جامعة الشهيد حمه لخضر – بالوادي –
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم العلوم الاجتماعية
شعبة علوم تربية

علاقة الضغوط النفسية بالتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا

دراسة ميدانية بولاية الوادي

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية

تخصص: تربية خاصة

إعداد الطالبة:
✓ إيمان بوضبية

إشراف الأستاذة :
د. ليلى خنيش

السنــة الجامعية :2018/2017م

شكر وعرفان

بعد الحمد لله وشكره جلّ وعلا

نتقدم بجزيل الشكر وعظيم الامتنان إلى أستاذتي

الفاضلة خنيش ليلى

التي تفضلة بالإشراف على هذا البحث، حيث قدمة

لي كل النصح والإرشاد طيلة فترة الإعداد فلها مني كل الشكر

والتقدير .

كما نتقدم بجزيل الشكر لأعضاء لجنة المناقشة على قبولهم

ومراجعة هذا العمل وتصويبه .

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الى الكشف عن الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا وعلاقتها بالتحصيل الدراسي وذلك من خلال طرح التساؤلات التالية:

هل هناك علاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا وفق متغير الجنس(ذكر، انثى)؟

هل هناك علاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا وفق متغير المستوى الدراسي (ابتدائي، متوسط، ثانوي، جامعي)؟

ولقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، وتم استخدام الأداة لجمع البيانات المتمثلة في استبيان الضغوط النفسية، والذي وزع على عينة استطلاعية مكونة من (30) فردا والدراسة الاساسية مكونة من (33) فردا من تلاميذ وطلاب من مستوى ابتدائي ومتوسط وثانوي وجامعي بولاية الوادى، وقد تم استخدام الاساليب الاحصائية في حساب النتائج هو معامل الارتباط بيرسون واختبار Ttest واختبار انوفا وبعد تطبيق المقياس تم التوصل الى النتائج التالية:

- لا توجد علاقة بين الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا والتحصيل الدراسي
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير الجنس
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

Summary:

The aim of the study was to uncover the psychological pressures of the visually impaired and their relation to the educational achievement by asking the following questions:

Is there a relationship between the psychological pressure and educational achievement of the visually impaired according to the variable sex (male, female)?

Is there a relationship between the psychological pressure and the academic achievement of the visually impaired according to the variable level of study (primary, intermediate, secondary, university)?

The study was based on a descriptive descriptive approach. The tool was used to collect data from the psychological stress questionnaire, which was distributed to a sample of 30 individuals and the basic study consisting of 33 students from elementary, intermediate, secondary and university level in the wadi state, The statistical methods used in the calculation of the results were Pearson correlation coefficient, Ttest test and ANOVA test and after applying the scale the following results were obtained:

- There is no relationship between the psychological pressure of the visually impaired and academic achievement

- There are no statistically significant differences in the psychological pressures of the visually impaired due to the gender variable

- There are no statistically significant differences in the psychological pressures of the visually impaired due to the variable of the academic level.

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

الموضوع	الصفحة
الشكر والعرفان	
ملخص بالغة العربية	
ملخص بالغة الاجنبية	
فهرس المحتويات	ب
فهرس الجداول والاشكال	و
مقدمة	**ي**
الإشكالية	**10**
الفرضيات	**11**
اهداف الدراسة	**11**
اهمية الدراسة	**12**
التعريفات الاجرائية	**12**
الدراسات السابقة	**13**
الفصل الاول **الضغوط النفسية**	
تمهيد	18
1. تطور مفهوم الضغط النفسي	19
2. تعريف الضغوط النفسية	19
3. المصادر والعوامل المسببة للضغوط النفسية	20
4. مكونات الضغوط النفسية	21
5. انواع الضغوط النفسية	22
6. نظريات الضغوط النفسية	23
7. آثار الضغوط النفسية	27
8. اساليب مواجهة الضغوط النفسية	29
9. قياس الضغوط النفسية	30

خلاصة الفصل	31
الفصل الثاني **الاعاقة البصرية**	
تمهيد	33
1.الجهاز البصري.	34
2.مفهوم الاعاقة البصرية	35
3.اسباب الاعاقة البصرية	38
4.مظاهر الاعاقة البصرية وانواعها	39
5.خصائص الاعاقة البصرية	41
6.تصنيف الاعاقة البصرية وآثارها على الطفل	44
7.المشاكل التي يواجهها المعوق بصريا والعوامل المؤثرة في شخصيته	46
8.القياس والتشخيص المعاقين بصريا وكيفية الوقاية من الإعاقة.	47
9.اهم الادوات والوسائل المعينة التي يستخدمها المعاقين بصريا	49
خلاصة الفصل	51
الفصل الثالث التحصيل الدراسي	
تمهيد	53
1. تعريف التحصيل الدراسي	54
2. اهمية التحصيل الدراسي	55
3. اهداف التحصيل الدراسي	56
4. انواع التحصيل الدراسي	56
5. خصائص التحصيل الدراسي	57
6. مبادئ التحصيل الدراسي	57
7. آلية التحصيل الدراسي	60
8. شروط التحصيل الدراسي	61
9. العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي	62

خلاصة الفصل	65
الفصل الرابع **الاجراءات المنهجية لدراسة**	
1. المنهج	67
2. الدراسة الاستطلاعية	67
1.2. اهداف الدراسة	68
2.2. اجراءات الدراسة	67
3.2. مجالات الدراسة	68
4.2. ادوات جمع البيانات	68
5.2. الخصائص السيكو مترية لأدوات البحث	68
3. الدراسة الاساسية	71
1.3. مجتمع الدراسة وخصائصه	71
2.3. عينة الدراسة وادوات جمع البيانات	72
3.3. الاساليب الاحصائية المستخدمة	72
الفصل الخامس: **عرض وتحليل النتائج**	
تمهيد	74
1. عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة وتفسيرها	75
2. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الاولى وتفسيرها	76
3. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية وتفسيرها	78
4. التوصيات واقتراحات	81
خلاصة الفصل	82
قائمة المراجع	84
الملاحق	

فهرس الجداول والاشكال

فهرس الجداول :

الرقم	عنـوان الجـــدول	الصفحة
1	نتائج الثبات (لفاكرمباح) لقياس الضغوط النفسية	69
2	عملية التحكيم لقياس الضغوط	70
3	الصدق التمييزي لاستبيان الضغوط النفسية	71
4	يوضح مجتمع الدراسة مع النسب المئوية	71
5	بدائل مقياس الضغوط النفسية	72
6	نتائج العلاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي	76
7	يوضح اختبار Ttest الفروق في الضغوط النفسية لدى متغير الجنس	78
8	يوضح اختبار انوفا الفروق في الضغوط النفسية لدى متغير المستوى الدراسي	79

فهرس الاشكال:

الرقم	عنوان الاشكال	الصفحة
1	التخطيط العام لنظرية سيلي	25

مقدمة

مقدمة:

تمثل الضغوط التي يتعرض لها الانسان في العصر الحديث ظاهرة جديرة بالاهتمام والدراسة لما لها من تأثير على كثير من جوانب حياة الفرد والمجتمع، ورغم تعدد مصادر الضغوط وتنوعها تبقى إصابة أحد أفراد الاسرة بأحد الامراض من العوامل النفسية التي تؤثر سلبا على بقية افراد الاسرة. (سميرة، 2013: 1)

ومفهوم الضغوط النفسية الذي شاع استخدامه في علم النفس والطب النفسي، تمت استعارته أصلا من الدراسات الهندسية والفيزيائية. (الصديق، 2010: 1)

وتؤثر هذه الضغوط بشكل عام على الجوانب الاجتماعية، والاقتصادية، والسلوكية، والعاطفية، والانفعالية، وقد تؤثر هذه الضغوط على مستقبله الدراسي، او العملي، وقد وتكون ايضا متفاوتة من شخص لأخر، كون يواجه المعاقين الكثير من الضغوطات النفسية خلال محاولتهم التكيف او التعايش مع الاعاقة والتي يفرض على الاسرة والمجتمع تقديم الخدمات النفسية والاجتماعية، والتربوية والتأهيلية.

تؤثر الضغوط النفسية بصفة عامة على كل فرد مهما كان مستواه او حالته الصحية كونها تأثر على جوانب هامة في حياته العلمية والعملية كما اردنا في دراستنا هذه الاثارة الى مدى تأثير الضغوط النفسية على فئة مهمة في المجتمع تتمثل في فئة المعاقين بصريا.

وتعتبر الضغوط النفسية من اكثر المشكلات التي يعاني منها المعاقين بصفة عامة والمعاقين بصريا بصفة خاصة، حيث ان الطفل في سن السابعة تقريبا يدرك بأنه مختلف عنن المبصرين وان هناك اشياء لا يستطيع أن يفعلها وقد تولد عنده الاحساس بعدم الراحة والقصور الذي يعاني منه في مواقف كثيرة والحرمان البصري الذي يحسه ويشعره بالقلق والتوتر وقد يأثر عليه وعلى تحصيله الدراسي والتي تكون ناتج عن هذا الضغط النفسي الذي يعاني منه، وتم التطرق في هذه الدراسة الى عدة فصول موجزا الى جانبيين، الجانب النظري والجانب التطبيقي، بحيث يتألف الجانب النظري من اربعة فصول.

الفصل الاول تم فيه تحديد الاشكالية وفرضيات الدراسة، واهميتها واهدافها، التعريف بمصطلحات الدراسة، الدراسات السابقة للدراسة.

اما الفصل الثاني بعنوان الضغوط النفسية والذي تم التطرق فيه الى تعريفها ومصادرها وانواعها واثارها واساليب مواجهتها.

اما الفصل الثالث بعنوان الاعاقة البصرية والذي تم التطرق فيه الى مفهوم الاعاقة البصرية واسبابها ومظاهرها و المشاكل الي يواجهها المعاق بصريا.

اما الفصل الرابع بعنوان التحصيل الدراسي والذي تم التطرق فيه الى تعريف التحصيل الدراسي واهميتها وانواعها ومبادئه وشروطه.

اما الجانب التطبيقي فيتكون من فصلين، الفصل الخامس الذي يتضمن الاجراءات المنهجية لدراسة، والفصل السادس فيتضمن عرض وتحليل النتائج.

إشكالية الدراسة

1.الاشكالية:

يعتبر الانسان منذ ولادته صفحة بيضاء على وجه الارض يترعرع فيها عن طريق البيئة الاجتماعية التي بدورها تغير مجرى حياته سلبا او ايجابا، وذلك سواء ان كان شخص عادي او من ذوي الاحتياجات الخاصة، فالشخص العادي يستطيع العيش والتعلم ومزاولة حياته بصفة عادية فهو بهذه الصفات الذي خلقه الله به عز وجل، اما الاشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة فهم يستطيعون العيش ومزاولة حياتهم بطريقة خاصة عن الافراد العاديين تختلف باختلاف العاهات او الاعاقات التي يخلق بها الفرد او يصاب بها الانسان في حياته، ومن بين هذه الاعاقات الاعاقة البصرية والتي تعتبر فقدان الانسان لحاسة البصر وتعتبر هذه الحاسة المتّولية لعملية التنسيق وتنظيم الانطباعات والمعلومات الاولية، التي يتم استقبالها عن طريق الحواس الاخرى، الا ان هذه الاعاقة قد يراها بعض افراد المجتمع بأنها مشكلة مما تسوء معاملتهم اتجاه المعاقين، وبهذا تؤدي بدورها الى الحد من قدرتهم على تحقيق قدر من التوافق والانسجام سواء مع ذاتهم او مع بيئتهم وقد تتولد لديهم ضغوطات نفسية كون هذه الفئة حساسة نوعا ما. (خضير:2013، 6)

ان كف البصر يؤدي الى قصور الاتصال للمكفوف مع محيطه وبالتالي يحتاج الى رعاية خاصة، فإعاقتهم قد تتسبب لهم في مشاكل في حياتهم وقد تولد لديهم ضغوط نفسية فتعيقم على تعليمهم مثلا فهي يمكن ان تؤدي الى تدني تحصيلهم الدراسي، ولذا قد انصب محور تركيز في هذه الدراسة على الضغوط النفسية الذي تواجه المعاقين بصريا ومدى تأثيرها على التحصيل الدراسي لديهم، املا في جذب انظار الباحثين والدارسين للتركيز على الجانب النفسي والضغط الذي يتولد لدى هذه الفئة وتخفيفها، لتلبية احتياجاتهم.

ولقد اصبحت في السنوات الاخيرة تداول دراسة المعاقين والمشكلات الخاصة بهم بصفة عامة، مع الأخذ بعين الاعتبار لطبيعة كل اعاقة. والاهتمام بمدى الضغوطات التي يعانون منها ومدى تأثيرها على تحصيلهم الدراسي.

ومن خلال هذه الدراسة نحاول معرفة الضغوط النفسية التي تتشكل لدى الفرد المعاق بصريا وخاصتا المتمدرسين وكيف تأثر هذه الضغوط على التحصيل الدراسي لديهم وانطلاقا من المعطيات يتم طرح التساؤلات الاتية:

- هل هناك علاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا وفق متغير الجنس(ذكر، انثى)؟
- هل هناك علاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا وفق متغير المستوى الدراسي (ابتدائي، متوسط، ثانوي، جامعي)

2. الفرضيات:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير الجنس
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير مستوى الدراسي

3.اهداف الدراسة:

يعد الهدف الرئيسي للدراسة هو:

– التعرف على مدى العلاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا.

– تهدف الدراسة الى معرفة على ان هناك علاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا

– تهدف الدراسة الى معرفة على ان هناك فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير الجنس

– تهدف الدراسة الى معرفة على ان هناك فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير مستوى الدراسي

4.اهمية الدراسة: تظهر لنا اهمية الدراسة في.

– الواقع الذي يعيش فيه المعاق بصريا المتمدرس ومدى العلاقة بين الضغوط النفسية وبين التحصيل الدراسي.

– تعد اهمية الدراسة في التطور العام لمفهوم الاعاقة البصرية ومدى دراسة اهميته من ناحية الضغوط التي تواجه المعاقين بصريا.

5.التعريفات الاجرائية:

الضغوط النفسية: هي استجابة الفرد لعوامل داخلية او خارجية سواء ان كانت نفسية او جسدية مما تهدد على حبياتهم وتولد لديهم الاحساس بالقلق والتوتر والضيق والانقباض عند زيادة هذه الضغوط قد يفقد الفرد قدرته على الاتزان مما يلجئ الى تغيير سلوكه عما كان عليه.

الاعاقة البصرية: هي الشخص الذي فقد بصره بشكل كلي او جزئي وهو الذي يستخدم حواسه الاخرة لتغطية حاسة البصر في عملية تعلمه، والذين يزاولون دراستهم في المرحلة الابتدائية والمتوسطة والجامعية.

التحصيل الدراسي: وهي النتائج الذي يتم التحصيل عنها بالاختبارات أخر السنة الدراسية.

6.الدراسات السابقة:

1.5. دراسات الضغوط النفسية:

دراسة عبد السلام العميري 2005 بعنوان الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى طلاب سبها بالجماهيرية العربية الليبية الشعبية الاشتراكية.

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات. تكونت عينة الدراسة من288طالبا وطالبة من طلاب الجامعة واستخدمت الباحثة مقياس الضغوط النفسية ومقياس نفسي لمفهوم الذات. حيث كانت أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات

- دراسة محمد يوسف 1999 بعنوان الضغوط النفسية لدى المعلمين وحاجتهم الارشادية

وتهدف الى تحديد اهم الضغوط النفسية التي تعرض لها المعلم والتعرف على الفروق بين المعلمين والمعلمات في شعورهم بالضغوط النفسية ورتبتها لديهم. وكذلك التعرف عن الحاجات الارشادية للمعلمين وباستخدام الاداة على عينة بلغت 189معلما ومعلمة ثم اختبارهم بصورة عشوائية موزعين حسب الجنس والمرحلة الدراسية وقد توصل الباحث الى النتائج التالية:

تبين ان هناك مظاهر للضغوط النفسية لدى المعلمين كما كشفت عنها التحليل العاملي بعد التدوير المتعامد للمحاور وهي: الضغوط الادارية، الضغوط الطلابية، الضغوط التدريسية، والضغوط الخاصة بالعلاقات مع الزملاء. وتكشف النتائج ان الضغوط الادارية تحتل المرتبة الاولى ثم الطلابية ثم التدريسية ثم الخاصة بالزملاء. كما توجد فروق بين الجنسين في الضغوط الادارية لصالح الذكور، اما الضغوط الطلابية والخاصة بالعلاقات فإن المعلمات اكثر معاناة من المعلمين، اما الضغوط التدريسية فلا فرق بين الجنسين.

دراسة محمد2005، بعنوان الضغوط النفسية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى سباحي المسافات القصيرة .

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقات بين الضغوط النفسية ودافعية الانجاز لدى سباحي المسافات القصيرة، وشملت العينة 219 سباحا، واستخدم مقياس الضغوط النفسية ومقياس دافعية الانجاز. وظهرت نتائج الدراسة عن وجود ارتفاع في الضغوط النفسية لدى سباحي المسافات القصيرة كما اظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط ومجموع محاورها ودافعية الانجاز اي انه كلما زادت الضغوط النفسية على كامل السباحين قلت دافعية للإنجاز.

