



جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة بابل - كلية التربية الأساسية
قسم التربية الخاصة

الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأنماط العزو لدى معلمي التربية الخاصة

رسالة

مقدمة إلى مجلس كلية التربية الأساسية في جامعة بابل وهي جزء من متطلبات
نيل درجة الماجستير في التربية وعلم النفس / تربية خاصة

من قبل الطالب

مثنى جمال عبد الله

بإشراف

أ. م. د نغم عبد الرضا عبد الحسين

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ
تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾

صَدَقَ اللَّهُ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

(سورة الرعد : ٢٨)

اقرار المشرف

أشهد أنّ هذه الرسالة الموسومة بـ (الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأنماط العزو لدى معلمي التربية الخاصة) التي تقدم بها الطالب (مثنى جمال عبد الله) قد جرت بإشرافي في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية وعلم النفس - تربية خاصة.

أ. م. د / نغم عبد الرضا عبد الحسين
التاريخ : / / ٢٠٢٢

بناءً على التوصيات المتوافرة في الرسالة ومراعاة الباحث لمنهجية البحث العلمي
نرشح هذه الرسالة للمناقشة.

أ.د عماد حسين عبيد المرشدي
رئيس قسم التربية الخاصة
التاريخ : / / ٢٠٢٢

أ. د فراس سليم حياوي
معاون العميد للشؤون العلمية والدراسات العليا
التاريخ : / / ٢٠٢٢

إقرار المقوم اللغوي

أشهد أنني قرأت الرسالة الموسومة بـ (الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأنماط العزو لدى معلمي التربية الخاصة) التي تقدم بها الطالب (مثنى جمال عبد الله) وقد اطلعت عليها ودققته من الناحية اللغوية، وبذلك أصبحت الرسالة مصاغة على وفق قواعد اللغة وتم فحصها لغوياً، وبناءً على التوصيات والصلاحيات وقعت على ذلك .

المقوم اللغوي:

اللقب العلمي والاسم:

التخصص:

التاريخ: / / ٢٠٢٢

إقرار المقوم العلمي

أشهد أنني قرأت الرسالة الموسومة بـ (الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأنماط العزو لدى معلمي التربية الخاصة) المقدمة من الطالب (مثنى جمال عبد الله) في جامعة بابل - كلية التربية الاساسية تخصص تربية خاصة وقد قومتها علمياً فأصبحت سليمة من الناحية العلمية ، وبناءً على التوصيات والصلاحيات وقعت على ذلك .

المقوم العلمي:

اللقب العلمي والاسم:

التخصص :

التاريخ : / / ٢٠٢٢

إقرار المقوم العلمي

أشهد أنني قرأت الرسالة الموسومة بـ (الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأنماط العزو لدى معلمي التربية الخاصة) المقدمة من الطالب (مثنى جمال عبد الله) في جامعة بابل - كلية التربية الاساسية تخصص تربية خاصة وقد قومتها علمياً فأصبحت سليمة من الناحية العلمية ، وبناءً على التوصيات والصلاحيات وقعت على ذلك .

المقوم العلمي:

اللقب العلمي والاسم:

التخصص :

التاريخ : / / ٢٠٢٢

قرار لجنة المناقشة

نحن أعضاء لجنة المناقشة نشهد أننا اطلعنا على هذه الرسالة الموسومة بـ (الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأنماط العزو لدى معلمي التربية الخاصة) المقدمة من الطالب (مثنى جمال عبد الله) وقد ناقشنا الطالب في محتوياتها وفصولها وملاحقها وفي ماله علاقة بها، نرى أنها جديرة بالقبول لنيل درجة ماجستير في التربية وعلم النفس – تربية خاصة وبتقدير () .

التوقيع:

الأسم: أ. م. د مالك فضيل عبد الله
عضواً

التوقيع:

الأسم: أ.م. د حيدر طارق كاظم
رئيساً

التوقيع:

أ. م. د نغم عبد الرضا عبد الحسين
عضواً ومشرفاً

التوقيع:

الأسم: أ.م. د الأسم: ايام وهب رزاق
عضواً

صُدقت هذه الرسالة من مجلس كلية التربية الاساسية بجامعة بابل بجلسته المرقمة ()

المنعقدة بتاريخ (/ ١١ / ٢٠٢٢) .

الاستاذ الدكتور

علي عبد الفتاح الحاج فرهود

العميد

التاريخ: / ١١ / ٢٠٢٢

الأهداء

إلى ...

- الغائب عني والمحاضر في قلبي الى الذكرى التي لا تُنسى والذي مرعاه الله .
- من جعل الله الجنة تحت أقدامها . الى ملائكة في الحياة الى معنى الحنان وسر الوجود . .
والدتي الحبيبة .
- أخوتي وأخواتي مرعاهم الله .
- نرملاتي ونرملاتي وفقهم الله .
- شهداء العراق رحمهم الله .

مثنى



الشكر وامتنان

قال تعالى : بسم الله الرحمن الرحيم (وَسَيَجْزِي اللَّهُ الشَّاكِرِينَ) صدق الله العلي العظيم (آل عمران : ١٤٤).
الحمد لله الذي جعل الحمد مفتاحاً لذكره ، وخلق الأشياء ناطقة بحمده وشكره والصلاة والسلام على نبيه محمد المشتق أسمه من الحمد وعلى آله الطاهرين أولي المكارم والجود وبعد . . .

فلا يسعني بعد أن أنهيت بحثي المتواضع ، إلا أن أتقدم بشكري الجزيل إلى الأستاذة المشرفة الدكتورة (نغم عبد الرضا عبد الحسين)، لسعة صدرها ، لما قدمه لي من الآراء والتوجيهات السديدة فكانت نعم المشرفة ونعم العون فقد كانت توجيهاتها مناراً مكننتني من إتمام بحثي بهذه الطريقة ، اسأل الله تعالى أن يوفقها ويحفظها .

وأقدم بالشكر والتقدير إلى أساتذتي في الحلقة الدراسية (السمنار) ويسعدني أيضاً أن أقدم شكري وتقديري إلى أساتذتي في قسم التربية الخاصة كافة ، وموظفي مكتبة الكلية ، لما قدموه من مساعدة وحسن المعاملة ، وكذلك الأساتذة المحكمين الأفاضل الذين تمت الاستعانة بأرائهم وتوجيهاتهم .

ويطيب لي وأيضاً أن أقدم شكري وامتناني إلى جميع زملائي لما قدمه لي من مساندة حقيقية طوال مدة دراستي اسأل الله تعالى أن يوفقهم ويحفظهم .

ومن الله التوفيق

الباحث



جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة بابل/ كلية التربية الأساسية
قسم التربية الخاصة

الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأنماط العزو لدى

معلمي التربية الخاصة

مستخلص رسالة مقدمة
إلى مجلس كلية التربية الأساسية في جامعة بابل وهي جزء من متطلبات
نيل درجة الماجستير في التربية وعلم النفس – تربية خاصة
من قبل الطالب

مثنى جمال عبد الله

بإشراف

أ.م. د. نغم عبد الرضا عبد الحسين

٢٠٢٢ م

١٤٤٤ هـ

مستخلص البحث

يهدف البحث الحالي إلى معرفة

١. مستوى الضغوط النفسية المدركة لدى معلمي التربية الخاصة.
٢. الفروق ذات الدلالة الاحصائية لمستوى الضغوط النفسية المدركة لدى معلمي التربية الخاصة وفقاً للمتغير الجنس ذكور - اناث.
٣. مستوى انماط العزو (داخلي - فشل) لدى معلمي التربية الخاصة .
٤. مستوى انماط العزو (داخلي - نجاح) لدى معلمي التربية الخاصة .
٥. مستوى انماط العزو (خارجي - فشل) لدى معلمي التربية الخاصة .
٦. مستوى انماط العزو (خارجي - نجاح) لدى معلمي التربية الخاصة .
٧. الفروق ذات الدلالة الاحصائية في انماط العزو على وفق "الجنس - النمط " لدى معلمي التربية الخاصة).
٨. العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو " داخلي - فشل " لدى معلمي التربية الخاصة).
٩. العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو " داخلي - نجاح " لدى معلمي التربية الخاصة .
١٠. العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (خارجي - فشل) لدى معلمي التربية الخاصة .
١١. العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (خارجي - النجاح) لدى معلمي التربية الخاصة .
١٢. العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو الكلي لدى معلمي التربية الخاصة .

واستعمل الباحث المنهج الوصفي الارتباطي لأنه الأنسب في إجراء البحث الحالي إذ تكون مجتمع البحث من معلمي التربية الخاصة المتواجدين في المدارس الابتدائية ذات الصفوف الخاصة في مديريات تربية محافظة بغداد للعام (٢٠٢١-٢٠٢٢)، إذ بلغ عددهم (٣٧٨) معلماً ومعلمة وبواقع (١٠٦) معلماً و(٢٧٢) معلمة ، لذا تم اختيار عينة مكونة من (٢٢٧) معلماً

ومعلمة من معلمي التربية الخاصة موزعين بواقع (٦٨) معلم و(١٥٩) معلمة ، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وحسب النسبة المئوية وبنسبة (٦٠%) من المجتمع الكلي للبحث وقام الباحث ببناء أداتي البحث المتمثلة بالآتي :

١. مقياس (الضغوط النفسية المدركة) إذ يتكون المقياس من (٣٠) فقرة واستخرج له الخصائص السايكومترية من صدق وثبات.

٢. مقياس (أنماط العزو) إذ يتكون المقياس من (٤٠) فقرة واستخرج له الخصائص السايكومترية من صدق وثبات.

حيث تم التحقق من الصدق الظاهري وصدق البناء لأداتي البحث ، أما الثبات فقد تم التحقق منه من خلال معادلة الفا - كرونباخ وبعد التحقق من الصدق والثبات لأداتي البحث تم تطبيقها على عينة البحث ، اذ تم جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً باستعمال الحقيبة الاحصائية (SPSS) ومعادلات معامل ارتباط بيرسون ، واختبار مربع كاي، والوسط الحسابي والانحراف المعياري ، والاختبار التائي لعينة مستقلة واحدة ، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين وتحليل التباين الثنائي.

وتم التوصل إلى النتائج ومنها:

١. إن معلمي ومعلمات التربية الخاصة لديهم مستوى من الضغوط النفسية المدركة. وتم الاستدلال على هذه النتيجة من خلال مقارنة الوسط الحسابي والبالغ (٩٦,٨٤) مع الوسط الفرضي والبالغ (٩٠) اذ جاءت هذه النتيجة لصالح الوسط الحسابي وهذا ما يدل على وجود ضغوط نفسية مدركة لدى عينة البحث.

٢. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية المدركة وبحسب متغير الجنس (ذكور - اناث)، وتم الاستدلال على هذه النتيجة من خلال مقارنة القيمة المحسوبة البالغة (١,٠٠٥) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٢٥) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

٣. إن هنالك علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الضغوط النفسية المدركة وأنماط العزو الكلي. ونوع العلاقة طردية. وتم الاستدلال على هذه النتيجة من خلال مقارنة قيمة معامل ارتباط بيرسون

(٠,٨٢٩) مع القيمة الجدولية والبالغة (٠.١٣) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٢٥) مما يدل بان العلاقة طرية وموجبة.

وفي ضوء هذه النتائج تم وضع عدد من التوصيات والمقترحات.

ثبت المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	العنوان.
ب	الآية القرآنية.
ت	إقرار المشرف.
ث	إقرار المقوم اللغوي.
ج	إقرار المقوم العلمي.
ح	إقرار المقوم العلمي.
خ	قرار لجنة المناقشة.
د	الإهداء.
ر	شكر وامتنان.
- ز - س - ش	مستخلص البحث.
ص - ض - ط - ظ - ع - غ	ثبت المحتويات.
١١-١	الفصل الأول : تعريف بالبحث
٤ - ٢	اولاً - مشكلة البحث
٧ - ٤	ثانياً - أهمية البحث
٨-٧	ثالثاً - اهداف البحث
٨	رابعاً - حدود البحث
١١-٩	خامساً - تحديد المصطلحات
٦٦-١٣	الفصل الثاني : إطار نظري ودراسات سابقة
٥١ - ١٣	المحور الاول: إطار نظري.
٣٥ - ١٣	اولاً : الضغوط النفسية المدركة.
١٤ - ١٣	١ . مفهوم الضغوط النفسية المدركة.
١٤	٢ . تطور الضغوط النفسية المدركة .
١٦-١٥-١٤	٣ . مستويات الضغوط النفسية المدركة.

١٨-١٧	٤. أنواع الضغوط النفسية المدركة.
٢٠-١٩-١٨	٥. مظاهر الضغوط النفسية المدركة.
٢٠	٦. أقسام الضغوط النفسية المدركة.
٢٢-٢١-٢٠	٧. تصنيف الضغوط النفسية المدركة.
٢٤-٢٣	٨. مصادر الضغوط النفسية المدركة.
٢٥	٩. أعراض الضغوط النفسية المدركة.
٢٧-٢٦-٢٥	١٠. أساليب مواجهة الضغوط النفسية المدركة.
٢٩-٢٨	١١. علاج الضغوط النفسية المدركة.
٣٤-٣٣-٣٢-٣١-٣٠	١٢. النظريات المفسرة للضغوط النفسية المدركة.
٣٥-٣٤	مناقشة النظريات.
٥١-٣٥	ثانياً :انماط العزو
٣٦-٣٥	١. مفهوم انماط العزو
٣٨-٣٧-٣٦	٢. العزو ومركز الضبط
٣٨	٣. ابعاد العزو السببي.
٤٠-٣٩	٤. اخطاء العزو.
٤٠	٥. أنواع العزو.
٤٧-٤١	٦. النظريات التي فسرت العزو.
٤٨-٤٧	مناقشة النظريات.
٥١-٤٨	ثالثاً : معلمي التربية الخاصة.
٤٨	١. مفهوم معلمي التربية الخاصة.
٥٠-٤٨	٢. خصائص وصفات معلم التربية الخاصة.
٥١-٥٠	٣. مهام معلمي التربية الخاصة.
٦٢-٥١	المحور الثاني : دراسات سابقة
٥٧-٥١	اولا : دراسات تناولت الضغوط النفسية .
٦٢-٥٧	ثانيا : دراسات تناولت انماط العزو
٦٣-٦٢	موازنة الدراسات السابقة :

٦٤-٦٣	جوانب الافادة من الدراسات السابقة
١٠٠-٦٥	الفصل الثالث : منهجية البحث واجراءاته
٦٦	اولاً: منهج البحث.
٦٧-٦٦	ثانياً: مجتمع البحث.
٦٨-٦٧	ثالثاً: عينة البحث .
١٠٠-٦٨	رابعاً: اداتا البحث.
١٠٠	خامساً: الوسائل الاحصائية.
١١٩-١٠١	الفصل الرابع : عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها
١١٨-١٠٢	اولاً: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها.
١١٩-١١٨	ثانياً: الاستنتاجات.
١١٩	ثالثاً: التوصيات.
١١٩	رابعاً: المقترحات.
١٣١-١٢٠	المصادر والمراجع
١٥٣-١٣٢	الملاحق
A.B.C.D	المستخلص باللغة الانكليزي

ثبت الجداول

الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
١	أعداد مجتمع البحث من معلمي التربية الخاصة وبحسب متغير الجنس والمحافظة	٦٧
٢	عينة البحث موزعة بحسب الجنس.	٦٨-٦٧
٣	اراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة.	٧٠
٤	القيمة التائية لفقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة (التحليل الاحصائي بأسلوب المجموعتين الطرفيتين).	٧٥-٧٢
٥	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية المدركة.	٧٧-٧٦
٦	المؤشرات الإحصائية لمقياس الضغوط النفسية المدركة.	٨٠
٧	قيمة مربع كاي لمعرفة موافقة المحكمين على صلاحية فقرات مقياس انماط الغزو السببي	٨٣

٨٨-٨٤	القيمة التائية لفقرات مقياس انماط العزو (التحليل الاحصائي بأسلوب المجموعتين الطرفيتين)	٨
٩٠-٨٩	معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس انماط العزو.	٩
٩١-٩٠	علاقة درجة الفقرة بدرجة البعد لمقياس انماط العزو.	١٠
٩١	يبين قيمة معاملات ارتباط درجة البعد بدرجة البعد الأخرى.	١١
٩٥	المؤشرات الإحصائية لمقياس انماط العزو.	١٢
٩٦	المؤشرات الإحصائية لمقياس انماط العزو البعد الاول (داخلي - فشل)	١٣
٩٧	المؤشرات الإحصائية لمقياس انماط العزو البعد الاول (داخلي - نجاح).	١٤
٩٨	المؤشرات الإحصائية لمقياس انماط العزو البعد الثاني (خارجي - فشل).	١٥
٩٩	المؤشرات الإحصائية لمقياس انماط العزو البعد الاول (خارجي - نجاح).	١٦
٩٤	ثبات ابعاد مقياس انماط العزو	١٧
١٠٢	قيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة الإحصائية لمستوى الضغوط النفسية المدركة	١٨
١٠٣	قيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة الإحصائية للفروق في الضغوط النفسية المدركة.	١٩
١٠٦	قيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة الإحصائية لمستوى انماط العزو (داخلي - فشل) .	٢٠
١٠٧	قيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة الإحصائية لمستوى انماط العزو (داخلي - نجاح)	٢١
١٠٨	قيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة الإحصائية لمستوى انماط العزو (خارجي - فشل) .	٢٢
١٠٩	قيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة الإحصائية لمستوى انماط العزو (خارجي - نجاح)	٢٣
١١٠	حجم العينة حسب الجنس	٢٤
١١٢-١١١	انماط العزو الكلي والاوزاط الحسابية والانحراف المعياري .	٢٥
١١٢	تحليل التباين الثنائي للتعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية.	٢٦
١١٤	قيمة معامل ارتباط بيرسون والفروق في العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو " داخلي - الفشل"	٢٧
١١٥	قيمة معامل ارتباط بيرسون والفروق في العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (داخلي - النجاح)	٢٨

٢٩	قيمة معامل ارتباط بيرسون والفروق في العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وأنماط العزو (خارجي - الفشل) .	١١٦
٣٠	قيمة معامل ارتباط بيرسون والفروق في العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وأنماط العزو (خارجي - النجاح) .	١١٧
٣١	قيمة معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لدلالة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وأنماط العزو الكلي.	١١٨

ثبت الاشكال

الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
١	اساليب مواجهة الضغوط النفسية حسب رأي (كوهان) .	٢٦
٢	اساليب مواجهة الضغوط النفسية.	٢٧
٣	يوضح مراحل نظرية هانز سيللي.	٣١
٤	مكونات الضغط حسب نظرية لأزروس.	٣٢
٥	المستويات حسب نظرية هايدر للعزو السببي	٤٣
٦	الإعزاءات للنجاح والفشل حسب نظرية كيلي	٤٥
٧	المؤشرات الاحصائية للضغوط النفسية المدركة	٨٠
٨	المؤشرات الاحصائية لأنماط العزو.	٩٥
٩	المؤشرات الاحصائية لأنماط العزو (الداخلي - فشل) .	٩٦
١٠	المؤشرات الاحصائية لأنماط العزو (الداخلي - نجاح) .	٩٧
١١	المؤشرات الاحصائية لأنماط العزو (خارجي - الفشل) .	٩٨
١٢	المؤشرات الاحصائية لأنماط العزو (خارجي - نجاح) .	٩٩
١٥	المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية المدركة بحسب متغير الجنس لدى معلمي التربية الخاصة	١٠٤

ثبت الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	الملحق
١٣٣	كتاب تسهيل المهمة من كلية التربية الأساسية.	١
١٣٤	كتاب تسهيل المهمة من جامعة بابل / كلية الدراسات العليا.	٢
١٣٥	كتاب تسهيل المهمة من قسم الاعداد والتدريب	٣
١٣٦	كتاب تسهيل المهمة من شعبة البحوث والدراسات	٤
١٣٨-١٣٧	أسماء السادة المحكمين واختصاصهم ومكان العمل	٥
١٤١-١٣٩	مقياس الضغوط النفسية المدركة بصيغته الاولى	٥
١٤٤-١٤٢	مقياس الضغوط النفسية المدركة بصيغته النهائية	٦
١٤٩-١٤٥	مقياس انماط العزو السببي بصيغته الاولى	٧
١٥٣-١٥٠	مقياس انماط العزو بصيغته النهائية	٨

الفصل الاول

تعريف بالبحث

اولاً : مشكلة البحث.

ثانياً: اهمية البحث.

ثالثاً: اهداف البحث.

رابعاً: حدود البحث.

خامساً: تحديد المصطلحات.

اولا : مشكلة البحث :

من المعلوم أننا نعيش عصرا تتزايد فيه سرعة إيقاع الحياة اليومية نتيجة لثورة الاتصالات والتكنولوجيا التي جعلت من العالم قرية صغيرة وهذا التقدم أثر بشكل أو بآخر على سلوك الفرد مسببا له الكثير من الضغوط اليومية على كافة المستويات الاجتماعية والأسرية والمهنية والاقتصادية حتى أصبح البعض يطلق على هذا العصر عصر القلق والضغوط النفسية بسبب تعقد أساليب الحياة ومتطلباتها (الخولي، ٢٠٠٤ : ٨٣).

ونتيجة لهذا التقدم التكنولوجي أصبحت الضغوط سمة من سمات الحياة وواحداً من متطلباتها لتحفيز سلوك الفرد وخلق الدافعية لديه مما يحتم على الفرد القيام بأعمال معينة لتحقيق الأهداف التي يسعى للوصول إليها وبالتالي التخلص من هذا الضغط (اليماني وخرن، ٢٠١٣: ٢١٣-٢٤٦).

وإدراك هذه الضغوط يختلف من فرد إلى آخر فالبعض يدركها على أنها تهديد فيسعى لتجاهله والهروب منه ويعيش قلقاً وخائفاً ومضطرباً لا يسعى إلى التخلص من هذا الضغط بل يحاول تجنبه في كل مرة مما قد يسبب له اضطرابات نفسية وسلوكية لا تحمد عقباها، والبعض الآخر يدرك هذه الضغوط على أنها تحدي يسعى للتغلب عليه ومواجهته وإبراز شخصيته بشتى الوسائل للتخلص من مصدر الضغط بحيث يحقق الرضى للفرد والذي بدوره يؤدي إلى الراحة النفسية التامة وتجدد النشاط (spada et al ,2007;1181).

حيث يعد مفهوم الضغوط النفسية المدركة من أكثر المفاهيم غموضاً في الوقت الحالي وذلك لصعوبة تحديد المتغيرات الداخلية والخارجية التي تؤثر فيه وصعوبة صياغة تعريف له يلم بجميع التغيرات التي تطرأ عليه وذلك لكثرة التعريفات التي تفسر واختلاف العلماء في تحديد تعريف يلم كل المتغيرات السلوكية التي تنتج عنه وذلك لاختلاف نظريات العلماء التي تفسر الضغوط النفسية (الريخي، ٢٠١٦: ٤) .

كما ويعتبر مفهوم الضغط النفسي من المواضيع التي لها شأن كبير لدى أغلب العلماء لما لها من تأثيرات سلبية على الأفراد اذا ما كانت مرتفعة عند البعض منهم لأن اغلب الافراد يواجهون من خلال حياتهم المعاصرة والملئية بالكثير من التحديات والضغوط النفسية الكبيرة التي من شأنها أن تزيد الضغط على الافراد بشكل كبير في مختلف الاعمال وبالتالي تؤدي الى سوء تكيف الافراد مع البيئة

التي يعيشون بها مما يؤثر بشكل مباشر على الفرد ومما يؤثر على الصحة النفسية لهم (عبدالعظيم، ٢٠٠٦: ١٨).

ولا يمكن للفرد التخلص من هذه الضغوط فهي أمور حتمية حيث يقول هانز سيللي (الواللي، ٢٠١٤: ١٣١)

إذ أن الموت هو الطريق الوحيد للتخلص من الضغوطات. وتصنف الكثير من الدراسات مهنة التعليم على أنها من أكثر المهن الباعثة على الضغوط وأن المعلمين هم أكثر الأفراد تعرضا للضغط من غيرهم من الأفراد العاملين في المهن الأخرى فتعدد المسؤوليات وتراكم الأعمال على المعلم، وغموض الدور أحيانا ونظرة المجتمع للمعلم ناهيك عن ضغوط الحياة المختلفة تنقص من جودة عمل المعلم مسببة له الكثير من الضغوط والتي بدورها تؤثر بشكل كبير على حياة المعلم العلمية والعملية مما قد يصيب المعلم بالإحباط والفتور وينعكس سلباً على حياته اليومية (العزوني، ٢٠١٠: ٥١٦).

كما وتشير أغلب الدراسات التربوية والعلمية الى أن معلمي التربية الخاصة هم الحجر الأساس والزاوية المهمة جدا في العملية التربوية والتعليمية بالإضافة الى دورهم الكبير في التأهيل للأطفال غير العاديين ومن ذوي الاحتياجات الخاصة الذين لا يستطيعون القيام بممارسة بعض الأنشطة ولا يستطيعون اكتساب الخبرات بالأساليب الاعتيادية المتاحة المتوفرة للشخص العادي ولذلك فان اختيار المعلمين الجيدين تعد مهمه صعبة اذا يجب ان يتم اختيارهم على وفق اسس علمية صحيحة ومعايير خاصة لأنها مهمه كبيرة وفيها الكثير من الاعباء المتزايدة التي لا يستطيع احد تحملها وخصوصا التعامل مع اطفال بينهم فروق فردية كبيرة في مجال التعلم والتعليم ولذلك فان اختيار معلم التربية الخاصة ليس بالأمر البسيط او السهل على القائمين على العملية التعليمية لذا فان عملية الاختيار تتميز بالصعوبة والانتقاء يكون صعب (zabel, 1983: 98).

وما لهذه الضغوط من تأثيرات كبيرة وسلبية على العزو لدى الافراد فان الضغط النفسي يولد لدى الفرد عزوا عن بعض الاعمال التي يؤديها وبالتالي فانه يؤثر سلبا على عمله بشكل صحيح، ومن خلال هذه الضغوط النفسية يظهر هنالك انماط للعزو السببي والتي من شأنها ان تؤثر على عوامل النجاح والفشل لعوامل غير ثابتة خارجية، كالضغوط النفسية غير قابلة للتحكم بها مثل الجهد وصعوبة العمل حيث لا يزيد من توقع المعلم للنجاح في المهام المستقبلية الموكلة بها، وعزو الفشل

لعوامل ثابتة داخلية غير قابلة للتحكم مثل القدرة المتدنية والجهد كسمة تؤدي إلى نقصان الدافعية حيث يقل توقع النجاح في المهام المستقبلية، أما عن عزو الفشل لعوامل غير ثابتة خارجية غير قابلة للتحكم مثل الجهد كحالة وصعوبة المهمة يمكن أن يؤدي إلى زيادة الدافعية في مواقف مشابهة لإدراك التلميذ أن هذه الأسباب غير ثابتة، ويدرك أنه يستطيع إذا حاول" (باهي، وآخرون، ١٩٩٨: ٥١) .

ويلعب العزو دوراً أساسياً في حياة المعلم النفسية والاجتماعية من خلال ما يقوم به من تأثير في تحليل الظواهر وإدراك أسبابها، ما يجعله منبئاً هاماً في تفسير المواقف المختلفة، ويعتبر أحد أهم المفاهيم في مجال علم النفس الاجتماعي المعرفي التي حظيت باهتمام كبير من جانب الباحثين الذين يعملون في مجال الصحة النفسية؛ إذ دخل مجالات علم النفس المختلفة، واكتسب مصداقية علمية وعملية كبيرة. (بلحاج، ٢٠١٠: ٤٩).

إضافة إلى ذلك تعتبر الدافعية للعزو من أهم الدوافع في السلوك الانساني، حيث يعتمد السلوك الانساني على الطريقة التي يعزو بها الأفراد أسباب نجاحهم أو فشلهم؛ سواء قرروا القيام بمهامهم أو امتنعوا عنها، فقد تعدت تحليل العزو إلى محاولة الى فهم النتائج توقعات التلاميذ وردود أفعالهم الانفعالية، وتفسير واقعية الأفراد لأداء المهمات المختلفة، كما تعمل على تفسير الأفراد لنجاحهم وفشلهم في هذه المهمات (حمدان ، مفيد، ٢٠١٠: ٣٢)

ويرى الباحث من خلال عمله كمعلم تربية خاصة في إحدى مدارس بغداد أن هذه الضغوط تؤثر سلباً في أداء العاملين في مجال التعليم ، وإذا كانت تلك الاعراض تصيب الانسان الاعتيادي فمن المؤكد ان تكون نتائجها سلبية على معلم التربية الخاصة لأن عمله يتطلب جهداً استثنائياً يحتاج منه المزيد من التحمل والصبر والقدرة على مواجهة المصادر المختلفة فعندما يصاب المعلم أو معلمة التربية الخاصة بهذه الحالة فإنه يؤدي الى مخرجات تعليمية غير مناسبة وهذا مما يؤثر في مستوى التعليم وجودته في العراق

ويمكن تحديد مشكلة البحث الحالي من خلال السؤال التالي:

(هل هنالك علاقة بين الضغوط النفسية وانماط العزو السببي لمعلمي التربية الخاصة) ؟

ثانياً : أهمية البحث :

تعتبر الضغوط النفسية من المواضيع المهمة التي تكلم وتناولها علم النفس لان من خلالها يمكن ان تسير العملية التعليمية بشكل صحيح ومتزن من خلال السيطرة على الضغوط النفسية وتكون

خطر اذا ما تم استخدامها بشكل خاطئ حيث يعد موضوع الضغوط النفسية من ابرز المشكلات التي تواجه معلمي التربية الخاصة في التعامل مع التلاميذ وخصوصا عندما يكون التعامل مع تلاميذ من نوع خاص ، الأمر الذي أدى إلى اهتمام كبير في العقدين الأخيرين من قبل الباحثين والخبراء في مجال التعلم والتعليم لدراسة هذه الضغوط وما لها من آثار سلبية على سلوك معلمي التربية الخاصة، وغالبا ما تؤدي هذه الضغوط الى أمراض نفسية وعضوية للعاملين ويعدّها العلماء والخبراء بأنها القاتل الصامت (يوسف ،جمعة :٢٠٠٦) .

وتعتبر الضغوط النفسية المدركة مهمة جدا عند المعنيين في التربية والتعليم لأنها تمثل الحجر الاساس حسب رأي العلماء في التعليم للتلاميذ من خلال السيطرة عليها واتخاذ المواقف الصحيحة عند التعامل مع التلاميذ حيث أولت التربية والتعليم اهمية كبيرة لدور معلمي التربية الخاصة لما لهم من مكانة علمية عند دول العالم الذين ينظرون لهم بأنهم من أفضل المعلمين لما يتحملوا من معاناة في التعامل مع نوعية خاصة من التلاميذ حيث أن معلمي التربية الخاصة يمارسون دور المربي والمعلم في رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة، حيث أنه يقوم بالتعليم العادي مثل بقية المعلمين، وفي الوقت نفسه يتولى مهام التعليم للمنهج الإضافي لذوي الاحتياجات الخاصة حيث يقوم معلم بالعديد من المهارات الأكاديمية الخاصة في التعليم ، واستخدام مهارات الإدراك الحسي ومهارات التواصل والاتصال مع التلاميذ وكذلك مهارات التكيف الاجتماعي ومهارات الحياة اليومية، وكذلك يقوم بالعمل على برامج الدمج التربوي بالمدرسة المتخصصة (الفقهي ، ٢٠٠٩ :٤٣).

ويعتبر مفهوم الضغوط النفسية من أهم المواضيع في حياة أي فرد لأنها تعبر عن التوافق أو التكامل الصحيح بين الوظائف النفسية المختلفة لأي فرد، من خلال قدرة على المواجهة للأزمات النفسية التي تحدث له ويتزامن معها الإحساس الإيجابي بالسعادة والكفاية ، فيعتبر الضغط النفسي المدرك في أحسن حالته عندما يكون متزنا حالة من الإيجابية التي يتمتع بها الفرد ويمتلك صحة العقل والجسم، والتي من خلالها يستطيع الفرد من تكوين علاقات ايجابية مع نفسه وبالتالي تؤدي الى الاستقرار النفسي الفعال المتزن الذي يمتلكه معلم التربية الخاصة في التعامل الايجابي مع التلامذة ذوي الاحتياجات الخاصة لان معلم التربية الخاصة يقوم بالتعليم العادي مثل بقية المعلمين، وفي الوقت نفسه يتولى معلم التربية الخاصة بمهام التعليم للمنهج الإضافي لذوي الاحتياجات الخاصة،

الذي يشتمل على جملة من المهارات التعويضية التي تناسب ذوي الاحتياجات الخاصة (اعتدال، ٢٠٠٣: ٥٤).

بعد التطرق الى الضغوط النفسية المدركة كمتغير من متغيرات هذه الدراسة لابد من تناول المتغير الثاني أنماط العزو حيث يعد العزو السببي من المفاهيم النفسية التي يلجأ اليها الافراد في تفسير مواقفهم اليومية سواء في البيت أو المدرسة أو العمل ، إذ أن من خلال العزو يفهم الفرد العالم من حوله وكيف تنشأ الأحداث ويعطى تعليلات لسلوكه ولسلوك الآخرين ، ولماذا يتصرفون بطريقة معينة دون أخرى ؟ ، لذا يعد العزو السببي احد المتغيرات الرئيسة التي يمكن في ضوءها فهم شخصية الأفراد ومعرفة افكارهم وأنماطهم الشخصية (الحوشان ، ٢٠٠٠: ٤).

وبما أن العزو السببي يظهر في جميع المواقف الحياتية ويعرف لذلك لا بد من دراسة العزو السببي في محيط العمل والوظيفة ، إذ أن معرفة العزو السببي في تفسير المواقف الإدارية التي يتعرض لها الموظفين يعطينا رؤية دقيقة في تعرف الأسباب و النتائج التي أدت إلى وقوعهم في الخطأ وكيفية إدراكهم لهذا الخطأ ، إذ يسمح لنا العزو السببي فهم سلوكيات الموظفين وكيف يقيمون ويشعرون اثناء عملهم الوظيفي ومعرفة ما اذا كان الخطأ سيتم عزوه الى الفرد نفسه أم الى عوامل البيئة المحيطة (حداد ونائل ، ١٩٨٩: ١٠٢) .

وبهذا الصدد تشير الدراسات الى أن ادراك الموظفين لأخطائهم الوظيفية له علاقة بعزوهم الداخلي والخارجي ، إذ يميل الموظفون ذو العزو الداخلي الى أدراك أنهم المسؤولون عن ما يحدث لهم من أحداث ايجابية أو سلبية في حياتهم الوظيفية ، وليس للسلطة أو القدر أو الصدفة أو الحظ أي دخل فيها ، بمعنى أن ذوي الضبط الداخلي يعزون نجاحهم وأخطائهم إلى ذواتهم، ففي حالة النجاح يرجع الموظف السبب إلى قدراته ومهاراته وجهوده، وفي حالة الفشل يرجع السبب إلى إهماله وتهوانه وعدم حرصه (ابدوي ، عائشة ومفيدة، ٢٠١٠: ٣١٤) .

وبذلك يتسم الذين لا يتوجهون نحو العزو الخارجي للأحداث الى أن يكونوا أكثر انتاجية وحذرا وانتباها لتلك النواحي التي تزوده بمعلومات مفيدة لسلوك المستقبلي ، ويتصف بالفعالية والتمكن لتحسين حال الوظيفة ، ويعطي قيمة كبيرة لتعزيزات مهاراته أو أدائه ، ويكون عادة أكثر اهتماما بقدراته وبفضله أيضا ويقاوم المحاولات المغرية للتأثير عليه (هدية ، ١٩٩٤: ٨٤)

وقد حدد الباحث أهمية بحثه في الأهمية النظرية : من خلال :

١. ردد التخصص الدقيق للتربية الخاصة بنتائج ومصادر مهمه وذلك لقله العمل في مثل المجال في العراق .

٢. تساهم نتائج هذا البحث الحالي في ان يكون مرجعاً للباحثين والمهتمين بدراسة مفاهيم الضغوط النفسية للمعلمين وتزويدهم بمزيد البيانات والمعلومات عن أهمية السيطرة على الضغوط النفسية لدى المعلمين التربية الخاصة وعلاقة بأهمية أنماط العزو لديهم

٣. يستمد البحث أهمية من خلال ارتباطه بشريحة مهمه من المجتمع وهم تلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة وخاصة في هذه المرحلة الاساسية المهمة من المرحلة العمرية .

٤. إن جدية وهذا البحث الحالي واصلته يعتبر من المصادر المهمة حيث يعتبر البحث الأول الذي يدرس أهمية الضغوط النفسية وعلاقتها بأنماط العزو في محافظة بغداد وفي المدارس الخاصة بمديرية تربية بغداد الكرخ / ٢ .

٥. يعمل البحث الحالي على لفت نظر و انتباه المهتمين والمتخصصين والمسؤولين إلى أهمية معرفة دور الضغوط النفسية في ممارسة مهنة التعليم في التربية الخاصة وفي المؤسسات التعليمية .

وتكمن الأهمية التطبيقية للبحث الحالي في :

١. أهمية كبيرة لبناء مقياس الضغوط النفسية لمعلمي التربية الخاصة والذي يتمتع بالخصائص السايكومترية من صدق وثبات وموضوعية وتحديد اهم المؤشرات الاحصائية ، ليكون هذا المقياس اول اداة دقيقة تساعد على تحقيق المتطلبات الرئيسية لأهداف البحث الحالي .

٢. وكذلك تفيد هذه الدراسة الحالية الباحثين الآخرين والذين يحاولون دائماً أن يتناولون متغير الضغوط النفسية في عملهم البحثي .

٣. معرفة مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة من أجل الوقوف عليها ومعرفة مسبباتها وطريقة الابتعاد عنها وتقديم الدعم اللازم لمعلمي بشكل علمي وصحيح من خلال المقياس الذي تم بناءة.

ثالثاً : اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي التعرف :

١. مستوى الضغوط النفسية المدركة لدى معلمي التربية الخاصة.

٢. الفروق ذات الدلالة الاحصائية لمستوى الضغوط النفسية المدركة لدى معلمي التربية الخاصة وفقا للمتغير الجنس ذكور - اناث.

٣. مستوى انماط العزو (داخلي - فشل) لدى معلمي التربية الخاصة) .

٤. مستوى انماط العزو (داخلي - نجاح) لدى معلمي التربية الخاصة) .

٥. مستوى انماط العزو (خارجي - فشل) لدى معلمي التربية الخاصة) .

٦. مستوى انماط العزو (خارجي - نجاح) لدى معلمي التربية الخاصة) .

٧. الفروق ذات الدلالة الاحصائية في انماط العزو على وفق "الجنس - النمط " لدى معلمي التربية الخاصة).

٨. العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو " داخلي - فشل" لدى معلمي التربية الخاصة).

٩. العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو " داخلي - نجاح" لدى معلمي التربية الخاصة) .

١٠. العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (خارجي - فشل) لدى معلمي التربية الخاصة) .

١١. العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (خارجي - النجاح) لدى معلمي التربية الخاصة) .

١٢. العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو الكلي لدى معلمي التربية الخاصة) .

رابعاً : حدود البحث :

تم تحديد البحث الحالي من خلال :

أ. الحدود المعرفية : الضغوط النفسية وعلاقتها بأنماط العزو لدى معلمي التربية الخاصة ب . الحدود

المكانية : (٤) مديريات من مديريات التربية في محافظة بغداد الكرخ الاولى - الكرخ الثانية- الكرخ الثالثة - الرصافة الثانية)

ت. الحدود الزمنية : للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢)

ث . الحدود البشرية : معلمي التربية الخاصة .

خامسا : تحديد المصطلحات :

اولا : الضغوط النفسية المدركة (Perceived psychological stresses):

عرفها كل من :

١. "ماك جراث (١٩٧٠): "بأنها الإحساس الناتج عن فقدان الاتزان بين المطالب والإمكانات، وما يصاحبها من مواقف فشل، حيث يصبح هذا الفشل في مواجهة المطالب مؤثراً قوياً في إحداث الضغوط النفسية" (القدسي، ٢٠٠٥، ١٤).

٢. العبيدان (٢٠٠٢) بأنها : "استجابة تتسم بالتنبيه البدني والنفسي، يظهر بوصفه نتيجة مباشرة للتعرض لأي مطلب أو ضغط على الكائن العضوي، و كلما كان المطلب له مغزى أكبر تزيد عمق الاستجابة للضغط" (العبيدان، ٢٠٠٢: ٣٢)

٣. شيخاني (٢٠٠٣) : بأنها " حالة ازدياد الإثارة أو الحث الضروري للجسم لكي يدافع عن نفسه عندما يواجه بالخطر، وهو المعاناة، والتمزق الذي تعانيه عقولنا وأجسامنا" (شيخاني، ٢٠٠٣، ١١).

٤. الهادي (٢٠٠٥): أنَّ الضغط هو " الاستجابة الداخلية للضاغط، والمتمثلة في مشاعر سلبية هي: الشعور بالقلق والخوف والاكتئاب والعجز واليأس وانخفاض نظرة الإنسان لنفسه، كما يشير إلى أي تأثير يتعارض مع الأداء الوظيفي للكائن الحي، وينتج عنه انفعال داخلي أو توتر" (الهادي، ٢٠٠٥، ٢٤).

٥. هانز سيللي (seley1978) : "انها الاستجابة غير المحددة للجسم للتهديد الذي يتعرض له . فهي تسبب الضغوط عندما تستمر لوقت طويل" (الدراجي، ٢٠٠٧: ١٧)

التعريف النظري : اعتمد الباحث تعريف هانز سيللي (seley1978) كونه ينطبق على بحثه الحالي.

