مجلة المختار للعلوم الإنسانية 39 (4): 941-973، 2021

Research Article Open Access

الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعوقين ذهنياً (دراسة ميدانية في مدينة البيضاء)

هند عبدالرازق بدر
كلية التربية، قسم التربية الخاصة، جامعة عمر المختار

Doi: https://doi.org/10.54172/wdavn196

المستخلص: تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً، وعلاقتها بالمتغيرات التالية: صلة القرابة (أباء \ أمهات)، المستوي التعليمي (متوسطا جامعي\ عالي)، وتاريخ الالتحاق بمركز القدرات الذهنية. قد تم اختيار العينة بطريقة العينة المتاحة ، وقد تكونت العينة الاستطلاعية من (15) أب و أم من اطفال الملتحقين بدار الرعاية الاجتماعية بمدينة البيضاء، اما العينة الأساسية فقد تكونت من (33) طفلا من الملتحقين بدار الرعاية. وقد طبق على كل طفل استمارتين، الاستمارة الأولى من قبل الأم، والاستمارة الثانية من قبل الأب لمعرفة درجة الضغوط لديهم. وقد تم استخدام مقياس الضغوط النفسية لدى أسر المعاقين من إعداد السرطاوي والشخص (1998). وقد توصلت النتائج إلى ارتفاع درجة الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً، ولا توجد فروق دالة إحصائياً في الضغوط النفسية حسب المستوي التعليمي (متوسطا جامعي\ عالي)، بينما كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية لدي أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً حسب تاريخ الالتحاق بالمركز.

الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية، أولياء الأمور، المعوقين ذهنياً.

Psychological stresses among parents of mentally handicapped students (A field study in Al-Bayda city)

Hind Abdel Razek Badr
Department of Special Education, College of Education, Omar Al-Mukhtar University - Al-Bayda

Abstract: The current study aims to identify the psychological stresses among parents of mental handicapped students, and its relation with the following variables: kind of parents (mothers & fathers), educational level (intermediate / university / high education), and the date of joining to the mental abilities center. The sample was chosen by the available sample method, and the exploratory sample consisted of (15) fathers and mothers of children enrolled in the social care home in Al-Bayda city, while the basic sample consisted of (33) children enrolled in the care home. Two forms were applied to each child, the first form by the mother, and the second form by the father to find out the degree of pressure they have. The Psycho-logical Stress Scale was used with the families of the disabled, prepared by Al-Sartawi and Al-shahes (1998). The results showed a high degree of psychological stress among parents of mentally handicapped students, and there were no statistically significant differences in psychological stress according to educational level (average / university / high), while there were statistically significant differences in psychological stress of parents of mentally disabled students according to the date of Join the center.

Keywords: psychological stress, parents, mentally handicapped.

The Author(s) 2023. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) , which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium ,provided you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons license, and indicate if changes were made.

المقدمة

يعيش الإنسان المعاصر زمنا كثرت فيه وتعددت مسببات الضغوط النفسية , وامتاز هذا العصر بالتغير السريع في جميع المجالات مما جعل الفرد يواجه الكثير من التحديات في طريق تحديد أهدافه وتلبية حاجاته وصولاً للتوافق الشخصي (الرشيدي، 1999؛ أبراهيم وآخرون، 2003). ومن خلال تفاعل الإنسان مع البيئة نجده في حاجة دائمة إلى عملية مواءمة مستمرة بين مكوناته الذاتية والظروف الخاصة به، وهذا ما يطلق عليه أساليب مواجهة الضغوط الحياتية، والتي يسعى الفرد من خلالها إلى تحقيق التوازن بين ذاته وظروفه الخارجية سواءً بتغيير ما بداخله مثل تعبئة طاقاته أو تغيير أفكاره أو تعديل أهدافه وطموحاته أو بتغيير البيئة (العابد ، 2018).

وكنتيجة للتغيرات الأسرية و الاجتماعية والاقتصادية وسمة السرعة التي طغت على العصر الحديث، أصبح الفرد يواجه ضغوطات مختلفة حتى أضحت جزءاً من حياته اليومية وأثرت على صحته النفسية والجسدية، وتنشأ هذه الضغوط عادةً في البيئة المحيطة به (الرشيدي، 1999). ونتيجة مواكبة حياة الإنسان للضغوط اليومية المتعددة وبدرجات متفاوتة، فإنه أضحى عرضة لمواقف تتطلب منه فوق ما يمتلكه من طاقات، كما أصبحت هذه الضغوطات جزءاً من حياته نتيجة كثرة التحديات التي يواجهها في هذا العصر حيث أنها متفشية في كافة المجتمعات والمؤسسات (الطريدي، 1994؛ أبو مصطفى والأشقر، 2011).

وبما أن الضغوط النفسية تعتبر من ضمن الأحداث اليومية التي يمر بها الفرد في حياته الخاصة أو حياته المهنية، فأنها قد تشكل ضغطاً سلبياً أو إيجابياً عليه، والإنسان في حياته يمر بالكثير من الضغوط والأزمات و الشدائد والمشقّات التي من شأنها أن تؤثر سلباً في حياته نفسياً وفسيولوجياً إذ لم يتهيأ لها ويتعلم الطرق والأساليب المناسبة لتقبلها والتعامل البنّا معها (الطريدي، 1994؛ الرشيدي، 1999). كما تظهر أهمية التسليم والقناعة بأنه ليس هناك مناص ومفر من مرور الإنسان بمثل هذه الأزمات، وأنه من غير الممكن منعها جميعها من الحصول. أما استجابات الأفراد لهذه الضغوط فأنها متفاوتة بحسب اختلاف مجالاتهم واتجاهاتهم ، فبعض الأفراد قد يصاب بالحزن والتوتر عند التفكير بالقرارات المصيريّة كالزواج، والعمل وضغوطه المستمرة، وبعض الأشخاص يؤمن بأنّ تعرض الإنسان للضغوط من فترة إلى أخرى يجعله أكثر قدرة وكفاءة على القيام بالمهام وإنجازها وأكثر جرأة على خوض التحديات والنجاح فيها ، وبالتالي حصول الفرد على الشعور الإيجابي (أبو الحمص والسرابي وحجازي , 1988).

وتعتبر الضغوط النفسية في الوقت الراهن من اهتمامات المختصين في مختلف ميادين علم النفس والطب, وقد يزداد اهتمام وسائل الاعلام بهذا الموضوع وركزت عليه كثير من المؤتمرات، ولهذا نجد الكثير من الابحاث تجرى يومياً في مجال الطب والتربية والادارة والصناعة ومحورها هو الضغط النفسي ومسبباتها وطرق التغلب عليها

والوقاية منها (الرشيدي، 1999؛ عبدالرحمن، 2001). فالضغط النفسي من المفاهيم الحديثة نسبياً التي تناولها العديد من البحوث في مجال علم النفس الاجتماعي وعلم النفس المهني، والتي اكدت بمجملها أنها مشاكل مهمة تتعلق بالعمل ، وأن فهمها يتطلب فهم كل من شخصية الفرد وبيئته وعمله (عباس والصباغ، 2000). أذ أن الإنسان قد يواجه مشكلات معينة نتيجة للتعرض لهذه المشكلات فترة طويلة من الزمن فأنه يشعر بالضغط فهو لا يتلقى خلال هذه الفترة الدعم اللازم من المقربين ، ويشعر أنه متورط ولا حل امامه للتخلص من هذا الوضع، عندها يحدث الضغط النفسي كنتيجة اخيرة عندما لا يستطيع الفرد أن يتكيف مع الضغط النفسي (منشار ومنشار، 1999؛ العابد ، 2018).

والضغوطات الأسرية هي عبارة عن مجموعة من الخبرات المتراكمة الناتجة عن حدث معين يصيب أحد أفراد الأسرة ويؤثر في جميع أفرادها بدرجات متفاوتة، ينتج عن هذا الحدث مجموعة من الحاجات النفسية والمادية والاجتماعية غير المشبعة مثل: عدم دراية الأسرة بكيفية هذا الحدث، ونقص الموارد والخدمات المتاحة، ويؤدي هذا إلى زيادة الشعور بالعجز ، وبالتالي بالضغط مما يدفع الأسرة إلى اتباع بعض الأساليب التكيفية الناجحة وغير الناجحة، ويتوقف نجاح الأسرة على التوافق مع الضغط على مقدار توافر الخدمات والدعم الاجتماعي الذي تتحصل علية من البيئة المحيطة (الرشيدي، 1999؛ الرفاعي، 2004؛ زعارير، 2009).

وحيث أن الأسرة تعد من أهم مصادر الضغوط النفسية والاجتماعية لما فيها من شد وجذب، وعندما تفشل في توفير المناخ الذي يساعد في تعليم أفرادها كي يحققوا التوازن بين الحاجات الاتصالية بالآخرين والحاجات الاستقلالية لديهم، فأن الباب يكون مفتوحاً لمختلف صور الإتصال الخاطئ والذي ينتهي بإضطراب جو الأسرة وتحويلها إلى بؤرة مولدة للاضطراب وإصابة بعض أفرادها به (منشار ومنشار، 1999؛ محمد، 2007) .

مشكلة الدراسة

من أهم الاحداث المثيرة للاهتمام لدى أي أسرة هو ميلاد طفل جديد الذي يعتبر بمثابة حدث سعيد ونهاية انتظار مدته تسعة أشهر، إذ يتمنى الآباء والأمهات إنجاب أطفال أسوياء، وهم يرسمون لهم صوراً في أذهانهم ويحلمون لهم بمستقبل من نوع ما قبل ولادتهم. غير أن الوالدين اللذين قدر لهما إنجاب طفل معاق، سرعان ما يبدأ لديهما الإحساس بالحزن والأسى، بل إنهما يعتبران نفسيهما فاشلين فيما كانا يعتبرانه من أهم أهدافهما في الحياة، كما أن إعاقة الطفل يمكن أن تستبعد إمكانية بعض النجاحات التي كان الوالدان يتمنيان رؤيتها في طفلهما (عبيد، 2008؛ مصباح ومنصوري، 2013؛ العابد، 2018).

