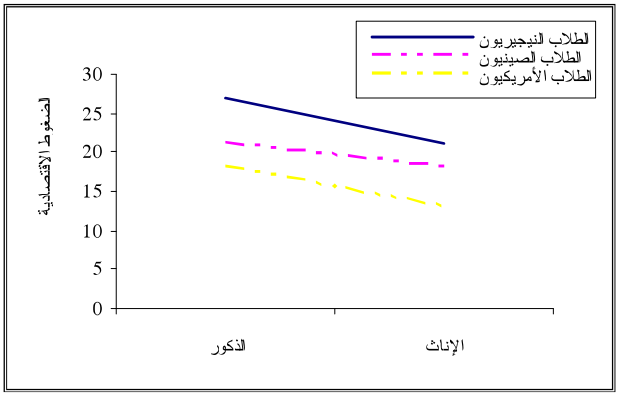
أشارت النتائج فى الشكل البيانى (٢) أن الطالبات الوافدات من دولة نيجيريا أكثر معاناة من الضغوط الاجتماعية من بقية بمجموعات البحث.

٣. الضغوط الاقتصادية:

جدول (٦) نتائج تحليل التباين (٢×٣) لأثر متغيرى النوع والعرقية فى الضغوط الاقتصادية، وقيمة ف، ودلالتها الإحصائية

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة الإحصائية
النوع	٦٣,٧٥٧	١	٦٣,٧٥٧	٦,٥٥٦	٠,٠٥
العرقية	١١٦,٥٢٦	٢	٥٨,٢٦٣	٥,٩٩١	٠,٠٥
النوع×العرقية	٤٥,٥٨١	١	٤٥,٥٨١	٤,٦٨٧	٠,٠٥
الخطأ	١٧٠١,٧٨٥	١٧٥	٩,٧٢٥		
المجموع الكلي	١٩٢٧,٦٤٩	١٧٩			

أسفرت النتائج فى جدول (٦) عن وجود أثر لمتغير النوع (ذكور- إناث) فى الضغوط الاقتصادية، حيث بلغت قيمة ف (٦,٥٥٦) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥). وقد تبين عند حساب المتوسطات الحسابية بين المجموعتين، أن مجموعة الذكور (م= ٢٢,٦٧ درجة) أكثر معاناة من الإناث (م= ١٨,٣٦ درجة) فى الضغوط الاقتصادية. كما تبين وجود أثر دال إحصائياً لمتغير العرقية (نيجيريا، الصين، الولايات المتحدة الأمريكية) فى الضغوط الاقتصادية، حيث بلغت قيمة ف (٥,٩٩١) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥). وأوضحت نتائج اختبار توكى Tukey أن الطلاب النيجريين أكثر معاناة من الطلاب الصينيين والأمريكيين، وأن الطلاب الصينيين أكثر معاناة من الطلاب الأمريكيين فى الضغوط الاقتصادية. وعلاوة على هذا، تبين وجود أثر لمتغيرى النوع والعرقية فى الضغوط الاقتصادية، حيث بلغت قيمة ف (٤,٦٨٧) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥). ويبين الشكل البيانى (٣) طبيعة تفاعل متغيرى النوع والعرقية مع الضغوط الاقتصادية.



شكل (٣) طبيعة تفاعل متغيري النوع والعرقية مع الضغوط الاقتصادية

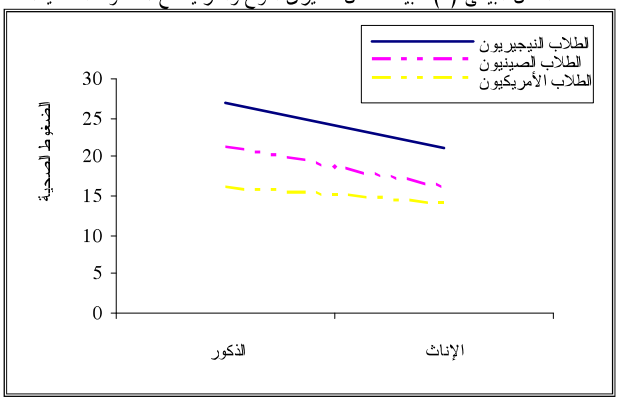
أسفرت النتائج فى الشكل البيانى (٣) عن أن الطلاب الذكور الوافدين من دولة نيجيريا أكثر معاناة من الضغوط الاقتصادية من بقية مجموعات البحث.

