وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف – المسيلة

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الرقم التسلسلي : /2023

رقم التسجيل الطالب : 202035080187

رقم التسجيل الطالب : 20173314

الضغوط النفسية المدرسية لدى إخوة المعاقين عقليا وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم

مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في:

شعبة: علم النفس تخصص: علم النفس العيادي

إعداد الطلبـــة: إشراف الدكتورة:

– لعيفاوي أحلام زموري حميدة

– بن أم هاني هاجر

السنة الجامعية: 2022–2023

بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم والحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على آخر الأنبياء والمرسلين رسول الله محمَّد وعلى آله وصحبه ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين أجمعين.

أمَّا بعد: فإني أحمدُ الله جلَّ وعلا على ما آتاني من فضله، فقد هيأ لي كل الظروف ويسر لي إنجاز هذا العمل بفضله العظيم وكرمه ، فله الحمد أولاً وآخرًا على كل شيء سبحانه وتعالى، ثمَّ أشكر أولئك الأفاضل الكرام الذين مدوا لي أيدي المساعدة خلال هذه الفترة وهم الأستاذة الفاضلة المشرفة على رسالة البحث الأستاذة الدكتورة : زموري حميدة التي لم تدَّخر جهدًا في تقديم المساعدة لي، والتي كانت دائمًا تحثني على البحث والنجاح، وترغِّبني في ذلك وتقوّي عزيمتي عليه، فلها من الله الأجر والثواب العظيم ومني كل تقدير وشكروامتنان، حفظها الله ومتّعها بالصحة والعافية ونفع الجميع بعلمها وعطائها، كما أشكر القائمين على الجامعة جميعًا وعلى رأسهم كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية قسم علم النفس لما يبذلونه من اهتمام بطلاب الكلية على مختلف المستويات.

والحمد لله رب العالمين.

إهداء

وبعد كل هذا التعب والعناء، انتهت دراستي في الجامعة ومن هنا أكملت بنشاط عمل بحث التخرج، وأريد أن أشكر كل من قام بمساعدتي أثناء مسيرتي التعليمية، حتى وإن كانت هذه المساعدة قليلة .

ونجد بجميع مراحل حياتنا من هم يستحقون منا كل الشكر والتقدير، وأن أولى هؤلاء الأشخاص هم الأبوان، فلهم علي فضل كبير قد يبلغ عنان السماء فقد كان وجودهم سبب في فلاحي ونجاحي بهذه الدنيا وبالآخرة أيضًا.

إليكِ أيضًا زوجي العزيز ورفيق الحياة والكفاح، و أولادي الاعزاء انتم الذين تحملتم فترة غيابي وانشغالي عنكم ، أصدقائي الذين دائمًا ما أشهد لهم بأنهم نعم الرفقاء بجميع الأمور. أهديكم هذا البحث العلمي المتواضع.

أحـــــلام

هاجـــــر

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية المدرسية لدى إخوة المعاقين عقليا والتفاؤل والتشاؤم تم استخدام المنهج الوصفي ، وأجريت الدراسة على عينة متكونة من (30)أخا وأختا للمعاقين عقليا بالعيادة المتعددة الخدمات بعين الحجل التابعة لمستشفى المؤسسة العمومية للصحة الجوارية (سيدي عيسى) ، على مستوى ولاية المسيلة ، تم اختيار العينة بطريقة قصدية .

اعتمدت الدراسة على استبيان الضغوط النفسية من إعداد اسماعيل (1999) ومقياس التفاؤل والتشاؤم لأحمد عبد الخالق (1996) .

وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين الضغوط النفسية المدرسية لدى إخوة المعاقين عقليا والتفاؤل والتشاؤم ، وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية المدرسية لدى عينة الدراسة والتفاؤل ، وجود علاقة ارتباطية طردية بين الضغوط النفسية المدرسية لدى عينة الدراسة والتشاؤم .

حيث أننا توصلنا إلى أنه كلما زادت الضغوط النفسية لدى عينة الدراسة قلَ التفاؤل والعكس صحيح وكلما زادت الضغوط النفسية زادت سمة التشاؤم .

الكلمات المفتاحية :

الضغوط النفسية المدرسية - التفاؤل والتشاؤم - إخوة المعاقين عقليا

Study summary:

The current study aimed to find out the relationship between school psychological pressures among the brothers of the mentally handicapped, optimism and pessimism. The descriptive approach was used. The study was conducted on a sample consisting of (30) brothers and sisters of the mentally handicapped in the multi-service clinic in Ain El-Hajj, affiliated to the General Corporation Hospital for Neighborhood Health (Sidi Issa). At the level of the state of M'sila The sample was chosen intentionally. The study relied on a psychological stress questionnaire prepared by Ismail (1999) and a measure of optimism and pessimism by Ahmed Abdel-Khaleq (1996).

The results showed that there is no relationship between the school psychological pressures of the siblings of the mentally handicapped, optimism and pessimism, the existence of an inverse correlation between the school psychological pressures of the study sample and optimism, and the existence of a direct correlation between the school psychological pressures of the study sample and pessimism.

As we have concluded that the greater the psychological stress in the study sample, the less optimism and vice versa, and the greater the psychological stress, the greater the pessimism trait.

key words :

School psychological pressures - optimism and pessimism - siblings of the mentally handicapped

فهرس المحتويات

قائمة المحتويات

كلمة شكر	
الإهداء	
ملخص الدراسة	
فهرس المحتويات	
قائمة الجداول	
قائمة الملاحق	
مقدمة	
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
العناصر	الصفحة
إشكالية الدراسة	01
تساؤلات الدراسة	02
فرضيات الدراسة	03
أهمية الدراسة	03
أهداف الدراسة	03
مفاهيم الدراسة	03
الدراسات السابقة	05
التعقيب عن الدراسات السابقة	07
أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة	08
النظريات	09
الفصل الثاني : الإجراءات المنهجية	
الدراسة الميدانية	14
منهج الدراسة	15

الإطار المكاني و ألزماني للدراسة	15
مجتمع الدراسة	15
عينة الدراسة	15
أدوات الدراسة	15
الخصائص السيكومترية	17
الأساليب الإحصائية	20
الفصل الثالث : نتائج الدراسة ومناقشتها	
التحقق من شرط التوزيع الطبيعي للبيانات	22
نتيجة التساؤل العام	23
نتيجة السؤال الأول	24
نتيجة السؤال الثاني	25
الخاتمة وتوصيات الدراسة	26
قائمة المصادر والمراجع	
قائمة الملاحق	

قائمة الجدول

الرقم	العنـــــــــوان	الصفحة
01	يوضح ثبات مقياس الضغوط النفسية عن طريق ألفا كرونباخ	18
02	يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور مقياس الضغوط النفسية مع درجته الكلية	19
03	يوضح ثبات مقياس التفاؤل والتشاؤم عن طريق التناسق الداخلي	19
04	يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور المقياس مع درجته الكلية	20
05	يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة	22
06	يوضح العلاقة بين الضغوط النفسية والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة	23
07	يوضح العلاقة بين الضغوط النفسية والتفاؤل لدى عينة الدراسة	24
08	يوضح العلاقة بين الضغوط النفسية والتشاؤم لدى عينة الدراسة	25

قائمة الملاحق

الرقم	العنـــــــــوان	الصفحة
01	مقياس الضغوط النفسية المدرسية	37
02	مقياس التفاؤل والتشاؤم	39
03	وثيقة إيداع مذكرة لسونس	64
04	وثيقة التصريح الشرفي الخاصة بالتزام قاعد النزاهة العلمية لانجاز البحث	65

مقدمـــــة

مقدمـــــــــــة

إن ولادة طفل معاق في الأسرة له تأثير بالغ عليها ، فمنذ اللحظة ألأولى التي تدرك فيها الأسرة حالة ابنها ،تصبح في موقف انضغاط نفسي ، وتنطوي الإعاقة على تحديات متنوعة بالنسبة للأسرة ، إذ لا تؤثر على الطفل فقط بل على جميع أفرادها ، خصوصا الوالدين اللذين يتحملان أعباء إضافية .

وتحتاج رعاية الطفل المعاق إلى مزيد من المسؤولية والجهد ، وإعطاء وقت أقل لأفراد الأسرة الآخرين حيث تواجه أسر الطفل المعاق العديد من المصاعب ، كالحاجيات الخاصة المتعلقة بالطفل المعاق ، إعادة هيكلة الأدوار ، والتكيف والصعوبات المالية ، فيما يترتب علي أفراد الأسرة الآخرين أنشطة الحياة اليومية وفقا لأولويات جديدة ، تقوم على أن احتياجات الطفل المعاق تأتي في مقدمة الأولويات .

ولقد كان اهتمام الباحثين قليلا بإخوة المعاقين عقليا بالرغم من معاناتهم والتأثر الكبير بإخوتهم وهم بدورهم يشعرون بالألم على إخوتهم المعاقين ويواجهونه ، حيث أن النمو النفسي للطفل عادة ما يقترن بإخوته في نفس الأسرة كونه يتفاعل معهم ويحتك بهم ، ويؤثر ويتأثر بهم ، ومن المهم أن يفهم بأن أشقاء الطفل المعاق ، كما هو الحال بالنسبة للآخرين ، عادة يأخذون التلميحات من أنماط السلوك والاتجاهات الوالدية ، فقد يقبل الأشقاء أو يرفضون الشخص المعاق اعتمادا على اتجاهات آبائهم ، لذالك جاءت هذه الدراسة للتعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية التي يتعرض لها الإخوة العاديين وما ينتج عن هذه الضغوط على حياتهم ومستقبلهم .

الفصل الأول

الإطـــــار العـــام

للدراســـــة

1- الإشكالية :

إن الإعاقة العقلية من المشكلات المتعددة الأبعاد فأثرها لا يقتصر على الطفل المعاق فقط بل يمتد إلى كل أفراد الأسرة ، فالإعاقة العقلية أو التخلف العقلي كما عرفته الجمعية الأمريكية يشير القصور جوهري في القدرات الوظيفية الحالية للشخص والتي تتميز بقصور واضح في الوظائف العقلية،ويصاحب نقص نسبي في اثنين أو أكثر من مهارات السلوك ألتكيفي وهو التواصل رعاية الذات ،الحياة المنزلية ، المهارات الاجتماعية ، الاستفادة من موارد المجتمع، توجيه الذات الأداء الأكاديمي ، على إن يظهر ذالك قبل سن الثامنة عشر (فكري 18:2015)

ويشكل الإخوة جزءا هاما من العلاقات الأسرية ، ويمثلون عنصرا هاما في نمو الطفل المعاق عقليا حيث أنهم يؤثرون ويتأثرون بوجود أخاهم المعاق عقليا .