التعريف الاجرائي : هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها معلمي التربية الخاصة عند اجابتهم عن فقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة في البحث الحالي .

ثانيا : انماط العزو : (Attribution Patterns)**عرفها كل من**

١. الزغلول (٢٠١٥) : "هو طريقة الفرد في تفسير أسباب نجاحه أو فشله، حيث أن هناك أكثر من أسلوب، ويمكن النظر إلى أسلوب العزو على أنه الطريقة أو الأسلوب الذي يعتمد فيه الفرد في تفسير أسباب ومبررات سلوكه وبما يترتب عليها من نتائج النجاح أو الفشل (الزغلول، ٢٠١٥، ٨٦).

٢. حسين ، ابتسام (٢٠٠٤) : هو التفاعلات اليومية وهو التفسير الذي يتيح امكانية فهمها واعطائها معنى، ثم إن النشاط المعرفي يتم تفعيله على حد ما من طرف الفرد في شكل استراتيجية، وذلك باعتبار أنه يتبنى هذه الاستراتيجية في سياق منطق التعقل والادراك والفهم القائم اجتماعيا وثقافيا في بيئته (حسين ، ابتسام ٢٠٠٤، ٢٢).

٣. حمودة (٢٠١٦) : إذ عرف العزو على أنه ذلك الجهد الذي يبذله الشخص في فهم الثوابت في بيئته و تستخدم في تفسير الادراك الشخصي، ويعد العزو عملية معرفية يستعمل في التفسيرات التي يقدمها الافراد عن سلوكياتهم و سلوكيات الآخرين من حولهم (حمودة، ٢٠١٦، ٢٧).

٤. هايدر (1958.Hieder): انه عملية معرفية ترتبط بأدراك الفرد واحكامه عن سلوكه وسلوك الآخرين بالاعتماد على خصائص الموقف او خصائص الفرد (خلاف ،٢٠١٩:٤٧)

التعريف النظري : أعتمد الباحث تعريف (هايدر 1958.Hieder) كونه ينطبق على البحث الحالي.

التعريف الاجرائي : هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها معلمي التربية الخاصة من خلا اجابتهم على فقرات مقياس انماط العزو في البحث الحالي .

ثالثا : معلمي التربية الخاصة : (Special education teachers)**عرفها كل من :**

١. العلبان (٢٠٠٣) : هم المعلمون والمعلمات الذين يقومون بمهنة تعليم ذوي الاحتياجات الخاصة على اختلاف إعاقاتهم سواء أكانت سمعية أم حركية أم بصرية أم عقلية، وذلك ضمن مراكز ومؤسسات مرخصة من قبل الجهات الرسمية كوزارة التربية والتعليم، ووزارة الشؤون الاجتماعية (العلبان :٢٠٠٣، ٤٤)

٢. الحسن (٢٠١٤) : هو معلم ذو طبيعة خاصة في عمله. فهو معلم من ناحية ومن ناحية أخرى هو معلم لذوي الاحتياجات الخاصة. فهو يشترك مع المعلم العادي في صفات وخصائص المعلم

ويختلف عن المعلم العادي في أنه معلم لذوي الاحتياجات الخاصة في مدارس التربية الخاصة بدولة الكويت (الحسن : ٢٠١٤ ، ٤٢).

٣. **خصاونة (٢٠١٨) :** هم الأشخاص الذين تم تعيينهم من قبل وزارة التربية من خلال مؤهلاتهم العلمية أو خبرتهم في مجال التربية الخاصة وعاشوا عملية تدريس الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة في المدارس النظامية والخاصة (خصاونة: ٢٠١٨ ، ٢٤).

الفصل الثاني

اطار نظري ودراسات سابقة

المحور الاول :- اطار نظري :

- أ. الضغوط النفسية المدركة .
- ب . أنماط العزو.

المحور الثاني : دراسات سابقة:

- دراسات تناولت الضغوط النفسية المدركة.
- دراسات تناولت أنماط العزو.
- موازنة الدراسات السابقة .
- جوانب الافادة من الدراسات السابقة .

يتضمن هذا الفصل محورين رئيسيين كأسس وقواعد يستند عليها البحث الحالي، إذ يشمل المحور الاول منطلقات نظرية وجوانب أساسية في توضيح أبعاد متغيري البحث (الضغوط النفسية المدركة ، وأنماط العزو) ، أما المحور الثاني يوضح عرضاً للدراسات السابقة التي تناولت متغيري البحث ، والتي أفادت في إعطاء تصور لما آلت إليه الدراسات في موضوع البحث الحالي.

اولاً : الضغوط النفسية المدركة : (pressures version city)

١. مفهوم الضغوط النفسية المدركة:

يعد الضغط "Stress" مشتق من الفعل اللاتيني (stringers) الذي يعني ضيق، شدة، ومنه أخذ الفعل الفرنسي (Etreinder) بمعنى طوق ذراعيه وجسمه مؤدياً إلى الاختناق الذي يسبب القلق (الاميري، ٢٠٠١: ٢١١).

وورد في لسان العرب أن كلمة الضغط والضغط، هي عصر شيء إلى شيء، ويقال ضغطه يضغطه ضغطاً، زحمة إلى حائط ونحوه و ضغط عليه أي تشدد عليه، والضغوط المزاحمة والتضاغط :التزام، و تضاغط الناس في الزحام والضغط بالضم : تعني الشدة والمشقة (ابن منظور، ١٩٩٠).

كما وتعد الضغوط سيكولوجيا : حسب تعريف (واين) "Waytrn بأنه أي متغير يغير من سلوك الانسان ويدركه ويحس به على أنه مهدد لجودة وكيانه ويصعب السيطرة عليه لأنه يتجاوز قدراته في المواجهة (عسكر، ٢٠٠٠: ٨٧).

ويرى (العمرى) بأنها احد الحالات التي يتعرض فيها الانسان لمتغيرات وسلوك اجباري يفرض عليه، نوعاً من التوافق، وتزداد تلك الحالة إلى درجة الخطر كلما ازدادت شدة الظروف أو المطالب في حالة استمرت لفترات طويلة (العمرى، ٢٠٠٤: ٦٥).

ويذكر عبد العاطي بانها مجموعة من الضغوط التي يعبر عنها بمثير او تغير في البيئة الداخلية والخارجية بحيث يمتلك قوة وحدة واستمرارية يؤدي الى انقال الكفاءة لدى الفرد من أجل التكيف مع قوة المثير ما يؤدي إلى سلوك واختلال وظيفي ومرضي غير صحيح وغير سليم وتختلف حدة واستمرارية المثير حسب الطريقة التي ترك فيها الشخص لهذا المثيرات وطريقة مواجهته لها بالشكل الصحيح (عبد العاطي، ٢٠٠٣: ١٠٦).

كما وتعتبر الضغوط النفسية المدركة في مجال علم النفس من أهم الصعوبات التي لا يستطيع اي فرد مواجهتها سواء في الحياة العامة، أو في مجال العمل، وتؤدي إلى، تغيرات في التوازن النفسي.(النعاس، ٢٠٠٨: ٢٨).

وضغوط الحياة والضغوط النفسية ليست فقط أحداث مؤلمة أو حزنة تصيب الفرد هي ايضا حالات الفرح الهستيري الذي يؤدي الى فقدان السيطرة على النفس . وفقدان الوعي التي من الصعب التعامل بها من قبل الفرد مما يؤدي الى نتائج سلبية سواء كانت اخبار مفرحة او حزنة (الحسيني، ٢٠٠٥: ١١).

أما جرينبرج وبارون " فيعرفانها على أنها: "نوع من الحالات الوجدانية وردود الأفعال الفسيولوجية التي تحدث في مواقف معينة، اذ يشعر الأفراد بأنهم غير قادرين على تحقيق الاهداف (حسين ، ٢٠٠٦ : ٢٢)

٢. تطور الضغوط النفسية المدركة :

يعتبر استخدام مفهوم الضغوط النفسية المدركة منذ القدم في مجال علم النفس والطب النفسي، حيث أن هذا الاستخدام لم يأتي وليد الصدفة بل تم الاعتماد والاستعارة من الدراسات التي اهتمت بالجانب الهندسي والفيزيائي، حيث كان يشير سابقا الى مفهوم الإجهاد (Strain)، والضغط (Press) والعبء (Load)، حيث قام القائمين على مجال علم النفس والخبراء المتخصصين بعلم النفس بالاستفادة من هذه المفاهيم منذ بداية القرن العشرين وكذلك تم استخدامه في مجال الصحة النفسية والطب على يد اشهر علماء الضغط النفسي(هانز سلي)، الطبيب الكندي في العام (١٩٥٦)، عندما قام بدراسة تأثير التغيرات الجسدية والانفعالية للشخص الغير السارة الناتجة عن الضغط والإحباط والإجهاد الواقع عليه (أبو أسعد و الغرير ، ٢٠٠٩: ١٩).

٣. مستويات الضغوط النفسية المدركة :

تعد الضغوط النفسية القاعدة الاساسية التي يبني عليها جميع الضغوط الأخرى وان العامل الاساسية في كل الضغوط هو العامل يكون مشتركاً مع جميع الضغوط النفسية حيث يدخل العامل بمجموعه من الضغوط كالضغوط الاجتماعية، والأسرية والمهنية، وغيرها، وفي الغالب تنشأ الضغوط النفسية نتيجة التفاعل المشترك بين الانسان ومجموعة متعددة من العوامل الخارجية أو

الداخلية، والتي يمكن تجسيدها في العوامل الجسمية والعقلية والانفعالية والذاتية ايضا (صادق عبدة ، ٢٠١١ : ٣٢).

ويذكر (الفرماوي وعبد الله) من أجل تفسير لمستويات الضغط النفسي، "بأنه لو تم وضع مستويات الضغوط النفسية على فرد ، فإن أحد طرفي الفرد سيكون التحديات والمواجهات التي توصل بنا للإثارة وتجعلنا في وضع نمتلك فيه أنفسنا، إذ بدون هذا الطرف تكون حياتنا أكثر كآبة وروثية. وأما الطرف الآخر للفرد فهي تمثل المواقف والظروف التي يكون فيها الفرد غير قادر على الوفاء بالمهام أو المتطلبات المرجوة منه، حيث ان كل من الإحباط و اللامبالاة تسبب ضغط نفسي كبير على الفرد (الفرماوي وعبد الله ، ١٩٩٩ : ٢١).

ويعتبر هانز سيللي من الأوائل الذين تحدثوا عن التجارب المتنوعة على الحيوان والإنسان وقد تبين أن التعرض المستمر للضغط النفسي يؤدي إلى حدوث اضطرابات في أنحاء الجسم المختلفة مما يؤدي إلى ظهور الأعراض الذي أطلق عليها سيللي اسم زملة أعراض التكيف العام وهذه الزملة تحدث من خلال ثلاث مستويات وهي كالآتي :

✚ المستوى الاول :

وتسمى استجابة الإنذار. في هذه المرحلة يستدعي الجسم كل قواه الدفاعية لمواجهة الخطر الذي يتعرض له فيحدث نتيجة التعرض المفاجئ لمنبهات لم يكن مهيباً لها وهي عبارة عن مجموعة من التغيرات العضوية الكيميائية، فترتفع نسبة السكر في الدم، ويتسارع النبض ويرتفع الضغط الشرياني، فيكون بالتالي الجسم في حالة استنفار وتأهب من أجل التكيف مع الفاعل المهدد. وتنقسم إلى مرحلتين: مرحلة الصدمة وطور الصدمة.

• **مرحلة الصدمة:** خلال هذه المرحلة، يمر الجسم بعدة تغييرات مثل نقص حجم الدم، نقص صوديوم الدم، نقص بوتاسيوم الدم، نقص السكر في الدم، مع ظهور تأثير الإجهاد عليه. هذه المرحلة تشبه مرض أديسون. مقاومة العضو للتوترات تنخفض مؤقتاً إلى ما دون المدى الطبيعي وقد يكون هناك بعض الصدمة (مثل صدمة الدوران).

• **المرحلة المضادة للصدمة:** فعندما يتم تحديد التهديد أو الضغط، يبدأ الجسم في الاستجابة ويكون في حالة من الإنذار. خلال هذه المرحلة، يتم تنشيط الجهاز العصبي التاجي والجهاز العصبي الودي، ويتم إنتاج الكاتيكولامين مثل الأدرينالين، وبالتالي الدخول في وضع القتال أو الطيران مما ينتج عنه

زيادة وزن العضلات، وزيادة ضغط الدم بسبب ضيق الأوعية وعدم انتظام دقات القلب، وزيادة الجلوكوز في الدم (خليفه ، ٩٣ : ٢٠٠٨).

المستوى الثاني :

وتسمى بمرحلة المقاومة. فإذا استمر الموقف الضاغط فإن مرحلة الإنذار تتبعها مرحلة أخرى وهي مرحلة المقاومة لهذا الموقف وتشتمل هذه المرحلة الأعراض الجسمية التي يحدثها التعرض المستمر للمنبهات والمواقف الضاغطة، التي يكون الكائن الحي قد اكتسب القدرة على التكيف معها. وتعتبر هذه المرحلة هامة في نشأة أعراض التكيف أو ما يسمى بالأعراض السايكوسوماتية، ويحدث ذلك خاصة عندما تعجز قدرة الإنسان على مواجهة المواقف عن طريق رد الفعل التكيفي، ويؤدي التعرض المستمر للضغوط إلى اضطراب التوازن الداخلي مما يحدث مزيداً من الإفرازات الهرمونية المسببة للاضطرابات العضوية. وتشهد المرحلة الثانية زيادة في إفراز الجللايكورتيكويد، والتي تساهم في تكثيف الاستجابة النظامية مع زيادة تركيز الجلوكوز والدهون والحمض الأميني/البروتين في الدم. وعلاوة على ذلك، فإنها تسبب قلة الكريات الدم اللعوية. في الجرعات العالية.

المستوى الثالث :

في المرحلة الثالثة يمر الجسم بإحدى المرحلتين، وهما الاستنفاد أو التعافي:

- **مرحلة التعافي:** تحدث عندما تتجح آليات النظام في التغلب على تأثير الضغوطات (أو القضاء عليها تماماً).

مرحلة الإرهاق: في هذه النقطة، تنضب كل الموارد الموجودة في الجسم وتبدأ أعراض النظام العصبي الذاتي التلقائي في الظهور (التعرق، ارتفاع معدل ضربات القلب، إلخ). استمرار الجسم في هذه المرحلة قد يسبب الضرر على المدى الطويل (النتائج تضيق الأوعية في نقص التروية لفترة طويلة ما يؤدي بدوره إلى نخر الخلية)، مما أدى إلى انهيار الجهاز المناعي. (ابو الفضل ، ١١٨ :

٤. أنواع الضغوط النفسية المدركة :

تتعدد الضغوط النفسية تبعا لتعدد مدارس علم النفس لذلك نجد عدة تصنيفات للضغوط النفسية: حيث ميز لازوراس بين نوعين من الضغوط:

أ . **ضغوط خارجية** : تعنى بالأحداث الخارجية والمواقف المحيطة بالفرد، وتمتد من الأحداث البسيطة إلى الحادة.

ب . **ضغوط داخلية**: تعني الأحداث التي تتكون نتيجة التوجه الإدراكي نحو العالم الخارجي والنابع من فكر وذات الفرد . (يس ، ٢٠٠١: ٣٥)

ومن أنواع الضغوط أيضا:

١. الضغوط الانفعالية والنفسية : (القلق، الاكتئاب، المخاوف المرضية) .
٢. الضغوط الأسرية : بما فيها الصراعات الأسرية والانفصال والطلاق وتربية الأطفال.
٣. الضغوط الاجتماعية : كالتفاعل مع الآخرين وكثرة اللقاءات والإسراف في الحفلات.
٤. ضغوط العمل : كالصراعات مع الرؤساء، وكثرة النقل والسفر . (السيد ، ٢٠٠٨: ٢٤)

وقد قسم ابتر **Apter** الضغوط إلى نوعين وهما:

١. ضغوط التوتر: وهي المشاعر التي تنشأ عندما يدرك الفرد إن دافعيته للقيام بعمل ما منخفضة، ومستوى المثير أصبح عاليا ، وهذا الفرد يحتاج إلى بذل جهد أكبر .
٢. ضغوط الجهد، ويعني أن الفرد يبذل جهدا أكبر للتقليل من ضغوط التوتر، فالعلاقة بين التوتر والجهد ايجابية فكلما زاد التوتر زاد الجهد للتغلب عليه (سعدية: ٢٠١٣) .

وقد قسم موراي **Murray** أنواع الضغوط إلى:

١. **ضغط بيتا**: يشير إلى دلالة الموضوعات البينية كما يدركها العرب.
٢. **ضغط الفا**: يشير إلى خصائص الموضوعات كما توجد في الواقع.
٣. **ضغط النقص والضياع والتعرض للكوارث**: هو الشعور بالتوتر والقلق الناتج عن عدم إشباع الحاجة إلى الانجاز وكذلك الشعور بعدم الرضا الناتج عن وجود موضوعات بيئية وأشخاص يجعلون الشخص يشعر بالضغط .

٤. **ضغط النبذ وعدم الاهتمام** : هو الشعور بالإحباط وعدم الراحة الناتج عن عدم إشباع الحاجة وكذلك الشعور بالصراع الناتج عن وجود اشخاص وموضوعات تظهر عدم اهتمام الآخرين وقلة تقديرهم للفرد .

٥. **ضغط الخداع والمراوغة** : هو الشعور بالملل الناتج عن عدم المقاومة العامة إلى الفهم والمعرفة .

٦. **ضغط السيطرة والمنع** : وجود ظروف واشخاص يفرضون على الفرد القيام بأعمال وهو غير راغب فيها وسيطرة الآخرين على أدائه واتخاذهم للقرارات التي تخصه (الخفش، ٢٠٠١:٢٢).

ويشير سيلبي (Selye، 1976) إلى نوعين من الضغط النفسي الذي يصيب الفرد هما:

١. **الضغط النفسي السيئ والألم (Bad.Stress)** : هو ما يزيد من حجم الضغط على الفرد ويزيد الحالة النفسية سوء للفرد مثل: فقدان عمل، أو فقدان عزيز.
٢. **الضغط النفسي الجيد (Good.Stress)** : وهو ما يزيد قابلية الفرد الى إعادة التكيف مع الذات، أو البيئة الداخلية أو الخارجية المحيطة كولادة طفل جديد، أو سفر في عمل، أو بعثة دراسية. (القدومي، ٢٠١١:٦٤).

وتحدث سيلبي Selye " عن نوعين آخرين من الضغط النفسي هما:

١. **الضغط الزائد (Hyper.Stress)** : وينتج عنه تراكم الأحداث السلبية للضغط النفسي المنخفض بحيث تتجاوز مصادر الفرد، وقدراته على التكيف معها.
٢. **الضغط النفس المنخفض (Stress.Over)** ويحدث هذا الضغط عندما يشعر الفرد بانعدام الأثارة وقلة الرغبة بالعمل والملل المصاحب طيلة فترة حياته ويؤكد سيلبي (Selye) أن الإنسان عادة ما يعاني من نوع أو عدة أنواع من الضغوط الأربعة السابقة. (ابراهيم، ٢٠١٣:٤٢).
٥. **مظاهر الضغوط النفسية المدركة :**

عادة ما تترك الضغوط النفسية آثار سلبية، ومدمرة أحيانا على الإنسان، ومهددة لحياته وسلامته، وترتبط الضغوط النفسية بالخيارات الحياتية المختلفة وطبيعة عمل الأفراد، وتلعب دوراً هاماً وكبير في حدوث ظاهرة الاحتراق النفسي، والتي تعتبر أخطر الآثار الناجمة عن الضغوط النفسية (العمرى، ٢٠٠٤: ٧١)

قام فرشانا (Fortana) بوضع قائمة التغيرات التي تحدث للفرد عند تعرضه للضغوط وهي على النحو التالي:

١. التغيرات الفسيولوجية :

❖ هو زيادة الأدرينالين في الدم مما يؤدي الجسم وإذا استمر لمدة طويلة أدى إلى أمراض القلب واضطراب الدورة الدموية.

❖ زيادة إفراز الغدة الدرقية يؤدي إلى زيادة التفاعلات في الجسم، وإذا استمر لمدة طويلة يؤدي إلى نقص الوزن، والإجهاد والانهيار الجسمي.

❖ زيادة إفراز الكولسترول من الكبد ويؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب وتصلب الشرايين وتغيرات في أجهزة الجسم مثل اضطرابات معنية تفاعلات جلدية، وقلل المناعة.

٢. التغيرات المعرفية:

عدم القدرة على التركيز، واتخاذ قرارات مسرعة تؤدي إلى كثرة الأخطاء ، مع عدد فترة الجسم على الاستيعاب، وعدم القدرة على التنظيم والتخطيط وتداخل الأفكار مع بعضها البعض .

٣. التغيرات الانفعالية :

حدوث تغيرات في صفات الشخصية، وزيادة التوترات الطبيعية والنفسية وزيادة الاحساس بالمرض، وظهور التعب وعدم تقدير الذات.

٤. التغيرات السلوكية : مثل النسيان، والإهمال، وزيادة مشاكل التخاطب، واللجاجة والتلعثم وانخفاض مستوى الطاقة والقلق في النوم، والقاء اللوم على الآخرين، وعدم تحمل المسؤولية (الدردير ، عبد المنعم، ٢٠٠٤: ١٧-١٠)

وتظهر هذه الأعراض عند التعرض للضغوط السلبية، أما التعرض للضغوط الإيجابية فيكون لها تأثير ايجابي على دافعية الفرد، حيث تدفعه إلى تحقيق الذات، والأداء الجيد، والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين (حسين وحسين، ٢٠٠٧: ٤٧).

وتشير السامرائي إلى أن الباحثين والمتخصصين في علم النفس قد حددوا عدداً كبيراً من هذه الأعراض والتي توصلت لها بحوثهم ومنها.

❖ ارتفاع معدلات التدخين، وتناول المسكنات ،السجائر ،الخمير المخدرات.

❖ الأرق، الشعور بالتعب والإجهاد، وعدم القدرة على الاسترخاء، وصعوبة التكيف.

❖ الاكتئاب، الحزن، القلق، الانفعال، الخوف، الاستشارة الاحتياج.

❖ صعوبة بالجهاز الهضمي والتنفسي، جفاف الحلق.

❖ فقدان الشهية أو الإفراط في الأكل ، وأمراض القولون ، القرحة.

ومن خلال هذه الأعراض النفسية للضغوط النفسية للعمل والتي تجعل من الأفراد يهربون ويبتعدون عن اداء عملهم الوظيفي بشكل صحيح. ومن خلال ذلك نجد أن هناك بعض الأعراض التي من خلالها تنعكس بشكل مباشر على اداء معلمي التربية الخاصة فتتزايد معدلات الغياب، وتتندى الجودة ، وعدم تحسين الإنتاج ، وضعف دوران العمل، وظهور مشكلات بين معلمي التربية الخاصة والإدارة التي يعملون بها، وهذه الأعراض التي تظهر على الافراد ، جعلت الإدارات التنظيمية تحدد للعمال إجازات يقضيها بعيدا عن العمل يستعيدون بها نشاطهم، ومن هنا يأتي دور الإدارة في كيفية التعامل مع هؤلاء العاملين الذين يرغبون في قضاء إجازاتهم داخل او خارج بلدانهم وكيف يتم تحقيق رغبات وحاجات هؤلاء بما يمنحهم الشعور بالرضا على الخدمات التي تقدمها المنظمة أو المؤسسة (السامرائي ٢٠٠٦ : ٢٥٩ - ٢٦٠).

٦. أقسام الضغوط النفسية المدركة :

- **الضغوط الإيجابية:** وهي الضغوط التي تكون محفزة للفرد كالإثارة والتشجيع والإبداع والنجاح والمكافأة المالية والتقديرية .
- **الضغوط السلبية :** وهي الضغوط التي تكون محبطة للفرد ولها جانبان الأول الجانب النفسي كالممل وضعف الأداء وقلة الإنتاجية وتوتر العلاقات مع الآخرين و الجانب الثاني المرضي العضوي كالفرحة والأزمات القلبية والانهايار العصبي (الشاعر، ٢٠١١: ٥٥).

٧. تصنيف الضغوط النفسية المدركة :

تبنى انواع الضغوط النفسية الأخرى على شيء اساسي وهو الضغط النفسي فجميع الضغوط تبني عليه وتتنوع وتتفرع منه مثل:

- ضغط نفسي انفعالي مثل (القلق، الاكتئاب، المخاوف المرضية).
- ضغط أسري او منزلي مثل الصراعات الأسرية والانفصال، والطلاق وتربية الأطفال).

▪ ضغط اجتماعي مثل (التفاعل مع الآخرين وكثرة اللقاءات أو قلقتها، والإسراف في التزاور في الحفلات) (ماجدة بهاء الدين، ٢٠٠٨: ٢٨)

يمكن تصنيف الضغوط النفسية التي تؤثر على مفصل الحياة التي يعيشها الانسان بشكل عام ويمكن تصنيفها كالآتي:

١. تصنيف الضغوط النفسية طبقا لمجالات الضغوط:

▪ **ضغوط العمل :** والتي تنتج عن الارهاق الذي يتعرض له الفرد في العمل والتي تؤثر بشكل مباشر على الجوانب النفسية للفرد والتي تنتج من خلال التعب والملل والذي يؤدي ذلك الى حدوث مشاكل نفسية للفرد وبالتالي تؤثر سلبا على حياته العامة ومن الممكن ان يؤدي إلى الطلاق فضلا عن التأخير عن العمل وربما تصل إلى الانقطاع عنه وتركه نهائيا.

▪ **ضغوط اقتصادية :** تعد من أهم الأسباب الرئيسية في تشتيت جهد الإنسان وإضعاف قدرته على التركيز والتفكير وخاصة حيثما تعصف به الأزمات المالية أو الخسارة أو فقدان العمل بشكل نهائي فينعكس ذلك على حالته النفسية .

▪ **الضغوط الاجتماعية :** هي الالتزام بالمعايير العشائرية والتقاليد الاجتماعية والتي تحتم علي الفرد الالتزام بها بالكامل وعدم الخروج عن تلك المعايير .

▪ **الضغوط الأسرية:** تشكل بمسؤوليتها وبعاملها التربوية ضغطا فمعظم الأسر التي يحكمها سلوك تربوي متعلم ينتج عنه الالتزام .

▪ **الضغوط العاطفية:** ان ما يعيق الإنسان في طلب الزواج والاستقرار العائلي هي الحاجة الاقتصادية أو عدم الاتفاق مع الشريك كل ذلك يشكل ضغطاً عاطفياً تكون نتائجه نفسية، مما يجعله يرتبك في حياته اليومية وتعامله وفي عمله أيضا إلى أن يجد الحل

(الغريز أبو أسعد، ٢٠٠٩: ٣٠)

ب. تصنف الضغوط النفسية طبقا لمستوياتها:

▪ **الضغط العادي :** وهو المستوى الذي يمكن استبعاده وهو أدنى مستوى للضغوط، وهذا النوع يتعرض له كثير من الناس في معظم الأوقات وتكون مشكلات الحياة عينة على هذا المستوى ويمكن التعايش معها.

▪ **الضغط الحاد:** وهذا النوع يتعرض له الفرد الذي يعيش أول فترات حياته في بيئة يسودها الاكتئاب، وهذا النوع يحتاج إلى التدخل والعلاج من تأثيره، للتغلب على المشكلات التي يسببها والتحرر من القلق والخوف .

▪ **الضغط الشاذ:** وهذا النوع يضم مجموعة من الأمراض العصبية والذهنية، والتي تظهر نتيجة لثورة الفرد ضد النفس وضد الآخرين(عبد الوهاب أبو حميدان، ٢٠٠١: ٣٢).

ت. تصنيف الضغوط النفسية طبقاً لمصدرها :

هناك العديد من مصادر الضغط ، وفيما يلي بعض الأمثلة لهذه المصادر :

▪ **ضغوط بيولوجية :** مثل المرض والجراحة، والتعرض للحرارة المفرطة والباردة أو النشاط العضلي الشديد، الإحساس الزائد (مثل التلوث الضوضائي) والحوادث.

▪ **الضغوط النفسية :** مثل الحقائق، توقع الأحداث غير السارة مثل المرض، والموت، والانفصال والطلاق ، والمشاعر غير السارة من الخوف والصراع الداخلي والتهديدات واحترام الذات.

▪ **ضغوط تنموية:** مثل التشوّهات التشريحية الفسيولوجية .

▪ **الضغوط الاجتماعية والثقافية :**مثل العلاقات الشخصية المضطربة والاجتماعية والضغوط التجارية، والصعوبات الاقتصادية والتغيرات السريعة في القيم الاجتماعية والأخلاقية، والهجرة.

(عبد المنعم ، ٢٠٠٦: ٦٠).

ويصنف طه عبد العظيم وحسين سلامة عبد العظيم الضغوط النفسية طبقاً لمصادر الضغوط

إلى:

▪ **ضغوط فيزيقية :** وتتمثل في ضغوط الغلاف الجوي والحرارة والبرودة ونقص الموارد الطبيعية والكوارث الطبيعية كالزلازل والبراكين والأعاصير.

▪ **ضغوط مادية واقتصادية :** وتتمثل في الفقر وانخفاض الدخل والبطالة والتفاوت الطبقي.

▪ **ضغوط سياسية :** وتنشأ عن عدم الرضا عن الأنظمة الاستبدادية والصراعات السياسية والصراعات النقابية في المنظمات الحكومية وغير الحكومية .

▪ **ضغوط ثقافية :** وتتمثل في استرداد الثقافات والانفتاح على الثقافات الأخرى الوافدة دون مراعاة للأنماط الثقافية والاجتماعية القائمة في المجتمع والاضطرابات السياسية. (عسكر ، ١٩٩٨:

٣٢).

٨.مصادر الضغوط النفسية المدركة :

من خلال استعراض الباحث معظم الدراسات والبحوث التي تناولت موضوع الضغوط النفسية المدركة ولمعرفة مصادر تلك الضغوط والتي تؤثر بشكل مباشر على حياة الفرد نفسيا وسلوكيا لم يجد الباحث حسب علمه تفسير صحيحا لتلك الضغوط فالبعض يرى ان تلك الضغوط مثيرات ويراهها انها مجموعة من المثيرات خارجية او داخلية . والبعض منهم من يراها انها استجابات لتلك المثيرات .

ويعرف (بنيز beniz) الضغوط على أنها " المواقف أو الظروف الداخلية والخارجية التي تسبب للفرد الشعور بالتوتر والضييق وعدم الارتياح بناء على التقييم الذاتي للفرد، أو أنها المواقف أو الظروف التي يدركها الفرد على أنها تمثل خطرا على جسده وعلى نفسه أو تهديداً لكيانه " (العنزي، بنات ،٢٠٠٥: ٤٤) .

ومن مصادر الضغوط النفسية المدركة :

أولاً: الإحباط (Frustration) :

هو إعاقة أو تعطيل التقدم نحو هدف ما ولذا يعد مصدرا من مصادر الضغوط، والإحباط يحدث عندما يواجه الفرد عقبات تقف في وجه إشباع حاجاته. وهذه العقبات التي تعطل الفرد وتمنعه من تحقيق هدفه قد تنشأ من عدة مصادر مثل :

١. الحالة الاقتصادية : قلة المال والدخل مما لا يسمح بتوفير الحاجات الفردية في حياة الفرد أو فقدان الدخل سواء بالفصل أو العجز عن العمل.

٢. الحالة المرضية : مثل حدوث عاهة أو قصور جسمي يعوق الفرد على تحقيق طموحة .

٣. الظروف الاجتماعية: وتتمثل بالقواعد والقوانين والعادات والأنظمة التي تسنها المجتمعات واتجاهات التحيز أو التعصب عند الناس.

٤. الظروف المهنية : كظروف العمل ومتطلباته من ترقية، وعدم تطابق الوظيفة مع المؤهل أو الخبرات.

٥.العلاقة بين الأشخاص: وذلك فيما إذا كانت هذه العلاقة قائمة على. التنافس وعدم فهم الآخرين للشخص أو عدم التعاون معه .

ثانيا: الصراع Conflict :

هو رغبة الفرد بالتوجه الى اتجاهين مختلفين متضادين بالاتجاه والقوة وبالتالي كلما كان الصراع مهم وطويل المدى لا تستطيع حله؛ فيصبح أكثر إثارة للضغط النفسي وهناك عدة أشكال للصراع هي:

١. صراع إقدام - الإقدام : وهو أقل أنواع الصراع للفرد في إثارة الضغوط، حيث يكون الفرد بصدد رغبتين، أو هدفين ايجابيين ويرغب في الحصول عليها كأن يكون غير قادر على الاختيار بين مهنتين أو زوجتين.

٢. صراع احجام - الإحجام : وهو أسوأ الانواع للصراع وأكثرهما إثارة للضغوط النفسية، لأنه يصيب الفرد بالجمود والتردد لوقوعه بن هدفين.

٣. صراع إقدام - إحجام : قد يبدو بعض الأحيان هدفاً معيناً أكثر جاذبية إذا كان بعيداً عنك محبباً لنفسك إذا اقتربت من هذا الموقف.

٤. صراع إقدام - إحجام المزدوج: وهو أن يقع الفرد بين هدفين لكل منهما مكون اقدام - إحجام، فمثلاً إذا كنت راعياً في الالتحاق بعمل معين للحصول على راتب شهري (إقدام)، ولكن الالتحاق قد يلزمك بترك الدراسة وهو شيء لا تريد التفریط فيه (إحجام)، وعندئذ يمكنك الاستمرار في الدراسة (إقدام)، ولكن هذا يحرمك من الحصول على المال الذي ترغب فيه (إحجام) (عائش، ٢٠١١: ٣١).

ثالثا : القلق Anxiety:

هو عبارة عن حالة نفسية تحدث حين يشعر الفرد بوجود خطر محتمل يهدده وهو مما يصاحب الى توتر انفعالي تصحبه اضطرابات فسيولوجية (العمرى، ٢٠١٢: ٩٢).

ولقد ميز فرويد بين أنواع رئيسية من القلق هي : القلق الموضوعي، والقلق العصابي، القلق هو "استجابة انفعالية مركبة من الخوف، والتوتر، والضيق لخطر أو تهديد واقع (صالحى، ٢٠١٣: ٨٢).

ومن خلال ذلك يرى الباحث ان المصادر الخاصة بالضغوط النفسية المدركة متنوعة وعديدة وتشمل كل مرافق الحياة من صغيرها الى كبيرها وبالتالي يرى الباحث ان الضغوط النفسية المدركة هي متداخلة مع بعضها البعض بحيث لا يمكن فصل او عزل متغير من المتغيرات عن الاخرى .

٩. أعراض الضغوط النفسية المدركة :

يرى بعض علماء النفس أن للضغوط النفسية بعض المؤشرات التي يمكن الاستدلال عليها من خلال :

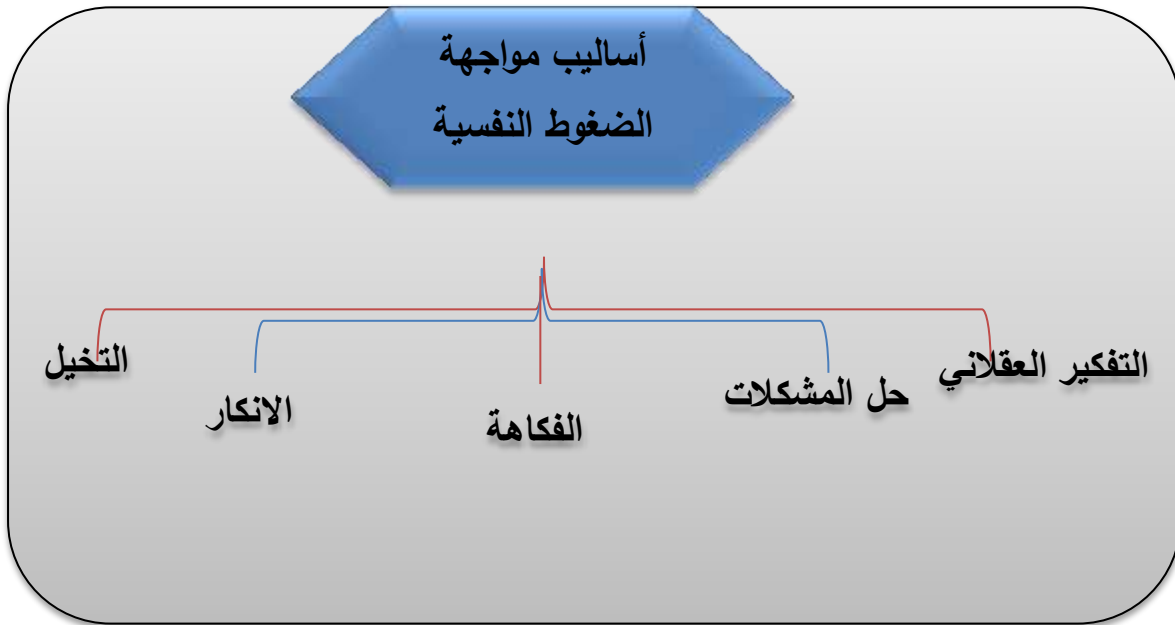
- **الأعراض الجسدية:** في ردة فعل الضغط العادية، يخفق القلب بقوة وبسرعة، تشنج العضلات، تزداد سرعة التنفس ويجف الحلق، تصيب العرق، والإحساس باضطراب في المعدة.
 - **الأعراض الذهنية:** صعوبة في التركيز.
 - **الأعراض العاطفية:** من الشائع أن يشعر من يتعرضون لضغوطات بالعصبية، القلق، التوتر، سرعة الغضب، الانفعال، عدم الراحة أو الإثارة ومن جهة أخرى قد يجد بعض الأفراد متباطئين محبطين، حزينين أو كئيبين.
 - **الأعراض السلوكية :** عند شعور الفرد بالضغط فإنه يحاول التخلص منه بالقيام بسلوكيات: مثل هز القدم، قضم الأظافر، الإكراه على الأكل.
- (فاضلي :٢٠٠٩: ٦٠).

١٠. أساليب مواجهة الضغوط النفسية المدركة :

هنالك عدة اساليب للمواجهة ، ونقلا عن العبدلي (٢٠١٢) فقد حدد كوهون

(Cohen،١٩٨٨) مجموعة من الاساليب لمواجهة الضغوط النفسية شملت وحسب الشكل (١) :

- **التفكير العقلاني:** من خلال تفكير الفرد بشكل عقلاني عن مصادر الضغوط النفسية واهم الاسباب المرتبطة التي تؤدي الى حدوث تلك الضغوطات .
- **التخيل:** وهي من خلالها يقوم الافراد بالتفكير المستقبلي والحد من الضغوط المسلطة عليه من خلال التفكير المستقبلي والتخيل بشكل يساعد على التخلص من مواجهة الضغوط النفسية .
- **الإنكار:** عملية معرفية يسعى من خلالها الفرد إلى انكار الضغوط النفسية ومصادر القلق الموجهة اليه من خلال التجاهل والانغلاق، وكأنها لم تحدث على الإطلاق.
- **حل المشكلة:** ويتم ذلك من خلال ايجاد الافكار الجديدة لحل المشكلات بطريقة علمية من أجل الضغوط النفسية المدركة .
- **الفكاهة:** ويتم من خلال التخلص من الضغوط النفسية بروح الفكاهة والمرح ومن اجل التخلص من الضغوط السلبية واستبدالها بروح الفكاهة الايجابية .(العبدلي ،٢٠١٢: ٥٣-٥٤)



شكل (١)

يوضح اساليب مواجهة الضغوط النفسية حسب رأي (كوهان) (الشكل من اعداد الباحث)

وقد حدد عبد المعطى (١٩٩٤) سبعة أساليب لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة على

النحو التالي حسب شكل (٢) :

١. **العمل من خلال الحدث:** ويتضمن كيفية استفادة الفرد من الحدث في حياته الحاضرة وتصحيح

مساره بالنسبة لتوقعات المستقبل من خلال التفكير المنطقي المثالي فيما تتضمنه طبيعة الحدث

مما يمكن أن يساعد على التعامل معه ومع غيره من الأحداث.