وتبدأ الضغوط النفسية لديهم بعد اكتشاف إعاقة طفلهما، وأول ما يواجهونه هو كيفية التكيف مع فقان الحلم بطفل سليم، وفهم الشذوذ أو الإعاقة. وعند مجيء طفل معاق يكون هناك بعض التقطع، والتوتر في العلاقات الأسرية، فالآباء الذين طالما حلموا بحمل طفلهم، وإطعامه كغيره من الأطفال العاديين، قد يواجهون بطفل يعتمد على والديه في كل شيء، مما يشعرهما بالإحباط (الرفاعي، 2004؛ مصباح ومنصوري، 2013). أذ أن وجود طفل معاق في الأسرة هو عامل ضاغط من شأنه أن يؤثر على النمو المستقبلي للأسرة في كل المستويات، فالعلاقات الأسرية تتأثر بسبب متطلبات الطفل الملحة المستمرة والتي تتطلب من أفراد الأسرة العمل تحت ظروف الضغط النفسي والتوتر والقلق والحرمان من إشباع حاجاتهم الشخصية (الروسان، 1998؛ عبيد، 2008).

ويؤكد الباحثين في مجال التربية الخاصة أمثال "بلشات، ليفابفر، وليفرت (Levert, Lefebvre, 2005 Pelchat) أن أولياء امور الأطفال المعاقين لديهم متطلبات تتجاوز تلك التي يواجهها أولياء أمور الأطفال العاديين, وهذه المتطلبات تعد عامل مهم جداً من عوامل توتر الوالدين، ومنذ اللحظة الأولى التي يدرك فيها الوالدين حالة أبنهما المعاق سواءً كان من خلال فريق التشخيص، أو طبيب الأطفال، أو أية وسيلة أخرى، يصبحان في حالة من الضغط النفسي ويشعران بأنهما في أزمة قاسية يحتاجان فيها إلى من يساعدهما على الخروج منها (Chan & Sigafoos, 2001). ويؤكد "كازاك ومارفأن (Marvin & Kazak 1984) أن الطفل المعاق في الأسرة هو مصدر يعزز ارتفاع مستوى الضغوط النفسية لديها، ويزعزع العلاقات الاسرية فيها ويؤدي إلى عرقلتها في أداء وظائفها (Koydemir, 2009).

ورغم تطور برامج التربية الخاصة والخدمات التى تقدم للأطفال المعاقين في السنوات الماضية من قبل المراكز المتخصصة، إلا أن هذا التطور لم يشمل تقديم الخدمات لأمهات وآباء الأطفال المعاقين بشكل كافً، مما عرض الوالدين للكثير من المشكلات النفسية والعضوية التى تسبب ارتفاع مستوى الضغط النفسي لديهم ويعرض بعض الأسر للتفكك، ويرفع من مستوى القلق لدى البعض الاخر (الناجح، 1984؛ الرفاعي ، 2004). وهذا ما يجعل والدي الطفل المصاب تحت سلسلة من الضغوط النفسية تكون في الغالب مرتبطة بالاحتياجات الخاصة لهذا الطفل، وبالقلق على مستقبله (الروسان، 1998؛ فرح، 2005).

ونتيجة لذلك أنطلق حديثاً الاهتمام بتقديم الخدمات الخاصة في مجالات الارشاد والتأهيل والعمل الاجتماعي مع أباء وأمهات الأطفال المعاقين، وذلك لتخفيف من معاناتهم من الضغوطات النفسية والصراعات التي تسببها لهم الإعاقة (Koydemir, 2009). أذ أن وجود طفل معوق في الأسرة قد يكون السبب لحدوث العديد من المشكلات الاسرية، وبالتالي يعاني أباء وأمهات هؤلاء الأطفال من ضغوط نفسية مرتفعة نتيجة لوجود طفل معاق في الاسرة،

ومن اكثر هذه الضغوط السعي المتواصل والجهد المضاعف من الوالدين ليظهر طفلهما بالشكل المقبول أمام الآخرين (الروسان، 1998؛ علي، 2015).

ومما سبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة في التعرف على الضغوط النفسية التي يواجهها أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً الملتحقين بمركز الرعاية الاجتماعية في مدينة البيضاء، وعلاقة هذه الضغوط ببعض المتغيرات الديموغرافية.

أهمية الدراسة

الضغوط النفسية تعتبر من ضمن الأحداث اليومية التي يمر بها الفرد في حياته التي قد تشكل ضغطاً سلبياً أو إيجابياً عليه، لذا فأن دراسة الضغوط النفسية مهمة في معرفة أسباب الضغوط ومدى تأثيرها على الفرد والأسرة والمجتمع وكيفية الوقاية منها (يوسف، 2007؛ العابد، 2018). وبما أن الأسرة هي التي يقع على كاهلها مسؤولية رعاية الأطفال، وتوفير متطلبات نموهم، وتنشئتهم التنشئة الاجتماعية السليمة، لذا فأن وجود طفل معاق داخل الأسرة يؤثر على الوالدين، وعلى بقية أفرادها من نواحٍ عدة، كإعاقة أداء الأسرة لوظائفها المعتادة، والتأثير على العلاقة الزوجية نتيجة ما يتعرض له الوالدان من قلق (قراقيش، 2006؛ محمد، 2007). والضغوط النفسية التي تتعرض لها أسر المعاقين ذهنياً لها تأثير كبير على الأسرة، لأنها تجر مشاكل على العلاقات الأسرية تجعلها أكثر تعقيداً، كما لها أثر في إحداث تغير في تكيف الأسرة وإيجاد خلل في التنظيم النفسي الاجتماعي لأفرادها(مرسي، 1999؛ عثمان، 2001).

وتهدف هذه الدراسة بشكل أساسي إلى دراسة مستوى الضغوط النفسية لدى أسر المعاقين ذهنياً، وتأتي أهميتها في كونها تتعامل مع الأسرة التي تمثل أهم مكون من مكونات النظام الاجتماعي، لذا سيتم تسليط الضوء على طبيعة ما تتعرض له أسر المعاقين من ضغط نفسي جراء المشكلات المترتبة عن إعاقة الطفل. ولهذه الدراسة أهمية خاصة على المستويين النظري والتطبيقي، وتتمثل الاهمية النظرية في التعرف على احتياجات أولياء أمور المعاقين ذهنياً، ومدى توفرها لديهم من جهة، وعلاقتها ببعض المتغيرات الخاصة بالمعاق وبالوالدين وبالأسرة نفسها من جهة أخرى.

وعلى المستوى التطبيقي قد تسهم هذه الدراسة في معرفة الضغوط النفسية لدي لأولياء الامور المعاقين ذهنياً، الأمر الذي قد يساعد في إعداد برامج التدخل المبكر التي من شأنها وقاية الوالدين من التعرض للمشاعر السلبية التي تشمل الحزن والاحباط والألم، والتي تساهم بشكل كبير في تعرضهما لارتفاع مستوى الضغط النفسي لديهم ،وتساعدهما في عدم الاستسلام لمشاعر اليأس.

أهداف الدراسة

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية :

1.التعرف على الضغوط النفسية لدى أولياء أمور المعاقين ذهنياً .

2. التعرف على الضغوط النفسية لدى أولياء أمور المعاقين ذهنياً حسب متغير الجنس أباء وأمهات .

3. التعرف على الضغوط النفسية لدى أولياء أمور المعاقين ذهنياً حسب متغير المستوي التعليمي.

4. التعرف على الضغوط النفسية لدى أولياء أمور المعاقين ذهنياً حسب تاريخ الالتحاق بالمركز.

حدود الدراسة

من الناحية النظرية تتحدد الدراسة الحالية بطبيعة المتغيرات التي تتصدى لدراستها وهي الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً، كما تتحدد بطبيعة المقياس المستخدم لجمع المعلومات ذات العلاقة بمتغيرات الدراسة. كما تتحدد الحدود الزمنية والمكانية بوالدين الأطفال المعاقين ذهنياً الملتحقين بدار الرعاية الاجتماعية في مدينة البيضاء في الفترة التي تم فيها جمع البيانات وهي (2019 – 2020).

تحديد المصطلحات:

الضغوط النفسية :

من تعريفات الضغوط النفسية بأنها حالة تنتج من جهد نفسي أو جسمي أو عقلي، تحدث تغيرات سريعة في الجهاز العصبي المستقل والتي تضع الفرد بظروف تحاول اجباره على التصرف بشكل يرضاه أو لا يرضاه، ويكون الضغط صادر من الفرد بحد ذاته أو من بيئته (العابد، 2018). كما عرفة الحجار ودخان (2005) بأنه مجموعة من الأحداث والأفكار التي تفضي إلى الشعور بالتوتر وتستشف عادة من إدراك الفرد بأن المطالب المفروضة عليه فوق قدارته و امكانياته .

الإعاقة الذهنية:

يعتبر مفهوم الإعاقة الذهنية مفهوماً متعدد الجوانب حيث يمكننا أن ننظر إليه من زوايا عدة يهتم كل منها بمنظور معين بحيث يتباين ذلك بين المنظور الطبي، والمنظور الاجتماعي، والمنظور السيكومتري، والمنظور التربوي (الشناوي، 1997؛ محمد ، 2007).

والإعاقة الذهنية أيضا يشار إليها بالنقص العقلي وهو اضطراب في العمليات العقلية يؤدي إلى اضطراب في عمليات الكف، وإلى عدم الربط بين النظم الداخلية اللغوية والحركية، وإلى عدم الإشباع العصبي، وقصور في متابعة المثيرات نتيجة بطء النمو العقلي. ولا يعتبر التخلف العقلي أو الذهني مرضاً ولكنه عرض لعدة اضطرابات منها اضطراب الصبغيات (الجينات)، الاضطرابات التكوينية التي قد تحدث بفعل المصادفة أثناء الحمل، الإصابات التي تحدث للطفل أثناء الولادة ، الأمراض التي يتعرض لها الطفل بعد مولده ، وفقر البيئة وما يصاحبه من حرمان مادي أو انفعالي أو اجتماعي (القذافي ، 1994؛ فهمي، 1998).

وتعرف الجمعية الأمريكية الإعاقة الذهنية بأنها نقص جوهري في الأداء الوظيفي الراهن، يتصف بأداء ذهني وظيفي دون المتوسط يكون متلازماً مع جوانب قصور في أثنين أو أكثر من مجالات المهارات التكيفية التالية: العناية الشخصية، الحياة اليومية، المهارات الاجتماعية، الاستفادة من مصادر المجتمع، ويظهر ذلك في سن الثامنة عشر (محمد ، 2007).