دراسة العلواني 1991: بعنوان الضغوط التي تواجه التلاميذ العاديين

هدفت الدراسة الى التعرف على الضغوط التي تواجه التلاميذ العاديين، استخدمت مقياس التوافق النفسي، واشتملت عينة الدراسة على 80 تلميذ وتلميذة عاديين و29 تلميذ وتلميذة بطئ التعلم، واظهرت نتائج الدراسة فيما يخص العاديين فقط ان هناك ضغوط نفسية تواجه وهي كالتالي:

- ✓لجوء المعلمين الى استخدام العقاب نتيجة نسيان اداء الواجبات المنزلية
- ✓لجو المعلم الى التحدث بعصبية عن شرح الدرس

2.5. دراسات الاعاقة البصرية:

- دراسة بن عبيدة عبد الرحيم2006 بعنوان التصورات الاجتماعية للمكفوفين الموظفين لعملية الادماج الاجتماعي المهني –الشرق الجزائري

هدفت الدراسة الى التعرف وإبراز التصورات الاجتماعية للمكفوفين الموظفين لعملية الادماج الاجتماعي المهني –الشرق الجزائري، استخدم أداة استمارة للتعرف على التصورات الاجتماعية للمكفوفين في عملية دمجهم الاجتماعي المهني، وشملت العينة على مجموعة من العمال المكفوفين عبر عدة ولايات بالشرق الجزائري، وتوصلت النتائج الى ان هناك صعوبات تعيق عملية الادماج الاجتماعي المهني للمكفوفين الموظفين حسب تصورات الاجتماعية

- دراسة ستولرسكي وسوزان1991: بعنوان مستويات الضغط التي يعيشها أفراد أسر المعاقين بصريا والاطفال المعاقين بصريا ومتعددي الاعاقة

- تهدف الدراسة معرفة مستويات الضغط التي يعيشها أفراد أسر المعاقين بصريا والاطفال المعاقين بصريا ومتعددي الاعاقة، وتمت الدراسة على 108اسر تم تقسيمهم كالتالي: 49اسر لها طفل معوق بصريا، 59 اسرة لها طفل معوق بصريا ومتعدد الاعاقة، استخدم نسخة مختصرة من استبيان المصادر الضغوط النفسية، وأشارت النتائج الى ارتفاع درجة والدي الاطفال المعاقين بصريا ومتعددي الاعاقة اكثر من درجة والدي الاطفال المعاقين بصريا فقط في مقياس، الاعتمادية والارادة، مقياس الامراض، مقياس مدى الحياة، الاعاقة المعرفية، مقياس قيود الفرص الاسرية، مقياس الاعباء الاسرية، مقياس الضغوط المادية، كما وجدت ان اخوة الاطفال المعوقين وذلك من العاديين يعيشون ضغوطا نفسيا من الاخوة المعاقين بصريا ومتعددي الاعاقة في جميع المقاييس السابقة، كما اشارت الى ان اسر الاطفال المعاقين بصريا ومتعددي الاعاقة يعيشون ضغوطا نفسية في العديد من المجالات

- دراسة ليسر وآخرون 1996: بعنوان الضغط النفسي والتكيف في الاسرة التي لديها اطفال يعانون من اعاقة بصرية،

تهدف الى دراسة الضغط النفسي والتكيف في الاسرة التي لديها اطفال يعانون من اعاقة بصرية، حيث اهتمت بدراسة الضغوط الاسرية لدى 78 اسرة لديهم اطفال يعانون من اعاقة بصرية، وتم استخدام مقاييس الضغوط النفسية على هؤلاء الأفراد، وقد اكتشف نتائج تلك الدراسة ان الطفل المعاق بصريا يعاني من الضغوط المختلفة مثل الضغوط الانفعالية والضغوط الاسرية والضغوط المستقبلية.

3.5. دراسات التحصيل الدراسي:

- دراسة لوم1960: بعنوان العلاقة بين مستوى التحصيل الدراسي والتكيف الاجتماعية والاتجاهات السلوكية للطلبة نحو المدرسة

تهدف الدراسة الى ان هناك علاقة بين مستوى التحصيل الدراسي والتكيف الاجتماعية والاتجاهات السلوكية للطلبة نحو المدرسة، وتوصل الباحث في هذه الدراسة الى ارتباط التحصيل المرتفع مع الاتجاهات السلوكية الايجابية نحو المدرسة والتكيف الحسن، في حين ارتباط التحصيل المنخفض مع الاتجاهات السلبية نحو المدرسة والتكيف السيء

- دراسة ولاس1985: بعنوان علاقة مستوى التحصيل الدراسي ببعض العوامل المدرسية

تهدف هذه الدراسة الى العلاقة بين المستوى التحصيل الدراسي وبعض العوامل المدرسية، وتوصل الباحث في نتائجه الى ان ذوي التحصيل المرتفع كان أكثر تكيف وانسجام مع المعلمين، مقارنة بذوي التحصيل المنخفض، كما ان تقدير مجموعة التحصيل المرتفع لأنفسهم وتقدير المعلمين لهم في السلوك الصفي التكيفي أكثر إيجابية وبدلالة إحصائية مقارنة بذوي التحصيل المنخفض

(العباسي وأخرون،2014/2013: 16، 17)

الفصل الاول

الضغوط النفسية

تمهيد

1. **تطور مفهوم الضغط النفسي**
2. **تعريف الضغوط النفسية**
3. **المصادر والعوامل المسببة للضغوط النفسية**
4. **مكونات الضغوط النفسية**
5. **انواع الضغوط النفسية**
6. **نظريات الضغوط النفسية**
7. **آثار الضغوط النفسية**
8. **اساليب مواجهة الضغوط النفسية**
9. **قياس الضغوط النفسية**

خلاصة الفصل

تمهيد:

اصبح الضغط النفسي جزء من الحياة اليومية في هذا العصر، وجل الناس تكيفوا مع هذه الضغوط لدرجة اصبح خارج نطاق وعيهم، وتظهر هذه الضغوط على شكل اعراض نفسية والشخصية والكثير منا يعاني تأثيراته المباشرة فإنه يتعرض لأثاره المخربة والمدمرة بشكل تدريجي.

ولاتزال الضغوط النفسية إحدى موضوعات المهمة التي تشغل بال الكثير من المتخصصين في فروع عملية مختلفة، وربما علما النفس على رأس القائمة المهتمين بهذا الموضوع وذلك لكونه واحد من حقائق الحياة اليومية وثوبتها. وتتفاوت هذه الضغوط في شدتها حدتها ونوعها من شخص لأخر ومن وقت لأخر لدى الشخص نفسه، ففي بحثنا هذا اخترنا الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا المتمدرسين وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، فتطرقنا في هذا الفصل الى تعريف الضغوط النفسية ومصادرها ومكوناتها واساليب مواجهتها

1- تطور مفهوم الضغط النفسي: شاع استخدام مفهوم الضغط عي علم النفس والطب النفسي، حيث تم استعارته من الدراسات الهندسية والفيزيائية حينما كان يشير الى الاجهاد او القوة.

الضغط كلمة انجليزية (stress) استعملت منذ 1936 من طرف هانز سيلي H.Segye للإشارة الى الحالة العضوية عندما تواجه تهديد او خطر يجعلها في حالة عدم التوازن.

وهناك عدة عوامل تجعل العضوية في حالة عدم توازن حيث قد تكون ذات اصل فيزيائي مادي مثل (الصدمة، برودة ...) او كيميائية (تسمم...) او نفسية (انفعالات...) وهو مت يطلق عليه مصطلح الحادث الضاغط .

(Norbert Siamy ،1991 ،p253-254)

2- تعريف الضغوط النفسية:

تعريف جوردون (1993)Gordon:

الضغوط هي الاستجابات النفسية والانفعالية والفيزيولوجية للجسم اتجاه اي مطلب تم ادراكه على انه تهديد لرفاهية وسعادة الفرد وهذه التغييرات تقوم بأعداد وتأهيل الفرد للتوافق مع الضغوط والتي هي ظروف بيئية سواء حاول الفرد مواجهتها او تجنبها (طه عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم حسين: 2006، 20)

تعريف عبد العزيز الشخص(1994):

في قاموس التربية الخاصة والتأهيل غير العاديين، يشير الضغط النفسي الى التأثير السيئ الذي يحدثه في وجود طفل معاق وما يتسم به من خصائص سلبية لدى الوالدين فيشير لديهم ردود فعل عقلية وانفعالية او عضوية غير مرغوبة، تعرضهم للتوتر والضيق، والقلق، والحزن، والاسى، كما قد يعانون من بعض الاعراض النفسية والجسمية التي تستنفذ طاقاتهم وتحول دون قدرتهم على تركيز فيما يقدمون به من اعمال.

(عبد العزيز الشخص وزيدان السرطاوي:1998، 6)

تعريف زيمباردو Zimbardo:

عرف الضغوط النفسية على انها: نمط لاستجابات نوعية وغير نوعية يقوم بها الكائن الحي نتيجة لأحداث مثيرة تعوق اتزانه وتحبط من محاولاته لمواجهتها وتشتمل تلك الاحداث التي تبعث على الاستثارة على عدد كبير ومختلف من العوامل الداخلية والخارجية والتي يطلق عليها مجتمعة بالضواغط

تعريف ماجدة بهاء الدين 2008: هي الحالة التي يظهر فيها تباين ملحوظ بين المتطلبات التي ينبغي ان يؤديها الفرد وقدرته على الاستجابة لها.

(ماجدة بهاء الدين: 2008، 20)

- من خلال اطلاع الباحثة على تعريفات السابقة لضغوط النفسية ، يمكن ان تلخص تعريف لضغوط النفسية: هي استجابة الفرد لعوامل داخلية او خارجية سواء ان كانت نفسية او جسدية مما تهدد على حيياتهم وتولد لديهم الاحساس بالقلق والتوتر والضيق والانقباض عند زيادة هذه الضغوط قد يفقد الفرد قدرته على الاتزان مما يلجئ الى تغيير سلوكه عما كان عليه.
- كما تستخلص في هذه الدراسة ان الضغوط النفسية معاقين بصريا هي:

3- المصادر والعوامل المسببة للضغوط النفسية:

❖ **مصادر متعلقة بطبيعة العمل:** ويقصد بها الطبيعة المادية التي تحيط بالفرد في محل عمله كالإضاءة والتهوية والحرارة والرطوبة والضوضاء ومكان العمل الغير مريح وهذه من شأنها ان تسبب فأنها والجدية والضغط النفسية وكذلك يوجد مصادر اخرى منهل

❖ غموض الدور وعدم وضوح وتحديد المهامات التي يجب القيام بها

❖ معلومات العمل المتمثلة في قلة وضعف الامكانيات

❖ الخلافات التي تحدث في اعضاء فريق العمل

❖ صراع الدور: ويظهر بسبب متطلبات العمل المتناقضة

❖ المناوبة الليلية: فالعمل الليلي يسبب ضغوطات نفسية وجسدية وللعمل وذلك بسبب عدم التناغم بين الحياة العملية والحياة الاجتماعية

❖ زيادة المسؤولية: تشكل المسؤولية مصدرا أخر لتوتر.

الفرد في اثناء ممارسة دورة في المنظمة: وبالإمكان التفرقة هنا بين نوعين من المسؤولية، مسؤولية نحو الافراد ومسؤولية نحو الاشياء، ان تعرض الممرضات لمواقف فعلية تثير الشعور بالقلق والانعصاب بسبب تعرضهن لمواقف الحياة وموت المرضى وشعورهن بالمسؤولية نحو مرض فضلا عن الارتباط النفسي والعاطفي بهم

❖ النمو الوظيفي بعد التأخر النمو الوظيفي، وعدم القدرة على التطور المهني والانتقاد الى فرض الترقية من اهم مسببات الضغط النفسي المهني بسبب الشعور بعدم الامن النفسي او الوظيفي. والخوف من الفصل او التفاعل المبكر

❖ العلاقة مع زملاء العمل: يمكن ان يحدث الضغط في بيئة العمل نتيجة لفقدان الفرد الدعم الاجتماعي من قبل زملائه

❖ العلاقة مع المرض: ان تقديم الخدمة التمريضية لمرضى يعانون امراضا مختلفة وفي اوضاع نفسية سيئة وهو بحد ذاته مصدر الضغط لعمل الممرض او الممرضة

❖ العلاقة مع الادارة ان العلاقات السيئة والمشحون بين العاملين والمديرين تزيد من احتمال زيادة الضغط لديهما. (رجاء، مريم، 2008: 482، 483، 484)

4- مكونات الضغط النفسي: يرى "سيزلاجي" و"لأس" (1987- 1995) ان خبرة الضغوط النفسية لدى الفرد في مجال العمل تنشا عندها حالة من عدم اتزان نفي او فيزيولوجي او اجتماعي حيث تتحدد هذه الحالة من خلال ثلاثة عناصر وهي كما يلي:

❖ **المثير:** ويمثل القوى المسببة للضغط تعطي الى الشعور بالضغط النفسي وقد تأتي من البيئة او الاسرة او الفرد ذاته.

❖ **الاستجابة:** ويتضمن عامل الاستجابة ردود فعل نفسية او جسمية او سلوكية اتجاه الوقف الضاغط وهنالك على الاقل استجابات للضغط نلاحظ انها كثيرة وهي الاحباط يحدث

لوجود عائق بين السلوك والهدف الموجه له، والقلق يمثل الاحساس بعدم الاستعداد للاستجابة بصورة ملائمة في بع المواقف

التفاعل: من العوامل المثيرة للضغط والاستجابة له، وهذا التفاعل مركب متفاعل العوامل البيئية والمؤسسة والمشاعر الشخصية، وما يترتب عليها من استجابات وانفعالات (عكاشة،1999: 86، 87)

5- انواع الضغوط النفسية:

وهي تنقسم الى قسمين:

1-الضاغطات الخارجية:

ـ البيئة المادية: الضجيج والأضواء الساقطة والحرارة والاماكن الضيقة

ـ التفاعل الاجتماعي: الخشونة او العدوانية من جانب الأخرين.

ـ القواعد والانظمة والقوانين والروتين الحكومة والمواعيد.

ـ أحداث الحياة الرئيسية: موت قريب او فقد عمل او الترفيه او طفل جديد.

ـ المشاحنات اليومية لاستبدال وضع المفاتيح في غير وضعها والتعطيل الميكانيكي.

2-الضاغطات الداخلية:

ـ خيارات نمط الحياة: توفير غير كافي وجدول اعمال.

ـ الحدث الذاتي السيء: التفكير المتشائم والتعقد الذاتي والتخيل المفرط.

ـ الاشتراكات العقلية: هي التوقعات غير الواقعية وأخذ أمور بطريقة شخصية والتفكير في الحصول على كل شيء

ـ سمات الشخصية المضغوطة: النزاع الى مرئية الكمال ومدمن العمل.

وأيضا تتنوع اشكال الضغوط النفسية بحيث تشمل مناحي الحياة التي يعيشها الانسان والتي يمكن وصفها ضمن الانواع التالية:

❖ **ضغوط العمل:** وهو ارهاق العمل ومتابعه في الصناعة.

❖ **الضغوط الاقتصادية:** وهو الدور الاعظم في تشتت جهد الانسان وضعف قدرته على التركيز والتفكير وخاصة حينما تعطف به الازمات المالية.

❖ **الضغوط الاجتماعية:** وهي معايير المجتمع التي تخدم على الفرد التزام العمل بها.

❖ **الضغوط الاسرية:** وهي تشكل بعوامل تربوية، ضغطا شديدا على رب الاسرة وتأثيرها على التنشئة الاسرية فمعظم الاسر تحكمها سلوك تربوي متعلم ينتج عنه التزام.

❖ **الضغوط الدراسية:** وهو طالب المدرسة في مختلف المراحل الدراسية يشكل ضغطا شديدا في حالة عدم استجابة للوائح المدرسة.

❖ **الضغوط العاطفية:** بكل نواحيها النفسية والانفعالية فهي تمثل الشر وواحدة من مستلزمات وجوه الانساني فالعاطفة لدى الانسان غزيرة اوجدها الله عند البشر دون باقي المخلوقات.

ويضيف حسين حسن أنواع الضغوط ومستوياتها. الى نوعين هما:

❖ **الضغوط الايجابية:** وهي تزود الفرد بالطاقة التي يحتاجها حتى يكون اكثر ابداعا وإنجازا في أدائه وأكثر قدرة على اتخاذ القرارات وحل المشكلات.

الضغوط السلبية: وهي تأثر سلبا على اداء الفرد الاكاديمي والمهني وتفوقه على الانجاز والابداع وتؤثر على سوء التوافق والاكتئاب والقلق والاحساس والاحباط والعدوان على الآخرين.(الاسطل: 2010، 55)

6- نظريات الضغوط النفسية: هناك الكثير من النظريات التي وضعت لتفسير الضغط النفسي لدى الافراد، فنظرة "سيلي" للضغوط تختلف عن نظرة كل من "موراي" "سبيلبرجر" فقد أتخذ "سيلي" استجابة الجسم الفيزيولوجي اساسا على ان الفرد يقع تحت تأثير موقف ضاغط ينما " سبيلبرجر" اتخذ من القلق وحدته التفسيرية لتفسير الضغوط النفسية، اما "موراي" فالضغط عنده صفة او خاصية لموضوع بيئي واجتماعي.

(عثمان، 2001: 98)

- **نظرية هانز سيلي(1956):** كأن لطبيعة تخصصه الدراسي الاول تأثير كبير في صياغة نظريته في الضغوط، فلقد تخصص في دراسة الفيزيولوجيا والاعصاب واتضح هذا التأثير من خلال اهتمامه باستجابات الجسم الفيزيولوجي الناتج عن ضاغط، وتنطلق نظرية "هانز سيلي" من مسلمة ترى ان الضغط متغير غير مستقل، وهو استجابة عامل ضاغط، وان هناك استجابة او انماط معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على ان الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج ويعتبر "سيلي" ان اعراض الاستجابة الفيزيولوجية للضاغط عالمية وهدفها هو المحافظة على كيان والحياة وفي صدد الضغط حدد سيلي ثلاث مراحل تمثل عنده مراحل التكيف العام وهي: (الرشيدي،1999: 50)

- **مرحلة الانذار:** ويشكل الرد الاساسي للجسم اتجاه العوامل الضاغطة فعندما يدرك الفرد التهديد الذي يواجهه عن طريق الحواس التي تنتقل منها اشارات عصبية الى الدماغ وبالتحديد الى الغدة النخامية، هذا بدوره يرسل رسالة عصية كيميائية لكل من الجهاز السمبثاوي، و النخاع الغدة الكنظرية هذه الاخيرة التي تحرص افراز الادرينالين والنور ادرينالين هذه الهرمونات تعمل على زيادة ضربات القلب، تسارع التنفس، انقبا الاوعية الدموية، زيادة سرعة الايض، خفض سرعة الهضم، رفع معدل الغلوكوز في الدم، ردود الفعل التي تشكل مرحلة الانذار تهدف الى تهيئة الجسم لعملية المواجهة من خلال رفع سريع للدوران، تسهيل عملية الايض لتوليد الطاقة وتثبيط كل من الانشطة الهضمية، البولية والتكاثرية (David Fantana,1999,p15.16)

