

The Association between the Quality of Family Life and the Skills of Coping with Stress Among Gifted Female Students

جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بمهارات التعامل مع الضغوط لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية

Rania Homoud Aljadani¹, Huda Rajaa Alhafithi², Iman Aly Almohammadi³

رانيا حمود الجدعاني¹، هدى رجاء الحافظي²، إيمان علي المحمدي³

¹ طالبة ماجستير-قسم علم النفس -كلية الآداب والعلوم الإنسانية- جامعة

الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية

² طالبة ماجستير-قسم علم النفس -كلية الآداب والعلوم الإنسانية- جامعة

الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية

³ أستاذ مساعد - قسم علم النفس-كلية الآداب والعلوم الإنسانية- جامعة

الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية

¹ Department of Psychology, College of Arts and Humanities, King Abdulaziz University, Saudi Arabia

² Department of Psychology, College of Arts and Humanities, King Abdulaziz University, Saudi Arabia

³ Department of Psychology, College of Arts and Humanities, King Abdulaziz University, Saudi Arabia

Received: 14/10/2022

Accepted: 03/01/2023

تاريخ الاستلام: 2022/10/14 تاريخ القبول: 2023/01/03م

الملخص:

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط لدى طالبات المرحلة المتوسطة والثانوية المتفوقات في المملكة العربية السعودية ن=167، وذلك تبعاً لعدة متغيرات ديموغرافية، كما تهدف إلى الكشف عن مستوى جودة الحياة الأسرية وأكثر المهارات شيوعاً في التعامل مع الضغوط لدى عينة الدراسة، تم استخدام المنهج الوصفي، ومقياس جودة الحياة الأسرية ومقياس مهارات التعامل مع الضغوط للمتفوقين. وتوصلت نتائج الدراسة إلى تمتع الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية بمستوى مرتفع في كلا من جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط، وإلى وجود علاقة ترابط إيجابية بين جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط، ووجود فروق بين الطالبات المتفوقات في مستوى جودة الحياة الأسرية بحسب المرحلة الدراسية لصالح طالبات المرحلة المتوسطة، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق بين الطالبات المتفوقات في مستوى مهارات التعامل مع الضغوط حسب المرحلة الدراسية، ووجود فروق بين الطالبات المتفوقات في مستوى جودة الحياة الأسرية لصالح الطالبات اللواتي عدد أفراد أسرهن من 4-6 أفراد، وعدم وجود فروق لدى عينة الدراسة في مستوى مهارات التعامل مع الضغوط حسب عدد أفراد الأسرة.

الكلمات المفتاحية: جودة الحياة الأسرية، الأسرة، أساليب مواجهة الضغوط، الطلبة المتفوقون، المراهقون.

Abstract:

This paper aims to reveal the relationship between the quality of family life and the skills of coping with stress among the study sample of Talented Female Students in the Intermediate and High schools in Saudi Arabia n=167 according to a several demographic variables. It also aims to identify the level of the quality of family life and the most common skill in dealing with stress among the study sample. The researchers used a descriptive statistical approach to analyze data. In addition, they used the scale of family life quality as well as the scale of skills of coping with stress for talented students. The results of this paper showed that the talented female students have a high degree of both quality of family life and the skills of coping with stress. Moreover, it showed a positive significant relationship between the quality of family life and the skills of coping with stress. Also, there are statistically significant differences between the talented female students in the level of family life quality for the intermediate school students. However, there are no statistically significant differences between the talented female students in terms of dealing with stress in both intermediate and high school. Furthermore, there are statistically significant differences in the quality of family life level among talented students for those who have 4 to 6 members in their family. In contrast, there are no differences among talented students in the skills of coping with stress according to family members.

Keywords: Quality of family life, family, stress coping methods, talented students, teenagers.

Doi: <https://doi.org/10.54940/ep86323690>

معلومات التواصل: رانيا حمود الجدعاني

البريد الإلكتروني الرسمي: rswailehaljadani0001@stu.kau.edu.sa

المقدمة

تعد الأسرة ركيزة التنشئة الاجتماعية الأولى في حياة الأفراد، فمن خلالها يكتسب الفرد معتقداته وقيمه الأساسية، وتعد الأقوى تأثيراً في تكوين شخصية الفرد وتوجيه سلوكياته، وتشكيل وعيه وإدراكه لذاته ومحيطه الاجتماعي.

حيث تعتبر الأسرة المكان الذي ينمي فيه الطفل أساليب تفكيره عن طريق تفاعله مع أفراد أسرته ومن خلال مشاهدته للنماذج التي تُعرض له وفق هذه الظروف الأسرية، وبذلك تصبح الأسرة بصفة عامة بما تتضمنه من علاقات وتفاعلات مثمرة ومستمرة مع الأطفال مجالاً يستطيع من خلاله الطفل أن يشبع حاجاته إلى الحب والألفة والمودة، في ظل مناخ يغلب عليه الوئام والتفاهم بين الآباء والأبناء، بحيث يكون بمقدورهم تحقيق ذواتهم وإشباع حاجاتهم، ومن ثم الشعور بالرضا عن حياتهم ونمو قدراتهم الإبداعية وتشجيعها (عبدالوهاب، 2016).

ويعكس أثر جودة الحياة الأسرية والعلاقات مع الوالدين على شخصية الأبناء، فكلما كانت هذه العلاقات تنسم بالدفء والفهم والتقبل والانسجام أدى ذلك إلى جو أسري يساعد على نمو شخصية الطفل المتوازنة والسوية أما الخلافات والصراعات بين الوالدين فتعتبر من العوامل التي تؤدي إلى نمو الطفل نمو غير سوي نفسياً، فالصراعات والخلافات المختلفة تهدد إشباع حاجات الطفل النفسية إلى المحبة والأمان النفسي والانتماء، وكذلك تنعكس نوعية العلاقة بين الوالدين وطريقة معاملتهما على الأبناء، فالطفل الذي ينشأ في جو يسوده الحب والثقة عند نموه يصبح شخص يمكنه الشعور بالحب والثوق بغيره عندما يكبر (فرغلي، 2006).

ومما لا شك فيه أن جميع الأفراد بمختلف مراحلهم العمرية معرضين للضغوطات المختلفة في مختلف مراحل حياتهم، وذلك نتيجة الأحداث التي يمر بها الفرد والظروف المحيطة به، وتختلف الآثار الناتجة عن هذه الضغوط والمواقف المسببة لها باختلاف الأفراد. كما يواجه الطلبة خلال دراستهم العديد من الضغوط المختلفة نتيجة للمتطلبات والأعباء الملقاة على عاتقهم، كالمتطلبات والضغوط المتعلقة بالتحصيل الدراسي، وبالرغم من أن هناك كثير من الدراسات التي أوضحت وجود علاقة سببية بين التعرض للأحداث الضاغطة والإصابة بالاضطرابات النفسية والجسدية المختلفة، إلا أنه توجد أيضاً مصادر وعمليات تحتمل وأساليب مواجهة تعد بمثابة عوامل مساعدة تمكن الفرد من التصدي للضغوط، وبالتالي توفر له الاحتفاظ بصحته النفسية (جودة، 2004).

فالضغوط النفسية ظاهرة يتزايد الإحساس بها يوماً بعد يوم وأصبحت أكثر وضوحاً في بيئة المدرسة وبين الطلاب، وخاصة لدى الموهوبين

والمتفوقين والذين يعانون من حساسية عالية تجاه البيئة المحيطة بهم وبالأحداث والتوقعات والأفكار كما أشار Kaplan (1990) إلى وجود طرق إيجابية وأخرى سلبية في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى الموهوبين، فالأساليب الإيجابية تتمثل في مواجهة مصدر الضغط، أو الابتعاد عن مصدر الضغط لفترة قصيرة، والتحدث مع الآخرين، وتعلم المهارات اللازمة التي تساعد في التغلب على مصدر الضغط، أو عن طريق اتباع التسوية الصحية والذي يتم من خلاله تجاهل مصادر الضغوط لفترة مؤقتة، أو ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة، أما طرق المواجهة السلبية فتشتمل على الهروب من مصدر الضغط، وتجنب المهمات الصعبة خوفاً من الفشل، وخفض مستوى الأهداف أو الطموحات (الفريخ، 2020).

وقد أوضحت العديد من الدراسات أهمية جودة الحياة الأسرية وأثرها على التحصيل الدراسي للطلاب ومنها دراسة كاظم والبهادي (2007)، ودراسة بحرة (2014)، وأوضحت Bronzafat (1996) في دراسة لها أن التعامل الجيد وتكوين العلاقات الإيجابية مع الأبناء، وتكوين العلاقات الأسرية التي تتصف بالدفء والحميمية، كان لها الأثر الأكبر على شعور الابن بقيمة ذاته وعلى مستوى تحصيله الدراسي وإنجازته الأكاديمي. في حين يشير العديد من الباحثين إلى أنه إذا كانت نوعية العلاقات بين الوالدين وأبنائهم المراهقين غير سليمة أدى ذلك إلى نمو اتجاهات وميول غير اجتماعية، واضطرابات انفعالية واحتمالية تعرضهم لمشاكل سلوكية، كما أن شذوذ المراهقين وانحرافهم يرتبط بعدم التوافق بين المراهقين وأسرهم بصفة عامة (عبدالوهاب وشند، 2010).

فيُعد الاهتمام بمدى الانسجام والتوافق بين أفراد الأسرة أمر هام جداً، كما يُعد الجو الأسري السليبي وما يحتويه من خلافات وصراعات بين الوالدين، وعدم استقرار وضعف في الروابط الأسرية، من الأسباب المؤدية للتأثيرات السلبية على نمو الأبناء السوي، ويقود إلى العديد من المشكلات النفسية والسلوكية، ذلك لأن النجاح في الحياة الأسرية يحدد إلى درجة عالية مستوى جودة حياة الفرد ومدى شعوره بالرضى والسعادة عن ذاته وحياته (داود وحدي، 2004).

وعلى الرغم من اهتمام الأديبات والدراسات بدراسة جودة الحياة بشكل عام إلا أنه لوحظ قلة في الدراسات التي تناولت متغير جودة الحياة الأسرية بشكل خاص وعلاقته بمهارات التعامل مع الضغوط لدى الطلبة المتفوقين، ومما سبق يتضح أن وجود الضغوط ومواجهتها أمر لا مفر منه لكل فرد. وتتركز الدراسة الحالية على أهمية جودة الحياة الأسرية وأثرها على مهارات مواجهة الضغوط التي يتعرض لها الطلبة المتفوقون.

مشكلة الدراسة

يشهد العالم بأسره تطور علمي وتكنولوجي هائل يتطلب من جميع الدول بذل المزيد من الجهد، والعمل على مواكبة التقدم المستمر من خلال الاستفادة من الطاقات والثروات المتاحة، وبشكل الأفراد المتفوقين والموهوبين أحد أهم تلك الثروات للمجتمعات كافة، وبأبي هنا دور المجتمع في الاستثمار الجيد لهذه الفئة، وذلك من خلال الاهتمام بهم، وتقديم الرعاية لهم، وتلبية احتياجاتهم ويُعد ذلك واجب وطني اجتماعي، ومما لاشك فيه أن أول من تقع عليه هذه المسؤولية هي الأسرة والتي بدورها تُشكل البيئة الأولى التي ينشأ بها الفرد وتتكون بها شخصيته، وهي المصدر الأساسي لإشباع حاجاته واستثارة طاقاته، فبالتالي تُعد الأسرة البيئة الأولى التي تظهر بها موهبة الفرد وبذور تفوقه (الزميري وآخرون، 2020).