الضغوط النفسية لأولياء أمور المعاقين

أن هذا المصطلح يستخدم للإشارة إلى التأثير السيئ الذي يحدثه وجود فرد معاق في الأسرة (وما يتسم به من الخصائص السلبية) لدي الوالدين، فيثير لديهم ردود فعل عقلية وانفعالية وعضوية غير مرغوبة، تعرضهم للتوتر والضيق والقلق والحزن والأسي، كما قد يعانون من بعض الأعراض النفسية أو الجسمية (الجسدية) التي تستنفذ طاقاتهم وتحول دون قدرتهم على التركيز بما يقومون به من أعمال (السرطاوي و الشخص، 1998)

التعريف الاجرائي للضغوط النفسية: هي مجموع الدرجات التي يحصل عليها ولي الأمر سواءً كأن الأب أو الأم عند تطبيق مقياس الضغوط النفسية المطبق عليهم .

الدراسات السابقة

دراسة لريمرمان (1989) Rimmerman عن التغيرات في الضغط النفسي لدى أمهات المعاقين، ومواجهته خلال (18) شهرا أشارت نتائجها إلى أن كل الأسر التي تستعمل الرعاية المؤقتة لديها مستوى منخفض من الضغوط ، وأكثر قابلية للتأقلم، أما الأسر التي لم تستخدم الرعاية البديلة خلال (18) شهرا ، لوحظ لديها زيادة ملحوظة في الضغط ، وأقل قابلية للتأقلم. مما يؤكد أن العناية بالطفل المعاق في المنزل يمثل مصدراً من مصادر الضغوط ، نتيجة لأعباء رعاية الابن المعاق، وصعوبة التواصل معه (فرح، 2009). كما أن دراسة يعقوب ويحيى (1995) عن الضغوط النفسية والدعم الاجتماعي لدى آباء وأمهات الأطفال المتخلفين عقليا في عمان قد أظهرت

نتائجها أن والدي الطفل المعاق يعانون من ضغوط نفسية شديدة منها الأسى والحزن والألم والشعور بالذنب والاكتئاب ، كلما ارتفعت درجة الضغوط احتاج الوالدان إلى مساندة اجتماعية (عبد المنعم، 2006).

وفي دراسة الشخص والسرطاوي (1998) التي هدفت إلى دراسة الضغوط النفسية، وأساليب المواجهة، والاحتياجات لأولياء أمور المعاقين عقلياً، وسمعياً، وبصرياً ، وبدنياً لمواجهة الضغوط النفسية الناجمة عن إعاقة الأبناء، كانت النتائج تشير إلى أن أولياء الأمور اتفقوا على ترتيب الاحتياجات حسب أهميتها، بحيث يأتي الدعم المادي أولاً، ويلي ذلك الاحتياجات المعرفية، ثم الدعم المجتمعي، وأخيراً الدعم الاجتماعي، وأن تلك الاحتياجات تتزايد بصورة عامة بارتفاع مستوى الضغط النفسي وبارتفاع مستوى مواجهة الضغط النفسي.

وفي دراسة عثمان (2001) حول الضغوط النفسية لدى أولياء امور الأطفال المعاقين عقلياً بولاية الخرطوم واساليب مواجهتها، توصلت لعدد من النتائج أهمها أن السمة العامة المميزة للضغوط النفسية واساليب مواجهتها لدى أولياء امور الأطفال المعاقين عقلياً يتصفان بالإيجابية والانخفاض. أما دراسة بيومي (2003) عن الضغوط النفسية لدى اسر المعاقين عقلياً وعلاقتها بالاتجاهات الوالدية نحو الطفل المعاق، توصلت إلى أن والدي الطفل المعاق يعانون من ضغوط نفسية مرتفعة منها الأسى والحزن والألم.

في حين هدفت دراسة فرح (2005) إلى معرفة الضغوط النفسية وعلاقتها باحتياجات أولياء أمور غير العاديين المعاقين حركيا بولاية الخرطوم، و أهم ما توصلت إليه الدراسة من نتائج: تتسم الضغوط النفسية بالأنخفاض بدرجة دالة إحصائياً وسط أولياء أمور المعاقين حركياً، لا توجد فروق دالة إحصائيا في الضغوط النفسية وسط أولياء أمور المعاقين حركياً تبعاً لنوع والد المعاق (آباء – أمهات) ، لا توجد علاقة دالة إحصائيا بين الضغوط النفسية والمستوى التعليمي لأولياء أمور المعاقين حركياً، توجد علاقة طردية دالة إحصائيا بين الضغوط النفسية ومتغير درجة إعاقة الابناء. كما بينت النتائج أنه توجد علاقة طردية دالة إحصائيا بين الضغوط النفسية لأولياء أمور المعاقين حركياً واجتياجاتهم الحياتية المختلفة.

كما هدفت دراسة قراميتش (2006) إلى التعرف على الضغوط النفسية لدى أولياء امور أطفال التوحد واحتياجات مواجهتها، والتعرف على علاقة كل من الضغوط النفسية والاحتياجات ببعض المتغيرات الخاصة بأولياء الامور المتمثلة: بالجنس والعمر الزمنى ومستوى التعليم والدخل الشهرى اوالخاصة بالاطفال والمتمثلة بدرجة التوحد لديهم والجنس والعمر الزمنى، وتوصلت الدراسة إلى ارتفاع مستوى الضغط النفسى لدى افراد العينة ككل، وقد كانت الضغوط النفسية لدى أولياء امور أطفال التوحد أكبر مقارنة بمستوى الضغوط النفسية لدى أولياء أطفال الإعاقات الأخرى. وفي دراسة عبيد (2008) عن الضغوط النفسية لدى عينة من اباء وأمهات الأطفال المعاقيين وعلاقتها ببعض المتغيرات كالجنس والمستوى التعليمى ومستوى الدخل، ومن ثم الوقوف على العوامل

المؤثرة على ظاهرة الضغوط النفسية. وتوصلت الدراسة إلى النتائج إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الآباء والامهات بالنسبة للضغوط النفسية تبعاً لأبعاد الضغوط النفسية، وقد وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الاباء والامهات بالنسبة للضغوط النفسية حسب متغير الدخل، وحسب المستوى التعليمي.

في حين أن دراسة زعارير (2009) عن مصادر الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى اولياء امور التوحديين في الاردن، وعلاقتها ببعض المتغيرات مثل: جنس الطفل التوحدي وعمره، وتوصلت إلى أن ابرز مصادر الضغوط النفسية لدى أولياء امور الأطفال التوحديين شيوعاً على الترتيب هي: القلق على المستقبل، وعدم القدرة على تحمل أعباء الطفل التوحدي. كما وجدت فروق ذات دلالة احصائية بين مصادر الضغوط لدى اباء وامهات الأطفال التوحديين في ابعاد المشكلات المعرفية والنفسية للطفل، والمشكلات الأسرية والقلق على مستقبل الطفل. أما دراسة أمين (2011) عن الضغوط النفسية ودرجة القلق والاكتئاب لدى امهات الأطفال ذوي الاعاقة الذهنية، قد توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة كل من القلق والاكتئاب لدى امهات الأطفال المعاقين ذهنياً حسب عمر الطفل وجنسه (زعارير، 2009).

كما أن دراسة درويش (2011) عن الضغوط النفسية لدى أولياء امور المعوقين عقلياً وأساليب مواجهتها في مدينة دمشق توصلت إلى أن عدم القدرة على تحمل اعباء المعوق كان من اكثر الضغوط النفسية شيوعاً وتأثيراً لدى اولياء امور المعاقين عقلياً ثم يليها القلق، تليها المشكلات النفسية والمعرفية للطفل ثم الاعراض النفسية والعضوية ثم مشكلات الاداء الاستقلالي للطفل، يليها مشاعر اليأس والاحباط ثم المشكلات الإدارية والاجتماعية. كما بينت أنه توجد فروق في اساليب مواجهة الضغوط النفسية وفق مستوى المؤهل العلمى لصالح أولياء الأمور الحاصلين على المؤهل الثانوي، ولا توجد فروق في درجة الضغوط وفق مستوى المؤهل العلمي، كما أنه توجد فروق في درجة الضغوط النفسية بين الاباء والامهات لصالح الامهات. وفي دراسة عيدروس (2012) عن الضغوط النفسية لاولياء امور الأطفال التوحديين وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية، كان يتسم مستوى الضغوط النفسية لأولياء امور الأطفال التوحديين بالارتفاع، كما أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لأولياء أمور الأطفال التوحديين تعزى لمتغير التعليم لصالح المستوى التعليمي الجامعي.

كما أجريت دراسة صباح ومنصوري (2013) حول أثر الضغوط النفسية على أسر المعاقين وذلك انطلاقاً من الفرضية التالية: تعاني أسر المعاقين من مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية، وقد توصلت الدراسة إلى أن أسر المعاقين تعاني مستويات منخفضة من الضغوط النفسية. وقد هدفت دراسة فرح وأمين (2015) إلى معرفة مستوى الضغوط النفسية وسط امهات الأطفال ذوي الاعاقة الذهنية المترددات على مستشفى السلاح الطبي،

وللتحقق مما إذا كانت هناك فروق بين أبعاد هذه الضغوط، توصلت إلى عدد من النتائج أهمها: أن الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية تتسم بالانخفاض، وأن هناك فروق بين أبعاد الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية لصالح الامراض العضوية، وأن الفروق في مستوى الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية وجدت انها تكون تبعاً لمتغيري درجة الإعاقة والحالة الاقتصادية، ولم توجد فروق تبعاً لمتغير تعليم الأم.

كما أن دراسة حسين (2015) عن الضغوط النفسية لأولياء امور ذوي الاعاقة السمعية بمدارس الامل بولاية الخرطوم توصلت إلى أن الضغوط النفسية لأولياء أمور ذوي الاعاقة السمعية تتسم بالارتفاع، كما أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لأولياء أمور ذوي الاعاقة السمعية لصالح أولياء الأمور ذوي التعليم الجامعي. أما دراسة شتيوي وخطار هدفت (2017) إلى التعرف على مدى أثر الضغوط النفسية لدى أسر الأطفال ذوي لإعاقة العقلية و تأثيرها على التحصيل الدراسي لأبنائهم العاديين لدى عينة من أسر ذوي الاحتياجات الخاصة، وقد توصلت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية بين وجود طفل معاق في الأسرة و الضغوط النفسية على الوالدين والإخوة العاديين، وأن الإعاقة من شأنها أن تأثر على التحصيل الدراسي لهم، كما أن نوع وشدة الإعاقة من شأنه أيضاً أن يؤثر على حدة وشدة الضغط النفسي للأبناء وبالتالي على التحصيل الدراسي.