٢. **الالتفاف إلى اتجاهات وأنشطة أخرى:** ويشمل مدى قدرة الفرد على إعادة تنظيم حياته من

جديد بعد الأحداث الصارمة، والتفكير في الأشياء الجديدة في حياته

٣. **التجنب والإنكار:** ويشمل هذا الأسلوب مشاعر الانقباض التخيلي، وإنكار المعاني والنتائج

المرتتبة على الحادثة، وتبذل الإحساس، والشعور باللامبالاة الانفعالية إزاء الأحداث الصادمة التي

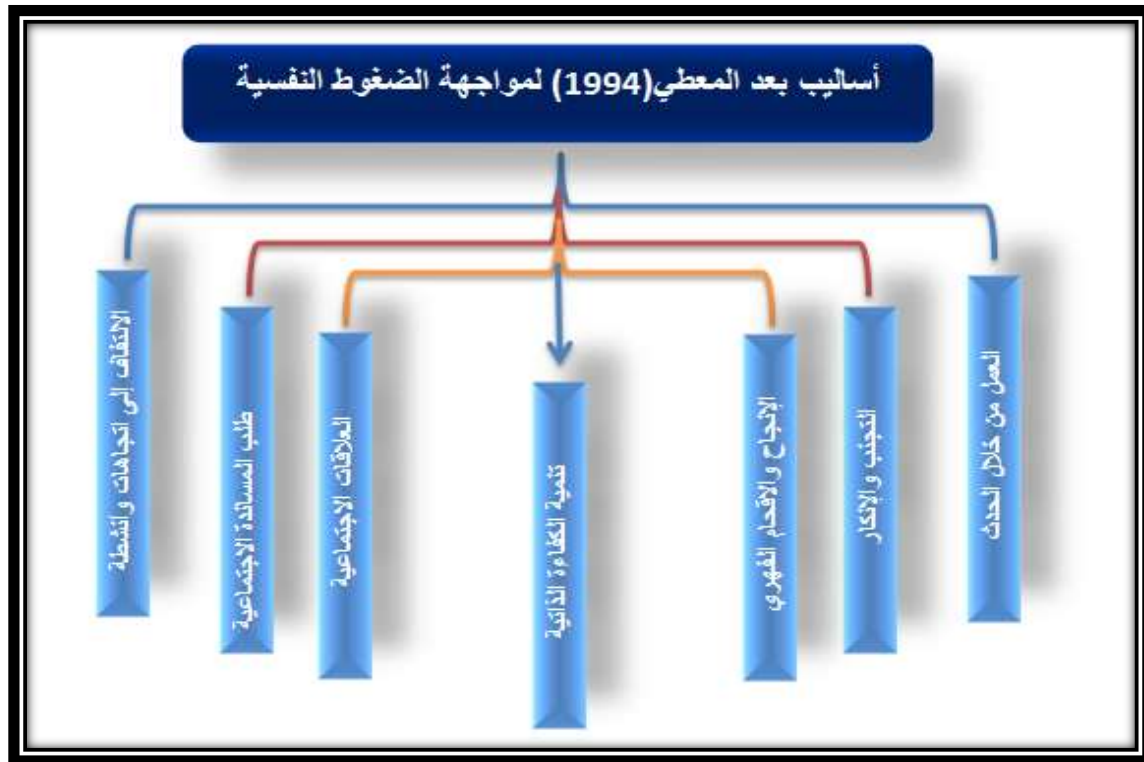
مر بها.

٤. طلب المساندة الاجتماعية: ويتضمن محاولات الفرد للبحث عن يسانده في محنته ويمده بالتوجيه للتعامل مع الحدث، وإيجاد المواساة والمساعدة لمواجهة هذه الأحداث بصورة أكثر إيجابية

٥. الإنجاح والاقحام الفهري: ويشمل هذا الأسلوب مدى تداخل الأفكار التلقائية المرتبطة بالحدث بصورة قهرية، وتكرار الأحلام المضطربة والموجات المؤلمة من الأحاسيس والسلوكيات المتكررة المتعلقة بالحدث بحيث لا يجد فرارا منها .

٦. العلاقات الاجتماعية: ويتضمن محاولات الفرد إيجاد متنفس عن الأحداث التي مر بها في علاقات مع الآخرين بالتواجد معهم، والاهتمام بعقد علاقات مع الرفاق والأصدقاء القدامى والجسد.

٧. تنمية الكفاءة الذاتية: ويتضمن ذلك قيام الفرد بتكريس الجهد للعمل، والإنجاز لمشروعات وخطط جديدة ترضي طموحاته، وتطرد الأفكار المرتبطة بالحدث، مما يشعره بالكفاءة والرضا عن الذات. (عبد المعطي، ١٩٩٤: ٤٧-٥٣).



شكل (٢)

يوضح اساليب مواجهة الضغوط النفسية حسب رأي (عبد المعطي : ١٩٩٤) (الشكل من اعداد

الباحث)

١١. علاج الضغوط النفسية المدركة :

هناك علاجات مختلفة نذكر منها :

١ - العلاج المعرفي: ويشمل :

- إيقاف الأفكار السلبية: من خلال تغيير الافكار لدى الشخص وتحويلها الى افكار ايجابية تدريجيا.
- إدارة الذات: تغيير السلوك لدى الافراد من خلال تقديم النصيحة بشكل صحيح من أجل الابتعاد عن الافكار السلبية وخفض الاستجابات التي تثير القلق والضغوط والتحكم بها بشكل صحيح .
- أحاديث الذات: تقوم على فكرة أن الفرد يمكنه مواجهة المواقف الضاغطة والمشاكل والصعوبات التي تواجهه في الحياة اذ استطاع التخلص من الأحاديث السلبية فهي التي تجعله يشعر بالخوف وعدم الكفاءة عند مواجهة الحدث .
- التخيل أو التصور الصري: من خلال التدريب الجيد على التخيل بشكل صحيح ويطبق من خلال الاسترخاء بشكل مناسب من اجل التخلص من الضغوط .
- حل المشكلات: من خلال المعرفة والتدريب التي يمتلكها الفرد للتعرف على المشكلة بشكل صحيح وايجاد الحلول والبدائل الصحيحة حيث يقوم الفرد بتحديد المشكلة وجمع البيانات الخاصة بالمشكلة ومن ثم تحديد البدائل المناسبة لحل المشكلة ومن ثم اختيار الوقت المناسب لحل المشكلة . (دعو، نوره، ٢٠١٢: ٤٠-٤١).

٢.العلاج السلوكي:

- يستخدم السلوكيون في علاجهم للضغط الاسترخاء ومن أهم تقنيات الاسترخاء المستعملة:
- تمارين التنفس الاسترخاء : في حالات الضغط يشترك الشخص من حالة التوتر وضيق التنفس التي تعتبر توترات عضلية في مستوى الحزام البطني وفي مستوى الصدر والعنق، وهذه التوترات العضلية هي مصدر الإحساس بضيق التنفس. ومن خلال عملية الشهيق الطويلة تتم عملية الزفير كاملة ومع تكرار هذه العملية يشعر الإنسان براحة واسترخاء بالإضافة إلى التنفس بطريقة جيدة للحفاظ على صحة الجهاز الهضمي والجهاز التنفسي.(جليله، معيزه، ٢٠٠٢: ٧٥)
- الاسترخاء العضلي والفكري: فيه يقوم المريض بالاستلقاء على فراش مريح ووضع وسادة خلفه مع إغماض عينيه ويتخيل نفسه في المكان الذي يفضله ومحاولة الاسترخاء التام للعضلات والمفاصل ابتداء من أصابع القدم، فالكاحل، الركبة، الظهر، الكتفين فأصابع اليد ويجب إن يكون هذا

التمرين في سكون تام محاولا إبعاد جميع الأفكار عن الذهن وجعله خاليا وهذا ممكن بالتمرين والتكرار.

■ **تعديل أسلوب الحياة:** يمثل أسلوب الحياة أهداف الفرد والمحاولات التي يقوم بها في سبيل تحقيق أهدافه، كما يشمل أيضا قدرته ودوافعه، فأسلوب الحياة هو كل ما يتعلق بشخصية الفرد وليس ثابت تماما، بل يمكن تعديله وتطويره تبعا لمتطلبات البيئة التي يعيش فيها الفرد وعلى هذا فالاستجابات السلوكية التي يقوم بها الفرد إزاء المواقف الضاغطة قد تضعف من قدرته على المقاومة، وهكذا إذا حدث تغيير في أسلوب حياة الفرد وعاداته فأصبح يمارس رياضة المشي مثلا ويقلل من المنبهات فان ذلك يساعده في مواجهة الضغوط وإدارتها بشكل فعال (السيد ، ماجدة بهاء الدين، ٢٠٠٨: ٣٤٣).

■ **التدريب على السلوك التوكيدي:** وهذا يعني التدريب على قول "لا" ورفض الطلبات غير المقبولة والقدرة على التعبير عن المشاعر الموجبة والسالبة والتعبير عن الأفكار بطريقة حسنة، هذا ما يكسب الشخص فعالية في البدء والاستمرار في التفاعلات الاجتماعية ويمكنه من فهم وتنظيم انفعالاته وفي ضوء ما تقدم فان التدريب على اكتساب هذه المبادرات يساعد الفرد على حل مشكلاته بطريقة ملائمة ويزيد من ثقته بنفسه.

■ **التدريب على إدارة الوقت:** يهدف هذا الأسلوب إلى زيادة الكفاءة لدى الفرد في استخدام الوقت وتوظيفه واستثماره في كل ما يفيد وتستخدم إدارة الوقت في خفض الضغوط فمن خلال إدارة الوقت والتخطيط يمكن التعامل مع الضغوط، إذ أن التخطيط الفعال يتضمن تحليل الوقت وتحديد الهدف وجدوله الأنشطة والمهام (دعو ، ونوره ، ٢٠١٢: ٤٢).

٣.العلاج الكيماوي:

يتم اللجوء إلى بعض مضادات الضغط وبعض الأدوية المهدئة والفيتامينات حيث تعتبر الفيتامينات ذات أهمية كبيرة في علاج الضغط النفسي بالإضافة إلى العقاقير مثل: مضادات القلق أو مضادات الاكتئاب.(عوض، ٢٠٠١: ٦٧).

١٢. النظريات المفسرة للضغوط النفسية المدركة :

هنالك العديد من النظريات التي فسرت الضغوط النفسية نذكر منها ما يلي:

اولا : نظرية هولمز وراهي: Holmes and Rahe theory

وكان (هولمز وراهي) أبرز القائلين بأن الضغوط تأتي كمثير ، حيث قام بتحديد نوعين من مصادر الضغوط التي تؤثر على الفرد وهي :

١. **مصادر الضغط السارة:** وتعد ضغطا صحيا، والتي تؤدي إلى تحسن في جودة الحياة مثل أعباء منصب جديد أو الترقية لدرجة أعلى.

٢. **مصادر الضغط غير السارة:** ويكون لها تأثير سلبي يفوق قدرة الفرد على التوافق، وتؤدي إلى تغيرات جسمية ومزاجية، ولذا يطلق عليها المشقة المحدثة للمرض مثل وفاة شخص عزيز أو الإصابة بمرض مزمن (ياركندي، ١٩٩٣: ٤٠) .

ثانيا : نظرية هانز سيللي: Hans Selye's theory

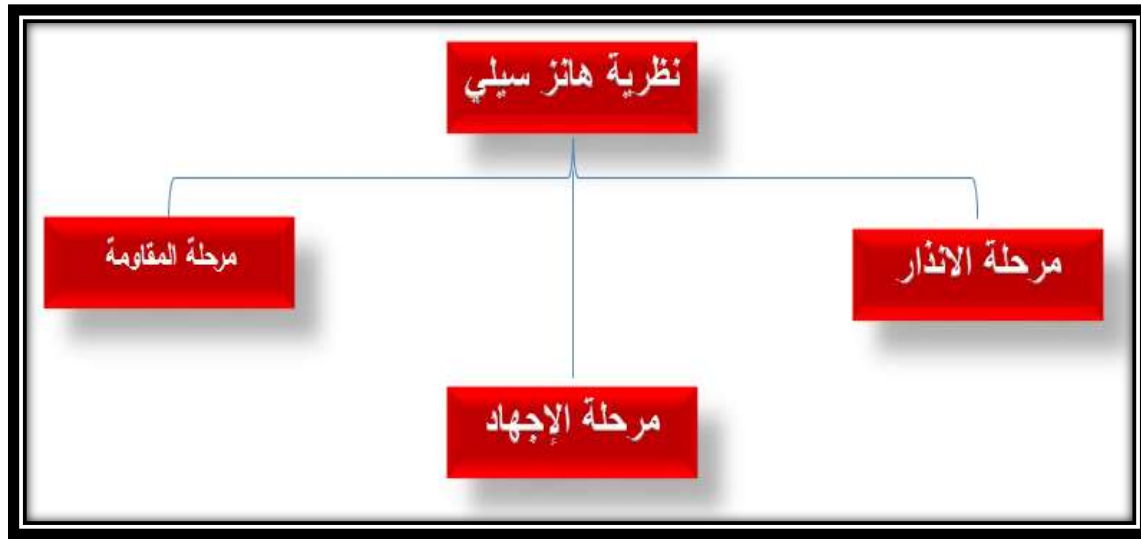
مفاد نظرية (هانز سيللي) تقول ان الضغوط النفسية تتكون عندما تكون هنالك استجابة فسيولوجية لضغط عالي خارجي يقوم الفرد بأحداث تغيرات للمحافظة على الكيان والحياة (Larkin، ٢٠٠٥: ٤٣) وقد قام بتحديد ثلاث مراحل للدفاع ضد الضغوط النفسية المدركة كما في الشكل (٣)

• **المرحلة الاولى : مرحلة الإنذار:** من خلال هذه المرحلة تظهر على جسم الفرد بعض التغيرات والاستجابات نتيجة التعرض للمواقف الضاغطة ومنها ضعف المقاومة لتلك التغيرات وبالتالي تؤدي الى الوفاة .

• **المرحلة الثانية : مرحلة المقاومة:** وهي مرحلة تكيف جسم الفرد لتلك المتغيرات والضغوط وبالتالي مقاومة لتلك التغيرات تؤدي الى التكيف معها بشكل تدريجي.

• **المرحلة الثالثة : مرحلة الإجهاد :** وهي المرحلة التي تؤدي الى استنفاد الطاقة لدى الفرد من خلال مقاومة ومحاولة التكيف مع المقاومة وبالتالي ينجح ومن ثم تقل مقاومة لها . (سيد

٢٠٠٩: ٤١-٤٢)



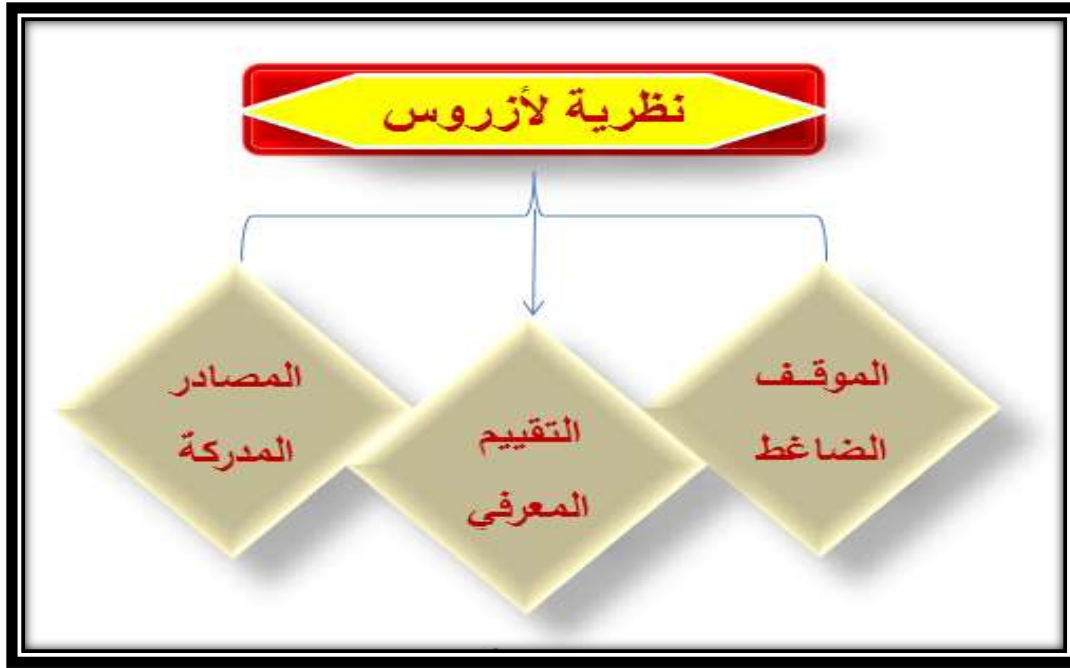
شكل (٣) يوضح مراحل نظرية هانز سيللي (تصميم الباحث)

ويرى صاحب النظرية أيضا انها تتحدد في ثلاثة محاور رئيسية هي :
 (الضغط، القلق ، التعلم) . ويمكن معرفة اهمية هذه النظرية من خلال:
 ١. قياس ذكاء الأفراد الذين تجري عليهم برامج التعلم ومعرفة قدرتهم على التعلم.
 ٢. وتركز هذه النظرية على المواقف المتعلقة بالموقف الضاغط وإدراك الفرد، ومن هنا ترتبط شدة رد الفعل مع شدة المثير ومدى إدراك الفرد له (النعاس، ٢٠٠٨ : ٩٣).

ثالثا : نظرية لازاروس التقدير المعرفي: Lazarus Theory of Cognitive Estimation:

يؤكد لازاروس إلى أن مصدر الضغوط النفسية هي البيئة والتي تؤثر في الشخص بشكل كبير والشخص كذلك بدوره يؤثر في البيئة بطريقة تبادلية، ويوجد ثلاث مكونات للضغط حسب هذه النظرية كما في الشكل (٤) وهي:

١. الموقف الضاغط .
٢. التقويم المعرفي للموقف .
٣. المصادر المدركة لدى الفرد في مواجهة المطالب.



شكل (٤) يوضح مكونات الضغط حسب نظرية لأزروس (تصميم الباحث)

حيث يرى أن التقدير المعرفي هو مفهوم أساسي يعتمد على الطبيعة التي يمتلكها الفرد، حيث أن تقديره للتهديدات الداخلية والخارجية ليست هي مجرد إدراك لمكونات الموقف الذي تكون بسبب العناصر المحيطة به وإنما هي الربط بين خبرات الفرد وشخصيته وبيئته التي يعيش بها ودرجة تقييم الفرد وتكوينه للموقف للسيطرة على تلك المواقف ويعتمد تقييم الفرد للموقف على عدة عوامل منها:

١.العوامل الذاتية الشخصية.

٢.العوامل البيئية الخارجية.

٣.العوامل المتصلة بالموقف نفسه.

وتكون على مرحلتين هما:

اولا : المرحلة الأولى: الخاصة بتحديد ومعرفة أن بعض الأحداث في حد ذاتها شيء يسبب الضغوط، وهذه المرحلة تتأثر بالعوامل الشخصية للفرد مثل الاعتقادات والعوامل الموقفية وتشمل طبيعة الموقف الضاغط .

ثانيا : المرحلة الثانية: هي التي يحدد فيها الطرق التي تصلح للتغلب على المشكلات التي تظهر في الموقف، ويمكن رصد هذه النظرية في الشكل التالي:

- العوامل الشخصية.
- التقدير .
- العوامل الخارجية.
- مهارات الاتصال.
- الحالة الانفعالية.
- الصحة.
- هوية الذات.
- الشخصية.
- الخبرة.
- العادات.
- العوامل الصحية التأييد الاجتماعي.
- المتطلبات المهنية.
- الأمن والسلامة.
- العوامل الموقفية.
- التكرار، الخبرة.
- التهديد، الضغط .
- التعب. (فاضلي :٢٠٠٩: ٦٢)

رابعا : نظرية كانون : Canon Theory

يعد العالم كانون (Canon): أول من تكلم عن موضوع الضغوط النفسية والذي حدده برد الفعل المباشر والسريع ، حيث اكد في بعض أبحاثه عن الحيوانات استخدام الضغط الانفعالي للوصول الى رد الفعل الفيسيولوجي . حيث اكد في دراسته وتجاريه ان مصادر الضغوط الانفعالية مثل (الخوف ، الالم ، العصبية) والتي تسبب تغيرات فسيولوجية للكائن الحي نتيجة لإفراز الهرمونات الادرينالين والذي يكون كمحفز للمواقف التي يتعرض لها الكائن الحي ، وان جسم الانسان يمتلك هذه الهرمونات ولكن له القدرة على الاحتفاظ بحالة من الاتزان الحيوي أي القدرة على مواجهة التغيرات التي تواجهه والرجوع إلى حالة التوازن العضوي والكيميائي بانتهاء الظروف والمواقف

المسببة لهذه التغيرات. ومن ثم فإن أي مطلب خارجي بإمكانه أن يحل بهذا التوازن إذا مثل الجسم في التعامل معه وهذا ما اعتبره كانون ضغط بواجهة الفرد يؤدي ربما إلى مشكلات عضوية إذا تدخل بدرجة عالية بالتوازن الطبيعي لجسم الإنسان (شند، والانور، ٢٠٠٦: ٩٣) .

خامسا : نظرية سبلرجر : Spailberger's theory

يعد سبلرجر أحد العلماء الذين قاموا بتفسير للضغوط النفسية بالاعتماد على نظرية الدوافع حيث يرى إن الضغوط النفسية تقوم وتلعب دورا كبيرا في إثارة الاختلافات على مستوى المواقع حسب إدراك الفرد لها ويحدد الطريقة في ثلاثة أبعاد نسبية: الضغط والقلق، التعلم وفي ضوء هذه الأبعاد يحدد محتوى النظرية الخاصة به بما يلي:

١. التعرف على طبيعة الضغوط النفسية المسلطة على الفرد .
٢. قياس مستوى القلق الناتج من الضغوط النفسية المسلطة على الفرد .
٣. معرفة وقياس الفروق الفردية بين الافراد لمعرفة السلوكيات المختلفة لديهم .
٤. توفير السلوكيات المناسبة للتغلب على القلق الناتج عن الضغوط.
٥. تحديد مستوى الاستجابة. (العمرى، ٢٠٠٤) .

مناقشة النظريات:

بعد عرض النظريات التي فسرت الضغوط النفسية ، فقد اختلفت النظريات التي اهتمت بدراسة الضغوط طبقاً لاختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها على أساس أطر فسيولوجية أو نفسية أو اجتماعية ، واختلفت هذه النظريات فيما بينها بناء على ذلك من حيث مسلمات كل منها ، إذ تجد أن نظرية هولمز وراهي تؤكد على ان الضغط يأتي كمثير، وحدد هولمز نوعين من الضغوط التي تؤثر في حياة الفرد هما (الضغوط السارة ، والضغوط غير السارة) . اما نظرية (هانز سيللي) مفادها ان الضغوط النفسية تتكون عندما تكون هنالك استجابة فسيولوجية لضغط عال خارجي يقوم الفرد بأحداث تغيرات للمحافظة على الكيان والحياة ، وقد قام بتحديد ثلاث مراحل للدفاع ضد الضغوط النفسية المدركة وهي (مرحلة الانذار ، مرحلة المقاومة ، مرحلة الاجهاد) . وتؤكد نظرية لازاروس على أن مصدر الضغوط النفسية هي البيئة والتي تؤثر في الشخص بشكل كبير والشخص كذلك بدوره يؤثر في البيئة بطريقة تبادلية، ويوجد ثلاث مكونات للضغط حسب هذه النظرية

وهي (الموقف الضاغط ، التقييم المعرفي للموقف ، المصادر المدركة لدى الفرد في مواجهة المطالب .).

اما نظرية كانون : يعد العالم كانون (Canon): اول من تكلم عن موضوع الضغوط النفسية والذي حدده برد الفعل المباشر والسريع ، حيث اكد في بعض أبحاثه عن الحيوانات استخدام الضغط الانفعالي للوصول الى رد الفعل الفيسيولوجي .اما نظرية سبلرجر حيث يعد العالم سبلرجر أحد العلماء الذين قاموا بتفسير للضغوط النفسية بالاعتماد على نظرية الدوافع حيث يرى إن الضغوط النفسية تقوم وتلعب دورا كبيرا في إثارة الاختلافات على مستوى المواقع حسب إدراك الفرد لها ويحدد الطريقة في ثلاثة أبعاد نسبية: الضغط والقلق والتعلم.

ثانياً :انماط العزو : (Attribution Patterns)

١. مفهوم انماط العزو :

يعد مفهوم العزو من المفاهيم المهمة في حياة الفرد النفسية والاجتماعية من خلال ما يؤديه من تحليل وتقييم للظواهر المحيطة به والتعرف على اسبابها ومصادر حدوثها له مما يؤدي الى ان يكون عنصر مهم في تفسير تلك المواقف المختلفة، لأنه يعد من اهم مجالات علم النفس الاجتماعي المعرفي وقد حظي مفهوم العزو باهتمام اغلب الباحثين الإكلينيكين وذلك لارتباطه في مجال علم الصحة النفسية والمجتمعية المعرفية حيث ان هذا المفهوم دخل جميع مجالات علم النفس المختلفة وحصل على مصداقية عملية وعلمية كبيرة من قبل علماء النفس والباحثين المهتمين وان مصطلح العزو يستخدم من قبل المعنيين للدلالة والمعرفة على تحديد اقوى الاسباب التي تؤدي الى حدوث السلوك (الجلامدة، ٢٠١٦: ٩١).

العزو لغة: عزا الرجل إلى أبيه عزوا :نسبه ، وعزا فلان نفسه إلى بني فلان : انتسب وانتمي ، والاعتزاء : الادعاء، ويقال عزيت الشيء وعززته : إذا أسندته إلى أحد (ابن منظور، ١٩٩٠: ١٩).

العزو اصطلاحاً: ويعرف العزو اصطلاحاً بأنه احد المفاهيم الفعالة والهامة لما له من دور ذات اهمية جوهرية في حياة الافراد الاجتماعية والنفسية منها من خلال تحليله للواقع الذي يعيش فيه ومدى تأثير تلك الظواهر فيه من خلال التحليل البيئي للظواهر والمؤثرات ومعرفة اسباب حدوثها والاسباب التي تؤدي لها وكيفية التفاعل مع البيئة الداخلية والخارجية مما، ويعتبر من المفاهيم التي

تدخل في تكوين البناء الذهني للأفراد مثل (الاتجاهات، والتمثل الاجتماعي) (خصاونة، ٢٠١٨: ٥٢)

العزو في علم النفس: هو ميل الفرد فطرياً لتفسير أسباب النجاح والفشل التي يمر بها الفرد من خلال المهمة التي ينفذها فهو يعزو النجاح والفشل إلى هذه الأسباب وتعتبر نظرية العزو إحدى نظريات الدافعية.

والعزوة هي الانتساب، و تقول العامة: هو صاحب عزوة: أي يعتري الى قوم يشدون ازره (كريم، ٢٠١١: ٤٧).

كما أن مفردة العزو في الإنجليزية والفرنسية تقابل مفردة (attribution) كأصل اصطلاحي للمفهوم، ومن ثم مرادف (attribuer) وعزا الشيء الى شيء أو إلى فلان: نسبه إليه، أسنده إليه، وحمل الشيء على الشيء (بلحاج، ٢٠١٠: ٤٥).

فعملية العزو هو ذلك الأسلوب العقلي الذي يعتبره الفرد مصدرا اساسيا لتكوين الأحكام والاسباب والنتائج حول أسباب سلوكه وسلوك الآخرين (الكلوت، ٢٠١٦: ٨٠).

ويعرفه (هايدر ١٩٥٨ Heider) بأنه تلك العملية المعرفية التي ترتبط بادراك الفرد وأحكامه عن سلوكه وسلوك الآخرين بالاعتماد على خصائص الموقف أو خصائص الفرد" (الزق، ٢٠١١: ٣٨). وقد فسر كرونباخ "العزو السببي": بأنه الفروق الداخلية التي توجه سلوك الأفراد وتشكل دوافعهم وانفعالاتهم، وأشار (سوسان ١٩٨٤ Susan) إلى أهمية موقع الضبط، لأنه من المتغيرات المعرفية المهمة للتنبؤ يقدره الفرد على التحكم في الأحداث السالبة. (الزغلول، وعديلي، ٢٠١٥: ٣٣١).

٢. العزو ومركز الضبط (Causal Attribution and Source of Control)

من خلال الاطلاع على عدد من البحوث والدراسات التي تناولت موضوع العزو لاحظ الباحث ان هنالك خلط كبير لدى الباحثين للعزو السببي وموقع الضبط، حيث البعض منهم يرى ويعرف موقع الضبط على اساس مفهوم العزو حيث ان البعض يرى ان تعرض معلمي التربية الخاصة الى ضغوط داخلية شخصية هو موقع ضبط داخلي وفي اغلب الاحيان يكون لأسباب خارجية ليس له علاقة بقدراته ودوافعه الداخلية وبذلك يكون الضبط خارجيا (الزين، ٢٠٠٥: ٦٢).

وان موقع الضبط دائما ما يعرف بانه اعتقاد معلمي التربية الخاصة بأن لديهم القدرة على السيطرة على الافعال والاحداث الخارجية التي يتعرض لها الفرد في حياته الشخصية (ضبطا داخليا)

هو اعتقاد معلمي التربية الخاصة بأن ليس لديهم سيطرة على أفعاله وردوده هو (ضبطا خارجيا) (البرزنجي، ٢٠١٠: ٣١).

ويرى (حسايم امينه: ٢٠١٣) أن اندراج كل من العزو ومصدر الضبط ضمن الإطار المعرفي حيث انهما يتناولان موضوعا واحدا وهو (الإدراك) اي إدراك الشخص لذاته والآخرين، وكذلك إدراكه لما يحدث له أو للآخرين؛ إلا انه هناك فرق بينهما يتجلى في أن موقع الضبط هو بعدا من بين الأبعاد (البعد الداخلي الخارجي) التي توظف في التفسير الذي يقدم من طرف الأشخاص لما يحدث لهم وما يحدث للآخرين لإنجازهم أو لإنجاز فرد آخر (حسايم أمينة دينه، ٢٠١٣: ٤٩).

ويرى (روتر) ان من أوجه التشابه بين (موقع الضبط والعزو السببي) هو أن موقع الضبط عند (روتر) ينقسم الى فئتين هما: فئة الضبط الداخلي وفئة الضبط الخارجي، وهاتان الفئتان تعتبران صورة أخرى للعزو السببي الشخصي والعزو السببي غير الشخصي عند (هايدر). ويصف روتر ذوي الضبط الداخلي، بأنهم أكثر حذرا وانتباها لمثيرات البيئة التي تزودهم بمعلومات متنوعة ومفيدة لسلوكهم المستقبلي وهم يتخذون خطوات جادة ومميزة تسمى بالفاعلية.

بينما يتصف ذوو الضبط الخارجي بأن لديهم سلبية عامة، وقلة في المشاركة مع الآخرين وانخفاض في الإنتاجية، وهم يرون انفسهم افراد تتحكم بهم قوة خارجية لا يستطيعون التحكم بها (دخول، ٢٠١٤: ٤٥).

وحسب (العتوم وسليمان، ٢٠١٣)، يرتبط بنظرية العزو مفهوم موقع الضبط، الذي يعتبر أحد الأبعاد الهامة في نظرية العزو، وهو من العوامل الهامة التي تؤثر في انتاجية العمل لدى معلمي التربية الخاصة. ويؤكد وينر في أبحاثه على العلاقة الوطيدة بين الاحساس بالتحكم لدى المعلم والعزو السببي، كما أن المعلم الذي يحس أنه يملك التحكم بالأحداث التي تواجهه يقوم بعزو نجاحه أو فشله لعوامل مختلفة (العتوم وسليمان، ٢٠١٣: ٥٧).

في حين أن (كريم، ٢٠١١ : ٥٦) أشار في دراسته "العلاقة بين عوامل العزو النجاح والفشل وتقدير الذات" إلى وجود اختلافات بين المصطلحين هم كالآتي:

الاختلاف الأول: هو الأكثر أهمية، إذ يعتبر موقع الضبط بأنه قبلي، وهو نابع من التعزيز المتحصل عليه في موقف ما. أما العزو السببي يعتبر عكس ذلك فهو بعدي، أي تفسير وشرح لهذا الموقف.

الاختلاف الثاني: فيتمثل في أن موقع الضبط يرجع إلى مدى وجود أو عدم وجود (موقع ضبط داخلي وموقع ضبط خارجي) للصلة بين السلوك أو السمة الشخصية والتعزيز، أما العزو السببي يحدد ويوضح أصل السبب الحقيقي للتعزيز مستقلا عن التحكم الذي يمارسه التليف.

الاختلاف الثالث: يتمثل في أن مفهوم العزو خاص بتصرفات المعلم، عكس موقع الضبط الخاص بالتعزيزات . (كريم، ٢٠١١ : ٥٦)

٣. ابعاد العزو السببي: (Dimensions of causation)

يشير مفهوم العزو السببي حسب (روتر) إلى الدرجة التي يعزو بها الفرد مسؤوليته الشخصية عما يحصل له مقابل ان ينسب ذلك إلى القوى التي تقع خارج سيطرته بناء على ذلك فالفرد الذي يدرك العلاقة السببية بين سلوكه والتعزيز الذي ناله ينشأ لديه العزو الداخلي، أما الفرد الذي لا يدرك العلاقة السببية بين سلوكه والتعزيز الذي ناله ينشأ لديه العزو الخارجي والذي يعتبر الصدفة والحظ لها دور في السلوك، بينما يرى هايدر ان كل شخص يفسر سلوكه والأحداث الخارجية من خلال عاملين مهمين يتمثل الأول في العوامل الداخلية (القدرة والجهد) وكذلك في الظروف البيئية (صعوبة المهمة)، ويرى انه وفقا لهذه العوامل يدرك الفرد بيئته وأسباب نجاحه وفشله . (حسين، ٢٠١٤: ١٤) .

من هنا اقترح (وينر) أن يتم التركيز على الأبعاد السببية لتفسير السلوك بدلا من التركيز على السبب نفسه (اللواتيه ، ٢٠١٥: ٤٥) .

فقد جمع بين وجهة نظر كل من (هايدر و روتر) ليتوصل على ثلاثة أبعاد العزو السبي النجاح والفشل وهي كالاتي :

١. **مصدر السبب :** السبب يدرك على انه عامل داخلي أو خارجي بالنسبة للفرد، ومصدر السبب يشكل بعدا يتحدد في الاتجاه الداخلي مقابل الاتجاه الخارجي.

٢. **ثبات السبب :** السبب ينظر اليه بكونه عامل مستقر ودائم او متغير ومتحول، وهو البعد الذي يتمثل في صفة الثبات وعدم الثبات نسبة الى دورة المدرك في تفسير الانجاز

٣. **ضبط السبب :** السبب يدرك بحسب مدى امكانية الضبط والتحكم فيه من طرف الفرد، وهذا بعد يتجلى في مظهرين القابلية وعدم القابلية (بلحاج، ٢٠١٠: ١٥٣) .

٤. اخطاء العزو (causal attribution errors)

هنالك اخطاء للعزو السببي وينتج هذا الخطأ من خلال الفهم والتفسير الخاطئ لفهم المواقف وبالتالي يكون السلوك مبني على تفسير خاطئ ويكون السلوك ايضا خاطئ . وينتج هذا السلوك من خلال عوامل داخلية او خارجية تؤثر بشكل مباشر في الفرد ويكون تفسيرها وفهمها غير صحيح مما ينتج عنها سلوك خاطئ . (مكلفين ، وغروس ، ٢٠٠٢: ٢١٠)

ويرى (العتوم وآخرون، ٢٠١٤). انه يمكن أن نعتبره نوع من أنواعا التحيز او التفضيل او المحاباة لموقف على حساب موقف اخر، من خلال الميل لتفضيل سبب معين على سبب آخر عند حدوث أمر ما ، "وقد يقود مثل هذا التفضيل إلى تعليل ينحرف عن التنبؤات القائمة على مبادئ العزو العقلانية المنضمة في نماذج العزو" (العتوم ، وآخرون، ٢٠١٤: ١٤٦). ومن الاخطاء التي يجدر تناولها كالآتي :

▪ خطأ العزو الأساسي:

من خلال التفسير والطريقة التي يستخدمها معلمي التربية الخاصة في التفسير للأسباب الواقعة عليهم من حيث فهمهم الاسباب هل هي داخلية ام خارجية والتي يولد من خلالها السلوك وعلى مدى تفسيره لها وفهمه لها للمواقف التي يقع فيها حيث يقوم معلمي التربية الخاصة بعزو داخلي للمواقف الداخلية اي يحجب موقف على حساب موقف حسب قوة وشدة وتأثيره على سلوكه ويقوم بعزو خارجيا للمواقف الخارجية بحجب وتفضيل موقف على اخر حسب قوته وشدته للفرد . فيكون هنالك تفسير خاطئ وعزو غير صحيح للمواقف مما يؤثر في السلوك المطلوب ويكون الخطأ بسبب قلة الخبرة لدى الفرد في العزو للمواقف التي تقع عليه .

في حين أنه من خلال التفسيرات الخاطئة فان أغلب معلمي التربية الخاصة يغلب عليهم الميل الى المواقف الخاطئة في تفسير العزو واعتماد وتفضيل عزو داخلي هو مسبب للسلوك الخاطئ ويرجع ذلك الى عوامل سببية ذاتية لدى الفرد (بلحاج، ٢٠١٠، ٨٧).

▪ خطأ الفاعل (الملاحظ):

يقصد بالملاحظ الشخص الذي يتواجد في وضعية تسمح له بإدراك فعل صادر عن شخص آخر يكون بدوره في وضعية فاعلة.

يشير هذا الخطأ الى ان الأشخاص يميلون إلى تفسير سلوكهم الى عوامل خارجية اكثر من تفسيره لعوامل داخلية بينما يميلون إلى تفسير سلوك الآخرين لعوامل داخلية اكثر من تفسيره لعوامل خارجية. (العتوم وآخرو، ٢٠١٤: ١٤٧)

وهذا ما تناوله (بلحاج، ٢٠١٠، ٧٥) بشيء من التفصيل حول التريجيج المدرج أعلاه يتبدى جليا التمييز بين الأسباب الداخلية والخارجية، فالأسباب الداخلية هي تهم العزو الداخلي وتتمثل في مجموع العوامل المتعلقة بالشخص (القصد، الجهد، القدرات، الاستعدادات، الدافعية...)، بينما الاسباب الخارجية او تلك تدل على العزو الخارجي (عوامل البيئة العادية والاجتماعية، خصائص الموقف، أفراد آخرين، صعوبة المهمة...) كما ستلحق بعض الدراسات اعتبار عوامل أخرى بالنسبة لهذه السببية مثل: المزاج، الحالة الفيزيولوجية والدور فيما يتعلق بالعزو الداخلي من جهة، ومن جهى أخرى الحظ والصدفة والقوى الغير مادية فيما يخص العزو الخارجي (ريتشارد وروبرت، ٢٠٠٢).

٥. أنواع العزو: (Kinds of attribution)

ميز علماء النفس الاجتماعي بين نوعين أساسيين من العزو ويتم صياغتها في عقولنا لكي نوضح بها سلوكياتنا وسلوكيات الآخرين.

وهذان النوعان هما:

▪ العزو الداخلي:

ويتعلق بالفرد حين تقرر أن هذا الشخص هو المسؤول عن سلوكه وهو الذي يوضح السلوك من خلال جانب معين في الشخصية، وغالبا ما يكون هذا الجانب يمثل السمة أو النزعة أو الميل وكذلك فإن العزو الداخلي يسمى أحيانا العزو الميولي .

▪ العزو الخارجي:

يوجد حين تقرر أن ظروف هذا الشخص هي المسؤولة عن سلوكه، أي توضح السلوك من خلال الموقف أو المحتوى الاجتماعي حول الفرد ولذلك يشار إليه بأنه عزو موقفي (223)

(MARILON BRUCHON SALL, 2003:

٦. النظريات التي فسرت العزو :

إن أصل تأسيس نظريات العزو السببي على مبدأ أساسي، وهو باعتبار أن الفرد هو كائن يمتلك الوعي والعقلانية وأنه قادر على اتخاذ القرارات الواضحة بنفسه ودون تدخل لأي طرف آخر ويستطيع التحكم والتنبؤ بمستقبله من خلال التعرف على الأسباب والمواقف التي يعيش بها لتفسير الحوادث التي تحصل معه واتخاذ السلوك المناسب على وفق تحليله لتلك المواقف . ومن أجل ذلك فإن نظريات العزو السببي تقوم على عدة افتراضات مهمة منها :

١. البحث عن تحديد الأسباب التي تؤدي الى حدوث سلوكنا وسلوك الآخرين وذلك للحاجة الماسة لمعرفة عن معلومات تساعدنا في تحديد السلوك المطلوب لتلك المواقف واختيار الانسب لها .
٢. تكون السلوكيات التي نقدمها لتفسير سلوكنا ليست عشوائية وغير دقيقة، إنما هي سلوكيات مبنية على اسس علمية صحيحة ودقيقة في الاختيار وضعت من أجل تفسير تلك السلوكيات بشكل صحيح ودقيق .

٣. السلوكيات التي نحددها وفق للمواقف التي تقع علينا هي تؤثر على سلوكنا في الوقت الحالي وتؤثر على سلوكنا في المستقبل البعيد لأنها تكون الطريق الصحيح لتعديل مسارنا بالشكل الصحيح ووفق للمواقف التي تقع علينا . (غباري، ٢٠١٢ : ١٩٣) .

أولاً : نظرية التحليل السببي البسيط للفعل لهايدر (Heider).

يعد (هايدر) المؤسس الأول والأب الشرعي لنظرية العزو حيث أحدثت نظريته في التوازن التي طرحها عام (١٩٥٨) في كتابه (علم نفس العلاقات الشخصية) تأثيراً مهماً في شأن معنى العزو (جرادات، ٢٠١١ : ١٢) .

حيث يسعى هايدر في كتابة لصياغة اهم وابرز المبادئ العامة الضمنية للفعل الطبيعي والفطري، وما يستدعيه من تأويلات واستنتاجات سببية علمية (بلحاج، ٢٠١٠ : ٩٩) .

فقد ركز في كتبه على الطريقة والاسلوب في معرفة الانسان لإدراكه لأسباب الاحداث التي يمر بها وطريقة تفسيرها بالشكل الصحيح ومن خلال اتخاذ الطريقة التي تسلك في المواقف بشكل طبيعي من خلال سلوكه دون الحاجة الى استجاباته في التفكير ومن خلال ذلك توصل هايدر الى ان الاعتقاد بان العوامل الداخلية غير المرئية كالجهد القدرة لا تمثل الأسباب الوحيدة للسلوك فإلى جانب

تعليل سلوك الناس بعزوه الى عوامل شخصية (عوامل داخلية تتعلق بالفرد) فأنا نلجأ الى تعليل السلوك بعزوه الى عوامل موقفية (بيئية خارجية) كالظروف المحيطة . وكذلك استند هايدر بشكل افتراضي أن الافراد في هذه النظرية لا يتقبلون ولا يرتاحون فقط لتسجيلهم الملاحظات عما يدور من حولهم فقط ، بل هم يحتاجون الى عزوها وتفسيرها الى متغيرات بيئية معينة مرتبطة بالموقف من خلال ربط السلوك بالظروف و والمواقف التي أدت اليه.(غباري و آخرون، ٢٠١٢: ١٩٣).