ومما لا شك فيه أن الطلبة المتفوقين معرضون للعديد من الضغوطات والصعوبات النفسية والاجتماعية والأكاديمية، ويتعرضون إلى العديد من التوقعات غير الواقعية من الوالدين والمجتمع، وقصور في فهم خصائصهم، مما يشكل عقبة ويحول دون تقدمهم وتطورهم الأكاديمي، مما قد يؤدي إلى ظهور عدد من المشاكل لديهم كالقلق والاكتئاب والعزلة وغيرها من المشاكل النفسية والأكاديمية (الفريخ، 2020).

حيث أن العلاقات الأسرية المضطربة وعدم القدرة على حل المشكلات الشخصية، والصراعات بين الأفراد داخل الأسرة تؤثر على الصحة النفسية لدى الأبناء، كما يُعد ضعف العلاقات بين أفراد الأسرة من العوامل الهامة في حدوث الاضطرابات النفسية لديهم (العمرى، 2020).

ومن هنا تنبثق حاجتنا الماسة لمعرفة أثر العلاقات الأسرية وأساليب التنشئة على مهارات الطلبة المتفوقين في التعامل مع الضغوطات التي تواجههم وذلك مساهمة في تطوير المهارات، ورفع مستوى الكفاءة، وتحسين جودة الحياة.

وفي حدود علم الباحث أنه على الرغم من تعدد الدراسات والبحوث في مجال الأسرة بصفة عامة، إلا أنه لا توجد دراسات عن جودة العلاقات الأسرية وعلاقتها بمهارات التعامل مع الضغوط لدى الطلبة المتفوقين من حيث طبيعة العلاقة بينهما أو مدى تأثير أحدهما على الآخر، وتبلور مشكلة الدراسة الحالية في دراسة جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بمهارات التعامل مع الضغوط لدى الطلاب المتفوقين في المرحلة المتوسطة والثانوية.

أسئلة الدراسة:

ومما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

- (1) ما مستوى جودة الحياة الأسرية وأبعادها لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية؟
- (2) ما أكثر أبعاد مهارات التعامل مع الضغوط شيوعاً لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية؟
- (3) ما العلاقة بين جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية؟
- (4) هل توجد فروق في مستوى جودة الحياة الأسرية بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية تعزى لمتغير المرحلة الدراسية (المتوسطة - الثانوية)؟
- (5) هل توجد فروق في مستوى مهارات التعامل مع الضغوط بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية تعزى لمتغير المرحلة الدراسية (المتوسطة - الثانوية)؟
- (6) هل توجد فروق في مستوى جودة الحياة الأسرية بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية وفقاً لعدد أفراد الأسرة؟
- (7) هل توجد فروق في مستوى مهارات التعامل مع الضغوط بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية وفقاً لعدد أفراد الأسرة؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- (1) الكشف عن مستوى جودة الحياة الأسرية وأبعادها لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية.
- (2) التعرف على أكثر أبعاد مهارات التعامل مع الضغوط شيوعاً لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية.
- (3) التعرف على العلاقة بين جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية.
- (4) التعرف على الفروق في مستوى جودة الحياة الأسرية بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية تعزى لمتغير المرحلة الدراسية (المتوسطة - الثانوية).
- (5) الكشف عن الفروق في مستوى مهارات التعامل مع الضغوط بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية تعزى لمتغير المرحلة الدراسية (المتوسطة - الثانوية).
- (6) الكشف عن الفروق في مستوى جودة الحياة الأسرية بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية وفقاً لعدد أفراد الأسرة.

1. الحدود الموضوعية: اقتضت الدراسة على جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بمهارات التعامل مع الضغوط لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة (المتوسطة - الثانوية)، ومعرفة مستوى كلا من جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط وفقاً لمتغير المرحلة الدراسية (المتوسطة - الثانوية)، وعدد أفراد الأسرة.
2. الحدود البشرية: طبقت الدراسة على الطالبات المتفوقات في المرحلة (المتوسطة - الثانوية) والحاصلات على معدل تحصيلي (90%) فأكثر.
3. الحدود المكانية: طبقت الدراسة في مدارس الطالبات المتوسطة والثانوية في المملكة العربية السعودية.
4. الحدود الزمانية: أجريت الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول من العام 1443هـ - 1444هـ.

مصطلحات الدراسة:

- تعريف جودة الحياة الأسرية: يعتبر هذا المفهوم من المفاهيم التي ظهرت في السنوات الأخيرة وحظيت بالاهتمام الواسع وتعرف جودة الحياة الأسرية بأنها مدى إشباع حاجة أفراد الأسرة إلى الالتقاء أو التجمع، واستمتاع أفراد الأسرة بحياتهم معاً، وتوفير الفرص لديهم إلى إنجاز أهدافهم التي تعتبر مهمة بالنسبة لهم (Park et al., 2003).
- جودة الحياة الأسرية إجرائياً: هي الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال الإجابة على مقياس جودة الحياة الأسرية من إعداد عبد الوهاب وشند (2016).
- تعريف مهارة التعامل مع الضغوط: ويعرف (Lazarus & Folkman 1984) مهارة التعامل مع الضغوط بأنها "تغيير مستمر في الجهود المعرفية والانفعالية والسلوكية للأفراد، وذلك من أجل التعامل مع المطالب سواء كانت مطالب داخلية أو خارجية والتي يقيّمها الفرد بأنها ترهقه وتفوق إمكانياته" (p.141).
- مهارة التعامل مع الضغوط إجرائياً: هي الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال الإجابة على مقياس مهارات التعامل مع الضغوط للمتفوقين من إعداد عبد الرحيم (2016).
- تعريف المتفوقات:

يعرف صوص وعساف (2010) المتفوقين دراسياً بأنهم "فئة من الطلبة الذين يتميزون عن أقرانهم العاديين بقدرات ومهارات عليا، وكذلك في الميول والاتجاهات، ويحصل الطالب المتفوق -عادة- على

(7) الكشف عن الفروق في مستوى مهارات التعامل مع الضغوط بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية وفقاً لعدد أفراد الأسرة.

أهمية الدراسة:

أهمية البحث الحالي تكمن في الموضوع الذي يتناوله، إذ تسعى الدراسة إلى معرفة العلاقة بين جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية في المملكة العربية السعودية، كما ينطوي البحث إلى أهمية من الناحية النظرية وأهمية الناحية التطبيقية.

الأهمية النظرية:

- تتمثل الأهمية النظرية للدراسة الحالية في عينتها (المراهقات الموهوبات)، وبإثرائها للمكتبة العربية بالبحوث المطبقة على فئة المتفوقين عقلياً والذين يعتبروا ثروة للمجتمعات.
- توأكب الدراسة الحالية التوجه الحديث للدراسات في المملكة العربية السعودية في إثرائها للبحوث في مجال الجودة بصفة عامة، وبالتالي الإسهام في تحقيق رؤية 2030.
- فهم طبيعة العلاقة بين جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية.

الأهمية التطبيقية:

- تتمثل الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية في توفير البيانات والمعلومات عن طبيعة جودة الحياة الأسرية، ودور ذلك على اكتساب مهارات التعامل مع الضغوط لدى الأبناء.
- الخروج بتوصيات يمكن الاستفادة منها في تطوير برامج المساندة والدعم والإرشاد الأسري.
- توجيه الأسر والمجتمعات في تحقيق الجودة الأسرية لما لها من تأثير كبير على تنشئة الأبناء ومدى اكتسابهم للمهارات الاجتماعية عموماً ومهارات مواجهة الضغوط خصوصاً.
- الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في العمل على إنشاء البرامج العلاجية والإرشادية للطلبة الذين يواجهون الضغوط من خلال استراتيجيات سلبية.
- توجيه الوالدين في مساعدتهما على تبني أساليب التنشئة الجيدة مع الأبناء لتطوير قدراتهم ومهاراتهم في مواجهة الحياة وضغوطاتها.

محددات الدراسة:

جامعي بالجزائر، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، كما تم استخدام مقياس جودة الحياة الأسرية، أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق في مستوى جودة الحياة الأسرية للطلاب الجامعي ترجع للمستوى التعليمي للوالدين لصالح الأولياء ذوي المستوى التعليمي الثانوي والجامعي، كذلك وجود فروق في مستوى جودة الحياة الأسرية للطلاب الجامعي ترجع لعمل الأم لصالح الطلبة الجامعيين ذوي الأمهات غير العاملات. وكذلك وجود فروق في مستوى جودة الحياة الأسرية للطلاب الجامعي ترجع لنوع الأسرة لصالح الطلبة من الأسر الممتدة. وعدم وجود فروق في مستوى جودة الحياة الأسرية للطلاب الجامعي ترجع لترتيب الطالب في أسرته.

دراسة لشهب (2017) والتي سعت إلى معرفة العلاقة بين جودة الحياة الأسرية كما يدركها الأبناء وسلوك المواطنة لدى طلاب الثانوي، وتكونت العينة من 300 طالب من طلبة بعض ثانويات ولاية الوادي، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وقامت باستخدام مقياس جودة الحياة الأسرية ومقياس سلوك المواطنة. وأوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة بين جودة الحياة الأسرية وسلوك المواطنة لدى عينة الدراسة وعدم وجود فروق في مستوى جودة الحياة الأسرية تعزى لمتغير الجنس.

دراسة عبد الوهاب وشند (2010) وهدفت إلى معرفة العلاقة بين إدراك الأبناء لجودة الحياة الأسرية بصفة عامة وأثرها على فاعلية الذات لدى المراهقين من الذكور والإناث، وكما هدفت إلى اختبار الفروق التي تعزى إلى تأثير النوع على إدراك جودة الحياة الأسرية وفاعلية الذات، وبلغ عدد العينة 200 طالب وطالبة من الصف الأول الثانوي مقسمين بين الذكور والإناث والذين تتراوح أعمارهم ما بين 15-17 عاما. تم تطبيق مقياس جودة الحياة الأسرية ومقياس فاعلية الذات، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة بين جودة الحياة الأسرية وفاعلية الذات، كما كشفت النتائج عن وجود فروق جوهرية بين متوسط درجات الذكور والإناث من حيث مدى إدراك جودة الحياة الأسرية وفاعلية الذات لديهم وذلك لصالح الإناث، وتأثير المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة على مستوى جودة الحياة الأسرية وفاعلية الذات لدى عينة الدراسة وذلك لصالح المستوى المرتفع.

2- دراسات تناولت متغير مهارات التعامل مع الضغوط:

دراسة صمادي والقرعان (2020) هدفت الدراسة إلى معرفة القدرة لبناء الأسري على التنبؤ باستراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة، والعينة تكونت من 726 طالب وطالبة، تم استخدام المنهج الوصفي وتحليل الانحدار المتعدد، وتم استخدام مقياس

تقدير مرتفع في تحصيله للمواد الدراسية التي يقوم بدراستها، وبنسبة تزيد علاماته عن (90%) من بقية الأقران في المدرسة" (ص.29).