ويختلف هذا التأثير من أسرة لأخرى إلا أن الأسرة تضل تشكل نوعا من أنواع الضغط النفسي على الإخوة العاديين دون شك (عايش صباح,2016 : 80)

وهناك دراسات عديدة توضح أن أسرة الطفل المعاق عقليا تتعرض لأزمات نفسية وضغوطات وصراعات تتجاوز قدرات أفراد الأسرة في تحملها بما فيهم الإخوة العاديين حيث توصلت دراسة روحي عبدات (2007) إلى أن الإخوة يتأثرون بإعاقة أخيهم نتيجة الإحساس بعبء المسؤولية وقلة التواصل (عبدات ، 2007 : 83)

نفس الدراسة توصلت إليها دعاء السيد (2009) حول الاضطرابات النفسية لدى إخوة المعاقين عقليا, وفي دراسة لسحر منير زين الدين (2012) بعنوان مستوى الضغوط النفسية لدى إخوة ذوي ألإعاقة وتمثلت عينتها من 207 من إخوة دور الإعاقة المقيمين بجمعية الإحسان

واستخدمت أداة استبيان للإخوة كما وظفت الباحثة المنهج الوصفي وكان من ابرز نتائجها إلى أن وجود أخ معاق في يشكل مصدرا رئيسيا للضغوط النفسية .

(سعيد بكوش ،2019، 10)

ويؤثر التفاؤل والتشاؤم في تشكيل سلوك الفرد وعلاقاته الاجتماعية وصحته النفسية والجسمية فالناس متفاوتون في التفاؤل فمنهم من ينمو هذا الشعور في نفسه ويقوى باعتياد وشدة الانتباه ودقة الملاحظة حتى لا يكاد يفارقه في كل شؤونه ليتحول إلى نمط سلوكي في حياته ومنهم من يقل إحساسه ويضعف شعوره بملازمته حتى يكاد يتلاشى فقد كشفت الكثير من الدراسات التأثير الذي يمكن أن تمارسه سمة التفاؤل وارتفاع التشاؤم على حياة الأفراد وأدائهم ومعدل إنتاجهم

وكشفت بعض الدراسات بان سمة التشاؤم تؤثر وتزيد من الإصابة بالأمراض العضوية فيما يعرف بالأمراض النفس جسمية(عبد الله عينو .2019، 121)

ويمثل وجود طفل معاق في الأسرة خبرة لأعضاء النسق الأسري يفرض عليهم واقعا جديدا لم يألفوه من قبل وتكمن مشكلتهم في إيجاد طريقة للتواصل معه وإن كانت أدبيات الإعاقة تشير إلى أن الأثر لأكبر للإعاقة يقع على الوالدين كونهما يتحملان مسؤولية الطفل المعاق منذ الولادة فإن تأثر الإخوة والأخوات بإعاقة الطفل لا يقل بحال من لأحوال عن تأثر الوالدين حيث يعتبر الأشقاء المصدر الأكثر تأثيرا في الأسرة يؤثر على العديد من السلوكيات في وقت لاحق من الحياة .

أن للعوامل المحيطة بالفرد دور كبير في التفاؤل والتشاؤم ووجود طفل معاق عادة ما يحدث تغييرا يهز جميع أعضاء الأسرة بما فيهم الإخوة بسبب المطالب الانفعالية والاجتماعية والتعليمية والمالية المفروضة على الأسرة مما يؤثر على الإخوة العاديين الذين يفقدون حصة كبيرة من الرعاية ألوالديه وكذالك عبء المسؤوليات التي تزيد من حدة الضغوط النفسية إذا ماقورنوا بأسر الأطفال العاديين وبالتالي الشعور بالتشاؤم نحو المستقبل .

(عايش صباح ،2018، 80)

وتؤكد العديد من الدراسات على وجود مجموعة من الآثار لوجود أخ معاق تتراوح بين السلبية والايجابية حيث بحثت دراسة لرديارباشروسوانسون الآثار المرتبة على الإعاقة أين وجد الباحثون مشاكل سلوكية ومزيد من الصراع بين الإخوة وشعور أقل بالرضا عن العلاقات الأخوية وشعور أكثر بالقلق حول الصعوبات المحتملة أن يواجها الإخوة في المستقبل , فيما توصلت دراسة لوباتو وآخرون إلى أن الأشقاء اللذين لديهم معرفة أقل بالإعاقة وأسبابها أكثر عرضة لمشاكل التكيف النفسي ،كما توصلت دراسة اكسوي وآخرون(2008) إلى وجود نتائج ايجابية نحو إعاقة الإخوة بصفة عامة (عايش صباح ، المرجع السابق ، 81)

ولقد لاحظنا وجود عدة معطيات في سياق العلاقات الأخوية تجعلنا نطرح الأسئلة التالية :

2- تساؤلات الدراسة

التساؤل العام :

هل توجد علاقة بين الضغوط النفسية المدرسية لدى إخوة المعاقين عقليا والتفاؤل والتشاؤم؟

التساؤلات الفرعية :

هل توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط النفسية المدرسية والتفاؤل لدى إخوة المعاقينعقليا ؟

هل توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط النفسية المدرسية والتشاؤم لدى إخوة المعاقين عقليا ؟

3- فرضيات الدراسة :

توجد علاقة بين الضغوط النفسية المدرسية لدى إخوة المعاقين عقليا والتفاؤل والتشاؤم .

توجد علاقة بين الضغوط النفسية المدرسية لدى إخوة المعاقين عقليا والتفاؤل .

توجد علاقة بين الضغوط النفسية المدرسية لدى إخوة المعاقين عقليا والتشاؤم .

4- أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة بشكل أساسي إلى معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية لدى إخوة المعاقين عقليا والتفاؤل والتشاؤم

معرفة أثر كل من الضغوط النفسية على التفاؤل والتشاؤم لدى إخوة المعاقين على المقياس المخصص لذالك

5- أهمية الدراسة :

تنبع أهمية هذه الدراسة من تناولها متغير الضغط النفسي المدرسي ومتغير التفاؤل والتشاؤم لدى إخوة المعاقين عقليا .

تكمن أهمية الدراسة أنها تتطرق إلى موضوع لم يلقى الكثير من الاهتمام من قبل الباحثين في العالم العربي حيث تم تناول الموضوع بالنسبة لمختلف الشرائح في حين أنه لم يتم يتناولها بالنسبة لإخوة المعاقين عقليا ،كما أن للموضوع أهمية كبيرة وأثر كبير في سلوك الأفراد وحالتهم الصحية .

أما من الناحية التطبيقية تتمثل أهمية الدراسة في الاستفادة من النتائج التي سينتهي إليها البحث في مساعدة وتزويد الأخصائيين والباحثين في وضع البرامج العلاجية والإرشادية والأخذ بعين الاعتبار إخوة المعاقين عقليا وتقديم لهم خدمات وتوجيهات للأسرة تساعد على تحقيق الصحة النفسية لأبنائهم .

6- مفاهيم الدراسة :

الضغوط النفسية :

يعرف أبو حطب (2006، 140) الضغوط النفسية بأنها تتجلى في إطار كلي متفاعل ، يتضمن الجوانب النفسية ، والجسمية ،والاقتصادية ،والاجتماعية ،والمهنية ،ويتجلى ذالك التفاعل من خلال ردود فعل نفسية ، انفعالية ،فسيولوجية ، لذالك فإن جميع الضغوط تعتبر ضغوطا نفسية .

الضغوط النفسية المدرسية :

تعني "الضغوط النفسية المدرسية " ذالك الإحساس الناتج عن تفاعل الطالب مع الصعوبات التي يواجهها في بعض المواقف الضاغطة ويكون مصدرها الأسرة ، العلاقة مع الزملاء المذاكرة ،والتحصيل ،الأوضاع الاجتماعية ، الإدارة المدرسية والمدرسين ، الحالة الصحية وتشير إلى المتاعب التي يتعرض لها الطالب في مجال الدراسة والتي تتعلق بكثرة الأعباء الدراسية ، صعوبات فهم واستذكار المقررات الدراسية ، نقص الدافعية للعمل ، القلق بخصوص الامتحانات والحصول على الدرجات والتقديرات .

يعرف الباحث الضغوط النفسية المدرسية بأنها التوترات والصعوبات التي يواجهها ويدركها الطالب في المواقف المدرسية ،والتي تؤدي إلى عدم توافقه مع البيئة المدرسية وإلى اضطراب علاقته بأفرادالمجتمع المدرسي ،وذلك نتيجة لزيادة الأعباء الملقاة عليه وصعوبة كل من الاختبارات والمناهج الدراسية.

وتعرف الضغوط النفسية المدرسية إجرائيا : بأنها الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس الضغوط النفسية المدرسية المستخدم في الدراسة الحالية .

إخوة المعاقين عقليا :الإخوة في الأسر التي بها بنت أو ابن معاق عقليا ملتحق بمراكز المعاقين .

الطفل المعاق عقليا : هو كل فرد يعاني من الإصابة بإعاقة عقلية وملتحق بمراكز المعاقين عقليا (عايش صباح ، 2016 :811)

التفاؤل والتشاؤم :

يعرف التفاؤل بأنه نظرة استبشار تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر الخير ، ويعرف التشاؤم بأنه التوقع السلبي للأحداث القادمة ، إذ يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ ،ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل ، ويستبعد ماخلا ذالك إلى حد بعيد .

أما تايلور فيعرف التفاؤل بأنه نزعة تفاؤلية تشير إلى توقع عام للنتائج على أنها إيجابية أكثر من كونها سلبية على أن تكون سمة ثابتة نسبيا .

ويعرف الباحث التفاؤل والتشاؤم إجرائيا في الدراسة الحالية بأنه مجموع الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة على القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم (عبد الهادي بن محمد ، 74،2012)

7- الدراسات السابقة للضغوط النفسية :

وفي دراسة لنيل شهادة ماجستير في علم النفس بعنوان الضغوط المدرسية وعلاقتها بالإنجاز الأكاديمي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة ليث" مرزوق بن احمد "(2012) توصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها :بلوغ مستوى الضغوط النفسية المدرسية والانجاز الأكاديمي والصحة النفسية درجة متوسطة عند طلاب المرحلة الثانوية .