وقدم هايدر افكار لها تأثير على تطور النظرية في هذا المجال و هي :

١. اننا حين نشاهد الآخرين يقومون بسلوك ما يميل الى البحث عن خصائص داخلية (ميل ، دوافع ، رغبات) .

٢. اننا نميز بين الأفعال المقصودة و غير مقصودة به.

٣. اننا نميل، لان نعزو السلوك لأسباب تكون موجودة لدى ظهور السلوك و تغيب بغيابه (ريتشارد وروبرت ، ٢٠٠٢ : ١٩٧-١٩٨).

وكذلك يرى هايدر الى أن عزو الفعل السببي الى عوامل شخصية و قد قام باقتراح (٥) مستويات نعزو فيها مسؤولية الحدث الى الفاعل تبعا لمساهمة كل من العوامل البيئية (أبو ندى، ٢٠٠٤ : ٣٨) كما في الشكل (٦).

المستوى الأول : (الاقتران العام) : هو مستوى بدائي او أولي لعزل الفعل او المؤثر او المسؤولية وذلك عندما نعتبر أن شخصا مسؤول عن حدث ما لمجرد وجود اقتران بسيط في اذهاننا بين الحدث والشخص وقد يكون منطقيا او غير منطقي.

المستوى الثاني : (امتداد مسؤولية الفعل): إن شخصا ما مسؤول عما حدث لمجرد كونه شرطا لحدوث الفعل رغم انه ليس سببا مباشرا في وقوع الحدث.

المستوى الثالث: (المسؤولية سبب عدم الاكتراث أو الإهمال): إن شخصا ما مسؤول عن حدث ينتج من تصرفاته بالرغم أنه لم يقصده و لكنه ترتب عن احواله لذلك نجد الشخص يتسم بالسلبية العامة و الافتقار إلى الإحساس (الكحلوت، ٢٠١٦ : ٣٦) .

لمستوى الرابع: (المسؤولية سبب السلوك المقصود): حيث يعتقد أن الفاعل مسؤول عن الحدث لأنه كان يقصده بتصرفاته وأنه يقصد تحقيق النتائج التي وقعت وقد تخطئ أو تصيب في ادراك مقصد و نوايا الآخرين.

المستوى الخامس: (مسؤولية الفعل الذي له مبرراته): هذا يكون عندما تعتقد المسؤولية شخص عن فعل ما لكننا نلتمس له عذرا او مبررا لان سلوكه قد تم تحت ضغط ظروف طبيعية أو اجتماعية تجبره على التصرف بشكل يمثل هذا التصرف وقد تكون الظروف قاهرة انه يستطيع الفرد مقاومتها (أبو ندى، ٢٠٠٤: ٤٠).



شكل (٥)

المستويات حسب نظرية هايدر للعزو السببي (الشكل من تصميم الباحث)

ويرى هايدر (Heider) نقلا عن (عطية ١٩٩٩ : ٢٢٧) أن هنالك خطوتان لابد ان نخطوها في تحليلنا السببي وهي :

الخطوة الأولى : تحديد السبب وموقعة الذي يؤدي بنا الى السلوك او النتيجة كأن تكون أسبابا داخلية تتعلق بالفرد نفسه او أسبابا خارجية وهي التي تحيط بالإنسان.

الخطوة الثانية : تقسيم وتصنيف هذه الاسباب منها الداخلية والخارجية الى عواملها ومسبباتها ومنها ما يكون سبب ارادي ومنها ما يكون سبب غير ارادي لا يستطيع السيطرة عليه . (عطيه ، ١٩٩٩: ٢٢٧) .

١. نظرية كيلي (Harold Kelly):

استند إنموذج (Kelley) في العزو إلى آراء (Heider) . إذ أكد التمييز بين العزو للقائم بالفعل وبين العزو للبيئة. وبعد المدرك المثالي أشبه بالعالم الاجتماعي الذي يقوم بإجراء سلسلة من التجارب، وذلك لأن المدرك المثالي يعزو السببية أما إلى القائم بالفعل أو إلى البيئة ويحاول تحديد العزو بينهما. لنفترض أنك حضرت حفلاً في المدرسة واستمتعت بالحفل كثيراً وحدث ذلك بعد تحقيقك لفوز رياضي مهم لفريق المدرسة. فهل يعزى الشعور بالارتياح إلى الحفل ؟ أم إلى النصر الرياضي؟ أم إلى الحدث الاجتماعي؟ أم إلى تفاعل هذه العوامل الثلاثة؟ لاتخاذ مثل هذا القرار يذكر (Kelley1967) بأن الناس الذين يقومون بعزو سببي يستعملون مبدأ التباين (وينص هذا المبدأ على أن الأثر يعزى إلى الطرف الذي كان موجوداً عند وجود الأثر، وغائباً عند غياب الأثر). (دخول ، ٢٠١٤: ٢٠)

وتعد نظرية كيلي إحدى النظريات التي اعتمدت على ملاحظة التأثير بين المثير الخارجي، والمعلم، والموقف الذي يحدث فيه السلوك، حيث وضعت هذه النظرية الإعزاءات للنجاح والفشل في مهمة ما يكون مرجعها إلى : وحسب شكل (٧) :

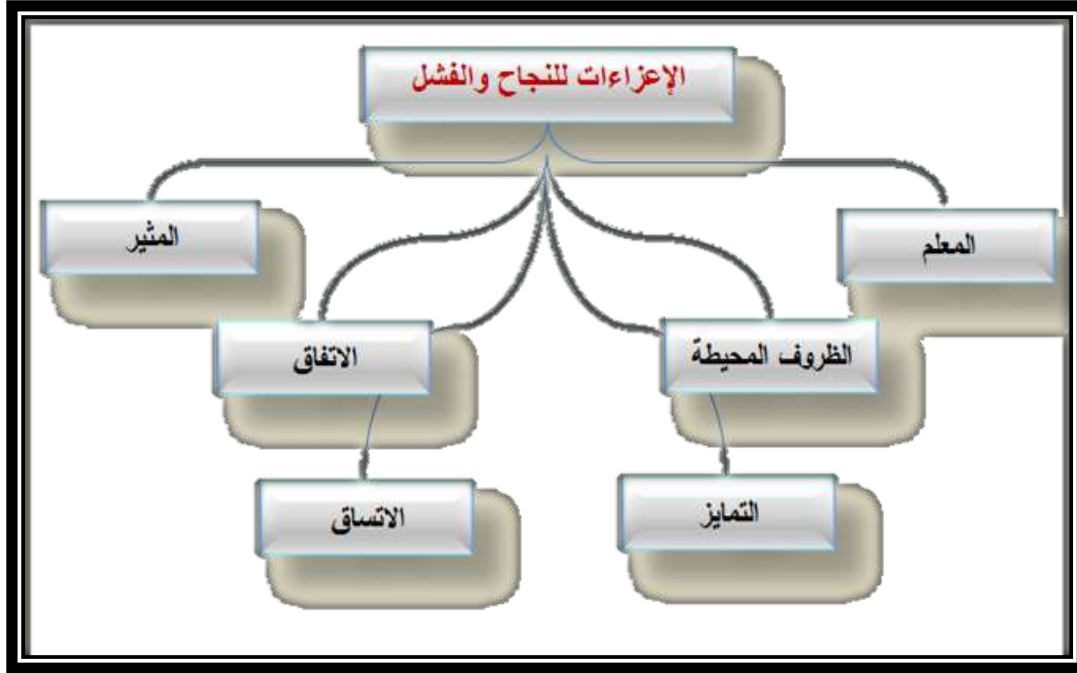
- **المعلم:** وهنا يكمن سبب الأداء في المهمة إلى عوامل مرتبطة بالمعلم، مثل ذكائه وقدراته المختلفة.
- **المثير:** وهنا يكمن سبب الأداء في العوامل المرتبطة بالمهمة نفسها، مثل صعوبة وسهولة المادة أو الامتحان .
- **الظروف المحيطة:** تشتمل على المناسبات المختلفة التي يمر بها التلميذ في البيئة أو الزمن الذي درس فيه المادة أو أدى فيه الامتحان.

كما اقترحت النظرية ثلاثة أنماط من المعلومات تستخدم للقيام بعملية التلميذ تتلخص في:

١. **الاتفاق Consensus:** يشير إلى مدى اتفاق نتيجة التلميذ في أداء المهمة مع نتائج الآخرين الذين قاموا بأداء نفس المهمة.

٢. التمايز **Distinctiveness**: يشير إلى مدى اختلاف نتيجة التلميذ في أداء المهمة عن نتائجه في المهام الأخرى التي يقوم بها.

٣. الاتساق **Consistency**: يشير إلى مدى تشابه نتيجة التلميذ في أداء المهمة مع نتائجه السابقة في أداء نفس المهمة (حسين، ٢٠٠٢: ١٦٥).



شكل (٦)

الإعزاءات للنجاح والفشل حسب نظرية كيلي

٢. نظرية واينر (١٩٧٤ - ١٩٨٥) **Weiner**:

تعتبر نظرية العالم الأمريكي واينر (١٩٨٥) من النظريات المتطورة والتي قام بتطويرها واحداث تغييرات فيها ولذلك اصبحت من اهم النظريات واسعة الانتشار ومتداولة عند اغلب العلماء والباحثين والتي احدثت تغييرات في دافعية الافراد نحو التعلم والتعليم والابتعاد عن الفشل من خلال عزو الفرد خبرات النجاح والفشل الى اسباب داخلية وخارجية وهو من الامور المهمة لتحسين مستوى الافراد نحو العزو السببي (خلاف ، ٢٠١٩: ٥٢-٥٣) .

وقد كانت تهدف النظرية على توضيح مصادر وخبرات النجاح والفشل وتأثيرها على واقع الافراد حيث تركز النظرية بالدرجة الاساس على فهم الافراد الى كيفية معرفة اسباب نجاحهم وفشلهم وكيف ممكن أن يؤثر على دافعهم للإنجاز، حيث أن نظرية "العزو لا تهتم بطبيعة العمل أو الحدث في حد ذاته،

وهذه العوامل المعيبة إذا ما اتسمت بالإثبات النسبي في مواقف متكررة من النجاح أو الفشل، فإنها تؤثر على الاحتمالية الذاتية النجاح في مواقف مستقبلية مشابهة" (المنيزل، ١٩٩٠: ٤٢).

وقد اقترح (واينر) الصيغة الأساسية لنظرية العزو التي تقوم على افتراضات عدة منها:

١. إننا نحاول تحديد أسباب سلوكنا وسلوك الآخرين؛ ذلك لأننا مدفوعين للبحث عن معلومات تساعدنا في تحديد العلاقة بين السبب والنتيجة.

٢. إن الأسباب التي تقدمها ليست عشوائية، بل هناك قواعد وضوابط تستطيع أن تفسر لنا أسبابه .

٣. إن الأسباب التي تحدها لنتائج سلوكنا تؤثر في سلوكنا الانفعالي وغير الانفعالي على المدى البعيد (غباري وآخرون، ٢٠١٢: ١٩٢-١٩٣)

يرى (واينر) أن النجاح والفشل في إنجاز المهام يعود في المقام الأول إلى أربعة عوامل هي:

١. القدرة **Ability** : يبين واينر ان القدرة الي يمتلكها الافراد بالتعامل مع الاحداث بشكل صحيح بالاعتماد على الخبرات الماضية في تجاوز المشكلات بشكل صحيح، لأن التجارب السابقة والتاريخ للنجاح والفشل للأفراد يؤثر على الدافعية والتعليم، وعند النجاح يزداد إحساس الافراد بالكفاية الذاتية، والذي بدوره يعزز الدافعية.

٢. الجهد **Effort**: لقد وجد واينر أن الافراد عادة لا يملكون فكرة عن مستوى الجهد الذي يبذلونه من أجل النجاح، والافراد يحكمون على جهدهم من خلال ما يقومون به من نشاط تجاه مهمة ما. حتى في المهام التي تتضمن فرصاً حقيقية في النجاح.

٣. الحظ **Luck**: حيث يميل الافراد إلى عزو النجاح إلى الحظ، والافراد الذين لديهم ثقة قليلة بقدراتهم يعززون نجاحهم إلى الحظ، والنجاح في هذه الحالة لا يزيد من الجهد، وقلة الجهد لا تفعل شيئاً تجاه زيادة قدرة الفرد وبالتالي تبقى المهمة عاجزة عن التحقق.

٤. صعوبة المهمة **Difficulty .Task** : يحكم على صعوبة المهمة من خلال أداء الآخرين على تلك المهمة، النجاح في مهمة وفشل الآخرين في مهمة فهذا يدل على صعوبة المهمة للفاشلين وسهولة المهمة بالنسبة للناجحين (غباري وأبو شعيرة، ٢٠٠٩: ٣١٢) .

يرى (واينر) أن هذه العوامل تختلف من شخص لآخر في واحد من ثلاثة أبعاد على الأقل، حيث تلعب دوراً أساسياً في الدافعية وهي:

١. مركز السبب (داخلي او خارجي): ويحدد موقع السبب سواء أكان مصدره داخليا في الأفراد أو خارجا عنه، فالقدرة أو الجهد ينظر لها بأنها أسباب داخلية ما دامت كافية في قوة الفرد، في حين ينظر الصعوبة المهام والظروف المحيطة بالأفراد عند الأداء كأسباب خارجة منه .

٢. الاستقرار **Stability** (ثابت متغير): ويشير مدى الثبات والاستقرار لدى الافراد فالسبب قد يكون دائما نسبيا أو متغيرا، فالاستعداد ينظر له بأنه ثابت نفسيا أو مستقر، بينما الجهد والحظ غير ثابتين لتغيرهما من وقت لآخر .

٣. الضبط **Controllability** (التحكم به لا يمكن التحكم به): ويشير إلى درجة الاجبار على الشي أو الاختيار منه بحيث يمكن تحكمه بالسبب، فالأداء هو حر للشخص او مجبر عليه حسب الموقف الذي هو فيه (ابتسام، ٢٠٠٤: ٤٤).

• مناقشة النظريات:

بعد عرض النظريات التي فسرت انماط العزو ،فقد وجد الباحث تعدد النظريات واختلافها في وجهات النظر. فمثلا نظرية التحليل السببي البسيط للفعل (لهيدر)

حيث يعد (هايدر) المؤسس الاول والاب الشرعي لنظرية العزو حيث أحدثت نظريته في التوازن التي طرحها عام (١٩٥٨) في كتابه (علم نفس العلاقات الشخصية) تأثيرا مهما في شأن معنى العزو ، حيث يسعى هايدر في كتابة لصياغة أهم وأبرز المبادئ العامة الضمنية للفعل الطبيعي والفطري، وما يستدعيه من تأويلات واستنتاجات سببية علمية، فقد ركز في على الطريقة والاسلوب في معرفة الانسان لأدراكه لأسباب الاحداث التي يمر بها وطريقة تفسيرها بالشكل الصحيح ومن خلال اتخاذ الطريقة التي تسلك في المواقف بشكل طبيعي من خلال سلوكه دون الحاجة الى استجاباته في التفكير ومن خلال ذلك توصل هايدر الى ان الاعتقاد بان العوامل الداخلية وغير المرئية كالجهد و القدرة لا تمثل الأسباب الوحيدة للسلوك فإلى جانب تعليل سلوك الناس بعزوه الى عوامل شخصية (عوامل داخلية تتعلق بالفرد) فأننا نلجأ الى تعليل السلوك بعزوه الى عوامل موقفية (بيئية خارجية) كالظروف المحيطة . اما نظرية كيلي (Harold Kelly):

يرى كيلي Kelly صاحب بنموذج " تحليل التباين أن الانسان العادي يستخدم أسلوباً إدراكياً مشابهاً لأسلوب العالم المتخصص في المنطق (جون ستيورات) وأهميته عندما يتعلق الأمر بالكشف عن الكيفية التي يدرك بها الفرد سلوكه ومن خلال هذا الأسلوب يمكن للفرد أن يعزو الأسباب التي تؤدي

الى الحدث والى الظروف التي تساعد في التغير نوع الحدث وشدته ويبقى على حالة الحدث دون تغيير . اما نظرية كيلى فقد إستند إنموذج Kelley في العزو إلى آراء Heider. إذ أكد التمييز بين العزو للقائم بالفعل وبين العزو للبيئة. وبعد المدرك المثالي أشبه بالعالم الاجتماعي الذي يقوم بإجراء سلسلة من التجارب، وذلك لأن المدرك المثالي يعزو السببية أما إلى القائم بالفعل أو إلى البيئة ويحاول تحديد العزو بينهما. اما نظرية واينر فقد كانت تهدف النظرية على توضيح مصادر وخبرات النجاح والفشل وتأثيرها على واقع الافراد حيث تركز النظرية بالدرجة الاساس على فهم الافراد الى كيفية معرفة اسباب نجاحهم وفشلهم وكيف ممكن ان يؤثر على دافعهم للإنجاز

ثالثاً : معلمي التربية الخاصة : (Scientific special education)

يهدف الباحث إلى تحديد اهم الخصائص والمواصفات التي يتميز بها معلم التربية الخاصة التي تؤهله للعمل الصحيح مع ذوي الإعاقة ، ولتحقيق ذلك لابد من تحديد ما هو المفهوم لذوي الاحتياجات الخاصة وتصنيفاتهم وخصائصهم والمواصفات التي لا بد أن يتصف بها المعلم للتعامل مع هذه الفئة من منطلق تلك الخصائص التي تتميز بها هذه الفئة

أ. مفهوم معلمي التربية الخاصة:

يعرف معلم التربية الخاصة بأنه المعلم الذي يكون لديه خبرة عامة في مجالات الكشف والتعرف والتأهيل للفئات مع طلبة ذوي الاحتياجات الخاصة والذي يكون على رأس العمل من خريجي الأقسام المتخصصة في مجال التربية الخاصة بكليات التربية أو كليات المعلمين ، والحاصل على درجة البكالوريوس أو الدبلوم ، أو المؤهل خصيصاً للعمل مع طلبة الاحتياجات الخاصة (التراب ، ٢٠١٩: ٦٤).

ب . خصائص وصفات معلم التربية الخاصة :

لا يمكن أن ينفصل الحديث عن صفات المعلمين وفاعلية أدائهم التربوي عن نظام وأسلوب اختيارهم . حيث أدى التغير في دور المعلم إلى إعادة النظر في أسلوب اختياره ، وأدت التغيرات التي طالت العملية التعليمية التربوية إلى بروز جوانب جديدة من أدوار المعلم أكثر جوهرية، ولعل أهمها كونه أصبح وسيطاً بين الطلاب ومصادر المعرفة ، يهيئ لهم البيئة التعليمية الملائمة، ويثير لديهم التفكير العميق، والتفاعل الايجابي مع المادة العلمية المتعلمة (الصالح ، ٢٠١٥: ١٦).

فعندما نحسن اختيار المعلم فإننا نكون قد حققنا إنجازاً تربوياً نوعياً ينعكس أثره على تحصيل تلاميذ التعليم العام، بل على النظام التعليمي برمته، لذلك يجب انتقاء أفضل المتقدمين في تصرفاتهم وأفعالهم كي يقتدي بهم طلابهم والتي تتوافر فيهم عدة صفات من أهمها:

١. الإيمان الراسخ بعقيدة الإسلام.
 ٢. الإخلاص وتقوى الله في السر والعلن التي تجعل ضميره رقيباً داخلياً على عمله وسلوكه.
 ٣. أن يمتلك قاعدة علمية معرفية صلبة في ميدان العمل بمجال المعاقين عقلياً.
 ٤. أن يتمتع بشخصية قيادية مؤثرة.
 ٥. أن يمتلك مهارة عالية في الاتصال والتواصل مع الآخرين.
 ٦. أن يكون قادراً على أن يطور نفسه بنفسه.
 ٧. الذكاء المرتفع .
 ٨. الشخصية المتزنة الخالية من الاضطرابات الانفعالية والنفسية .
 - ٩ . حب العمل في هذا المجال والرضا عن هذه المهنة حتى يستطيع التميز فيها.
 - ١٠ . الصبر و التأؤل.
 ١١. حسن الاستماع للرأي الآخر.
 ١٢. يتمتع بروح المثابرة والإبداع ويهدف إلى التجديد. (يعقوب نشوان، ١٩٩٣: ٤٢)
- على ذلك يجب تفعيل دور المقابلة الشخصية في اختيار المتقدم للتحاق بكليات التربية الخاصة وذلك بأن تنفذ المقابلات الشخصية في ضوء إجراءات و معايير محددة وواضحة متفق عليها مسبقاً و تحقق السمات الشخصية الآتية في المتقدم:
- وضوح مخارج الحروف والألفاظ بما لا يحتمل اللبس في فهمها.
 ١. قدرة المتقدم على عرض أفكاره بصورة واضحة .
 ٢. تناسق وترابط الأفكار التي يعرضها المتقدم.
 ٣. عناية المتقدم _ في حدود المقبول _ بمظهره العام .
 ٤. الحضور الشخصي للمتقدم وثقته بنفسه وعدم تردده في طرح آرائه الخاصة.
 ٥. سلامة حواس وبنية جسم المتقدم بما لا يعيقه عن التدريس الفعال.

٦. القدرات القيادية (القدرة على تصور الأهداف البعيدة ، وصنع القرارات المناسبة ، وتحمل المسؤولية ، وتوجيه الآخرين)

٧. المرونة (القدرة على التعامل مع المواقف المختلفة، والتصرف حسب ما يفرضه الحدث أو الموقف، والتأقلم مع مستجدات الموقف، التسامح واستيعاب الآخرين وتفهم دوافعهم).

٨. الكاريزما (قدرة المعلم على التأثير على الطلاب وجعلهم يتعلقون به ويحبونه وينفذون توجيهاته عن طواعية). (البوهي، لطفى، ١٩٩٩: ٣٤).

ت. مهام معلمي التربية الخاصة :

١. الكشف عن ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة وتحديد أماكن تواجدهم ليسهل توفير خدمات التربية الخاصة لهم.

٢. الكشف عن مواهب واستعدادات وقدرات كل طفل واستثمار كل ما يمكن استثماره منها.

٣. تحديد الاحتياجات التربوية والتأهيلية لكل طفل.

٤. استخدام الوسائل والمعينات المناسبة التي تمكن ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة بمختلف فئاتهم من تنمية قدراتهم وإمكاناتهم بما يتلاءم مع استعداداتهم.

٥. تنمية وتدريب الحواس المتبقية لدى ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة للاستفادة منها في اكتساب الخبرات المتنوعة والمعارف المختلفة.

٦. توفير الاستقرار والرعاية الصحية والنفسية والاجتماعية التي تساعد ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة على التكيف في المجتمع الذي يعيشون فيه تكيفا يشعرهم بما لهم من حقوق وما عليهم من واجبات تجاه هذا المجتمع.

٧. تعديل الاتجاهات التربوية الخاطئة لأسر هؤلاء الأطفال عن طريق توجيه وتوعية الأسرة وإيجاد مناخ ملائم للتعاون الدائم بين المنزل والمدرسة مما يؤدي إلى تكيف اجتماعي ينسجم مع قواعد السلوك الاجتماعية والمواقف المختلفة على أساس من الإيجابية والثقة بالنفس.

٨. إعداد الخطط الفردية التي تتلاءم مع إمكانيات وقدرات كل طفل.

٩. الاستفادة من البحث العلمي في تطوير البرامج والوسائل والأساليب المستخدمة في مجال التربية الخاصة.

١٠- نشر الوعي بين أبناء المجتمع بالعوق ، وأنواعه ، ومجالاته ، ومسبباته ، وطرق التغلب عليه أو الحد من آثاره السلبية.

١١- تهيئة المدارس لتلبية الاحتياجات الأساسية للأطفال ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة بما يتطلبها ذلك من إجراء التعديلات البيئية. (عاشور، ٢٠٠٦: ٣٠-٣١) .

المحور الثاني : دراسات سابقة .

سيقوم الباحث في هذا المحور بعرض أهم الدراسات السابقة العراقية والعربية التي تناولت متغيرات البحث وكما يأتي :

اولا : دراسات تناولت الضغوط النفسية

١. دراسة (الدراجي ، ٢٠٠٧)	
اساليب التعامل مع الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي ونوع التأهيل وأنماط يونك للشخصية لدى معلمي المدارس الابتدائية	عنوان الدراسة
كلية التربية - ابن رشد / جامعة بغداد	مكان الدراسة
الكشف عن علاقة أساليب التعامل مع الضغوط النفسية بالجنس ونوع التأهيل والرضا الوظيفي وأنماط الشخصية لدى أعضاء الهيئات التعليمية في المدارس الابتدائية .	هدف الدراسة
المنهج الوصفي	منهج الدراسة
يقتصر البحث الحالي على معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية في محافظة بغداد وللعام الدراسي (٢٠٠٥ - ٢٠٠٦) ، حيث بلغ حجم العينة (٤٠٠) معلم ومعلمة	عينة الدراسة
مقياس اساليب مواجهة الضغوط النفسية	اداة الدراسة
استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة (ومربع كا٢) والنسبة المئوية ومعامل ارتباط بيرسون وتحليل الانحدار المتعدد من نوع الانحدار المتدرج	الوسائل الاحصائية
١- استخدام عينة البحث (أسلوب مواجهة المشكلة) ٢- حين كان استخدامهم (الأسلوب الديني والروحي))	نتائج الدراسة

- ٣- بينما لم يكن استخدامهم لأساليب (الهروب والتجنب والاسناد الاجتماعي والعدوانية).
- ٤- تستخدم المعلمات (اسلوب الديني والروحي)
- ٥- في حين يستخدم المعلمين (الأسلوب الديني والروحي)
- ٦- تبين ان المعلمين والمعلمات عينة البحث وبكافة فئاتهم لا يميلون إلى استخدام الأساليب (الهروب والتجنب ، الإسناد الاجتماعي ، العدوانية) بشكل شائع

٢.دراسة (سيد ، ٢٠٠٩)

عنوان الدراسة	الضغط النفسي و تأثيره على الدافعية للإنجاز لدى التلاميذ المقبلين على امتحان البكالوريا
مكان الدراسة	جامعة الجزائر كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية
هدف الدراسة	تهدف هذه الدراسة إلى توضيح ما إذا أن بالفعل أن الدافعية للإنجاز تختلف باختلاف الجنس و اختلاف الظروف الأسرية و الاجتماعية و المدرسية ، و هل بالفعل الضغوط النفسية لها تأثير هام على دافعية انجاز التلاميذ .
منهج الدراسة	المنهج الوصفي.
عينة الدراسة	لقد تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية، حيث تتكون من تلاميذ السنة الثالثة- ثانوي و بلغ عددهم (١٨٠) تلميذ و تلميذة ، تمتد أعمارهم من (١٨) موزعين على ثلاثة شعب و هي ، علوم الطبيعة و الحياة ، علوم إنسانية اقتصاد وتسيير.
اداة الدراسة	مقياس الضغط النفسي.
الوسائل الاحصائية	اعتمد الباحث على الحقيبة الاحصائية (spss).

نتائج الدراسة	- تحقق الفرضية الأولى، أي التلاميذ الذين يخافون من الرسوب تكون دافعيتهم للإنجاز أحسن من التلاميذ الذين لا يخافون من الرسوب . - الفرضية الثانية التي تنص أن التلاميذ الذين لديهم قلق الامتحان تكون دافعيتهم للإنجاز أحسن من التلاميذ الذين ليس لديهم قلق الامتحان لم تتحقق . - تحقق الفرضية الثالثة التي تنص أنه التلاميذ الذين لديهم ضغوطات أسرية تكون دافعيتهم للإنجاز أحسن من التلاميذ الذين ليس لديهم ضغوطات أسرية
---------------	--

٣.دراسة (عبد الرحيم ، ٢٠١٢)	
عنوان الدراسة	الضغوط النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى المرشحات الطالبات
مكان الدراسة	جامعة طيبة المملكة العربية السعودية
هدف الدراسة	هدف البحث هو التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية، وتقدير الذات لدى المرشحات الطالبات، وقد تكون مجتمع البحث من المرشحات الطالبات اللاتي يعملن في القطاع الحكومي، و الأهلي، على مستوى التعليم العام، و العالي، المتفرغات للعمل الإرشادي، و اللاتي يمارسن مهنة التدريس إلى جانب عملهن
منهج البحث	المنهج الوصفي

وقد تكونت عينة البحث من (٣٩) مرشدة طلابية، تراوحت أعمارهن ما بين (٢٥-٤٥) سنة بمتوسط عمري (٣٥) سنة، و انحراف معياري (١,٢). و أدوات البحث التي استخدمت هما قائمة الضغوط النفسية للمعلمين من إعداد فيميان (١٩٨٥) نقله إلى العربية طلعت منصور و فيولا البيلوي، و استبيان تقدير الشخصية (تقدير الذات) لرونالد رونر و أعدته للعربية ممدوحة سلامة.	عينة الدراسة
استبيان الضغوط النفسية .	اداة الدراسة
استخدم الاسلوب الاحصائي بيرسون.	الوسائل الاحصائية
وتوصلت الباحثة من وجهة نظرها بعد الجولة الميدانية على المدارس، ونتائج البحث الحالي إلى: أن تحاول المرشدة الطلابية التغلب على الضغوط النفسية، وضغوط العمل، حفاظاً على مستوى مرتفع من تقدير الذات لديها ، لأنها عضو مهم في فريق التوجيه و الإرشاد في المدرسة. - أن تتفرغ المرشدة الطلابية تفرغاً كاملاً للعمل الإرشادي خاصة في المدارس ذات الأعداد الكبيرة من الطالبات، حتى تتمكن من أداء عملها الإرشادي كما ينبغي أن يكون.	نتائج الدراسة

٤. دراسة (العبدلي، ٢٠١٢)

الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة	عنوان الدراسة
كلية التربية - قسم علم النفس	مكان الدراسة

هدف الدراسة	التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين ، وكذلك التعرف على ترتيب استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية ، كما هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط ، وكذلك التحقق من وجود فروق بين الطلاب المتفوقين والعاديين في الصلابة النفسية وفي أساليب مواجهة الضغوط النفسية .
منهج الدراسة	المنهج الوصفي
عينة الدراسة	تكونت العينة من (٢٠٠) طالبا من طلاب التعليم الثانوي ، تم اختيارهم عشوائيا طبقيا ، موزعين على مكنتي الشرق والغرب
اداة الدراسة	مقياس اساليب مواجهة الضغوط النفسية
الوسائل الاحصائية	استخدم الباحث العلاقات الارتباطية في معالجات الإحصائيات.
نتائج الدراسة	وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة بين (غالبية) أساليب مواجهة الضغوط من جهة والصلابة النفسية وأبعادها (الالتزام ، التحكم ، التحدي) من جهة أخرى ، لدى الطلاب المتفوقين وكذلك العاديين . كما وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين والعاديين في درجات أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية للصلابة لصالح المتفوقين . ووجدت فروق حقيقية بين المتفوقين والعاديين في أساليب مواجهة الضغوط النفسية باستثناء(التحليل المنطقي، تحمل المسؤولية ، الاستسلام ، التنفيس الانفعالي).يوجد فرق بين الذكور والاناث ولصالح الأناث ، وبين طلبة التخصصات العلمية والانسانية ولصالح طلبة التخصصات الانسانية ، ولا يوجد أثر للتفاعل بين النوع والتخصص على عامل التعقيد العزوي .

٥.دراسة (الربيخي ، ٢٠١٦)	
عنوان الدراسة	الضغوط النفسية المدركة لدى المعلمين وعلاقتها بالمرونة النفسية ومهارة حل المشكلات بمحافظة الظاهرة بسلطنة عمان
مكان الدراسة	جامعة نزوى ، سلطنة عمان
هدف الدراسة	هدفت هذه الدراسة إلى تحديد مدى شيوع الضغوط النفسية المدركة لدى المعلمين وعلاقتها بكل من المرونة النفسية ومهارة حل المشكلات
منهج الدراسة	المنهج الوصفي.
عينة الدراسة	تكونت عينة البحث من (٣٠٠) معلم ومعلمة منقسمين الى (١٥٠) معلم و (١٥٠) معلمة .
اداة الدراسة	مقياس الضغوط النفسية المدركة.
الوسائل الاحصائية	(١) حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية . (٢) حساب معامل الارتباط بيرسون بين متغيرات الدراسة الثلاثة. (٣) حساب التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية . (٤) حساب الانحدار الخطي لقياس تأثير بعض المتغيرات على بعض.
نتائج الدراسة	تمثلت الضغوط المدركة الشائعة من وجهة نظر المعلمين في : • الثقة في قدرتهم على التعامل مع المشكلات الشخصية • الشعور بعدم السيطرة والقدرة على مجاوزة الصعوبات التي يمرون بها. . وجود علاقة عكسية ودالة احصائياً بين متغير الضغوط النفسية المدركة ومتغير المرونة النفسية لدى المعلمين . لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متغيرات الدراسة (الضغوط النفسية المدركة والمرونة النفسية ومهارة حل المشكلات) تعزى لمتغير النوع الاجتماعي (ذكر ، انثى) . وجود علاقة عكسية دالة احصائياً بين الضغوط النفسية المدركة ومهارة حل

المشكلات .

ثانيا : دراسات تناولت انماط العزو

١. دراسة (أبو ندي ، ٢٠٠٤)

عنوان الدراسة	التفكير الإبداعي وعلاقته بكل من العزو السببي ومستوى الطموح لدى تلاميذ الصفين الخامس والسادس الابتدائيين
مكان الدراسة	الجامعة الإسلامية- كلية التربية / قسم علم النفس
هدف الدراسة	تحاول هذه الدراسة التعرف إلى العلاقة بين التفكير الإبداعي والعزو السببي . تحاول هذه الدراسة التعرف إلى العلاقة بين التفكير الإبداعي ومستوى الطموح تحاول هذه الدراسة التعرف إلى العلاقة بين التفكير الإبداعي والعزو السببي ومستوى الطموح .
منهج الدراسة	المنهج الوصفي
عينة الدراسة	تقتصر هذه الدراسة علي عينة من طلاب وطالبات الصفين الخامس الأساسي والسادس الأساسي في المدارس التابعة لوكالة الغوث ، حيث بلغ عدد العينة (٢٦١) طالب وطالبة .
اداة الدراسة	استخدم مقياس العزو .
الوسائل الاحصائية	معامل ارتباط بيرسون . ٢. اختبار (ت) للفروق بين متوسطات المجموعات المستقلة. ٣. الثبات بطريقة التجزئة النصفية (معادلة سبيرمان براون). ٤. الثبات بطريقة ألفا كرونباخ

نتائج الدراسة	إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات مجموعة الذكور ومجموعة الإناث في بعدي العزو للجهد والعزو غير المحدد من مقياس العزو السببي وذلك لصالح مجموعة الذكور ، في حين لم تسفر نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعتي الذكور والإناث في أبعاد العزو السببي التالية: العزو للقدرة، والعزو لمستوى الصعوبة، والعزو للحظ
---------------	---

٢. دراسة (لعيبي ٢٠٠٦)	
عنوان الدراسة	سلوك التملق وخطأ العزو الأساسي فيه وعلاقتها بالشخصية التسلطية
مكان الدراسة	قسم علم النفس – كلية الأدب /الجامعة المستنصرية
هدف الدراسة	قياس سلوك تملق اعضاء الهيئة التدريسية والموظفين نحو مديري المدارس الثانوية من (وجهة نظر المدرء). قياس خطأ العزو الاساسي في سلوك تملق اعضاء الهيئة التدريسية والموظفين نحو مدراءهم. قياس الشخصية التسلطية لدى مديري المدارس الثانوية .
منهج الدراسة	المنهج الوصفي
عينة الدراسة	مديري مدارس المتوسطة والاعدادية والثانوية في محافظة بغداد / الرصافة للعام الدراسي ٢٠٠٤/٢٠٠٥. والبالغ عددهم (١٣٥) منهم (٧٢) مدير و (٦٣) مديرة .
اداة الدراسة	مقياس خطأ العزو .
الوسائل الاحصائية	استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة الارتباطية بين المتغيرات الثلاثة

نتائج الدراسة	يمارس اعضاء الهيئة التدريسية والموظفون سلوك التملق نحو مدراءهم. شخصية مديري المدارس الثانوية تقترب من الحدود الوسطى في التسلطية يميل مديرو المدارس الثانوية نحو خطأ العزو الاساسي في تفسير سلوك تملق اعضاء الهيئة التدريسية والموظفين. توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين سلوك تملق اعضاء الهيئة التدريسية والموظفين والشخصية التسلطية لدى مديري المدارس الثانوية .
---------------	---

٣. دراسة (العنزي ، ٢٠٠٦)	
عنوان الدراسة	فقدان الأمل وعلاقته بتعقيد العزو لدى طلبة الجامعة
مكان الدراسة	كلية الآداب - جامعة بغداد
هدف الدراسة	اولاً. قياس فقدان الامل لدى طلبة الجامعة . ثانياً. التعرف على فقدان الامل على وفق متغيري النوع والتخصص . ثالثاً. قياس تعقيد العزو لدى طلبة الجامعة
منهج الدراسة	المنهج الوصفي .
عينة الدراسة	طلبة جامعة بغداد الملتحقين بالدراسات الأولية الصباحية ولجميع المراحل، تم اختيار ثلاث كليات بطريقة عشوائية وكان حجم العينة (٣٥٦) طالب وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية .
اداة الدراسة	مقياس تعقيد العزو .

الوسائل الاحصائية	استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة الارتباطية بين المتغيرات الثلاثة .
نتائج الدراسة	وجود فرق دال احصائياً بين الذكور والاناث في فقدان الامل ولصالح الاناث ، بينما لا يوجد فرق بين طلبة التخصصات العلمية والانسانية . يمتلك طلبة الجامعة أنظمة عزوية معقدة على مقياس تعقيد العزو ، وأنظمة عزوية بسيطة على مقياس البساطة العزوية ، وأنظمة عزوية معقدة على مقياس تعقيد العزو الكلي . يوجد فرق بين الذكور والاناث ولصالح الاناث ، وبين طلبة التخصصات العلمية والانسانية ولصالح طلبة التخصصات الانسانية ، ولا يوجد أثر للتفاعل بين النوع والتخصص على عامل التعقيد العزوي .

٤.دراسة (عائشة ، ٢٠١٢)	
عنوان الدراسة	العزو السببي وعلاقته بتشويه الذات الجسدي لدى المساجين
مكان الدراسة	جامعة الحاج لخضر - باتنة
هدف الدراسة	هدفت الدراسة إلى التعرف على نوع العزو السببي والكشف عن مدى انتشارها والبيئة التي يمكن أن نلاحظ فيها مثل هذا السلوك، لدى المساجين
منهج الدراسة	استخدمت الباحثة المنهج الوصفي .
عينة الدراسة	قد اشتملت العينة على ١٧٣ مسجون شوهوا أجسادهم ومتواجدين بالمؤسسات العقابية التابعة لمجلس قضاء بته بطريقة قسدية.
اداة الدراسة	تم استخدام الاستبيانين المعدين من قبل الباحثة

نتائج الدراسة	بعد تحليل النتائج انتهت الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين نوع العزو وتشويه الذات الجسدي كما أن الفروق في درجات تشويه الذات الجسدي لا تختلف حسب السن، الحالة الاجتماعية، الوضعية الجزائية، مدة العقوبة، الوضعية القانونية. وتختلف حسب المستوى التعليمي، مكان التواجد داخل السجن. أما درجات استبيان العزو الخارجي فلا تختلف حسب السن، الحالة الاجتماعية، الوضعية الجزائية، المستوى التعليمي، مدة العقوبة وتختلف حسب الوضعية القانونية ومكان التواجد داخل السجن. أما العزو الداخلي فلا يختلف حسب السن، الحالة الاجتماعية، مدة العقوبة، الوضعية الجزائية.
الوسائل الاحصائية	استخدمت الباحثة الارتباطات بيرسون لمعرفة العلاقة الارتباطية للمقياس على عينة المساجين

٥.دراسة (حسين ، ٢٠١٦)	
عنوان الدراسة	تأثير المكانة الوظيفية علي العزو السببي للأخطاء الادارية لدى موظفي جامعة القادسية
مكان الدراسة	جامعة القادسية / كمية الآداب
منهج الدراسة	المنهج التجريبي
هدف الدراسة	التعرف على العزو السببي للأخطاء الإدارية لدى موظفي جامعة القادسية التعرف على الدلالة الاحصائية على العزو السببي للأخطاء الإدارية وفقا لجنس (ذكر. انثى)

عينة الدراسة	موظفي جامعة القادسية من الذكور والاناث للعام الدراسي (٢٠١٥-٢٠١٦) ، حيث بلغ عدد العينة (٨٠) موظف وموظفة
اداة الدراسة	مقياس للعزو
نتائج الدراسة	وتوصل الباحث من وجهة نظرها بعد الجولة الميدانية على المدارس، ونتائج البحث الحالي إلى: أن تحاول العزو السببي التغلب على العزو، وضغوط العمل، حفاظاً على مستوى مرتفع من تقدير الذات لديها ، لأنها عضو مهم في فريق التوجيه و الإرشاد في المدرسة.
الوسائل الاحصائية	الوسط الفرضي . الوسط . الوسيط . المنوال

• موازنة الدراسات السابقة :

تناول الباحث في هذا المحور موازنة الدراسات السابقة من حيث الأهداف والمنهج المتبع والعينة وطرق اختيارها وادوات البحث واهم الوسائل الاحصائية ونتائجها التي توصلت اليها وكما يأتي :

١. الأهداف :

تباينت أهداف الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية حسب طبيعة المشكلة والمتغيرات التي تدرسها الى أنها تتفق جميعها في دراستها لمتغير الضغوط النفسية ، وتباينت كذلك أهداف الدراسات التي تناولت انماط العزو من حيث طبيعة المشكلة والمتغيرات التي تدرسها ولكنها تتفق جميعها بدراسة متغير انماط العزو. في حين تستهدف الدراسة الحالية التعرف على (الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأنماط العزو لدى معلمي التربية الخاصة) ولم تتناول أي من الدراسات السابقة اهداف الدراسة الحالية.