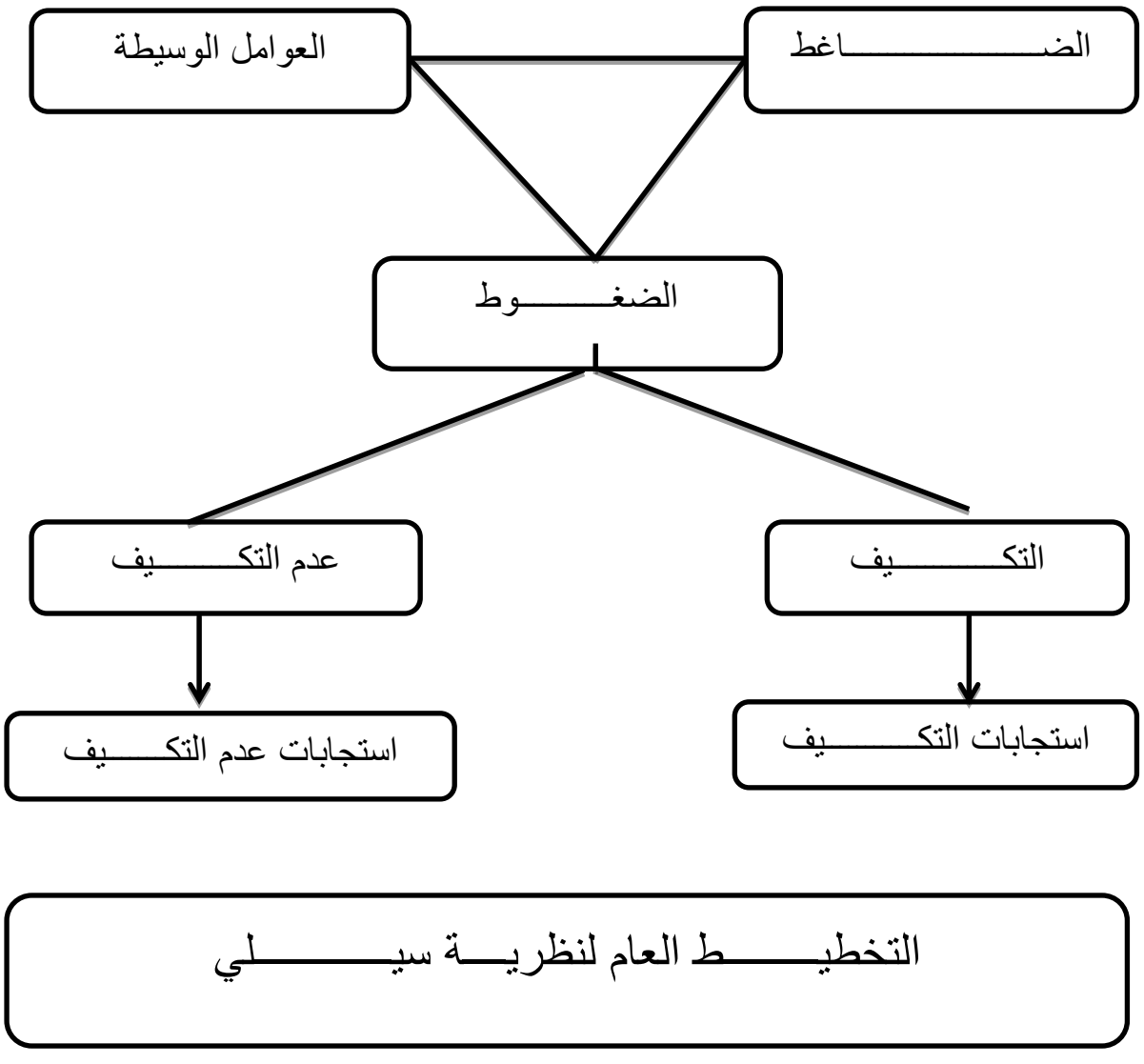
- **مرحلة المقاومة:** تحدث عندما يكون التعرض للضاغط متلازما مع التكيف فتختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الاولى وتظهر تغيرات اخرى تدل على التكيف (عثمان،2001: 99)

- **مرحلة الانهاك:** تظهر هذه المرحلة فجأة وبشكل غير متوقع، بحيث يحدث انخفاظ النشاط الكلوي وبالتالي انخفاض ضخ البول من خلال افرازات الكورتيكويدات المعدنية التي

تعمل على المحافظة على ايونات الصوديوم في الجسم، بهذا تكون الطاقة اللازمة للتكيف قد استنفذت فيحدث انهيار العضوية (Dominique Servant,2007,p7)

اي استمرار الاستجابات الدفاعية تؤدي الي اضطرابات اجهزة الجسم ووضائفها سواء العضوية او النفسية او العقلية، هذا الخلل ان استمر طويلا قد يؤدي الى الوفاة (www,kotobarabia,com/psychologie/24/01/2018/ 17:49 محمد حسن غانم)

ويمكن رصد هذه النظرية في الشكل(1) الاتي:



- **نظرية سبيلبرجر(1972):** تعتبر نظرية سبيلبرجر في القلق مقدمة ضرورية لفهم الضغوط النفسية عنه، فقد أقام في نظريته في القلق على اساس التميز بين القلق كسمة

Trait Anxiety والقلق كحالة. State Anxiety. ويقول ان للقلق شقين، سمة القلق او القلق العصبي او المزمن وهو استعداد طبيعي او اتجاه سلوكي يجعل القلق يعتمد بصورة اساسية على الخبرة الماضية والقلق حالة هو قلق موضعي او موقفي يعتمد على الظروف الضاغطة وعلى هذا الاساس يرتبط سبيلبرجر بين الضغط وقلق الحالة، ويعتبر الضغط الناتج ضاغطا مسببا لحالة القلق ويستبعد ذلك عن القلق كسمة حيث يكون من سمات شخصية الفرد القلق اصلا.

كما اهتم سبيلبرجر بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة يجب تقييمها على انها خطيرة او مهددة فتصبح سببا لحدوث القلق، كما يميز بين مفهوم الضغط ومفهوم التهديد من حيث الضغط يشير الى الاختلافات في الظروف والاحوال البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي اما كلمة تهديد فتشير الى التقدير والتفسير الذاتي لموقف خاص على انه خطير او مخيف.

- **نظرية هنري موراي:** ينفرد موراي بين منظوري لشخصية بعمق الفهم للديناميات التي تحدث في داخل الكائن البشري من اجل لحظة انبثاق لحظة التكيف واحداث التوازن النفسي ويتسم منهجه بالدينامية النفسية، ويصل موراي الى مستوى عال من الدينامية النفسية عندما يتعرض لمفهوم الحاجة ومفهوم الضغط ويعتبر هما مفهومين اساسيين ومتكافئين على اعتبار ام مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك ومفهوم الضغط يمثل المحددات والمؤثرات الجوهرية ويعرف الضغط بانه خاصة لموضوع بيئي او لشخص يتعسر او تعوق جهود الفرد للوصول الى هدف معين ويتميز موراي بين نوعين من الضغوط:

- **ضغط بيتا:** وهي دلالات الموضوعات البيئية. كما يدركها الافراد.

ضغط الفا: وهي خصائص الموضوعات البيئية لما توجد في الواقع او كما يظهرها البحث الموضوعي (نجلاء،2010:12، 13)

- **النظرية المعرفية:** ومؤداها ان الفرد يتعرض الى أحداث عديدة في حياته وما يدركه الفرد على انه مصدر التهديد لحياته سوف يتولى فيما بعد الى عامل ضاغط عليه بالإضافة

الى ان هذه الاحداث ذاتها فعلا فلا تكون ضاغطة، فيبدأ التأثير السلبي لتلك الاحداث على الفرد ومن تلك الأثار ما هو نفسي، اذ ترتفع درجة القلق او الاكتاب وغيرها من الاضطرابات النفسية، ومنها ما هو فسيولوجي، فيرتفع معدل دقات القلب مع ضيق في التنفس. وقد يواكب ذلك الم في الامعاء وهذه التغيرات الفسيولوجية قد تتحول مع مرور الزمن واستمرار ادراك الاحداث من احداث ضاغطة لتير بديات أمراض شديدة تحتاج الى انوع مختلف من العلاج. ولهذا نجد ان عددا من الافراد قد يتعرضون لمواقف واحد. ولكن استجاباتهم تتشكل تبعا لإدراكاتهم للحدث، فالفرد يبدأ بالشعور بالضغط الشديد وتبعا لنوع الادراك ترتفع درجة الضغوط النفسية على الفرد وتؤثر عليه نفسيا وفسيولوجيا.

(جاسم الخواجة،2000: 154)

ويذكر ان بيئة الفرد تعتبر مصدرا للضغوط مما يؤدي الى وجود تهديد لحاجة من حاجات الفرد يشكل خطرا يهدد الفرد واهدافه في الحياة فيشعر بحالة ضغط ويحاول استخدام بعض الاساليب للتوافق مع الموقف، واذا لم ينجح في التغلب على المشكلات واستمرت الضغوط لفترات طويلة من الزمن فإنها تؤدي الى الاصابة ببعض الامراض مثل امراض القلب، والامراض العقلية، والسكر، والتهابات المفاصل، بالإضافة الى الآثار النفسية السلبية كالقلق والاكتئاب والتوتر وانخفاض تقدير الذات. (عثمان،2001: 154)

7- **اثار الضغوط النفسية :**

أ. **الآثار المعرفية:**

- نقص الانتباه وصعوبة التركيز
- تدهور الذاكرة
- عدم القدرة على اتخاذ القرارات ونسيان الاشياء
- فقدان القدرة على التقييم المعرفي الصحيح للموقف
- ضعف قدرة الفرد على حل المشكلات وصعوبة معالجة المعلومات
- اضطراب التفكير

ب. الآثار الانفعالية:

- سرعة الاستشارة والخوف
- القلق والاحباط والغضب
- ازدياد التوتر النفسي والفسيولوجي
- زيادة الشعور بالعجز وانعدام الحيلة واليأس
- سيطرة الافكار والوسواس القهرية
- زيادة الصراعات البين شخصية
- انخفاض تقدير الذات وفقدان الثقة بالنفس

ت. الآثار الفيسيولوجية:

- افراز كمية كبيرة من الادرينالين في الدم مما يؤدي الى سرعة ضربات القلب، ضغط الدم، زيادة نسبة السكر في الدم
- اضطراب المعدة والامعاء
- الشعور بالغثيان والرعشة
- جفاف الفم واتساع حدقة العين وارتعاش الاطراف
- ارتفاع مستوى الكولسترول في الدم مما يؤدي الي تصلب الشرايين و الأزمات القلبية (طه عبد العظيم حسين، 2006: 45، 46)

ث. الآثار السلوكية:

- انخفاض الاداء والقيام بالاستجابات سلوكية غير مرغوبة
- اضطرابات لغوية مثل التأتأة والتلعثم
- انخفاض مستوى نشاط الفرد
- تزايد معدلات الغياب عن العمل او المدرسة
- الانسحاب عن الآخرين وعدم الثقة بهم والميل الى العزلة

(مقدم، وأخرين، 2014: 22)

8- **اساليب مواجهة الضغوط:** بدا الاهتمام بدراسة موضوع اساليب مواجهة الضغوط النفسية منذ العقود الاربعة الماضية، وتعد الدراسة التي قام بها مور في 1962 من اوائل الدراسات التي استخدمت مصطلح التعامل مع الضغوط، وذلك للأشارة الى الاساليب التي يستخدمها الفرد في تعامله مع المواقف المهددة بهد السيطرة عليها.

ويرى ولمان ان اساليب مواجهة الضغط عبارة عن: " مجموعة من الوسائل التي تيسر التكيف مع البيئة ومواقفها الضاغطة بغرض تحقيق هدف او بعض الاهداف" .

(الضريبي، 2010: 679)

ويراها ابراهيم ان مواجهة الضغوط" تعني ببساطة ان نتعلم ونتقن بعض الطرق التي من شانها ان تساعدنا على التعامل اليومي مع هذه الضغوط والتقليل ن اثارها السلبية بقدر الامكان" (ابراهيم، 1994: 203)

ويمكن استخدام اساليب او استراتيجيات مختلة لمواجهة الضغوط منها:

الاستراتيجيات الايجابية: وهي تلك التي يوظفها الفرد في اقتحام الازمة وتجاوز اثارها، وذلك من خلال الاساليب الايجابية الاتية:

- التحليل المنطقي للموقف الضاغط بغية فهمه و التهيئة الذهنية له ولمرتباته
- اعادة التقييم الايجابي للموقف حيث يحاول الفرد معرفيا استجلاء الموقف واعادة بنائه بطريقة ايجابية مع محاولة تقبل الواقع كما هو.
- البحث عن المعلومة المتعلقة بالموقف الضاغط والمساعدة من الآخرين او مؤسسات المجتمع المتوقع ارتباطهما بالموقف الضاغط.
- استخدام اسلوب حل المشكلة للتصدي للأزمة بصورة مباشرة.

الاستراتيجيات السلبية: وهي تلك التي يوظفها الفرد في جنب الازمة والاحجام عن التفكير، فيها وذلك من خلال الأساليب السلبية الأتية:

- الأحجام المعرفي لتجنب التفكير الواقعي والممكن في الازمة.
- التقبل الاستسلامي للأزمة والترويض النفس على تقبلها.

- البحث عن الاثبات او المكافئات البديلة، عن طريق الاشتراك في انشطة بديلة ومحاولة الاندماج فيها بهدف توليد مصادر جديدة للأشباع والتكيف بعيدا عن مواجهة الازمة.
- التنفيس والتفريغ الانفعالي بالتعبير لفضيا عن المشاعر السلبية غير السارة، وفعليا عن طريق المجهودات الفردية المباشرة لتخفيف التوتر (الضريبي، 2010: 680، 681)

9- قياس الضغوط النفسية:

- **المقاييس الفيزيولوجية:** من الطرق المعاصرة الشائعة في دراسة الضغط القيام بتعريض مجموعة من الافراد في المختبر لأحداث تسبب الضغط لفترة قصيرة، ثم ملاحظة التأثير الذي يحدثه الضغط **عن طريق** قياس ردود افعالهم الفيزيولوجية ونشاط الغدد الصماء واستجاباتهم السيكولوجية، كل هذا يرتبط بظهور مؤثرات على مستوى النشاط السمبتاوي: كزيادة اضطرابات القلب، لزوجة الدم، ارتفاع ضغط الدم، شدة الإفرازات العصبية الغدية، مما يقدم دليلا على زيادة نشاط اجهزة الهيبوتلاموس والغدو النخامية المنشطة لقشرة الادرنالين (HPA)، كزيادة افراز الكورتيزول.(تايلور، 2008: 375)

كل هذا المهام الفيزيولوجية تسبب ايضا معاناة نفسية لفترة قصيرة المدى، هذه الاخيرة التي تقاس بطرق اخرى هي:

- **المقاييس والاختبارات النفسية:** توجد عدة طرق تستخدم في دراسة الضغوط النفسية وقياسها منها، الملاحظة، المقابلة، والاستبيانات وتعد الاختبارات اكثر الطرق استخداما في دراسة الضغوط، فهناك منها ما تقيس الضواغط والمثيرات عن طرق قياس احداث الحياة كمقياس هولمز وراهي (1967) (طه، سلامة ،2006: 47)

ويعتبر هولمز وراهي من الرواد في ميدان بحوث الضغط، حيث قاما بتطوير قائمة بعنوان مقياس تقدير اعادة التكيف الاجتماعي(SRRS) حيث قاما بتحديد الاحداث التي تدفع الافراد لأجراء اهم تغييرات في حياتهم. (تايلور،2008: 378).

خلاصة الفصل:

ومن خلال التطرق لهذا الفصل نستنتج ان الضغوط النفسية مصطلح مختلف عند العلماء من حيث مفهومه فكل شخص يعرفه على حسب مفهومه الخاص كما اختلفوا كذلك في مصادر الضغوط النفسية فهاك من صنفهم على انهم نماذج، ويرى آخرون ان من أهم الضغوط النفسية هي الضغوط الاسرية وذلك حسب كل عالم ومختص.

الفصل الثاني

الاعاقة البصرية

تمهيد

1. الجهاز البصري.

2. مفهوم الاعاقة البصرية

3. اسباب الاعاقة البصرية

4. مظاهر الاعاقة البصرية وانواعها

5. خصائص الاعاقة البصرية

6. تصنيف الاعاقة البصرية وآثارها على الطفل

7. المشاكل التي يواجهها المعوق بصريا والعوامل المؤثرة في شخصيته

8. القياس والتشخيص المعاقين بصريا وكيفية الوقاية من الإعاقة.

9. اهم الادوات والوسائل المعينة التي يستخدمها المعاقين بصريا

خلاصة الفصل

تمهيد:

نال مجال الاعاقة والمعوقين اهتماما بالغا في السنوات الاخيرة، ويرجع هذا الى النظرة الإيجابية بأن المعوقين كغيرهم من افراد المجتمع لهم الحق في الحياة وفي النمو بأقصى ما تمكنهم منه قدراتهم وطاقاتهم هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى فإن اهتمام المجتمعات بفئات المعوقين ويرتبط بتغير النظرة المجتمعية لهؤلاء الافراد.

وبما ان الطفل المعاق بصريا يولد صفحة بيضاء كأقرانه من الاطفال، فيكتسب الاطفال مهارات تساعده على التوافق مع نفسه بالعكس مع المعاقين بصريا فيكتسب المعاق بصريا لتلك المهارات بتزويده ببرامج التدخل المبكر، فيجب تعليمه مهارات الحياة اليومية التي يستخدمها كل يوم ولا يمكنه الاستغناء عنها، فعند اكتسابه لهذه المهارات تتولد لديه توفق نفسي ومع البيئة وتنزاح عليه الضغوط النفسية والمشاكل التي يواجهها .

ان مشكلة الاعاقة البصرية في حد ذاتها مشكلة اجتماعية يجب توفير السبل التي تتيح للمكفوفين لكي يشقوا طريقهم نحو المستقبل وفي مجال الحياة ويساهمون في بناء مجتمعهم الذين يعيشون فيه والحد من زيادة نسبة الاصابة بالإعاقة عن طريق الارشادات اللازمة لأفراد المجتمع وذلك لتجنب الكثير من زيادة الاصابة بكف البصر.

1.الجهاز البصري:

يتكون الجهاز البصري لدى الانسان من العين والعصب البصري والقشرة البصرية(الفص الدماغي الخلفي). وتتألف العين من ثلاث طبقات وهي:

أ-الطبقة الخارجية:

تتكون الطبقة الخارجية للعين من القرنية وهي جزء شفاف يخلو من الاوعية الدموية وتعمل بمثابة نافذة للعين، والصلبة وهي الجزء الابيض ووظيفتها الاساسية حماية العين.

ب- الطبق الوسطى:

تتكون الطبقة الوسطى للعين من الاجزاء التالية:

✓**المشيمة:** وهي جزء غني بالأوعية الدموية ووظيفتها تغذية العين.