- المتفوقات إجرائيا:

تعرفهم الباحثات بأهم الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية، والحاصلات على معدل تحصيلي (90%) وأكثر.

الدراسات السابقة:

بعد الاطلاع على الأبحاث والدراسات السابقة تم استعراض أهم الدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة كالتالي:

1- دراسات تناولت متغير جودة الحياة الأسرية:

دراسة العمري (2020) حيث سعت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين جودة الحياة الأسرية والدافعية للإنجاز لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمجدة، والكشف عن أثر متغيرات الدراسة الديموغرافية (الجنس - التخصص الدراسي - حجم الأسرة - مستوى تعليم الوالدين - مصدر دخل الأسرة) في كل من جودة الحياة الأسرية والدافعية للإنجاز، وتسعى كذلك إلى التنبؤ بدافعية الإنجاز من خلال أبعاد جودة الحياة الأسرية لطلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمجدة، تكونت عينة الدراسة من 764 طالب وطالبة، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، كما تم استخدام مقياس جودة الحياة الأسرية ومقياس الدافعية للإنجاز. وجاءت نتائج الدراسة كالتالي: وجود علاقة ارتباطية بين جودة الحياة الأسرية والدافعية للإنجاز لدى طلبة المرحلة الثانوية، كما توجد فروق في جودة الحياة الأسرية وفي الدافعية للإنجاز بحسب متغيرات الدراسة الديموغرافية ما عدا متغيري الجنس وحجم الأسرة في الدافعية للإنجاز حيث لم يثبت وجود فروق في متوسط الدرجات.

دراسة نادية ومراد (2018) والتي هدفت إلى التعرف على مستوى جودة الحياة الأسرية لدى طلاب الجامعة وتحديد طبيعة الفروق الموجودة في جودة الحياة الأسرية تبعاً لمتغيري الجنس والسن، عينة الدراسة اشتملت على 100 طالب، تم استخدام المنهج الوصفي كما طبق مقياس جودة الحياة الأسرية، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى جودة الحياة الأسرية لدى عينة الدراسة كان متوسط، وتوصلت أيضا إلى عدم وجود فروق في جودة الحياة الأسرية لدى طلبة جامعة الشاذلي بن جديد تبعاً لكل من الجنس والسن.

دراسة هبري وجيحي (2018) هدفت إلى معرفة الفروق في مستوى جودة الحياة الأسرية لدى عينة من طلبة الجامعة تبعاً للمتغيرات: المستوى التعليمي للوالدين، وعمل الأم، ونوع الأسرة، ترتيب الطالب في الأسرة بين إخوته، تكونت العينة من 200 طالب

مواجهة الضغوط النفسية لديهم، وكما هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين الجنسين في مهارات مواجهة الضغوط النفسية ومستوى التوافق النفسي. وعينة الدراسة تكونت من 200 طالب من الطلبة المتفوقين، وتم استخدام المنهج الوصفي، وفي الأدوات استخدم الباحثان مقياسي التوافق النفسي ومهارات مواجهة الضغوط وهما من إعداد الباحثان. وأوضحت النتائج في الدراسة إلى أن مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المتفوقين مرتفعاً، وأن مستوى مهارات مواجهة الضغوط النفسية الشائعة لدى الطلبة المتفوقين تراوح بين المرتفع والمتوسط، وعدم وجود فروق بين الجنسين في مستوى التوافق النفسي وفي مهارات مواجهة الضغوط. وأظهرت النتائج إلى أنه توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين كل مجال من مجالات التوافق النفسي ودرجته الكلية وكل مهارة من مهارات مواجهة الضغوط النفسية الشائعة لدى عينة الدراسة والدرجة الكلية باستثناء مهارتي (الهروب والتجنب) فكانت العلاقة عكسية مع كل مجالات التوافق النفسي.

دراسة حساني وبوضياف (2015) والتي هدفت إلى التعرف على استراتيجيات مواجهة الضغوط وعلاقتها بجودة الحياة لدى المراهقين المتفوقين دراسياً والغير متفوقين، تكونت العينة من 120 طالب منهم 83 طالب من المتفوقين و37 من غير المتفوقين، أستخدم المنهج الوصفي كما تم استخدام مقياسي استراتيجيات مواجهة الضغوط وجودة الحياة، أشارت أهم النتائج إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين إستراتيجية مواجهة الضغوط النفسية وجودة الحياة النفسية لدى المتفوقين، ووجود علاقة عكسية بين إستراتيجية مواجهة الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى غير المتفوقين، وعدم وجود فروق بين متوسط درجات المتفوقين وغير المتفوقين في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، وعدم وجود فروق بين متوسط درجات المتفوقين وغير المتفوقين في جودة الحياة.

دراسة العبدلي (2012) والتي سعت للتعرف على مستوى الصلابة النفسية والكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية المتفوقين والعاديين بمدينة مكة المكرمة، وكما سعت الدراسة أيضاً إلى الكشف عن الفروق في مستوى الصلابة النفسية وفي أساليب مواجهة الضغوط النفسية بين الطلبة المتفوقين والعاديين، تكونت العينة من 200 طالب، وتم استخدام المنهج الوصفي، كما تم استخدام مقياسي الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية. وأوضحت النتائج في الدراسة إلى أن مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة المتفوقين أعلى من الطلبة العاديين، وإلى وجود علاقة بين أساليب مواجهة الضغوط والصلابة النفسية لدى الطلبة المتفوقين والعاديين، وإلى وجود فروق في أساليب مواجهة الضغوط النفسية بين الطلبة المتفوقين والعاديين وذلك باستثناء

استراتيجيات التعامل مع الضغوط واستبانة المتغيرات الديموغرافية كأداة لجمع البيانات في الدراسة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن استراتيجية حل المشكلات والتعامل النشط جاءت في المرتبة الأولى، وفي المرتبة الأخيرة جاءت استراتيجية الاسترخاء والترفيه. وأشارت النتائج إلى أنه لا توجد فروق في استراتيجيات التعامل مع الضغوط لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير عدد أفراد الأسرة، وجود فروق في استراتيجيات التعامل مع الضغوط لدى الطلبة تبعاً لمتغيرات (الترتيب بين الأخوة لصالح الابن الأخير في مجال استراتيجية لوم الذات، والمستوى التعليمي للأب لصالح حملة الدبلوم فأقل في مجال استراتيجية التدوين والتفريغ الانفعالي، ولصالح حملة الماجستير فأعلى في مجال استراتيجية الاسترخاء والترفيه).

دراسة محمد وآخرون (2020) والتي هدفت إلى التعرف على أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها بجودة الحياة والتفاؤل لدى عينة تكونت من 308 طالب من طلبة المرحلة الثانوية تراوحت أعمارهم ما بين 16-18 عام، استخدم الباحثون المنهج الوصفي كما أستخدم مقياس أساليب مواجهة الضغوط، وجودة الحياة، والتفاؤل. أظهرت أهم النتائج وجود علاقة بين أساليب مواجهة الضغوط وجودة الحياة، ووجود علاقة بين أساليب مواجهة الضغوط والمستوى الثقافي والاجتماعي للطلاب.

دراسة (Nelemans et al. 2017) وهدفت إلى دراسة العلاقة بين أعراض القلق الاجتماعي والمثابرة لدى المراهقين والتعرف على ارتباط دور الاستجابة للضغوط بالاستمرار بعيد المدى لأعراض القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة. فيما اشتملت عينة الدراسة على 327 مراهق من الذكور والإناث بمتوسط عمر 13 عاماً، واستخدم الباحثون مقياس أعراض الحزن ومقياس العصبية المتصورة، كما اعتمد الباحثون على بعض التقارير لدى عينة الدراسة عن الأعراض في الست سنوات السابقة مع المشاركة في مهمة التحدث أمام العامة والتي تم أنؤها تقييم العوامل العصبية ومعدل ضربات القلب والأعراض الفسيولوجية مثل مستوى الكورتيزول للتعرف على مستوى الضغوط النفسية. ولقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي في الدراسة، وكشفت نتائج الدراسة أن أعراض القلق الاجتماعي تزيد من إدراك الضغوط النفسية والاستجابة لها واستجابة ضربات القلب الأمر الذي يمكن أن يبنى عن ارتفاع أعراض القلق الاجتماعي في مرحلة المراهقة المتأخرة.

دراسة الفريجات والمومني (2016) حيث سعت الدراسة للتعرف على مستوى التوافق النفسي ومهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين في محافظة عجلون، وعلاقة التوافق النفسي بمهارات

درجات الطلبة المتفوقين على مقياس الضغوط أعلى من المتوسط النظري وبفرق غير دال إحصائياً، متوسط درجات الطلبة العاديين على مقياس الضغوط النفسية أعلى من المتوسط النظري وبفرق دال إحصائياً، ولا توجد فروق في درجة الضغوط النفسية بين الطلبة المتفوقين وأقرانهم العاديين.

دراسة أبو عزام (2005) سعت الدراسة للكشف عن العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط وبعض سمات الشخصية لدى طلبة المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من 881 طالب وطالبة، تم استخدام المنهج الوصفي، كما تم استخدام مقياسي سمات الشخصية وأساليب المواجهة، كشفت نتائج الدراسة عن أهم الأساليب التي يعتمد عليها الطلبة في مواجهة الضغوط وكانت كالتالي أولاً اللجوء إلى الله ثم أسلوب المواجهة وتأكيد الذات، ثم تحمل المسؤولية، كما أظهرت الدراسة وجود علاقة بين طبيعة المدرسة التي ينتمي إليها الطالب وبين أسلوبه لوم الذات والإنكار، كما أظهرت النتائج وجود علاقة بين متغير الجنس وبين عدد من أساليب مواجهة الضغوط وكانت أربعة أساليب لصالح الذكور، وثلاثة أساليب لصالح الإناث.

التعليق على الدراسات السابقة

من حيث الهدف: تنوعت الأهداف في الدراسات السابقة بحسب طبيعة الدراسة، وتختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في أنها جمعت بين متغير جودة الحياة الأسرية وعلاقته بمتغير مهارات التعامل مع الضغوط النفسية، وهدفت كذلك إلى الكشف عن مستوى جودة الحياة الأسرية لدى الطالبات المتفوقات، والتعرف على أكثر مهارات مواجهة الضغوط النفسية شيوعاً لديهم.

من حيث العينة: نلاحظ من خلال استعراضنا للدراسات السابقة أن الغالبية العظمى من الدراسات طبقت على عينة من المراهقين في المرحلة الثانوية مثل دراسة العمري (2020) ودراسة لشهب (2017) وشفيق (2010) والباهلي وعبيس (2008). فيما تشابهت بعض الدراسات في أنها قارنت بين الطلبة العاديين والمتفوقين مثل دراسة حساني وبوضياف (2015) ودراسة العبدلي (2012) ودراسة الباهلي وعبيس (2008).