في حين أن دراسة الفحل وعبدالرحيم (2017) عن الضغوط النفسية لأولياء امور المراهقين المعاقين سمعياً للأعمار من (16 –20 سنة)، وعلاقتها بدرجة الاعاقة وبعض المتغيرات الاخرى، قد اسفرت عن النتائج الاتية: تتسم الضغوط النفسية لأولياء أمور المراهقين ذوي الاعاقة السمعية بالارتفاع، توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية لأولياء أمور المراهقين ذوي الاعاقة السمعية و درجة الإعاقة لأبنائهم، وبين الضغوط النفسية والمستوى التعليمي لولي أمر المراهق المعاق سمعياً، بينما لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية وترتيب المراهق المعاق سمعياً في الأسرة.

مناقشة الدراسات السابقة

بعد عرض الدراسات السابقة فيما يتعلق بالضغوط النفسية لدى والدي الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية يمكن أن نسجل بعض الملاحظات والمؤشرات والدلالات على النحو التالي:

1. تباينت أهداف الدراسات السابقة تبعا لتباين المتغيرات التي تناولتها كل دراسة واغلبها استهدفت المتغير الاساسي وهو الضغوط النفسية لدى والدي الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية، وهو ما يتماشى مع الهدف الرئيسي للدراسة الحالية وهو التعرف على هذه الضغوط.

2. توصلت الدراسات السابقة إلى النتائج التالية :

أ. أشارت النتائج أن العناية بالطفل المعاق في المنزل يمثل مصدراً من مصادر الضغوط ، نتيجة لأعباء رعاية الابن المعاق، وصعوبة التواصل معه كما في دراسة لريمرمان (1989) Rimmerman .

ب. أظهرت نتائج الدراسات أن والدي الطفل المعاق يعانون من ضغوط نفسية شديدة منها: الأسى والحزن والألم والشعور بالذنب والاكتئاب ، وكلما ارتفعت درجة الضغوط احتاج الوالدان إلى مساندة اجتماعية، كما في دراسات يعقوب ويحيى (1995)، الشخص والسرطاوي (1998)، بيومي (2003)، قراميتش (2006)، عبيد (2008)، درويش (2011)، عيدروس (2012) ، حسين (2015)، شتيوي وخطار (2017) و الفحل وعبدالرحيم (2017). بينما توصلت دراسات عثمان (2001)، فرح (2005)، عبدالله (2009)، صباح ومنصوري (2013)، و فرح وأمين (2015) أن مستوى الضغوط النفسية يتسم بالأنخفاض بدرجة دالة إحصائياً وسط أولياء أمور الأطفال المعاقين .

ج. كانت النتائج تشير إلى أن أولياء الأمور اتفقوا على ترتيب الاحتياجات حسب أهميتها، بحيث يأتي الدعم المادي أولاً ، ويلي ذلك الاحتياجات المعرفية، ثم الدعم المجتمعي، وأخيراً الدعم الاجتماعي، وأن تلك الاحتياجات تتزايد بصورة عامة بارتفاع مستوى الضغط النفسي وبارتفاع مستوى مواجهة الضغط النفسي كما في دراسة الشخص و السرطاوي (1998) و دراسة قراميتش (2006).

د. بينت دراسات فرح (2005)، و عبدالله (2009) انه لا توجد فروق دالة إحصائيا في الضغوط النفسية وسط أولياء أمور المعاقين تبعاً لنوع والد المعاق (أباء- وأمهات)، والمستوى التعليمي لأولياء أمور المعاقين. بينما توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية ومتغير درجة الإعاقة للأبناء واحتياجاتهم الحياتية المختلفة.

هـ. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأباء والامهات بالنسبة للضغوط النفسية تبعاً لابعاد الضغوط النفسية كما في دراسات عبيد (2008) و زعارير (2009)، و درويش (2011). كما وجد انه توجد فر وق ذات دلالة احصائية وفق مستوى المؤهل العلمي كما في دراسات عبيد (2008) ، عيدروس (2012) ، حسين (2015) ، و الفحل وعبدالرحيم (2017). بينما دراسة درويش (2011) بينت انه لا توجد فروق في درجة الضغوط وفق مستوى المؤهل العلمي.

فروض الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى اختبار الفروض البديلة التالية:

1. توجد فروق ذات دلاله احصائيه في الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً.

2. توجد فروق ذات دلاله احصائيه في الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً حسب متغير صلة القرابة (أباء \ أمهات).

3. توجد فروق ذات دلاله احصائيه في الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً حسب متغير المستوي التعليمي (متوسط\ جامعي\ عالي).

4. توجد فروق ذات دلاله احصائيه في الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً حسب تاريخ الالتحاق بالمركز.

الإجراءات المنهجية

منهج الدراسة

استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي (DISCRIPTIVE DESIGN).

مجتمع الدراسة

يتكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع الآباء والأمهات للأطفال المعوقين ذهنياً، الملتحقين بدار الرعاية الاجتماعية في مدينة البيضاء للعام (2019-2020) ، وعدد الأطفال كأن (95) طفل .

عينة الدراسة

قد تم اختيار عينة الدراسة بطريقة العينة المتاحة، وهي العينة التي تعتمد على ما هو متاح بحيث يختار الباحث المفردات الميسرة الموجودة أمامه (البياتي و اثناسيوس ، 1977)، وفي هذه الدراسة تم اختيار كل الأطفال الذين كان هناك تعاون من قبل الأسرة مع دار الرعاية الاجتماعية ومع الباحثة ، إذ كان هناك نسبة من اهل الأطفال الملتحقين بالدار رفضت أي تعاون.

وقد تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (15) أب و أم من اطفال الملتحقين بدار الرعاية الاجتماعية بمدينة البيضاء، وقد استخدمت هذه الاستمارات لأستخراج الصدق والثبات. أما العينة الأساسية فقد تكونت (33) طفل من الملتحقين بدار الرعاية، وقد طبق على كل طفل استمارتين، الاستمارة الاولى من قبل الأم، والاستمارة الثانية من قبل

الأب لمعرفة درجة الضغوط لديهم. و تم جمع (60) استمارة، (33) استمارة لأمهات الأطفال المعوقين ذهنياً، و(27) استمارة لآبائهم، وقد تم اقصاء (3) استمارات لعدم استيفاء كافة البيانات وفقرات المقياس. وقد تم اختيار عينة الدراسة وعلاقتها ببعض المتغيرات وهي كالتالي :

1. حسب متغير صلة القرابة:

جدول (1)

اختيار عينة الدراسة حسب متغير درجة القرابة

صلة القرابة	العدد	النسبة
أب	27	%50
أم	33	%50
المجموع	60	%100

2. حسب المستوى التعليمي للوالدين:

جدول (2)

اختيار عينة الدراسة حسب متغير المستوى التعليمي

المستوي التعليمي	العدد	النسبة
متوسط	32	%45
جامعي	21	%55
عالي	7	%11.6
المجموع	60	100%

3. حسب تاريخ الالتحاق بدار الرعاية الاجتماعية:

جدول (3)

اختيار عينة الدراسة حسب متغير تاريخ الالتحاق

الالتحاق	العدد	النسبة
من 2010 إلى2013	24	%40
من 2014الي 2017	29	%48.4
من 2018 إلي 2010	7	%11.6
المجموع	60	%100

أداة الدراسة

استخدمت الدراسة الحالية مقياس الضغوط النفسية لدى أسر المعاقين من إعداد الباحثين زيدان السرطاوي وعبدالعزيز الشخص في البيئة الأر دنية (1998). تكون المقياس من (80) فقرة موزعة بالتساوي على الأبعاد التالية:

- بعد الأعراض النفسية والعضوية وعدد فقراته (20) فقرة.
- بعد مشاعر اليأس والإحباط وعدد فقراته (14) فقرة.
- بعد المشكلات المعرفية والنفسية للطفل وعدد فقراته (13) فقرة.
- بعد المشكلات الأسرية والاجتماعية وعدد فقراته (5) فقرات.
- بعد القلق على مستقبل الطفل وعدد فقراته (13) فقرة.
- بعد مشكلات الأداء الاستقلالي للطفل وعدد فقراته (8) فقرات.
- بعد عدم القدرة على تحمل أعباء الطفل وعدد فقراته (7) فقرات.

و أمام كل فقرة خمس إجابات (دائما ، غالبا، أحيانا ، نادرا ، لا يحدث إطلاقا) مع إعطاء درجة واحدة لأقل تدرج، وزيادتها تدريجيا إلي أن تصل (5) درجات لأعلاها.

ثبات المقياس

لقد تم تقدير ثبات المقياس في صورته الأصلية باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، حيث بلغت قيمته (0.93) للدرجة الكلية، في حين تراوحت ما بين (0.64 – 0.94) لأبعاد المقياس السبعة. وفي الدراسة الحالية تم التحقق من ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS)، حيث تم تطبيق المقياس على عينة تكونت من (15) من أباء وأمهات لأطفال لديهم إعاقة عقلية من الملتحقين بدار الرعاية الاجتماعية بمدينة البيضاء. وقد اكتفت الدراسة ب (15) استمارة فقط في العينة الاستطلاعية، لأن عدد الأسر المتعاونة معها كان قليل. وقد تم اعتماد بقية الأطفال الملتحقين بدار الرعاية في العينة الأساسية للدراسة. وكانت نسبة الارتباط في الجزء الأول (0.95) وفي الجزء الثاني لبنود المقياس (0.98) ، وهذا يشير إلى درجة مرتفعة من الثبات حيث أن هناك تقارب كبير في الارتباط بين بنود المقياس في الجزء الأول والجزء الثاني، وقد كانت نسبة الثبات باستخدام معادلة جتمان (0.96)، وباستخدام الفا كرونباخ كانت نسبة الثبات (0.97).

صدق المقياس

تم التحقق من صدق المقياس في الدراسة الأصلية باستخدام التحليل العاملي وقد تبين تشبع العوامل السبعة للمقياس. كما تم استخدام الاتساق الداخلي وحساب معاملات ارتباط الفقرات بالأبعاد المنتمية إليها، كانت معاملات ارتباط مرتفعة في معظمها ودالة عند (0.01)، وهذا يدل على تمتع المقياس بالاتساق الخارجي والذي يعد بدوره مؤشرا دالاً على الصدق. وفي الدراسة الحالية تم التحقق من صدق المقياس من خلال استخدام نوعين من الصدق هما : الصدق الظاهري و الاتساق الداخلي .