✓**الجسم الهدبي:** ومن اهم اجزائه العضلات الهدبية التي تعمل على انقباض واسترخاء الالياف وبذلك تعمل على ضبط مستوى الضغط على عدسة العين كذلك يفرز هذا الجسم السائل المائي

✓**العدسة:** وهي جزء شفاف محدب من الجانبين ووظيفتها الاساسية تركيز الضوء على الشبكية حيث انها تعمل على انكساره

✓**القزحية:** وهي الجزء الملون من العين وتقع في القرنية والعدسة وفي منتصفها الحدقة التي تعمل بمثابة فتحة تنظم دخول الضوء الى الجزء الداخلي من العين حيث انها تتوسع في الظلام وتنقب في حالة الاضاءة الشديدة

ويسمى الجزء الذي يقع بين القزحية والقرنية والغرفة الامامية في حين يسمى الجزء الذي يقع بين القزحية والعدسة بالغرفة الخلفية اما الجزء الذي تقع فيه العدسة والشبكية فيسمى بالسائل الزجاجي وهو سائل يحافظ على شكل العين ويدعمها

ت- **الطبقة الداخلية:**

ومن اهم اجزاء الطبقة الداخلية للعين الشبكية وهي جزء بالغ التعقيد تشريحيا ووظيفتها تحويل الضوء الى سيالات عصبية وايصالها الى المراكز العليا في الدماغ عن طريق

العصب البصري. في منتصف الشبكية يوجد نقطة صفراء تسمى بالنقطة المركزية ويكون فيها الابصار حادًا ويطلق عليها اسم البصر المركزي. اما الابصار الذي يحدث من خارجها فهو يسمى البصر المحيطي، وتسمى المنطقة التي تتصل فيها شبكية مع العصب البصري بالنقطة العمياء حيث ان هذه المنطقة منطقة ليفية تخلو من خلايا المستقبلة. ويوجد في الشبكية الخلايا المستقبلة. ويوجد في الشبكية خلايا متخصصة(يزيد عددها من 25 مليون خلية) تسمى بالمخاريط والعصي وهذه الخلايا مسؤولة عن رؤية الالوان. فعندما تثار العصب البصري وهو العصب القحفي الثاني وتتشعب ألياف من كل عصب بصري وتتجه الى الجانب المعاكس من الدماغ فتتقاطع مع بعضها مكونة ما يعرف باسم التصالب البصري.(الملحق رقم 1) (الحديدي،2009: 168، 169)

2.مفهوم الإعاقة البصرية:

1.2. **تعريف الإعاقة:** تعرف الإعاقة بأنها اصابة عضوية أو عقلية تحد أو تقلل بشكل كبير من انشطة الفرد في واحدة او اكثر من المهارات الحياتية فالفرد الذي يعاني من اصابة تحول دون قيامه بواحدة او اكثر من الانشطة والمهارات الحياتية، وهو في نفس الوقت بحاجة الى اجهزة تساعده في التنقل الحركة او انه يعتمد على الآخرين لتحقيق مهارات حياته اليومية، فإنه يصنف على أنه يعاني من أعاقة شديدة وتشتمل الإعاقة على تلك الاصابات المتعلقة بالحواس او الاعضاء او الجانب العقلي. وقد تكون جزئية او بسيطة او كلية. (اللالا، د س: 28، 29)

- مصطلح الإعاقة handicap مصطلح عام اقل موضوعية من حيث القابلية للقياس من مصطلح الاعتلال والعجز، فهو لفظ يشير الى الأثر الذي ينجم عن حالة العجز في ضوء متغيرات شخصية واجتماعية وثقافية مختلفة وتبع لذلك فان حالة العجز قد لا تعني حالة إعاقة بالضرورة (الحديدي وآخرون، 2009: 15)

2.2. تعريف الإعاقة البصرية:

ككل مصطلح حاول العلماء تعريفه او تفسيره، كان الامر بالنسبة لمصطلح الإعاقة البصرية، حيث ان هناك من يقول انه وراثي فيزيقي، وهناك من يقل ان سببه بيئي اي مكتسب بين هذين النقيضين تجد عدة تعاريف بسيطة نذكر منها:

الإعاقة البصرية: تشير الى "قصور ا عجز في حاسة البصر– المتعارف عليه – وان هذا القصر يجعله غير قادر على القيام بعمل ما "

وحال الكثير من العلماء تحديد مفهوم دقيق لمصطلح الإعاقة البصرية فكانت عدة تعاريف متقاربة تارة ومتفاوتة تارة أخرى، فيما يلي تعريفات الإعاقة البصرية حسب كل مجال:

ان التعريف الذي قدمه غولدنسونGoldenson حول الإعاقة التي يعتبرها "تلف او ضعف جسمي او عقلي دائم، يتدخل بشكل مثر في الوظائف الحيوية لمعظم المجالات الحياة، مثل العناية بالذات، او الحركة او الاتصال او التفاعل الاجتماعي او القدرة الجنسية او القدرة على العمل داخل المنزل او القيام بنشاط اساسي له عائد مادي".

(سيد، 1998: 17)

كما تعرف الإعاقة البصرية بانها ضعف في اي من الوظائف البصرية الخمس وهي: البصر المركزي، البصر المحيطي، والتكيف البصري، البصر الثنائي، ورية الالوان، وذلك نتيجة تشوه تشريحي او اصابة بمرض او جروح في العين، ومن اكثر الانواع الاعاقات البصرية شيوعا الاعاقات التي تشمل البصر المركزي والتكيف البصري والانكسار الضوئي(زيتون، 2003: 295)

كما وجدت عدت تعريفات منها :

- التعريف الطبي للإعاقة البصرية "هو ذلك الفرد الذي لديه مشكلات في حدة الإبصار، أي القدرة على التمييز بين الأشكال المختلفة على أبعاد معينة مثل قراءة الأحرف والأرقام والرموز (الحديدي،2009: 77)

• التعريف التربوي " هو ذلك الشخص الذي فقد قدرته البصرية بشكل كلي، أو الذي يستطيع إدراك الضوء فقط، ويكون بحاجة للاعتماد على حواسها لأخرى في عملية تعلمه كتعويض عن حالات تعليمية تحتاج حالة البصر" (العزة، 2002، 35)

• التعريف المهني: فالمعاق بصريا من جانب مهنيه والذي تمنعه حالة بصره من العمل مما يؤدي إلى العجز الاقتصادي ويمنعه من كسب عيشه بطريقة عادية (العزة، 2002: 36، 37)

• التعريف الوظيفي وقد اقترح هذا التعريف العالم هارلي (1971) ويشير الى ان الكفيف من الناحية التعليمية هو ذلك الشخص الذي تبلغ إعاقته البصرية درجة من الحدة تحتم عليه القراءة بطريقة بريل (جوالده 2012: 30)

• التعريف اللغوي: يعني الإعاقة البصرية في اللغة العربية فقد الفرد لبصره وتوجد الفاظ عديدة تدل على هذا المعنى مثلا لعمى، والاكمة، والاعمه، والضرير، والعاجز والمكفوف والكفيف والاكفاء.

• لكل لفظة من هذه الالفاظ لها معنى فمثلا الاعمى أصلها العماء والعماء يعني الضلالة والعمى يعني فقدانا لبصر، او فقدانا لبصيرة مجازا، اما بالنسبة للأعمه فمشتقة من العمه والعمة تعني التجبر والتردد وبدل فقدانا لبصر والبصيرة ويقال العمة في البصيرة مثلا لعمى في البصر.

• وكلمة ضرير تعني الاعمى لان الضرارة في اللغة هو العمى، والضرير مشتقة من الضرو تعني سوء الحال الذي يصل اليه الفرد او الافراد.

• تطلق كلمة العاجز على الفرد المكفوف الذي يلاحظ انه قد عجز عن قضاء حاجته، وهي مشتق من العجز، وعدم القدرة أي التأخر عن الشيء المستعمل والمطلوب.

• اما كلمة اكمة فهي مشتقة من الكه وتعني العمى عند الميلاد وتطلق على المولود المطموس العين الاعمى.

- وكلمة الكفيفا والمكفوف فمشتقة من الكف أي المنع، والمكفوف تعني الضرير (لسان العرب) (عبد الرحيم، 2002: 182)
- تعريف منظمة الصحة العالمية: وهو التعريف الذي اعطى مدى اوسع لحالات الإعاقة البصرية وينص على ما يلي:

أ-الإعاقة البصرية الشديدة: حالة تؤدي فيها الشخص الوظائف البصرية على مستوى محدود.

ب- الإعاقة البصرية الشديدة جدا: حالة يجد فيها الانسان صعوبة بالغة في تأدية الوظائف البصرية الاساسية.

ت- شبه العمى: حالة اضطراب لا يعتمد فيها الفرد على حاسة البصر

ث- العمى: هو فقدان كامل للقدرة البصرية

3.اسباب الإعاقة البصرية:

تحدث الإعاقة البصرية اثناء الحمل او عند الولادة، كما قد تحدث خلال مراحل العمر المختلفة بهذا فهي عموما إما اسباب وراثية واما بيئية:

1.3. اسباب وراثية:

من اهمها نذكر: مرض ارتفاع ضغط الدم الوراثي: والتهاب الشبكية الوراثي او حالة الجلوكوما الخليقة او ما يعرف بمياه الزرقاء او عتمة العدسة: المياه البيضاء، كما ان مرض السكري او الزهري يمكن ان يورث العمى... الخ.

2.3. اسباب بيئية:

وهذه الاسباب قد تكون إما:

- امراض معدية: " كالرمد الصديدي او الرمد الحبيبي الذي ينقله الذباب او استعمال نفس الفوطة لوحة ملوث بالميكروب"

(عبد الحميد، 1991: 16)

او مرض " الجدري، والدفتيريا، والحمى القرمزية والحصبة، والسل الرئوي، ويعتبر مرض التراكوما وهو من الامراض المعدية الذي لا يزال من اهم اسباب فقد البصر خاصة في البلاد الفقيرة" (محمود حسن، 2002: 104)

- أمراض غير معدية: مثل تصلب الشرايين، وامراض الجهاز العصبي " او اصابة المخ وتكون مصحوبة عموما باضطرابات حركية او إعاقة ما، إصابات المخ يمكن ان تحدث خلال او قبل او بعد الولادة، كما يمكن ان يسببها تأخر في التنفس المولود او التهاب السحايا، او الحصبة الالمانية"
- الحوادث والاصابات: وهي الاصابات بالادوات الحادة، او يستعمل المواد الكيميائية والاخطاء الجراحية للعين مثل ترقيع القرنية واستبدال العدسات وغيرها.

(بوضبية وآخرون،2015)

4.مظاهر الإعاقة البصرية وانواعها :

1.4. مظاهر الاعاقة البصرية:

تتعدد مظاهر الإعاقة البصرية ومنها:

1.1.4.**حالة قصر النظر**: وتبدو مظاهر هذه الحالة في صعوبة رؤية الاشياء البعيدة لا قريبة ويعود السبب في مثل هذه الحالة الى سقوط صورة الاشياء المرئية امام الشبكية، لأن كرة العين اطول من طولها الطبيعي، وتستخدم النظارات الطبية ذات العداسات المقعرة لتصحيح رؤية الاشياء، بحيث تساعد هذه العدسات على اسقاط صورة الاشياء على الشبكية نفسها. (بطرس، 2010: 247)

2.1.4 حالة طول النظر: وتتمثل هذه الحالة عند الفرد في صعوبة رؤية الاشياء القريبة وليس البعيدة لان صورة الاجسام المرئية تقع خلف الشبكية وذلك لان كرة العين أقصر من طولها الطبيعي ويحتاج هذا الشخص الى عدسات محدبة لتصحيح مجال الرؤيه.

(العزة، 2001: 180)

3.1.4.**حالة صعوبة تركيز النظر (اللابؤرية):** وتحدث هذه الحالة نتيجة عيوب او عدم انتظام في شكل القرنية او العدسة مما يؤدي الى عدم انتظام في انكسار الضوء الساقط عليهما حيث يتشتت الضوء بشكل يؤدي الى عدم وضوح الصورة. وفي معظم الحالات يمكن علاج هذه الحالة عن طريق الجراحة او العدسات اللاصقة.

(القمش وأخرون، 2007: 115)

4.1.4. الجلاكوما: هي حالة مرضية للعين تنتج عن زيادة الضغط داخل مقلة العين وغالبا تكون سبب في كف البصر. فمع زيادة الضغط فإن العدسة تدفع الرطوبة الزجاجية لتتلف نيرونات الشبكية ويبدأ اتلاف الشبكية بشكل محيطي واذا لم يعالج فأنه ينتقل الى المركز ومن الملاحظ ان الجلاكوما تعالج اذا اكتشفت وعولجت مبكرا.

(الزريقات،2006: 113)

5.1.4.عتامة عدسة العين: ويشار لها في احيان كثيرة باسم (الماء الابيض) او (الساد). وينتج عتامة عدسة العين عن تصلب الالياف البروتينية المكومن للعدسة مما يفقدها شفافيتها. والغالبية العظمى من الحالات تحدث في الاعمار المتقدمة. ويشير الاطباء الى ان (75%) من المصابين بعتامة عدسة العين تحدث بعد سن (65 سنة. وهذا لايعني عدم تعرض الاطفال للأصابة به. إذا أن هنالك حالات من الماء الابيض الخلقي او حالات تنتج عن ضربة شديدة للعين، او تعرض العين للمواد الكيماوية السامة، او الحرارة الشديدة.

(القمش، 2013: 132)

6.1.4 الحول: وهو عبارة عن اختلال وضع العينين او احداهما مما يعوق وظيفة الابصار عن الاداء الطبيعي. ويكون الحول اما خلقيا او وراثيا، واما ان ينتج عن اسباب تتعلق بظهور الاعاقات البصرية في مرحلة الطفولة (طول النظر، قصر النظر) او ضعف الرؤية في إحدى العينين، وكثيرا ما يكون ضعف عضلات العين واحدا من الاسباب الرئيسية للحول . (محمد صبحي، 2009: 52)

7.1.4. **الرأرأة:** وهو عبارة عن تذبذب السريع والدائم في حركة المقلتين مما لا يتيح للفرد إمكانية التركيز على الموضوع المرئي . (بطرس، 2010: 248)

2.4 انواع الاعاقة البصرية:

يقسم العديد من الاخصائيين الاشخاص المعاقين بصريا الى مجموعتين رئيستين:

ضعف البصر: والشخص ضعيف البصر يستطيع استخدام الابصار للأغراض التعلم الا ان اعاقته البصرية تتداخل مع القدرات الوظيفية اليومية

الكف البصري: ويعني ان الشخص يستخدم اللمس والسمع للتعلم ولا يوجد لديه استعمال وضيفي لأبصار ويميل الاباء والاختصاصيون الى التعريفات الوظيفية لهذين النوعين وهذا النظام التصنيفي يعتمد على كيفية استخدام الافراد لقدراتهم البصرية وحتى لو كان استخدامها محدود جدا. (الزريقات، 2006: 100، 101)

5.خصائص ذوي الإعاقة البصرية: ان معرفة خصائص ذوي الإعاقة البصرية امر لازم – ولابد– لكي نستطيع التدريس لهم، ومن ثم كان علينا ان نعرض مجموعة من هذه الخصائص:

أ–الخصائص العقلية والتعليمية:

- ✓ لا تؤثر الإعاقة البصرية على القدرات العقلية للكفيف.
- ✓ التحصيل الاكاديمي للمعوق بصريا أقل من الفرد العادي، إذا ما تساوى كل منهما في العمر الزمني والعقلي، ولكن قد يتقارب أداء الفرد المعوق بصريا من أداء الفرد العادي من

الناحية التحصيلية إذا ما توفرت المواد التي تساعد الكفيف على استقبال المعلومات والتعبير عنها

ب- الخصائص اللغوية:

✓الإعاقة البصرية لا تؤثر تأثيرا مباشرا على اكتساب اللغة لدى الفرد المعوق بصريا، اذ لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طريقة اكتساب الكفيف وبين طريقة اكتساب الفرد العادي للغة المنطوقة، إذ يستمع كل منهما للغة المنطوقة

✓توجد فروق ذات دلالة بين كل من الشخص الكفيف والشخص العادي في طريقة كتاب اللغة، اذ يكتب الفرد العادي بالرموز الهجائية والفرد المعوق يكتب بطريقة " برايل "

✓مبالغة الكفيف في وصف خبراته كنوع من انواع إشعار الآخرين بمعرفته بها

✓يتميز الكفيف بارتفاع الصوت وقلة تغيير نبرة الصوت

✓يتميز الكفيف قلة الحركات والاشارات عند الحديث عن الفرد العادي.

(الزيتون،2003:298، 299)

ت- الخصائص الانفعالية والاجتماعية: يغلب على المعوقين بصريا تسيطر عليهم مشاعر الدونية، والقلق والصراع، وعدم الثقة بالنفس، والشعور بالاغتراب وانعدام الامن، والاحساس بالفشل والاحباط، وانخفاض احترام الذات، واختلال صورة الجسم، والنزعة الاتكالية، وهم اقل توافقا شخصيا واجتماعيا وتقبلا للآخرين وشعورا بالانتماء للمجتمع منالمبصرين، كما انهم اكثر انطواء واستخداما للحيل الدفاعية في سلوكهم، كالكبت والتبرير والتعويض والانسحاب، كما انهم اكثر عرضة من المبصرين للاضطرابات الانفعالية.

وتؤثر الإعاقة البصرية في السلوك الاجتماعي للفرد تأثيرا سلبيا، إذ ينشأ عنها كثير من الصعوبات في عمليات النمو والتفاعل الاجتماعي وفي اكتساب المهارات الاجتماعية اللازمة لتحقيق الاستقلالية والشعور بالاكتفاء الذاتي، نظرا لعجز المعوقين بصريا او محدودية قدراتهم على الحركة، وعدم استطاعتهم ملاحظة السلوك الأخرين ونشاطاتهم اليومية وتعبيراتهم الوجهية كالبشاشة والعبوس والرضاء والغضب وغيرها مما يعرف بلغة الجسم

وتقليد هذه السلوكيات او محاكاتها البصرية وتعلم منها، ونقص خبراتهم والفرص الاجتماعية المتاح امامهم للاحتكاك بالآخرين والاتصال بالعالم الخارجي المحيط بهم، فهم لا يتحركون بالسهولة والمهارة والطلاقة نفسها التي يتحرك بها المبصرون.