٤. الضغوط الصحية:

جدول (٧) نتائج تحليل التباين (٢×٣) لأثر متغيرى النوع والعرقية فى الضغوط الصحية، وقيمة ف، ودلالتها الإحصائية

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة الإحصائية
النوع	٥١,٩٣٩	١	٥١,٩٣٩	٥,٦٨٧	٠,٠٥
العرقية	٨٩,٧٩٦	٢	٤٤,٨٩٨	٤,٩١٦	٠,٠٥
النوع×العرقية	٣٦,٦٨٧	١	٣٦,٦٨٧	٤,٠١٧	٠,٠٥
الخطأ	١٥٩٨,٣١٦	١٧٥	٩,١٣٣		
المجموع الكلي	١٧٧٦,٧٣٨	١٧٩			

أوضحت النتائج فى جدول (٧) وجود أثر لمتغير النوع (ذكور- إناث) فى الضغوط الصحية، حيث بلغت قيمة ف (٥,٦٨٧) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥). وقد أشارت المتوسطات الحسابية بين المجموعتين إلى أن الذكور (م= ٢٣,٦٧ درجة) أكثر معاناة من الإناث (م= ١٩,٢٣ درجة) فى الضغوط الصحية. كما تبين وجود أثر لمتغير العرقية (نيجيريا، الصين، الولايات المتحدة الأمريكية) فى الضغوط الصحية، حيث بلغت قيمة ف (٤,٩١٦) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥). وأسفرت نتائج اختبار توكى Tukey أن الطلاب النيجريين أكثر معاناة من الطلاب الصينيين والأمريكيين، وأن الطلاب الصينيين أكثر معاناة من الطلاب الأمريكيين فى الضغوط الصحية. كما تبين وجود تفاعل بين متغيرى النوع والعرقية فى الضغوط الصحية، حيث بلغت قيمة ف (٤,٠١٧) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥). ويبين الشكل البيانى (٤) طبيعة تفاعل متغيرى النوع والعرقية مع الضغوط الصحية.



شكل (٤) طبيعة تفاعل متغيري النوع والعرقية مع الضغوط الصحية

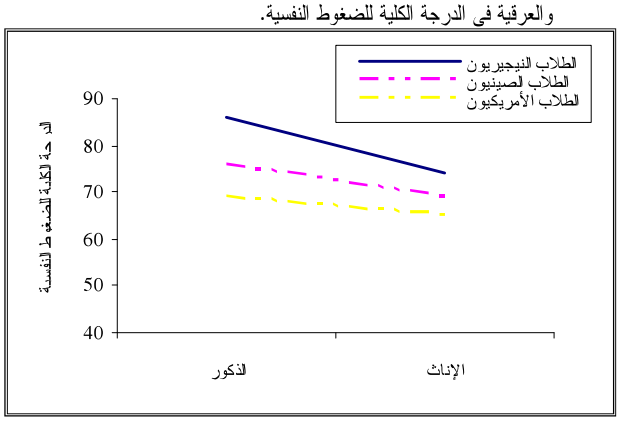
أشارت النتائج فى الشكل البيانى (٤) إلى أن الطلاب الذكور الوافدين من دولة نيجيريا أكثر معاناة من الضغوط الصحية من بقية مجموعات البحث.

٥. الدرجة الكلية للضغوط النفسية:

جدول (٨) نتائج تحليل التباين (٢×٣) لأثر متغيرى النوع والعرقية فى الدرجة الكلية للضغوط النفسية، وقيمة ف، ودلالتها الإحصائية

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة الإحصائية
النوع	٤٤,١٩٤	١	٤٤,١٩٤	٥,١٦١	٠,٠٥
العرقية	٨٥,٥٧٨	٢	٤٢,٧٨٩	٤,٩٩٧	٠,٠٥
النوع×العرقية	٣٣,٥١١	١	٣٣,٥١١	٤,١٤٧	٠,٠٥
الخطأ	١٤٩٨,٥٦٣	١٧٥	٨,٥٦٣		
المجموع الكلي	١٥٨٤,٨٤٦	١٧٩			