ويرى" الوابلي " (2006) أن الإخوة العاديين قد يصبحون عرضة للضغوط المختلفة بسبب وجود أخ أو أخت معاقة ، ومن هذه الضغوط ما يلي :

ضغوط نفسية تبدو على شكل ضعف في الانسجام والتكيف والقلق ، انسحاب ،اكتئاب ، ضعف في العلاقات مع الآخرين بالإضافة إلى وجود سلوكيات عدوانية مختلفة

- ضغوط بدنية تتحول بدورها إلى مشكلات صحية .
- ضغوط ومشكلات في التحصيل الدراسي قد تتحول إلى إخفاق في المدرسة وتدني فاعلية القدرة المعرفية علاوة على الخوف أو رفض الذهاب إلى المدرسة .(الوابلي 2006 :45، 46)

فيما توصلت دراسة "حراحشة "(2004) إلى أن المعيقات البيئية والالتزامات المالية لهما الأثر الأكبر في وجود الضغوط النفسية لدى إخوة المعاقين ، ثم يليها النواحي الانفعالية التي تفرضها طبيعة التعايش مع الأخ المعاق . (حراحشة ، 2004)

وفي دراسة لنيل شهادة الماستر في التربية الخاصة " بعنوان الضغوط واستراتجيات المواجهة عند إخوة الأطفال التوحديين " (لإبراهيم شيباني) وهي دراسة عيادية لأربعة حالات توصلت نتائج الدراسة إلى أن الآثار النفسية التي يسببها وجود طفل توحدي داخل نسق الأسرة ككل ومن خلال تطبيق تطبيق مقياس الضغوط النفسية ومقياس استراتجيات المواجهة تبين أن الضغوط التي يتعرض لها الإخوة تراوحت بين المرتفع والمتوسط والمنخفض .

ويؤكد بوزانسكي أن الإخوة العاديون هم أكثر تعرضا للضغوط النفسية وسوء التكيف في حالة وجود طفل غير عادي في الأسرة ، إن أخصائيي الطب النفسي يعالجون إخوة الأطفال المعاقين أكثر من المعاقين أنفسهم (العزاوي ، 2008) .

- وفي دراسة لعايش صباح ونادية يوب (2016)توصلت إلى وجود مستوى مرتفع من الضغوط النفسية لدى إخوة المعاقين عقليا فيما يتعلق بمقياس الضغوط النفسية الذي طبقته على عينة متكونة من 90 أخا وأختا للمعاقين عقليا بمراكز المعاقين على مستوى ولاية الشلف .

أوضحت دراسة إبراهيم (1993) حول عوامل الضبط النفسي المدرك وعلاقتها بضغوط الدراسة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية الحكومية والخاصة بمحافظة الإسكندرية وبلغت العينة (285) طالبا وطالبة من الصف التاسع الأساسي ، تم استخدام مقياس الضبط المدرسي المدرك ومقياس ضغوط الدراسة من إعداد الباحث ، وقد أوضحت الدراسة وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين المتغيرين ، ووجدت فروق داله إحصائيا في عوامل بيئة الفصل وبيئة المدرسة والدرجة الكلية لضغوط الدراسة لصالح تلاميذ المدارس الخاصة ، وفروق دالة إحصائية في إدراك ضغوط الدراسة لصالح الذكور .

الدراسات السابقة للتفاؤل والتشاؤم :

في دراسة" لعايش صباح " (2018) هدفت دراستها إلى معرفة مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى إخوة المعاقين عقليا، وعلاقته بالرضا عن الحياة، تم استخدام المنهج الوصفي، وأجريت الدراسة على عينة متكونة من 90 أخا وأختا للمعاقين عقليا بمراكز المعاقين على مستوى ولاية الشلف، تم اختيارهم بطريقة عرضية. اعتمدت الدراسة على مقياس القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من تأليف"أحمد عبد الخالق" (1996)، ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد "دينر وآخرون " والتي توصلت إلى وجود مستوى مرتفع من التفاؤل ومنخفض من التشاؤم ، ومستوى مرتفع من الرضا عن الحياة ، وتوصلت أيضا إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين التفاؤل والرضا عن الحياة وعلاقة ارتباطيه سلبية بين التشاؤم والرضا عن الحياة .

هدفتدراسةالمشعان (2000) إلىبحث العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداثا لحياة لدى طلاب الجامعة ، وتكونت عينة الدراسة من (319) طالب وطالبة ، منهم (160) من الذكور و (159) من الإناث ، وطبق على العينة أدوات تشمل: مقياس التفاؤل

والتشاؤم : إعداد عبد الخالق ، (1996) ،ومقياس الاضطرابات النفسية الجسمية: إعداد جومزفييرا Vierra Gomes (1994) ومقياس ضغوط أحداث الحياة إعداد هولمز و راهي كشفت نتائج الدراسات عن وجود فروق جوهرية بين الذكور والإناث في التفاؤل والاضطرابات النفسية الجسمية،حيث أن الذكور كانوا أكثر تفاؤلا من الإناث والإناث كن أكثر اضطرابا نفسيا وجسميا من الذكور وكذالك لا توجد فروق جوهرية بين الذكور والإناث في التشاؤم وضغوط الحياة ، وكشفت النتائج عن وجود ارتباط جوهري سلبي بين التفاؤل والتشاؤم ، ولكن لا يوجد ارتباط سلبي جوهري بين التفاؤل والاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداث الحياة، وكذلك لا يوجد ارتباط موجب جوهري بين التشاؤم والاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداث الحياة.

وهدفت دراسة رضوان (2001) ببحث العلاقة بين الاكتئاب والتشاؤم وعلاقتهمابعض المتغيرات النفسية وبالعمر و الجنس ، وتحديد الفروق بين الجنسين والفئات العمريةالمختلفة في كل من الاكتئاب والتشاؤم وتحديد نسب انتشار الاكتئاب والتشاؤم لدى طلبة الجامعة و طلبة المرحلة الثانوية السوريين ، وتكونت عينة الدراسة من (1134) طالبا وطالبة من كلية جامعة دمشق و (522)طالبا وطالبة من مدارس مدينة دمشق .

8- التعقيب عن الدراسات السابقة :

بعد أن تناولنا مجموعة من الدراسات المتعلقة بالضغوط النفسية المدرسية والتفاؤل والتشاؤم عند إخوة المعاقين عقليا أراد الباحث مناقشة هذه الدراسات ويعلق عليها ليبرز العلاقة بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية وذالك على النحو التالي :

أولا من حيث المنهج :

يلاحظ على الدراسات السابقة أن معظمها استخدمت المنهج الوصفي وبعضها استخدمه بالإضافة للمقارن ، وفي دراستنا سوف نستخدم المنهج الوصفي .

ثانيا من حيث أدوات الدراسة :

في متغير الضغوط النفسية المدرسية تم الاعتماد على مقياس الضغوط النفسية عند "عايش صباح " (2018) أما في دراسة إبراهيم "1993 " فاستخدم مقياس الضبط المدرسي المدرك ومقياس ضغوط الدراسة أما الوابلي فاستخدم في دراسته مقياس الضغوط النفسية المدرسية ،

وفي دراسة مرزوق " فاستخدم مقياس الضغوط النفسية المدرسية ومقياس التحصيل الأكاديمي ومقياس الصحة النفسية للشباب .ونحن سوف نستخدم في هذه الدراسة مقياس الضغوط النفسية المدرسية ومقياس التفاؤل والتشاؤم على إخوة المعاقين عقليا .

ثالثا من حيث العينة :

يلاحظ أن اختيار عينة البحث في الدراسات السابقة كان متباينا بين عينة صغيرة الحجم وعينة متوسطة ففي دراسة "عايش صباح " للضغوط النفسية والتفاؤل والتشاؤم كان حجم العينة صغيرا حيث كانت (90) أخا وأختا ، أما في دراسة إبراهيم (1998)بلغت العينة (285)وكانت العينة متوسطة الحجم كما هو الحال في دراسة "المشعان " حيث بلغت(319) طالب وطالبة في دراسته لمتغير التفاؤل والتشاؤم ،أما في دراسة "رضوان " 2001) فقد كانت العينة كبيرة الحجم وبلغت (1134) من طلبة الجامعة و(522) من طلبة المدارس ، أما في دراستنا العينة هي صغيرة الحجم وبلغت (30) أخا وأختا .

رابعا من حيث الهدف :

إن أغلب الدراسات السابقة هدفت إلى دراسة مستوى كل من الضغوط النفسية والتفاؤل والتشاؤم مثل روحي عبدات (2007)وعايش صباح (2018) ودراسة سحر منير (2012) وغيرها من الدراسات .

وهناك دراسات أجريت بهدف تحري العلاقة بين الضغوط النفسية ومتغيرات أخرى ، مثل دراسة رضوان (2001 والمشعان (2000) ، ومنها من هدفت إلى دراسة الأثر النفسي لوجود طفل معاق في الأسرة مثل دراسة (لرديارىلاسر و سوانسون) ، وفي دراسة لحراحشة (2004)هدفت إلى معرفة العوامل المؤدية إلى هذه الضغوط النفسية .

وهذا ما أعطى أهمية كبيرة لإجراء هذه الدراسة في البيئة الجزائرية هو تحري العلاقة بين الضغوط النفسية المدرسية لدى إخوة المعاقين عقليا والتفاؤل والتشاؤم وأثر هذه الضغوط على التفاؤل والتشاؤم .

9- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة :

إن الدراسات السابقة والبحوث التي أجريت والتي تناولت بشكل سابق موضوع البحث ، قد ساعدتنا على الحصول على معلومات وبيانات مرتبطة بالمشكلة ومنحتنا فكرة دقيقة ومعمقة عن

الموضوع كذالك ساهمت الدراسات السابقة في معرفة المنهج والأدوات والأساليب الإحصائية وغير ذالك ، بالإضافة إلى النتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة كان لها دور جد مهم وذالك بمقارنتها بما توصلنا إليه من نتائج .