ث-**الخصائص الاكادمية:** ان التعطيل الجزئي او الكلي لوظيفة البصر يحدث خللا في استقبال المعلومات المكتوبة بطريقة العادية. ولهذا فان الطفل المغعاق بصريا غالبا ما يلجأ الى معلومات مسموعة او منطوقة " مسجلة على اشرطة التسجيل" مما يساعد على ظهور الكتب المنطوقة والتي تمكن المعاقين بصريا من الاستزادة في العلم والمعرفة

ج- وتشير الدراسات الى نقص في مستويات التحصيل الدراسي لدى الطفل المعاق بصريا لمثل عمره من الاطفال العاديين كما ان الاطفال المعاقين بصريا يواجهون مشكلة كيفية الاداء الامتحانات المرحلية الامر الذي يحتاج في الكثير ممن الاحيان الى تقديم امتحانات غير مكتوبة مما يقلل من اداء الطفل المعاق في الامتحان ويحرمه من فرصة التفكير الطويل في الطريقة التي يجيب بها على اسئلة الامتحان. اما اذا توافرت فرص الاداء للطفل المعاق بصريا بفرص الاداء الطفل العادي فان الفروق في الاداء بين الاثنين سوف تتلاشى تقريبا. (ملحم، 2002: 144)

6.تصنيف الإعاقة البصرية وآثارها على الطفل:

1.6. تصنيف الإعاقة البصرية:

قد يولد الافراد المعوقين مصابين بالإعاقة البصرية بشكل كلي او جزئي في مراحل حياتهم. وان الاطفال الذين يفقدون ابصارهم قبل سن الخامسة، لا يحتفظون بصورة بصرية مفيدة، والاطفال الذين يفقدون ابصارهم كليا اثناء السنوات المبكرة كليا او جزئيا بعد سن الخامسة قد يحتفظون بأطار بصري جيد ويستطعون تكوين فكرة بصرية عن هذا الشيء، خاصة بالاعتماد على خبراتهم البصرية السابق، على الرغم من ان ملاحظتهم البصرية محودة ويعتمد على ما تبقى لديهم من ابصار. (العزة، 2002: 96)

لدينا تصنيفان للإعاقة البصرية وهي كالاتي:

التصنيف الاول: ويمكن ان تصنف الإعاقة البصرية الى ما يلي:

- فقد البصر الجزئي الولادي
- فقد البصر التام، ولادي او مكتسب قبل سن الخامسة
- فقد بصر مكتسب
- فقد البصر الولادي
- ضعف بصر مكتسب

- **التصنيف الثاني:** ويمكن تصنيف المعاقين بصريا الى مجموعتين كما يلي:

- **المجموعة1:** المعاق بصريا اعاقة كلية وهي تلك التي ينطلق عليها التعريف القانوني والتربوي المشار عليها سابقا

- **المجموعة 2:** المعاق اعاقة بصرية جزئية وهي تلك المجموعة التي تستطيع ان تقراء الكلمات بحروف كبيرة او استخدام النظارة الطبية او اي وسيلة تكبير، تتراوح حدة الابصار لدى أفراد هذه المجموعة ما بين 70/20الى 200/20 قدم في احسن العينين او حتى بإستعمال النظارات الطبية . (عزيز، 2010: 79)

2.6. آثار الإعاقة البصرية على الطفل:

إذا ما اصيب الطفل بالإعاقة في عينه، فإن ذلك يترك آثار عديدة في حياته، من هذه الآثار:

- يفقد الشعور بالامان والامن
- يغلب على المعاق المشاعر الدونية والقلق وعدم الثقة بالنفس، ويصاب بالتشاؤم.
- يكون منطويا على نفسه منعزلا عن الناس، وهذا قد يوصله الى الاكتئاب والانسحابية في المجتمع
- ينصف بعض المكفوفين بالعدوانية نتيجة شعورهم بالاحباط والفشل
- يعتمد المكفوف على حواسه الاخرى من السمع واللمس والشم
- يلجأ المكفوف الى الحيل الدفاعية كالتبرير والتعويض والانسحاب والكبت
- يقل تفاعله الوجداني او قد يعجز تفاعله هذا، لأنه لا يرى الاشياء حوله، وبالتالي لا
- ينفعل بمنظرها . (خميستي،2014: 28، 29)

7.المشاكل التي يواجهها المعوق بصريا والعوامل المؤثرة في شخصيته:

1.7. المشاكل التي يواجهها المعاق بصريا

- قلة النمو المعرفي: مثل قلة المعلومات لدى المعوقين بصريا حول البيئة المحيطة به وإنه أقل قدرة على التخيل
- صعوبة تمييز الاجزاء التي تِلف الكل
- الاعتماد على حاسة السمع واللمس
- الشعور بالنقص
- محدودية مقدراتهم على الحركة
- صعوبة القراءة والكتابة(شواهين وآخرون،2010: 178)

2.7. العوامل المؤثرة في شخصية المعاق بصريا

تتأثر الشخصية عموما بثلاثة مجموعات من العوامل هي:

- **العوامل الجسمية:** وتشمل:

أ. الحالة الجسمية العامة.

ب. نواحي القصور والعجز او القدرة الجسمية

- **العوامل النفسية:** وتشمل:

أ. النواحي المعرفية:

- موروثة مثل الذكاء والاستعدادات الخاصة
- مكتسبة مثل الثقافة العامة والمهارات الخاصة

ب. النواحي المزاجية:

- موروثة مثل الانفعال العام ونماذج مثالية خاصة
- مكتسبة مثل الاتجاه الذاتي العام والميول والاتجاهات

- **العوامل الاجتماعية:**

أ. **عوامل داخل المنزل:** مثل الحالات الاقتصادية والظروف المنزلية والتنشئة

ب. **عوامل خارجية:** مثل اساليب التربية والعمل الذي يقوم به الفرد وطرق قضاء وقت الفراغ وانواع الاصدقاء

والهدف من دراسة الشخصية بطريقة إيجابية وتساعده على مشكلاته وتشعره بالسعادة والتوافق(عطية فايد، 2009: 286)

8.القياس والتشخيص المعاقين بصريا وكيفية الوقاية من الإعاقة

1.8. القياس والتشخيص:

عندما نقارن طفلا يعاني من اعاقة بصرية مع طفل آخر لا يعني من شيء فإننا نلاحظ من الطفل المعاق بصريا واحدة او اكثر من الاعراض التالية:

- تقريب او ابعاد المادة المكتوبة من العينين
- صعوبة رؤية الاشياء البعيدة
- صعوبة رؤية الاشياء القريبة
- فرك العينين احمرار العينين
- تكرار رمش العينين
- تغطية احدى العينين عند القراءة او رؤية الاشياء القريبة او البعيدة
- الحول
- الشعور بالصداع عند القراءة

يمكنك ان تلاحظ واحدة او اكثر من حالات الإعاقة البصرية لدى الاطفال، ويمكن لأباء والمعلمين ان يلاحظوا ايضا مثل هذه الاعراض لدى الاطفال. الا ان الطبيب المختص يمكنه ان يشخص الحالة بشكل دقيق ومدى تفاقم الحالة لدى الطفل او بساطتها، فيستخدم في تشخيصه اجهزة فنية حديثة، او يستخدم الطريقة التقليدية المعروفة باستخدامه لوحة سنلن (الملحق رقم2) والتي تحتوي على اسطر من الحروف التي تتناقص في حجمها من الاعلى اللوحة إلى اسفلها. ويصمم كل خط من الحروف تبعا لنسبة المسافة الفحص(6قدم

او20قدم) للمسافة التي يستطع الشخص العادي قراءتها. ويجلس المفحوص على بعد 20قدما من اللوحة ويطلب منه اغلاق عينه بالتناوب ويقرأ ما هو مكتوب عليه

(ملحم،2002: 142، 143)

ويعطي سنلن قوة ابصار مقدارها 6/6 (20/20) وقد اعطى المعادلة التالية: قوة الابصار =المسافة التى تفصل بين الشخص واللوح/ المسافة التي قرأ فيها الحروف بوضوح

• ويمكن استعمال الحرف E اوC للأشخاص الذين لا يجيدون القراءة حيث يسأل المفحوص على اتجاه فتحة الحرف يمينا او يسارا (الوقفي، 2008: 380)

2.7. الوقاية من الإعاقة البصرية:

- ابتعاد الحوامل عن الحصبة الالمانية وامراض الجرثومية
- حماية عيون المواليد الجدد بوضع المرهم المناسب للطفل
- التلقيح ضد الامراض السارية
- تغذية الحوامل بشكل جيد وكمية
- تغذية الاطفال جيدا(الاوراق الخضراء، الجزر، الخس)
- حماية المنازل من الحشرات الضارة
- تحويل الاطفال للمركز الصحي عند حدوث احمرار بالعين
- اعطاء الاطفال المصابين بالحصبة فيتامينA
- حماية الاطفال من الاصابات بأشياء حادة

(شواهين وآخرون،2010: 181)

9.اهم الادوات والوسائل المعينة التي يستخدمها المعاقين بصريا:

يستخدم المعاقين بصريا العديد من الاجهزة والادوات ومنها:

1.9. آلة برايل: وتقوم طريقة برايل على تحويل الخروف الهجائية الى نظام حسي ملموس من النقاط البارزة، وتتكون الخلية من ستة نقاط حيث تعطى كل نقطة من النقاط رقما معينا يبدأ من 1 وينتهي بـ 6 (الملحق رقم 3) وقد يستخدم المكفوفين آلة المسطرة والمخرز للكتابة في بعض الاحيان وتكتب الكلمات من اليمين الى اليسار وعند القراءة تقلب الصفحة وتقرأ من اليسار الى اليمين. (كوافحة وآخرون، 2010: 94)

2.9. الاوبتكون: أداة تكنولوجيا معقدة للقراءة تحول مادة المكتوبة الى ذبذبات لمسية يستطيع الطفل المكفوف لمسها بأصبعه وكلمة اوبتكون مشتقة من المقاطع الأولى للكلمات الثلاث الاتية:

Optice: معناها بصري.

Tatual: معناها لمسي.

Converter: معناها محلول.

وبهذا فان الاوبتكون هو المحلول الذي يحول الكلمات المبصرة الى بديل لمسي، ولقد قامت بتطوير هذا الجهاز شركة نيل سنوري بالولايات المتحدة الامريكية ويتكون هذا الجهاز من قطعتين:

- كاميرا صغيرة الحجم تعمل بالليزر يقوم بصريا على الكتابة المبصرة فتقوم بنقل هذه الكتابة الى القطعة الثانية من الجهاز.

جهاز مرتبط بالكاميرا يستقبل الكلمات المبصرة التي تنقلها العدسة (الكاميرا) ويحولها الى ذبذبات كهربائية خفيفة يمكن للمعاق بصريا ان يضع أصابعه داخل فتحة خاصة بهذا الجهاز (المجلس) ويلمس الذبذبات وبالتالي قراءتها، ويتطلب التعامل مع هذا الجهاز ان يكون المعاق بصريا على معرفة بشكل الحروف والكلمات المطبوعة (المبصرة). (سلامة، 2007 : 145)

3.9. الة برايل الكاتبة (طابعة بيركنز اليدوية): وهي من الأدوات شائعة الاستخدام في القراءة والكتابة وعددها ستة مفاتيح (ثلاثة على اليمين وثلاثة على اليسار يفصل بينهما مفتاح المسافة، مفاتيح الجهة اليمنى خاصة بكتابة النقاط 4، 5، 6، مفاتيح الجهة اليسرى خاصة بكتابة النقاط 1، 2، 3) . (شريف، 2011: 341، 342)

4.9. المعداد الحسابي: ويستخدم هذا المعداد من أجل إجراء العمليات الحسابية للمكفوفين ويتكون من ثلاثة عشر عمود بشكل متوازن ويقسم الى جزئين علوي يحتوي على كرة مثقوبة واحدة في كل عمود والسفلي يختوي عل اربع كرات مثقوبة في كل عمود وتم مؤخرا إصدار وسيلة الكترونية حديثة بإجراء العمليات الحسابية عن طريق اصدار الاصوات

5.9. مواد التكبير: وتستخدم خصوصا من قبل الافراد ضعيفي البصر حيث يحتاجون الى تكبير الاحرف حتى يتمكن نسبة من المعاقين بصريا من قراءة الكلمات المطبوعة، بما تبقى من القدرة البصرية لديهم، وهذه المعينات يحددها الطبيب لكل حالة وتشمل مواد التكبير أنواع تستخدم باليد (المكبر اليدوي)، ونوع آخر يوضع على قاعدة محولة ويستخدم مع الاشخاص الذين لا يستطيعون التحكم في حمل المكبر اليدوي، وقد يستخدم البعض الميكروسكوب لرؤية الاشياء وقراءتها عن طريق تقريب المادة المقروءة

6.9. الحاسوب: وهو نظام لغوي يقوم على استخدام المعاقين بصريا للحاسوب كوسيلة للحصول على المعرفة عن طريق استخدام اللغة الصناعية، ويهدف مشروع اللغة الصناعية الى تطوير النظام الصوتي بديل عن نظام الصوت الانساني الطبيعي حتى يساعد الافراد من ذوي المشكلات اللغوية الى تنمية مهارات الاتصال مع الاخرين كالمكفوفين والصم وغيرهم.

ويعمل الحاسوب على تحويل المواد المطبوعة الى مواد منطوقة بطريقة لفظية ومسموعة من خلالها يستطيع المكفوفين الحصول على المعرفة بهذه الطريقة.

(كوافحة وآخرون، 2010: 95، 96)

خلاصة الفصل:

ومن خلال ما تطرقنا في هذا الفصل يتمثل لنا ان صعوبة الرؤية او كف البصر يمثل قصور او عجز في وضائف العين لدى الفرد والرجوع الى ذلك منها ما هو وراثي وما هو بيئي وذلك عن طريق الاكتشاف المبكر ومن خلال التشخيص للإعاقة، كما يتأثر المكفوف بعدة عوامل اخرى مثل درجة الاعاقة ووقت حدوث الاعاقة مما يجعله يتميز ببعض الخصائص الانفعالية، النفسية، الحركية، الاجتماعية، اللغوية، الا ان ذلك المكفوف تواجهه العديد من المشكلات اجتماعية او بيئية ومشاكل التوافق النفسي فيجب مراعات احتياجاته من الناحية الاجتماعية، نفسية، صحية.

الفصل الثالث

التحصيل الدراسي

تمهيد

1. تعريف التحصيل الدراسي

2. اهمية التحصيل الدراسي

3. اهداف التحصيل الدراسي

4. انواع التحصيل الدراسي

5. خصائص التحصيل الدراسي

6. مبادئ التحصيل الدراسي

7. آلية التحصيل الدراسي

8. شروط التحصيل الدراسي

9. العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعتبر التحصيل الدراسي من الموضوعات الهامه التي شغلت علماء النفس والتربية ولايزال محض الاهتمام وذلك لارتباطه الوثيق بحياة الفرد ومستقبله، والتحصيل الدراسي مرهون بعوامل اخرى التي تؤثر فيه بالاعتماد على الدراسات السابقة والبحوث العلمية التي درست حول التحصيل الدراسي، وفي هذا الفصل تم التطرق على تعريفه واهميته والعوامل المؤثرة فيه بغية اتمام هذه الدراسة التي تناولت فصل للتحصيل الدراسي

1. **تعريف التحصيل الدراسي:**

لقد ظهرت عدة تعاريف للتحصيل الدراسي للاهتمام الي حظي به من قبل علماء النفس ومن هذه التعاريف:

يعرف ابراهيم عبد المحسن الكتابي هو كل اداء يقوم به الطالب في المواضيع المدرسية المختلفة والذي يمكن اخضاعه للقياس عن طريق اختبار او تقديرات المدرسين او كليهما.

اما السيد خير الله فيحدده تحديدا اجرائيا حيث يرى بأنه قياسا اجرائيا من خلال الاختبارات التحصيلية بالمدارس في امتحانات الشهادة الابتدائية في نهاية العام الدراسي وهو ما يعبر عنه بالمجموع العام لدرجات التلميذ من خلال جميع المواد الدراسية(صادقي، 2006: 22)

تعريف صالح محمود علام(1971): بأنه مدى استيعاب التلاميذ لما تعلموه من خبرات معينة في مادة دراسية مقررة او يقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها التلاميذ في الاختبارات المدرسية العادية في نهاية العام الدراسي، او في الاختبارات الموضوعية.

(الدردير،2004: 39)

تعريف قورة (1970): التحصيل الدراسي بأنه:

انجاز تحصيلي في مادة دراسية او مجموعة مواد مقدرة بالدرجات، طبقا للامتحانات المحلية التي تجريها المدرسة (الخالدي، 2003: 90)

تعريف جابلن: وهو مستوى محدد من الاداء او الكفاءة في العمل المدرسي ويقيم من طرف المعلمين او الاختبارات المقننة او كليهما. (عبد القادر واخرون، 1993: 93)

تعريف مصطفى زيدان: فيعرفه بأنه يدل على استيعاب التلاميذ لدروسهم وتمكنهم منها حيث تبين هذا المقدار من خلال درجات الامتحان التي يتحصل عليها التلاميذ.

(زيدان،1980: 74)

ويعرفه عبد الرحمان عيسوي: بأنه مقدار المعرفة والمهارات التي حملها الفرد نتيجة التدريب والمردود بخبرات وتستخدم كلمة التحصيل غالبا لتسيير الى التحصيل الدراسي او التحصيل العام من الدراسات التدريبية التي يلتحق بها. (عيسوي،1974: 129)

ومن خلال هذه التعاريف للتحصيل الدراسي نحدد تعريف اجرائي للتحصيل الدراسي:

التحصيل الدراسي هو اكتساب المعلومات نتيجة جهد الذي يبذله الطالب ويتم قياسه عن طريق الامتحانات والاختبارات

2.اهمية التحصيل الدراسي:

- يشجع التحصيل الدراسي من الحاجات النفسية التي يسعى اليها المتعلمون.
- كما تكمن اهمية التحصيل في العملية التربوية في كونه يعالج كمعيار من كفاءة العملية التعليمية، ومدى كفاءتها في تنمية مختلفة المواهب والقدرات المتوفرة في المجتمع عما يمهد لاستغلال هذه القدرات
- يساعد التحصيل الدراسي في الحصول على معلومات وصفية تبين مدى ما حصله التلاميذ بطريقة مباشرة من محتوى المادة الدراسية
- كشف ظاهرة انخفاض التحصيل الدراسي للتلاميذ، هذا التحصيل يعد بمثابة المرحلة التي لم يستطيع فيها المعلم اتخاذ القرارات حول تلاميذه كجماعة في ضوء ادائهم في فترة تعليمية طويلة. (لعبيدي، 2009: 414)
- معرفة القدرات الفردية والحاصة للمتعلم وامكانياته
- تحديد نوع الدراسة والتخصص الذي سينتقل اليه المتعلم لاحقا، وهذا يكون بالاعتماد على المعدل والتحصيل والنتائج التي تحصل عليها
- تقرير نتيجة المتعلم لانتقاله الى المراحل تعليمية اخرى تليها

(امال بن يوسف، 2008: 111)

3.اهداف التحصيل الدراسي:

وتتمثل اهداف التحصيل الدراسي في النقاط التالية:

أ- يمكن التلاميذ من معرفة مستواه الدراسي ورتبه مقارنا ذلك بمستوى اقرانه ورتبهم.

ب- بواسطته يعبر التلاميذ عن مدى استيعابهم لما تعلموه من خبرات ومعارف في مادة دراسية مقررة بطريقة علمية منظمة.

ت- يعتبر وسيلة يلجأ اليها المعلمين لمعرفة الفروق بين التلاميذ وذلاك من خلال مستوياتهم في التحصيل .