٢. منهج البحث :

اتفقت الدراسات السابقة في متغير الضغوط النفسية المدركة من حيث المنهج المستخدم ، حيث كان المنهج الوصفي هو المنهج المستخدم في جميع الدراسات المذكورة اما الدراسات التي تناولت المتغير الثاني (انماط العزو) فقد اتفقت اغلب الدراسات في استخدام المنهج الوصفي كدراسة (لعبيبي ٢٠٠٦) (ابو ندى ٢٠٠٤) (اسرار عائشة ٢٠١٢) (العنزي ٢٠٠٦) . اما دراسة (علي عبدالله ٢٠١٦) فقط استخدمت المنهج التجريبي .

٣. حجم العينة :

تباينت الدراسات التي تناولت متغير الضغوط النفسية في حجم العينة حيث كان حجم العينة يتراوح ما بين (٣٩ - ٤٠٠) . اما فيما يخص المتغير الثاني انماط العزو فقد تباينت ايضا حجم العينة فكانت تتراوح ما بين (٨٠ - ٣٥٦) .

٤. الوسائل الاحصائية :

تم استعمال مجموعة من الادوات لقياس المتغيرات التي استخدمتها الدراسات السابقة اذ ان تتنوع هذه الادوات يعود الى تنوع البيانات والفئات العمرية ففي المتغير الاول الضغوط النفسية في دراسة (السيد ٢٠٠٩) تم استخدام الحقيبة الاحصائية spss وفي دراسة (العبدلي ٢٠١٢) تم استخدام العلاقات الارتباطية، وفي دراسة (عبد الرحيم ٢٠١٢) استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون ، وفي دراسة (الدراجي ٢٠٠٧) استخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة ومعامل ارتباط بيرسون وتحليل الانحدار ، اما دراسة (الريخي ٢٠١٦) فقد استخدم الباحث المتوسط الحسابي ، معامل ارتباط بيرسون ، حساب التكرارات ، حساب الانحدار الخطي .

اما الدراسات التي تناولت المتغير الثاني انماط العزو فقد اتفقت دراسة (لعبيبي ٢٠٠٦) ، (العنزي ٢٠٠٦) ، (عائشة ٢٠١٢) ودراسة (ابو ندى ٢٠٠٤) في استخدامها معامل ارتباط بيرسون كوسيلة احصائية . اما دراسة (علي عبدالله ٢٠١٦) فقد استخدمت الوسط الفرضي ، الوسيط ، المنوال ، كوسائل احصائية .

• جوانب الافادة من الدراسات السابقة :

افاد الباحث من الدراسات ما يلي :

١. الاطلاع على الدراسات السابقة ساهم في بلورة مشكلة البحث ، إذ أن من المعلوم حتى لو كانت مشكلة البحث واضحة لدى الباحث الا انها غير مكتملة الجوانب ما لم يطلع الباحث على دراسات سابقة تغني مشكلة بحثه وتبلور افكارها .
٢. ساعد الاطلاع على الدراسات السابقة في توضيح أهمية البحث من خلال الافكار النظرية وماذا يستفاد منه في الجانب النظري ، وكذلك الأهمية التطبيقية، اذ اطلع الباحث على أهم التطبيقات العملية في ميدان الضغوط النفسية .
٣. ساهم الاطلاع على الدراسات السابقة في بناء مقياسا للضغوط النفسية المدركة والآخر لأنماط العزو عن طريق ملاحظة نماذج متعددة من طرق بناء المقاييس .
٤. فاد الباحث منها في تحديد بعض مصطلحات بحثه عن طريق الرجوع الى التعريفات النظرية والاجرائية ومقارنتها بمصطلحات البحث وإغنائها بالتعريفات الغير موجودة منها في بحثه.
٥. اطلع الباحث على عدد من المصادر الموجودة في الدراسات السابقة واستطاع الرجوع اليها والاستفادة منها وتوظيفها في بحثه.
٦. ساعدت الباحث في الاجراءات والمنهج الذي اتبعه الباحثون الآخرون مما وفر فرصة جيدة في السير بخطوات وإجراءات بحثه وصولاً الى نتائج البحث ومن ثم عرضها وتفسيرها وفقاً لأهداف بحثه .

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

أولاً: منهج البحث

ثانياً مجتمع البحث.

ثالثاً: عينة البحث.

رابعاً: أدوات البحث .

خامساً: الوسائل الإحصائية.

يتضمن الفصل الحالي عرض للإجراءات التي قام بها الباحث لتحقيق أهداف بحثه والتي تمثلت بتحديد منهجية البحث ومجتمعه والعينات وطريقة اختيارها، وبناء اداتي البحث والإجراءات التي اتبعت في القياس، فضلاً عن ذلك تحديد الوسائل الإحصائية لمعالجة بيانات البحث وتحديد نتائجه، وفيما يأتي عرض لتلك الإجراءات :

أولاً: منهجية البحث:

ان منهج البحث الذي استعمله الباحث في البحث الحالي هو المنهج الوصفي الارتباطي كونه المنهج المناسب في وصف الظاهرة وتحديدتها وتوضيح خصائصها ودرجة ارتباطها مع الظواهر الأخرى فهو يسعى إلى تحديد مقدار واتجاه العلاقة الارتباطية والوصول إلى تعميمات تساهم في فهم الواقع وتطويره ، فهو شكل من أشكال التحليل الذي يصور الظاهرة ثم يفسرها ويخضعها للدراسة بشكل علمي ودقيق (عباس ، ٢٠٠٩ : ٧٤).

ثانياً: مجتمع البحث

يتمثل مجتمع البحث بالمجموع الكلي للعناصر أو الأفراد الذين يحملون بيانات عن الظاهرة التي يسعى الباحث إلى دراستها وتعميم نتائج البحث عليها (ملحم ، ٢٠٠٠ : ١٢٥).

ويشتمل مجتمع البحث الحالي على معلمي ومعلمات التربية الخاصة في المدارس الابتدائية الحكومية التابعة لمحافظة بغداد/ المديرية العامة لتربية الكرخ الاولى والثانية والثالثة والرصافة للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢)، والبالغ عددهم (٣٧٨)* موزعين ضمن تربية الكرخ الاولى بواقع (٢٢) معلماً و(٥٢) معلمة، وعلى تربية الكرخ الثانية بواقع (٥٠) معلماً و(١١٣) معلمة، وعلى تربية الكرخ الثالثة بواقع (١٧) معلماً و(٣٤) معلمة، بينما بلغ عدد معلمي تربية الرصافة (١٧) معلماً و(٧٣) معلمة، إذ بلغ العدد الكلي للذكور (١٠٦) معلماً بنسبة (٢٨%) والعدد الكلي للإناث (٢٧٢) معلمة بنسبة (٧٢%) والجدول (١) يوضح ذلك.

* لقد حصل الباحث على الإحصائيات المدونة في مجتمع البحث من شعبة الإحصاء في مديريات تربية الكرخ الاولى والثانية والثالثة والرصافة على ضوء كتاب تسهيل مهمة المرقم (٩٦٨) وبتاريخ (٢٤ / ١ / ٢٠٢١). ملحق (١).

جدول (١)

أعداد مجتمع البحث من معلمي التربية الخاصة ضمن تربية الكرخ ١ / ٢ / ٣ والرصافة في محافظة بغداد

الجنس التربية	ذكور	اناث	المجموع
الكرخ الاولى	٢٢	٥٢	٧٤
الكرخ الثانية	٥٠	١١٣	١٦٣
الكرخ الثالثة	١٧	٣٤	٥١
الرصافة	١٧	٧٣	٩٠
المجموع	١٠٦	٢٧٢	٣٧٨
النسبة المئوية	%٢٨	%٧٢	%١٠٠

ثالثاً : عينة البحث

هي جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة، يختارها الباحث ليجري عليها دراسته (داود وعبد الرحمن، ١٩٩٠: ٦٧) وبغية الوصول إلى أهداف البحث اختار الباحث العينة البالغ حجمها (٢٢٧) معلماً ومعلمة من مجتمع البحث بنسبة (٦٠%)، بواقع (٦٨) معلماً بنسبة (٣٠%) و(١٥٩) معلمة بنسبة (٧٠%) والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

عينة البحث موزعة بحسب الجنس ومديريات تربية الكرخ ١ / ٢ / ٣ والرصافة في محافظة بغداد

المديريات العامة لتربية محافظة بغداد	الذكور	الاناث	المجموع
الكرخ الاولى	١٤	٣٠	٤٤

٩٨	٦٦	٣٢	الكرخ الثانية
٣١	٢٠	١١	الكرخ الثالثة
٥٤	٤٣	١١	الرصافة الثانية
٢٢٧	١٥٩	٦٨	المجموع

رابعاً : اداتي البحث

لتحقيق أهداف البحث قام الباحث ببناء أداتي البحث مقياس الضغوط النفسية المدركة ومقياس أنماط العزو، وفيما يلي استعراض الإجراءات التفصيلية لذلك تعرض بالشكل الآتي:

أ: مقياس الضغوط النفسية المدركة :

لتحقيق أهداف البحث الحالي كان لابد من توافر أداة لقياس الضغوط النفسية المدركة، وبعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة بهذا المتغير، ارتأى الباحث بناء الاداة، نظراً لعدم توفر إداة عراقية أو عربية بحسب علم الباحث لقياس الضغوط النفسية المدركة لدى معلمي التربية الخاصة، وفيما يلي اجراءات بناء الاداة بالاستناد الى الخطوات العلمية المتبعة في بناء المقاييس:

أ - تحديد مفهوم الضغوط النفسية المدركة:

إن عملية بناء أي أداة يجب أن تبدأ بخطوات أساسية، وهي تحديد النطاق السلوكي ثم صياغة الفقرات على عينة مجتمع البناء، وإجراءات تحليل الفقرات (-Allen &Yen,1979,p.118)، ويشير المختصون في القياس النفسي مثل كرونباخ إلى ضرورة تحديد الباحث للمفاهيم البنائية والمنطلقات النظرية التي يعتمد عليها في بناء المقياس قبل البدء بالخطوات العملية لبنائه (Cronbach,1970, p.464)

وبعد إطلاع الباحث على المنطلقات النظرية لمتغير الضغوط النفسية المدركة عمد الى تبني نظرية (هانز سيللي) للضغوط النفسية المدركة، إذ تم تحديد النطاق السلوكي لمقياس الضغوط النفسية المدركة حسب ما موجود في نظرية (هانز سيللي) واستناداً إلى التعريف النظري اذا عرف

(Selye، ١٩٧٨) الضغوط النفسية المدركة على أنها: " الاستجابة غير المحددة للجسم للتهديد

الذي يتعرض له، فهي تسبب الضغوط عندما تستمر لوقت طويل".

ب_ صياغة فقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة (الصيغة الأولى):

أعد الباحث صيغة أولية واسعة لفقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة بأسلوب العبارات التقريرية، بما يتناسب مع تعريف المتغير، ومع طبيعة المجتمع الذي سيطبق عليه المقياس بواقع (٣٠) فقرة بصورته الأولى ملحق (٢) وبما يغطي جميع النطاق السلوكي المتبنى.

وحرص الباحث في صياغة فقرات المقياس على:

١. أن لا تحمل الفقرة أكثر من فكرة واحدة.
٢. تكون الفقرة واضحة وقصيرة.
٣. تتم صياغة الفقرات بصيغة المتكلم .
٤. أن تكون الفقرة ممثلة للمواقف من الحياة اليومية لإفراد العينة (الأمام والآخرين، ١٩٩٠، ص٣٢٥).

• بدائل الاستجابة وطريقة التصحيح:

اعتمد الباحث تدرجاً خماسياً في تحديد بدائل الإجابة، كونه يتيح الفرصة أمام المستجيب بان يؤشر على ما ينطبق عليه، ووفقاً لذلك وضع خمسة بدائل لتقدير الاستجابات على فقرات المقياس هي (ابداً، نادراً، أحياناً، غالباً، دائماً) تأخذ الفقرات الاوزان (١، ٢، ٣، ٤، ٥) للفقرات الايجابية والعكس للفقرات السلبية

. إعداد تعليمات المقياس :

تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذي يساعد المستجيب عند الإجابة على فقرات المقياس إذ يستطيع من خلالها فهم المطلوب، لذا حرص الباحث على ان تكون التعليمات سهلة وواضحة الإجابة، وطلب من المستجيب ان يضع علامة (٧) أمام البديل الذي يراه مناسباً، مع التأكيد على الصدق والموضوعية عند الإجابة، ومن اجل ان يجيب الفرد بكل صراحة واطمئنان، ذكر الباحث ان الإجابات لا تحتاج إلى ذكر الاسم ولن يطلع عليها سوى الباحث ولا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وكذلك مراعاة الوقت المستغرق للإجابة.

ج. صلاحية الفقرات (الصدق الظاهري):

أشار أيبيل (Eble) إلى أنَّ أفضل وسيلة للتأكد من صلاحية فقرات المقياس قيام عدد من المحكمين بتقدير مدى صلاحيتها في قياس الصفة التي وضعت من أجلها (Eble, 1972,P555) ولغرض التحقق من مدى صلاحية فقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة تم عرضها بصيغتها الأولى والبالغ عددها (٣٠) فقرة ملحق (٢) على مجموعة من المحكمين في علم النفس والتربية الخاصة والقياس والتقويم وبلغ عددهم (٢٦) محكماً والملحق رقم (٣) يوضح ذلك، إذا حصلت جميع فقرات المقياس على نسبة اتفاق عالية من آراء المحكمين ومدى صلاحيتها لقياس الضغوط النفسية المدركة وجدول (٣) يوضح ذلك

جدول رقم (٣)

آراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة

مستوى الدلالة الاحصائية (٠.٠٥)	قيمة كا ٢		درجة الحرية	غير الموافقين	الموافقون	عدد الخبراء	الفقرات
	الجدولية	المحسوبة					
دالة	٣,٨٤	٢٦	١	صفر	٢٦	٢٦	٣٠-١

من الجدول اعلاه تتضح قيمة مربع كأي أنها دالة على جميع الفقرات ،اذ بلغت قيمة كا ٢ المحسوبة (٢٦) وهي أكبر من قيمة كا ٢ الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند درجة حرية (١) ومستوى دلالة (٠,٠٥)، ولذلك لم تحذف أي فقرة من فقرات المقياس.

د. عينة وضوح التعليمات:

بعد أنَّ تم إعداد المقياس بصيغته الأولى ووضع تعليمات الاستجابة على الفقرات، تم إجراء دراسة استطلاعية على عينة من معلمي ومعلمات التربية الخاصة بلغت (٤٠) معلماً ومعلمة بواقع (٢٠) معلماً و(٢٠) معلمة من معلمات التربية الخاصة، وكان الهدف من إجراء هذا التطبيق معرفة مدى وضوح التعليمات، ووضوح الفقرات من حيث المعنى، والزمن الذي يستغرقه معلمي التربية

الخاصة في الاستجابة على فقرات المقياس بهدف التغلب على تلك الصعوبات قبل تطبيق المقياس على عينة البحث الأساس، وبعد ملاحظة الاستجابات تبين أن تعليمات الاستجابة والفقرات والبدائل واضحة، كما تبين أن الوقت الذي يستغرقه المستجيب في الاستجابة على المقياس تراوح بين (١٦-٢٠) دقيقة، وبلغ متوسط الوقت المستغرق (١٨) ^١ دقيقة.

• التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة:

أشارت أغلب أدبيات القياس إلى أهمية إجراء التحليل الإحصائي لفقرات المقاييس النفسية على عينات ممثلة للمجتمع، وفيما يتعلق بحجم عينة التحليل الإحصائي تشير نانلي (Nunnally, 1978) إلى إن حجم عينة التمييز يرتبط بعدد فقرات المقياس، إذ ينبغي أن يكون من (٥-١٠) أمثال عدد الفقرات، للحد من أثر الصدفة في التحليل الإحصائي (Nunnally, 1978, p.362)، وبما أن عدد فقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة (٣٠) فقرة، بذلك يمكن للباحث أن يختار عينة التحليل الإحصائي ما بين (١٥٠-٣٠٠) معلماً ومعلمة، لذا أختار الباحث عينة التحليل الإحصائي البالغة (٢٢٧) معلماً ومعلمة بالطريقة الطبقيّة العشوائية وبأسلوب المتناسب (Propositional Allocation) موزعين بحسب نسب تواجدهم بالمجتمع الأصلي، بواقع (68) معلماً بنسبة (٣٠%) و(١٥٩) معلمة بنسبة (٧٠%)، كما مبين في الجدول (٢)، وفيما يلي توضيح لخطوات اجراءات التحليل الاحصائي:

أ- القوة التمييزية لفقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة:

يستوجب حساب القوة التمييزية لفقرات المقاييس النفسية لغرض استبعاد الفقرات التي لا تميز بين الأفراد والاحتفاظ بالفقرات التي تميزهم، لأن توجد علاقة قوية بين دقة المقياس والقوة التمييزية من فقراته (عودة، ٢٠٠٢: ٢٩٣).

وللتحقق من القوة التمييزية لفقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة طبق الباحث المقياس على عينة التحليل الإحصائي المتكونة من (٢٢٧) معلم ومعلمة جدول (٢) وتم تفرغ إجاباتهم وحساب الدرجة الكلية. ورتبت استمارات عينة البحث على نحو تنازلي وفقاً للدرجة الكلية للمقياس وتم تحديد المجموعتان الطرفيتين، المجموعة العليا بنسبة (٢٧%) وكان عدد أفرادها (٦١) معلم ومعلمة ومجموعة دنيا بنسبة (٢٧%) وكان عدد أفرادها (٦١) معلم ومعلمة، وبعد استعمال الاختبار التائي

^١. تم احتساب متوسط الاجابة عن طريق احتساب مجموعة عدد الاوقات الكلية لكل للمعلمين مقسوماً على عددهم .

(T-test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين الطريقتين في الدرجات لكل فقرة من فقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة ، ظهر ان جميع الفقرات مميزة بدلالة (٠.٠٥) لأن قيمها التائية المحسوبة اعلى من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (١٢٠) ، والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة بأسلوب المجموعتين الطريقتين

الفقرات	المجموعة	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
ف ١	العليا	٦١	٣.٦٦	١.٢٣٧	٤.١٩٩	دالة
	الدنيا	٦١	٢.٦٦	١.٣٨٩		
ف ٢	العليا	٦١	٣.٧٤	١.٢٢٣	٤.٥٠٢	دالة
	الدنيا	٦١	٢.٦٤	١.٤٦١		
ف ٣	العليا	٦١	٣.٧٧	١.١٤٦	٥.٨٤٠	دالة
	الدنيا	٦١	٢.٤٨	١.٢٩٩		
ف ٤	العليا	٦١	٣.٨٢	١.٠٨٨	٦.٥٠٤	دالة
	الدنيا	٦١	٢.٤٦	١.٢١٩		
ف ٥	العليا	٦١	٣.٦٧	١.٣٢٦	٥.٩٤٩	دالة
	الدنيا	٦١	٢.٣٠	١.٢٢٩		
ف ٦	العليا	٦١	٣.٦٩	١.٢٤٦	٥.٣٩٣	

دالة		١.٢٧٢	٢.٤٦	٦١	الدنيا	
دالة	٦.١٣٩	١.٢٤٨	٣.٦٧	٦١	العليا	ف٧
		١.١٣٨	٢.٣٤	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٤٠٥	١.٢٤٩	٣.٨٠	٦١	العليا	ف٨
		١.٣٦١	٢.٥٢	٦١	الدنيا	
دالة	٧.١٢٢	١.٠٤٦	٣.٨	٦١	العليا	ف٩
		١.٢٣٥	٢.٣٣	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٩١٧	١.١٨٦	٣.٨٤	٦١	العليا	ف١٠
		١.٣٤٩	٢.٤٨	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٩٤١	١.٢٢٧	٣.٧٢	٦١	العليا	ف١١
		١.٢٤٢	٢.٣٩	٦١	الدنيا	
دالة	٥.١٠٩	١.١٦٦	٣.٨	٦١	العليا	ف١٢
		١.٤٤٢	٢.٥٩	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٧٨٥	١.٢٦٣	٣.٦٦	٦١	العليا	ف١٣
		١.٢٧٢	٢.٥٦	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٢٩٧	١.١٧٤	٣.٧	٦١	العليا	ف١٤
		١.٣٤٩	٢.٤٩	٦١	الدنيا	
دالة	٦.٠٦	١.١٧٧	٣.٦٩	٦١	العليا	ف١٥
		١.٢١٣	٢.٣٨	٦١	الدنيا	

دالة	٥.٩٢١	١.٠٧٢	٣.٨٧	٦١	العليا	١٦ ف
		١.٣٨٥	٢.٥٤	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٨٤٥	١.٢٠٩	٣.٩٣	٦١	العليا	١٧ ف
		١.٤٤٥	٢.٥٢	٦١	الدنيا	
دالة	٦.٢٦٥	١.١٥٤	٤.٠٣	٦١	العليا	١٨ ف
		١.٤٣٢	٢.٥٦	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٩٨٩	١.٠٤٦	٤.١٥	٦١	العليا	١٩ ف
		١.٦١٥	٢.٩٢	٦١	الدنيا	
دالة	٣.٣٦٤	١.٢٨٤	٣.٨٧	٦١	العليا	٢٠ ف
		١.٦٥٣	٢.٩٧	٦١	الدنيا	
دالة	٢.٠٥١	١.٤٠٦	٣.٦١	٦١	العليا	٢١ ف
		١.٦٧٣	٣.٠٣	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٠١٢	١.٠٣٥	٤.٢٨	٦١	العليا	٢٢ ف
		١.٧٠٣	٣,٠٠	٦١	الدنيا	
دالة	٣.٦٢٦	١.٣٠٩	٣.٧٧	٦١	العليا	٢٣ ف
		١.٦٢١	٢.٨	٦١	الدنيا	

دالة	٢.٨٦٢	١.٤٦٢	٣.٦٢	٦١	العليا	٢٤ ف
		١.٥٧٢	٢.٨٤	٦١	الدنيا	
دالة	٦.٠٥٥	١.٢٦٤	٣.٩٧	٦١	العليا	٢٥ ف
		١.٣٣٦	٢.٥٤	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٣١٩	١.٢١٢	٤.١١	٦١	العليا	٢٦ ف
		١.٥٨٨	٢.٧٥	٦١	الدنيا	
دالة	٦.٤٠٨	١.٦٩٨	٤.٢٦	٦١	العليا	٢٧ ف
		١.٤٩٦	٢.٧٩	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٢٧٥	١.١١٨	٤.١٨	٦١	العليا	٢٨ ف
		١.٦٣٠	٣.١٠	٦١	الدنيا	
دالة	٢.١٤٠	١.٥١١	٣.٥٦	٦١	العليا	٢٩ ف
		١.٦١٧	٢.٩٥	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٥٤٠	١.٢٠٠	٤.١٦	٦١	العليا	٣٠ ف
		١.٦٧٣	٢.٩٧	٦١	الدنيا	

يتضح من الجدول أعلاه ان جميع القيم التائية المحسوبة هي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٢٠) وبهذا تكون جميع الفقرات مميزة لذا تقرر عدم حذف أي فقرة من المقياس ليبقى عدد فقرات المقياس (٣٠) فقرة .

ب .علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

يعد ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس مؤشرا لصدق الفقرة وإحدى طرق حساب صدق الفقرات هي ارتباط هذه الفقرات بمحك داخلي، وأفضل محك داخلي هو الدرجة الكلية على المقياس فالارتباطات بين الدرجة الكلية ومفردات المقياس أو مجالاته الفرعية هي قياسات أساسية للتجانس لأنها تساعد على تحديد السلوك أو السمة المراد قياسها بواسطة المقياس (Anastasi & Urbina2010:129).

وقد استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لاستخراج معامل الارتباط بين درجات كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وكذلك تم اختبارها بالأختبار التائي لدلالة معامل الارتباط، وقد حققت جميع الفقرات ارتباط ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٢٥) إذ تبلغ القيمة الجدولية (١,٩٦)، والجدول (٥) يبين ذلك.

جدول(٥)

معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية وقيم الاختبار التائي للارتباط لمقياس الضغوط النفسية

المدركة

الفرقة	قيم معامل الارتباط	قيم الاختبار التائي للارتباط	الفرقة	قيم معامل الارتباط	قيم الاختبار التائي للارتباط
١.	٠.٦٠٦	١١.٤٥٢	١٦.	٠.٥٥٧	١٠.٠٨٠
٢.	٠.٤٨٢	٨.٢٧٠	١٧.	٠.٤٤١	٧.٣٨٦
٣.	٠.٥٤٠	٩.٦٤٥	١٨.	٠.٣٥٧	٥.٧٤٥
٤.	٠.٦٤٣	١٢.٦٢١	١٩.	٠.٤٥٣	٧.٦٣٨
٥.	٠.٤٣٣	٧.٢٢١	٢٠.	٠.٥٠٨	٨.٨٦٦
٦.	٠.٥٦٦	١٠.٣٢١	٢١.	٠.٥٨٨	١٠.٩٢٨

٧	٠.٤١٧	٦.٨٩٧	٠.٢٢	٠.٥٥٢	٩.٩٥١
٨	٠.٥٢٤	٩.٢٤٨	٠.٢٣	٠.٦١٢	١١.٦٣٣
٩	٠.٤٤٨	٧.٥٣٣	٠.٢٤	٠.٦٠٤	١١.٣٩٣
١٠	٠.٤٩٢	٨.٤٩٥	٠.٢٥	٠.٥٨٧	١٠.٩٠٠
١١	٠.٤٢٨	٧.١١٩	٠.٢٦	٠.٥٥٢	٩.٩٥١
١٢	٠.٤٣٨	٧.٣٢٤	٠.٢٧	٠.٥٧٧	١٠.٦٢٠
١٣	٠.٤٦٧	٧.٩٣٩	٠.٢٨	٠.٦١١	١١.٦٠٣
١٤	٠.٤٣٦	٧.٢٨٣	٠.٢٩	٠.٤٠٣	٦.٦١٩
١٥	٠.٣٠٤	٤.٧٩٧	٠.٣٠	٠.٣٦٥	٥.٨٩٣

• الخصائص السيكومترية لمقياس الضغوط النفسية المدركة:

ينبغي ان تتوفر في المقياس بعض الخصائص السايكومترية التي من اهمها صدقه وثباته ، لان عملية القياس تتطلب توافر العديد من الشروط في بناء الاداة لهذا يؤكد علماء القياس ضرورة التحقق من صدق المقياس وثباته (علام ، ٢٠٠٠ : ١٨٤)، وتحقيق الباحث من صدق المقياس وثباته على النحو الاتي.

أولا : مؤشرات الصدق (Validity):

هو قدرة الاختبار على تحقيق الغرض الذي اعد من اجله او قياس ما اعد لقياسه فعلاً وكما يعد الصدق من الشروط المهمة الواجب توفرها في اداة جمع المعلومات ويعد الصدق احد الوسائل المهمة في الحكم على صلاحية الفقرات وهو اكثر الصفات التي يجب ان يتصف به المقياس ، ويعد ايضا من الاجراءات الضرورية لمعظم البحوث وقد عبر ثورندايك عن الاختبار الصادق بقوله " هو الاختبار الذي يقيس ما نريد ان نقيسه به ولا شي غير ما نريد ان نقيسه" (Anastasi & Urbina 2010:117). وقد تحقق الباحث من صدق المقياس من خلال المؤشرات الاتية:

أ/ الصدق الظاهري (Fase Validity) :

يتصف الاختبار بالصدق الظاهري اذا كان عنوانه وظاهره يشير الا انه يقيس السمة التي وضع من اجلها ويتم هذا عن طريق الفحص المبدئي والذي يتم بعرض فقرات المقياس على متخصصين ومحكمين وبه يثبت ان هذا الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه او العكس وقد تم الحصول على هذا النوع من الصدق من خلال عرض فقرات المقياس بصورتها الاولى ملحق (٢) على مجموعة من المحكمين المتخصصين في ميدان العلوم التربوية والنفسية والتربية الخاصة والقياس والتقويم والبالغ عددهم (٢٦) محكم ملحق (٣)، وقد اتفقوا على جميع الفقرات والجدول (٣) يبين ذلك .

ب/ صدق البناء: (Construct Validity)

يقصد به مدى قياس الاختبار لتكوين فرضي او مفهوم نفسي ويعتمد هذا النوع من الصدق على وصف اوسع ويتطلب معلومات اكثر عن الخاصية السلوكية (كوافحة، ٢٠١١: ١١٦). وهو يمثل سمة سيكولوجية او صفة لا يمكن ملاحظتها بشكل مباشر وانما يستدل عليها من مجموعة سلوكيات المرتبطة بها ويعد هذا النوع من الصدق اكثر انواع الصدق تعقيدا كونه معتمدا على افتراضات نظرية يتم التحقق منها بشكل تجريبي اذ يعتمد مصمم المقياس على نظريات خاصة بالسمة المراد قياسها وفي حالة انسجام النتائج مع الافتراضات التي استند اليها مصمم الاختبار دل ذلك على مؤشر صدق البناء اما في حالة عدم الانسجام يعني وجود خطأ في التصميم التجريبي للتطبيق (فرج، ١٩٨٠: ٣١٢)، وقد تحقق الباحث من صدق بناء مقياس الضغوط النفسية المدركة من خلال:

- استخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس بطريقة العينتين الطرفيتين، إذ اتضح من خلالها ان جميع الفقرات قادرة على التمييز بعد مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٢٠) وهو ما يعني ان صدق البناء قد تحقق، كما تم عرضه سابقاً، والجدول (٤) يوضح ذلك.

- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وكذلك تم اختبارها بالاختبار التائي لدلالة معاملات الارتباط، وقد حققت جميع فقرات المقياس ارتباط ذات

دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٢٥) إذ تبلغ القيمة الجدولية (١,٩٦) ولذلك تبقى جميعها، وكما تم عرضه سابقاً والجدول (٥) يوضح ذلك.

ثانياً : مؤشرات ثبات مقياس الضغوط النفسية المدركة:

يشير الثبات الى اتساق الدرجات التي جمعت من الافراد انفسهم عندما يعاد المقياس عليهم في فرصة اخرى ، او عندما يختبر الافراد بفقرات متكافئة او متساوية، فمن شروط المقياس الاساسية ان يتمتع بثبات عال اي الدقة والاتساق بين نتائجه في الحالات المتعددة التي يطبق فيها هذا الاختبار وعلى الافراد انفسهم وفي نفس الظروف مرة اخرى (عودة، ٢٠٠٢: ٣٣٥) وقد اعتمد الباحث للتحقق من ثبات مقياس الضغوط النفسية المدركة من خلال.

• الإختبار _ إعادة الإختبار (Test _ Retest):

يسمى معامل الثبات على وفق هذه الطريقة بمعامل الاستقرار، أي استقرار استجابات المفحوصين على المقياس عبر مدة من الزمن (الزاملي وآخرون، ٢٠٠٩ : ٢٥٧)

وبموجب ذلك تم تطبيق مقياس الضغوط النفسية المدركة على عينة مكونة من (٤٠) معلماً ومعلمة، وزعوا بالتساوي على وفق (الجنس) بواقع (٢٠) معلمة و (٢٠) معلماً، ثم أعيد تطبيق المقياس على العينة ذاتها بعد مرور (١٤) يوماً من التطبيق الأول، إذ يرى (Adam, 1964) أن إعادة تطبيق المقياس ينبغي له أن لا يتجاوز مدة أسبوعين من التطبيق الأول (Adams, 1964, p58)، وباستعمال معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الاول ودرجات التطبيق الثاني بلغ معامل الثبات للمقياس (٠,٨٨)، وهو معامل ثبات جيد، إذ يشير (مكلونجلين ولويس، ٢٠٠٨) الى ان هناك مجموعة من القواعد التي تحدد فيما اذا كان معامل الثبات جيداً من عدمه، بوضع مقدار بلغ (٠,٨٠) كحد أدنى (Mclonghlin & Lewis, 2008: 137)

• معادلة الفا كرونباخ (Cronbach Alpha):

وجد كرونباخ ان هذا المعامل يعد مؤشراً للتكافؤ اي يعطي قيمة تقديرية جيدة لمعامل التكافؤ الى جانب الاتساق الداخلي والتجانس (علام ، ٢٠٠٠ : ١٦٥) لايجاد معامل ثبات مقياس الضغوط النفسية المدركة خضعت درجات استمارات عينة التحليل الإحصائي لمقياس الضغوط النفسية المدركة البالغ عددها (٢٢٧) استمارة لمعادلة الفا كرونباخ حيث بلغ معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة (٠,٨٣) وهي درجة جيدة، وهذا مؤشر على اتساق فقرات المقياس وتجانسها.

• وصف مقياس الضغوط النفسية المدركة بصيغته النهائية:

تضمن مقياس الضغوط النفسية المدركة بصورته النهائية (٣٠) فقرة ملحق (٤)، وقد حددت امام كل فقرة البدائل (ابداً ،نادراً، أحياناً، غالباً، دائماً)، واعطيت الدرجات (١/٢/٣/٤/٥) على التوالي الى الفقرات التي تعبر عن الاتجاه الذي يقيسه المقياس وان اعلى درجة كلية يمكن ان يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على المقياس هي (١٥٠) في حين اقل درجة يمكن الحصول عليها هي (٣٠) ، وان قيمة المتوسط الفرضي هي (٩٠) .

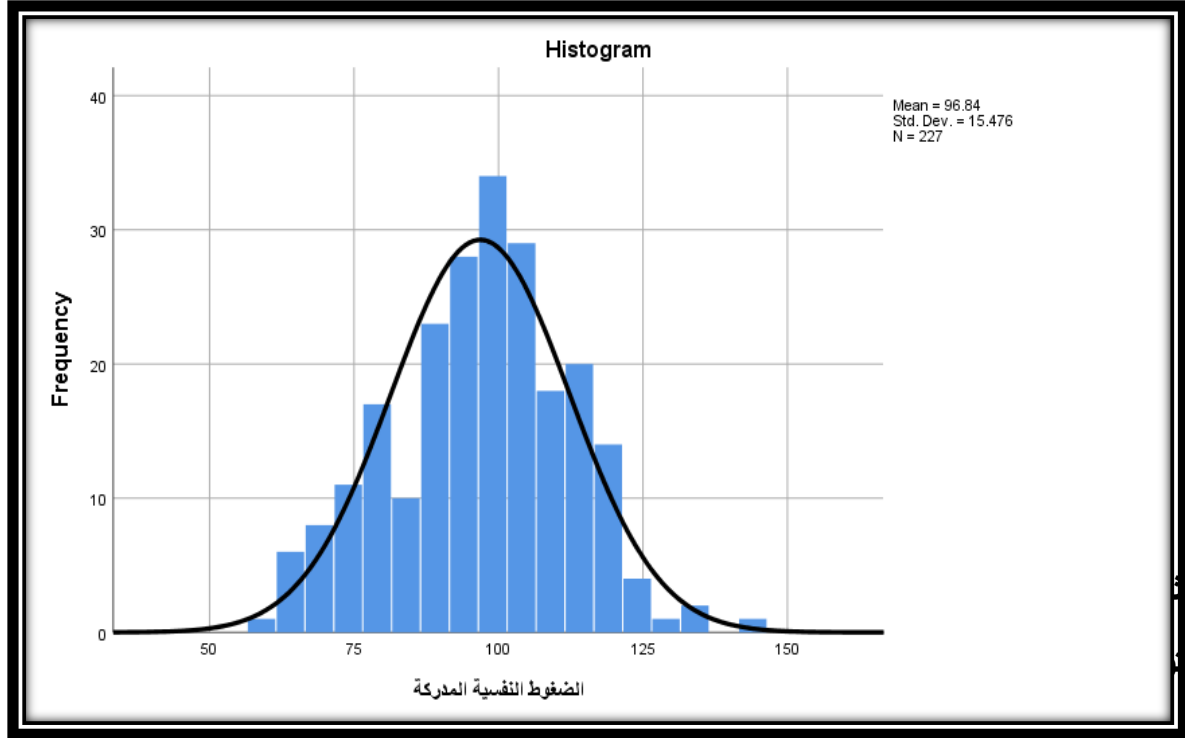
المؤشرات الإحصائية لمقياس الضغوط النفسية المدركة :

قام الباحث بحساب المؤشرات الإحصائية لمقياس الضغوط النفسية المدركة للتعرف على مدى قرب درجات العينة من التوزيع الأعتدالي وجدول (٦) يوضح ذلك:

جدول (٦)

المؤشرات الإحصائية لمقياس الضغوط النفسية المدركة

ت	المؤشرات الإحصائية	الدرجة	ت	المؤشرات الإحصائية	الدرجة
١	العينة	٢٢٧	٨	الالتواء	١٦٧ - ٠
٢	الوسط الحسابي	٩٦.٨٤	٩	الخطأ المعياري للالتواء	٠.١٦٢
٣	الوسط الفرضي	٩٠	١٠	التفرطح	- ٢٣٥
٤	الخطأ المعياري	١٠.٢٧	١١	الخطأ المعياري للتقلطح	٠.٣٢٢
٥	الوسيط	٩٨	١٢	المنوال	١٠٠
٦	الانحراف المعياري	١٥.٤٧٦	١٣	اقل درجة	٥٩
٧	التباين	٢٣٩.٥٠٩	١٤	اعلى درجة	١٤٢



٢. مقياس انماط العزو :

بعد اطلاع الباحث على الأدبيات وعدد من النظريات والاختبارات والدراسات السابقة التي درست موضوع انماط العزو السببي، قام الباحث ببناء مقياس انماط العزو السببي، لعدم توفر مقياس مناسب لعينة البحث، ومن أجل بناء مقياس انماط العزو أعتمد الباحث الخطوات الآتية:

أ. تحديد مفهوم انماط العزو:

أعتمد الباحث على نظرية هايدر (Fritz Heider, 1958) بوصفها إطاراً نظرياً للبحث الحالي ووفقاً لذلك فقد اعتمد الباحث تعريف (هايدر، ١٩٥٨) لانماط العزو والذي عرف العزو على أنه " عملية معرفية ترتبط بأدراك الفرد وأحكامه عن سلوكه وسلوك الآخرين بالاعتماد على خصائص الموقف او خصائص الفرد"، إذ تكون المقياس من بعدين هما:

- العزو الداخلي للفشل او النجاح:
- العزو الخارجي للفشل او النجاح:

ب. تحديد فقرات المقياس (الصيغة الاولى للمقياس):

استناداً الى التعريف المتبنى لانماط العزو تبعاً لنظرية هايدر (١٩٥٨) صيغت الفقرات بحيث تكون واضحة وتسمح للمستجيب أن يؤشر درجة انطباقها عليه، وتكون ذات صلة مباشرة بالمتغير المراد قياسه، إذ تم صياغة (٤٠) فقرة موزعه على بعدين هما (العزو الداخلي للفشل او النجاح) ويتكون من (٢٠) فقرة، و(العزو الخارجي للفشل او النجاح) ويتكون من (٢٠) فقرة اعتماداً على الاطار النظري والتعريف النظري المتبنى، وقد تم مراعاة ان تكون صياغة الفقرات قابلة لتفسير واحد (الزوبعي، ١٩٨١: ٦٩)

▪ بدائل الاستجابة وطريقة التصحيح:

عمد الباحث الى اعطاء اوزان من (١-٥) موزعة على مدرج خماسي للبدائل هي (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابداً) تأخذ الدرجات (٣، ٤، ٥، ٢، ١) على الترتيب.

▪ تعليمات المقياس:

تعد تعليمات الاستجابة عن فقرات مقياس انماط العزو بمثابة الدليل الذي يسترشد به المستجيب أثناء استجابته، لذا تمت مراعاة أن تكون التعليمات واضحة الفهم قادرة على ايصال ما مطلوب من معلمي التربية الخاصة عند الاجابة.

◆ التحليل المنطقي لفقرات مقياس انماط العزو (الصدق الظاهري):

عرض الباحث فقرات المقياس البالغ عددها (٤٠) فقرة (ملحق ٥/ على (٢٦) محكماً من المختصين في التربية وعلم النفس (ملحق ٣)؛ لمعرفة مدى صلاحيتها في قياس انماط العزو السببي ومدى ملائمتها لأفراد عينة البحث، وقد اعتمد قيمة كاي المحسوبة في استخراج الصدق الظاهري لفقرات المقياس، واتضح قبول جميع الفقرات ، إذ بلغت قيمة مربع كاي المحسوبة (٢٦) وهي دالة احصائياً عند مقارنتها مع القيمة الجدولية البالغة (٣.٨٤) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١)، وكما مبين في الجدول (٧).