أسفرت النتائج فى جدول (٨) عن وجود أثر لمتغير النوع (ذكور- إناث) فى الدرجة الكلية للضغوط النفسية، حيث بلغت قيمة ف (٥,١٦١) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥). وقد أوضحت المتوسطات الحسابية أن الذكور (م= ٨٧,٢١ درجة) أكثر معاناة من الإناث (م= ٦٦,٦٥ درجة) فى الدرجة الكلية للضغوط النفسية. كما تبين وجود أثر لمتغير العرقية (نيجيريا، الصين، الولايات المتحدة الأمريكية)، حيث بلغت قيمة ف (٤,٩٩٧) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥). وقد أوضحت نتائج اختبار توكى Tukey أن الطلاب النيجريين أكثر معاناة من الطلاب الصينيين والأمريكيين، وأن الطلاب الصينيين أكثر معاناة من الطلاب الأمريكيين فى الدرجة الكلية للضغوط النفسية. إضافة إلى هذا، تبين وجود أثر لمتغيرى النوع والعرقية فى الدرجة الكلية للضغوط النفسية، حيث بلغت قيمة ف (٤,١٤٧) (د.ح= ١، ١٧٥، دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥). ويوضح الشكل البيانى (٥) طبيعة تفاعل متغيرى النوع والعرقية فى الدرجة الكلية للضغوط النفسية.



شكل (٥) طبيعة تفاعل متغيري النوع والعرقية مع الدرجة الكلية للضغوط النفسية

أسفرت النتائج فى الشكل البيانى (٥) عن أن الطلاب الذكور الوافدين من دولة نيجيريا أكثر معاناة من الدرجة الكلية للضغوط النفسية من بقية مجموعات البحث. وعليه، أشارت النتائج الخاصة لاختبار صحة الفرض الرابع إلى أن الطلاب الذكور الوافدين من دولة نيجيريا أكثر معاناة من الضغوط المدرسية والضغوط الاقتصادية والضغوط الصحية، والدرجة الكلية للضغوط النفسية، بينما تبين أن الطالبات الوافدات من دولة نيجيريا أكثر معاناة من الضغوط الاجتماعية من بقية مجموعات البحث. ومن ثم، تؤيد هذه النتائج صحة اختبار الفرض الرابع الذى ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى أبعاد الضغوط النفسية لدى الطلاب الوافدين وفقاً لمتغيرى النوع والعرقية.

وتتفق نتائج هذا الفرض نسبياً مع ما أسفرت عنه نتائج البحوث التالية: (Poyrazli, 2001)؛ (Smith, 2003)؛ (Amat, 2006)؛ (بركات، ٢٠٠٦) فى وجود فروق فى الضغوط النفسية وفقاً لمتغيرى النوع والعرقية.

وترى الباحثة فى ضوء ما أنتهت إليه نتائج الفرض الرابع أن الطلاب الذكور الوافدين من دولة نيجيريا يعانون من الضغوط النفسية إجمالاً. كما تبين على المستوى التفصيلى أن الطلاب الذكور الوافدين من دولة نيجيريا أكثر معاناة من الضغوط المدرسية، والاقتصادية، والصحية، وأن الطالبات الوافدات من دولة نيجيريا أكثر معاناة من الضغوط الاجتماعية وربما يعزى هذا، من وجهة نظر الباحثة، إلى أن الهيئات التعليمية المسئولة فى دولة نيجيريا لا تعد طلابها دراسياً من حيث إتقان اللغة، وقلة الوسائل التعليمية، والمعامل اللغوية لتعليم اللغة

العربية، التى تساعدهم على فهم المقررات الدراسية، والتواصل الاجتماعى مع البيئة الثقافية الجديدة. وقد استطاعت الباحثة التوصل إلى هذا من خلال مقابلة الطلاب والطالبات الوافدين من دول نيجيريا والصين والولايات المتحدة الأمريكية، فتبين لها أن الهيئات التعليمية فى كل من الصين والولايات المتحدة الأمريكية تعد أبنائها لغوياً حتى تمكنهم من التواصل اللغوى والفهم اللغوى والتغلب على بعض الصعوبات الاجتماعية.