من حيث الأداة والمنهج: فيما يتعلق بالمنهج المستخدم فإن جميع الدراسات السابقة قد تشابهت مع الدراسة الحالية في استخدامها للمنهج الوصفي والمقاييس كأداة لجمع المعلومات فيما عدا دراسة Nelemans et al. (2017) والتي استخدمت إضافة على ذلك بعض الاختبارات والتقارير الطبية.

مهارات (التحليل المنطقي، تحمل المسؤولية، الاستسلام، التنفيس الانفعالي).

دراسة شفيق (2010) وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العوامل التي تشكل بالنسبة للمراهقين مصدراً للضغط والتعرف على أهم أساليب المواجهة، كما تهدف إلى دراسة الفروق بين الجنسين فيما يتعلق بمصادر الضغط النفسي، طبقت الدراسة على عينة تكونت من 91 من طلاب المرحلة الثانوية، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي، كما استخدم استبيان مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن أفراد عينة الدراسة يعانون من الضغوط النفسية الناتجة عن مصادر متعددة وبدرجات متفاوتة، كما أنه توجد فروق بين الجنسين فيما يتعلق بالعوامل الاجتماعية والدراسية، حيث كان الذكور أكثر تأثراً بالعوامل الاجتماعية فيما كان تأثير العوامل الدراسية أكبر عند الإناث فيما لم يتوصل الباحث إلى وجود فروق بالنسبة للمصادر الأخرى.

دراسة الهلالي (2009) والتي هدفت إلى التعرف على أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية والسلبية وترتيب هذه الأساليب لدى الطلبة بمدينة مكة المكرمة، وهدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق في أساليب مواجهة الضغوط بين طلبة المرحلة المتوسطة وطلبة المرحلة الثانوية، ومعرفة الفروق في درجات الطلاب في أساليب مواجهة الضغوط وذلك تبعاً للمتغيرات التالية (الصف الدراسي والعمر والجنسية ونوع التعليم)، طبقت الدراسة على 547 طالب، منهم 259 طالب من المرحلة المتوسطة، و288 طالب من المرحلة الثانوية، وتم استخدام المنهج الوصفي في الدراسة، كما استخدم مقياس أساليب مواجهة الضغوط، وكانت أهم نتائج الدراسة ما يلي: وقوع أساليب المواجهة الإيجابية في المراتب الأولى على مدرج أساليب الضغوط بشكل عام. وعدم تأثر أساليب مواجهة الضغوط بمرحلة التعليم المتوسطة والثانوية، وضعف تأثير متغيرات (الصف الدراسي والعمر والجنسية ونوع التعليم) على أساليب مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة.

دراسة الباهلي وعبيس (2008) وهدفت إلى قياس درجة الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين عقلياً والطلبة العاديين، وإلى التعرف على دلالة الفروق في درجة الضغوط النفسية بين الطلبة المتفوقين عقلياً وأقرانهم من الطلبة العاديين، وأجريت الدراسة في المدارس الثانوية في مدينة بغداد، إذ تألفت عينة البحث من 400 طالب وطالبة منهم 200 من الطلبة المتفوقين، و 200 من الطلبة العاديين، وقام الباحث بتطبيق اختبار رآفن للمصفوفات المتتابعة ومقياس للضغوط النفسية، توصلت نتائج الدراسة إلى أن متوسط

من 4 - 6 أفراد	71	42.5%
7 أفراد فأكثر	95	56.9%
المجموع	167	100%

المنهجية

منهجية الدراسة:

استخدمت الباحثات المنهج الوصفي (سليمان، 2014) (الارتباطي - الفارقي) وذلك لملائمته لطبيعة هذه الدراسة.

المجتمع والعينة:

يتكون المجتمع في الدراسة الحالية من جميع طالبات المرحلة المتوسطة والثانوية في المملكة العربية السعودية والبالغ عددهم 1461709 طالبة (المفيدة العامة للإحصاء، 2019).

وقد تم جمع العينة بالطريقة العشوائية المتيسرة من الطالبات المتفوقات في المرحلة (المتوسطة - الثانوية) والحاصلات على معدل تحصيلي 90% فأكثر، ن=167 تتراوح أعمارهم من 13 إلى 18 عام بمتوسط عمري (15.4) سنة وانحراف معياري (1.75) من مختلف مناطق المملكة العربية السعودية، عن طريق إنشاء استبانة إلكترونية وإرسالها للمشاركين عبر مواقع التواصل الاجتماعي، كما تم أخذ موافقة المشاركين إلكترونياً قبل بدئهم بالإجابة على المقاييس. وتم تقسيم العينة الكلية إلى عينات فرعية حسب بعض المتغيرات الديموغرافية: العمر 13-18، المرحلة الدراسية (متوسط - ثانوي)، مدينة الإقامة (جدة - خارج جدة)، عدد أفراد الأسرة (أقل من 4 أفراد - من 4 إلى 6 أفراد - 7 أفراد فأكثر). جدول 1 يوضح الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة.

جدول (1): الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة (ن=167)

المتغير	النوع	ن	%
العمر	من 13 - 14 سنة	30	18%
	من 15 - 16 سنة	77	46.1%
	من 17 - 18 سنة	62	35.9%
المجموع		167	100%
المرحلة الدراسية	المتوسطة	83	49.7%
	الثانوية	84	50.3%
المجموع		167	100%
مدينة الإقامة	جدة	109	65.3%
	خارج جدة	58	34.7%
المجموع		167	100%
عدد أفراد الأسرة	أقل من 4 أفراد	1	0.6%

أدوات الدراسة:

وتشمل استبانة الأسئلة الديموغرافية، مقياس جودة الحياة الأسرية، ومقياس مهارات التعامل مع الضغوط للمتفوقين.

أولاً: استبانة الأسئلة الديموغرافية:

وتضم أسئلة عن العمر، المرحلة الدراسية (متوسط - ثانوي)، مدينة الإقامة، عدد أفراد الأسرة.

ثانياً: مقياس جودة الحياة الأسرية من إعداد (عبدالوهاب وشند، 2016)

تكون المقياس من 36 عبارة، مقسمة إلى 4 أبعاد فرعية للمقياس كما يلي:

- بعد التفاعل الأسري: ويعكس التفاعلات الأسرية الجيدة المتسمة بالأمن والأمان، ويتكون من 9 بنود: (1-5-9-13-17-21-25-29-33).

- بعد الوالدية: وتعكس أثر العلاقات بين الآباء وأبنائهم، ويتكون من 9 بنود: (2-6-10-14-18-22-26-30-34).

- بعد السعادة الانفعالية: ويعكس المناخ الأسري المراعي للمشاعر والثقة، ويتكون من 9 بنود: (3-7-11-15-19-23-27-31-35).

- بعد القدرة المادية/السلامة الصحية: ويعكس الصحة وعامل الدخل الاقتصادي للأسرة، ويتكون من 9 بنود: (4-8-12-16-20-24-28-32-36).

أما عن طريقة التصحيح فكانت اختيار استجابة واحدة من ثلاث استجابات هي (نعم) إذا كانت العبارة تنطبق على المفحوص وتعطى 3 درجات، و(لا) إذا كانت العبارة لا تنطبق على المفحوص وتعطى درجة واحدة، و(إلى حد ما) إذا كانت العبارة تنطبق بعض الشيء على المفحوص وتعطى درجتان، وذلك للعبارة الإيجابية، وتعكس الدرجة في العبارات السلبية (21-34-35-36). تشير الدرجة المرتفعة إلى مستوى مرتفع من جودة الحياة الأسرية.

الخصائص السيكومترية للمقياس في صورته الأصلية:

صدق المقياس:

قام معدوا المقياس باتباع عدة إجراءات للتحقق من صدق المقياس،

وهي كالتالي:

1) الصدق المنطقي: صيغت بنود المقياس في ضوء الإطار النظري لموضوع جودة الحياة الأسرية.

2) صدق المحكمين: تم عرض المقياس على 10 من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس، وأعيد ترتيب العبارات وصياغتها في ضوء ملاحظاتهم.

3) الاتساق الداخلي: تم حساب الاتساق الداخلي على ثلاث مستويات: أولها حساب الاتساق الداخلي بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، وثانيًا حساب الاتساق الداخلي بين درجة كل عبارة في الأبعاد الرئيسية الأربع والدرجة الكلية للبعد، وثالثًا حساب الاتساق الداخلي بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، وجاءت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى 0.01.

ثبات المقياس:

قام معدوا المقياس بحساب الثبات بطريقتين:

1) طريقة إعادة الاختبار: طبق الاختبار مرتين على عينة قوامها 100 طالب وطالبة بفواصل زمني أسبوعين، حيث جاء معامل الارتباط بين الدرجات في التطبيقين 0.837 وهو معامل ارتباط موجب ودال عند مستوى 0.01.

2) طريقة كرونباخ: حيث بلغ معامل الثبات ألفا بالنسبة للأبعاد 0.758، وبلغ معامل الثبات بالنسبة للمقياس ككل 0.836 وهو معامل عال.

جدول (2): معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية

التحقق من خصائص المقياس السيكومترية في الدراسة الحالية:

الثبات باستخدام ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل الثبات لمقياس جودة الحياة الأسرية بطريقة ألفا كرونباخ لكل الأبعاد الفرعية والمقياس كامل بعد التفاعل الأسري (0.81)، بعد الوالدية (0.78)، بعد السعادة الانفعالية (0.75)، بعد القدرة المادية/السلامة الصحية (0.73)، المقياس كاملاً (0.92).

ثبات التجزئة النصفية للمقياس:

تم حساب معامل الثبات لمقياس جودة الحياة الأسرية بطريقة التجزئة النصفية لكل الأبعاد الفرعية والمقياس كاملاً. بعد التفاعل الأسري (0.77)، بعد الوالدية (0.77)، بعد السعادة الانفعالية (0.78)، بعد القدرة المادية/السلامة الصحية (0.82)، المقياس كاملاً (0.92). مما يدل على أن المقياس يتمتع بمعاملات ثبات مرتفعة.

الاتساق الداخلي:

تم التحقق من ثبات الاتساق الداخلي لمقياس جودة الحياة الأسرية عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية جدول 2.

وبين كل عبارة والبعد الذي تنتمي له جدول 3، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لجودة الحياة الأسرية جدول يتضح من الجدول 2 أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات البنود والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين 0.30 و 0.82، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الاتساق الداخلي.