جدول (٧)

قيمة مربع كاي لمعرفة موافقة المحكمين على صلاحية فقرات مقياس انماط العزو

مستوى الدلالة ...٥	قيمة كا ٢		غير الموافقين	الموافقون	عدد الخبراء	الفقرات
	الجدولية	المحسوبة				
دالة	٣,٨٤	٢٦	صفر	٢٦	٢٦	٤٠ - ١

ج- وضوح التعليمات وفهم العبارات (التجربة الاستطلاعية)

بعد أن تم إعداد المقياس بصيغته الأولية ووضع تعليمات الاستجابة على الفقرات، تم إجراء دراسة استطلاعية على عينة بلغت (٤٠) معلماً ومعلمة بواقع (٢٠) معلماً و(٢٠) معلمة، وكان الهدف من إجراء هذا التطبيق معرفة مدى وضوح التعليمات، ووضوح الفقرات من حيث المعنى، والزمن الذي يستغرق في الاستجابة على فقرات المقياس، وبعد ملاحظة الاستجابات تبين أن تعليمات الاستجابة والفقرات واضحة، كما تبين أن الوقت الذي يستغرقه المستجيب في الاستجابة تراوح بين (١٧-٢٢)، وبلغ متوسط الوقت المستغرق في الإجابة على المقياس (٢٠) دقيقة.

◆ التحليل الإحصائي لفقرات مقياس انماط العزو :

تعد عملية التحليل الإحصائي للفقرات خطوة أساسية في بناء أي مقياس وذلك للكشف عن الخصائص السيكومترية لفقراته التي تساعد الباحث في اختيار الفقرات ذات الخصائص الجيدة وهذا بدوره يؤدي إلى زيادة صدق المقياس وثباته ، فضلاً على أن التحليل الإحصائي للدرجات التي يتم الحصول عليها من خلال استجابات عينة من الأفراد تكشف عن دقة الفقرات في قياس ما وضعت لأجل قياسه (علام، ٢٠٠٠: ٢٦٧)

وقد قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة التحليل الإحصائي التي طبق عليها مقياس الضغوط النفسية المدركة والبالغة (٢٢٧)، جدول (٢)، وفيما يلي توضيح لخطوات إجراءات التحليل الإحصائي:

أ. القوة التمييزية لفقرات مقياس انماط العزو :

يستوجب حساب القوة التمييزية لفقرات المقاييس النفسية لغرض استبعاد الفقرات التي لا تميز بين الأفراد والاحتفاظ بالفقرات التي تميزهم، لأن توجد علاقة قوية بين دقة المقياس والقوة التمييزية من فقراته (عودة، ٢٠٠٢: ٢٩٣).

وللتحقق من القوة التمييزية لفقرات مقياس انماط العزو طبق الباحث المقياس على عينة التحليل الإحصائي المتكونة من (٢٢٧) معلم ومعلمة جدول (٢) وتم تفريغ إجاباتهم وحساب الدرجة الكلية. ورتبت الاستمارات على نحو تنازلي وفقا للدرجة الكلية للمقياس وتم تحديد المجموعتان الطرفيتين، المجموعة العليا بنسبة (٢٧%) وكان عدد أفرادها (٦١) معلم ومعلمة ومجموعة دنيا بنسبة (٢٧%) وكان عدد أفرادها (٦١) معلم ومعلمة، وبعد استعمال الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين الطرفيتين في الدرجات لكل فقرة من فقرات مقياس انماط العزو ، ظهر ان جميع الفقرات مميزة بدلالة (٠.٠٥) لأن قيمها التائية المحسوبة اعلى من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (١٢٠) ، والجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

القوة التمييزية لفقرات مقياس انماط العزو بأسلوب المجموعتين الطرفيتين

ت	المجموعة	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة ٠,٠٥
١	العليا	٦١	٣.٢٥	١.٢٧٤	٣.٤٧٣	دالة
	الدنيا	٦١	٢.٤١	١.٣٨٣		
٢	العليا	٦١	٣.٢١	١.٤٧٣	٢.٩٤١	دالة
	الدنيا	٦١	٢.٤١	١.٥٤٢		
٣	العليا	٦١	٣.٢١	١.٣٦٨	٤.٤٥	دالة
	الدنيا	٦١	٢.١٥	١.٢٧٦		
٤	العليا	٦١	٣.٣٤	١.٢٣٧	٥.٠٧٣	دالة

		١.٢٢٦	٢.٢١	٦١	الدنيا	
دالة	٣.٧٩٦	١.٥٠٦	٣,٠٠	٦١	العليا	٥
		١.١٩٥	٢.٠٧	٦١	الدنيا	
دالة	٢.١٦١	١.٤٨	٢.٩٠	٦١	العليا	٦
		١.٢٧٨	٢.٣٦	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٠٤٨	١.٤٥٤	٣.٠٥	٦١	العليا	٧
		١.٠٦٦	٢.١١	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٣٨٩	١.٢٧٢	٣.٤٦	٦١	العليا	٨
		١.٣١٤	٢.٢٠	٦١	الدنيا	
دالة	٧.٥٦٦	١.٠٤٣	٣.٥١	٦١	العليا	٩
		١.٠٨٧	٢.٠٥	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٨١٩	١.١٦١	٣.٥٧	٦١	العليا	١٠
		١.٣٤٩	٢.٤٨	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٧٦٣	١.١٣٥	٣.٥١	٦١	العليا	١١
		١.٢٥	٢.٢٦	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٣٨٦	١.١٩٢	٣.٥٢	٦١	العليا	١٢
		١.٣٨٩	٢.٢٦	٦١	الدنيا	
دالة	٦.١٤٢	١.٢٤٣	٣.٤١	٦١	العليا	١٣
		١.٢٠٣	٢.٠٥	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٣٨٥	١.٢١٨	٣.٤٤	٦١	العليا	١٤
		١.٢٥٩	٢.٤٦	٦١	الدنيا	

دالة	٢.٨٠٣	١.٣٧٦	٣.٢	٦١	العليا	١٥
		١.٣٣٧	٢.٥١	٦١	الدنيا	
دالة	٢.٢٥٦	١.٤٤٣	٢.٩٥	٦١	العليا	١٦
		١.٢٨٢	٢.٣٩	٦١	الدنيا	
دالة	٢.٩٦٥	١.٣٣٩	٣.٢	٦١	العليا	١٧
		١.٢٨٦	٢.٤٩	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٩٣٦	١.٢١٩	٣.٤٦	٦١	العليا	١٨
		١.٢٣٩	٢.٣٦	٦١	الدنيا	
دالة	٧.٥٦٦	١.٠٤٣	٣.٥١	٦١	العليا	١٩
		١.٠٨٧	٢.٠٥	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٨١٩	١.١٦١	٣.٥٧	٦١	العليا	٢٠
		١.٣٤٩	٢.٤٨	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٨٦٣	١.١٧٧	٣.٤٦	٦١	العليا	٢١
		١.٢٤٢	٢.٣٩	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٠٤٨	١.١٣٤	٣.٥٤	٦١	العليا	٢٢
		١.٤٤٢	٢.٥٩	٦١	الدنيا	
دالة	٣.٥٥٣	١.٢٢٥	٣.٣٦	٦١	العليا	٢٣
		١.٢٧٢	٢.٥٦	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٠٠٨	١.١٧٤	٣.٤١	٦١	العليا	٢٤
		١.٣٤٩	٢.٤٩	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٦٨٦	١.١٤٣	٣.٣٨	٦١	العليا	٢٥

		١.٢١٣	٢.٣٨	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٧٣١	١.٠٨٤	٣.٦١	٦١	العليا	٢٦
		١.٣٨٥	٢.٥٤	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٩٠٩	١.٢٤	٣.٧٢	٦١	العليا	٢٧
		١.٤٤٥	٢.٥٢	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٥٨٢	١.١٤٧	٣.٨٧	٦١	العليا	٢٨
		١.٤٣٢	٢.٥٦	٦١	الدنيا	
دالة	٤.١٠٧	١.١١٧	٣.٩٥	٦١	العليا	٢٩
		١.٦١٥	٢.٩٢	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٢٣٨	١.٢٠٥	٣.٦٩	٦١	العليا	٣٠
		١.٣٤٩	٢.٤٨	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٤٦٢	١.١٤٢	٤.١١	٦١	العليا	٣١
		١.٦٥٣	٢.٩٧	٦١	الدنيا	
دالة	٢.٥٣٢	١.٣٨٩	٣.٧٤	٦١	العليا	٣٢
		١.٦٧٣	٣.٠٣	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٣٥٥	١.١٠٣	٤.١٣	٦١	العليا	٣٣
		١.٧٠٣	٣,٠٠	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٠٠٨	١.١٧٤	٣.٤١	٦١	العليا	٣٤
		١.٣٤٩	٢.٤٩	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٤٣٥	١.١٩٦	٣.٣٤	٦١	العليا	٣٥
		١.٢١٣	٢.٣٨	٦١	الدنيا	

دالة	٤.٧٥٦	١.٠٦٩	٣.٦١	٦١	العليا	٣٦
		١.٣٨٥	٢.٥٤	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٨٦	١.٢٢٩	٣.٧٠	٦١	العليا	٣٧
		١.٤٤٥	٢.٥٢	٦١	الدنيا	
دالة	٥.٤٤٩	١.١٨١	٣.٨٥	٦١	العليا	٣٨
		١.٤٣٢	٢.٥٦	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٢٣٦	١.٠٦٤	٣.٩٧	٦١	العليا	٣٩
		١.٦١٥	٢.٩٢	٦١	الدنيا	
دالة	٤.٥٩٤	١.١٣٨	٤.١٥	٦١	العليا	٤٠
		١.٦٥٣	٢.٩٧	٦١	الدنيا	

ب - علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس انماط العزو:

استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لاستخراج معامل الارتباط بين درجات كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وكذلك تم اختبارها بالأختبار التائي لدلالة معامل الارتباط، وقد حققت جميع الفقرات ارتباط ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٢٥) إذ تبلغ القيمة الجدولية (١,٩٦)، والجدول (٩) يبين ذلك.

جدول (٩)

معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية وقيم الاختبار التائي للارتباط لمقياس انماط العزو

رقم الفقرة	قيمة العلاقة الارتباطية	قيم الاختبار التائي للارتباط	رقم الفقرة	قيمة العلاقة الارتباطية	قيم الاختبار التائي للارتباط
١.	٠.٢٤٤	٣.٧٨٢	٢١.	٠.٤٤٤	٧.٤٤٩
٢.	٠.٣٤٩	٥.٥٩٨	٢٢.	٠.٥٥٢	٩.٩٥١
٣.	٠.٤٠٢	٦.٦٠٠	٢٣.	٠.٤٧٦	٨.١٣٦
٤.	٠.٢٧٦	٤.٣١٦	٢٤.	٠.٤٥٨	٧.٧٤٥
٥.	٠.٣٩٧	٦.٥٠٢	٢٥.	٠.٣٩٩	٦.٥٤١
٦.	٠.٣٧٠	٥.٥٠٢	٢٦.	٠.٥٦٦	١٠.٣٢١
٧.	٠.٤٤٠	٧.٣٦٥	٢٧.	٠.٤٦٨	٧.٩٦١
٨.	٠.٥٠٤	٨.٧٧٢	٢٨.	٠.٣٥٠	٥.٦١٦
٩.	٠.٤٦٣	٧.٨٥٢	٢٩.	٠.٤٠٥	٦.٦٥٩
١٠.	٠.٥٣٤	٩.٤٩٤	٣٠.	٠.٥١٩	9.127
١١.	٠.٢٥٥	٣.٩٦٤	٣١.	٠.٣٥٢	٥.٦٥٣
١٢.	٠.٢٥٦	٣.٩٨١	٣٢.	٠.٣٥٥	٥.٧٠٨
١٣.	٠.٢٧٠	٤.٢١٥	٣٣.	٠.٢٤٣	٣.٧٦٥
١٤.	٠.٢٩٣	٤.٦٠٦	٣٤.	٠.٤٥٧	٧.٧٢٣
١٥.	٠.٢٣٨	٣.٦٨٣	٣٥.	٠.٣٥٠	٥.٦١٦
١٦.	٠.٣٣٨	٥.٣٩٩	٣٦.	٠.٥٥١	٩.٩٢٦
١٧.	٠.٤٠٦	٦.٦٧٨	٣٧.	٠.٤٢٩	٧.١٣٩
١٨.	٠.٤٦٨	٧.٩٦١	٣٨.	٠.٣٠٣	٤.٧٧٩

٦.٠٢٤	٠.٣٧٢	٣٩.	٧.٨٥٢	٠.٤٦٣	٠.١٩
٥.٥٢٥	٠.٣٤٥	٤٠.	٩.٥٦٩	٠.٥٣٧	٠.٢٠

ج - علاقة درجة الفقرة بدرجة البعد الذي تنتمي اليه :

يفترض أن تكون هذه العلاقة دالة لتعطي مؤشراً على الاتساق الداخلي لل فقرات داخل بناء مكوناتها، إذ تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه، وكذلك تم اختبارها بالأختبار التائي لدلالة معامل الارتباط. وقد حققت جميع الفقرات ارتباطاً ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ودرجة حرية (٢٢٥). إذ بلغت القيمة الجدولية (١,٩٦)، وبهذا تبقى جميع الفقرات والجدول (١٠) يبين ذلك.

جدول (١٠)

علاقة درجة الفقرة بدرجة البعد الذي تنتمي اليه وقيم الاختبار التائي للارتباط لمقياس انماط العزو

الاختبار التائي للارتباط	٢.(خارجي/ نجاح)	ت	الاختبار التائي للارتباط	٢.(خارجي/ فشل)	ت	الاختبار التائي للارتباط	١.(داخلي- نجاح)	ت	الاختبار التائي للارتباط	١.(داخلي/ فشل)	ت
٥.٧٠٨	٠.٣٥٥	١	٥.٧٤٥	٠.٣٥٧	١	٥.١١٣	٠.٣٢٢	١	٨.١٨١	٠.٤٧٨	١
٤.٣٣٣	٠.٢٧٧	٢	٨.٠٢٦	٠.٤٧١	٢	٦.٣٤٧	٠.٣٨٩	٢	٩.٣٤٦	٠.٥٢٨	٢
٤.٠٦٤	٠.٢٦١	٣	٥.٣٦٢	٠.٣٣٦	٣	٦.١٥٦	٠.٣٧٩	٣	١١.١٠٠	٠.٥٩٤	٣
٤.٧٢٧	٠.٣٠٠	٤	٥.٣٨٠	٠.٣٣٧	٤	٤.٥٣٨	٠.٢٨٩	٤	٤.٥٣٨	٠.٢٨٩	٤
٣.٧١٦	٠.٢٤٠	٥	٣.١٩٦	٠.٢٠٨	٥	٤.٠١٤	٠.٢٥٨	٥	٧.٤٤٩	٠.٤٤٤	٥
٥.٢٥٥	٠.٣٣٠	٦	٦.٥٨٠	٠.٤٠١	٦	٥.٨٧٥	٠.٣٦٤	٦	٦.٣٨٦	٠.٣٩١	٦
٤.٠٦٤	٠.٢٦١	٧	٦.١٥٦	٠.٣٧٩	٧	٤.٥٨٩	٠.٢٩٢	٧	٥.٢٩١	٠.٣٣٢	٧
			٤.٥٢١	٠.٢٨٨	٨	٥.٨٩٣	٠.٣٦٥	٨	٥.٤٧١	٠.٣٤٢	٨

٩	٠.٣٢٢	٥.١١٣	٩	٠.٣٠٠	٤.٧٢٧	٩	٠.٣٦٨	٥.٩٤٩
١٠	٠.٢٦٧	٤.١٦٥	١٠	٠.٢٧٠	٤.٢١٥	١٠	٠.٣٠٣	٤.٧٧٩
						١١	٠.٣٨٥	٦.٢٧١
						١٢	٠.٤٣٠	٧.١٦٠
						١٣	٠.٢٦٢	٤.٠٨١

د. ارتباط درجة البعد بالابعاد الأخرى لمقياس انماط العزو

استخرج مقدار العلاقة الارتباطية بين الابعاد بعضها مع البعض الآخر باستعمال معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation)، وكذلك تم اختبارها بالاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط. وقد حققت جميعها ارتباط ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٢٥). إذ تبلغ القيمة الجدولية (١,٩٦)، والجدول (١١) يبين ذلك

جدول (١١)

قيمة معاملات ارتباط درجة البعد بدرجة البعد الأخرى وقيم الاختبار التائي للارتباط لمقياس انماط العزو

البعد	الاول	الثاني	الثاني للاارتباط	الثالث	الثاني للاارتباط	الرابع	الاختبار التائي للاارتباط
الاول	-	٠,٦٨	١٣.٩٤٢	٠,٥٧	١٠.٤٢٩	٠,٦١	١١.٥٧٢
الثاني	-	-	-	٠,٦٤	١٢.٥٢١	٠,٥٨	١٠.٧٠٣
الثالث	-	-	-	-	-	٠,٥٩	١٠.٩٨٥

◆ الخصائص السيكومترية لمقياس انماط العزو:

ينبغي أن تتوافر في مقياس انماط العزو بعض الخصائص السيكومترية الأساسية، ومن أهمها الصدق والثبات وعلى وفق ذلك تحقق الباحث من صدق وثبات المقياس على وفق الخطوات الآتية:

أ/ مؤشرات الصدق (Validity) لمقياس انماط العزو:

تعتمد درجة الثقة بالمقياس إذا كان المقياس يحمل مؤشرا للصدق ، لان الصدق يعطي جودة للمقياس ويعمد على قياس السمة المراد قياسها (فرج، ١٩٨٠ : ٣٢٦)، وقد تحقق الباحث من صدق المقياس بطريقتين هما:

١- الصدق الظاهري (Face Validity)

استخرج الباحث هذا النوع من الصدق عندما عرضت فقرات المقياس ملحق (٥) وبدائله وطريقة تصحيحه على مجموعة من المحكمين المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية لمعرفة مدى موافقتهم على الاختبار، إذ أبدى المحكمين موافقتهم مع تعديل لبعض الكلمات الذي لم تؤثر على مضمون الفقرة، وكما مبين في جدول (٧).

٢- صدق البناء (Construct Validity)

وقد تحقق الباحث من صدق بناء مقياس انماط العزو من خلال:

- استخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس بطريقة العينتين الطرفيتين، إذ اتضح من خلالها ان جميع الفقرات قادرة على التمييز بعد مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٢٠) وهو ما يعني ان صدق البناء لمقياس انماط العزو قد تحقق، كما تم عرضه سابقاً، والجدول (٨) يوضح ذلك.
- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وعلاقة درجة الفقرة بدرجة البعد الذي تنتمي اليه وعلاقة الابعاد فيما بينها، وذلك بأستخدام معامل ارتباط بيرسون، وكذلك تم اختبارها بالاختبار التائي لدلالة معاملات الارتباط، وقد حققت جميع فقرات المقياس ارتباط ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٢٥) إذ تبلغ القيمة الجدولية (١,٩٦) ولذلك تبقى جميعها، وكما تم عرضه سابقاً في الجداول (٩) (١٠) (١١) يوضح ذلك.

ب/ مؤشرات الثبات (Reliability) لمقياس انماط العزو:

للتحقق من ثبات مقياس انماط العزو اتبع الباحث الاتي:

• الإختبار _ إعادة الإختبار (Test _ Retest):

تم تطبيق مقياس انماط العزو على عينة مكونة من (٤٠) معلماً ومعلمة، وزعوا بالتساوي على وفق (الجنس) بواقع (٢٠) معلمة و(٢٠) معلم، ثم أعيد تطبيق المقياس على العينة ذاتها بعد مرور (١٤) يوماً من التطبيق الأول، وباستعمال معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الاول ودرجات التطبيق الثاني بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (٠,٩٠)، وهو معامل ثبات جيد، اما ثبات ابعاد المقياس، فالجدول (١٢) يبين ذلك

جدول (١٢)

ثبات ابعاد مقياس انماط العزو بطريقة (الاختبار_اعادة الاختبار)

البعد الاول	البعد الثاني	البعد الاول	البعد الثاني
(داخلي - فشل)	(داخلي - نجاح)	(خارجي - فشل)	(خارجي - نجاح)
٠,٨٢	٠,٨٧	٠,٨٥	٠,٨٨

• طريقة الفاكرونباخ:

يسمى معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ بمعامل الاتساق الداخلي أو معامل التجانس ويشير ايبيل وفريسبي (84 , Eabl&Frisble 2009) إلى أن معامل الفاكرونباخ يمكن أن يقدم ثبات معمول عليه في قياس مجموعة اتساق مجموعة من الفقرات داخل المقياس وقد تم تطبيق معادلة ألفا كرونباخ على عينة التحليل الإحصائي البالغة (٢٢٧) معلماً ومعلمة، وقد بلغت قيمة الثبات بهذه الطريقة (٠,٨٩) وتعد مؤشرات الثبات المذكورة مؤشرات جيدة ومقبولة. اما ثبات ابعاد المقياس فالجدول (١٣) يبين ذلك

جدول (١٣)

ثبات ابعاد مقياس انماط الغزو بمعادلة الفاكرونباخ

البعد الثاني (خارجي - نجاح) (	البعد الثاني (خارجي - فشل)	البعد الاول (داخلي - نجاح)	البعد الاول (داخلي - فشل)
٠,٧٣٣	٠,٧٨٩	٠,٧٧٦	٠,٧٣٥

• وصف مقياس انماط الغزو بصيغته النهائية:

تضمن مقياس انماط الغزو بصورته النهائية (٤٠) فقرة ملحق (٦)، ضمن بعدي الغزو الداخلي للفشل والنجاح والغزو الخارجي للفشل والنجاح، ويتكون كل بعد من (٢٠) فقرة، توزعت كالآتي:

١. الغزو الداخلي للفشل : عدد الفقرات (١٠) فقرة

٢. الغزو الداخلي للنجاح: عدد الفقرات (١٠) فقرة

٣. الغزو الخارجي للفشل: عدد الفقرات (١٢) فقرة

٤. الغزو الخارجي للنجاح: عدد الفقرات (٨) فقرة

وقد حددت امام كل فقرة البدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، ابداً)، واعطيت الدرجات (١/٢/٣/٤/٥) على التوالي الى الفقرات التي تعبر عن الاتجاه الذي يقيسه المقياس وان اعلى درجة كلية يمكن ان يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على المقياس هي (٢٠٠) في حين اقل درجة يمكن الحصول عليها هي (٤٠) درجة، وان قيمة المتوسط الفرضي هي (١٢٠).

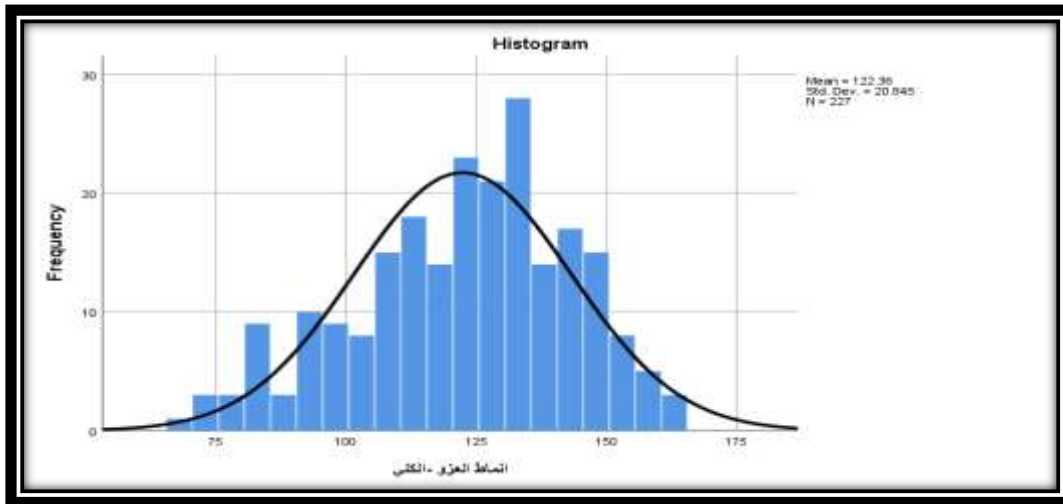
▪ المؤشرات الإحصائية لمقياس انماط الغزو:

قام الباحث بحساب المؤشرات الإحصائية لمقياس انماط الغزو للتعرف على مدى قرب درجات عينة البحث من التوزيع ألعندالي وجدول (١٤) يوضح ذلك:

جدول (١٤)

المؤشرات الإحصائية لمقياس أنماط العزو

ت	المؤشرات الإحصائية	الدرجة	ت	المؤشرات الإحصائية	الدرجة
١	العينة	٢٢٧	٨	الالتواء	٣٩٨ -
٢	الوسط الحسابي	١٢٢,٣٦	٩	الخطأ المعياري للالتواء	٠,١٦٢
٣	الوسط الفرضي	١٢٠	١٠	التفرطح	٠,٤١٢
٤	الخطأ المعياري	١,٣٨٤	١١	الخطأ المعياري للتفلطح	٠,٣٢٢
٥	الوسيط	١٢٤,٠٠	١٢	المنوال	١٣٥
٦	الانحراف المعياري	٢٠,٨٤٥	١٣	اقل درجة	٦٨
٧	التباين	٤٣٤,٤٩٦	١٤	اعلى درجة	١٦٥



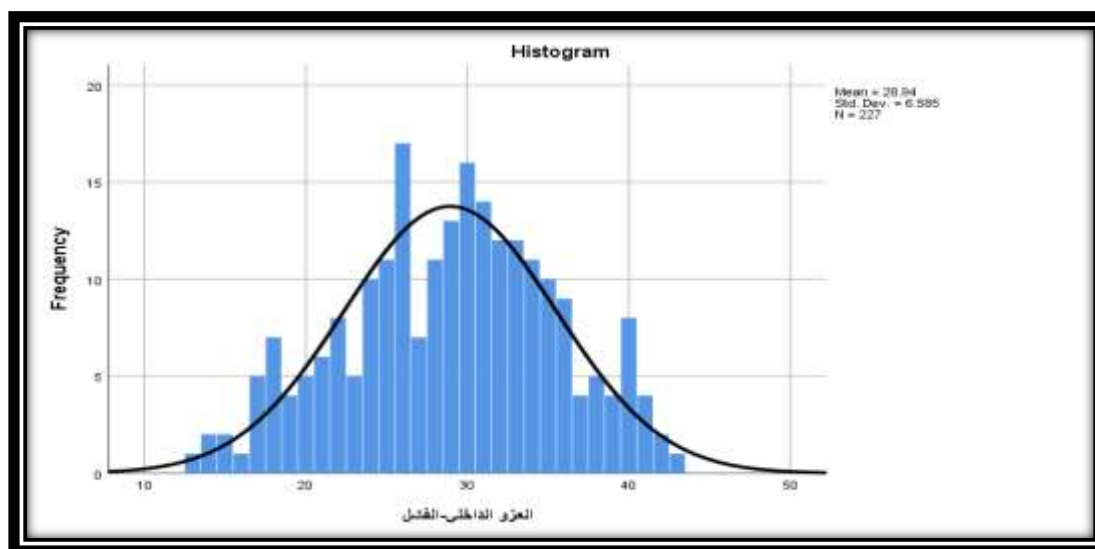
شكل (٨)

توزيع درجات أفراد العينة النهائية على مقياس أنماط العزو.

جدول (١٥)

المؤشرات الإحصائية لمقياس انماط الغزو البعد الاول (داخلي - فشل)

الدرجة	المؤشرات الإحصائية	ت	الدرجة	المؤشرات الإحصائية	ت
٠.١٤٨ —	الالتواء	٨	٢٢٧	العينة	١
٠.١٦٢	الخطأ المعياري للالتواء	٩	٢٨,٩٤	الوسط الحسابي	٢
٠,٥٢٧ —	التفرطح	١٠	٣٠	الوسط الفرضي	٣
٠,٣٢٢	الخطأ المعياري للتقلطح	١١	٠.٤٣٧	الخطأ المعياري	٤
٢٦	المنوال	١٢	٢٩,٠٠	الوسيط	٥
١٣	اقل درجة	١٣	٦,٥٨٥	الانحراف المعياري	٦
٤٣	اعلى درجة	١٤	٤٣,٣٥٩	التباين	٧



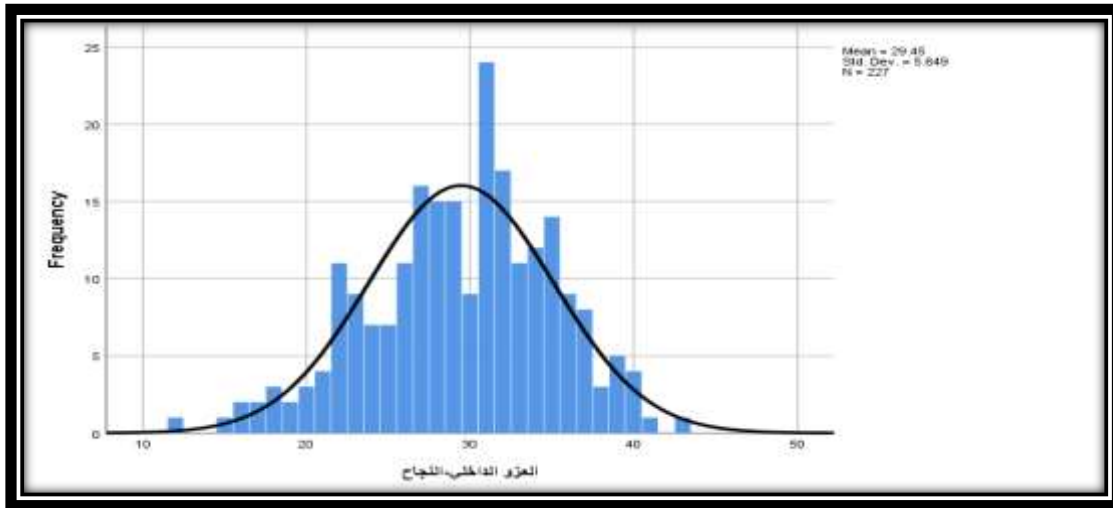
شكل (٩)

توزيع درجات أفراد العينة النهائية لأنماط الغزو (الداخلي - فشل).

جدول (١٦)

المؤشرات الإحصائية لمقياس انماط الغزو البعد الاول (داخلي - نجاح)

ت	المؤشرات الإحصائية	الدرجة	ت	المؤشرات الإحصائية	الدرجة
١	العينة	٢٢٧	٨	الالتواء	٠.٣٢٢ -
٢	الوسط الحسابي	٢٩.٤٥	٩	الخطأ المعياري للالتواء	٠.١٦٢
٣	الوسط الفرضي	٣٠	١٠	التفرطح	٠.١٢٩ —
٤	الخطأ المعياري	٠.٣٧٥	١١	الخطأ المعياري للتفلطح	٠.٣٢٢
٥	الوسيط	٣٠,٠٠	١٢	المنوال	٣١
٦	الانحراف المعياري	٥.٦٤٩	١٣	اقل درجة	١٢
٧	التباين	٣١.٩١٣	١٤	اعلى درجة	٤٣



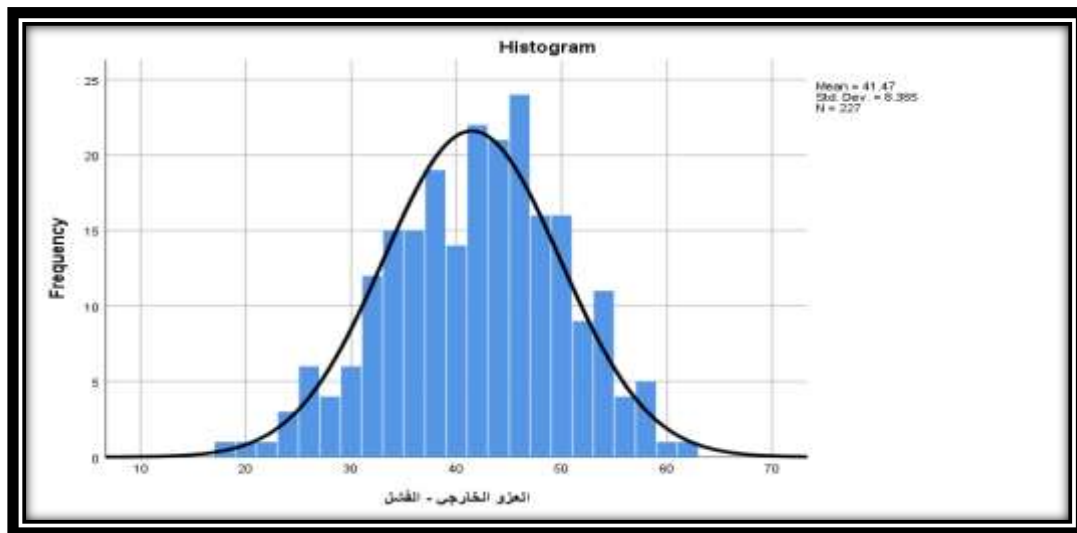
شكل (١٠)

توزيع درجات أفراد العينة النهائية على مقياس أنماط الغزو (الداخلي - نجاح).

جدول (١٧)

المؤشرات الإحصائية لمقياس انماط العزو البعد الثاني (خارجي - فشل)

ت	المؤشرات الإحصائية	الدرجة	ت	المؤشرات الإحصائية	الدرجة
١	العينة	٢٢٧	٨	الالتواء	٠.١٨٩ —
٢	الوسط الحسابي	٤١.٤٧	٩	الخطأ المعياري للالتواء	٠.١٦٢
٣	الوسط الفرضي	٣٦	١٠	التفرطح	٠.٣٢٠ —
٤	الخطأ المعياري	٠.٥٥٧	١١	الخطأ المعياري للتقلطح	٠.٣٢٢
٥	الوسيط	٤٢,٠٠	١٢	المنوال	٤٦
٦	الانحراف المعياري	٨.٣٨٥	١٣	اقل درجة	١٨
٧	التباين	٧٠.٣٠٣	١٤	اعلى درجة	٦٢



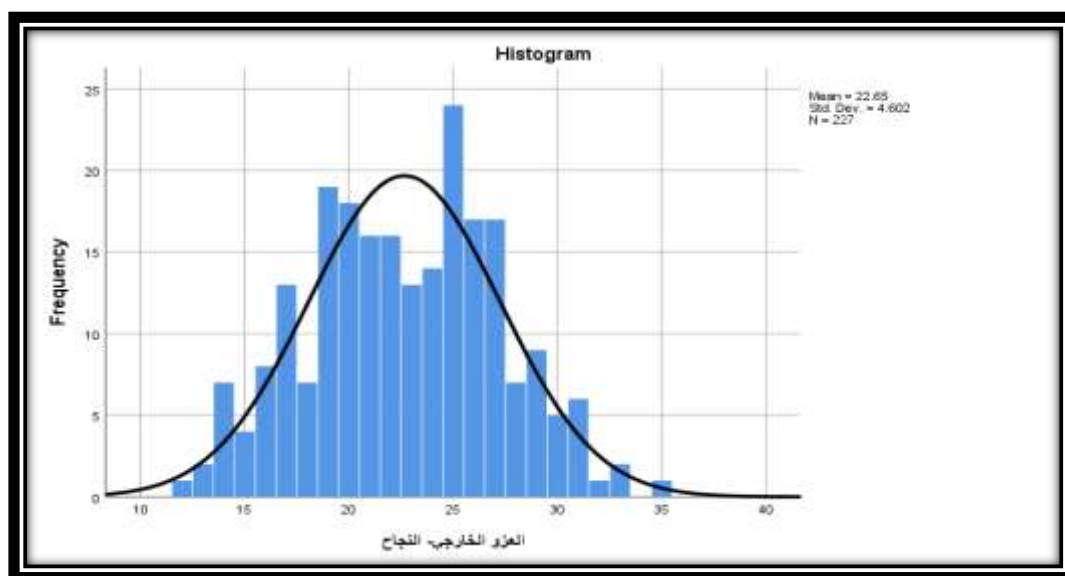
شكل (١١)

توزيع درجات أفراد العينة النهائية لأنماط العزو (خارجي - الفشل).

جدول (١٨)

المؤشرات الإحصائية لمقياس انماط الغزو البعد الاول (خارجي - نجاح)

ت	المؤشرات الإحصائية	الدرجة	ت	المؤشرات الإحصائية	الدرجة
١	العينة	٢٢٧	٨	الالتواء	٠.٠٠٣
٢	الوسط الحسابي	٢٢.٦٥	٩	الخطأ المعياري للالتواء	٠.١٦٢
٣	الوسط الفرضي	٢٤	١٠	التفرطح	٠.٥٤١
٤	الخطأ المعياري	٠.٣٠٥	١١	الخطأ المعياري للتفلطح	٠.٣٢٢
٥	الوسيط	٢٣,٠٠	١٢	المنوال	٢٥
٦	الانحراف المعياري	٤.٦٠٢	١٣	اقل درجة	١٢
٧	التباين	٢١.١٧٥	١٤	اعلى درجة	٣٥



شكل (١٢)

توزيع درجات أفراد العينة النهائية على مقياس الحكمة لأنماط الغزو (خارجي - نجاح).

يتضح من ملاحظة المؤشرات الإحصائية لمقياسي البحث في الجداول (١٤) (١٥) (١٦) (١٧) (١٨) أن تلك المؤشرات تتسق مع معظم مؤشرات المقاييس العلمية، إذ تقترب قيم معامل الالتواء والتفرطح من القيم المعيارية للتوزيع الاعتدالي بأقترابها من الصفر في مقياسي البحث وهذا يشير الى أن توزيع أفراد عينة البحث توزيعاً اعتدالياً، ومن ثم مما يسمح بأعتماد الاختبارات المعلمية في استخراج النتائج والتي تشترط اعتدالية التوزيع.

خامساً/التطبيق النهائي للبحث:

بعد ان استكمل الباحث بناء اداتي البحث (مقياس الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو) وبعد التحقق من الخصائص السيكمترية للمقاييس المتمثلة بالصدق والثبات ، قام بتطبيقها سويماً على عينة البحث الموضحة في جدول (٢) والبالغة (٢٢٧) من معلمي التربية الخاصة لمديريات الكرخ (٣/٢/١) والرصافة في محافظة بغداد وللعام الدراسي (٢٠٢١- ٢٠٢٢)، وامتدت مدة التطبيق من (٢٠٢١/٥/٩ - ٢٠٢١/٥/٢٥)، وبعد الانتهاء من التطبيق قام الباحث بتفريغ وتصحيح بيانات كل من المقياسين وحساب الدرجات على وفق المعيار المحدد لكل منهما .

سادساً: الوسائل الإحصائية :

تم تحليل نتائج البحث الحالي بواسطة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) (Statistical Package for Social Science)، الوسائل الإحصائية هي:

- ١- مربع كاي: كمعيار لقبول الفقرة او حذفها عند عرض المقياسين على المحكمين في كلا المقياسين
- ٢- الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين : استعمل في استخراج القوة التمييزية ل فقرات مقياس الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو باستخدام المجموعتان الطرفيتان، والفروق ذات الدلالة الإحصائية لمتغيري البحث وفق الجنس (ذكور - اناث) .
- ٣- معامل ارتباط بيرسون (Peron Correlation Coefficient): لاستخراج العلاقة بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لكل من مقياس الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية للبعد، ولاستخراج الثبات بطريقة اعادة الاختبار، والعلاقة الارتباطية بين مقياسي البحث.
- ٤- الثبات بطريقة الفا كرونباخ لمقياسي البحث
- ٥- الاختبار التائي لعينة واحدة : لتعرف على متغيري البحث (الضغوط النفسية المدركة_ انماط العزو). اختبار تحليل التباين الثنائي: للتعرف على الفروق في انماط العزو بحسب الجنس والنمط.

الفصل الرابع

❖ عرض النتائج ومناقشتها.

❖ الاستنتاجات.

❖ التوصيات.

❖ المقترحات.

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج البحث وفقاً لأهدافه ومن ثم مناقشتها بناءً على الإطار النظري والدراسات السابقة التي تم تناولها فيه بعد جمع البيانات التي تم الحصول عليها من طريق استعمال برنامج الحزمة الإحصائية (SPSS) وعلى النحو الآتي:

• الهدف الأول : (تعرف الضغوط النفسية المدركة لدى معلمي التربية الخاصة).

لتحقيق هذا الهدف جمع الباحث البيانات وحللها باستعمال اختبار (t-test) لعينة واحدة ، فجاءت النتائج على ما مبينة في جدول (١٩) .

جدول (١٩)

قيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة الإحصائية لمتغير الضغوط النفسية المدركة

مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة اختبار (ت)		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	حجم العينة
	الجدولية	المحسوبة					
٠,٠٥	١,٩٦	٦,٦٥٦	٢٢٦	١٥,٤٧٦	٩٠	٩٦,٨٤	٢٢٧

يتضح من الجدول (١٩) ان الوسط الحسابي قد بلغ (٩٦,٨٤) بينما كان الانحراف المعياري (١٥,٤٧٦) والمتوسط الفرضي (٩٠) ، وقد بلغت قيمة اختبار (ت) المحسوبة (٦,٦٥٦) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٢٦) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح عينة البحث .

وتتفق هذه النتيجة مع ما اشار اليه كل من (الفرماوي وعبد الله) من أجل تفسير مستويات الضغط النفسي المدرك ، "بأنه لو تم وضع مستويات الضغوط النفسية على فرد ، فإن أحد طرفي الفرد سيكون التحديات والمواجهات التي توصل بنا للإثارة وتجعلنا في وضع نمتلك فيه انفسنا ، حيث ان بدون هذا الطرف تكون حياتنا اكثر كآبة وروتينية اكثر من اللازم. وأما الطرف الآخر للفرد فأنها تمثل المواقف والظروف التي يكون فيها الفرد غير قادر على الوفاء بالمهام أو المتطلبات المرجوة

منه، حيث ان كل من الإحباط و اللامبالاة تسبب ضغط نفسي كبير على الفرد . (الفرماوي وعبدالله ، ١٩٩٩ : ٢١) .