إضافة إلى هذا، تبين للباحثة أن الطالب الوافد من دولة نيجيريا لا يتلقى مساعدات مادية من ذويه؛ بينما يتلقى الطلاب الوافدين من الصين، والولايات المتحدة الأمريكية بعض المساعدات المادية من ذويهم، وأيضاً من خلال القنصليات الثقافية الموجودة فى جمهورية مصر العربية، وبالتالى نجد أن الطالب الوافد من دولة نيجيريا يعانى من بعض الضغوط الاقتصادية والصحية؛ خاصة أنه عندما يعانى من مرض ما فإنه لا يملك القدرة المادية للذهاب إلى الطبيب، وشراء الأدوية، وهذا بعكس الطالب الوافد من الصين والولايات المتحدة الأمريكية. وعليه، ترى الباحثة أن الأسباب المذكورة سلفاً ربما تكون سبباً رئيسياً فى معاناة الطالب الوافد من دولة نيجيريا من الضغوط النفسية؛ وهذا بالمقارنة بالطالب الوافد من كل من الصين والولايات المتحدة الأمريكية.

التوصيات:

وفى ضوء ما أنتهت إليه الباحثة من نتائج توصى بأنه ينبغى إعداد الطالب الوافد لغوياً وثقافياً قبل إيفاده لطلب العلم، حيث لا يقع فريسة للضغوط النفسية، كما يجب مراعاته مادياً وصحياً، وذلك من خلال الإشراف المستمر من قبل القنصليات الثقافية لهذه البلاد فى جمهورية مصر العربية. إضافة إلى هذا، ترى الباحثة أن مجتمع الطلاب الوافدين بحكم عدم تجانسه لغوياً، واجتماعياً، واقتصادياً لجدير بإجراء مزيد من البحوث لمحاولة إزالة العقبات اللغوية والاجتماعية والثقافية حتى يتسنى للطالب الوافد التفوق فى المجال العلمي، والتمتع بالتوكيدية وجودة الحياة.

المراجع:

١. إبراهيم، رشا راغب (١٩٩٨). الضغوط النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة وطالبات المرحلة الثانوية، **رسالة ماجستير** غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

٢. إبراهيم، فيفيان فايز (١٩٩٨). دراسة العلاقات بين الضغوط الوالدية والتوافق الشخصى والاجتماعى لدى أطفال المرحلة الابتدائية، **رسالة ماجستير** غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

٣. إبراهيم، منى توكل السيد (٢٠٠٢). الضغوط النفسية كما يدركها الطلاب أبناء المصريين العاملين بالخارج وعلاقتها بتوافقهم وتحصيلهم الدراسي، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة.

٤. أحمد، مدحت سمير إبراهيم (٢٠٠٢). ضغوط البيئة كما يدركها تلاميذ المعاهد الابتدائية الأزهرية وعلاقتها بتوافقهم النفسي، **رسالة ماجستير** غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

٥. إدارة الوافدين (٢٠١١/ ٢٠١٢). **إحصائية الطلاب الوافدين الدارسين فى مدينة البعوث**، القاهرة: إدارة الوافدين بمجمع البعوث الإسلامية.

٦. البيلاوي، فيولا (١٩٩٨). **مقياس الضغوط الوالدية (أ- ب)**، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

٧. بركات، أحمد سعيد أحمد (٢٠٠٦). الضغوط وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى الطلاب الوافدين، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر.

٨. التلاوي، أحمد سيد عبدالرازق (٢٠٠٢). أساليب التعامل مع الضغوط وعلاقتها بالمعاملة الوالدية: دراسة نفسية مقارنة لدى عينتين من الفئات الخاصة، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية الآداب، جامعة المنيا.

٩. جمعة، أمين صادق (٢٠٠٦). الضغوط النفسية لدى طلاب التعليم الثانوى العام والفنى وعلاقتها بالمناخ المدرسي، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية جامعة بنها.

١٠. حسين، حسين محمد (١٩٩٤). الانتماء للمدرسة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى الأطفال بالمرحلة الابتدائية، **رسالة ماجستير** غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

١١. خليفة، محمد حفنى (١٩٨٤). دراسة لبعض المشكلات التربوية فى معهد البعوث الإسلامية، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر.