10- النظريات المفسرة للضغوط النفسية :

لقد اهتمت نظريات علم النفس بتفسير طبيعة الضغط النفسي والانفعالات المتعلقة به وأثر هذه الانفعالات في الصحة النفسية للفرد ،واختلفت النظريات التي اهتمت بدراسة الضغوط طبقا لاختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها ،فهناك نظريات ذات أسس نفسية أو فسيولوجية أو اجتماعية ،ومن أهم هذه النظريات :

نظرية التحليل النفسي :

تعود هذه النظرية إلى مدرسة التحليل النفسي التي أسسها طبيب الأعصاب النمساوي سيجموند فرويد ثم تشعب عن هذه الدراسة وأشق على مؤسسها بعض تلاميذه مثل ألفرد آدلر صاحب علم النفس الفردي ،وكارل جوستاف يونج مؤسس علم النفس التحليلي (عبد الخالق ، 7:2000) وبدأت هذه الدراسة في علاج بعض الأمراض النفسية ،ثم أصبحت نظرية ونظاما سيكولوجيا كان له الأثر البالغ ليس فقط في علم النفس بل في سائر العلوم والفنون الإنسانية من علوم الاجتماع والتربية والسياسة إلى الأدب والفن وتاريخ والحضارة الإنسانية وغيرها (راجح 47:1999)

ترى نظرية التحليل النفسي أن وجود خبرات سابقة لدى الأفراد يختارها العقل الباطن منّذ سنوات العمر الأولى , يتسبب عنها وجود استعداد مسبق لدى بعض الأشخاص دون غيرهم لتفاعل مع مواقف التهديد أثناء الأزمات ،متأثرين بهذه الخبرات المخزنة فينشأ الاضطراب (عسكر،229:2000)

وحسب وجهة نظر فرويد يحاول الهو السعي وراء إشباع الغرائز ولكن دفعات الأنا تسد الطريق ولا تسمح للرغبات الصادرة بلا إشباع مادام لا يتماشى مع قيم ومعايير المجتمع ويتم ذالك عندما يكون الأنا قويا ،أما عندما تكون ضعيفة وكمية الطاقة المستثمرة لديها منخفضة فسرعان ما يقع الفرد فريسة للصراعات والتوترات والتهديدات ومن ثم لا تستطيع الأنا القيام بوظائفها ولا تستطيع تحقيق التوازن بين مطالب الهو متطلبات الواقع الخارجي وعلى هذا ينتج الضغط النفسي ،ويؤكد كذالك على دور العمليات اللاشعورية والآليات الدفاعية في تحديد كل من السلوك السوي

و الآسوي للفرد حينما يتعرض لمواقف ضاغطة ومؤلمة فإنه يسعى إلى تفريغ انفعالاته السلبية الناتجة عنها عبر ميكانيزمات الدفاع اللاشعورية (السيد عبيد 133:2008)

النظرية السلوكية :

تعود النظرية السلوكية إلى المدرسة السلوكية التي أسسها واطسون سنة(1912)ميلادية وهي مدرسة تنظر إلى الكائن الحي نظرتها انه آلة ميكانيكية معقدة ،لا تحركه دوافع موجهة إلى غاية ،بل مثيرات فيزيقية تصدر عنها استجابات عضلية وغددية مختلفة . (راجح ،1999 ، 46)

وترى النظرية السلوكية أن الضغوط النفسية هي نتيجة لعوامل مصدرها البيئة وهذه العوامل يمكن التحكم بها أو لا يمكن التحكم بها والسبب الرئيسي يعود إلى البيئة ، وتذهب النظرية السلوكية إلى أن بعض الأفراد يتأثرون أكثر من غيرهم بضغوط البيئة ، ولهذا فإن هذه الضغوط تظهر آثار مختلفة من حيث شدتها وحدتها ، وتؤكد المدرسة السلوكية إلى اختلاف مراحلها (القديمة والجديدة) على الجانب البيئي في الضغوط النفسية بالإضافة إلى ذالك فهي ترى أن أنماط التوافق وسوء التوافق متعلمة من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد ، وقد اعتقد واطسون وسكينرأن عملية التوافق الشخصي لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري ،ولكن تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئة أو إثباتها . (عبد العزيز ،2010 ، 228)

نظرية التقدير المعرفي لازاروس :

نشأت هذه النظرية نتيجة للاهتمام الكبير بعملية الإدراك والعلاج الحس الإدراكي والتقدير المعرفي هو مفهوم يعتمد في الأساس على طبيعة الفرد ،حيث أن تقدير الفرد لحجم التهديد ليس مجرد إدراك مبسط للعناصر المكونة للموقف ،ولكنه ربط بين البيئة المحيطة للفرد وخبراته الشخصية مع الضغوط وبذالك يستطيع الفرد تفسير الموقف ، ويعتمد تقييم الفرد للموقف على أنه ضاغط على عدة عوامل منها العوامل الشخصية والعوامل الخارجية الخاصة بالبيئة الاجتماعية ،والعوامل المتصلة بالموقف نفسه ،وتعرف نظرية التقدير المعرفي الضغوط بأنها تنشأ عندما يوجد تناقض بين المتطلبات الشخصية للفرد ، ويؤدي ذالك إلى تقييم التهديد وإدراكه في مرحلتين .

(حسونة ، 2014 ،33) .

ويرى لازاروس وكوهين أن الضغوط تحدث عندما يواجه الشخص مطالب ترهقه أو تفوق قدرته على التكيف وأن تفاعلا يحدث بين المطالب الخارجية والأساس البنيوي وقابلية الشخص للتأثر وبين كفاءة الشخص الدفاعية , كما وأشار لازاروسإلو دور الإحباط والصراع والتهديد في إحداث الضغوط ، أما التقدير فيستخدمه هنا لازاروس للإشارة إلى التقدير المعرفي وهو يعتمد على أشياء أخرى ، مثل التعلم والخبرة السابقة للفرد .

(عثمان ،2001، 101)

النظرية الفيزيولوجية (لهانز سيلي) :

كان هانز سيلي متأثرا بتفسير الضغط النفسي ،ويفسره تفسيرا فيزيولوجيا وتنطلق نظريته من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقر ، وهو استجابة لعامل ضاغطيميز الشخص ويضعهعلى أساس استجابة للبيئة الضاغطة وأن هناك استجابة أو أنماط معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج ويعتبر سيلي أن أعراض الاستجابة الفيزيولوجية للضغط عالمية ، وهدفها المحافظة على الكيان والحياة .

وحدد سيلي ثلاث مراحل للدفاع ضد الضغط ويرى أن هذه المراحل تمثل مراحل التكيف العام (السيد عثمان ،2001، 98).

الفزع :

وفيه تظهر تغيرات واستجابات تتميز به درجة التعرض المبدئي للضاغط ، ونتيجة لهذه التغيرات تقل مقاومة الجسم تنهار وتحدث الوفاة .

المقاومة :

وتحدث هذه المرحلة حين يكون التعرض للضاغط متلازما مع التكيف عندما تختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى وتظهر تغيرات واستجابات أخرى تدل على التكيف

الإجهاد :

وهي المرحلة التي تعقب مرحلة المقاومة ، ويكون الجسم فيها قد تكيف غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفذت وإذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة قد ينتج عنها أمراض التكيف وقد وضع كل من" نيفنوأسكوتش " أن "سيليس " قد وضع رسما توضيحيا لنظريته .(الرشيدي ، 1999، 49) .

النظريات المفسرة للتفاؤل والتشاؤم

النظرية التحليلية :

يرى فرويد أن التفاؤل والتشاؤم هو القاعدة العامة للحياة وأن التشاؤم لا يقع في حياة الفرد إلا إذا تكونت لديه عقدة نفسية ، ويعتبر الفرد متفائلا إذا لم يقع في حياته حادث يجعل نشوة العقدة النفسية أمرا ممكنا ولو حدث العكس يتحول إلى شخصية متشائمة ، ومعنى ذالك أن الفرد قد يكون متفائلا جدا إزاء أحد الموضوعات أو المواقف فتقع حادثة مفاجئة له تجعله متشائما جدا من هذا الموضوع ذاته ، ويقصد بذالك الحالات التي تثير التفاؤل والتشاؤم والتي تكونت مؤقتة وسريعة الزوال غالبا .

كما اعتبر فرويد أن منشأ التفاؤل والتشاؤم من المرحلة الفمية ، وذكر أن هناك سمات وأنماط شخصية فمية مرتبطة بتلك المرحلة ناتجة عن عملية التثبيت عند هذه المرحلة والتي ترجع إلى التدليل أو الإفراط في الإشباع أو الإحباط والحرمان (عبد الله ،2008 :52)

النظرية السلوكية :

ذكر(بدوي) أن التفاؤل والتشاؤم من بعض الأعمال أو الرموز ، يمكن أن تنتشر من مكان إلى آخر بالتقليد والمحاكاة وقد يفسر هذا الانتقال التشابه في بعض رموز التفاؤل والتشاؤم (عبد الله ،المرجع السابق :54)

وعلاماتها أن نجدها في أماكن متباعدة وأزمان مختلفة ومن أخرى ممكن أن يكون لرمز التفاؤل والتشاؤم أكثر من نشأته ، فقد أثبتت التجارب الفعل المنعكس الشرطي إمكانية تكوين استجابة معينة للرمز أو اكتساب التفاؤل والتشاؤم من الرموز بطريقة تجريبية متى توفر الدافع أو المنبه الطبيعي أو المثير الصناعي أو الرمز أو الثواب أو العقاب .

ومن بين الآراء التي قدمها أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي أن بناء شخصية الفرد يتكون من التوقعات والأهداف والطموحات وفعالية الذات ، حيث تعمل هذه الأبنية بشكل تفاعلي عن طريق التعلم بالملاحظة ، والذي يتم على ضوء مفاهيم المنبه والاستجابة والتدعيم ، ولذالك فإن سلوك الفرد مرتبط بتاريخ التدعيم لبغض المواقف ، وحين يفشل بعض الأفراد في النجاح في أداء بعض المهام وبالتالي تتكون لديهم توقعات سلبية تجاه الأمور والمواقف وكثيرا ما يغلب عليهم التشاؤم لهذا يختلف الأفراد في توقعاتهم للنجاح أو الفشل إزاء الأحداث المستقبلية .

(عبد الله،2008: 54)

النظرية المعرفية :

أخذ التوجه نحو التفاؤل والتشاؤم يتغير في الستينات والسبعينيات حيث أشار كل من ستانج مولتين إلى أن اللغة والذاكرة والتفكير تكون ايجابية بشكل انتقائي لدى المتفائلين إذ يستخدم الأفراد المتفائلون نسبة أعلى من الكلمات الايجابية مقارنة بالكلمات السلبية سواء أكانت في الكتابة أو الكلام أو التذكر الحر فهم يتذكرون الأحداث الايجابية قبل السلبية ،كما يرى كيلي أن أنشطة الفرد السلوكية والفكرية يمكن توجيهها في اتجاه معين من خلال تركيباته الشخصية التي يستخدمها في توقع الأحداث ويرى بأن الطريقة التي بواسطتها يتنبأ الفرد لأحداث المستقبل المهمة والحاسمة لتحديد سلوكه ويشير إلى أن الناس يبحثون عن طريق وأساليب للتنبؤ بما سيحدث ، كما أنهم يوجهون سلوكياتهم وأفكارهم حول العالم وجهة تميل إلى التنبؤات الدقيقة والصحيحة من كل هذا وبناءا على آرائه فالمستقبل وليس الحاضر هو المحرك الرئيسي للسلوك (عبد الله ،2008:55) .