واتفقت نتائج البحث الحالي مع ما توصلت اليه دراسة الريخي الى ان الضغوط المدركة الشائعة من وجهة نظر المعلمين تمثلت في " الثقة في قدرتهم على التعامل مع المشكلات الشخصية ، والشعور بعدم السيطرة والقدرة على مجاوزة الصعوبات التي يمرون بها " (الريخي ، ٢٠١٦ : ١٦٨) .

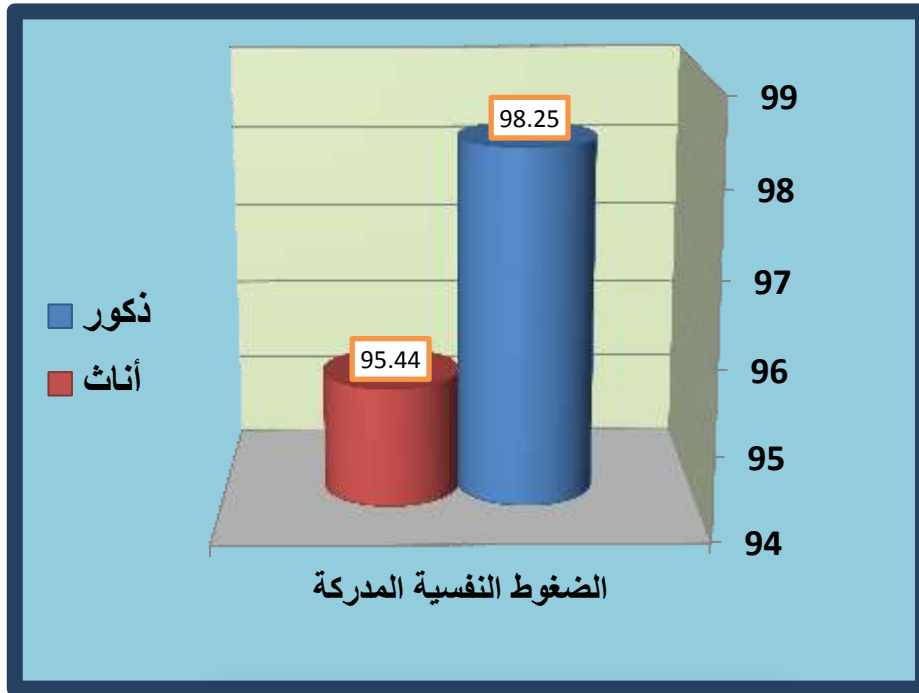
• **الهدف الثاني :** (الفروق ذات الدلالة الاحصائية للضغوط النفسية المدركة لدى معلمي التربية الخاصة وفقا للمتغير الجنس "ذكور - اناث")

لأجل تحقيق هذا الهدف جمع الباحث البيانات وحللها باستعمال اختبار (t-test) لعينتين مستقلتين، فجاءت النتائج على ما مبينة في جدول (٢٠)، والشكل (١٣) يوضح الاوساط الحسابية للضغوط النفسية المدركة بحسب متغير الجنس لدى معلمي التربية الخاصة.

جدول (٢٠)

قيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة الإحصائية للفروق في الضغوط النفسية المدركة

مستوى الدلالة الاحصائية	قيمة (ت)		درجة الحرية	الانحراف المعياري	متوسط الحسابي	حجم العينة	الجنس
	الجدولية	المحسوبة					
٠,٠٥	١,٩٦	١,٢٢٦	٢٢٥	١٥,٧٦٠	٩٨,٢٥	٦٨	ذكور
				١٥,٣٦٤	٩٥,٤٤	١٥٩	إناث



شكل (١٣)

المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية المدركة بحسب متغير الجنس لدى معلمي التربية الخاصة

يتضح من الجدول (٢٠) ان الوسط الحسابي للذكور قد بلغ (٩٨.٢٥) مقابل (٩٥,٤٤) للإناث في حين بلغ الانحراف المعياري لهما على التوالي (١٥,٧٦٠) و(١٥,٣٦٤) ، وقد بلغت قيمة اختبار (ت) المحسوبة (١,٢٢٦) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٢٥) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية المدركة وبحسب متغير الجنس (ذكور - اناث)

وهذه النتيجة جاءت مع اشير اليه في الاطار النظري ، اذ ان الأعراض النفسية للضغوط النفسية للعمل تجعل من الأفراد يهربون ويبتعدون عن اداء عملهم الوظيفي بشكل صحيح. ومن خلال ذلك نجد أن هناك بعض الأعراض التي من خلالها تنعكس بشكل مباشر على اداء معلمي التربية الخاصة فتتزايد معدلات الغياب، وتتندى الجودة ، وعدم تحسين الإنتاج ، وضعف دوران العمل، وظهور مشكلات بين معلمي التربية الخاصة والإدارة التي يعملون بها، وهذه الأعراض التي تظهر على الافراد ، جعلت الإدارات التنظيمية تحدد للعمال إجازات يقضيها بعيدا عن العمل يستعيدون بها نشاطهم، ومن هنا يأتي دور الإدارة في كيفية التعامل مع هؤلاء العاملين الذين يرغبون في قضاء

إجازاتهن داخل أو خارج بلدانهم وكيف يتم تحقيق رغبات وحاجات هؤلاء بما يمنحهم الشعور بالرضا على الخدمات التي تقدمها المنظمة أو المؤسسة (السامرائي ٢٠٠٦: ٢٥٩ - ٢٦٠).

وكذلك اتفقت هذه النتيجة مع عدد من الدراسات السابقة ومنها دراسة كل من (الريخي، ٢٠١٦) و(الدراجي، ٢٠٠٧) اللتان توصلتا الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بحسب متغير الجنس. ويعزو الباحث السبب في ذلك الى ان الضغوط النفسية المدركة التي يتعرض لها المعلمين هي نفس الضغوط التي تتعرض لها المعلمات بسبب ان الظروف البيئية والتعليمية متشابهة في البيئة العراقية الواحدة.

لذا يرى الباحث بانه لا بد من تفعيل دور السمات الشخصية في اختيار معلمي التربية الخاصة التي أشار اليها كل من (البوهي ولطفي) وهي :

٩. وضوح مخارج الحروف والألفاظ بما لا يحتمل اللبس في فهمها.

١٠. قدرة المتقدم على عرض أفكاره بصورة واضحة .

١١. تناسق وترابط الأفكار التي يعرضها المتقدم.

١٢. عناية المتقدم _ في حدود المقبول _ بمظهره العام .

١٣. الحضور الشخصي للمتقدم وثقته بنفسه وعدم تردده في طرح آرائه الخاصة.

١٤. سلامة حواس وبنية جسم المتقدم بما لا يعيقه عن التدريس الفعال.

١٥. القدرات القيادية (القدرة على تصور الأهداف البعيدة ، وصنع القرارات المناسبة ، وتحمل المسؤولية ، وتوجيه الآخرين)

١٦. المرونة (القدرة على التعامل مع المواقف المختلفة، والتصرف حسب ما يفرضه الحدث أو الموقف، والتأقلم مع مستجدات الموقف، التسامح واستيعاب الآخرين وتفهم دوافعهم).

١٧. الكاريزما (قدرة المعلم على التأثير على الطلاب وجعلهم يتعلقون به ويحبونه وينفذون توجيهاته عن طواعية). (البوهي، لطفي، ١٩٩٩: ٣٣).

- الهدف الثالث : (انماط الغزو (داخلي - فشل) لدى معلمي التربية الخاصة) .

لأجل تحقيق هذا الهدف جمع الباحث البيانات وحللها باستعمال اختبار (t-test) لعينة واحدة ، فجاءت النتائج على ما مبينة في جدول (٢١) .

جدول (٢١)

قيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة الإحصائية لمستوى انماط الغزو (داخلي -

فشل)

مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة اختبار (ت)		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	حجم العينة
	الجدولية	المحسوبة					
٠,٠٥	١,٩٦	- ٢,٤٢٩	٢٢٦	٦,٥٨٥	٣٠	٢٨,٩٤	٢٢٧

يتضح من الجدول (٢١) ان الوسط الحسابي قد بلغ (٢٨,٩٤) وانحراف معياري (٦,٥٨٥) وبمتوسط فرضي بلغ (٣٠) ، وقد بلغت قيمة اختبار (ت) المحسوبة (- ٢,٤٢٩) بغض النظر عن الاشارة اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٢٦)، وان الاشارة السالبة تعني ان المتوسط المحسوب هو اقل من المتوسط الفرضي للمقياس، وهذا يعني ان الفرق الظاهر بين المتوسط الحسابي للعينة والوسط الفرضي للمقياس ذي دلالة احصائية، وبما ان الاشارة سالبة فهذا يعني ان انماط الغزو (داخلي- فشل) لدى معلمي التربية الخاصة هو دون الوسط (Egan, 1992:155).

- الهدف الرابع : (انماط الغزو (داخلي - نجاح) لدى معلمي التربية الخاصة) .

لأجل تحقيق هذا الهدف جمع الباحث البيانات وحللها باستعمال اختبار (t-test) لعينة واحدة ، فجاءت النتائج على ما مبينة في جدول (٢٢) .

جدول (٢٢)

قيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة الإحصائية لمستوى انماط الغزو (داخلي -

نجاح)

مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة اختبار (ت)		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	حجم العينة
	الجدولية	المحسوبة					
٠,٠٥	١,٩٦	-١,٤٥٧	٢٢٦	٥,٦٤٩	٣٠	٢٩,٤٥	٢٢٧

يتضح من الجدول (٢٢) ان الوسط الحسابي قد بلغ (٢٩,٤٥) وبانحراف معياري (٥,٦٤٩) وبمتوسط فرضي بلغ (٣٠) ، وقد بلغت قيمة اختبار (ت) المحسوبة (-١,٤٥٧) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٢٦).

- الهدف الخامس : (انماط الغزو (خارجي - فشل) لدى معلمي التربية الخاصة) .

لأجل تحقيق هذا الهدف جمع الباحث البيانات وحللها باستعمال اختبار (t-test) لعينة واحدة ، فجاءت النتائج على ما مبينة في جدول (٢٣) .

جدول (٢٣)

قيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة الإحصائية لانماط الغزو (خارجي - فشل)

مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة اختبار (ت)		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	حجم العينة
	الجدولية	المحسوبة					
٠,٠٥	١,٩٦	٤,٤٣٣	٢٢٦	٨,٣٨٥	٣٦	٤١,٤٧	٢٢٧

يتضح من الجدول (٢٣) ان الوسط الحسابي قد بلغ (٤١,٤٧) بينما كان الانحراف المعياري (٨,٣٨٥) والمتوسط الفرضي بلغ (٣٦)، وقد بلغت قيمة اختبار (ت) المحسوبة (٤,٤٣٣) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٢٦) .

- الهدف السادس : (انماط العزو) (خارجي - نجاح) لدى معلمي التربية الخاصة) .

لأجل تحقيق هذا الهدف جمع الباحث البيانات وحللها باستعمال اختبار (t-test) لعينة واحدة ، فجاءت النتائج على ما مبينة في جدول (٢٤) .

جدول (٢٤)

قيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة الإحصائية لمستوى انماط العزو (خارجي -

نجاح)

مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة اختبار (ت)		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	حجم العينة
	الجدولية	المحسوبة					
٠,٠٥	١,٩٦	٥,٤٠٩	٢٢٦	٤,٦٠٢	٢٤	٢٢,٦٥	٢٢٧

يتضح من الجدول (٢٤) ان الوسط الحسابي قد بلغ (٢٢,٦٥) بينما كان الانحراف المعياري (٤,٦٠٢) والمتوسط الفرضي بلغ (٢٤)، وقد بلغت قيمة اختبار (ت) المحسوبة (٥,٤٠٩) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٢٦) .

وتتفق نتائج الاهداف الثالث والرابع والخامس والسادس حيث يشير مفهوم العزو السببي حسب (روتر) إلى الدرجة التي يعزو بها الفرد مسؤوليته الشخصية عما يحصل له مقابل ان ينسب ذلك إلى القوى التي تقع خارج سيطرته بناء على ذلك فالفرد الذي يدرك العلاقة السببية بين سلوكه والتعزيز الذي ناله ينشأ لديه العزو الداخلي، أما الفرد الذي لا يدرك العلاقة السببية بين سلوكه والتعزيز الذي ناله ينشأ لديه العزو الخارجي والذي يعتبر الصدفة والحظ لها دور في السلوك، بينما يرى هايدر ان كل شخص يفسر سلوكه والأحداث الخارجية من خلال عاملين مهمين يتمثل الأول في العوامل الداخلية (القدرة والجهد) وكذلك في الظروف البيئية (صعوبة المهمة)، ويرى انه وفقا لهذه العوامل يدرك الفرد بيئته وأسباب نجاحه وفشله (حسين، ٢٠١٤: ١٤) .

لذا اقترح (وينر) أن يتم التركيز على الأبعاد السببية لتفسير السلوك بدلا من التركيز على السبب نفسه (اللواتيه ، ٢٠١٥: ٤٥) .

فقد جمع بين وجهة نظر كل من (هايدر و روتر) ليتوصل إلى ثلاثة أبعاد الغزو السبي النجاح والفشل وهي كالآتي :

١. مصدر السبب : السبب يدرك على انه عامل داخلي أو خارجي بالنسبة للفرد، ومصدر السبب يشكل بعدا يتحدد في الاتجاه الداخلي مقابل الاتجاه الخارجي.

٢. ثبات السبب : السبب ينظر اليه بكونه عامل مستقر ودائم او متغير ومتحول، وهو البعد الذي يتمثل في صفة الثبات وعدم الثبات نسبة الى دورة المدرك في تفسير الانجاز .

٣. ضبط السبب : السبب يدرك بحسب مدى امكانية الضبط والتحكم فيه من طرف الفرد، وهذا بعد يتجلى في مظهرين القابلية وعدم القابلية (بلحاج، ٢٠١٠: ١٥٣).

• الهدف السابع : (الفروق ذات الدلالة الاحصائية في انماط الغزو على وفق "الجنس - النمط " لدى معلمي التربية الخاصة) .

لأجل تحقيق هذا الهدف جمع الباحث البيانات وحللها باستعمال تحليل التباين الثنائي، فجاءت النتائج على ما مبينة في جدول (٢٥) :

جدول (٢٥)

حجم العينة حسب الجنس

الجنس	ذكور	٦٨
	اناث	١٥٩
النمط	نمط الغزو داخلي - الفشل	٤٥
	نمط الغزو داخلي - النجاح	٥٤
	نمط الغزو الخارجي - الفشل	٧٦
	نمط الغزو - خارجي - النجاح	٥٢

جدول (٢٦) انماط الغزو الكلي والاوساط الحسابية والانحراف المعياري

النمط	الجنس	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نمط الغزو (داخلي- الفشل)	ذكور	١٧	١٣٠,٩٤	١٧,٨٩٤
نمط الغزو (داخلي- النجاح)		١٦	١٢٨,٦٧	٢٠,٤١٦
نمط الغزو () الخارجي-الفشل)		٢١	١١٣,٢٠	٢٠,٥٨٣
نمط الغزو () خارجي- النجاح)		١٤	١٢٧,٠٠	١٧,٨١٤
المجموع		٦٨	١٢٤,٠٤	٢٠,٣٣١
نمط الغزو (داخلي- الفشل)	اناث	٢٨	١١٦,٢١	٢٠,٩٦٥
نمط الغزو (داخلي- النجاح)		٣٨	١١٧,٣١	٢١,٧٤٨
نمط الغزو () الخارجي-الفشل)		٥٥	١٢١,٢٣	١٧,٧١٤
نمط الغزو () خارجي- النجاح)		٣٨	١٣٠,٧٩	٢٢,٦٤٩
المجموع		١٥٩	١٢١,٤٤	٢١,٠٦٦
نمط الغزو (داخلي- الفشل)	الكل	٤٥	١٢١,٤٤	٢٠,٩٦٩
نمط الغزو (داخلي- الفشل)		٥٤	١٢٠,٤٦	٢١,٨٠٨

				النجاح)
١٨,٧١١	١١٩,١٢	٧٦		نمط الغزو) الخارجي-الفشل)
١٨,٧١١	١٢٩,١٢	٥٢		نمط الغزو -) خارجي- النجاح)
٢٠,٨٤٥	١٢,٣٦	٢٢٧		المجموع

جدول (٢٧)

تحليل التباين الثنائي للتعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية

مستوى الدالة الاحصائية ٠,٠٥	قيمة f		متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
الجدولية	المحسوبة					
غير دالة	٣,٨٩	١,٣٨٣	٥٦٥,٥١٠	١	٥٦٥,٥١٠	الجنس
غير دالة	٣,٨٩	٢,٦٩١	١٠٩٩,٨٦٨	٣	٣٢٩٩,٦٠٣	النمط
غير دالة	٣,٨٩	٣,٥٩٨	١٤٧١,٠٠٥	٣	٤٤١٣,٠١٥	الجنس *
خطأ	—	—	٤٠٨,٧٨٩	٢١٩	٨٩٥٢٤,٨٧٨	خطأ
كلي	—	—	—	٢٢٧	٣٤٩٦٦٥٧,٠٠٠	كلي

من الجدول السابق تم التوصل الى :

أ. الجنس (معلمين - معلمات) : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لان قيمة (ف) المحسوبة والبالغة (١,٣٨٣) كانت اصغر من القيمة الجدولية البالغة (٣,٨٩) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) ودرجتي حرية (١) و(٢١٩).

ب. نمط العزو : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لان قيمة (ف) المحسوبة والبالغة (٢,٦٩١) كانت اصغر من القيمة الجدولية (٣,٨٩) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) ودرجتي حرية (١) و(٢١٩).

ج- التفاعل بين (الجنس * النمط) : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لان قيمة (ف) المحسوبة والبالغة (٣,٥٩٨) كانت اصغر من القيمة الجدولية (٣,٨٩) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥) ودرجتي حرية (١) و(٢١٩).

الهدف الثامن : (العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو " داخلي - فشل" لدى معلمي التربية الخاصة) .

لأجل تحقيق هذا الهدف استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الارتباطية ما بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (داخلي- فشل)، ثم تم استعمل الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط، وقد بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,٦٤٥) درجة، وبلغت القيمة التائية المحسوبة لدلالة معامل الارتباط (١٢,٦٨٩) وكما مبين في الجدول (٢٩)

جدول (٢٩)

قيمة معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لدلالة الارتباط للعلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو " داخلي - الفشل " .

مستوى الدلالة الاحصائية	القيمة التائية لدلالة معامل الارتباط		درجة الحرية	قيمة معامل ارتباط بيرسون	حجم العينة
	المحسوبة	الجدولية			
٠,٠٥	١,٩٦	١٢,٦٨٩	٢٢٥	٠,٦٤٥	٢٢٧

يتضح من الجدول (٢٩) ان قيمة معامل ارتباط بيرسون قد بلغت (٠,٦٤٥) وبلغت القيمة التائية المحسوبة لدلالة معامل الارتباط (١٢,٦٨٩) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (225)، مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية جيدة أي ان الزيادة في احد المتغيرات يصاحبه زيادة في المتغير الاخر والعكس صحيح .

- الهدف التاسع : (العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو داخلي - نجاح " لدى معلمي التربية الخاصة) .

لأجل تحقيق هذا الهدف استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (داخلي - نجاح)، ثم تم استعمل الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط، وقد بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,٥١٢) درجة، وبلغت القيمة التائية المحسوبة لدلالة معامل الارتباط (8.960) وكما مبين في الجدول (٣٠)

جدول (٣٠)

قيمة معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لدلالة الارتباط للعلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (داخلي - النجاح) .

مستوى الدلالة الاحصائية	القيمة التائية لدلالة معامل الارتباط		درجة الحرية	قيمة معامل ارتباط بيرسون	حجم العينة
	المحسوبة	الجدولية			
٠,٠٥	١,٩٦	٨.٩٦٠	٢٢٥	٠,٥١٢	٢٢٧

يتضح من الجدول (٣٠) ان قيمة معامل ارتباط بيرسون قد بلغت (٠,٥١٢) وبلغت القيمة التائية المحسوبة لدلالة معامل الارتباط (8.960) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (225)، مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية جيدة أي ان الزيادة في احد المتغيرات يصاحبه زيادة في المتغير الاخر والعكس صحيح ..

- الهدف العاشر : (العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (خارجي - فشل) لدى معلمي التربية الخاصة) .

لأجل تحقيق هذا الهدف استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (خارجي - فشل) لأجل تحقيق هذا الهدف استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (داخلي - نجاح)، ثم تم استعمال الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط، وقد بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,١٩٦) درجة، وبلغت القيمة التائية المحسوبة لدلالة معامل الارتباط (3.004) وكما مبين في

الجدول (٣١)

جدول (٣١)

قيمة معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لدلالة العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (خارجي - الفشل) .

مستوى الدلالة الاحصائية	القيمة التائية لدلالة معامل الارتباط		درجة الحرية	قيمة معامل ارتباط بيرسون	حجم العينة
	الجدولية	المحسوبة			
٠,٠٥	١,٩٦	٣,٠٠٤	٢٢٥	٠,١٩٦	٢٢٧

يتضح من الجدول (٣١) ان قيمة معامل ارتباط بيرسون قد بلغت (٠,١٩٦) وبلغت القيمة التائية المحسوبة لدلالة معامل الارتباط (3.004) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (225)، مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية جيدة أي ان الزيادة في احد المتغيرات يصاحبه زيادة في المتغير الاخر والعكس صحيح ..

- الهدف الحادي عشر: (العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (خارجي - النجاح) لدى معلمي التربية الخاصة) .

لأجل تحقيق هذا الهدف استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو (داخلي - نجاح)، ثم تم استعمال الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط، وقد بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,٦٩٢) درجة، وبلغت القيمة التائية المحسوبة لدلالة معامل الارتباط (14.410) وكما مبين في الجدول (٣٢)

جدول (٣٢)

قيمة معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لدلالة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة
وانماط العزو (خارجي - النجاح) .

مستوى الدلالة الاحصائية	القيمة التائية لدلالة معامل الارتباط		درجة الحرية	قيمة معامل ارتباط بيرسون	حجم العينة
	الجدولية	المحسوبة			
٠,٠٥	١,٩٦	14.410	٢٢٥	٠,٦٩٢	٢٢٧

يتضح من الجدول (٣٢) ان قيمة معامل ارتباط بيرسون قد بلغت (٠,٦٩٢) وبلغت القيمة التائية المحسوبة لدلالة معامل الارتباط (١٤,٤١٥) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (225)، مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية جيدة أي ان الزيادة في احد المتغيرات يصاحبه زيادة في المتغير الاخر والعكس صحيح ..

- الهدف الثاني عشر : (العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو الكلي لدى معلمي التربية الخاصة) .

لأجل تحقيق هذا الهدف استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو الكلي ، ثم تم استعمال الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط، وقد بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,٨٢٩) درجة، وبلغت القيمة التائية المحسوبة لدلالة معامل الارتباط (22.284) وكما مبين في الجدول (٣٣)

جدول (٣٣)

قيمة معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لدلالة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط العزو الكلي.

مستوى الدلالة الاحصائية	القيمة التائية لدلالة معامل الارتباط		درجة الحرية	قيمة معامل ارتباط بيرسون	حجم العينة
	الجدولية	المحسوبة			
٠,٠٥	١,٩٦	22.284	٢٢٥	٠,٨٢٩	٢٢٧

يتضح من الجدول (٣٣) ان قيمة معامل ارتباط بيرسون قد بلغت (٠,٨٢٩) وبلغت القيمة التائية المحسوبة لدلالة معامل الارتباط (22.284) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (225)، مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية جيدة أي ان الزيادة في احد المتغيرات يصاحبه زيادة في المتغير الاخر والعكس صحيح ..
الاستنتاجات :

من النتائج التي تم التوصل اليها الباحث في البحث الحالي فان الباحث يستنتج ما يأتي :

١. الضغوط النفسية المدركة لدى معلمي التربية الخاصة متباينة بحسب نوع الضغوط التي يتعرضون لها.
٢. ترتفع الضغوط النفسية المدركة عند معلمي التربية الخاصة بسبب الاهمال الواضح والتهميش لفئات التربية الخاصة وكذلك بسبب عدم اهتمام الوالدين الذين لديهم طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة بطفلهم وبالتالي ينعكس ذلك سلباً على المعلمين خلال تعاملهم مع الطفل داخل غرفة الصف .
٣. ان انماط العزو متباينة لدى معلمي التربية الخاصة وتباين بحسب ما يتعرض اليه المعلمين بصورة عامة للضغوط النفسية .
٤. ان اكثر انماط العزو تأثيراً هو نمط العزو الخارجي - النجاح أي ان انماط العزو الخارجي اكثر تأثيراً على المعلمين من انماط العزو الداخلي .

٥. جميع العلاقات الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وانماط الغزو جاءت طردية أي ان كلا المتغيرات يتناغمان معاً في الزيادة والنقصان .

• التوصيات :

من الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث فإنه يوصي بالتوصيات الآتية :

١. زيادة مستوى الوعي الثقافي لدى أسر الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة من خلال اعداد برامج تساعد الاباء في معرفة كيفية التعامل مع هذه الفئات .
٢. ادخال معلمي التربية الخاصة دورات تدريبية في كيفية التعامل مع الضغوط النفسية المدركة في مراكز الاعداد والتدريب في مديريات التربية .
٣. تأهيل صفوف التربية الخاصة في المدارس الابتدائية وتوفير جميع المستلزمات الضرورية التي يحتاجها المعلم في التعليم من اجل تقليل الضغوط .

• المقترحات :

مما تم عرضه من استنتاجات وتوصيات فإن الباحث يقترح اجراء الدراسات الآتية :

١. اجراء دراسة تحت عنوان (الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بالثقة المفرطة بالنفس لدى أسر اطفال التوحد).
٢. اجراء دراسة تحت عنوان (انماط الغزو على وفق سمات الشخصية المبدعة لدى معلمي التربية الخاصة) .
٣. اجراء دراسة تحت عنوان (فاعلية برنامج تدريبي قائم على نظرية التفكير الابداعي لخفض انماط الغزو).

المصادر والمراجع

المصادر العربية ❖

المصادر الأجنبية ❖

المصادر والمراجع

• المصادر العربية:

• القرآن الكريم

١. ابتسام، حسين سيف .(٢٠١٤) العزو السببي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة محافظة عدن في الجمهورية اليمنية. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.
٢. اعتدال ، معروف (٢٠٠١ م): مهارات مواجهة الضغوط في الأسرة في العمل في المجتمع، ط ١ ، الرياض: مكتبة الشقيري.
٣. ابدوي ، عائشة وزكور، مفيدة ، (٢٠١٠) ، العلاقة بين مركز الضبط ومهارات التعامل مع الضغوط المهنية لدى موظفي مديرية جامعة قاصدي مرباح ورقلة ، مجلة العلوم الاجتماعية والانسانية ، الملتقى الدولي حول المعاناة في العمل ، عدد خاص .
٤. ابراهيم معتز محمد. (٢٠١٣): أساليب مواجهة ضغوط الحياة وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلبة كليات المجتمع المتوسطة بمحافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
٥. ابن منظور، محمد بن مكرم بن علي جمال الدين (٢٠٠٣) : "لسان العرب"، تحقيق: عامر احمد حيدر، دار الكتب العلمية، بيروت .
٦. أبو ندى، خالد محمود (٢٠٠٤) : التفكير الابداعي وعلاقته بكل من العزو السببي ومستوى الطموح لدى تلاميذ الصفين الخامس والسادس الابتدائيين ، رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الاسلامية: غزة
٧. الأميري ، أحمد محمد ناجي (٢٠٠١) : فعالية برنامج إرشادي في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الجامعة المستنصرية ، بغداد.
٨. باهي، مصطفى و شلبي، أمينة (١٩٩٨) : الدافعية - نظريات وتطبيقات، ط ١، القاهرة : مصر .
٩. البحيري، عبد الرقيب (٢٠٠٣): "إعداد معلم التربية الخاصة في ضوء تحديات الألفية الثالثة: قضايا هامة"، مؤتمر أعداد المعلم للألفية الثالثة ٩ - ١١ مارس ٢٠٠٣، كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة.

١٠. البر زنجي، ذكريات (٢٠١٠) : التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بمفهوم الذات وموقع الضبط ، ط ١ . عمان: دار صفاء لمنشر والتوزيع .
١١. بلحاج، عبد الكريم (٢٠١٠): التفسير الاجتماعي لسببية السلوك. ط ١ . الرباط: دار أبي رفاق لطباعة والنشر.
١٢. بو الفصل، سوزان يوسف (٢٠١١): المشكلات والضغط المهنية لمعلمات رياض الأطفال ومقترحات التغلب عليها: دراسة ميدانية بمحافظة الأقصر. الثقافة والتنمية - مصر.
١٣. التراب ، منصور بدران (٢٠١٩) : دور الاشراف التربوي في التعامل مع المشكلات التي تواجه معلمي التربية الخاصة في دولة الكويت ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلاًيه العلوم التربوية ، جامعة آل البيت ، الاردن .
١٤. التل، أمل (١٩٨٨): الكفايات الأساسية اللازمة لمعلمي المعاقين. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.
١٥. جرادات ، محمد(٢٠١١) : مرجع نظريات ومفاهيم متصلة بسلوكية الدافعية. أكاديمية علم النفس. قاعات الصحة النفسية. تاريخ الاسترجاع ١٦ فيفري. ٢٠١٥ .
١٦. الجلامدة، فوزية عبدالله (٢٠١٦): الإدارة والإشراف في التربية الخاصة في ضوء ومعايير الجودة، الطبعة الثانية، عمان، الأردن، دار المسيرة للنشر والتوزيع .
١٧. جليله ، معيزه (٢٠٠٢) : مدخل الى علم النفس المعاصر ، دار المطبوعات الجامعية ، الطبعة الثانية .
١٨. حداد ، ياسين ونائل الاخرس (١٩٨٩): موقع التحكم وعلاقته بالعجز المتعلم لدى الاطفال ، مجلة دراسات للعلوم التربوية ، مجلد(٢٥) ، والعدد (٢).
١٩. حسايم أمينة دينة، (٢٠١٣/٢٠١٢): أنماط عزو الصراع الزوجي وعلاقتها باختيار نوع العلاج (تقليدي أو حديث) عند المرأة القبائلية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مولود معمري/ تيزي وز، الجزائر.
٢٠. الحسن، سهى محمد هاشم (٢٠١٤) : صعوبات التعلم والاعاقات البسيطة ذات العلاقة (خصائص واستراتيجيات تدريس وتوجيهات حديثة) ، دار الفكر ناشرون وموزعون، عمان - الاردن.

٢١. حسن، صادق عبده. (٢٠١١). الضغوط النفسية وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدى طلبة الجامعة في اليمن والجزائر، رسالة ماجستير غير منشورة، تخصص إرشاد وصحة نفسية، جامعة الجزائر .
٢٢. حسين، ابتسام محسن (٢٠٠٤) العزو السببي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة محافظة عدن في الجمهورية اليمنية. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة اليرموك: الأردن.
٢٣. حسين، خيرى (٢٠٠٢): دراسة إبريقه كينيكيه للأهداف الحياتية كمحددات لنمط العلاقة بين الإعزاءات السببية ومستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة. المؤتمر السنوي التاسع لمركز الإرشاد النفسي، الإرشاد النفسي قوة للتنمية والتقدم (رؤية مستقبلية) ، جامعة عين شمس ، مصر .
٢٤. حسين، طه عبد العظيم؛ وحسين، سلامة عبد العظيم (٢٠٠٧) : استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
٢٥. الحسيني عبد العزيز عبدالله (٢٠٠٥) : ضغوط الحياة واساليب التعايش معها ، (ط ٢) ، الرياض ، دار كنوز للطباعة والنشر .
٢٦. حمدان، مفيد. (٢٠١٠) : دراسة الضغوط النفسية من حيث علاقتها بالروح المعنوية و المساندة الاجتماعية لدى عينة من طلبة الجامعات في قطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، البحوث و الدراسات العربية، القاهرة: مصر .
٢٧. حمودة، مريم (٢٠١٦) : العزو السببي التحصيلي لدى مرتفعي ومنخفضي الفاعلية الذاتية. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة محمد خيضر: بسكرة.
٢٨. حوشان ، بشرى كاظم سلمان (٢٠٠٠) : الفشل المتعلم وعلاقته بموقع الضبط ودافع الانجاز والتخصص والجنس لطلبة جامعة بغداد، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية (ابن رشد)،جامعة بغداد.
٢٩. خصاونة، محمد أحمد، والاحمد، فراس أحمد، والحوالدة، محمد عبد ربة (٢٠١٨) : اثر برنامج تدريبي قائم على مهارات الادراك السمعي في تحسين الوعي الصوتي لدى التلاميذ صعوبات التعلم في منطقة عسير، جامعة السلطان قابوس، المملكة السعودية.
٣٠. الخفش، سهام رياض (٢٠٠١م): استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية التي يستخدمها آباء الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان .

٣١. خلاف ، اسماء (٢٠١٩) : دور العلاقة بين فعالية الذات المدركة والعزو السببي في بعض عناصر الاستجابة المناعية لدى عينة من المصابات بسرطان الثدي ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة محمد لمين دباغ ، الجمهورية الجزائرية .
٣٢. خليفة، وليد أحمد السيد وسعد، مراد علي عيسى، (٢٠٠٨): الضغوط النفسية والتخلف العقلي في ضوء علم النفس المعرفي (المفاهيم - النظريات - البرامج) (١). مصر، الاسكندرية : دار الوفاء للطباعة والنشر.
٣٣. الخولي، هشام(٢٠٠٤) : فعالية العلاج المعرفي السلوكي في تخفيف حدة الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة، مجلة الارشاد النفسي ، مركز الارشاد النفسي ،جامعة عين شمس .
٣٤. داود، عزيز حنا وأنور حسين عبد الرحمن (١٩٩٠) : مناهج البحث التربوي، دار الحكمة للطباعة والنشر، القاهرة - مصر.
٣٥. دخول، منعم جميل (٢٠١٤) : العزو السببي وعلاقته و بتوجيه الهدف نحو التعلم والدرجة العلمية لدى التلاميذ ذوي صعوبات القراءة ، رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة تشرين: سوريا.
٣٦. الدراجي ، حسن علي (٢٠٠٧) : اساليب التعامل مع الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي ونوع التأهيل وأنماط يونك للشخصية لدى معلمي المدارس الابتدائية، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية (ابن رشد) جامعة بغداد.
٣٧. الدريد، عبد المنعم أحمد (٢٠٠٤) : الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات المعرفية والمزاجية، عالم الكتب، القاهرة.
٣٨. دعو، سميره و نوره ،شئوفه (٢٠١٢) : الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة لدى ام الطفل التوحدي دراسة عيادية لخمس حالات ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية ، جامعة اكلي محمد اولحاج ، الجزائر .
٣٩. الريخي ، خالد بن مطر (٢٠١٦) : الضغوط النفسية المدركة لدى المعلمين وعلاقتها بالمرونة النفسية ومهارة حل المشكلات بمحافظة الظاهرة في سلطنة عمان ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم والآداب ، جامعة نزوى ، سلطنة عمان .
٤٠. ريتشارد، غورس وروبرت، مكلفين (٢٠٠٢) : مدخل الى علم النفس الاجتماعي. ترجمة ياسمين حداد. ط ٠١ . الأردن: دار وائل لمنشر والتوزيع.

٤١. رثيفة رجب عوض (٢٠٠١) : ضغوط المراهقين و مهارات المواجهة ، مكتبة النهضة المصرية ، مصر ، بدون طبعة .
٤٢. الزغلول، رافع وعديلي، نداء (٢٠١٥) : نموذج سببي لعلاقات بين الغزو السببي للسلوك والعجز المتعلم والتوافق الاكاديمي. النجمة الاردنية في التربية.
٤٣. الزق، احمد يحي (٢٠١١) فعالية برنامج للتدريب على الغزو السببي في رفع مستوى التحصيل لدى الطلبة الجامعيين. مجلة دراسات العلوم التربوية.
٤٤. الزين، نبيلة (٢٠٠٥) مركز الضبط لدى طلبة المتفوقين والمتأخرين دراسيا" دراسة مقارنة على عينة من الطلبة في مرحمتي التعميم الاكاديمي والثانوي". رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الجزائر.
٤٥. السامرائي، نبيهة. (٢٠٠٦) : علم النفس الإعلامي : مفاهيم ونظريات. ط ١، دار المناهج للنشر والتوزيع ، عمان :الأردن.
٤٦. سعديّة ، فاضل (٢٠١٣). الصحة النفسية وعلاقتها بتحمل الضغوط والدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، تخصص إرشاد نفسي وصحة نفسية، جامعة الجزائر .
٤٧. السيد ، ماجدة بهاء الدين (٢٠٠٨) : الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية ، عمان ، دار الصفاء للنشر والتوزيع .
٤٨. سيد ، نوال (٢٠٠٩) : الضغط النفسي وتأثيره على الدافعية للإنجاز لدى التلاميذ المقبلين على البكالوريا ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة الجزائر، الجزائر .
٤٩. الشاعر، منار. (٢٠١١) : الضغوط النفسية والمسؤولية الاجتماعية لدى ضباط اسعاف حرب غزة في ضوء بعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الإسلامية ، غزة : فلسطين.
٥٠. شند، سميرة محمد والأنور، محمد إبراهيم محمد (٢٠٠٦) : قلق المستقبل وعلاقته بالضغوط النفسية لدى شرائح مهنية مختلفة. مجلة كلية التربية. جامعة طنطا. (٣٥) ٧٧٢ - ٨٢٩
٥١. شيخاني، سمير (٢٠٠٣) : الضغط النفسي "طبيعته، أسبابه، المساعدة الذاتية، المداواة"، دار الفكر العربي، مؤسسة ثقافية للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت.
٥٢. الصالح ، احمد جمال (٢٠١٥) : مستوى التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة في دولة الكويت ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم التربوية ، جامعة آل البيت ، الاردن .

٥٣. صالحى هناء. (٢٠١٣) : علاقة الضغوط النفسية بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة المقيمين بجامعة ورقلة: رسالة لاستكمال شهادة ماستر أكاديمي جامعة الجزائر .
٥٤. الطيرري ، عبد الرحمن بن سليمان (١٩٩٧) : القياس النفسي والتربوي نظرية اسسه وتطبيقاته ، ط١، مكتبة الرشيد للنشر والتوزيع-الرياض .
٥٥. عاشور ، محمد سميح (٢٠٠٦) : الضغوط المهنية وعلاقتها باستثارة دافعية التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة للتعلم لدى معلمي مدارس التربية الخاصة في الاردن ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الدراسات التربوية العليا ، جامعة عمان العربية للدراسات العليا ، الاردن .
٥٦. عايش، صباح. (٢٠١١). أثر الضغوط النفسية لدى أسر المعاقين على العلاقات الأسرية من حيث متغيري سن ونوع الإعاقة. رسالة ماجستير غير منشورة: تخصص علم الأسري. جامعة وهران. كلية الاجتماعية.
٥٧. عباس، محمد خليل (٢٠٠٩): مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط٢، عمان، الاردن، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
٥٨. عبد العاطي، حسن. (٢٠٠٣) : الأمراض السايكوسوماتية التشخص، الأسباب و العلاج ، ط ١، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة: مصر .
٥٩. عبد المعطي ، حسن مصطفى (١٩٩٤) ضغوط أحداث الحياة وأساليب مواجهتها ، دراسة حضارية مقارنة في المجتمع المصري والأندلسي ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، العدد ٨ ، القاهرة.
٦٠. عبد المنعم، أمال محمود (٢٠٠٦) : الارشاد النفسي الاسري، ط١ ، القاهرة ، مكتبة زهراء الشرق .
٦١. عبدالعظيم، سلامه وعبدالعظيم، طه (٢٠٠٦) : استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان.
٦٢. العبدلي، خالد بن محمد (٢٠١٢) : الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة ، رسالة ماجستير غير منشورة (ارشاد نفسي) كلية التربية ، جامعة ام القرى ، مكة المكرمة ، السعودية.
٦٣. العبيدان، منى مشاري (٢٠٠٢) : علاقة الضغوط النفسية بالتفكير الابتكاري لدى الفائقين من طلبة المرحلة الثانوية في دولة الكويت، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طنطا، مصر .