١٢. خليفة، هدى عاصم محمد (٢٠٠٤). نوعية الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى المرأة العاملة، **رسالة ماجستير** غير منشورة، ، كلية الآداب، جامعة عين شمس.

١٣. رزق، السعيد غازى محمد (١٩٨٨). دراسة العلاقة بين السلوك التوكيدى والقيم لدى طلاب الجامعة، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر.

١٤. الرشيدي، هارون توفيق (١٩٩١). الأنماط المزاجية وعلاقتها بمجالات الاستثارة والضغوط لدى الفصاميين، **رسالة دكتوراه** غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

١٥. الرشيدي، هارون توفيق (١٩٩٩). الض**غوط النفسية: طبيعتها- نظرياتها- برامج لمساعدة الذات فى علاجها**، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

١٦. رفاعي، ناريمان محمد (١٩٨٥). فاعلية التدريب التوكيدى فى علاج المرضى بالفوبيا الاجتماعية من طالبات المرحلة الثانوية والجامعية، **رسالة دكتوراه** غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

١٧. سعدي، جواد محمد (٢٠٠٦). السلوك العدوانى وعلاقته بتقدير الذات وتوكيد الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة غزة، **رسالة دكتوراه** غير منشورة، معهد البحوث والدراسات العربية، جامعة الدول العربية.

١٨. سويد، جيهان على السيد (٢٠٠٣). الضغوط النفسية وعلاقتها بأساليب التعليم والتحصيل الدراسى لدى طلاب الجامعة، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية.

١٩. شقير، زينب محمود (٢٠٠٩). **مقياس تشخيص معايير جودة الحياة**، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

٢٠. الشناوي، أمال عبدالحليم سيد أحمد (٢٠٠٦). دراسة مقارنة فى علاقة الصفحة النفسية للذكاء بأساليب مواجهة الضغوط بين الأطباء وضباط الشرطة، **رسالة دكتوراه** غير منشورة، كلية الآداب، جامعة عين شمس.

٢١. طه، فرج عبدالقادر وآخرون (١٩٩٣). **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي**، الكويت: دار سعاد الصباح للطباعة والنشر.

٢٢. عبدالباري، سامية عبدالعزيز (١٩٩٢). مشكلات الطالبات الوافدات بالجامعات المصرية وعلاقتها باستمرارهن فى الدراسة، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

٢٣. عبدالحميد، أسماء صلاح (٢٠٠٨). الضغوط النفسية وعلاقتها بوجهة الضبط لدى أطفال المقابر، **رسالة ماجستير** غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

٢٤. عبدالرحيم، هالة شوقى (٢٠٠١). مدى فاعلية برنامج إرشادى لخفض درجة الضغوط النفسية لدى الطالبات المستجدات بالمدن الجامعية، **رسالة ماجستير** غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

٢٥. عبدالمعطي، حسن مصطفى (٢٠٠٥). الإرشاد النفسى وجودة الحياة فى المجتمع المعاصر، كلية التربية، جامعة الزقازيق: **المؤتمر العلمى الأول**، المجلد الأول: ١٣- ٣٣.

٢٦. عكاشة، صبرى سيد أحمد (٢٠٠٤). بعض مشكلات التوافق النفسى والدراسى المرتبطة بصعوبة القراءة لدى الطلاب الوافدين بجامعة الأزهر، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر.

٢٧. عواد، فاطمة أحمد عواد (٢٠٠٥). الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى والدى المعاق سمعياً وعلاقتها بصحته النفسية، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

٢٨. غريب، عمر إسماعيل (١٩٩٨). تطبيق نظام اليوم الدراسى الكامل وعلاقته بالضغوط النفسية المدرسية والتحصيل الدراسى لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، **رسالة ماجستير** غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

٢٩. غريب، غريب عبدالفتاح (١٩٩٥). مقياس توكيد الذات، جامعة الأزهر، كلية التربية، **مجلة كلية التربية**، العدد (٤٨): ٥٣- ٦٩.