1. الصدق الظاهري: تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين من أساتذة قسم التربية وعلم النفس لمعرفة مدى مناسبة عبارات مقياس الضغوط النفسية لدى أسر المعاقين، واتفق المحكمين على ملائمة المقياس وصلاحيته للبيئة الليبية بنسبة اتفاق (0.98).

2. الاتساق الداخلي: كما تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الاتساق الداخلي بين الفقرات وقد تراوحت درجات الدلالة الإحصائية بين (0.518) كحد أدنى و (0.949) كحد أعلى عند مستوى دلالة (0.05).

الأساليب الاحصائية

تم تحديد الأساليب الإحصائية في الدراسة الحالية بما يتناسب مع الأهداف التي تسعى للتحقق منها باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS)، وقد تم اختيار الأساليب التالية: التجزئة النصفية، معادلة جتمان، معامل ارتباط بيرسون لحساب الاتساق الداخلي، المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، المتوسط النظري، الاختبار التائي (T-Test) لعينتين مستقلتين للكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لمجموعتي الوالدين حسب المتعاون منهما والجنس، وتحليل التباين الأحادي للكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية حسب متغيرات المستوى التعليمي للوالدين وتاريخ التحاق الطفل بدار الرعاية الاجتماعية .

عرض النتائج وتفسيرها

تم عرض النتائج وتفسيرها وفقا لفروض الدراسة والتي تتحدد الإجابة فيها على اختبار الفروض التالية :

الفرض الأول:

يسعى هذا الفرض إلى التعرف على اختبار الفرض القائل بوجود فروق ذات دلاله احصائيه في الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً. ولتحقيق هذا الفرض تم استخدام الفروق بين المتوسطات الحسابية

للأبعاد والانحراف المعياري والمتوسط النظري. ثم مقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط النظري، وقد تم اعتماد التقدير التالي:

اكبر قيمة + اصغر قيمة

2

إذا كان المتوسط الحسابي أقل من بالمتوسط النظري دل على مستوى ضغط منخفض، أما إذا كان المتوسط الحسابي اكبر من بالمتوسط النظري دل ذلك على مستوى ضغط مرتفع، و إذا كان المتوسط الحسابي مساوي بالمتوسط النظري دل ذلك على مستوى ضغط متوسط، كما تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، وجدول رقم (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

دلالة الفروق في الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً

الأبعاد	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أصغر قيمة	أكبر قيمة	المتوسط النظري	قيمة T	مستوى الدلالة
بعد الأعراض النفسية و العضوية	60	53.6	26.55	46.742	60.458	53.55	15.624	.000
بعد مشاعر اليأس والإحباط	60	50.57	27.55	43.45	57.683	50.52	14.204	.000
بعد المشكلات المعرفية و النفسية	60	35.1	21.4	29.571	40.629	35.049	12.686	.000
بعد المصاحبات الأسرية والاجتماعية	60	14.43	8.23	12.308	16.559	14.38	13.540	.000
بعد القلق على المستقبل الابن المعاق	60	31.12	16.67	26.81	35.423	31.065	14.434	.000
بعد مشكلات الأداء الاستقلالي للابن المعاق	60	21.98	16.55	17.709	26.258	21.933	10.268	.000
بعد عدم القدرة على تحم	60	10.7	6.31	9.071	12.329	10.65	13.081	.000

اعباء الابن المعاق								
الدرجة الكلية	60	217.5	115.21	187.739	247.261	217.45	14.6	.000

يتبين من الجدول (5) أن قيم المتوسط النظري في أبعاد المقياس ككل وفي الدرجة الكلية للمقياس كانت أكبر من قيم المتوسط الحسابي، وذلك دل ذلك على مستوى ضغط مرتفع. وباستخدام اختبار t-test لعينة واحدة تبين أن قيمة الاختبار كانت دالة احصائياً في الدرجة الكلية للمقياس (14.621) عند مستوى دلالة (0.000) وهو أقوى مستوى دلالة احصائية، وكذلك كانت ذات دلالة احصائية في كل ابعاد المقياس.

وبالرجوع إلى الجدول (5) نلاحظ ارتفاع درجة الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً بمتوسط حسابي (217.5) وانحراف معياري (115.21)، وكان أعلى المتوسطات في بعد الأعراض النفسية و العضوية بمتوسط حسابي (53.6) وانحراف معياري (26.55)، يليه بعد مشاعر اليأس والإحباط لدى الوالدين بمتوسط حسابي (50.57) وانحراف معياري (27.55)، ، ثم بعد المشكلات المعرفية و النفسية بمتوسط حسابي (35.1) وانحراف معياري (21.4)، ومن ثم بعد القلق على المستقبل الابن المعاق بمتوسط حسابي (31.12) وانحراف معياري (16.67)، ، يليه بعد مشكلات الأداء الاستقلالي للابن المعاق بمتوسط حسابي (21.98) وانحراف معياري (16.55)، واخيراً بعد عدم القدرة على تحمل اعباء الابن المعاق بمتوسط حسابي (10.7) وانحراف معياري (6.31).

ومما سبق نتبين أن أولياء أمور الأطفال المعاقين ذهنياً وجدت لديهم مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية، ويرجع ذلك إلى مجموعة من الأسباب، لعل من أهمها أن أسر المعاقين قد تعرضوا للصدمة عند اكتشاف الإعاقة، وتعايشوا مع المراحل الأولى لهذه الصدمة مما سبب لهم أعراض نفسية وعضوية مختلفة، هذه الأعراض درسها العديد من الباحثين وقسموها إلى مراحل مختلفة: تبدأ بالصدمة، ثم النفي والنكران، تليها الألآم النفسية، ثم التكيف والتقبل، ومن ثم احتواء الأزمة، وفي النهاية تسلم الأسرة بوجود الطفل المعاق، وتتقبل الأمر الواقع، وتبدأ في التكيف مع الإعاقة. حيث تكون ثقتهم أكثر في القدرة على القيام برعاية الأبن المعاق، فتشرع الأسرة في البحث عن حلول واقعية، وموضوعية للمشكلة من خلال التعليم، والتدريب، والتأهيل. هذا ما ينطبق على الأسر التي أجريت عليها الدراسة، إذ أن جميع الأطفال المعاقين من الملتحقين بالمراكز، ومضى وقت على اكتشاف إعاقة الأبن، أي أن الأسر قد وصلت إلى مرحلة من التقبل تسمح بالتعايش مع إعاقة الأبن، والطموح إلى وصول الأبن المعاق إلى مستويات متقدمة من النمو.

وهذه النتيجة تتفق مع دراسة لريمرمان (1989) Rimmerman التي أشارت نتائجها إلى أن العناية بالطفل المعاق في المنزل يمثل مصدرا من مصادر الضغوط، نتيجة لأعباء رعاية الابن المعاق، وصعوبة التواصل معه. كما تتفق مع دراسات كل من يعقوب ويحيى (1995)، الشخص و السرطاوي (1998)، بيومي (2003)، قراميتش (2006)، عبيد (2008)، درويش (2011)، عيدروس (2012)، حسين (2015)، شتيوي وخطار (2017)، و الفحل وعبدالرحيم (2017) التي توصلت إلى أن والدي الطفل المعاق يعانون من ضغوط نفسية شديدة منها الأسى والحزن والألم والشعور بالذنب والاكتئاب. واختلفت النتيجة الحالية مع دراسات فرح (2005) و عبدالله (2009) و صباح ومنصوري (2013) و فرح و أمين (2015) التي توصلت إلى أن مستوى الضغوط النفسية يتسم بالأنخفاض بدرجة دالة إحصائياً وسط أوليا أمور الأطفال المعاقين.

كما اختلفت النتيجة الحالية في ترتيب الأبعاد الخاصة بالضغوط النفسية لدى أولياء أمور الأطفال المعوقين ذهنياً مع دراسة درويش (2011) التي بينت أن عدم القدرة على تحمل اعباء المعوق في اكثر من الضغوط النفسية شيوعاً وتأثيراً لدي اولياء امور المعاقين عقلياً، ثم يليها القلق تليها المشكلات النفسية والمعرفية للطفل ثم الاعراض النفسية والعضوية، ثم المشكلات الاداء الاستقلالي للطفل، يليها مشاعر اليأس والاحباط ثم المشكلات الادارية والاجتماعية.

الفرض الثاني:

يسعى هذا الفرض إلى التحقق من الفرض القائل بوجود فروق ذات دلاله احصائيه في الضغوط النفسية لدي أولياء اموروالطلبه المعاقين ذهنياً حسب متغير صلة القرابة (أباء \ أمهات). ولتحقيق هذا الفرض تم استخدام اختبار T-test للفرق بين مجموعتين، وجدول رقم (6) يوضح ذلك.

جدول (6)

دلالة الفروق في التعرف على الضغوط النفسية لدي أولياء امورالطلبه المعاقين ذهنياً حسب متغير صلة القرابة (أباء \ أمهات).

الأبعاد	صلة القرابة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
بعد الأعراض النفسية و العضوية	أباء	30	46.33	25.496	1.964	58	0.05
	أمهات	30	59.55	26.28			داله
بعد مشاعر اليأس والإحباط	أباء	30	45	27.34	1.428	58	0.16
	أمهات	30	55.12	27.29			غير دالة
بعد المشكلات المعرفية و النفسية	أباء	30	28.74	17.95	2.144	58	0.04
	أمهات	30	40.30	22.82			دالة
بعد المصاحبات الأسرية والاجتماعية	أباء	30	12.52	8.01	1.654	58	0.10
	أمهات	30	16	8.19			غير داله
بعد القلق علىالمستقبل الابن المعاق	أباء	30	26.63	14.18	1.929	58	0.06
	أمهات	30	34.79	17.84			غير دالة
بعد مشكلات الأداء الاستقلالي للابن المعاق	أباء	30	19.07	16.85	1.237	58	0.22
	أمهات	30	24.36	16.16			غير دالة
بعد عدم القدرة علىتحمل اعباء الابن المعاق	أباء	30	9.26	6.23	1.623	58	0.11
	أمهات	30	11.88	6.21			غير دالة
الدرجة الكلية	أباء	30	188.29	108.19	1.810	58	0.08
	أمهات	30	241.39	116.84			غير دالة

يتبين من الجدول اعلاه أن القيمة التائية للدرجة الكلية على مقياس الضغوط النفسية (1.810) كانت غير داله احصائياً عند مستوى دلاله (0.05). أي انه لا توجد فروق ذات دلاله احصائية بين الآباء والامهات في مستوى الضغوط النفسية تجاه الأطفال المعاقين عقلياُ. كذلك الحال في ابعاد المقياس المتمثلة في: بعد مشاعر اليأس والإحباط، بعد المصاحبات الأسرية والاجتماعية، بعد القلق على مستقبل الابن المعاق، بعد مشكلات الأداء الاستقلالي للابن المعاق، و بعد عدم القدرة على تحمل اعباء الابن المعاق، حيث كانت القيم التائية غير داله احصائياً. أي انه لا توجد فروق ذات دلاله احصائية بين الآباء والامهات في مستوى الضغوط النفسية فيما يتعلق بهذه الأبعاد، وهذه النتيجة تتفق مع دراسات فرح (2005) و عبدالله (2009) التي بينت أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا في الضغوط النفسية وسط أوليا أمور المعاقين تبعاً لنوع والد المعاق (أباء – أمهات)، بينما توجد علاقة طردية داله إحصائياً بين الضغوط النفسية ومتغير درجة الإعاقة للأبناء واحتياجاتهم الحياتية المختلفة.