البند	1	5	9	13	17	21	25	29	33
ر	**0.77	**0.71	**0.79	**0.80	**0.78	**0.54	**0.47	**0.80	**0.61
البند	2	6	10	14	18	22	26	30	34
ر	**0.61	**0.55	**0.67	**0.73	**0.66	**0.74	**0.72	**0.81	**0.61
البند	3	7	11	15	19	23	27	31	35
ر	**0.73	**0.54	**0.56	**0.64	**0.82	**0.76	**0.69	**0.66	**0.62
البند	4	8	12	16	20	24	28	32	36
ر	**0.59	**0.47	**0.30	**0.66	**0.63	**0.71	**0.80	**0.52	**0.56
** دالة إحصائياً عند مستوى 0.01									

جدول (3): معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي له

بعد القدرة المادية/السلامة الصحية		بعد السعادة الانفعالية		بعد الوالدية		بعد التفاعل الأسري	
ر	البند	ر	البند	ر	البند	ر	البند
**0.70	4	**0.77	3	**0.68	2	**0.82	1
**0.69	8	**0.60	7	**0.58	6	**0.78	5
**0.42	12	**0.61	11	**0.65	10	**0.87	9
**0.50	16	**0.68	15	**0.82	14	**0.85	13
**0.62	20	**0.76	19	**0.66	18	**0.83	17
**0.79	24	**0.77	23	**0.78	22	**0.52	21
**0.77	28	**0.80	27	**0.69	26	**0.80	25
**0.61	32	**0.82	31	**0.76	30	**0.83	29
**0.28	36	**0.56	35	**0.48	34	**0.49	33
** دالة إحصائياً عند مستوى 0.01							

يبين الجدول 3 أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات البنود ودرجة البعد المنتمية إليه دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين 0.48 و 0.87، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الاتساق الداخلي.

جدول (4): معاملات ارتباط بيرسون بين كل بعد والدرجة الكلية لجودة الحياة الأسرية

بعد القدرة المادية/السلامة الصحية	بعد السعادة الانفعالية	بعد الوالدية	بعد التفاعل الأسري	جودة الحياة الأسرية
**0.80	**0.94	**0.88	**0.92	
** دالة إحصائياً عند مستوى 0.01				

جدول (5) قيمة "ت" لدلالة الفروق بين مجموعة الميزان المرتفع والمنخفض لمقياس جودة الحياة الأسرية

مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة "ت"	الميزان المنخفض		الميزان المرتفع		القيم الإحصائية المتغيرات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة عند مستوى 0.01	12.66	0.41	1.92	0.12	2.77	بعد التفاعل الأسري
	14.98	0.38	1.78	0.14	2.73	بعد الوالدية
	17.99	0.31	1.82	0.12	2.76	بعد السعادة الانفعالية
	9,63	0.39	2.16	0.08	2.76	بعد القدرة المادية/السلامة الصحية
	17,69	028	1.92	0.10	2.75	الدرجة الكلية

دلالة 0.01 فيما تراوحت قيم معاملات الارتباط بين 0.80 و 0.92.

يتضح من الجدول 4 أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الأربعة والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى

صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):

تم حساب صدق المقارنة الطرفية وذلك للتحقق من القدرة التمييزية لمقياس جودة الحياة الأسرية، وما إذا كان المقياس يميز (تمييزاً فارغاً) بين المستوى الميزاني القوي والمستوى الميزاني الضعيف، ومنها قامت الباحثات بإجراء الخطوات التالية:

- ترتيب درجات أفراد العينة الاستطلاعية وعددهم 167 فرد ترتيباً تنازلياً.
- تحديد الأرباعي الأدنى من العدد الكلي للدرجات من أول الترتيب التنازلي ومن آخره، أي تم تحديد أول 41 فرد من الترتيب كأفراد المستوى الميزاني المرتفع، وآخر 41 فرد من الترتيب كأفراد المستوى الميزاني المنخفض.
- تم حساب دلالة الفرق بين متوسطي درجات الأفراد في مستويي الميزانين عن طريق استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة، وتوضح النتائج في الجدول التالي:

يتضح من جدول 5 أن الفرق بين الميزانين المرتفع والمنخفض دال إحصائياً في كل أبعاد المقياس والدرجة الكلية عند مستوى 0.01 وفي اتجاه المستوى الميزاني المرتفع مما يعني تمتع المقياس بصدق تمييزي قوي، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الاتساق الداخلي.

ثالثاً: مقياس مهارات التعامل مع الضغوط للمتفوقين من إعداد (عبدالرحيم، 2016)

تكون المقياس من 42 عبارة، مقسمة إلى 3 أبعاد فرعية للمقياس كما يلي:

- بعد المهارات العقلية: ويحوي بعض مهارات الجانب العقلي مثل التقييم الإيجابي والتركيز على حل المشكلات، ويتكون من 24 بند: (1-2-3-4-5-6-9-10-11-12-14-15-19-21-22-23-26-27-28-32-33-37-41-42).

- بعد المهارات الانفعالية: ويحوي بعض مهارات الجانب الانفعالي مثل ضبط الذات والالتجاء إلى الله، ويتكون من 10 بنود: (7-8-16-17-18-20-25-31-36-38).

- بعد المهارات السلوكية: ويحوي بعض مهارات الجانب السلوكي للفرد مثل توكيد الذات والاسترخاء، ويتكون من 8 بنود: (13-24-29-30-34-35-39-40).

وقد تمت صياغة العبارات، ثم إعطاء الدرجات وفق مقياس خماسي متدرج (تنطبق علي تماماً، تنطبق علي كثيراً، تنطبق علي أحياناً، لا تنطبق علي، لا تنطبق علي تماماً) كالتالي (5-4-

3-2-1)، تمثل الدرجة 5 الاستجابة تنطبق علي تماماً وتشير إلى أن قدرة الطالب في التعامل مع الموقف الضاغظ مرتفعة، أما الدرجة 1 والتي تمثل الاستجابة لا تنطبق علي تماماً تشير إلى انخفاض قدرة الطالب في التعامل بمهارة مع الموقف الضاغظ، وتدل الدرجات المرتفعة على مستوى مرتفع من مهارات التعامل مع الضغوط.

الخصائص السيكومترية للمقياس في صورته الأصلية:

صدق المقياس:

قام معدوا المقياس باتباع عدة إجراءات للتحقق من صدق المقياس، وهي كالتالي:

- 1) صدق المحكمين: تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين في مجال علم النفس والصحة النفسية والمقياس النفسي، وتم حذف العبارات التي تقل نسبة الاتفاق عليها عن 80%.
- 2) صدق الاتساق الداخلي: وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، حيث جاءت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى 0.01.
- 3) التحليل العاملي: تم اختيار طريقة المكونات الأساسية لدقتها، وأسفرت نتائج التحليل العاملي عن استخلاص ثلاثة عوامل العامل الأول بلغ جذره الكامن 8.168 ونسبة تباينه 14.852%، والعامل الثاني بلغ جذره الكامن 3.272 ونسبة تباينه 5.949%، والعامل الثالث بلغ جذره الكامن 2.992 ونسبة تباينه 5.439%.

ثبات المقياس:

قام معدوا المقياس بحساب الثبات عن طريق استخدام طريقة ألفا كرونباخ:

تراوحت نسبة ثبات ألفا كرونباخ للأبعاد ما بين 0.536 - 0.818، وبلغ معامل الثبات بالنسبة للمقياس ككل 0.857 وهو معامل عال.

التحقق من خصائص المقياس السيكومترية في الدراسة الحالية:

الثبات باستخدام ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل الثبات لمقياس مهارات التعامل مع الضغوط للمتفوقين بطريقة ألفا كرونباخ لكل الأبعاد الفرعية والمقياس كاملاً: يُعد المهارات العقلية (0.91=α)، بعد المهارات الانفعالية (0.77=α)، بعد المهارات السلوكية (0.81=α)، المقياس كاملاً (0.94=α).

تنتمي له جدول 7، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمهارات التعامل مع الضغوط جدول 8. يتضح من الجدول 6 أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات البنود والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين 0.24 و 0.72، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الاتساق الداخلي.

يبين الجدول 7 أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات البنود ودرجة البعد المنتمية إليه دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين 0.33 و 0.76، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الاتساق الداخلي.

تم حساب معامل الثبات لمقياس مهارات التعامل مع الضغوط للمتفوقين بطريقة التجزئة النصفية لكل من الأبعاد الفرعية والمقياس ككل: بُعد المهارات العقلية ($\alpha=0.86$)، بعد المهارات الانفعالية ($\alpha=0.82$)، بعد المهارات السلوكية ($\alpha=0.73$)، المقياس كاملاً ($\alpha=0.93$)، مما يدل على أن المقياس يتمتع بمعاملات ثبات مرتفعة.

الاتساق الداخلي:

تم التحقق من ثبات الاتساق الداخلي لمقياس مهارات التعامل مع الضغوط للمتفوقين عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية جدول 6، وبين كل عبارة والبعد الذي

جدول (6): معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية

البند	1	2	3	4	5	6	9	10	11	12	14	15
ر	**0.48	**0.50	**0.56	**0.47	**0.58	**0.63	**0.48	**0.55	**0.44	**0.61	**0.63	**0.56
البند	19	21	22	23	26	27	28	32	33	37	41	42
ر	**0.54	**0.47	**0.46	**0.38	**0.65	**0.70	**0.66	**0.64	**0.59	**0.61	**0.66	**0.40
البند	7	8	16	17	18	20	25	31	36	38		
ر	**0.59	**0.38	**0.67	**0.54	**0.56	**0.47	**0.58	**0.60	**0.68	**0.24		
البند	13	24	29	30	34	35	39	40				
ر	**0.64	**0.61	**0.54	**0.62	**0.63	**0.67	**0.57	**0.72				
** دالة إحصائياً عند مستوى 0.01												

جدول (7): معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي له

بعد المهارات العقلية		بعد المهارات الانفعالية		بعد المهارات السلوكية	
البند	ر	البند	ر	البند	ر
1	**0.54	7	**0.59	13	**0.68
2	**0.52	8	**0.50	24	**0.59
3	**0.60	16	**0.69	29	**0.61
4	**0.52	17	**0.60	30	**0.64
5	**0.64	18	**0.58	34	**0.63
6	**0.57	20	**0.47	35	**0.63

**0.65	39	**0.62	25	**0.54	9
**0.76	40	**0.60	31	**0.38	10
		**0.74	36	**0.48	11
		**0.33	38	**0.55	12
				**0.64	14
				**0.56	15
				**0.56	19
				**0.46	21
				**0.46	22
				**0.37	23
				**0.68	26
				**0.73	27
				**0.70	28
				**0.47	32
				**0.57	33
				**0.61	37
				**0.68	41
				**0.46	42
** دالة إحصائياً عند مستوى 0.01					

جدول (8): معاملات ارتباط بيرسون بين كل بعد والدرجة الكلية للمهارات التعامل مع الضغوط

بعد المهارات السلوكية	بعد المهارات الانفعالية	بعد المهارات العقلية	مهارات التعامل مع الضغوط
**0.95	**0.92	**0.95	
** دالة إحصائياً عند مستوى 0.01			

- تحديد الأرباعي الأدنى من العدد الكلي للدرجات من أول الترتيب التنازلي ومن آخره، أي تم تحديد أول 41 فرد من الترتيب كأفراد المستوى الميزاني المرتفع، وآخر 41 فرد من الترتيب كأفراد المستوى الميزاني المنخفض.

- تم حساب دلالة الفرق بين متوسطي درجات الأفراد في مستوى الميزانين عن طريق استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة، وتوضح النتائج في الجدول التالي:
يتضح من الجدول 9 أن الفرق بين الميزانين المرتفع والمنخفض دال إحصائياً في كل ابعاد المقياس والدرجة الكلية عند مستوى 0.01 وفي اتجاه المستوى الميزاني المرتفع مما يعني تمتع المقياس بصدق تمييزي قوي.