٣٠. الغندور، العارف بالله محمد (١٩٩٩). دراسة أسلوب حل المشكلات وعلاقته بنوعية الحياة، **المؤتمر الدولى السادس لمركز الإرشاد النفسى "جودة الحياة: توجيه قومى للقرن الواحد والعشرين"**، القاهرة: جامعة عين شمس.

٣١. فرج، طريف شوقى (١٩٩٣). محددات السلوك التوكيدي، القاهرة: **مجلة علم النفس**، الهيئة العامة للكتاب، العدد (٢٥٠): ٥٤- ٧١.

٣٢. فرج، طريف شوقى (١٩٩٨). **توكيد الذات مدخل لتنمية الكفاءة الشخصية**، القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.

٣٣. الفرماوي، حمدى على (١٩٩٩). جودة الحياة فى جوهر الإنسان، **المؤتمر الدولى السادس لمركز الإرشاد "جودة الحياة توجه قومى للقرن الواحد والعشرين"**، جامعة عين شمس: ٢١٥- ٢٦٦.

٣٤. القطان، سامية عباس (١٩٨١). **دراسة لمستوى التوكيدية لدى طلبة وطالبات المرحلتين الثانوية والجامعية**، القاهرة: دار الثقافة العربية.

٣٥. محمد، أحمد محمد قطب (٢٠٠٥). الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض الجوانب الدافعية والانفعالية لدى لاعبى المنتخبات الرياضية بجامعة المنيا، **رسالة دكتوراه** غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.

٣٦. محمد، أمل محمد حمد (٢٠١٠). الضغوط النفسية لدى الأطفال المكفوفين جزئياً وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي، **رسالة ماجستير** غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

٣٧. محمد، صابر السيد (٢٠٠١). دراسة لبعض الضغوط النفسية فى ضوء الاتجاه الدينى وعلاقتها بالتحصيل الدراسى لدى طلبة المرحلة الثانوية، **رسالة دكتوراه** غير منشورة، معهد الدراسات العليا والطفولة، جامعة عين شمس.

٣٨. محمد، صبحية أحمد عبدالقادر (٢٠٠٤). دينامية العلاقة بين ضغوط فقد الوظيفة والاغتراب النفسي: دراسة مقارنة بين العاملين بالمؤسسات المطروحة للخصخصة والتى تم خصخصتها، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية الآداب، جامعة عين شمس.

٣٩. محمد، هند سليم (٢٠٠٨). جودة الحياة وعلاقتها بالرهاب الاجتماعى لدى طلاب المرحلة الثانوية، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة حلوان.

٤٠. محمود، أميمة عزت (٢٠٠٦). العلاقة بين السمات الشخصية واستراتيجيات تحمل الضغوط النفسية والإجراء النفسى الوظيفى بين الممرضات، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التمريض، جامعة عين شمس.

٤١. محمود، حسن بعد الملك؛ وحسني، محمد محمود (١٩٨٥). **المشكلات الإدارية والتعليمية التى تواجه الطلاب الوافدين بجامعة الأزهر: دراسة ميدانية**، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

٤٢. مدبولي، حنان ثابت (١٩٩٥). الضغوط الاجتماعية المدرسية وعلاقتها بوجهتى الضبط ودافعية الإنجاز لدى الأطفال، **رسالة ماجستير** غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

٤٣. مسلم، آمال محيى الدين (٢٠٠٩). فاعلية برنامج إرشادى فى تنمية الذكاء الانفعالى لتحسين أساليب مواجهة الضغوط لدى المراهقات، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

٤٤. المصري، مجدى سعد عوض (١٩٩٣). الكفاءة الداخلية لتعليم الطلاب الوافدين بكليات جامعة الأزهر، **رسالة دكتوراه** غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر.

٤٥. مصطفى، جمال مصطفى محمد (٢٠٠١). مشكلات الطلبة الوافدين بجامعة الأزهر: دراسة ميدانية، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر.

٤٦. مصطفى، عمرو محمد (٢٠٠٧). النموذج السببى للعلاقة بين المتغيرات النفسية والاجتماعية وجودة أسلوب حياة الأسرة المصرية، **رسالة دكتوراه** غير منشورة، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة حلوان.