بينما كانت القيمة التائية في بعد الأعراض النفسية و العضوية داله احصائياً (1.964) عند مستوى دلاله (0.05)، لصالح الأمهات بمتوسط حسابي (59.55)، أذ كن أكثر عرضة للتعرض للأعراض النفسية و العضوية من أباء الأطفال المعاقين ذهنياً. كما هو الحال في بعد المشكلات المعرفية والنفسية أذ كانت القيمة التائية دالة احصائياً (2.144) عند مستوى دلالة (0.05)، لصالح الأمهات بمتوسط حسابي (40.30)، أذ كن أكثر عرضة للتعرض للمشكلات المعرفية والنفسية من الأباء.

الفرض الثالث

يسعى هذا الفرض إلى التحقق من الفرض القائل بوجود فروق ذات دلاله احصائيه في الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً حسب متغير المستوي التعليمي (متوسطا جامعي\ عالي). ولتحقيق هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين الاحادي ، وجدولي (7 و 8) يوضحا ذلك.

جدول (7)

المتوسطات والانحرافات المعيارية للعينة وفقاً للمستوى التعليمي لأولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً

الأبعاد	المستوى التعليمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
بعد الأعراض النفسية و العضوية	متوسط	32	51.4375	24.90879
	جامعي	21	51.7143	29.90007
	عالي	7	69.1429	20.64323
	Total	60	53.6000	26.54909
بعد مشاعر اليأس والإحباط	متوسط	32	48.6875	26.36522
	جامعي	21	47.6190	29.49318
	عالي	7	68.0000	23.83275
	Total	60	50.5667	27.54864
بعد المشكلات المعرفية و النفسية	متوسط	32	33.3125	19.39145
	جامعي	21	33.5238	24.82261
	عالي	7	48.0000	16.95091
	Total	60	35.1000	21.40149
بعد المصاحبات الأسرية والاجتماعية	متوسط	32	14.4375	8.15154
	جامعي	21	12.6667	8.34466
	عالي	7	19.7143	6.84871
	Total	60	14.4333	8.22845
بعد القلق على مستقبل الأبن المعاق	متوسط	32	31.1563	17.12028
	جامعي	21	29.5238	17.40867
	عالي	7	35.7143	13.22516
	Total	60	31.1167	16.67139
بعد مشكلات الأداء الاستقلالي للابن المعاق	متوسط	32	23.1875	20.12772
	جامعي	21	20.0952	12.27968
	عالي	7	22.1429	8.72599
	Total	60	21.9833	16.54628
بعد عدم القدرة على تحمل اعباء الابن المعاق	متوسط	32	9.8125	6.18759
	جامعي	21	10.4762	6.36882
	عالي	7	15.4286	5.25538
	Total	60	10.7000	6.30657
الدرجة الكلية	متوسط	32	212.031	114.13927
	جامعي	21	205.619	123.15213
	عالي	7	278.142	87.75616
	Total	60	217.500	115.20512

جدول (8)

دلالة الفروق في التعرف على الضغوط النفسية لدى أولياء امورالطلبه المعاقين ذهنياً حسب المستوي التعليمي (متوسطا جامعي\ عالي)

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع الدرجات	درجات الحرية	متوسط الدرجات	F	مستوى الدلالة

بعد الأعراض النفسية و العضوية	بين المجموعات داخل المجموعات الكلي	1915.38 39671.02 41586.4	2 57 59	957.69	1.376	0.261
بعد مشاعر اليأس والإحباط	بين المجموعات داخل المجموعات الكلي	2422.91 42353.83 44776.73	2 57 59	1211.45	1.630	0.205
بعد المشكلات المعرفية و النفسية	بين المجموعات داخل المجموعات الكلي	1319.29 25704.11 27023.4	2 57 59	659.64	1.463	0.240
بعد المصاحبات الأسرية والاجتماعية	بين المجموعات داخل المجموعات الكلي	260.76 3733.97 3994.73	2 57 59	130.38	1.990	0.146
بعد القلق على مستقبل الابن المعاق	بين المجموعات داخل المجموعات الكلي	201.3 16196.89 16398.18	2 57 59	100.65	.354	0.703
بعد مشكلات الأداء الاستقلالي للابن المعاق	بين المجموعات داخل المجموعات الكلي	121.44 16031.54 16152.98	2 57 59	60.72	.216	0.806
بعد عدم القدرة على تحمل اعباء الابن المعاق	بين المجموعات داخل المجموعات الكلي	182.77 2163.83 2346.6	2 57 59	91.39	2.407	0.099
الدرجة الكلية	بين المجموعات داخل المجموعات الكلي	29664.22 753396.78 783061	2 57 59	14832.11	1.122	0.333

من خلال النظر إلىالجدول (8) يتبين أن القيمة المحسوبة في كل أبعاد مقياس الضغوط النفسية كانت صغيرة وغير دالة احصائياً، حيث أن القيمة الفائية (f) كانت أصغر من القيمة الجدولية (3.15) المقابلة لدرجة الحرية (2) والتباين (57) عند مستوى دلالة (0.05)، أي أنه تم رفض الفرض القائل بوجود فروق دالة إحصائيا الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً المستوي التعليمي (متوسط\ جامعي\ عالي). وتتفق نتائج البحث مع دراسات فرح (2005)، وعبدالله (2009)، ودرويش (2011)، وأمين (2015)، اللاتي توصلن إلى إنه لا توجد فروق داله إحصائياً في الضغوط النفسية وسط أولياء أمور المعاقين تبعاً لمتغير المستوى التعليمي لأولياء أمور المعاقين. وتختلف النتيجة الحالية مع دراسات عبيد (2008) ، عيدروس (2012)، حسين (2015)، و الفحل وعبدالرحيم (2017)، اللاتي توصلن إلى أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلة المعاقين وفق المستوى التعليمي.

الفرض الرابع

يسعى هذا الفرض إلى التحقق من الفرض القائل بوجود فروق ذات دلاله احصائيه في الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً حسب تاريخ الالتحاق بالمركز. ولتحقيق هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين الاحادي ، وجدولي (9 و 10) يوضحا ذلك.

جدول (9)

المتوسطات والانحرافات المعيارية للعينة وفقاً لتاريخ الالتحاق بالمركز لأولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً

الأبعاد	تاريخ الالتحاق	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
بعد الأعراض النفسية و العضوية	2010-2013	24	48.2083	24.7298
	2014-2017	29	54.4138	27.5773
	2018-2020	7	68.7143	25.5259
	Total	60	53.6000	26.5490
بعد مشاعر اليأس والإحباط	2010-2013	24	43.9167	25.7140
	2014-2017	29	53.6207	29.3566
	2018-2020	7	60.7143	23.7537
	Total	60	50.5667	27.5486
بعد المشكلات المعرفية و النفسية	2010-2013	24	28.3333	20.3398
	2014-2017	29	37.7931	21.5446
	2018-2020	7	47.1429	19.0912
	Total	60	35.1000	21.4014
بعد المصاحبات الأسرية والاجتماعية	2010-2013	24	11.6667	7.32872
	2014-2017	29	15.5517	8.76921
	2018-2020	7	19.2857	6.07493

	Total	**60**	**14.4333**	**8.22845**
بعد القلق على مستقبل الأبن المعاق	**2010-2013**	**24**	**24.2500**	**12.7867**
	2014-2017	**29**	**33.3793**	**17.1618**
	2018-2020	**7**	**45.2857**	**16.8593**
	Total	**60**	**31.1167**	**16.6713**
بعد مشكلات الأداء الاستقلالي للابن المعاق	**2010-2013**	**24**	**16.4583**	**9.87742**
	2014-2017	**29**	**21.2414**	**11.6393**
	2018-2020	**7**	**44.0000**	**31.5541**
	Total	**60**	**21.9833**	**16.5462**
بعد عدم القدرة على تحمل اعباء الابن المعاق	**2010-2013**	**24**	**8.3333**	**5.02746**
	2014-2017	**29**	**11.7931**	**6.86284**
	2018-2020	**7**	**14.2857**	**5.58911**
	Total	**60**	**10.7000**	**6.30657**
الدرجة الكلية	**2010-2013**	**24**	**181.166**	**95.8389**
	2014-2017	**29**	**228.482**	**119.087**
	2018-2020	**7**	**296.571**	**126.335**
	Total	**60**	**217.500**	**115.205**

جدول (10)

دلالة الفروق في التعرف على الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً تاريخ الالتحاق بالمركز