يتضح من الجدول 8 أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الأربعة والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01. فيما تراوحت قيم معاملات الارتباط بين 0.92 و0.95، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):

تم حساب صدق المقارنة الطرفية وذلك للتحقق من القدرة التمييزية لمقياس مهارات التعامل مع الضغوط، وما إذا كان المقياس يميز (تمييزاً فارقاً) بين المستوى الميزاني القوي والمستوى الميزاني الضعيف، ومنها قامت الباحثات بإجراء الخطوات التالية:

- ترتيب درجات أفراد العينة الاستطلاعية وعددهم 167 فرد ترتيباً تنازلياً.

جدول (9) قيمة "ت" لدلالة الفروق بين مجموعة الميزان المرتفع والمنخفض لمقياس مهارات التعامل مع الضغوط

	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة عند مستوى 0.01	10.56	0.57	2.99	0.48	4.23
	8.87	58	2.98	0.53	4.08
	10.33	0.73	2.86	0.47	4.27
	10.87	057	2.94	0.45	4.19

جدول (10): المتوسطات والانحرافات المعيارية لأبعاد جودة الحياة الأسرية لدى عينة الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية في المملكة العربية السعودية

الانحراف المعياري	المتوسط	البعد
3.61	22,32	بعد التفاعل الأسري
3.84	21,24	بعد الوالدية
3.64	21,78	بعد السعادة الانفعالية
2.90	22,86	بعد القدرة المادية/السلامة الصحية
12.24	88.20	الدرجة الكلية لجودة الحياة الأسرية

السؤال الثاني: ما أكثر أبعاد مهارات التعامل مع الضغوط شيوعاً لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية؟ للإجابة على هذا السؤال قامت الباحثات بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لأبعاد مهارات مواجهة الضغوط لأفراد العينة. وتشير النتائج في جدول 11 إلى تمتع الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية بمستوى (مرتفع) في مهارات التعامل مع الضغوط، وفي معظم أبعاد مهارات مواجهة الضغوط، بناء على سلم تقدير الدرجات للمقياس حيث النهاية العظمى 210 والنهاية الصغرى 42. وجاء بعد

الأساليب الإحصائية:

لتحقيق أهداف الدراسة الحالية ولتحليل البيانات التي تم جمعها، استخدمت الباحثات البرامج الإحصائية (SPSS, SAS 9. 2) لتطبيق الأساليب الإحصائية التالية:

- الإحصاء الوصفي: لحساب التكرارات، والمتوسطات، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية لمعرفة درجة تحقق متغيري الدراسة.
- معامل ارتباط بيرسون: للتحقق من وجود علاقة بين المتغيرات وتحديد اتجاه وقوة هذه العلاقات، والتحقق من صدق الاتساق الداخلي للأدوات المستخدمة في الدراسة.
- ألفا كرونباخ: للتحقق من ثبات أدوات الدراسة.
- اختبار (ت): للتحقق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مفردات عينة الدراسة باختلاف المتغيرات الديموغرافية والتي تنقسم إلى فئتين.
- حجم الأثر: للتحقق من الدلالة العلمية للفروق الإحصائية بين المتوسطات.

النتائج ومناقشتها

السؤال الأول: ما مستوى جودة الحياة الأسرية وأبعادها لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية؟ للإجابة على هذا السؤال قامت الباحثات بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لأبعاد جودة الحياة الأسرية لأفراد العينة. وتشير النتائج في جدول 10 إلى تمتع الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية بمستوى (مرتفع) في جودة الحياة الأسرية وفي معظم أبعاد جودة الحياة الأسرية بناء على سلم تقدير الدرجات للمقياس حيث النهاية العظمى 108 والنهاية الصغرى 36. وجاء بعد القدرة المادية/السلامة الصحية كأعلى الأبعاد شيوعاً، يليه بعد التفاعل الأسري، وفي المرتبة الثالثة جاء بعد السعادة الانفعالية، وفي المرتبة الأخيرة جاء بعد الوالدية كأقل الأبعاد شيوعاً.

واختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة نادية ومراد (2018) والتي توصلت إلى أن مستوى جودة الحياة الأسرية كان متوسطاً لدى طلاب الجامعة، وقد يرجع ذلك إلى اختلاف العينة مع هذه الدراسة. ومن حيث أن بعد القدرة المادية/السلامة الصحية جاء كأعلى الأبعاد شيوعاً في جودة الحياة الأسرية، فقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة عبد الوهاب وشند (2010) التي خلصت إلى تأثير المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة على كل من جودة الحياة الأسرية وفاعلية الذات لدى كل من الذكور والإناث لصالح المستوى المرتفع.

السؤال الثالث: ما العلاقة بين جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط بأبعادهما المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية؟ للإجابة على هذا السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون للتحقق من اتجاه وقوة العلاقة الارتباطية بين جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط بأبعادهما المختلفة. وتشير النتائج في جدول 12 إلى وجود علاقة ارتباطية طردية (موجبة) ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط بأبعادهما المختلفة حيث تتراوح معاملات الارتباط ما بين

0.33 - 0.50، أي أن قوة العلاقة تعتبر متوسطة.

لم تجد الباحثات -في حدود اطلاعهم- دراسة تناولت العلاقة بين جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط لدى المتفوقين. لكن تتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة حساني وبوضياف (2015) والتي أشارت إلى وجود علاقة ارتباط موجبة بين استراتيجيات مواجهة الضغوطات وجودة الحياة النفسية لدى الطلبة المتفوقين، ودراسة محمد وآخرون (2020) والتي أظهرت وجود علاقة بين أساليب مواجهة الضغوط وجودة الحياة لدى طلبة المرحلة الثانوية، ودراسة الفريجات والمومني (2016) والتي توصلت إلى وجود علاقة بين التوافق النفسي ومهارات

جدول (12): معاملات الارتباط بين جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط بأبعادهما المختلفة

مهارات التعامل مع الضغوط (الدرجة الكلية)	بعد المهارات السلوكية	بعد المهارات الانفعالية	بعد المهارات العقلية	
**0.44	**0.42	**0.37	**0.46	بعد التفاعل الأسري
**0.47	**0.46	**0.40	**0.48	بعد الوالدية
**0.46	**0.42	**0.42	**0.47	بعد السعادة الانفعالية
**0.35	**0.33	**0.33	**0.35	بعد القدرة المادية/السلامة الصحية
**0.49	**0.46	**0.43	**0.50	جودة الحياة الأسرية (الدرجة الكلية)
** دالة إحصائياً عند مستوى 0.01				

المهارات العقلية كأعلى الأبعاد شيوعاً، يليه بعد المهارات الانفعالية، وفي المرتبة الثالثة والأخيرة جاء بعد المهارات السلوكية.

جدول (11): المتوسطات والانحرافات المعيارية لأبعاد مهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية في المملكة العربية السعودية

البعد	المتوسط	الانحراف المعياري
بعد المهارات العقلية	86.25	16.24
بعد المهارات الانفعالية	34.94	6.66
بعد المهارات السلوكية	28.56	6.20
الدرجة الكلية مهارات مواجهة الضغوط	149.76	27.82

تتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة الفريجات والمومني (2016) في أن مستوى مهارات مواجهة الضغوط النفسية الشائعة لدى الطلبة المتفوقين تراوح ما بين المرتفع والمتوسط، ومع دراسة العبدلي (2012) والتي أظهرت أنه توجد فروق في أساليب مواجهة الضغوط بين درجات المتفوقين والعاديين لصالح المتفوقين فيما يتعلق بالأساليب التالية (التكيز على الحل، البحث عن المعلومات، المواجهة، الدعابة، ضبط الذات، الاسترخاء، تأكيد الذات، والانفصال الذهني). واتفقت هذه النتيجة من حيث ترتيب أكثر الأبعاد شيوعاً في مواجهة الضغوط مع دراسة صمادي والقرعان (2020) التي توصلت إلى أن استراتيجيات حل المشكلات والتعامل النشط (مهارات عقلية) جاءت في المرتبة الأولى، في حين جاءت استراتيجيات الاسترخاء والترفيه (مهارات سلوكية) في المرتبة الأخيرة، ودراسة الهلالي (2009) حيث جاءت أساليب المواجهة الإيجابية في المراتب الأولى على مدرج أساليب الضغوط والذي يمثل بعد المهارات العقلية في دراستنا الحالية. وجاءت دراسة (Nelemans et al. 2017) مفسرة لمستوى بعد المهارات الانفعالية في مواجهة الضغوط لدى المتفوقات، حيث توصلت إلى ارتفاع أعراض القلق الاجتماعي في مرحلة المراهقة المتأخرة مما يزيد من إدراك الضغوط النفسية والاستجابة لها. ولعل هذه النتيجة تعود إلى تمتع الطلبة المتفوقين بقدر مرتفع من المرونة العقلية والتي تمكنهم من التكيف مع التغييرات، وإيجاد الحلول للمشكلات، والقدرة على مواجهة الضغوط والتحديات المختلفة، وذلك ما تؤكد دراسة البدرماني وآخرون (2020) والتي أشارت إلى أن المرونة المعرفية تعد قدرة عقلية ذهنية توجد في وقت مبكر لدى جميع الأفراد بصفة عامة، ولدى المتفوقين بصفة خاصة.

جدول (13): نتائج اختبار ت لدلالة الفروق بين متوسطات أبعاد جودة الحياة الأسرية لدى الطالبات المتفوقات وفقاً لمتغير المرحلة الدراسي

المرحلة الدراسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	حجم الأثر	البعد
المتوسطة	83	22.73	3.65	1.79	0.07	-	التفاعل الأسري
	84	21.73	3.61				
المتوسطة	83	22.20	3.24	3.01	0.00	0.22	الوالدية
	84	20.45	4.19				
المتوسطة	83	22.51	3.28	2.53	0.01	0.19	السعادة الانفعالية
	84	21.10	3.86				
المتوسطة	83	23.63	2.26	3.41	0.00	0.25	القدرة المادية/السلامة الصحية
	84	22.15	3.26				
المتوسطة	83	91.09	11.05	2.97	0.00	0.22	جودة الحياة الأسرية (الدرجة الكلية)
	84	85.45	13.35				

دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 و 0.01

بشكل أكبر، والاندماج مع الأصدقاء وإبداء الولاء لهم، كما يميل الطلبة إلى مقاومة السلطة الوالدية والمدرسية (الإدارة العامة للتدريب والابتعاث، 1435).

السؤال الخامس: هل توجد فروق في مستوى مهارات التعامل مع الضغوط بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية تعزى لمتغير المرحلة الدراسية [المرحلة المتوسطة (ن = 83)، المرحلة الثانوية (ن = 84)]؟ للإجابة على هذا السؤال استخدمت الباحثات اختبار (ت) لتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أبعاد مهارات التعامل مع الضغوط بين الطالبات المتفوقات وفقاً للمرحلة الدراسية. وتشير النتائج في جدول 14 إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات حسب المرحلة الدراسية في مهارات مواجهة الضغوط بأبعادها حيث جاءت قيمة دلالة ت أكبر من 0.05.