٤٧. منشار، كريمان عويضة (١٩٩٩). الضغط النفسى فى علاقته بدافعيتى الإنجاز والتواد لدى طلاب الجامعة، جامعة عين شمس، **مجلة الإرشاد النفسي**، العدد (١٠)، السنة السابعة.

٤٨. منصور، إيمان عطية حسين (٢٠٠٧). الاختراق النفسى وعلاقته بكل من الضغوط المهنية والمساندة الاجتماعية والكفاءة الذاتية لدى معلمى المرحلة الابتدائية، **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة قناة السويس.

٤٩. منصور، طلعت؛ والبيلاوي، فيولا (١٩٨٩). **قائمة الضغوط النفسية للمعلمين**، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

٥٠. موسى، رشاد على عبدالعزيز (١٩٩٩). **علم نفس الدعوة بين النظرية والتطبيق**، القاهرة: دار ابن النفيس.

٥١. موسى، رشاد على عبدالعزيز (٢٠٠١). **علم النفس السياسي**، القاهرة: دار الفكر العربي.

٥٢. موسى، رشاد على عبدالعزيز؛ والدسوقي، مديحة منصور (٢٠١١). **علم النفس بين المفهوم والقياس**، القاهرة: عالم الكتب.

٥٣. موسى، سامى محمد (٢٠٠١). جودة الحياة لدى المعوقين جسمياً والمسنين، **مجلة الإرشاد النفسي**، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، العدد (١٣): ١٢٥- ١٨٠.

٥٤. ياسين، حمدى (١٩٩٢). اتجاهات الطلاب وأساتذتهم نحو الجامعة فى ضوء الضغوط النفسية: رؤية سيكومترية تحليلية، **مجلة كلية التربية**، كلية التربية، جامعة عين شمس.

٥٥. يوسف، جهاد فتحى محمد محمد (٢٠١٠). الضغوط النفسية وعلاقتها بالذكاء الوجدانى لدى عينة من أطفال ذوى صعوبة القراءة فى مرحلة الطفولة المتأخرة: دراسة وصفية مقارنة، **رسالة ماجستير** غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

56. Amat, S. (2006). The relationship of assertiveness and hardiness to college adjustment among international students. **Proquest Dissertations and Theses**, Section 0269, part0519. publication Mumber: AAt 3227615.

57. Bigelow, D. (1991). Quality of life of community mental health program clients: Validating a measure. **Community Mental Health Journal**, 27(1): 317- 350.

58. Bruno, H. (1986). **Dictionary of Key Words in Psychology**. London: SAGE Publication.

59. Bowers, T. (1995). Teachers stress and assertiveness as a coping mechanism. **Journal of Education**, 22(a): 50- 75.

60. Burley, A. (1983). **Managing Assertively**. New York: John Wiley& Sons, Inc.

61. Buschak, W. (2005). **First European quality of life survey: Life satisfaction, happiness and sense of belonging**. Luxembourg: Office for Official Publications of the European Communities.

62. Conrath, J. (2008). Stress, coping efficacy, and quality of life in a diverse international student population. **Proquest Dissertations and Theses**, Section 0209, part0622. publication Mumber: AAt 1460081.

63. Cooper, M. (1997). **Understanding executive stress**. New York: PBI Book.

64. Cummins, R. (1997). **Comprehensive Quality of Life Scale- Adult**, Fifth Edition, Australia: Deakin University.

65. Dunham, J. (1992). **A framework of teachers coping strategies for a whole school stress management policy. Educational Management and Administration**, 4(1): 33- 50.

66. Edmond, M. (1990). Understanding the experiences of international students: Beyond social skills to ways of coping. **Proquest Dissertations and Theses**, Section 0423, part0628. publication Mumber: AAt0598176.

67. Fagin, L; Carson, J.& Leary, E. (1996). Stress, coping and burnout in mental health nurses: Finding from three research studies. **International Journal of Social Psychiatry**, 55(5): 220- 251.

68. Few, D. (1977). **Management of Stress**. Chicago: Nelson Hall.

69. Fogri, R.& Zoppi, A. (2004). **Effect of antihypertensive agents on quality of life in the elderly**. Drugs Aging, 21(6): 377- 393.