الأبعاد	**مصدر التباين**	**مجموع الدرجات**	**درجات الحرية**	**متوسط الدرجات**	**F**	**مستوى الدلالة**
بعد الأعراض النفسية و العضوية	**بين المجموعات**	**2315.98**	**2**	**1157.99**	**1.681**	**.195**
	داخل المجموعات	**39270.42**	**57**			
	الكلي	**41586.4**	**59**			
بعد مشاعر اليأس والإحباط	**بين المجموعات**	**2052.64**	**2**	**1026.32**	**1.369**	**.263**
	داخل المجموعات	**42724.09**	**57**			
	الكلي	**44776.73**	**59**			
بعد المشكلات المعرفية و النفسية	**بين المجموعات**	**2324.45**	**2**	**1162.23**	**2.682**	**.077**
	داخل المجموعات	**24698.95**	**57**			
	الكلي	**27023.4**	**59**			
بعد المصاحبات الأسرية والاجتماعية	**بين المجموعات**	**384.8**	**2**	**192.4**	**3.038**	**.056**
	داخل المجموعات	**3609.93**	**57**			
	الكلي	**3994.73**	**59**			
بعد القلق على مستقبل الابن المعاق	**بين المجموعات**	**2685.43**	**2**	**1342.71**	**5.581**	**.006**
	داخل المجموعات	**13712.76**	**57**			
	الكلي	**16398.18**	**59**			
بعد مشكلات الأداء الاستقلالي للابن المعاق	**بين المجموعات**	**4141.72**	**2**	**2070.86**	**9.827**	**.000**
	داخل المجموعات	**12011.27**	**57**			
	الكلي	**16152.98**	**59**			
بعد عدم القدرة على تحمل اعباء الابن المعاق	**بين المجموعات**	**259.08**	**2**	**129.54**	**3.537**	**.036**
	داخل المجموعات	**2087.52**	**57**			
	الكلي	**2346.6**	**59**			
الدرجة الكلية	**بين المجموعات**	**78946.71**	**2**	**39473.36**	**3.195**	**.048**
	داخل المجموعات	**704114.29**	**57**			
	الكلي	**783061**	**59**			

من خلال النظر إلى الجدول (10) يتبين أن القيمة المحسوبة في أبعاد مقياس الضغوط النفسية المتمثلة في: بعد الأعراض النفسية والعضوية، بعد مشاعر اليأس والإحباط، بعد المشكلات المعرفية والنفسية، وبعد المصاحبات الأسرية والاجتماعية كانت صغيرة وغير داله احصائياً، حيث أن القيمة الفائية (f) كانت أصغر من القيمة الجدولية (3.15) المقابلة لدرجة الحرية (2) والتباين (57) عند مستوى دلالة (0.05). بينما كانت القيمة الفائية في الأبعاد: بعد القلق على مستقبل الابن المعاق ، بعد مشكلات الأداء الاستقلالي للابن المعاق، بعد عدم القدرة على تحمل اعباء الابن المعاق والدرجة الكلية للمقياس اكبر من القيمة الجدولية. مما يبين أنه هناك فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الطلبة المعاقين ذهنياً حسب تاريخ الالتحاق بالمركز. وبمراجعة المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبين أن الفروق كانت لصالح أولياء الأمور الذين التحقوا أطفالهم المعاقين ذهنياً بمركز تنمية القدرات الذهنية في الفترة من (2018 إلى 2020)، أي أن أطفالهم لا يزالوا حديثي العهد بالالتحاق بالمركز، وكنتيجة منطقية لايزال أولياء هؤلاء الأطفال صغار السن، مما يجعل الضغوط النفسية لديهم أكثر من أولياء الأمور الأكبر في العمر ممن التحق ابنائهم بالمركز وشاهدوا التطور التدريجي لنموهم من خلال الإهتمام بتنمية مهارات السلوك التكيفي للأطفال المعاقين ذهنياً. بالإضافة إلى ما يقدمه المركز من برامج ارشادية للوالدين توضح لهم مدى أهمية تقبل الأبن المعاق وكيفية التعامل معه في حدود ما لدية من القدرات والامكانيات الموجودة لدية وعدم مقارنته بالأطفال العاديين لاختلاف القدرات والامكانيات بينهم.

التوصيات والمقترحات

أولاً: التوصيات

1. ضرورة إجراء حملات توعية وتحسيس لتعريف أفراد المجتمع بالضغوط ومصادرها، وآثارها السلبية، وكيفية مواجهتها.

2. إقامة ندوات علمية تبصر أولياء امور الأطفال المعاقين ذهنياً بمفهوم هذا النوع من الإعاقات وأسبابها والنتائج المترتبة عليها.

3. إجراء دورات تدريبية لأولياء امور الأطفال المعاقين ذهنياً لتدريبهم على مهارات أساليب المواجهة حتى يتمكن من تخفيف شدة الضغوط النفسية الناجمة عن إصابة الطفل.

4. تنظيم البرامج الدينية والترفيهية ودعوة أولياء أمور الأطفال المعاقين ذهنياً للمشاركة مع أبنائهم فيها حتى يشعرون أن لأطفالهم مكان في هذا المجتمع .

ثانياً: المقترحات

1. أجراء دراسة عن الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها لدى أولياء الأمور لأطفال لديهم أنواع اخرى من الإعاقات كالتوحد.

2. أجراء دراسة تساعد في وضع توقعات واقعية لأولياء امور الأطفال المعاقين ذهنياً لأداء اطفالهم في ضوء قدراتهم وامكاناتهم.

3. أجراء بحوث ودراسات تحاول الكشف عن الفوارق العمرية وأثرها في الضغوط النفسية لأولياء الأمور.

المراجع

1. إبراهيم، عبد الستار وآخرون (2003). **علم النفس أسسه ومعالم دراساته** . الطبعة الثالثة . القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

2. ابوالحمص، نعيم و السرابي، رسي و حجازي، حمزة (1988). **مبادي سيكولوجية وتربية الطفل المعوق**. رم الله: دار الأرقم.

3. أمين، نهله أحمد على(2015). الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية. **رسالة ماجستير منشورة**، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

4. بيومي، لمياء عبدالحميد (2003). الضغوط النفسية لدى اسر المعاقين عقلياً وعلاقتها بالاتجاهات الوالدية نحو الطفل المعاق. **رسالة ماجستير منشورة**. جامعة قناة السويس، كلية التربية بالإسماعلية.

5. الحجار، بشير و دخان نبيل (2006). الضغوط النفسية لدي طلبة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية اديهم ، ***مجلة الجامعة الإسلامية***، 14(2).

6. حسين ، محمود إقبال عبد القادر (2015). الضغوط النفسية لأولياء امور التلاميذ ذوي الاعاقة السمعية بمدارس الأمل بولاية الخرطوم وعلاقتها ببعض المتغيرات . **رسالة ماجستير منشورة**. كلية التربية ، جامعة السوان للعلوم و التكنولوجيا ، ، السودان .

7. درويش، فاطمة (2011) . الضغوط النفسية لدى اولياء امور المعوقين عقلياً واساليب مواجهتها في مدينة دمشق. ***مجلة جامعة دمشق***، 27(1)، 756 – 755.

8. الرشيدي، هارون توفيق (1999). **الضغوط النفسية , طبيعتها ونظرياتها**. القاهرة: مكتبة الانجلو للنشر والتوزيع.

9. الرفاعي، مالك محمد سالم (2004). فاعلية برنامج لحل المشكلات في خفض مستوي الضغوط النفسية لدي أمهات الأطفال ذوي الإعاقة السمعية و البصرية وعلاقته ببعض المتغيرات ، **رسالة ماجستير منشورة**، الجامعة الأردنية .

10. الروسان ، فاروق (1998). **قضايا ومشكلات في التربية الخاصة** . عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع .

11. زعارير ، علي أحمد (2009) مصادر الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدي أولياء الامور التوحديين في الاردن و علاقتها ببعض لمتغيرات. **رسالة ماجستير منشورة**. جامعة الاردن.

12. السرطاوي، زيدان و الشخص، عبدالعزيز السيد (1998). **بطارية قياس الضغوط النفسية وأساليب المواجهة لاجتياحات أولياء امور المعاقين** . العين : دار الكتاب .

13. الشناوي، محمد محروس (1997). **التخلف العقلي الأسباب – التشخيص – البرامج**. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع

14. شتيوي، أمينة وخطار، زهية (2017). الضغوط النفسية لدى أسر الأطفال ذوي الإعاقة العقلية وتأثيرها على التحصيل الدراسي لأبنائهم العاديين. مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، ع(9)، 134-146.

15. صباح، عايش ومنصوري، عبدالخالق (2013). الضغوط النفسية لدى أسر المعاقين. دراسات نفسية وتربوية، ع(11)

16. الطريدي، عبد الرحمن بن سليمان (1994). **الضغط النفسي – مفهومه – تشخيصه – طرق علاجه و مقاومته** . المملكة العربية السعودية.

17. العابد، عفاف (2018). الضغوط النفسية و علاقتها النفسية بالمعاقين حركيا ، – دراسة ميدانية بولاية الوادي. **رسالة ماجستير منشورة**. جامعة الشهيد حمه لخضر. الوادي كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية. قسم العلوم الاجتماعية.

18. عباس ،كامل عبدالحميد و الصباغ ، روضة محي (2000). الضغط النفسي الذي يواجه طلبة المرحلة الاعدادية و علاقته بمفهوم الذات ، ***مجلة التربية و العلم*** ، 1 (26). 136.

19. عبدالرحمن، أبو ندى (2001). الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى جامعة الازهر بغزة. **رسالة ماجستير منشورة**. قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة الأزهر .

20. عبدالمنعم ، محمود أمال (2006). **مواجهة الضغوط النفسية لدي أسر متخلفين عقليا**. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.

21. عبيد، فتحية فرج (2008). الضغوط النفسية لدي عينة من اباء وامهات الأطفال المعاقين عقليا وعلاقتها ببعض المتغيرات، **رسالة ماجستير منشورة**، جمهورية مصر العربية.

22. عثمان، سلوى عثمان (2001). الضغوط النفسية لدي اولياء امور الأطفال المعاقين عقليا بولاية الخرطوم واساليب مواجهتها. **رسالة ماجستير منشورة** ، جامعة الخرطوم، السودان.

23. عيدروس، توحيدة (2012). الضغوط على أولياء أمور الأطفال المصابين بمرض التوحد و علاقتها ببعض المغيرات الديمغرافية بولاية الخرطوم. **رسالة ماجستير منشورة.** كلية التربية ،جامعة السودان للعلوم و التكنولوجيا ، السودان .

24. الفحل، بقاره احمد دياب و عبد الرحيم، نجده محمد (2017) .الضغوط النفسية لاولياء امور المراهقين المعاقين سمعيا للأعمار من (16 –20 سنة) وعلاقتها بدرجة الاعاقة وبعض المتغيرات الاخرى. ***مجلة العلوم التربوية***، 18(1).

25. فرح، منى حسن عبدالله (2005). الضغوط النفسية وعلاقتها باحتياجات أولياء أمور غير العاديين (المعاقين حركياً بولاية الخرطوم). **رسالة ماجستير منشورة** . قسم علم نفس. جامعة الخرطوم .