ث- يعمل التحصيل على كفاءة العملية وذلك لتحقيق مستويات واهداف ونواتج وضحة لصالح التلاميذ. (جمعة، 2002: 331)

4. انواع التحصيل الدراسي: ينقسم التحصيل الدراسي الى ثلاث مستويات او أنواع وهي:

- ✓ **التحصيل الدراسي الجيد:** ويعرفه كل من كف وفنك (1964) بأنه: استطاعة الشخص على السرعة تبويب معلوماته، اي يجعلها الى مختصر منظم يسهل عليه تذكره وهو الدافع القوي لدى الشخص لتنظيم اعماله والرابط باستمرار بين المعلومات فهو شخص كفء .

(لوبيري، 2012: 42)

ويبدي المتعلمون الكفء استعداد لمساعدة بعضهم البعض وتعاونهم مع بعض في انجاز بعض الانشطة المصاحبة للمادة الدراسية مما يساعد على ذلك مشاهدة الدروس ومناقشة المتعلمون حيث يكشف ذلك في النجاح الذي يحرونه، والقدرة على اثارة الاسئلة والمثابرة في الانجاز عندما لا تتاح لهم اجابات (شعلة، 2000: 119).

- ✓ **التحصيل الدراسي المتوسط:** في هذا النوع من التحصيل الدراسي تكون الدرجة التي تحصل عليها التلاميذ تمثل نصف الامكانيات التي يمتلكها، ويكون اداءه متوسط وتكون درجة احتفاظه واستفادته من المعلومات متوسطة. (لوبيري، 2012: 42)
- ✓ **التحصيل الدراسي الضعيف:** هو التقصير الملحوظ ع بلوغ معين من التحصيل الذي تعمل المدرسة من أجله وهذا ما يعرفه نعيم الرفاعي بالتأخر الدراسي: وهذا الاخير هو

مشكلة تربوية واجتماعية ونفسية وهو انخفاض نسبة التحصيل دون المستوى العادي المتوسط، ومن بين مظاهره الرسوب المتكرر في السنة الدراسية واعادتهما نتيجة عوامل عقلية واجتماعية او نفسية.(الشيح، 2007: 71، 72)

5. خصائص التحصيل الدراسي:

- تعتبر الاختبارات التحصيلية من الاختبارات اكثر انواع شيوعا والهدف الاساسي الاختبارات التحصيلية هو اظهار اثر التدريب او الدراسة وبالرغم من انه تغلب تطبيقها في المدارس الا انها تستخدم في ميادين اخرى، كأن تقيس التدريب المهني والتخصص والخبرة في كثير من الاعمال
- تقيس الاختبارات التحصيلية اثر المجموعات في الخبرات المقننة هي المناهج الدراسية.
- تقيس الاختبارات التحصيلية اثر التعلم تحت ظروف معروفة ومضبوطة الى حد ما.
- تستخدم الاختبارات التحصيلية على تباين مكانة الحالية للفرد ومدى افادته من التدريب اذ يدلنا الاختبار على ما يمكن ان يعمله الفرد في زمن محدود بعد قياس كفايته او تحصيله في زمن محدد (عبد السلام، 1960: 507)
- درجات الاختبارات التحصيلية تقارن على مستوى المدرسة
- بنود الاختبارات التحصيلية ذات جودة متواضعة . (الصرف، 2002: 224)

6. مبادئ التحصيل الدراسي:

ومن بين المبادئ التي تتعلق بالتحصيل الدراسي مايلي:

1.6. الجزاء: بينت الدراسات التي اجريت في الميدان التربوي مدى الاثر الفعال لمبدأ العقاب والجزاء في دفع التلاميذ نحو الدراسة او الامتناع عنها. فالتلاميذ من هذا المبدأ يقوم بسلوك معين ويبذل مجهود من اجل المشاركة في النشاط التعليمي، فإذا كان يدرك انه سيجازي بالثواب فإن تحصيله الدراسي يكون حسنا ذلك الحافز او دافعا على العمل والتحصيل وقد أدرك الجميع ان العقاب ليس هو الحل بالنسبة للتلاميذ الاشقياء بل يزيدهم

تمردا في الدراسة وبالتالي الهروب منها وقد كان ذلك سببا فعالا في العديد من حالات الفشل والتسرب المدرسي.

2.6. الحداثة والتجدد: إن الروتين والتكرار الممل يقتل روح الاكتشاف والابداع، والتجدد لدى الانسان ويكمن تطبيق ذلك في النشاط التعليمي، إذ لا بد على المعلمين و المربيين من إخضاع التلاميذ مرارا وتكرارا لمسائل جديدة يتعرض لها لأول مرة بحيث يجد نفسه مضطر لبذل جهد فكري ومحاولات حتى وان كانت عشوائية لحل هذه المسائل ويعتبر تدريبا له ولجهازه العصبي على استعمال عقله، والتفكير في حل المشكلات التي تعترضه والتقليل من استعمال ذاكرته في ذلك اذا ما تعرض دوما الى نفس المشكل في كل مرة فالحادثة تخلق روح التحدي والعمل والتفكير العلمي والمنطقي لدى التلاميذ وتساعده على التحصيل الحسن. كما ينبغي ان تتضمن المواد الدراسية الادوات المناسبة التي تركز على قدرات التلميذ، وبذلك يمكن التأكد من مستوى طموحه والوقوف على امكاناته الذهنية وتحصيله، واكساب القدرة على التفكير الموضوعي الدقيق وبخاصة ان مقتضيات وظروف العصر تتطلب تطبيق العلم والتكنولوجيا حتى يتحسن المستوى التحصيلي للتلميذ.

3.6. الاستعدادات والميول: من بين العوامل التي تساعد التلميذ على التحصيل وزيادة خبرته نجد الاستعدادات ونعني بها (وصول الفرد الى مستوى من النصح يمكنه من تحصيل الخبرة والمهارة عن طريق عوامل التعليم الاحرى المؤثرة). وعليه فإن الاستعداد لتعلم الشيء يعني القدرة على تعلمه او القابلية لتعلمه فقدرة الفرد على التعلم يحددها عامل النضج والخبرات السابقة. فالتلميذ الذي يملك استعدادا لتعلم مادة او المشاركة في نشاط معين يجد سهولة في تعلمها وبالتالي يكون التحصيل فيها مرتفعا.

4.6. المشاركة: تعمل المشاركة على تنمية الذكاء والتفكير لدى التلميذ، كما تخلق روح المنافسة بين التلاميذ التي تمكنهم من اكتشاف اخطائهم وتصحيحها وتنمية رصيدهم العلمي والمعرفي وتحسين تحصيلهم الدراسي، وبالتالي يكون التلميذ قد اكتسب خبرات ومهارات دراسية جديدة تساعد على رفع المستوى التعليمي.

ان مشاركة التلاميذ داخل الصف تختلف من موقف دراسي الى أخر، إذ ان هذا الاشتراك يتوقف على اهتمام كل متعلم حد بموضوع الدرس وعلى اقباله عليه، وعلى تحرره من المؤثرات الخارجية، وتوجد عدة طرق لزيادة مشاركة التلاميذ، فجميعهم يجذبهم الجو المدرسي الذي يتصف بروح الصداقة، وايضا منح المعلم الاعتبار الشخصي للائق، وان يكلف كل تلميذ بإنجازات لها تقديرها وبأعمالها لها الوزن النسبي، بحيث يحقق هذه الإنجازات والاعمال حاجة التلاميذ واهتماماتهم الشخصية

والجذير بالذكران مشاركة التلميذ ينبغي الا تقتصر على القيام بالأعمال التي يقررها المعلم، ولكن ينبغي ان يكون له دور ونصيب في عملية التخطيط للقيام بالأعمال المطلوب تنفيذها

5.6. مبدأ الدافعية: الدافع هو " اي حالة للكائن الحي تؤثر في استعداده في البدء او الاستمرار في سلسلة معينة من السلوك"

ويعد هذا المبدأ الاهم على الاطلاق، ولهذا نجد ان التهيئة النفسية تمثل ارضية لإثارة الدافعية عند التلميذ والعكس صحيح، حيث ان التلميذ الذي لا يملك دافعية لدراسة مادة معينة يصعب على المعلم تهيئته نفسيا وعقليا لتقبل المعلومات الجديدة والدافعية يجب ان ترتكز على الكم المعرفي للمعلم على اساس المستوى المعرفي له ويرتبط بطريقة تدريس اي مادة واعطاء معلوماتها، وعليه يصبح إلمام المعلم بالمادة عاملا مساعدا على تحسين منهجيته بالشكل الذي يحرك معه عقول تلاميذه بالشكل المطلوب

وللحافظة على استمرارية انتباه التلاميذ طوال الحصة وإثارة دافعيتهم لابد من المزيد من التخطيط والمتابعة التي يتبعها المدرس من خلال تنويع الانشطة التعليمية مع المحافظة على وظيفتها وملائمتها لحاجات التلاميذ ومستوياتهم المعرفية وتزويدهم بالتوجيهات والارشادات التي تساعدهم على تحسين ادائهم في المستقبل، كما ان فهم المعلم لأساليب وأنماط الدافعية المختلفة وحسن توظيفه له يخلق لديه الاهتمام بها ويؤدي بها الى تعلم فعال ويزيد من قدرة التلاميذ على التحصيل الجيد ويقلل من التوترات النفسية عند التلاميذ في جو تعليمي يسوده الاستمتاع

6.6. **مبدأ الواقعية:** يفترض ان تكون المادة الدراسية المقدمة للتلاميذ مرتبطة بحياتهم الاجتماعية حتى يسهل عليهم تعلمها وبالتالي يحصلوا على المعلومات بالشكل المطلوب وامام هذه الاهمية فإنه يفترض ان ترتبط اي مادة ارتباطا وثيقا بالمجتمع حتى يستطيع التلميذ اضافة طابع الواقعية اثناء مختلف التفاعلات الاجتماعية مما يساعده على التكيف المطلوب انطلاقا من الهدف الاساسي الذي تمر اليه المادة لتحقيقه.

7.6. مبدأ الحفظ والاسترجاع: حيث انه يرتبط التلميذ بالحفظ الذي يشير الى قدرة التلميذ على الاسترجاع لما تعلمه من معارف بعد فترة زمنية معينة وانه يقاس بالدرجة التي يحصل عليها في الاختبارات المدرسية، لأن هذا يدل على مدى استيعاب الدروس والبرنامج الدراسي مما يساعده على تحصيل المعارف وتنمية القدرات الخاصة وعلى تحقيق نتائج دراسية وتحصيل دراسي الجيد إذ تنمو قدرة التلميذ على الانتباه ولهذا يتأثر تأثيرا مباشر بالنشاط العقلي الذي يعقب حفظه مباشرة وان الانتقال المفاجئ من عملية تعليمية لأخرى يعوق حفظ العملية الاولى وتقل شدة هذه الاعاقة عند المراهق لنمو مقدرته على الفهم العميق ومنه الرفع من مستوى تحصيله الدراسي (فيروز، 2000: 74،75، 76)

7. **آلية التحصيل الدراسي:** يستقبل العقل البشري العلوم والمهارات عن طريق الحواس خصوصا السمع والبصر ويخزنها مؤقتا في الذاكرة اللحظية ولاستكمال آلية الاستيعاب يجب ان تنتقل تلك المعارف والعلوم والمهارات الى الذاكرة الدائمة وتشبه الذاكرة اللحظية، وفي هذه الحالة السبورة المدرسية من حيث محدودية المعلومات التي يمكن عرضها عليها فعند امتلائها يجب نقل المعلومات منها وتخزينها في مكان اخر ومسحها بإمكانية عرض معلومات اخرى عليها (ظريفة، 2008:178)

وتشكل الذاكرة اللحظية عنق الزجاجة ضمن آلية التحصيل بسبب محدودية سعتها وسرعة نسيان الانسان للمعلومات لضمان طول بقائها وإمكانية استرجاعها بعدة طرق أهمها:

- التكرار
- الاستخدام

- التصور
- المراجعة
- الفهم

8. شروط التحصيل الدراسي:

أ. قانون التكرار: لكي يستطيع الطالب ان يحكم حفظ القصيدة من شعر فإنه لابد ان يكررها عدة مرات وكذلك تعلم ركوب الدراجة تحتاج الى الكثير من التكرار والممارسة الفعالية لهذا النشاط ويؤدي تكرار وضيفة معينة ان يصبح ثابتة وكذلك يؤدي الى نمو الخبرة ارتقائها ولا نقصد هنا بالتكرار الآلي الذي لا فائدة منه

ب. الدافع: لحدوث التعلم لابد من وجود دافع الذي يحرك الكائن الحي نحو النشاط المؤدي لتعلم نشاط قويا ايضا. (العبيدي، 2009: 414)

ت. **التدريب في التكرار الموزع والمركز:** ويقصد به ذلك التدريب الذي يتم في وقت واحد وفي دورة واحدة، اما الموزع فيت في فترات متباعدة تتخللها فترات من الراحة او عدم التدريب، فقد وجد ان التدريب المركز يؤدي الى التعب والشعر بالملل، كما ان ما يتعلمه الفرد بطريقة المركزة ويكون عرضة للنسيان وكذلك ان فترات الراحة التي تتخلل دورات التدريب الموزع تؤدي الى تثبيت ما يتعلمه الفرد، هذا الى جانب تجدد نشاط المتعلم بعد فترات الانقطاع، واقباله على التعلم باهتمام كبير، وقد اثبتت الدراسات ان التدريب الموزع احسن من التدريب المتصل. (العيسوي، 1984: 41)

ث. الطريقة الكلية او الجزئية: اختلف العلماء في تفصيل احدى الطريقتين على اخرى ولكن من المعروف ان لكل طريقة محاسنها ومساوئها، ولكن تفصيل الطريقة الكلية ان كانت غير مجزئة، اما الطريقة الجزئية فيفضل استخدامها في حالة تعدد اجزاء المادة وصعوبتها.

اي انه يأخذ المتعلم فكرة عامة عن الموضوع المراد دراسته ثم تحليلها الى جزئيات

ج. التسميع الذاتي: وهو محاولة استرجاع المعلومات اثناء الحفظ يساعد على تثبيت المعلومات والقدرة على استرجاعها

ح. **التوجيه والارشاد:** ثبت ان التحصيل الذي يقترن بالإرشاد والتوجيه افضل من التحصيل بدونها حيث ان المحصل يستطيع ان يعطي اهمية المراد تحصيله.

(رشاد صلاح الدمنهوري،1999: 87)

9. العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي:

أ- العوامل الشخصية:

وتنحصر في عدة عوامل:

☒ **العوامل الجسمية:** تعتبر العوامل الجسمية ذات اثر بالغ في ارتفاع او انخفاض المستوى التحصيلي فالتلاميذ الذين يعانون من اضطرابات صحية متكررة ا عيب في النظر او السمع او النطق او حتى عاهات جسمية، كل هذه العوامل بإمكانها التأثير على التحصيل الدراسي نظرا لتأثيرها السلبي على الشخص من تعب وعدم القدرة على بذل الجهد والاستمرار.

(جمعة، 2002: 331)

☒ **العامل العقلية والانفعالية:** هناك ارتباط بين الذكاء والتحصيل الدراسي، فالشخص الذكي اقدر على الاستفادة من خبراته في عملية التحصيل، وادراك العلاقات والمعاني بين الاشياء، كما ان انخفاض القدرات العقلية للمتعلم احد اسباب الضعف التحصيل كما قد يؤدي بعض العوامل الانفعالية الي ضعف التحصيل الدراسي وذلك مثل "ضعف الثقة بالذات والشعور بالنقص والاحباط وعدم الاتزان الانفعالي وكراهية المادة الدراسية ومحبتها"

☒ **العوامل النفسية:** تؤثر الحالة النفسية للمتعلم في تحصيله الدراسي، فكلما ساعدت هذه الحالة على التكيف مع المدرسة كان المتعلم اكثر استعداد للتحصيل، اما اذا الاكتئاب والقلق والخوف تؤثر سلبيا على مستوى تحصيله الدراسي" (علي عبد المجيد احمد، د س، 115)

ب- **العامل الاسرية:** ومن ين العوامل الاسرية المؤثرة في التحصيل الدراسي للتلاميذ نجد منها ما يلي:

☒ **المستوى الاقتصادي للأسرة:** ان المستوى الاقتصادي والوضع السكني الذي تعيشه اسرة التلميذ يأثران على اقباله للمدرسة، وبالتالي على التحصيل، حيث نجد الاسرة ذات المستوى

الاقتصادي المتدني تعاني صعوبة في توفير السكن، فيجد التلاميذ صعوبة في متابعة دروسه من جهة، زيادة على انها لا تستطيع تفير كافة الامكانيات المادية والمدرسية من جهة ثانية، فيكلفه التلميذ بالقيام ببعض الاعمال لمساعدة الاسرة. كل هذا يثر بصورة سلبية على نجاح او فشل التلميذ في دراسته . (الخوالي، 1984:287)

☒ **المستوى الثقافي:** يلعب الجو العالمي والثقافي للأسرة وحاصة الوالدين دورا مهما في عملية تحصيل الابناء لديها. حيث يرى نعيم الرفاعي: ان التحصيل التلميذ يلعب فيه المستوى الثقافي دورا هاما فالتلميذ الذي يعيش في اسرة غير متعلمة وجاهلة لا تهتم ولا تحرص على مواظبته بحضوره الى المدرسة ولا بتحضير دروسه واستذكارها، وعدم حرصها على تزويد ابنائها الثقافات المختلفة كالجرائد والكتب والمجالات تكون نتائجه الدراسية منخفضة. (الرفاعي نعيم، ،468)

☒ **المستوى الاجتماعي للأسرة:** تسهم الظروف الاجتماعية للأسرة في قدرة الابناء على التحصيل، فكلما سادها الاستقرار العائلي والجو الدافئ اثر ذلك بالإيجاب على مستوى تحصيلهم، وقد تؤدي المشاحنات العائلية القسوة في معاملة الابناء الى التأخر الدراسي

وقد تتسبب بعض المشكلات الاسرية في شرود ذهن التلميذ او هروبه من المدرسة مما يترتب عليه ضعف تحصيله الدراسي. (الشيخ، 2007: 74)

ت- العوامل المدرسية:

☒ **الجو الاجتماعي المدرسي:** ان الجو الذي يسوده الود والمحبة والدفء والصبر والعدل وعدم التحيز والمرونة والتعاطف وروح التعاون يكون أثره عظيم على التحصيل الدراسي.