70. Folkman, S.& Lazarus, R. (1992). If it changes, it must be a process study of emotion and coping during three stages of college examination. **Journal of Personality and Social Psychology**, 26(3): 115- 127.

71. Fontana, D. (1995). **Psychology of Teachers**, London: MaCmillan Press,

Ltd.

72. Galassi, J; Delo, J.& Galassi, M. (1974). The College Self Expression Scale: A Measure of Assertiveness. **Behavior Therapy**, 5: 165- 197.
73. Guinane, P. (2004). International student adaptation and quality of life as a function of time in residence. **Proquest Dissertations and Theses**. Section 0012, part0519.
74. Gupchup, G; Borrego, M.& Konduri, N. (2004). T**he impact of student life stress on health related quality of life among Doctor of Pharmacy Students**. College Student Joumal, 38(8): 292- 301.
75. Hahn, Z. (2010). Coping with acculturative stress and depression among international student: A cultural perspective. **Proquest Dissertations and Theses**, Section 0175, part0663. Publication Mumber: AAt 3447992.
76. Hersen, M; Bellack, A; Turner, S; Williams, M; Harper, K.& Wats, J. (1979). Psychometric properties of Wolps- Lazarus assertive scale. **Behavior Research& Therapy**, 20(4): 393- 413.
77. Hess, E; Bridgwater, C; Sweeney, T.& Bornstein, P. (1980). Situation determinants in the perception of assertiveness: Gender related influences. **Behavior Therapy**, 13(2): 171- 178.
78. John, P. (1989). **Human Development**. New York: McGraw Hill Book.
79. Kirk, M. (2011). Investigating relationships between spiritual well being, stress coping skills and quality of life among African Americans, Native American and Fatinos. **Proquest Dissertations and Theses**, Section 1351, part0384. publication Mumber: AAt 3444897.
80. Lazarus, R. (1976). **Patterns of Adjustment**. New York: McGraw Hill.
81. Margalit, B.& Bauger, P. (1984). Cross- cultural demonstration of orthogonality of assertiveness and aggressiveness. **Journal of Personality& Social Psychology**, 31(5): 12- 13.
82. Marriage, K.& Cummins, R. (2004). Subjective quality of life and self esteem in children: The role of primary and secondary control in coping with every day stress. **Social Indicators Research**, 66(1- 2): 107- 122.
83. Mckelvie, S. (1995). Emotional expression in upside- down faces evidence for configurationally and componential processing. **British Journal of Social Psychology**, 52(5): 570- 585.
84. O'hara, S. (1998). The influence of optimism and social support on the quality of life of community- dwelling elderly people. Unpublished **Master Degree**, Faculty of Graduate Studies, University of Western Ontrario.
85. Poyrazli, S. (2001). The role of assertiveness, academic experiences, and academic self efficacy on psychosocial adjustment of graduate international students. **Proquest Dissertations and Theses**, Section 0087, part0519. publication Mumber: AAt 9979235.
86. Smith, J. (2003). A study of stress and perceived health status among international college students. **Dissertation Abstracts International**, 3(01B): 2259.
87. Sullivan, C. (2010). Predictors of acculturative stress for international students in the United States. **Proquest Dissertations and Theses**, Section 0481, part0603.
88. Utcey, S; Payne, Y.& Jackson, E. (2002). Race- related stress, quality of life indicators, and life satisfaction among elderly African Americans. **Cultural Diversity& Ethnic Minority Psychology**, 8(3): 224- 33.
89. Wolpe, J. (1973). **The fraction of behavior therapy**. New York: Penigamin Press.
90. Yang, Y. (2010). Stress, coping and psychological well being, comparison

among American and Asian International graduate students from Taiwan, China, and South Korea. **Proquest Dissertations and Theses**, Section 0099, part0603. publication Mumber: AAt 3412894.

91. Zhang, J. (2010). Examing International students, psychosocial adjustment to life in the Unites States. **Proquest Dissertations and Theses**, Section 0803, part0680.

مجلة دراسات الطفولة
ChildhoodStudies
Visit us at: IPCS.Shams.edu.eg
ChildhoodStudies_Journal@Hotmail.com