26. فرح، علي احمد و أمين، نهلة أحمد (2015). الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الاعاقة الذهنية دراسة وصفية على الأمهات المترادت على العيادة النفسية بمستشفي السلاح الطبي ام درمان.

27. فهمي، مصطفى (1998). **سيكولوجية الأطفال غير العاديين.** القاهرة: دار مصر لطباعة.

28. القذافي، رمضان (1994). **سيكولوجية الإعاقة.** طرابلس: منشورات الجامعة المفتوحة .

29. قراقيش ، صفاء موسى (2006). الضغوط النفسية لدى اولياء امور اطفال التوحد واحتياجات مواجهتها ، **رسالة دكتوراه منشورة** ، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

30. محمد، مبارك عثمان الشيخ (2007). الضغوط النفسية لدي أسر المصابين بالعلل الدماغية وعلاقتها ببعض المتغيرات. **رسالة ماجستير منشورة** ، جامعة النيلين.

31. مرسي، كمال إبراهيم (1999). **مرجع في علم التخلف العقلي.** الطبعة الثانية . القاهرة: دار النشر للجامعات.

32. مصباح ، عايش و منصوري، عبد الحق (2013). **الضغوط النفسية لدى أسر المعاقين.** الجزائر : جامعة وهران.

33. منشار، كريمان و منشار، عويضة (1999). الضغط النفسي في علاقته بدافعي الإنجاز و التواد لدي طلاب الجامعة ، ***مجلة الإرشاد النفسي*** ، 1 (10).

34. الناجح ، خليفة (1984). **المعاقون ومجالات الانشطة الرياضية** . طرابلس: منشورات المنشاة العامة.

35. يوسف، جمعه سيد (2007). **ادارة الضغوط.** القاهرة: مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث.

36. Chan, B, J & Sigafoos, J.(2001): Does Respite Care Reduce Parental Stress in Families with Developmentally Disabled Children?, Child & Youth Care Forum, Human .Sciences Press, 30(5) , pp253-263

37. Koydemir,S.(2009): Impact of autistic children on the lives of mothers, Procedia .Social and Behavioral Sciences, 1,pp 2534–2540

ملحق (1)

تحية طيبة

تهدف الباحثة إلى أجراء بحث عن الضغوط النفسية لدى أولياء امور الطلبة المعاقين ذهنياً، ومعرفة هل توجد فروق بين الوالدين (الأب والأم) في درجة هذه الضغوط، وعلاقتها ببعض المتغيرات كالمستوى التعليمي للوالدين وسنوات الالتحاق الطفل بالمركز.

مع العلم أن كافة المعلومات ستعامل بسرية ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي وشكراً لتعاونكم معنا.

صلة القرابة:.....

المستوى التعليمي للوالدين: .....

تاريخ الالتحاق بالمركز:.....\

التسلسل	العبارات	دائماً	غالباً	احياناً	نادراً	لا يحدث اطلاقاً
	بعد الأعراض النفسية و العضوية					
1	أشعر بعدم الرغبة في العمل					
2	أشعر بالتعب عقب أي العمل					
3	أعاني من صعوبة في النوم					
4	أحزن لأتفه الأسباب					
5	أقل تمتعاً بالحياة مقارنة بالآخرين					
6	أشعر بالضيق في التنفس دون سبب واضح					
7	تزداد ضربات قلبي دون سبب واضح					
8	أعاني من الصداع دون سبب واضح					
9	أفقد السيطرة على نفسي لأبسط الأسباب					
10	ألوم نفسي بشدة على أبسط الأخطاء					
11	يصعب على اتخاذ أي قرار في حياتي					
12	أشعر بعدم الرغبة في تناول الطعام					
13	أشعر بالضيق في وجود الاخرين					
14	أشعر بعدم الرغبة في الحياة					
15	أشعر بالألم في مفاصلي دون سبب واضح					
16	يصعب على تذكر الأشياء أو الاحداث					
17	أعاني من اضطرابات في الهضم					
18	أشعر بالقلق معظم الوقت دوم مبرر					
19	أعاني من الم بمعدتي يفقدني الاستمتاع بتذوق الطعام					
20	أعاني من اضطرابات في الأمعاء تسبب لي الإمساك					
	بعد مشاعر اليأس والإحباط					
21	أشعر أن أسرتي مهددة بسبب ابني المعاق					
22	أشعر أن حياتي قد تحطمت بسبب قدوم ابني المعاق					
23	اشعر بعدم الارتياح من نظرة الآخرين لي بسبب ابني المعاق					
24	أشعر أن أقاربي يحاولون تجنب التعامل مع أسرتي بسبب ابني المعاق					
25	أشعر أن أصدقائي قد تخلوا عني بسبب ابني المعاق					
26	أعتقد أن وجود فرد معاق في الأسرة يعد كارثة كبيرة لها					
27	أشعر أن اصطحاب ابني إلي الخارج خلال العطلة يفسد على متعتي					
28	أشعر أن ما نفعله مع ابننا المعاق يعد جهدا ضائعا					
29	يزعجني تدخل الاخرين في طريقة تربيتي لابني المعاق					
30	يؤلمني أن ابني لن يكون امتدادا طبيعيا لأسرتي					
31	ينتابني الشعور بأنني سبب إعاقة ابني					
32	أشعر أن وضع الأسرة الاجتماعي قد تناقض بسبب وجود فرد معاق فيها					
33	يزعجني انه لا جدوي من محاولة تعليم ابني المعاق					
34	يؤلمني إحجام الناس عن زيارتنا بسبب ابني المعاق					
35	اشعر أن الناس لا يراعون مشاعر أسرة الطفل المعاق					
36	أشعر بأنني تخيلت عن الكثير من الاشياء التي طالما تمنيتها بسبب ابني المعاق					
37	يزعجني أن ابني عدواني بصورة مزعجة					
	بعد المشكلات المعرفية و النفسية					
38	يؤلمني أن ابني يواجه صعوبة كبيرة في الفهم					
39	أشعر بالحرج لأن ابني يصعب عليه تركيز الانتباه لفترة					

	الطويلة					
40	يزعجني أن ابني يفتقد الدافعية للتعلم					
41	اشعر أن ابني لا يثق بنفسه					
42	يؤسفني ممارسة ابني تصرفات غير مهذبة					
43	أشعر بأن ابني يجد صعوبة في التعامل مع أقرانه بسبب إعاقته					
44	أشعر بالتوتر لأن ابني يصعب عليه التعامل مع أفراد الأسرة					
45	يقلقني عدم القدرة على ضبط سلوك ابني المعاق					
46	أشعر بالأسي لأن ابني يصعب عليه التعبير عن مشاعره					
47	يؤلمني عدم قدرتي على التعامل مع ابني المعاق					
48	يقلقني أن ابني يخاف من كل شيء					
49	أشعر بالملل لأن ابني يحتاج إلي توجيه و مراقبة مستمرة					
50	أشعر بالتوتر حينما أصطحب ابني إلي الإمكان العامة					
	بعد المصاحبات الأسرية والاجتماعية					
51	يصعب على زيارة أصدقائي وقتما أشاء					
52	أتخلي عن كثير من الضروريات بسبب ابني المعاق					
53	أتجنب الحديث مع الأخرين عن ابني المعاق					
54	أشعر بالحرج بسبب ابني المعاق					
55	أعتقد أن ابني يمثل مشكلة دائمة الأسرة					
	بعد القلق على مستقبل الابن المعاق					
56	أشعر بالحزن الشديد عندما أفكر في حالة ابني المعاق					
57	اشعر بالضيق حينما أفكر في مستقبل ابني المعاق					
58	أشعر بالإحباط حينما ادرك أن ابني لن يعيش حياة الطبيعية مطلقا					
59	أحرص على توفير الحماية الزائدة لابني بسبب الإعاقة					
60	يؤلمني الشعور بأن ابني سيقضي كل حياته معاقا					
61	أشعر بخيبة الأمل تجاه أسلوب حياة ابني المعاق					
62	أشعر أن إمكانيات ابني محدودة بحيث يصعب عليه أداء مهام الحياة اليومية					
63	أعتقد أن أسرة الطفل المعاق تؤدي مهاماً تفوق المهام التي تقوم الأسرة العادية					
64	أشعر بالذنب عندما أقصر في رعاية ابني					
65	اشعر أن إنجازات ابني أقل بكثير مما هو متوقع منه					
66	اتمني أن يكون وجود ابني المعاق مجرد حلم أفيق منه					
67	اشعر بالأسي من الصورة المشوهة التي تقدمها وسائل الإعلام عن المعاقين					
68	ينزعج ابني عندما يشعر بعدم اهتمامي به					
	بعد مشكلات الأداء الاستقلالي للابن المعاق					
69	أقلق عندما يجد ابني صعوبة في ارتداء ملابسه					
70	يقلقني عدم مقدرة ابني على استخدام الحمام بنفسه					
71	يزعجني أن ابني يجد صعوبة في التعرف على عنوان المنزل					
72	يؤسفني عدم مقدرة ابني المشاركة في الألعاب الرياضية					
73	أحزن عندما يجد ابني صعوبة في المشي					
74	يجد ابني صعوبة في المشي بدون مساعدة مما يسبب لي الأسي					
75	يقلقني تعلم ابني للمهارات البسيطة بصعوبة					
76	يزعجني أن ابني المعاق يصعب عليه المحافظة على نظافته					
	بعد عدم القدرة على تحمل اعباء الابن المعاق					
77	يقلقني أن متطلبات رعاية ابني المعاق تفوق كثيرا قدراتي المادية					

78	يقلقني أن متطلبات رعاية ابني مرهقة بالنسبة لنا					
79	يؤسفني أن أسرة الطفل المعاق تجد صعوبة في وضع خطط للمستقبل					
80	يؤلمني عدم توافر الدعم المناسب لأسرة الطفل المعاق					

الملحق (2)

اسماء المحكمين لأداة الدراسة

اسماء المحكين	الجامعة
د. حليمة الدقوشي	جامعة عمر المختار \ البيضاء
د. سالمة احمد	جامعة عمر المختار \ البيضاء
د. سليمان الدرسي	جامعة عمر المختار \ البيضاء
د. عبدالواحد عيسى	جامعة عمر المختار \ البيضاء
د. صالح الغماري	جامعة عمر المختار \ البيضاء
د. عماد الرز	جامعة عمر المختار \ البيضاء
د. فاطمة بوهتيرة	جامعة عمر المختار \ البيضاء