الفصل الثاني

الإجراءات المنهجية

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

منهج الدراسة

الإطار المكاني و ألزماني للدراسة

مجتمع الدراسة

عينة الدراسة

أدوات الدراسة

الخصائص السيكومترية

الأساليب الإحصائية

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة :

تم إتباع المنهج الوصفي انطلاقا من طبيعة الدراسة التي تهدف إلى معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية المدرسية لدى إخوة المعاقين عقليا والتفاؤل والتشاؤم ، وأثر هذه الضغوط على كل من التفاؤل والتشاؤم .

الإطار المكاني وألزماني للدراسة :

بالنسبة للمجال الجغرافي فقد وقع اختيار الباحثين على المؤسسة العمومية للصحة الجوارية بعين الحجل "سيدي عيسى " بولاية المسيلة ، وتم إجراء هذه الدراسة خلال شهر مارس من عام 2023 .

مجتمع الدراسة :

تكون مجتمع الدراسة من جميع إخوة وأخوات المعاقين عقليا الملتحقين بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية عين الحجل " سيدي عيسى " ولاية المسيلة 2023 .

عينة الدراسة :

تألفت عينة الدراسة من (30)أخا وأختا للمعاقين عقليا . تم اختيارهم بطريقة قصدية .

بأعمار مختلفة من سن (15) سنة إلى (18) سنة ، منهم من يزاولون الدراسة في الطور المتوسط ، ومنهم من هم في الطور الثانوي .

أدوات الدراسة :

استخدمت الدراسة الأداتين التاليتين :

مقياس الضغوط النفسية المدرسية :

من إعداد إسماعيل (1999) ،وهدف المقياس إلى :

- تحديد مجموعة الضغوط النفسية والصعوبات والمعاناة والمشقة التي يواجهها الطالب ويدركها في المواقف والمجالات المدرسية ، وقد اتبع الباحث المنهج التالي في بناء المقياس :

- تحديد تعريف الضغوط النفسية المدرسية من خلال الاطلاع على الأدبيات والأطر النظرية المرتبطة بموضوع الضغوط .

- تحديد أبعاد مقياس الضغوط النفسية المدرسية من خلال الاطلاع على الأدبيات والمقاييس التي تناولت المفاهيم المرتبطة بمفهوم الضغوط النفسية المدرسية ، مثل مفهوم الضغوط النفسية

المدرسية .

أبعاد المقياس :

البيئة المدرسية :

يقصد بها كل ما يحيط بالطالب من عوامل وإمكانيات مادية مختلفة ، منها الفصول الدراسية وتجهيزاتها والمرافق المختلفة التي يلزم توفرها لسير العملية التعليمية وممارسة الأنشطة المختلفة، وأرقامه وعباراته هي :

(1،2،11،12،21،22،31،32،41،42،51،52).

العلاقات الاجتماعية :

ويقصد بها علاقة الطالب بأفراد المجتمع المدرسي ، أي تفاعل الطلاب مع بعضهم البعض،والعلاقة التي تربط بين الطلاب ومعلميهم وأساليب تعاملهم معهم والتي تنشأ منذ بداية العام الدراسي ، وأرقام العبارات هي :

(3،4،13،14،23،24،33،34،43،44،53،54) .

المناهج الدراسية :

يقصد بها مجموعة الخبرات والأنشطة والمعارف والمهارات التي يكتسبها أو يقوم بها الطالب تحت إشراف المدرسة سواء كان داخل الفصل أو خارجة من خلال المقررات الدراسية ، وأرقام عباراته هي :

(5،9،15،19،25،29،35،39،45،49،55،59) .

الواجبات اليومية والأنشطة المصاحبة :

ويقصد بها المهام والتدريبات والأنشطة التي يكلف بها الطالب ، وتشمل حل التمارين والأسئلة والتطبيقات وما يصاحبها من أنشطة كعمل التلخيصات والبحوث وإعداد الوسائل التعليمية وذلك للتحقق من وصول محتوى الدرس إلى الطلاب وبهدف تطوير قدراته

وأرقام عبارته هي :(.54،57،44،47،34،37،24،27،4،116،4،7).

الاختبارات :

ويقصد بها أداة التقويم التي يستخدمها المعلم بطريقة منظمة ومناسبة ومحدد وقت إجراءها وقدتكون تحريرية أو شفهية ، وذلك لتحديد مستوى الطالب في مادة ما ومدى إتقانه للمعارف

.والمهارات التي درسها ، وأرقامها هي:

(9،10،19،21،29،31،39،41،49،51،59،91).

تصحيح المقياس :

تصحح العبارات بإعطاء ثلاث درجات في حالة (دائما) ودرجتين في حالة (أحيانا) ودرجة واحدة في حالة (لا يحدث) .وتصحح العبارات الزوجية بإعطاء درجة واحدة في حالة (دائما) ودرجتين في حالة (أحيانا) وثلاث درجات في حالة (لا يحدث) .

القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم إعداد عبد الخالق (1996)

تكون القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من مقياسين فرعيين منفصلين، إحداهم للتفاؤل ، والآخر للتشاؤم، ووضعت البنود على شكل عبارات يجاب عليها على تدرج خماسي، والقائمة بمقياسيها صممها إعداد احمد عبد الخالق (1996) لقياس سمتي التفاؤل والتشاؤم كل على حدا لدى الراشدين وتتكون من (30) عبارة موزعة على المحوريين التاليين (ملحق رقم 2)

محور التفاؤل (15)عبارة .

محور التشاؤم (15)عبارة .

تصحيح المقياس :

اعتمدت الدراسة على تدرج ليكرت الخماسي لاستجابات العينة على مقياس التفاؤل والتشاؤم،ويتم قياس التفاؤل بشكل منفصل عن قياس التشاؤم،وعند التصحيح تم إعطاء الاستجابة كثيرا جدا (5) درجات ، والاستجابة كثيرا (4)درجات ،والاستجابة متوسط (3)درجات، والاستجابة قليلا (2)درجات ، والاستجابة أوافق لا (درجة واحدة)،وتشير الدرجة العالية على مقياس التفاؤل إلى وجود مستوى عال من التفاؤل لدى الإخوة ، كما تشير الدرجة العالية على مقياس التشاؤم إلى وجود مستوى عال من التشاؤم لدى الإخوة .

الخصائص السيكومترية للاستبيانات :

ثبات وصدق أداة الدراسة

أولا/ ثبات وصدق مقياس الضغوط النفسية المدرسية :

أ/ الثبات: التناسق الداخلي (ألفا كرونباخ):

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ والتي تقوم على أساس تقدير معدل ارتباطات العبارات فيما بينها لكل محور وللمقياس ككل، حيث قدر بالنسبة للمحور الأول (0.69) وبالنسبة للمحور الثاني (0.59) وبالنسبة للمحور الثالث (0.70)، أما بالنسبة للمحور الرابع (0.50) ، في حين جاءت بالنسبة للمحور الخامس (0.58)، وبالنسبة للمقياس ككل (0.90) وهي قيم تدل على أن هذا المقياس ثابت، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (01) يوضح ثبات مقياس الضغوط النفسية عن طريق ألفا كرونباخ

المحاور	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
المحور الأول	0.695	12
المحور الثاني	0.593	12
المحور الثالث	0.704	12
المحور الرابع	0.505	12
المحور الخامس	0.586	12
المقياس ككل	0.900	60

ب/ الصدق: صدق الاتساق الداخلي:

- **الارتباط بين الدرجات الكلية للمحاور والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية ككل:**

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل محور بالدرجة الكلية للمقياس بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات كلها دالة إحصائيا فقد بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الأول والدرجة الكلية للمقياس ككل (0.86)، وبالنسبة لارتباط المحور الثاني بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.80)، وبالنسبة لارتباط المحور الثالث بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.89)، وبالنسبة لارتباط المحور الرابع بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.78)، وبالنسبة لارتباط المحور الخامس بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.92)، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (02) يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور مقياسالضغوط النفسية مع درجته الكلية			
المحور	الدرجة الكلية للمقياس	المحور	الدرجة الكلية للمقياس
المحور الأول	0.864**	المحور الرابع	0.780**
المحور الثاني	0.805**	المحور الخامس	0.925**
المحور الثالث	0.896**	**الإرتباط دال عند (0.01)**	

ثانيا/ ثبات وصدق مقياس التفاؤل والتشاؤم:

أ/ الثبات:

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي باستخدام ألفا كرونباخ والقائم على أساس تقدير معدل ارتباطات العبارات فيما بينها بالنسبة للمقياس ككل، وقد بلغ (0.89)، ومنه يمكن القول بأن هذا المقياس ثابت وصالح للاستعمال في الدراسة، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (03) يوضح ثبات مقياس التفاؤل والتشاؤم عن طريق التناسق الداخلي		
المقياس ككل	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
	0.890	30

ب/ الصدق

1. صدق الاتساق الداخلي: الارتباط بين الدرجات الكلية للمحاور والدرجة الكلية للمقياس ككل:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات كلها دالة إحصائيا فقد بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الأول (**التفاؤل**) والدرجة الكلية للمقياس ككل (0.55)، وبالنسبة لارتباط المحور الثاني (**التشاؤم**) بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.65)، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (04) يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور المقياس مع درجته الكلية			
المحور	الدرجة الكلية للمقياس	المحور	الدرجة الكلية للمقياس
المحور الأول (التفاؤل)	0.559*	المحور الثاني(التشاؤم)	0.658**
** الإرتباط دال عند (0.01)			
* الإرتباط دال عند (0.05)			

9- الأساليب الإحصائية :

تم الاعتماد على الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية وهي :

- عامل الفا كرونباخ لحساب الثبات

- معامل الارتباط بيرسون لحساب الصدق اختباري كولموغروف سمير نوف وتشابيرو ويلك للتحقق من اعتدالية التوزيع .

- معامل الارتياط بيرسون للتحقق من نتائج الفرضيات .

