

قدرة الذات على مواجهة الضغوط النفسية لدى طالبات المرحلة الاعدادية
الكلمات المفتاحية: قدرة الذات، الضغوط النفسية، طالبات المرحلة الاعدادية

م.م جيهان زاحم محمد زكي

المديرة العامة لتربية دىالى

mahernadher@gmail.com

الملخص

هدفت الدراسة الى قياس قدرة الذات على مواجهة الضغوط النفسية لدى طالبات المرحلة الاعدادية و التعرف على دلالة الفروق الفردية في مستوى قدرة الذات على مواجهة الضغوط النفسية لدى الطالبات المرحلة الاعدادية تبعا لمتغير التخصص (علمي - ادبي) والمرحلة الدراسية وتكونت عينة البحث من (٥٢) طالبة من طالبات المرحلة الاعدادية في محافظة ديالى وقد اعتمدت الباحثة مقياس (ناصر ٢٠٠٧) لإجراءات البحث بعد التحقق من صدقه وثباته وقد استخدمت الوسائل الاحصائية :

T-TEST لعينة واحدة

T-TEST لعينتين مستقلتين

في ضوء نتائج البحث يمكن استنتاج ما يلي:

١- أن عينة البحث يتمتعون بمستوى عال من قدرة الذات على مواجهة الضغوط النفسية وهذا يعطينا مؤشراً إيجابياً على أنهم قد اعتادوا التأقلم مع الضغوط والاستعداد لمواجهةها ألا انها اصبحت جزءاً لا يتجزأ من حياتهم .

٢- أن قدرة الذات على مواجهة الضغوط النفسية لها الاسهام الاكبر في أحداث الحياة الضاغطة كونها من المتغيرات الايجابية في الشخصية.

وختم البحث بمناقشة النتائج وتقديم بعض التوصيات منها الاهتمام بتطوير مراكز الارشاد النفسي والتدخل المبكر من أجل حل مشكلات الطالبات كما قدمت الباحثة بعض المقترحات منه

أدخال متغيرات أخرى الى البحث الحالي كالحالة الاجتماعية والتحصيل الدراسي وأجراء بحوث مشابهة على عينات أخرى من الطالبات.