اتفقت النتيجة مع دراسة الهلالي (2009) التي خلصت إلى عدم تأثر أساليب مواجهة الضغوط بمرحلة التعليم المتوسطة والثانوية، وضعف تأثير الصف الدراسي والعمر ونوع التعليم على أساليب مواجهة الضغوط. وترى الباحثات أن ذلك ربما يعود إلى تقارب وتشابه الطلبة المتفوقين في سماتهم وخصائصهم، وذلك ما تؤكد دراسة عياصرة وإسماعيل (2012) حيث أشارت الدراسة إلى وجود سمات وخصائص يتميز بها الموهوبون والمتفوقون عن غيرهم.

السؤال السادس: هل توجد فروق في مستوى جودة الحياة الأسرية بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية وفقاً لعدد أفراد الأسرة [من 4-6 أفراد (ن = 71)، من 7

مواجهة الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين. كما أنه من الممكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما توصلت له دراسة عبد الوهاب وشند (2010) والتي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة الأسرية وفاعلية الذات لدى المراهقين، وهو ما تؤكد الدراسات حيث أن النجاح في الحياة الأسرية يحدد إلى درجة عالية مستوى جودة حياة الفرد ومدى شعوره بالرضى والسعادة عن ذاته وحياته داود وحدي (2004).

السؤال الرابع: هل توجد فروق في مستوى جودة الحياة الأسرية بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية تعزى لمتغير المرحلة الدراسية [المرحلة المتوسطة (ن = 83)، المرحلة الثانوية (ن = 84)]؟ للإجابة على هذا السؤال استخدمت الباحثات اختبار (ت) لتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أبعاد جودة الحياة الأسرية بين الطالبات المتفوقات وفقاً للمرحلة الدراسية. وتشير النتائج في جدول 13 إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات حسب المرحلة الدراسية في جودة الحياة الأسرية بأبعادها عدا بعد التفاعل الأسري فلم تكن هنالك دلالة فروق بين المجموعات، وبمقارنة المتوسطات الحسابية نجد أن الفروق جاءت لصالح طالبات المرحلة المتوسطة. وتختلف هذه النتيجة في بعض جوانبها مع دراسة نادية ومراد (2018) حيث أشارت الدراسة إلى عدم وجود فروق في جودة الحياة الأسرية لدى عينة الدراسة تبعاً للسن، وتفسر الباحثات وجود هذه الفروق لصالح طلبة المرحلة المتوسطة في ضوء اختلاف خصائص النمو بين طلاب المرحلتين. حيث تتسع دائرة علاقات الطلبة في المرحلة الثانوية، كما يسعى الطلبة إلى الاستقلال والاعتماد على النفس

جدول (14): نتائج اختبار ت لدلالة الفروق بين متوسطات أبعاد مهارات التعامل مع الضغوط النفسية لدى الطالبات المتفوقات وفقا لمتغير المرحلة الدراسية

البعء	المرحلة الدراسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	حجم الأثر
المهارات العقلية	المتوسطة	83	86.75	16.35	0.40	0.68	-
	الثانوية	84	85.75	16.20			
المهارات الانفعالية	المتوسطة	83	34.86	6.72	0.15	0.88	-
	الثانوية	84	35.02	6.64			
المهارات السلوكية	المتوسطة	83	28.38	6.21	0.37	0.70	-
	الثانوية	84	28.75	6.23			
مهارات مواجهة الضغوط النفسية (الدرجة الكلية)	المتوسطة	83	150.01	28.10	0.11	0.91	-
	الثانوية	84	149.52	27.70			
غير دالة إحصائياً							

جدول (15): نتائج اختبار ت لدلالة الفروق بين متوسطات أبعاد جودة الحياة الأسرية لدى الطالبات المتفوقات وفقا لمتغير عدد أفراد الأسرة

البعء	عدد أفراد الأسرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	حجم الأثر
التفاعل الأسري	من 4-6 أفراد	71	22.98	2.54	2.44	0.01	0.21
	من 7 أفراد فأكثر	95	21.62	4.14			
الوالدية	من 4-6 أفراد	71	22.14	3.10	2.47	0.01	0.20
	من 7 أفراد فأكثر	95	20.67	4.22			
السعادة الانفعالية	من 4-6 أفراد	71	22.47	2.89	2.12	0.03	0.17
	من 7 أفراد فأكثر	95	21.27	4.06			
القدرة المادية/السلامة الصحية	من 4-6 أفراد	71	23.35	2.21	1.82	0.07	-
	من 7 أفراد فأكثر	95	22.52	3.29			
جودة الحياة الأسرية (الدرجة الكلية)	من 4-6 أفراد	71	90.95	8.79	2.51	0.00	0.21
	من 7 أفراد فأكثر	95	86.09	14.43			
دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 و 0.05							

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة العمري (2020) والتي أشارت إلى وجود فروق في الدرجة الكلية لجودة الحياة الأسرية تبعاً لمتغير حجم الأسرة. ولعل السبب في وجود فروق لصالح عدد أفراد الأسرة الأقل، وجود تأثير لعدد أفراد الأسرة في مدى تواصل الوالدين بأبنائهم ومدى التقارب بينهم، كما أنه في حال عدد أفراد الأسرة الأقل يقل عبء المسؤولية الواقع على الوالدين، مما يزيد ويحسن من جودة العلاقة الوالدية مع الأبناء، وتزيد قدرتهم على التواصل الفعال والحوار فيما بينهم، وإشباع حاجاتهم ومطالبهم النفسية والمادية بشكل أكبر. حيث أشار الزميري وآخرون (2020) إلى أن حجم الأسرة وزيادة عدد الأبناء يؤثر على قدرة الأب والأم في تربية الأبناء ومتابعتهم.

أفراد فأكثر (ن = 95)؟ للإجابة على هذا السؤال استخدمت الباحثات اختبار (ت) لتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أبعاد جودة الحياة الأسرية بين الطالبات المتفوقات وفقاً لعدد أفراد الأسرة. وتشير النتائج في جدول 15 إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الطالبات المتفوقات حسب عدد أفراد الأسرة في جودة الحياة الأسرية بأبعادها عدا بعد القدرة المادية/السلامة الصحية فلم تكن دلالة فروق بين المجموعتين، وبمقارنة المتوسطات الحسابية نجد أن الفروق جاءت لصالح الطالبات اللواتي عدد أفراد أسرتهن من (4-6) أفراد.

جدول (16): نتائج اختبارات دلالة الفروق بين متوسطات أبعاد مهارات التعامل مع الضغوط لدى الطالبات المتفوقات وفقا لمتغير عدد أفراد الأسرة

البعد	عدد أفراد الأسرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	حجم الأثر
المهارات العقلية	من 4-6 أفراد	71	87.97	15.40	1.19	0.22	-
	من 7 أفراد فأكثر	95	84.92	16.87			
المهارات الانفعالية	من 4-6 أفراد	71	35.92	6.29	1.64	0.10	-
	من 7 أفراد فأكثر	95	34.21	6.90			
المهارات السلوكية	من 4-6 أفراد	71	28.91	5.61	0.57	0.06	-
	من 7 أفراد فأكثر	95	28.35	6.64			
مهارات مواجهة الضغوط (الدرجة الكلية)	من 4-6 أفراد	71	152.81	25.99	1.23	0.22	-
	من 7 أفراد فأكثر	95	147.49	29.18			

غير دالة إحصائياً

- تعزيز الوعي الأسري في تحقيق الجودة الأسرية لما لها من تأثير كبير على تنشئة الأبناء ومدى اكتسابهم للمهارات النفسية والاجتماعية ومهارات مواجهة الضغوط.

البحوث المقترحة:

- إجراء دراسات مفصلة تبحث العلاقة بين جودة الحياة الأسرية ومهارات التعامل مع الضغوط لدى المتفوقين تبعاً لمتغيرات ديموغرافية مختلفة (مستوى الدخل الشهري للأسرة، مستوى تعليم الأم والأب).
- توسيع دائرة البحث لتشمل عينة من الطلاب الذكور المتفوقين.
- إجراء دراسات مقارنة بين الطلبة المتفوقين والعاديين في جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بمهارات التعامل مع الضغوط.

المراجع

- الإدارة العامة للتدريب والابتعاث (1435). خصائص النمو وتطبيقاتها التربوية.
- الباهلي، احلام، وعبيس، عماد. (2008). الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين عقلياً. مجلة أبحاث النكاه. (4)، 103-117.
- البدرماني، محمد، غنيم، محمد، وعبدالغفار، محمد. (2020). الفروق في المرونة المعرفية في ضوء مستويات مختلفة من الكفاءة الأكاديمية المدركة لدى الطلاب المتفوقين عقلياً بكلية التربية. جامعة حلوان - كلية التربية، 26(4)، 167-200.
- جودة، امال عبد القادر. (2004، نوفمبر 23-24). أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى [بحث]. التربية في فلسطين وتغيرات العصر، الأقصى، فلسطين.
- حساني، فاطمة، وبوضياف، نادية. (2015). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى المراهقين

السؤال السابع: هل توجد فروق في مستوى مهارات التعامل مع الضغوط بأبعادها المختلفة لدى الطالبات المتفوقات في المرحلة المتوسطة والثانوية وفقاً لعدد أفراد الأسرة [من 4-6 أفراد (ن = 71)، من 7 أفراد فأكثر (ن = 95)]؟ للإجابة على هذا السؤال استخدمت الباحثات اختبار (ت) لتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أبعاد مهارات التعامل مع الضغوط بين الطالبات المتفوقات وفقاً لعدد أفراد الأسرة. وتشير النتائج في جدول 16 إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات حسب عدد أفراد الأسرة في مهارات مواجهة الضغوط بأبعادها حيث جاءت قيمة دلالة ت أكبر من 0.05.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة صمادي والقرعان (2020) والتي أسفرت عن عدم وجود فروق في استراتيجيات التعامل مع الضغوط لدى الطلبة تبعاً لمتغير عدد أفراد الأسرة. كما يمكن تفسير هذه النتيجة بأنه على الرغم من اختلاف حجم وعدد أفراد أسرة الفرد، فإنهم يشكلون مصادر دعم يعد من أهم مصادر المساندة والدعم الاجتماعي للفرد في مواجهة الضغوط التي تواجهه، وهذا ما أكدته دراسة صمادي والقرعان (2020) على أن جميع الأفراد يبحثون عن من يستمع إليهم عند تحديثهم عن مشاكلهم، وأن الجميع يحتاج إلى النصيحة وإلى الاستفادة من خبرات الآخرين وتجاربهم بغض النظر عن عدد أفراد الأسرة، وترتيب الفرد داخلها، ومستواها الاقتصادي.

توصيات الدراسة:

- تكثيف الاهتمام بتوفير البرامج الإرشادية المتنوعة لتنمية مهارات المتفوقين لمواجهة الضغوط النفسية في سبيل تحقيق مستوى أفضل من التوافق النفسي والأكاديمي.

جدة. المجلة الالكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الابحاث العلمية والتربوية، (21).

عباصرة، سامر، وإسماعيل، نور. (2012). سمات وخصائص الطلبة الموهوبين والمتفوقين كأساس لتطوير مقاييس الكشف عنهم. المجلة العربية لتطوير التفوق، 3(4)، 97-115.