☒ **استقرار التنظيم التربوي:** مثل التوزيع السليم للأساتذة على الاقسام والمستويات التعليمية وضرورة الاستقرار فيها وعدم التنقل من قسم الى اخر او من مدرسة الي اخرى بالإضافة الى ضبط البرنامج التعليمي المقرر وتوزيعه على مدار السنة الدراسية وغيرها لان كل هذه الامور لها آثارها الهامة على التركيز والتحصيل الدراسي الجيد. (اللقائي،1995: 12)

☒ **اسلوب الاستاذ اتجاه تلاميذه:** ان الاسلوب الديمقراطي القائم على الثقة المتبادلة والعطف المتبادل والمحبة المصحوبة باحترام التلميذ لأستاذه، والتعاون المشترك والمساواة بين الافراد والتلاميذ وغيرها لها اكبر اثر على التحصيل الدراسي.

(برو محمد، 2010: 229)

خلاصة الفصل:

ومن خلال هذا الفصل نستخلص ان التحصيل الدراسي يعتبر قدرات التلاميذ في ادائهم الاكاديمي والأداءات التي يقوم بها التلاميذ في موضوعات المدرسية وذلك بهدف الوصول الي التحصيل الدراسي الكفء وحل المشكلات التي يتعرض لها الفرد في حياته والتكيف مع بيئته التي يعيش فيها، كما يتأثر بعدت عوامل مما يجب مراعاتها للتفادي منها.

الفصل الرابع

الاجراءات المنهجية لدراسة

1. المنهج
2. الدراسة الاستطلاعية
   1.2. اهداف الدراسة
   2.2. اجراءات الدراسة
   3.2. مجالات الدراسة
   4.2. ادوات جمع البيانات
   5.2. الخصائص السيكو مترية لأدوات البحث
3. الدراسة الاساسية
   1.3. مجتمع الدراسة وخصائصه
   2.3. عينة الدراسة وادوات جمع البيانات
   3.3. الاساليب الاحصائية المستخدمة

1. **المنهج:** تعتبر المناهج المستعملة في البحوث العلمية تختلف باختلاف المواضيع المدرجة، بحيث يعتبر هذا المنهج هو الركيزة الاساسية في البحوث العلمية، وبحيث ان كلمة المنهج تتمثل في الطريق المؤدي الى الغرض المطلوب، فالمنهج اذن هو الطريقة والاجراءات التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة من اجل التواصل الى الحقيقة في العلم.
(صالح، 2000: 21)

وقد اعتمت الباحثة في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي لأنه الانسب لتحديد وضع المشكلة، حيث يمكننا الكشف على العلاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا

ويقوم هذا المنهج على جمع المعلومات والبينات وتصنيفها ومحاولة تفسيرها وتحليلها من اجل قياس متغيرات الدراسة بهدف استخلاص النتائج ومعرفة كيفية ضبط وتحكم العوامل المحيطة به

2. الدراسة الاستطلاعية:

هي دراسة ميدانية للتعرف على الظاهرة التي تقوم الباحثة بدراستها ويمكن معها استخدام رأي وسيلة من الوسائل التقنية وتطبق عادة مع عينة صغيرة يحدد من خلالها مشكلة البحث وتوضع الفروض بطريقة أكثر واقعية وتمكنه من اختيار أكثر الوسائل صلاحية لدراستها وترشده الى الصعوبات الكامنة. (دويدار، 1994: 246)

1.2. اهداف الدراسة الاستطلاعية:

- معرفة العراقيل والمشكلات التي يمكن ان تواجهنا اثناء تطبيق الدراسة.
- التعرف اكثر على مجتمع وعينة الدراسة وخصائصها
- التأكد من الخصائص السيكو مترية لأداة الدراسة.

2.2. اجراءات الدراسة:

قبل القيام بالتطبيق الاساسي للأدوات المستخدمة في الدراسة تم القيام بالدراسة الاستطلاعية على مدرسة المعاقين بصريا والمؤسسات التعليمية المتواجدة بها العينة حيث

قامت الباحثة بتطبيق الاستبيان كتجربة اولية امتدت الفترة من 13 مارس الى 16 مارس 2018في الفترة الصباحية والمسائية، وقد افادتنا هذه الدراسة في الاحاطة ببعض جوانب الموضوع، فالدراسة الاستطلاعية تعتبر خطوة مفيدة للدراسة الاساسية قبل تطبيقها

3.2. مجالات الدراسة:

1.3.2. المجال المكاني والزماني: تم اجراء الدراسة الاستطلاعية بمدرسة المعاقين بصريا بالرباح الوادي، وبعض ثانويات وجامعة الشهيد حمه لخضر، وتم اجراءها في فترة ما بين 13و16 مارس 2018

2.3.2. المجال البشري: تلاميذ مرحلة الابتدائي ومرحلة المتوسط ومرحلة الثانوي وطلاب الجامعة تتراوح عددهم30 فردا واعمارهم ما بين 13، و26 سنة

4.2. ادوات جمع البيانات: تم استخدام استبيان الضغوط النفسية ويتكون من 63 بندا وذلك بعد التعديل وذلك من اعداد الباحثة نجلاء ابراهيم الصديق.

5.2. الخصائص السيكو مترية لأدوات البحث:

حتى يتم تأكد الباحثة من صلاحية الاداة المستعملة لجمع البيانات، والوثق بنتائجها وجب عليه التأكد من صدقها وثباتها، لذا قامت الباحثة في اطار الدراسة الاستطلاعية بحسابهما كالأتي:

- **الثبات:**

جدول رقم (1) نتائج الثبات(الفاكرمباخ) لمقياس الضغوط النفسية

الثبات(الفاكرومباخ)	التجزئة النصفية	
0.89	سبيرمان براون	جيتمان
	0.83	0.83

من خلال الجدول نستنتج ان المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات لان درجة الفا كرونباخ 0.89 ودرجة التجزئة النصفية لكل من سبيرمان براون وجيتمان 0.83

- **صدق المحكمين:**

للحصول على صدق مقياس الضغوط النفسية تم الاعتماد على الطريقة التالية:

تعتمد هذه الطريقة على فكرة الصدق الظاهري والصدق المحتوى معا، بمعنى انه من المطلوب ان يقدر الحكم المتخصص مدى علاقة كل بند من بنود الاختبار او المقياس بالسمة او القدرة المطلب قياسها.(عبد الرحمان،1998: 186)

وقد تم عرض بنود المقياس مع التعاريف الاجرائية لمصطلحات الدراسة على مجموعة من الاساتذة المختصين في علم النفس بجامعة الوادى، وعددهم 5 الملحق رقم (5) واقترحنا عليهم تحكيم مقياس الضغوط النفسية في صورته الاولية الملحق رقم (6) من حيث الجوانب التالية: بمدى قياس العبارات لأبعاد التي تنتمي إليها وذلك بوضع خانتين تقيس او لا تقيس. والجدول التالي يوضح البنود المقبولة والمعدلة والمرفوضة:

الجدول رقم (2) عملية التحكيم لمقياس الضغوط النفسية

العبارات	البنود المقبولة	البنود المعدلة	البنود المرفوضة
عدد العبارات	42	20	3
ارقام البنود	1-2-3-4-5-6-8-9-10-11- 15-16-17-18-20-27-28- 30-32-34-36-37-38-39- 40-41-42-45-46-47-48- 49-50-51-53-56-58-59- 60-62-64-65	12-13-14-19- 21-22-23-24- 25-26-29-33- 35-43-44-54- 55-57-61-63	7- 31- 52

من خلال الجدول رقم(2) تبين ان عدد البنود المقبولة (42) والبنود المعدلة(20) والبنود المرفوضة (3)

وبعد عملية التحكيم تم تعديل المقياس ودمج ابعاده واستخراجه في صورته النهائية ملحق رقم (7) وكتابة المقياس بالغة لبرايل لمعاقين بصريا الملحق رقم (8).

- **حساب الصدق:** يتم حساب معامل الصدق التمييزي لاستبيان الضغوط النفسية: من خلال المقارنة الطرفية وتفريغ بيانات العينة الاستطلاعية تم جمع درجاتهم الكلية وترتيبها ترتيبا تنازليا ثم تقسيم العينة لفئتين عليا ودنيا ثم حساب قيمة t وتحصلنا على النتائج التالية:

- **الجدول رقم (3) الصدق التمييزي لاستبيان الضغوط النفسية**

فئة دنيا			فئة عليا			قيمة t	مستوى الدلالة
ن	م	ع	ن	م	ع		
9	75.88	3.40	9	109.66	6.44	−29.63	0.01

يوضح هذا الجدول ان المقياس يتمتع بقدرة التمييز بين طرفي السمة وبذلك يعني انه يتمتع بدرجة عالية من الصدق عند مستوى الدلالة 0.01

3. الدراسة الاساسية:

1.3. مجتمع الدراسة خصائصه: يتمثل مجتمع هذه الدراسة على (33) تلميذا وطالبا منهم الذكور والاناث تضم فئة التلاميذ المتمدرسين في الطور الابتدائي 7 تلاميذ، وفي طور المتوسط 7 تلاميذ وذلك بمدرسة المعاقين بصريا بالرباح، وفي الطور الثانوي7 تلاميذ وذلك حسب تواجد العينة في مختلف ثانويات الولاية، وفي الطور الجامعي 12 طالب في جامعة الشهيد حمه لخضر كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (4) يوضح مجتمع الدراسة مع النسب المئوية

الطور	**الافراد**		**النسبة المئوية**
	ذكور	**إناث**	
ابتدائي	**4**	**3**	**%21**
متوسط	**5**	**2**	**%21**
ثانوي	**4**	**3**	**%21**
جامعي	**4**	**8**	**%37**
المجموع	**17**	**16**	**%100**
	33		

2.3. عينة الدراسة وادوات جمع البيانات

1.2.3. عينة الدراسة: تعد عينة الدراسة جزء من مجتمع الدراسة والذي تتوفر فيه نفس خصائص ذلك المجتمع (ابوعلام،2004: 153)

تم اختيار عينة هذه الدراسة بطريقة الحصر الشامل بحيث كان حجم عدد العينة الاساسية (33) فردا منهم الذكور والاناث في ولاية الوادى بمختلف المستويات ابتدائي، متوسط، ثانوي، جامعي.

2.2.3. ادوات جمع البيانات:

- **مقياس الضغوط النفسية:** استعملنا مقياس الضغوط النفسية، الذي يحتوي على 63 بندا الملحق رقم (7) في صورته النهائية.

ويحتوي ايضا على ثلاثة بدائل (دائما) (احيانا) (لا يحدث) وكل هذه البدائل موجبة

الجدول رقم (5) بدائل مقياس الضغوط النفسية

البدائل	الموجبة
دائما	3
احيانا	2
لا يحدث	1

3.3. الاساليب الاحصائية:

ان الاحصاء يساعد الطالب او القارئ على تفسير الدرجات تفسيرا سليما واستخلاص النتائج (العيسوي،2000: 10)

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط سبيرمان براون وجيتمان
- صدق المحكمين لحساب الصدق
- معامل الفا كرونباخ لحساب الثبات.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل النتائج

تمهيد

1. عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة وتفسيرها

2. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الاولى وتفسيرها

3. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية وتفسيرها

4. التوصيات واقتراحات

خلاصة الفصل

تمهيد:

بعد تطبيق الادوات الدراسة المستعملة والمتمثلة في مقياس الضغوط النفسية والذي به 63 بندا والذي وزع على 33 فردا من المعاقين بصريا في مدرسة المعاقين بصريا بالرباح وبعض ثانويات المتواجد بها العينة وجامعة الشهيد حمه لخضر، وبعد جمع البيانات وتفريغها في البرنامج الاحصائي للحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية spss قصد معالجتها ، قمنا بحساب معامل الارتباط في ضوء الفرضيات، وسيتم عرض في هذا الفصل اهم النتائج المتحصل عليها والاقتراحات المرجوة الاتخاذ بها من خلال هذه الدراسة.

1. عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة:

الفرضية العامة: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا فتحصلنا على النتائج الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (6) نتائج العلاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي

المؤشرات / المتغيرات	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
الضغوط النفسية	-0.23	غير دالة
التحصيل الدراسي		

من خلال الجدول نلاحظ ان قيمة معامل الارتباط بيرسون (-0.23) والذي غير دال احصائيا، وهذا يعني اننا نرفض هذه الفرضية ونقبل بالفرضية الصفرية التي تقول لا توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا

- **مناقشة وتفسير النتائج للفرضية العامة:** وبعد حساب النتائج لهذه الفرضية باستخدام معامل الارتباط بيرسون وبالتالي تم التوصل الى عدم وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا وهي غير دالة احصائيا، وبنا على ما سبق تم التوصل الى انه لا توجد علاقة بين متغيرين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي، وذلك يرجع الى ان الضغوط التي تواجه المعاقين بصريا لا تؤثر على دراستهم او تحصيلهم الدراسي.

ومن خلال هذه الدراسة نجد ان المعاقين بصريا قادرين على مواجهة الصعوبات والضغوطات بشكل مناسب وذلك لأن الفئة العمرية (13-26) قادرة على مواجهة هذه الصعوبات ونجد دراسة سمية بلقاسمي (2014) تتفق مع هذه الدراسة من خلال الفرضية العامة التي تحصلت عليها والتي تنص على انها لا توجد علاقة بين مصادر الضغوط

النفسية ودافعية الانجاز لدى تلاميذ البكالوريا وذلك تحت عنوان الضغوط النفسية وعلاقته بالدافعية النجاز الاكاديمي لدى تلاميذ البكالوريا والتي اتبعت هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي.

وكما اختلفت مع دراسة نجلا ابراهيم صديق (2010) والتي نصت نتائج فرضياتها العامة على وجود علاقة بين المشكلات السلوكية والمستوى التعليمي للمراهقين المعاقين بصريا، وذلك تحت عنوان الضغوط النفسية لدى المراهقين المعاقين بصريا بمعهد النور للمكفوفين ببحري وعلاقتها ببعض المشكلات السلوكية، والتي اتبعت هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي

وترجع نتيجة عدم ارتباط الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا الى ان:

- مساندة الاسرة ايجابيا من خلال الاهتمام بهم وتقديم المساعدات الضرورية لهم.
- اهتمام الدولة بهذه الفئة من الاعاقة من خلال فتح مراكز خاصة يتواجد بها مجموعة من المختصين للمساهمة في البناء النفسي للمعاق، وهذا ما قد يكون اثر ايجابيا على تجاوز الضغوط النفسية لدى المعاق.
- وعي المجتمع وادراكه الايجابي للإعاقة بصفة عامة والمساهمة في تقبل المعاق لذاته.
- الاعلام وما يلعب من دور توعوي يساهم بدرجة كبيرة في نقل اهتمامات وانشغالات المعاق البصري وهذا ما يساهم ايجابا في حملة توعية في تقبل ذوي الاحتياجات الخاصة ومحاولة مدهم بيد العون.

2. عرض وتحليل الفرضية الجزئية الاولى:

الفرضية الجزئية الاولى: توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير الجنس فتحصلنا على النتائج الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم(7) يوضح اختبار Ttest الفروق في الضغوط النفسية لدى متغير الجنس

المتغير	الذكور			الاناث			قيمة t	مستوى الدلالة
	ن	م	ع	ن	م	ع		
الضغوط النفسية	17	91.88	14.42	16	91.38	13.22	0.10	غير دال

ن: العينة، م: المتوسط الحسابي، ع: الانحراف المعياري

نلاحظ من خلال الجدول ان قيمة t (0.10) بالنسبة لضغوط النفسية لكل من الذكور والاناث، وجاءت النتائج كالتالي (91.88) متوسط الحسابي، و(14.42) الانحراف المعياري بالنسبة للذكور، و(91.38) المتوسط الحسابي، و(13.22) الانحراف المعياري بالنسبة للإناث وجاءت النتائج عند مستوى الدلالة غير دال مما يعني اننا نرفض هذه الفرضية ونقبل بالفرضية الصفرية التي تقول لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير الجنس

- **مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الاولى:** وبعد حساب النتائج لهذه الفرضية باستخدام اختبار Ttest وبالتالي تم التوصل الى انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير الجنس، ونجد دراسة نجلاء ابراهيم الصديق (2006) تتفق مع هذه الدراسة من خلال فرضيتها الجزئية والتي كانت نتائجها على انه لا توجد فروق في الضغوط النفسية تعزى لمتغير النوع (ذكر، انثى) لدى المراهقين المعاقين بصريا والتي كانت عنوان هذه الدراسة بـ: الضغوط النفسية لدى المراهقين المعاقين بصريا بمعهد النور للمكفوفين ببحري وعلاقتها ببعض المشكلات السلوكية، والتي اتبعت هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي.

واختلفت مع دراسة ثريا الارقط (2014) والتي تحصلت فرضيتها الجزئية على انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاناث والذكور مرتفعي الفاعلية الذاتية في الضغط النفسي،

والتي كان تهذه الدراسة بعنوان الفاعلية الذاتية في بناء مشوع دراسي وعلاقتها بالضغط النفسي، واتبعت هذه الدراسة المنهج الوصفي.

وترجع نتيجة عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في الضغوط النفسية الى ان:

- طبيعة الضغوط واحدة وذلك من ناحية الاعاقة البصرية لأنهم يعانون من نفس الحرمان
- معاناتهم واحدة والاحساس بنقص واحد.
- يتلقون نفس الاهتمام في المراكز وفي الاسرة وفي المجتمع بغض النظر عن كونهم ذكورا واناث.

3. عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

الفرضية الجزئية الثانية: توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير المستوى الدراسي فتحصلنا على النتائج التالية الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (8) يوضح اختبار انوفا للفروق في الضغوط النفسية لدى متغير المستوى الدراسي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	888.529	3	296.176	1.69	غير دال
داخل المجموعات	5065.107	29	174.659		
المجموع	5953.636	32	/		

نلاحظ من خلال الجدول ان قيمة ف بالنسبة للضغوط النفسية (1.69) عند مستوى الدلالة غير دال مما يعني اننا نرفض هذه الفرضية ونقبل بالفرضية الصفرية التي تقول لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير المستوى الدراسي

- **مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية:** والتي تنص على انها توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير المستوى الدراسي، وبعد حساب النتائج لهذه الفرضية باستخدام اختبار انوفا وبالتالي تم التوصل الى انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير المستوى الدراسي، ونجد دراسة ثريا الارقط (2014) تتفق مع هذه الدراسة، والتي تحصلت على احدى نتائج الفرضية الجزئية على انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ مرتفعي ومنخفضي الفعالية الذاتية في الضغط النفسي تبعا لمتغير التحصيل، وكانت هذه الدراسة بعنوان الفاعلية الذاتية في بناء مشوع دراسي وعلاقتها بالضغط النفسي، واتبعت هذه الدراسة المنهج الوصفي.