٦٤. العتوم، عدنان وعلاونة، شفيق فلاح والجراح، عبد الناصر ذياب وأبو غزل، معاوية محمود (٢٠١٤) :
علم النفس التربوي . ط ٥، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان .
٦٥. العتوم، عدنان يوسف وسليمان، هاجر ابراهيم خلف (٢٠١٣): أثر برنامج تعليمي في تعديل توجهات
المسؤولية التحصيلية. المجلة العالمية للدراسات النفسية.
٦٦. عديلي، نداء ، ورافع الزغلول (٢٠١٥) : نموذج سببي للعلاقات بين العزو السببي للسلوك والعجز
المتعلم والتوافق الاكاديمي. المجلة الاردنية في التربية.
٦٧. العزوني ، محمد عبده (٢٠١٠) : الضغوط المهنية لمعلمي التربية الرياضية ، المجلة العلمية لعلوم
التربية البدنية والرياضة ، مصر ، ع ١٥ .
٦٨. عسكر ، علي (٢٠٠٠) : ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها ، الصحة النفسية والبدنية في عصر
التوتر والقلق ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة .
٦٩. عسكر علي (١٩٩٨) : ضغوط الحياة و أساليب مواجهتها ، دار الكتاب ، القاهرة .
٧٠. عطية ، عز الدين جميل (١٩٩٩) : " تفسير الناس للسلوك والمواقف من منظور علم النفس
المعاصر " ، عالم الكتب ، الطبعة الأولى - القاهرة - جمهورية مصر العربية.
٧١. علام ، صلاح الدين محمود (٢٠٠٠) : الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية ، دار الفكر للنشر
والتوزيع ، القاهرة - مصر .
٧٢. العلبان، كفاية راشد والمسلم، رابحة على وعباس، (٢٠٠٣) : الكويت، مكتبة وزارة التربية، دولة
الكويت .
٧٣. العمري ، وليد ، جمل ، محمد جهاد (٢٠٠٤) : الضغط والقلق لدى المعلمين ، دار الكتاب
الجامعي ، الإمارات العربية المتحدة .
٧٤. العمري مرزوق (٢٠١٢): الضغوط النفسية المدرسية وعلاقتها بالإنجاز الأكاديمي ومستوى الصحة
النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية
التربية ، جامعة أم القرى :السعودية.
٧٥. عودة، أحمد (٢٠٠٢): القياس والتقويم في العملية التدريسية، ط٥، إريد، الأردن، دار الأمل للنشر
والتوزيع.

٧٦. غباري، ثائر أحمد (٢٠٠٨): الدافعية: النظرية والتطبيق. عمان: دار المسيرة لمنشر والتوزيع والطباعة.

٧٧. غباري، ثائر وأبو شندي، يوسف وأبو شعيرة، خالد وجرادات ، نادر (٢٠١٢)

(: أنماط العزو السببي لمناح والفشل لدى الطلبة الجامعيين في ضوء متغيري الجنس وحرية اختيار التخصص. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات .

٧٨. الغرير، أحمد وأبو سعد ،أحمد (٢٠٠٩) : التعامل مع الضغوط النفسية. عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.

٧٩. فاروق، البوهي ، وعنتر لطفي (١٩٩٩) : مهنة التعليم وأدوار المعلم، دار المعرفة الجامعية، القاهرة.

٨٠. فاضلي، أحمد (٢٠٠٩) : أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى فئة من محاولي الانتحار وعلاقتها بكل من الاكتئاب واليأس، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الجزائر.

٨١. فرج، صفوت (١٩٨٠): القياس النفسي ، دار الفكر العربي، القاهرة.

٨٢. الفرماوي، حمدي على. (١٩٩٩) : جودة الحياة في جوهر الإنسان ، المؤتمر الدولي السادس لمركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس، القاهرة / نوفمبر ١٩٩٩ .

٨٣. الفقي، حسين بن علي (٢٠٠٩) الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى رجال دوريات الأمن العاملين بالميدان. رسالة ماجستير غير منشورة، الرياض: جامعة الأمير نايف العربية للعلوم الأمنية.

٨٤. القدسي، دانية صفوان (٢٠٠٥) : فاعلية برنامج في تنمية أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس مصر.

٨٥. القدومي، خولة عزات. (٢٠١١): إدراكات طلبة جامعة إربد الأهلية لمصادر الضغوط النفسية في ضوء بعض المتغيرات، مجلة الدراسات الإنسانية، المجلد ١٩، العدد ١، جامعة إربد الأردنية.

٨٦. الكلوت، محمد رفيق (٢٠١٦) : المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالعزو السببي لدى محاولي الانتحار في قطاع غزة. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الاسلامية: غزة.

٨٧. كريم، حمادة (٢٠١١): العلاقة بين عوامل عزو النجاح والفشل الدراسي وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي (دراسة ميدانية بثانويات ولاية تيزي وزو) رسالة ماجستير غير منشورة. قسم

علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة تيزي وزو : الجزائر .

٨٨. كوافحة ، تيسير مفلح ، وعبد العزيز (٢٠١١): صعوبات التعلم والخطة العلاجية المفترضة، دار المسيرة للنشر، عمان.

٨٩. اللواتية، منال بنت مصطفى بن أحمد (٢٠١٥) الخصائص السايكومترية لمقياس العزو السببي لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة السلطان قابوس: عمان. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية. جامعة الوادي.

٩٠. مشروع الملك عبد الله بن عبد العزيز لتطوير التعليم العام: تطوير (١٤٣٧). الدليل التنظيمي للتربية الخاصة تم استرجاع بتاريخ ١/٣ / ٢٠١٨ م على الرابط:

<https://drive.google.com>

٩١. محجوب ، وجيه (١٩٩٠): التحليل الفيزياوي والفلسجي للحركات الرياضية ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد - العراق.

٩٢. مكلفين ووبرت، وغرس ورتشارد (٢٠٠٢) : مدخل الى علم النفس الاجتماعي ، ترجمة موفق الحمداني ، الاردن ، دار وائل للنشر.

٩٣. ملحم، سامي (٢٠٠٠): القياس والتقويم في التربية الخاصة وعلم النفس ، ط٢، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.

٩٤. المنيزل، عبد الله فلاح (١٩٩٠) :العزو السببي للنجاح والفشل الاكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن من وجية نظر المعلمين. مجلة الدراسات العلوم الانسانية.

٩٥. النعاس، عمر (٢٠٠٨ م): الضغوط المهنية وعلاقتها بالصحة النفسية ، القاهرة: جامعة ٦ أكتوبر.

٩٦. الهادي، فوزي محمد (٢٠٠٥) : الضغوط الأسرية من منظور الخدمة الاجتماعية، دار القاهرة مصر .

٩٧. الهاشمي، لذكبا (٢٠٠٣) : الضغط النفسي في العمل ، مجلة أبحاث نفسية وتربوية.

٩٨. هدية ، فؤاد محمد علي (١٩٩٤) : دراسة لمصدر الضبط (الداخلي - الخارجي) لدى المراهقين من الجنسين ، مجلة علم النفس ، تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب العدد (٣٢) ، القاهرة.

٩٩. ياركندي ، هانم جامد (١٩٩٣) : مستوى ضغط المتعلم وعلاقته بالطمأنينة النفسية وبعض المتغيرات الديمغرافية ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، العدد (٦) ، القاهرة .
١٠٠. يس، نوال عبد اللطيف (٢٠٠١) : الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أطفال المقابر، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الطفولة، جامعة عين شمس، مصر .
١٠١. يعقوب ، حسين نشوان (١٩٩٣) : تطوير نظام لتحليل التفاعل اللفظي داخل غرفة الصف" دراسات تربوية، القاهرة: رابطة التربية الحديثة المجلد التاسع، الجزء (٦٠).
١٠٢. اليماني ، عبد الرؤوف، الزغبى ،نزار محمد(٢٠١٣) : استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة البكالوريوس في كليات التربية في الجامعات الاردنية الرسمية ، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية ، فلسطين ، مج ١ ، ع ٢ .
١٠٣. يوسف، جمعة سيد (٢٠٠٦) : إدارة الضغوط. مصر: مشروع الطرق المؤدية إلى التعليم العالي، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث، جامعة القاهرة.

• المصادر الاجنبية

1. Anstasi . A. & Urbina . S. (2010) : " Psychological testing " . PHI Learning Private limited , New Delhi .
2. Cohens, S. Kamarck , T. B. Mermelstein , R. (1988) " Aglobal measure of parcieved stress , Journal of Health and social behavior , V.24
3. Ebel , Robert. L & Frisbile , david . A . (2009) : " Essentials of educational measure ement" 5th ed , PHI Learning private Limited , New Delhi .
4. Ebel,R.L (1972): Essentiasls of Educational Measurement, Englewood Texat and University .

5. Friend, M. (2008). Co-teach!: A handbook for creating and sustaining effective classroom partnerships in inclusive schools. Marilyn French. Incorporated.
6. Heider, F. (1958) . The Psychology of Interpersonal Relations, New York: Wiley.
7. kirsch V. & Ruane, A.(1985): Non graded versus and social skills, Aiberta, Jounal afeducational. Research vol (46), N(4)
8. Larkin, K.(٢٠٠٥)Stress and Hypertension Examining the Relation between Psychological and High Bliid Pressure.USA; Yale University Press Retrieved in February
9. Marillon bruchon et schiaeitiz er (2002) psychologie de santé modeles concepts et méthodes :dunod paris
10. Spade , M , Nikcevic , A, Moneta , G, Wells ,A,(2008), metacognitions, perceived stress, and negative emotion, personality and Individual Differences .
11. Zabel ,Mary kay and Zabel Ropert H(1983), Burnout : A Critical Issue for Educators . In Contemporary Issues in special Education , Rex E, Schmid and Lynn M.Nagata , Mc Graw – Hill Book Company.

الملاحق

ملحق (١)

كتاب تسهيل المهمة من كلية التربية الأساسية

Ministry of Higher Education and Scientific Research
University of Babylon
college of Basic Education

جمهورية العراق
جامعة بابل
كلية التربية الأساسية

Ref. No.:
Date: / /

العدد: ٩٧٨
التاريخ: ٢٠٢٢/١/١٤

QR Code

إلى / مديرية التربية في بغداد / الكرخ الاولى
/ مديرية التربية في بغداد / الكرخ الثانية
/ مديرية التربية في بغداد / الكرخ الثالثة
م/تسهيل مهمة

المسالة عليكم ورحمة الله وبركاته ...
يرجى تفضلكم بتسهيل مهمة طالب الدراسات العليا (مثنى جمال عبد الله شلال) ماجستير في التربية
وعلم النفس / التربية لخاصة والمقبول في كليتنا للدراسات (٢٠٢٠-٢٠٢١) وذلك لغرض اكمال
متطلبات رسالته الموسومة بـ:
(الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بانحطاط العزو لدى معلمي التربية الخاصة)
... مع الاحترام ...

أ. د. فراس سليم جياوي مزوقي
معاون العميد للشؤون العلمية
والدراسات العليا

٢٠٢٢/١/١٤

نسخة منه إلى:
- ملفه الطالب
- المصكرة

بشري //

STARS

basic@uobabylon.edu.iq

مكتب العميد ١١٨٤
المعاون العلمي ١١٨٨
المعاون الإداري ١١٨٩

وطني ٠٧٢٣٠٠٣٥٧٤٤
امنية ٠٧٩٠١٢٨٨٥٦٦

العراق - بابل - جامعة بابل
بغداد - جامعة بابل ٠٠٩٦١٧٢٣٠٠٣٥٧٤٤

www.uobabylon.edu.iq

ملحق (٢)

كتاب تسهيل المهمة من جامعة بابل / كلية الدراسات العليا

Ministry of Higher Education
and Scientific Research
University of Babylon
Faculty of Graduate Studies

جمهورية العراق



"تعليم العالي والبحث العلمي"

جامعة بابل
كلية الدراسات العليا

العلوم الانسانية

العدد: ٤١٦٤
التاريخ: ١٤/١٢/٢٠٢١

No:
Date:

الى / المدارس المشمولة بالتربية الخاصة في بغداد

م / تسهيل مهمة

تحية طيبة ...

يرجى التفضل بتسهيل مهمة طالب الدراسات العليا / الماجستير (مثنى جمال عبد الله شلال)
في اختصاص التربية الخاصة في كلية التربية الاساسية بجامعة بابل والقبول للعام الدراسي (٢٠٢٠ - ٢٠٢١) ، وذلك لغرض اكمال متطلبات بحثه .

...تفضلوا بقبول فائق التحية والاحترام...

الاستاذ الدكتور

سعد مرزّه حسين الاعرجي

معاون عميد كلية الدراسات العليا

٢٠٢١/١١/١٤



صورة منه المحرر
كلية التربية للعلوم الانسانية ... اشارة الى تأديكم على الاستشارة بتاريخ ٢٠٢١/١١/١٤ ... لتتفضل بالعلم ... مع الاحترام .
شعبة شؤون الطلبة / التعليم الاساسي مع الاوقات ... مع الاوقات ...
- الصادرة -

حسب ٢٠٢١ / ١١ / ١٤



ملحق (٣)

كتاب تسهيل المهمة من قسم الاعداد والتدريب

Republic of Iraq
 Baghdad Governorate
 No :
 Date : ١ / 2022

جمهورية العراق
 محافظة بغداد
 المديرية العامة لتربية بغداد/الكرخ
 قسم الاعداد والتدريب
 شعبة البحوث والدراسات التربوية
 العدد: ٣٨ / ٣ / ٤
 التاريخ: ٢٠٢٢ / ١ / ٤

محافظة بغداد
 مدينة السلام
 Baghdad Governorate

وزارة التربية
 الاعداد والتدريب

الى / ادارات المدارس لتربية الخاصة التابعة لمديرتنا كافة

م/ تسهيل مهمة

تحية طيبة

أشارة الى كتاب وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ جامعة بابل/ كلية التربية الاساسية
 ذي العدد (٤١٦٤) في ٢٠٢٢/١١/١٤

يرجى تسهيل مهمة طالب الماجستير (مثنى جمال عبد الله شلال) قسم التربية الخاصة ذ في
 انجاعة اعلاه لغرض اكمال بحثه الموسوم بـ (الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأنماط العزو
 لدى معلمي التربية الخاصة) عند زيارته لكم على ان لا يتعارض مع تعليمات خلية الازمة .

مع التقدير...

عني اسماعيل زاير
 مدير قسم الاعداد والتدريب
 ٢٠٢٢ / ١ / ٤

نسخة منه الى
 - مكتب السيد المدير العام المحترم للعلم... مع التقدير
 - قسم التخطيط التربوي/ شعبة الاحصاء (لتزويد الباحث بالبيانات اللازمة)
 - قسم الاعداد والتدريب /شعبة البحوث والدراسات التربوية

ملحق (٤)

كتاب تسهيل المهمة من شعبة البحوث والدراسات

بسمه تعالى

المديرية العامة للتربية
محافظة بغداد / الرصافة ٢
الشعبة : البحوث والدراسات
العدد : ٢٠٢٢ / ٥ /
التاريخ : ٢٠٢٢ / ٥ /

جمهورية العراق
وزارة التربية




إلى / إدارات المدارس المشمولة بالتربية الخاصة كافة



م / تسهيل مهمة

تحية طيبة..

أشرك في كتاب وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة بابل / كلية التربية الإسلامية ذي العدد ٤٦٦١ في ٢٠٢٢/٤/١٧ يرجى تسهيل مهمة طالب الماجستير (مثنى جمال عبد الله) جامعة بابل / كلية التربية الإسلامية لغرض اكمال متطلبات رسالته الموسومة (الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأنماط الغزو لدى معلمي التربية الخاصة) على ان لا تتحمل الادارة والطلبة اية نفقات مالية.

مع التقدير

عبد حسين ناصر الساعدي
المعاون الاداري
٢٠٢٢/٥/

نسخة من إلى

- مكتب السيد المدير العام.. للاطلاع مع التقدير
- قسم التخطيط / شعبة الاحصاء.
- البحوث والدراسات / مع الأوليات.

ملحق (٥)

أسماء السادة المحكمين واختصاصهم ومكان العمل:

ت	الاسم الثلاثي	اللقب العلمي	الجامعة والكلية	التخصص
١.	انتصار هاشم	أ.د.	جامعة بغداد / كلية التربية / ابن رشد	علم نفس التربوي
٢.	اياد هاشم محمد	أ.د.	جامعة ديالى	علم نفس التربوي
٣.	ايمان عباس الخفاف	أ.د.	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية	علم النفس التربوي
٤.	داود عبد السلام	أ.د.	جامعة بغداد / كلية التربية / ابن رشد	قياس وتقويم
٥.	سرى اسعد الجميل	أ.د.	جامعة تكريت	علم نفس التربوي
٦.	طارق هاشم الدليمي	أ.د.	جامعة تكريت	علم نفس التربوي
٧.	عباس علي شلال	أ.د.	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية	علم النفس التربوي
٨.	عبد السلام جودت الزبيدي	أ.د.	جامعة بابل / كلية التربية الاساسية	قياس وتقويم
٩.	علي حسين المعموري	أ.د.	جامعة بابل / كلية التربية	علم النفس المعرفي
١٠.	علي صكر الخزاعي	أ.د.	جامعة بابل / كلية التربية الاساسية	علم النفس النمو
١١.	عماد حسين المرشدي	أ.د.	جامعة القادسية	علم النفس التربوي
١٢.	نضال مزاحم رشيد	أ.د.	جامعة تكريت	علم نفس التربوي
١٣.	حوراء عباس كرماش	أ. م. د.	جامعة بابل / كلية التربية الاساسية	علم النفس التربوي
١٤.	حيدر طارق كاظم	أ.م. د.	جامعة بابل / كلية التربية الاساسية	علم النفس التربوي

١٥.	خالد ابو جاسم عبد	أ . م . د.	جامعة القادسية	قياس وتقويم
١٦.	زينب علي هادي	أ . م . د.	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية	علم النفس التربوي
١٧.	محمد عبد الكريم طاهر	أ . م . د.	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية	قياس وتقويم
١٨.	مدين نوري الشمري	أ . م . د.	جامعة بابل / كلية التربية الانسانية	علم النفس التربوي
١٩.	ياسمين طه ابراهيم	أ . م . د.	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية	قياس وتقويم
٢٠.	رشا ابراهيم خليل	م . د.	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية	علم نفس التربوي
٢١.	رقية هادي عبد الصاحب	م . د.	جامعة بابل / كلية التربية الانسانية	علم النفس التربوي
٢٢.	فارس هارون رشيد	م . د.	جامعة القادسية / كلية الآداب / قسم علم النفس	علم النفس العام
٢٣.	ميسون ظاهر رشاد	م . م . د.	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية	علم النفس التربوي
٢٤.	نورس شاكر هادي	م . د.	جامعة بابل / كلية التربية الاساسية	علم النفس العام
٢٥.	عقيل خليل ناصر	أ . م.	جامعة بابل / كلية التربية الاساسية	علم النفس العام
٢٦.	هند صبح رحيم	أ . م.	جامعة بغداد / كلية التربية / ابن رشد	قياس وتقويم

ملحق (٦)

مقياس الضغوط النفسية المدركة بصيغته الاولى



وزارة التعليم العالي والبحث

العلمي

جامعة بابل / كلية التربية

استبانة آراء المحكمين على مقياس الضغوط النفسية المدركة

الأستاذ الفاضل الدكتور/..... المحترم

تحية طيبة :

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم بـ (الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأنماط العزو لدى معلمي التربية الخاصة) ولغرض قياس (الضغوط النفسية المدركة) وبعد الإطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة المتعلقة بالموضوع قام الباحث ببناء مقياس مكون من (٣٠) فقرة . من اجل تحقيق هدف بحثه، علما ان الباحث قد تبني نظرية وتعريف "هانز سيلبي للضغوط النفسية المدركة". حيث عرف هانز سيلبي (١٩٧٨ Selye) الضغوط النفسية المدركة على انها الاستجابة غير المحددة للجسم للتهديد الذي يتعرض له ، فهي تسبب الضغوط عندما تستمر لوقت طويل (الدراجي ٢٠٠٧:١٧)،

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية عالية في مجال علم النفس والقياس النفسي يتوجه الباحث إليكم للاستعانة بأرائكم ومقترحاتكم السديدة حول :

- ♦ صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس لما وضعت من أجله .
- ♦ صلاحية كل فقرة مع المجال الذي تنتمي إليه .
- ♦ صلاحية بدائل الإجابة على فقرات المقياس . علماً أن الباحث قد حدد خمس بدائل للإجابة هي (ابدأ ، نادراً، احياناً، غالباً ، دائماً) ، وتعطي الاوزان الاتية (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥) .

الباحث
مثنى جمال عبدالله

أشرف
أ.م. د نغم عبد الرضا عبد الحسين

ت	الفقرة	غير صالحة	صالحة	التعديل المقترح
١	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالضيق والاحباط لأي شيء حدث بشكل غير متوقع ؟			
٢	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بأنك لا تستطيع السيطرة على الامور الهامة في حياتك ؟			
٣	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالعصبية والتوتر والضغط مع التلاميذ ؟			
٤	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بأنك واثق من قدرتك في التعامل مع مشاكلك الشخصية ؟			
٥	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالتعب والارهاق من جراء عملك مع الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ؟			
٦	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت ان الامور كانت تسير معك على ما يرام ؟			
٧	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بعجزك في التعامل مع التغيرات الطارئة في حياتك ؟			
٨	خلال الشهر الماضي ، كم وجدت انك لا تستطيع ان تتعامل مع كل الاشياء التي كان عليك القيام بها ؟			
٩	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت ان ميدان العمل في مجال التربية الخاصة صعب ومرهق ؟			
١٠	خلال الشهر الماضي ، كم تمكنت من السيطرة على انفعالاتك في حياتك ؟			
١١	خلال الشهر الماضي ، كم غضبت لان الاشياء كانت خارج سيطرتك ؟			
١٢	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالصعوبات تتراكم ، بحيث لم تستطع ان تتغلب عليها ؟			
١٣	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بأن هنالك امور ومعوقات تفوق قدرتك على تحملها اثناء العمل ؟			
١٤	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بانك كنت متحمكا بزمم الامور			

١٥	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالانزعاج من التعامل السيء من قبل بعض الزملاء في العمل ؟		
١٦	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بانك مقصر في عملك ؟		
١٧	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بأن مشاكل العمل ترافقك في حياتك الخاصة والعامة ؟		
١٨	خلال الشهر الماضي ، كم غضبت لحدوث اخطاء اثناء العمل ؟		
١٩	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالانزعاج من المشاكل التي ترافق عملك ؟		
٢٠	خلال الشهر الماضي ، كم عانيت من عدم وجود طريقة لقضاء اوقاتك خارج العمل ؟		
٢١	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت ان طبيعة عملك تؤثر على حياتك العائلية ؟		
٢٢	خلال الشهر الماضي ، كم وجدت نفسك عاجزا عن حل مشكلاتك العائلية ؟		
٢٣	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت ان ظروفك المادية والاقتصادية ليست جيدة ؟		
٢٤	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بضعف قدرتك على التواصل مع الآخرين ؟		
٢٥	خلال الشهر الماضي ، كم عانيت من اسلوب الادارة التسلطي في المدرسة ؟		
٢٦	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالضيق لتحمل اعباء اعالة اسرتك ؟		
٢٧	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالملل من الروتين الذي تسير وفقه حياتك ؟		
٢٨	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بقلّة فرص التقدم والتطور المتاحة في مهنتك ؟		
٢٩	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بأنك تعاملت بفاعلية مع التغييرات المهمة التي حدثت في حياتك ؟		
٣٠	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بان الاشياء تحدث وتسير بعكس ما تريد ؟		

ملحق (٧)

مقياس الضغوط النفسية المدركة بصيغته النهائية



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة بابل / كلية التربية الاساسية.
قسم الدراسات العليا – الماجستير
قسم التربية الخاصة

م/ مقياس الضغوط النفسية المدركة بصيغته النهائية

زميلي المعلم زميلتي المعلمة.

تحية طيبة :

بين يديك مجموعة من الفقرات تعبر عن ارائك اثناء ادائك ازاء بعض المواقف التربوية قد تنطبق عليك او لا تنطبق ،يرجى قراءة جميع الفقرات المرفقة طيا بدقة، والإجابة عنها باختيار البديل الذي تراه مناسباً والذي يمثل اختياركولا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئةوان لا تترك اي فقرة دون اجابة.....علما ان هذه الاجابات ستكون لغرض البحث العلمي .

شكري وامتناني لتعاونكم معي

مثال :-

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	احياناً	نادراً	ابداً
١	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالضيق والاحباط لأي شيء حدث بشكل غير متوقع ؟				√	

الجنس

- ذكر
- انثى

الباحث

مثنى جمال عبد الله

ت	الفقرة	دائما	غالبا	احيانا	نادرا	ابدأ
١	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالضيق والاحباط لأي شيء حدث بشكل غير متوقع ؟					
٢	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بأنك لا تستطيع السيطرة على الامور الهامة في حياتك ؟					
٣	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالعصبية والتوتر والضغط مع التلاميذ ؟					
٤	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بأنك واثق من قدرتك في التعامل مع مشاكلك الشخصية ؟					
٥	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالتعب والارهاق من جراء عملك مع الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ؟					
٦	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت ان الامور كانت تسير معك على ما يرام ؟					
٧	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بعجزك في التعامل مع التغيرات الطارئة في حياتك ؟					
٨	خلال الشهر الماضي ، كم وجدت انك لا تستطيع ان تتعامل مع كل الاشياء التي كان عليك القيام بها ؟					
٩	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت ان ميدان العمل في مجال التربية الخاصة صعب ومرهق ؟					
١٠	خلال الشهر الماضي ، كم تمكنت من السيطرة على انفعالاتك في حياتك ؟					
١١	خلال الشهر الماضي ، كم غضبت لان الاشياء كانت خارج سيطرتك ؟					
١٢	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالصعوبات تتراكم ، بحيث لم تستطع ان تتغلب عليها ؟					
١٣	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بأن هنالك امور ومعوقات تفوق قدرتك على تحملها اثناء العمل ؟					
١٤	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بانك كنت متحكما بزمام الامور					

					١٥	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالانزعاج من التعامل السيء من قبل بعض الزملاء في العمل ؟
					١٦	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بانك مقصر في عملك ؟
					١٧	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بأن مشاكل العمل ترافقك في حياتك الخاصة والعامة ؟
					١٨	خلال الشهر الماضي ، كم غضبت لحدوث اخطاء اثناء العمل ؟
					١٩	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالانزعاج من المشاكل التي ترافق عملك ؟
					٢٠	خلال الشهر الماضي ، كم عانيت من عدم وجود طريقة لقضاء اوقاتك خارج العمل ؟
					٢١	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت ان طبيعة عملك تؤثر على حياتك العائلية ؟
					٢٢	خلال الشهر الماضي ، كم وجدت نفسك عاجزا عن حل مشكلاتك العائلية ؟
					٢٣	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت ان ظروفك المادية والاقتصادية ليست جيدة ؟
					٢٤	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بضعف قدرتك على التواصل مع الآخرين ؟
					٢٥	خلال الشهر الماضي ، كم عانيت من اسلوب الادارة التسلطي في المدرسة ؟
					٢٦	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالضيق لتحمل اعباء اعالة اسرتك ؟
					٢٧	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بالملل من الروتين الذي تسير وفقه حياتك ؟
					٢٨	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بقلّة فرص التقدم والتطور المتاحة في مهنتك ؟
					٢٩	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بأنك تعاملت بفاعلية مع التغييرات المهمة التي حدثت في حياتك ؟
					٣٠	خلال الشهر الماضي ، كم شعرت بان الاشياء تحدث وتسير بعكس ما تريد ؟

ملحق رقم (٨)

مقياس انماط العزو السببي بصيغته الاولى



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة بابل / كلية التربية الاساسية
ماجستير / تربية خاصة

استبانة آراء المحكمين على مقياس انماط العزو السببي

الأستاذ الفاضل الدكتور/..... المحترم

تحية طيبة :

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم بـ (الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأنماط العزو لدى معلمي التربية الخاصة) ولغرض قياس (انماط العزو السببي) وبعد الإطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة المتعلقة بالموضوع قام الباحث ببناء مقياس (انماط العزو السببي) حيث تبني الباحث (نظرية هايدر Fritz Heider) في العزو السببي ، وتبني الباحث تعريف (هايدر Heider 1958) والذي عرف العزو السببي على انه: عملية معرفية ترتبط بأدراك الفرد وأحكامه عن سلوكه وسلوك الآخرين بالاعتماد على خصائص الموقف او خصائص الفرد(خلاف، ٢٠١٩: ٤٧).

ومن اجل تحقيق اهداف بحثه، تكون المقياس من بعدين هما ،١- العزو الداخلي للفشل او النجاح ويتكون من (٢٠) فقرة ،٢- العزو الخارجي للفشل او النجاح ويتكون من (٢٠) فقرة.

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية عالية في مجال علم النفس والقياس النفسي يتوجه الباحث إليكم للاستعانة بآرائكم ومقترحاتكم السديدة حول :

- ♦ صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس لما وضعت من أجله .
- ♦ صلاحية كل فقرة مع المجال الذي تنتمي إليه .
- ♦ صلاحية بدائل الإجابة على فقرات المقياس .

علماً بأن تدريج المقياس من نوع ليكرت وبخمس أوزان للبدائل (دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، ابداً) ، وتعطي الأوزان الاتية (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥) .

مع خالص الشكر والتقدير

أشرف

د.نغم عبد الرضا عبد الحسين

الباحث

مثنى جمال عبدالله

البعد الاول / العزو الداخلي للفشل او النجاح : وهنا يعزو الافراد الاحداث الى اشياء داخلية وعوامل تتعلق بأنفسهم ، ويعتقدون ان الأداء الجيد انما هو نتيجة جهدهم الشاق ، اما الاداء المتدني فهو نتيجة عدم القدرة . (خلاف ، ٢٠١٩ : ٥٢)

ت	الفقرة	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
١	اخفاقي في بعض الأعمال يعود الى عدم التمكن من السيطرة على انفعالاتي			
٢	غير مرتاح في عملي بسبب شعوري ان مهنتي من اقل المهن من حيث ال المردود المادي			
٣	اشعر بالأعباء لأقل جهد ابذله وذلك بسبب سوء حالتي الصحية			
٤	عدم انجازي لبعض الاعمال في المدرسة يعود الى عدم قدرتي على انجازها			
٥	تسيء الادارة التعامل معي لعصبيتي وتقلب مزاجي			
٦	لا احب تخصصي كونه لا يتناسب مع رغباتي وقدراتي			
٧	افقد الكثير من العلاقات في العمل بسبب كوني سريع الغضب ولأبسط الأمور			
٨	اشعر بالاحباط عند فشلي في تحقيق النجاح الذي ارغب فيه			
٩	اكره الذهاب الى العمل بسبب شعوري بالروتين والملل			
١٠	اجد صعوبة في مواجهة المشكلات بسبب ضعف قدرتي على اتخاذ القرار			
١١	السبب في نجاحي هو ثقتي بنفسي			

١٢	حصولي على كتاب شكر او مكافآت معنوية يعود للجهد الذي ابذله في عملي			
١٣	اوجه النقد الى ذاتي باستمرار بسبب شعوري بالتقصير في عملي			
١٤	يحبني تلاميذي بسبب تعاملتي الجيد والأبوي معهم			
١٥	استنفذ كل طاقاتي في المدرسة وذلك للشعور بالرضا والظهور بنتيجة جيدة			
١٦	افرح كثيرا عندما اجني ثمار تعبتي مع تلاميذي			
١٧	اشعر بالفخر لنجاحي في عملي رغم ما واجهه من صعوبات			
١٨	حبي لأطفال التربية الخاصة يشعروني بالرضا عن نفسي			
١٩	ادائي الجيد في الصف يحقق لي النجاح			
٢٠	استطيع اجتياز الصعوبات التي تواجهني والتي تحول دون نجاحي اذا بذلت جهدا كافيا لذلك			

البعد الثاني / العزو الخارجي للفشل والنجاح : احيانا يعزو الافراد الاحداث الى اشياء خارجية وعوامل تتعلق بالآخرين،

ويفسرون حصولهم على نتائج ايجابية على انه نوع من الحظ (خلاف، ٢٠١٩: ص٥٣).

ت	الفقرة	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
١	العقبات التي أواجهها في عملي هي بسبب عدم اكتراث الادارة بقدراتي			
٢	محدودية فرص التدرج الوظيفي والترقي في المدرسة بسبب التعليمات الوزارية الخاصة بذلك			

			٣	انا لا ازج نفسي بأعمال اضافية في المدرسة لأن الجهد الذي ابذله لا يجد تقديرا لدى الادارة
			٤	الاحفاق المتكرر في بعض الاعمال الموكلة الي يجعلني اعتقد انني شخص غير محظوظ
			٥	قلة وسائل التربية الخاصة بسبب قلة الاعتمادات المالية اللازمة لذلك
			٦	لا استطيع اكمال متطلبات عملي بسبب ان الوقت المتاح لي غير كاف
			٧	سوء معاملة الادارة لي يجعلني مقصرا في عملي
			٨	اشعر ان مهنتي شاقة وذلك بسبب كثرة المتطلبات
			٩	اشعر بالملل بسبب روتين العمل
			١٠	عدم القدرة على التوفيق بين متطلبات العمل ومتطلبات العائلة يشعرني بالتوتر
			١١	اشعر بالنقص المادي وذلك لان مرتبي لا يتناسب مع حجم العمل الذي اقوم به
			١٢	اشعر بالاحباط بسبب عدم شعور اولياء امور التلامذة بأهمية عمل معلم/ة التربية الخاصة
			١٣	انزعج كثيرا بسبب تأثير العلاقات الشخصية على عملي
			١٤	تفاعل التلاميذ معي وفهمهم للدرس هو سبب في سعادتي
			١٥	يعتمد نجاحي في بعض الاحيان على الحظ
			١٦	اتفاعل بسبب اهتمام المسؤولين بي

			اشعر بالسعادة عند تواصل اولياء الأمور معي لمساعدة طفلهم	١٧
			عملي مع ذوي الاحتياجات الخاصة مدعاة فخر لي لأنني اراهم	١٨
			التقدم في العمل قد يكون سببه توجيهات المشرف التربوي لي	١٩
			انجح في عملي بسبب تشجيع اسرتي لي	٢٠

ملحق (٩)

مقياس انماط الغزو بصيغته النهائية



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة بابل / كلية التربية الاساسية.
قسم الدراسات العليا – الماجستير
قسم التربية الخاصة

م/ مقياس انماط الغزو بصيغته النهائية

زميلي المعلم زميلتي المعلمة.

تحية طيبة :

بين يديك مجموعة من الفقرات تعبر عن ارائك اثناء ادائك ازاء بعض المواقف التربوية قد تنطبق عليك او لا تنطبق ،يرجى قراءة جميع الفقرات المرفقة طيا بدقة، والإجابة عنها باختيار البديل الذي تراه مناسباً والذي يمثل اختياركولا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئةوان لا تترك اي فقرة دون اجابة.....علما ان هذه الاجابات ستكون لغرض البحث العلمي .

شكري وامتناني لتعاونكم معي

مثال :-

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	احياناً	نادراً	أبداً
١	اكره الذهاب الى العمل بسبب شعوري بالروتين والملل				√	

الجنس

- ذكر
- انثى

الباحث

مثنى جمال عبد الله

ت	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١	اخفاقي في بعض الأعمال يعود الى عدم التمكن من السيطرة على انفعالاتي					
٢	غير مرتاح في عملي بسبب شعوري ان مهنتي من اقل المهن من حيث ال مردود المادي					
٣	اشعر بالأعباء لأقل جهد ابذله وذلك بسبب سوء حالتي الصحية					
٤	عدم انجازي لبعض الاعمال في المدرسة يعود الى عدم قدرتي على انجازها					
٥	تسيء الادارة التعامل معي لعصبيتي وتقلب مزاجي					
٦	لا احب تخصصي كونه لا يتناسب مع رغباتي وقدراتي					
٧	افقد الكثير من العلاقات في العمل بسبب كوني سريع الغضب ولأبسط الأمور					
٨	اشعر بالاحباط عند فشلي في تحقيق النجاح الذي ارغب فيه					
٩	اكره الذهاب الى العمل بسبب شعوري بالروتين والملل					
١٠	اجد صعوبة في مواجهة المشكلات بسبب ضعف قدرتي على اتخاذ القرار					
١١	السبب في نجاحي هو ثقتي بنفسي					

١٢	حصولي على كتاب شكر او مكافآت معنوية يعود للجهد الذي ابذله في عملي				
١٣	اوجه النقد الى ذاتي باستمرار بسبب شعوري بالتقصير في عملي				
١٤	يحبني تلاميذي بسبب تعاملتي الجيد والأبوي معهم				
١٥	استنفذ كل طاقاتي في المدرسة وذلك للشعور بالرضا والظهور بنتيجة جيدة				
١٦	افرح كثيرا عندما اجني ثمار تعبي مع تلاميذي				
١٧	اشعر بالفخر لنجاحي في عملي رغم ما واجهه من صعوبات				
١٨	حبي لأطفال التربية الخاصة يشعني بالرضا عن نفسي				
١٩	ادائي الجيد في الصف يحقق لي النجاح				
٢٠	استطيع اجتياز الصعوبات التي تواجهني والتي تحول دون نجاحي اذا بذلت جهدا كافيا لذلك				
٢١	العقبات التي أواجهها في عملي هي بسبب عدم اكتراث الادارة بقدراتي				
٢٢	محدودية فرص التدرج الوظيفي والترقي في المدرسة بسبب التعليمات الوزارية الخاصة بذلك				
٢٣	انا لا ازج نفسي بأعمال اضافية في المدرسة لأن الجهد الذي ابذله لا يجد تقديرا لدى الادارة				
٢٤	الاخفاق المتكرر في بعض الاعمال الموكلة الي يجعلني اعتقد انني شخص غير محظوظ				
٢٥	قلة وسائل التربية الخاصة بسبب قلة الاعتمادات المالية اللازمة لذلك				
٢٦	لا استطيع اكمال متطلبات عملي بسبب ان الوقت المتاح لي غير كاف				

٢٧	سوء معاملة الادارة لي يجعلني مقصرا في عملي				
٢٨	اشعر ان مهنتي شاقة وذلك بسبب كثرة المتطلبات				
٢٩	اشعر بالملل بسبب روتين العمل				
٣٠	عدم القدرة على التوفيق بين متطلبات العمل ومتطلبات العائلة يشعري بالتوتر				
٣١	اشعر بالنقص المادي وذلك لان مرتبي لا يتناسب مع حجم العمل الذي اقوم به				
٣٢	اشعر بالاحباط بسبب عدم شعور اولياء امور التلامذة بأهمية عمل معلم/ة التربية الخاصة				
٣٣	انزعج كثيرا بسبب تأثير العلاقات الشخصية على عملي				
٣٤	تفاعل التلاميذ معي وفهمهم للدرس هو سبب في سعادتي				
٣٥	يعتمد نجاحي في بعض الاحيان على الحظ				
٣٦	اتفاعل بسبب اهتمام المسؤولين بي				
٣٧	اشعر بالسعادة عند تواصل اولياء الأمور معي لمساعدة طفلهم				
٣٨	عملي مع ذوي الاحتياجات الخاصة مدعاة فخر لي لأنني اراهم				
٣٩	التقدم في العمل قد يكون سببه توجيهات المشرف التربوي لي				
٤٠	انجح في عملي بسبب تشجيع اسرتي لي				

Summary of the research

The current research aims to know (perceived psychological stress and its relationship to attribution patterns among special education teachers).

The researcher used the descriptive correlative approach, because it is the most appropriate in conducting the current research, as the research community consisted of special education teachers who are present in primary schools with special classes in the directorates of education in Baghdad governorate for the year (2021–2022), as their number reached (378) teachers and by (106) A teacher and (272) female teachers, so a sample of (227) teachers of special education teachers were selected, distributed by (64) teachers and (163) female teachers, they were chosen randomly and according to the percentage and by (60%) of the total community To search, the researcher built the following two search tools:

1. Scale (perceived psychological stress), as the scale consists of (30) items, and the psychometric characteristics of validity and stability were extracted for it.
2. Scale (attribution patterns), as the scale consists of (40) items and extracted the psychometric properties of validity and stability for it.

Where the apparent validity and construction validity of the search tools were verified, while the stability was verified through the alpha–Cronbach equation, and after verifying the validity and reliability of the search tools, it was applied to the research sample, as the data were collected and processed statistically using the statistical bag (SPSS) and coefficient equations. Pearson's correlation, chi–square test, mean and standard deviation, t–test for

one independent sample, t-test for two independent samples and two-way analysis of variance.

The results were obtained, including:

1. That the teachers of special education have a level of perceived psychological stress. This result was inferred by comparing the arithmetic mean of (96,84) with the hypothetical mean of (90), as this result came in favor of the arithmetic mean, and this indicates the presence of perceived psychological stress in the research sample.

2. There are no statistically significant differences in the perceived psychological stress according to the gender variable (male – female), and this result was inferred by comparing the calculated value of (1,005) which is smaller than the tabular value of (1.96) at the level of statistical significance (0.05) and a degree of freedom (225), which indicates that there are no statistically significant differences.

3. There is a statistically significant correlation between perceived psychological stress and total attribution patterns. The type of relationship is direct. This result was inferred by comparing the value of the Pearson correlation coefficient (0.829) with the tabular value of (0.13) at the significance level (0.05) and the degree of freedom (225), which indicates that the relationship is soft and positive.

In light of these results, a number of recommendations were made, including:

1.Introducing special education teachers in training courses on how to deal with perceived psychological stress in preparation and training centers in the education directorates.

2.Rehabilitating the special education classes in primary schools and providing all the necessary supplies that the teacher needs in education in order to reduce pressures.

The researcher also suggested a set of suggestions, including:

1. Conducting a study under the title (perceived psychological stress and its relationship to excessive self-confidence among families of autistic children).

2.Conducting a study under the title (patterns of invasion according to the creative personality traits of special education teachers).

Republic of Iraq

Ministry Of Higher Education & Scientific Research

University of Babylon

College of Basic Education

Department of Special Education



Perceived psychological stress and its relationship to attribution patterns among special education teachers

Submitted to the
College of Basics Education University
Babylon in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Degree of Master in Special Education

By
Muthanna Jamal Abdullah

Supervised by
Prof
Nagham Abdel Reda Abdel Hussein

2022

1444