فرغلي، علاء. (2006). الأسرة والتربية النفسية للطفل. مجلة الطب النفسي، 15(14).

الفريح، نايف فهد. (2020). أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها بوجهة الضبط الأكاديمية لدى الطلبة الموهوبين. مجلة العلوم التربوية، (25).

الفريجات، عمار، والمومني، فخري. (2016). التوافق النفسي وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من الطلبة المتفوقين في محافظة عجلون. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، (16)، 25-42.

كاظم، علي مهدي، والبهادلي، عبدالحالقم. (2007). جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانية و الليبينين: دراسة ثقافية مقارنة. مجلة الأكاديمية العربية المفتوحة بالدمار، 3(3)، 1-21.

لشهب، أسماء. (2017). العلاقة بين جودة الحياة الأسرية كما يدركها الأبناء وسلوك المواطنة لدى الأبناء (دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية بولاية الوادي). مجلة البحوث والدراسات، (24)، 359-376.

محمد، عثمان، سيف، رباب، وسليمان، سناء. (2020). أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب المرحلة الثانوية وعلاقتها بجودة الحياة والتفاؤل. مجلة البحث العلمي في التربية، 6(21)، 230-264.

هبري، منال، ويحيى، بشلاغم. (2018). جودة الحياة الأسرية لدى الطالب الجامعي في ضوء بعض المتغيرات. المجلة الدولية التربوية المتخصصة، 7(11)، 123-133.

نادية، عيادي، ومراد، كشيئش. (2017). جودة الحياة الأسرية لدى طلبة الجامعة. المجلة العربية في العلوم الانسانية والاجتماعية، (24) 10، 538-546.

الهلالي، عادل. (2009). بعض أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب مرحلتي التعليم المتوسط والثانوي بمدينة مكة المكرمة : دراسة مقارنة. [رسالة ماجستير، جامعة أم القرى]. دار المنظومة.

الهيئة العامة للإحصاء. (2019). إجمالي الطلبة والطالبات حسب الجنس ومرحلة التعليم.

<https://www.stats.gov.sa/en/6186>

References

Bronzafat, A. L. (1996). Top of the class: Guiding children along the smartpath to happiness. *Creativity Research*.

المتدرسين (13 - 14 - 15 سنة): دراسة ميدانية على بعض المتوسطات بولاية الوادي. [رسالة ماجستير، جامعة قاصدي مرباح - ورقلة]. دار المنظومة.

داود، نسيم، وحمدي، نزيه. (2004). الأسرة والطفل. مكتبة التربية، الرياض.

الزميري، الزهراء، مليكة، بقدير، ودليل، سميحة. (2020). المناخ الأسري وعلاقته بالتفوق الدراسي لدى المراهق المتدرب دارسة ميدانية بثانويتي خالد بن الوليد، وقروط بوعلام بأردار. [رسالة ماجستير، جامعة أحمد دراية ادرا- الجزائر]. قاعدة بيانات جامعة أحمد دراية ادرا.

سليمان، عبدالرحمن. (2014). مناهج البحث. عالم الكتب.

شفيق، ساعد. (2010). مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة لدى المراهقين

صمادي، أحمد، والقرعان، ميادة. (2020). القدرة التنبؤية للبناء الأسري باستراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 16(1)، 103-116.

صوص، فاطمة، وعساف، عبد. (2010). استراتيجيات المعلمين في التعامل مع المتفوقين دراسيا في المدارس الثانوية الحكومية من وجهة نظر المعلمين والمديرين. [رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية]. دار المنظومة.

عبد الرحيم، ولاء رجب. (2016). مقياس مهارات التعامل مع الضغوط للمتفوقين. دار العلوم للنشر والتوزيع.

عبدالوهاب، أماني، وشند، سميرة. (2010، أبريل 3-10). جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بفاعلية الذات لدى عينة من الأبناء المراهقين [بحث]. المؤتمر السنوي الخامس عشر مركز الارشاد النفسي، جامعة عين شمس.

عبدالوهاب، أماني، وشند، سميرة. (2016). مقياس جودة الحياة الأسرية. الأنجلو المصرية، القاهرة.

عبدالوهاب، أماني عبدالمقصود. (2016). جودة الحياة الأسرية وتنمية القدرات الإبداعية للأبناء. المجلة العلمية لكلية التربية النوعية، (5).

العبدلي، خالد محمد عبدالله. (2012). الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين والعاديين بمدينة مكة المكرمة. [رسالة ماجستير، جامعة أم القرى]. قاعدة بيانات شعبة.

أبو عزام، أمل علاء الدين. (2005). أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية. [رسالة ماجستير، جامعة عين شمس]. دار المنظومة.

العمرى، عزيزة أحمد. (2020). جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة

- of Perceived Academic Efficacy among Talented Students of College of Education. *Helwan University - Faculty of Education*, 26(4), 167-200.
- Al-Bahili, A, Obeis, E. (2008). Psychological stress among mentally gifted students. *Journal of Intelligence Research*. (4), 103-117.
- Al-Fraih, N. (2020). Academic Locus of Control and its Relationship With Coping Styles Among Gifted students. *Journal of Educational Sciences*, (25).
- Al-Fraihat, A, Al-Momani, F. (2016). Psychological adjustment and its relationship to coping style of psychological stress in a sample of talented students in Ajloun governorate. *Journal of social studies and research*, (16), 25-42.
- Al-Hilali, A. (2009). Some Coping Styles to Stresses Among Intermediate and Secondary School Students in Makkah Al-Mukarrammah : A Comparative Study. [Master Thesis, Umm Al-Qura University]. Dar Almandumah.
- Al-Omari, A. (2020). Quality of Family Life and its Relation to Achievement Motivation for a Sample of Secondary Stage students in Jeddah. *Multi-knowledge Electronic Comprehensive Journal For Education And Science Publications*, (21).
- A 'yasra, S, and Ismail,N. (2012). Characteristics and traits of gifted and talented students as a basis for developing scales to identify them. *Arab Journal for the Development of Excellence*, 3 (4), 97-115.
- Daoud, N, Hamdi, N. (2004). The family and the child. *Education Library*, Riyadh.
- Farghali, A. (2006). Family and psychological education of the child. *Journal of Psychiatry*, 15(14).
- Gouda, A. (2004, November 23-24). Coping style of stressful life events and mental health among Al-Aqsa University students [Research]. *Education in Palestine and the changes of the age*, Al-Aqsa, Palestine.
- General Administration for Training and Scholarships (1435). *Characteristics of growth and its educational applications*.
- Kaplan, L. S. (1990). Helping gifted students with stress management. *ERIC Clearinghouse*.
- Lazarus, R, Folkman, S. (1984). Stress Appraisal, and coping. *New York: Springer Publishing company*.
- Nelemans, S. A. , Hale III , W. I. , Branje , ST. , van Lier , P. C. , Koot, H. M. , & Meeus , W. J. (2017). The role of Stress reactivity in the long-term Persistence of adolescent social Anxiety symptoms. *Biological psychology*, 125,91-104.
- Park , J. ,Hoffman , L. , Marquis , J. , Turnbull , A. P. , Poston , D. , Mannan , H. , et al. (2003) Toward assessing family outcomes of service delivery: Validation of a family quality of life survey. *Journal of Intellectual Disability Research*. (47), 367-384.
- Pittman, Joe F & Lioyd, Sally A. (1999): Quality of Life, Social Support & Stress. *Journal of Marriage and the family*. 50,P. 53-67.
- Shek, D. T. L. , & Lee, T. Y. (2007). Family Life Quality and Emotional Quality of Life in Chinese Adolescents with and without Economic Disadvantage. *Social Indicators Research*,80(2), 393-410.
- Abdulrahim, W. (2016). Scale of skills to deal with stress for outstanding students. Dar Al oloom for Publishing and Distribution.
- A 'bdulwahab, A, Shend, S. (2016). Family quality of life scale. *Anglo-Egyptian*, Cairo.
- A 'bdulwahab, A, Shend, S. (2010, April 3-10). The quality of family life and its relationship to self-efficacy among a sample of adolescent sons [research], the fifteenth annual conference of the Psychological Counseling Center, Ain Shams University.
- A 'bdulwahab, A. (2016). Quality of family life and development of children's creative abilities. *The Scientific Journal of the College of Specific Education*, (5).
- Abu Azzam, A. (2005). Stress coping styles and its relation with some personality traits at secondary school students stage. [Master Thesis, Ain Shams University].Dar AL-Mandumah.
- Alabdali, K. (2012). Psychological Hardiness and its Relationship with the methods of Encountering Psychological Stresses at a Sample of Secondary School Students at Holy Makkah. [Master Thesis, Umm Al-Qura University]. Shamaa network.
- Al-Badramani, M, Ghoneim, and Abdel-Ghaffar, M. (2020).The Differences in Cognitive Flexibility in the light of Different Levels

- Shafiq, S. (2010). Sources of psychological stress and coping strategies in adolescents. [Master Thesis, Mohamed Khider biskra Universit ]. Mohamed Khider Universit  database.
- Smadi, A, Al-Qar'an, M. (2020). The predictability of family structure for coping strategies with psychological stress among college students. *Jordan Journal of Educational Sciences*, 16(1), 103-116.
- Suleiman, A. (2014). *Research Methods*. The world of books.
- Swas, F, and A 'ssaf, A. (2010). *Teacher's strategies in dealing with academic achievers in secondary governmental schools from teachers and principals points of view*. [Master thesis, An-Najah National University]. Dar AL-Mandumah.
- The General Authority for Statistics, Kingdom of Saudi Arabia. (2019). Total Students by Sex and Level of Education. <https://www.stats.gov.sa/en/6186>
- Al-Zamiri, A, Malika, B, and Dalil, S (2020). the relationship of the family climate to the academic excellence of the teenagers' students a field study in the secondary schools of Khaled Ibn Al Walid and Qarout Boualam in Adrar. [Master thesis, University of Ahmed Draia, Adrar, Algeria]. Database of Ahmed Draia Adrar University.
- Kazem, A, Al-Bahadli, A. (2007). Quality of life in Omani and Libyan undergraduates: cross cultural study. *The Journal of the Arab Open Academy in Denmark*, 2007 (3), 1-21,
- Lashhab, A. (2017). The Quality Of Family Life And Its Relation To The Behavior Of Citizenship Among Children (field Study On A Sample Of Secondary School students). *Journal of Research and Studies*, (24), 359-376.
- Habri, M, Yahia, B. (2018). Family Quality of Life of University Students in the Light of some Variables. *The International Interdisciplinary Journal of Education*, 7(11), 123-133.
- Hassani, F, and Boudiaf, N. (2015). *Strategies for coping with psychological stress and its relationship to the quality of life among schooled adolescents (13-14-15 years): A field study in some middle schools in El-Oued state*. [Master thesis, Universit  Kasdi Merbah - Ouargla]. Dar AL-Mandumah.
- Muhammad, O, Saif, R, and Suleiman, S. (2020). Stress Coping Styles and Relationship it with Quality of Life and Optimism for High School Students. *Journal of scientific Research in Education*, 6 (21), 230-264.
- Nadia, A, Murad, k. (2017). Family Quality of Life among university students. *The Arabic Journal of Human and Social Sciences*, 10(24), 538-546.