- برنامجCPCC في نسخته الجديدة "21 "

الفصل الثالث

نتائج الدراسة

ومناقشتها

الفصل الثالث

نتائج الدراسة ومناقشتها والتوصيات

نتيجة التساؤل العام

نتيجة السؤال الأول

نتيجة السؤال الثاني

الخاتمة وتوصيات الدراسة

نتائج الدراسة ومناقشتها والتوصيات

يركز الفصل الحالي على النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية والمتعلقة بطبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية المدرسية لدى إخوة المعاقين عقليا والتفاؤل والتشاؤم بولاية "المسيلة " وكذا أثر هذه الضغوط على كل من التفاؤل والتشاؤم .

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها :

تفسير ومناقشة النتائج

أولا/ التحقق من شرط التوزيع الطبيعي للبيانات :

قبل البدا في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الأساليب الإحصائية المختلفة والملائمة وجب أولا التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة الحالية، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (05) يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة

المتغيرات	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk			القرار
	الاحصاءات	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الاحصاءات	درجة الحرية	مستوى الدلالة	
الضغوط النفسية	0.333	30	0.000	0.619	30	0.000	دال
التفاؤل والتشاؤم	0.104	30	0.200*	0.948	30	0.147	غير دال

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على قيم اختبار **كولموغروفسميرنوف** وكذا اختبار **شبيرو ويلك** في درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الضغوط النفسية جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (0.01) وجاءت على مقياس التفاؤل والتشاؤم غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (0.05) وهنا يمكن اعتمد نتيجة أحد المتغيرين، وهذا يعني أن التوزيع البيانات اعتدالي وبالتالي فإن كل الأساليب الإحصائية التي ستستخدم في المعالجة هي أساليب بارامترية أنظر إلى الملحق رقم (...) .

عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء فرضيات الدراسة:

عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة لهذه الدراسة على: **"توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط النفسية والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة "**، ومن أجل التحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى معامل **بيرسون** وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة ، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

الجدول رقم (06) يوضح العلاقة بين الضغوط النفسية والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة

Rho de Pearson		التفاؤل والتشاؤم	القرار
الضغوط النفسية	معامل الارتباط	-0.139	**الارتباط غير دال**
	مستوى الدلالة	0.464	
	حجم العينة	30	

من خلال الجدول رقم () أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (الضغوط النفسية) ودرجاتهم في (التفاؤل والتشاؤم) بلغ (0.13-) وهي قيمة ضعيفة جدا، ويعني هذا أنه لا يوجد ارتباط بين درجات (الضغوط النفسية) ودرجات (التفاؤل والتشاؤم) لدى أفراد عينة الدراسة ، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت سالبة وغير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0,05)، ومنه نستطيع القول بأنه تم قبول الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة **تعارض** فرضية الدراسة العامة القائلة بـ **توجد علاقة إرتباطية بين الضغوط النفسية والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة** ، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

تفسر نتائج الجدول على عدم وجود علاقة بين الضغوط النفسية المدرسية والتفاؤل والتشاؤم لدى أفراد العينة وهذا يعارض الفرضية العامة القائلة توجد علاقة بين المتغيرات ،حيث أنها نفت أن تكون هناك علاقة ، وهذا ما توصلت إليه نتائج دراسة المشعان (2000) التي أظهرت نتائجها عدم وجود ارتباط سلبي جوهري بين التفاؤل والاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداث الحياة ، وكذالك عدم وجود ارتباط موجب جوهري بين التشاؤم والاضطرابات النفسية الجسمية .

وترى العديد من الدراسات إلى أن التشاؤم يرتبط بالمتغيرات المرضية الغير سوية فيها مثل اليأس والفشل في حل المشكلات والقلق والعقاب والوحدة والعدوانية والاكتئاب وهذه العوامل تعد من أهم مسببات الضغوط النفسية ، وكذالك دراسة "محمد بن عبد الله " (2012) ودراسة عايش صباح (2018) ودراسة "مرزوق بن أحمد "(2012) التي توصل فيها إلى عدة نتائج منها وجود علاقة ارتباطية سالبة بين درجات الضغوط النفسية المدرسية والصحة النفسية

عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الأولى:

نصت الفرضية الأولى لهذه الدراسة على: **"توجد علاقة إرتباطية بين الضغوط النفسية والتفاؤل لدى عينة الدراسة "**، ومن أجل التحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى معامل **بيرسون** وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

الجدول رقم (07) يوضح العلاقة بين الضغوط النفسية والتفاؤل لدى عينة الدراسة

Rho de Pearson		التفاؤل	القرار
الضغوط النفسية	معامل الارتباط	-0.410*	**الارتباط دال عند (0.05)**
	مستوى الدلالة	0.024	
	حجم العينة	30	

من خلال الجدول رقم () أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (الضغوط النفسية) ودرجاتهم في (التفاؤل والتشاؤم) بلغ (0.41-) وهي قيمة متوسطة، ويعني هذا أنه يوجد ارتباط عكسي بين درجات (الضغوط النفسية) ودرجات (التفاؤل) لدى أفراد عينة الدراسة ، أي كلما زادت درجات (الضغوط النفسية) لدى أفراد عينة الدراسة كلما قلت درجات (التفاؤل) لديهم، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت سالبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0,05)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة **تؤيد** فرضية الدراسة الأولى القائلة بـ **توجد علاقة إرتباطية عكسية بين الضغوط النفسية والتفاؤل لدى عينة الدراسة** ، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

وقد وافقت نتائج الفرضية الأولى دراسة كل من الوابلي (2006)التي توصلت إلى أن الضغوط النفسية المختلفة تسبب ضعف في الانسجام والقلق والانسحاب و الاكتئاب وتدني فاعلية القدرة

المعرفية ويقل بهذا تفاؤل الشخص بالمستقبل ، وهذا ما توصلت إليه دراسة كل من حراحشة (2004)ودراسة العزاوي (2008)وعايش صباح التي كانت لها دراسات عديدة حول الموضوع (2016) (2018) . ودراسة إبراهيم (1993) ودراسة روحي عبدات (2007) وسحر منير (2012) .

وترى نظرية التحليل النفسي أن الفرد الذي يقع في مشاكل وعقد نفسية في حياته يتكون عنده التشاؤم وتقل عنده سمة التفاؤل وأغلب النظريات تدعم ذالك وتفسره بحسب الاتجاه .

فالإخوة يتعرضون إلى مواقف في الأسرة تجعلهم يتحملون مسؤوليات أكثر من طاقتهم ويقل الاهتمام بهم بسبب ظروف الأخ المعاق ، وكذالك نقص في الجانب العاطفي والجانب المادي ، فتكاليف العلاج للأخ المعاق تكون مرتفعة , ولابد من أن يكون للوالدين قدر كافي من المعرفة بحاجات أبنائهم العاديين سواء كانت من الجانب العاطفي أو الجوانب الأخرى .

عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية لهذه الدراسة على: **"توجد علاقة إرتباطية بين الضغوط النفسية والتشاؤم لدى عينة الدراسة "**، ومن أجل التحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى معامل **بيرسون** وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة ، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

الجدول رقم (08) يوضح العلاقة بين الضغوط النفسية والتشاؤم لدى عينة الدراسة

Rho de Pearson		التشاؤم	القرار
الضغوط النفسية	معامل الارتباط	0.427*	**الارتباط دال عند (0.05)**
	مستوى الدلالة	0.019	
	حجم العينة	30	

من خلال الجدول رقم () أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (الضغوط النفسية) ودرجاتهم في (التشاؤم) بلغ (0.42) وهي قيمة متوسطة، ويعني هذا أنه يوجد ارتباط طردي بين درجات (الضغوط النفسية) ودرجات (التشاؤم) لدى أفراد عينة الدراسة ، أي كلما زادت درجات (الضغوط النفسية) لدى أفراد عينة الدراسة كلما زادت درجات (التشاؤم) لدى أفراد عينة الدراسة، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0,05)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض

الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة **تؤيد** فرضية الدراسة العامة القائلة **"توجد علاقة ارتباطيه طردية بين الضغوط النفسية والتشاؤم لدى عينة الدراسة** ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أدبيات الدراسة بأن الضغط النفسي المرتفع يؤدي إلى اضطراب الانتباه وتداخل الأفكار وسرعة النسيان والمشاعر السلبية كالإحباط والانسحاب الناجم عن الضغط يؤدي إلى غياب الانجاز والتفوق وانخفاض مستوى الطموح ورفض التعلم والتعاون ، وهذا يؤدي إلى زيادة التشاؤم .

ووافقت هذه النتيجة الدراسة كل من عايش صباح ونادية يوب (2016) ودراسة عبد الله عينو(2019) الذي يرى بأن ارتفاع الضغط النفسي يزيد في تشاؤم الأفراد وأدائهم ومعدل إنتاجهم وكشفت بعض الدراسات بأن سمة التشاؤم تؤثر وتزيد من الإصابة بالأمراض العضوية فيما يعرف بالأمراض النفس جسمية .

فالطلاب الذين هم منخفضي الضغوط النفسية المدرسية تكون انجازاتهم وطريقة تفكيرهم وسعيهم للتفوق وطموحاتهم المستقبلية وتفاؤلهم أكثر من زملائهم مرتفعي الضغط النفسي , وهذا ما فسر في الإطار النظري بأن الشعور بالعجز واليأس يودي إلى عدم الرغبة والتفوق وإدراك الفرد بالأمور الضاغطة يمثل تهديدا له عندما يشعر بالعجز في المواقف الضاغطة ويفشل في تجنب هذه الضغوط النفسية .

يمكن القول بأن الصحة النفسية للإخوة عامل مهم ورئيسي يساهم في زيادة فعاليتهم وإنجازهم فذلك قد يظهر على سلوكياتهم وانفعالاتهم وطرق تفكيرهم ، فارتفاع مستوى الصحة النفسية يؤدي إلى

زيادة معدل الدافعية والإنجاز ، مما يساعد في تخطي الفرد للصعوبات والضغوط التي يتعرض لها

وبالتالي تقل سلبياته وتزيد ايجابياته .

الخاتمة والتوصيات :

لقد حاولنا في هذه الدراسة الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية المدرسية لدى إخوة المعاقين والتفاؤل والتشاؤم ، وقد أسفرت الدراسة عن مجموعة من النتائج تؤكد على أن إخوة المعاقين

عقليا يعانون من ضغوط نفسية وفي حال زادت هذه الضغوط سوف تأثر على نظرتهم للحياة ومستقبلهم وبالتالي انخفاض مستوى التفاؤل وارتفاع مستوى التشاؤم .

إن هذه النتائج التي تم التوصل إليها ورغم محدودية عينة الدراسة ، وكذا طبيعة المعاينة المختارة ، تعتبر مؤشرا عن مدى تأثر الإخوة العاديين بإعاقة أخيهم ، وعن ضرورة توفير الدعم النفسي للإخوة العاديين عن طريف الإرشاد النفسي والتكفل بهم في مراكز خاصة بالمعاقين عقليا .

وفي ضوء ما توصلت إليه الدراسة نقدم بعض التوصيات المتمثلة في ما يلي

1- عمل البرامج الإرشادية لطلبة المدارس بحيث تركز هذه البرامج على التخفيف من مستوى الضغوط النفسية المدرسية.

2- الاهتمام بالمرافق المدرسية من حيث النظافة والتجهيزات، لما في ذلك من أثر ايجابي على الطلبة وتوافقهم الدراسي .

3- تكوين أخصائيين ومرشدين ذو خبرة وكفاءة للتكفل بأخوة المعاقين عقليا في المدارس والمراكز المهيأة لذالك .

4- تكثيف الدراسات والبحوث حول أخوة المعاقين عقليا لإيجاد حلول لخفض الضغوط التي تواجهها هذه الفئة من المجتمع .

5- توعية الأولياء والمربيين والمختصين وتوجيههم عن كل ما يحتاجه الإخوة العاديين من أجل أخذها بعين الاعتبار أثناء تدخلهم النفسي مع أسرة الطفل المعاق عن طريق دورات وبرامج وذالك لتحقيق الصحة النفسية لهم .

6- تزويد الوالدين بأثر الإعاقة على الإخوة العاديين ، وتزويدهم بأساليب التعامل السليمة مع الأبناء العاديين .

7- تشجيع الإخوة على التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم وآرائهم كي يتمكنوا من تحقيق علاقات اجتماعية جيدة بينهم وبين أخيهم المعاق وبقية الأفراد .

8- تشجيع إنشاء جمعيات خاصة بالمعاقين عقليا ، وتفعيل دورها في رعاية هذه الفئة الهامة من المجتمع .

قائمة المراجع :

- أبو حطب ،(2006)، الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها كما تدركها المرأة الفلسطينية في محافظة غزة رسالة ماجستير ،منشورة في جامعة الأقصى غزة .

- ابراهيم لطفي عبد الباسط (1993) علاقة عوامل الضبط المدرسي وعلاقته بضغوط الدراسة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية جامعة قطر ، العدد 11 .

- أحمد عبد الخالق (2000) أسس علم النفس الطبعة 3 ،الاسكندرية دار المعرفة .

- الرشيد (1999) الضغوط النفسية ،طبيعتها نظرياتها ،القاهرة مكتبة الأنجلو المصرية .

- السيد عبيد ، ماجد بهاء الدين (2008)الصغوط النفسية ، طبيعتها ، نظرياتها ، القاهرة ، مكتبة الأنجلوا المصرية .

- العزاوي ، سامي مهدي (2008)دراسة مقارنة بين الأطفال الذين لديهم أخوان من ذوي الاحتياجات الخاصة والأطفال العاديين في بعص أبعاد الشخصية ،منشور في كتاب نساء وأطفال ، قضايا الحاضر والمستقبل ، مطبعة القبس ،بعداد .

- الوابلي علي (2006) أثر لإعاقة على التوافق الأسري ،المجلة العربية الخاصة ، الأكاديمية ، السعودية العدد 8 .

- راجح أحمد عزت (1999) أصول علم النفس الطبعة 11 /دار المعرفة .

- حسونة ، (2014) المسؤولية الاجتماعية والضغوط النفسية لدى القيادات الطلابية في جامعة القدس ، المفتوحة رسالة ماجستير ،الجامعة الإسلامية غزة ،فلسطين

- عبد العزيز مفتاح محمد (2010) مقدمة في علم النفس الصحة ، مفاهيم ونظريات دار وائل ، عمان

- عايش صباح ونادية يوب (2016) الضغوط النفسية لدى إخوة المعاقين عقليا وعلاقتها ببعض المتغيرات مجلة الواحات للبحوث والدراسات ،المجلد 9 ،العدد 2 .

- حراحشة أحمد (2004) ، الضغوط النفسية واستراتجية التوافق اخوة المعاقين عقليا ، رسالة الماجستير ، جامعة اليرموك .

- دعاء السيد ،محمد الراجي (2009) الاضطرابات النفسية لدى إخوة المعاقين عقليا ، رسالة ماجستير ،جامعة اليرموك .

- عبد الهادي بن محمد بن عبد الله (2012) الضغوط النفسية وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب الثانوي المملكة السعودية .
- مرزوق بن أحمد عبد المحسن (2012) الضغوط النفسية المدرسية وعلاقته بالانجاز الأكاديمي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة من الطلاب في المرحلة الثانوي ، رسالة ماجستير .
- عثمان فاروق السيد (2001)القلق وإدارة الضغوط النفسية ، دار الفكر العربي .
- رضوان سامر جميل (2003)الصحة النفسية ، دار الميسر ، عمان .
- علي عمر إسماعيل (1999) مقياس الضغوط النفسية المدرسية ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية ، جامعة عين شمس .

.

قائمة

الملاحـــــق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People'sDemocraticRepublic of Algeria
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila

جامعة محمد بوضياف - المسيلة
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
FACULTY OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة

Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and Student Issues

وثيقة ايداع مذكرة ليسانس

الموضوع: الضغوط النفسية المدرسية لدى أحزة المعاقين عقليا وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم.

إعداد الطلبة:

1- هاجر بنت أم هاني ..... رقم التسجيل: 20173314

2- لمياري أحلام ..... رقم التسجيل: 2020350801187

3- ..... رقم التسجيل: .....

4- ..... رقم التسجيل: .....

القسم: علم النفس **الشعبة:** العلوم الاجتماعية **التخصص:** علم النفس العيادي

إشراف: زهوري حميدة **الرتبة:** دكتورة

أقر بأنني تابعت العمل المذكور أعلاه في جلسات إشرافية طيلة الموسم الجامعي: 2022-2023 وأسمح بإيداعه على مستوى ادارة القسم للمناقشة والتقييم.

موافقة وإمضاء المشرف(ة): **رئيس فريق الاختصاص** **رئيس القسم**

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila

جامعة محمد بوضياف - المسيلة
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية
FACULTY OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and Student Issues

الرقم: /2023

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): لعيقاوي أحلام

الصفة(طالب، استاذ باحث، باحث دائم): طالبة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 119961028000016000006

الصادرة بتاريخ : 2018.09.09 عن دائرة : عين الحجل

المسجل(ة) بكلية: العلوم الإجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي تحت رقم التسجيل: 202035080182

والمكلف بإنجاز اعمال بحث (مذكرة التخرج ليسانس، مذكرة ماستر' مذكرة ماجستير' اطروحة دكتوراه) .

عنوانها: الضغوط النفسية المدرسية لدى ~~(illegible)~~ لدى ذوي الاعاقة العقلية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: .....

امضاء المعني (ة): M'Jadi

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28-07-2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila

جامعة محمد بوضياف - المسيلة
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية
FACULTY OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and Student Issues

الرقم: /2023

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): بن أم هاني هاجر

الصفة(طالب، استاذ باحث، باحث دائم): طالبة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 117861020000160006

الصادرة بتاريخ : 2019.07.29 عن دائرة : بوسعادة

المسجل(ة) بكلية: العلوم الاجتماعية والإنسانية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي تحت رقم التسجيل: 20173314

والمكلف بإنجاز اعمال بحث (مذكرة التخرج ليسانس، مذكرة ماستر/ مذكرة ماجستير/ اطروحة دكتوراه) .

عنوانها: الضغوط النفسية المدرسية لدى تلاميذ المراهقين عقليا وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: .....

امضاء المعني (ة):

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28-07-2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.

مقياس الضغوط النفسية المدرسية

البيانات الأولية:

الاسم:..... المدرسة:..... الفصل:.....

الجنس: (ذكر / أنثي)..... السن:..... تاريخ التطبيق: / /

تعليمات التطبيق

عزيزي التلميذ:

فيما يلي مجموعة من العبارات التي تتعلق ببعض الموضوعات التي تهمك وتدور حول أمور حياتك في المدرسة.

المطلوب أن تقرأ كل عبارة من العبارات بدقة، ثم تختار إحدى الإجابات الموجودة على يسار كل عبارة والتي تنطبق عليك، وذلك بوضع دائرة حول الإجابة التي تناسبك مع مراعاة ألا تترك عبارة من العبارات دون أن تجيب عليها. الباحث: عمر إسماعيل علي

مقياس (ض – ن – م)

#سيكولوجية

م	الفقرة	دائما	أحيانا	لا يحدث
1-	زملائي يضربوني في المدرسة.	3	2	1
2-	زملائي بيفرحوا لما اخذ درجات أعلى منهم.	1	2	3
3-	شبابيك فصلي مكسرة.	3	2	1
4-	المقاعد في فصلي كافية.	1	2	3
5-	الواجبات المدرسية كثيرة عليّ.	3	2	1

م	الفقرة	دائما	أحيانا	لا يحدث
6-	الكتب المدرسية بها أمثلة كثيرة.	1	2	3
7-	الدروس الخصوصية تكلفني الكثير من النقود.	3	2	1
8-	المدرس بيعاملني زي زملائي اللي بيأخذوا عنده درس خصوصي.	1	2	3
9-	بعض الامتحانات الشهرية بتكون طويلة.	3	2	1
10-	يحدد المدرسون مواعيد الامتحانات الشهرية مسبقا.	1	2	3
11-	زملائي بيشتكوني للمدرس علشان يضربني بدون سبب.	3	2	1
12-	زملائي بيسألوا عني لما أغيب عن المدرسة.	1	2	3
13-	الكتابة غير واضحة على سبورة فصلي.	3	2	1
14-	ساحة مدرستي واسع.	1	2	3
15-	الموضوعات الدراسية صعبة عليّ.	3	2	1
16-	لا أجد صعوبة في الاستذكار من الكتب المدرسية.	1	2	3
17-	الدروس الخصوصية بتضيع وقتي.	3	2	1
18-	الدرس الخصوصي يساعدني لكي احصل على درجات أعلى.	1	2	3
19-	اشعر بصداع أيام الامتحانات.	3	2	1
20-	لا اشعر بالخوف من الامتحانات.	1	2	3

م	الفقرة	دائما	أحيانا	لا يحدث
21-	زملائي ما بيرضوش يمشوا معايا وإحنا راجعين من المدرسة.	3	2	1
22-	زملائي بيحبوا يلعبوني معاهم.	1	2	3
23-	الإضاءة غير كافية في فصلي.	3	2	1
24-	مبنى مدرستي جميل ومنظم.	1	2	3
25-	بعض المدرسين بيشرحوا الدروس المتأخرة في حصص الأنشطة.	3	2	1
26-	جدول الحصص اليومي منظم.	1	2	3
27-	زملائي اللي بيأخذوا دروس خصوصي بيأخذوا درجات أعلى مني.	3	2	1
28-	المدرس بيعاملني زي زملائي اللي بيأخذوا عنده درس خصوصي.	1	2	3
29-	بأنسى حاجات كثيرة في الامتحان بالرغم من إني مذاكر كويس.	3	2	1
30-	أستطيع النوم العميق أيام الامتحانات.	1	2	3
31-	المدرس بيضرب الفصل كله لما بيسمع دوشة.	3	2	1
32-	زملائي مبيخدوش حاجاتي من غير ما اعرف.	1	2	3
33-	اليوم الدراسي ممل.	3	2	1

م	الفقرة	دائما	أحيانا	لا يحدث
34-	دورات مياه مدرستي نظيفة.	1	2	3
35-	لا نستطيع إنهاء المواد قبل الامتحانات.	3	2	1
36-	الكتب المدرسية بها وسائل إيضاح.	1	2	3
37-	الدروس الخصوصية بتخليني لا استطيع أن أمارس هواياتي.	3	2	1
38-	المدرس في الدرس الخصوصي بيكلفنا بواجبات مناسبة	1	2	3
39-	الامتحانات بتخليني أذاكر كثيرا وتحرمني من ممارسة الأنشطة.	3	2	1
40-	أجيب دون تردد عندما يوجه لي سؤال شفوي.	1	2	3
41-	مدرس الفصل لا يعرف اسمي.	3	2	1
42-	المدرس لا يسبني بألفاظ جارحة.	1	2	3
43-	مدرستي ليس بها ملاعب.	3	2	1
44-	نمارس الأنشطة في مدرستي.	1	2	3
45-	نجلس في الفصل في حصص الأنشطة.	3	2	1
46-	الكتب المدرسية صغير وجميلة.	1	2	3
47-	المدرس في الدرس الخصوصي بيعمل امتحانات كثيرة.	3	2	1

م	الفقرة	دائما	أحيانا	لا يحدث
48-	عدد الطلاب في الدرس الخصوصي مناسب.	1	2	3
49-	بعض زملائي بيحصلوا على درجات أعلى مني بالغش.	3	2	1
50-	يصحح المدرسون الامتحانات الشهرية بدقة.	1	2	3
51-	المدرس بيفضل بعض زملائي عليّ.	3	2	1
52-	المدرس بيشركني في الأنشطة.	1	2	3
53-	عدد تلاميذ فصلي كتير.	3	2	1
54-	فصلي به وسائل تعليمية.	1	2	3
55-	نجد صعوبة في تعلم اللغة الانجليزية.	3	2	1
56-	نقوم بمراجعة الدروس قبل الامتحانات.	1	2	3
57-	المدرس في الدرس الخصوصي بيكلفنا بحاجات خاصة له.	3	2	1
58-	المدرس في الدرس الخصوصي لا يحرجني بإعلان درجاتي أمام زملائي.	1	2	3
59-	المدرسون بيعملوا امتحانات كثيرة طول العام.	3	2	1
60-	استطيع الكتابة بخط واضح في الامتحانات.	1	2	3

تعليمات التصحيح وتفسير النتائج:

#سيكولوجية

يتكون المقياس من خمس أبعاد هي:

1- العلاقات الاجتماعية.(1، 2، 11، 12، 21، 22، 31، 32، 41، 42، 51، 52).

2- البيئة المدرسية. (3، 4، 13، 14، 23، 24، 33، 34، 43، 44، 53، 54).

3- المناهج الدراسية. (5، 6، 15، 16، 25، 26، 35، 36، 45، 46، 55، 56).

4- الدروس الخصوصية. (7، 8، 17، 18، 27، 28، 37، 38، 47، 48، 57، 58).

5- الامتحانات. (9، 10، 19، 20، 29، 30، 39، 40، 49، 50، 59، 60) (علي، 1999).

العلامة تتراوح بين (60-180) والمتوسط (120) كلما ارتفعت العلامة دل ذلك على وجود ضغط مدرسي لدى الطالب.

مقياس التفاؤل والتشاؤم

تعليمات

عزيزي الطالب :

اقرأ من فضلك كل عبارة مما يلي بعناية وقرر الى أي حد تعد مميزة لمشاعرك وسلوكك وارائك ثم بين مدى انطباقها أو عدم انطباقها عليك وذلك بوضع دائرة حول رقم من الارقام التالية لها

والله ولي التوفيق ،،

بيانات أولية للطالب

الاسم : (اختياري) .....

العمر : ..... المدرسة : .....

السنة الدراسية : ◯ أول ثانوي . ◯ ثاني ثانوي . ◯ ثالث ثانوي .

التخصص : .....

التقدير العام : ◯ ممتاز ◯جيد جدا ◯جيد ◯ مقبول .

المعدل التراكمي العام : .....

	العبارات	لا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثير جدا
1	تبدو لي الحياة جميلة .	1	2	3	4	5
2	اشعر أن الغد سيكون يوما مشرقا .	1	2	3	4	5
3	أتوقع أن تتحسن الأحوال مستقبلا .	1	2	3	4	5
4	أنظر الى المستقبل على أنه سيكون سعيدا .	1	2	3	4	5
5	أنا مقبل على الحياة بحب وتفاؤل .	1	2	3	4	5
6	يخبئ لي الزمن مفاجات سارة .	1	2	3	4	5
7	ستكون حياتي أكثر سعادة .	1	2	3	4	5
8	لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس .	1	2	3	4	5
9	أرى أن الفرج سيكون قريبا .	1	2	3	4	5
10	أتوقع الأفضل .	1	2	3	4	5
11	أرى الجانب المشرق المضيء من الأمور .	1	2	3	4	5
12	أفكر في الأمور البهيجة المفرحة .	1	2	3	4	5
13	إن الآمال أو الأحلام التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غدا .	1	2	3	4	5
14	أفكر في المستقبل بكل تفاؤل .	1	2	3	4	5
15	أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم .	1	2	3	4	5

العبارات	لا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
دلني الخبرة على أن الدنيا سوداء كالليل المظلم .	1	2	3	4	5
عظي قليل في هذه الحياة .	1	2	3	4	5
شعر أنني أتعس مخلوق .	1	2	3	4	5
يكون مستقبلي مظلماً .	1	2	3	4	5
لازمني سوء الحظ .	1	2	3	4	5
كتوب عليّ الشقاء وسوء الطالع .	1	2	3	4	5
ا يائس من هذه الحياة .	1	2	3	4	5
كثرة الهموم تجعلني أشعر بأنني أموت في اليوم مائة مرة .	1	2	3	4	5
ترقب حدوث أسوأ الأحداث .	1	2	3	4	5
خيفني ما يمكن أن يحدث لي في المستقبل من سوء حظ .	1	2	3	4	5
توقع أن أعيش حياة تعيسة في المستقبل .	1	2	3	4	5
دي شعور غالب بأنني سأفارق الأحبة قريباً .	1	2	3	4	5
خيفني الأحداث السارة لأنه سيعقبها أحداث مؤلمة .	1	2	3	4	5
يدو لي أن المنحوس منحوس مهما حاول .	1	2	3	4	5
شعر كأن المصائب خلقت من أجلي .	1	2	3	4	5

قائمة المراجع :

- أبو حطب ،(2006)، الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها كما تدركها المرأة الفلسطينية في محافظة غزة رسالة ماجستير ،منشورة في جامعة الأقصى غزة .

- ابراهيم لطفي عبد الباسط (1993) علاقة عوامل الضبط المدرسي وعلاقته بضغوط الدراسة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية جامعة قطر ، العدد 11 .

- أحمد عبد الخالق (2000) أسس علم النفس الطبعة 3 ،الاسكندرية دار المعرفة .

- الرشيد (1999) الضغوط النفسية ،طبيعتها نظرياتها ،القاهرة مكتبة الأنجلو المصرية .

- السيد عبيد ، ماجد بهاء الدين (2008)الصغوط النفسية ، طبيعتها ، نظرياتها ، القاهرة ، مكتبة الأنجلوا المصرية .

- العزاوي ، سامي مهدي (2008)دراسة مقارنة بين الأطفال الذين لديهم أخوان من ذوي الاحتياجات الخاصة والأطفال العاديين في بعص أبعاد الشخصية ،منشور في كتاب نساء وأطفال ، قضايا الحاضر والمستقبل ، مطبعة القبس ،بعداد .

- الوابلي علي (2006) أثر لإعاقة على التوافق الأسري ،المجلة العربية الخاصة ، الأكاديمية ، السعودية العدد 8 .

- راجح أحمد عزت (1999) أصول علم النفس الطبعة 11 /دار المعرفة .

- حسونة ، (2014) المسؤولية الاجتماعية والضغوط النفسية لدى القيادات الطلابية في جامعة القدس ، المفتوحة رسالة ماجستير ،الجامعة الإسلامية غزة ،فلسطين

- عبد العزيز مفتاح محمد (2010) مقدمة في علم النفس الصحة ، مفاهيم ونظريات دار وائل ، عمان

- عايش صباح ونادية يوب (2016) الضغوط النفسية لدى إخوة المعاقين عقليا وعلاقتها ببعض المتغيرات مجلة الواحات للبحوث والدراسات ،المجلد 9 ،العدد 2 .

- حراحشة أحمد (2004) ، الضغوط النفسية واستراتجية التوافق اخوة المعاقين عقليا ، رسالة الماجستير ، جامعة اليرموك .

- دعاء السيد ،محمد الراجي (2009) الاضطرابات النفسية لدى إخوة المعاقين عقليا ، رسالة ماجستير ،جامعة اليرموك .

- عبد الهادي بن محمد بن عبد الله (2012) الضغوط النفسية وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب الثانوي المملكة السعودية .
- مرزوق بن أحمد عبد المحسن (2012) الضغوط النفسية المدرسية وعلاقته بالانجاز الأكاديمي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة من الطلاب في المرحلة الثانوي ، رسالة ماجستير .
- عثمان فاروق السيد (2001)القلق وإدارة الضغوط النفسية ، دار الفكر العربي .
- رضوان سامر جميل (2003)الصحة النفسية ، دار الميسر ، عمان .
- علي عمر إسماعيل (1999) مقياس الضغوط النفسية المدرسية ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية ، جامعة عين شمس .

.