واختلفت مع دراسة تنهيد عادل فاضل البير قدار(2010) التي تحصلت احدى نتائجه الجزئية على وجود فروق ذوي دلالة احصائية في مستوى الضغط النفسي والصلابة النفسية لصالح التخصص العلمي، والتي كانت عنوان هذه الدراسة بـ: الضغط النفسي وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية، والتي اتبعت المنهج الوصفي التحليلي.

ان المعاقين بصريا يختلف مستواهم الدراسي كالأفراد العاديين، الا انهم يختلفون عن الافراد العاديين في حاسة البصر أن الابصار يتم به اكتساب المعارف وعملية التعلم فهنا تكون المشكلة لديهم وكذلك تفرض على الفرد نوع معين من القصور الناتج عن النقص في حاسة الابصار الذي يؤدي بدوره الى معاناة المعاق بصريا ويولد لديهم شعورا بالنقص وتؤثر عليهم سلبا مما يزيد ضغوطهم النفسية ومشاكلهم التعليمية.

وترجع نتيجة عدم وجود فروق بين الضغوط النفسية والمستوى الدراسي لدى المعاقين بصريا الى ان:

- كما سبق الاشارة اليه فإن طبيعة الضغوط نفسها عند كل المعاقين بصريا وهي التعليمية والاجتماعية والاقتصادية وهذا ما يجعلها يتجاوز المستوى الدراسي ويكون في المستوى

الاعمق للجانب الاجتماعي الذي ظهر في السنوات المبكرة من حياتهم قبل التحاقهم بالمدرسة.

- التعلم المبكر لكيفية تجاوز الاعاقة بمساعدة الاهل والاخصائيين مما جعل مفهوم الاعاقة لديهم هو تحدي كبير من بداية عمرهم وبمجرد التحاقهم بالتعليم كانوا يتمتعون باستراتيجيات ايجابية في التعامل مع كل الضغوطات التي يمكن ان تصيبهم في ميدانهم الدراسي ولهذا لم تأثير الضغوط لديهم على مستواهم الدراسي
- تدخل الاهل والمساعدات التي يقدمونها يوميا في تجاوز معنى الاعاقة بالتدخل المباشر في تعليم المعاق في الاسرة.
- فتح مجال اجتماعي كبير لتحسين حالة المعاق بصريا من خلال الجمعيات والنشاطات الثقافية وتفتح العالم على الاعاقات بصفة عامة.

4. التوصيات واقتراحات:

من خلال النتائج المتحصل عليها ومن خلال هذا البحث نقترح مجموعة من التوصيات:

- الاهتمام بالمعاقين بصريا وذلك بتقديم برامج أكاديمية وعلمية وثقافية مختلفة تساير العصر ومتطلباته
- توعية المعاقين بصريا عن طريق اللقاءات والندوات العلمية في الضغوطات النفسية المسببة في خلق مشاكل لديهم وكيفية التخفيف منها
- وضع برامج لخفض الضغوطات لدى المعاقين بصريا
- توعية الاباء والامهات عن الضغوط النفسية واسبابها وكيفية علاجها لدى المعاقين بصريا لتخفيف من حدتها
- على اسر المعاقين بصريا ان توفر لأبنائها كل احتياجاتهم للاستقرار وعدم خلق الضغوط لديهم
- يجب التعرف على مستويات الضغط عند المعاقين بصريا والتخفيض منها لمعرفة التعايش والتكيف مع الحياة
- يجب على الباحثين والدارسين الاهتمام بموضوع الضغوط النفسية ومصادرها عند المعاقين بصريا وتوعية الاسر والمجتمع عن خطورة الموضوع
- على المعاق بصريا ان يدرك ما مدى خطورة تعرضه للضغط النفسي، وما يترتب عنه من أثار سلبية تؤثر على صحته النفسية والجسمية.

خلاصة الفصل:

من خلال إجراءات هذه الدراسة التي بعنوان "الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا وعلاقتها بالتحصيل الدراسي " وعلى هذا الاساس تم اختيار المنهج الوصفي الارتباطي وتم اعداد أداة جمع البيانات والمتمثلة في استبيان والذي يقيس الضغط النفسية وذلك بالتحقق من صدق وثبات المقياس عن طريق الدراسة الاستطلاعية وشملت العينة 33فردا، ومن خلال هذه الدراسة تم استنتاج النتائج التالية:

- لا توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى المعاقين بصريا.
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير الجنس
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

قائمة المراجع

قائمة المراجع

- **الكتب:**

1. ابراهيم عبد الله فرج زريقات، 2006: **الإعاقة البصرية المفاهيم الاساسية والاعتبارات التربوية**، دار المسيرة، عمان:ط1

2. احمد حسن اللقائي، فارعة حسن محمد، 1995: **التدريس الفعال**، ط3، عالم الكتب، القاهرة

3. احمد حسن خميستي، 2014: **تربية الاطفال المعاقين ذوي الاحتياجات الخاصة في الاسرة والمدرسة والمجتمع**، دار النهار للنشرودار القلم العربي، الجزائر:ط1.

4. اديب محمد الخالدي، 2003: **سيكولوجية الفروق الفردية والتفوق العقلي**، ط1، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان

5. برو محمد،2010: **اثر التوجيه المدرسي على التحصيل الدراسي في مرحلة الثانوية**، د ط، دار الامل للطباعة والنشر والتوزيع

6. بطرس حافظ بطرس، 2010: **تكييف المناهج للطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة، دار المسيرة**، عمان: ط1

7. تسيير مفالح كوافحة وعمر عبد العزيز،2010: **مقدمة في التربية الخاصة**، دار المسيرة، عمان، ط4

8. جمال عطية فايد، 2009: **سيكولوجية الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة والمتعددة والمتطلبات النفسية والتربوية لرعايتهم**، دار الجامعة الجديدة، جامعة المنصورة:ط1

9. الجميل محمد عبد السميع شعلة، 2000: **التقويم التربوي للمنظومة التربوية**، دار الفكر العربي، القاهرة

10. حنورة مصري عبد الحميد، 1991: **رعاية الطفل المعوق**، دار الفكر العربي، القاهرة

11. راضي الوقفي، 2008: **اساسيات التربية الخاصة**، دار دهينة للنشر،الاردن:ط1

12. رشاد صلاح الدمنهوري، 1999: **التنشئة الاجتماعية والتأخر الدراسي دراسة ف علم النفس الاجتماعي التربوي**، ط1، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية

13. الرشيدي بشير صالح (2000) **مناهج البحث التربوي**، ط1، دار الكتاب الحديث، القاهرة، مصر

14. زياد كامل اللالا، دس: **اساسيات التربية الخاصة**، د ط، دار المسيرة، عمان

15. سامي محمد ملحم، 2002: **صعوبات التعلم**، دار المسيرة، عمان: ط1

16. سعيد حسني العزة، 2001: **التربية الخاصة لذوي الاعاقات العقلية والبصرية والسمعية والحركية**، الدار العالمية، عمان: ط1

17. سعيد حسني العزة، 2002: **مدخل الى التربية الخاصة**، دار المسيرة، عمان: ط1

18. سعيد عبد الرحمان،1998: **القياس النفسي النظرية والتطبيق**، دار الفكر العربين القاهرة: ط3

19. سليمان عبد الرحمان سيد، 1988: **سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة، ج1، المفهوم والفئات**، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة

20. سناء الخوالي، 1984: **الاسرة والحياة العائلية**، د ط، دار النهضة العربية، بيروت

21. شواهين، خير سليمان، 2010: **استراتجيات التعامل مع ذوي الاحتياجات الخاصة**، ط1، دار المسيرة ، عمان

22. شيلي تايلور، 2008: **علم لنفس الصحي، ترجمة وسام درويش بريك وفوزي شاكر داود**، ط1، دار حامد للنشر والتوزيع، عمان، الاردن

23. صالح عبد المحي محمود حسن، 2002: **متحدو الإعاقة من منظور الخدمة الاجتماعية**، دار الفكر: القاهرة

24. الصرف علي قاسم، 2002: **القياس والتقويم في التربية والتعليم**، د ط، دار الكتاب الحديث، الكويت

25. طه عبد العظيم حسين، 2006: **استراتيجيات ادارة الضغوط التربوية النفسية**، ط1، دار الفكر، عمان

26. طه عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم حسين، 2006: **استراتيجية مواجهة الضغوط التربوية والنفسية**، ط1، دار الفكر، عمان، الاردن

27. طه عبد القادر،1993: **معجم علم النفس والتحليل النفسي**، د ط، دار النهضة العربية، بيروت

28. ظريفة قريسي،2008: **الارسال الاول، الديوان الوطني للتكوين**، وزارة التربية الوطنية، الجزائر

29. عبد الرحمان العيسوي، 1974: **القياس والتجريب في علم النفس** ،د ط، دار النهضة، بيروت

30. عبد الرحمان العيسوي،1984: **سيكولوجية المراهق المسلم المعاصر**، د ط، دار الوثائق للنشر والتوزيع، الكويت

31. عبد الرحمان العيسوي،2000: **القياس والتجريب في علم النفس والتربية**، دار النهضة العربية، بيروت: د ط

32. عبد الرحيم، نصر الله عمر، 2002، **الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وتأثيرهم على الاسرة والمجتمع**، ط1، دار وائل للنشر، عمان

33. عبد السلام محمد احمد، 1960: **القياس النفسي التربوي**، مجلد الاول، ط1ن مكتبة النهضة المصرية القاهرة

34. عبد السلام محمد صبحي، 2009: **مهارات التعامل مع ذوي الاحتياجات الخاصة**، دار المواهب، الجزائر :ط1

35. عبد الفتاح دويدار،1994: **اصول علم النفس الاجتماعي وأصوله ومبادئه**، دار النهضة الجامعية، لبنان: د ط

36. عبد الفتاح عبد المجيد الشريف،2011: **التربية الخاصة وبرامجها العلاجية**، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة: ط1

37. عبلة بساط جمعة، 2002: **مهارات في التربية النفسية**، ط1، بيروت

38. عكاشة، محمود فتحي، 1999: **علم النفس الصناعي**، د ط، مطبعة الجمهورية الاسكندرية

39. علي عبد المجيد احمد، د س، **التحصيل الدراسي وعلاقته بالقيم الاسلامية والتربوية**، ط1، مكتبة حسين المصرية للنشر والتوزيع، بيروت، لبنان

40. فاد عيد جوالدة، 2012: **الإعاقة البصرية**، دار الثقافة، عمان: ط1

41. فاروق السيد عثمان،2001: **القلق و أدارة الضغوط النفسية**، ط1،دار الفكر العربي، القاهرة

42. كمال عبد الحميد زيتون، 2003: **التدريس لذوي الاحتياجات الخاصة**، ط1، عالم الكتب، الاسكندرية

43. ماجد بهاء الدين، 2007: **الاعاقة العقلية**، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، ط2

44. محمد جاسم لعبيدي، 2009: **علم النفس التربوي تطبيقاته**، ط1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان ، الاردن

45. محمد مصطفى زيدان، 1980: **سيكولوجية لتلميذ التعليم العام**، د ط، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر

46. محمود يوسف الشيخ، 2007: **مشكلات تربوية المعاصرة(مفهومها، مظاهرها، اسبابها، علاجها)**،ط1، دار الفكر العربي، القاهرة

47. محمود يوسف الشيخ، 2007: **مشكلات تربوية معاصرة**، دار الفكر العربي، ط1، د ب

48. مصطفى نوري القمش وآخرون،2007: **سيكولوجية الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة**، دار المسيرة، عمان: ط1

49. مصطفى نوري القمش، 2013: **الاعاقات المتعددة**، دار المسيرة، عمان:ط1

50. منى صبحي الحديدي، وجمال محمد الخطيب،2009: **مدخل الى التربية الخاصة**، دار الفكر، عمان: ط1

51. هارون توفيق الرشيدي، 1999: **الضغوط النفسية**، ب ط، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة

52. ولي جاسم محمد وابوعلام، 2004: **علم النفس التربوي وتطبيقاته**، مكتبة دار الثقافة لنشر، الاردن: د ط

- **الرسائل الجامعية**

53. احلام العباسي وآخرون،2014/2013: **التوجيه بالرغبة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لتلاميذ السنة اولى ثانوي**، دراسة مكملة لنيل شهادة ليسانس في علوم التربية، غير منشورة، جامعة الوادى، الجزائر

54. الاسطل، مصطفى راشد مصطفى،2010: **الذكاء العاطفي وعلاقته بمهارة مواجهة الضغوط**، لدى طلبة كلية التربية بجامعة غزى، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الاسلامية، كلية التربية، قسم علوم النفس التربوي (ارشاد نفسي)

55. آسيا مقدم، حيزية بن خدوج، مسعودة سوفي،2014: **استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والاسرية لدى مراهق المتمدرس" تلاميذ رابعة متوسط"**، مذكرة مكملة لشهادة ليسانس غير منشورة جامعة الوادى

56. امال بن يوسف،2008: **العلاقة بين استراتيجيات التعلم والدافعية للتعلم واثرها على التحصيل الدراسي**، رسال ماجستير في العلوم والتربية مودعة بالجامعة الجزائر

57. ايمان بوضبية، نعيمة يوسفي، زينب بلحشاني، 2015: **التوافق النفسي لدى عينة الصم البكم و المعوقين بصريا**، مذكرة غير منشورة، جامعة الوادى، الجزائر

58. تنهيد عادل فاضل البيرقدار،(2010): **الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية**، مجلة ابحاث كلية التربية الاساسية المجلد 11، العدد 1، جامعة الموصل

59. ثريا الارقط (2014): **الفاعلية الذاتية في بناء مشروع دراسي وعلاقتها بالضغط النفسي**، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر غير منشورة، جامعة الوادى، الجزائر.

60. دعو سميرة، شنوفي نورة (2013): **الضغوط النفسية واستراتجيات المواجهة لدى ام الطفل التوحدي**، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي غير مشورة، جامعة البويرة، الجزائر

61. زرارقة فيروز، **التوجيه المدرسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي**، رسالة ماجستير في علم اجتماع التنمية، قسنطينة غير منشورة، الجزائر

62. سعاد بن بردي وشفاء لوبيري، 2012: **علاقة اساليب تفكير الاساتذة بأساليب تفكير التلاميذ وأثره على التحصيل الدراسي في مادة الرياضيات**، مذكرة ليسانس غير منشورة ، الوادى

63. سمية بلقاسمي،2014: **الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية الانجاز الاكاديمي لدى تلاميذ البكالوريا**، مذكرة غير منشورة ، جامعة حمه لخضر الوادى، الجزائر

64. نجلاء ابراهيم الصديق، 2010، **الضغوط النفسية لدى المراهقين المعاقين بصريا بمعهد النور للمكفوفين ببحري وعلاقتها ببعض المشكلات السلوكية**، بحث مقدم الى جامعة الخرطوم لنيل درجة الماجستير الآداب في علم النفس غير منشورة، جامعة الخرطوم، السودان

65. نزيهة شقري، نصيرة خضير،2013: **التوافق النفسي والاجتماعي لدى التلاميذ المعاقين بصريا**، مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في علوم التربية تخصص تربية خاصة غير منشورة، جامعة الوادى، الجزائر.

- **المجلات.**

66. ابراهيم، لطفي عبد الباسط،1994: **عمليات تحمل الضغوط في علاقتها بعدد المتغيرات النفسية لدى المعلمين**، مجلة مركز البحوث التربوية، العدد5، امعة قطر، 95-128

67. اسامة عزيز، 2010: **دراسات نفسية وتربوية بعنوان الرعاية الاجتماعية للمعاقين بصري**ا، العدد 4

68. جاسم خواجة،2000: **علاقة الضغوط لنفسية بالإصابة بالسرطان**، لمجلة الدراسات النفسية، العدد الثاني ابريل

69. رجاء، مريم، 2008:مصادر الضغوط النفسية، مجلة جامعة دمشق، المجلد 24، العدد(2)

70. عبد العزيز الشخص، وزيدان السرطاوي،1998: **الضغط النفسية لدى اولياء امور الاطفال المعوقين واساليب مواجهتها**، مركز البحوث التربوية، الرياض.

71. عبد الله الضريبي،2010: **اساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات**، مجلة جامعة دمشق- المجلد26- العدد الرابع، دمشق

72. عبد المنعم احمد الدردير،2004: **دراسات معاصرة في علم النفس المعرفي، عالم الكتب للنشر**، القاهرة، المجلد2، ط1

73. محمد يوسف(1999): **الضغط النفسي لدى المعلمين وحاجاتهم الارشادية**، مجلة البحوث التربوية، جامعة قطر، العدد (15)

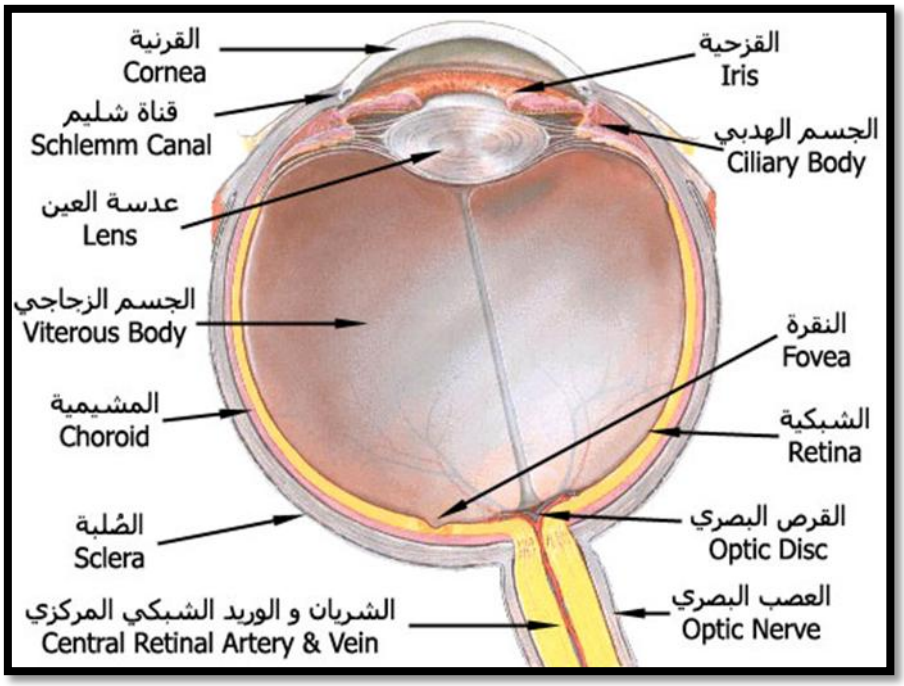
- **المراجع بالفرنسية**

74. Dominique Servant,2007,Gestion Stress et de l' enxiètè 2e, èdition,masson France www,kotobarabia,com/psychologie/24/01/2018/ 17:49(محمد حسن غانم

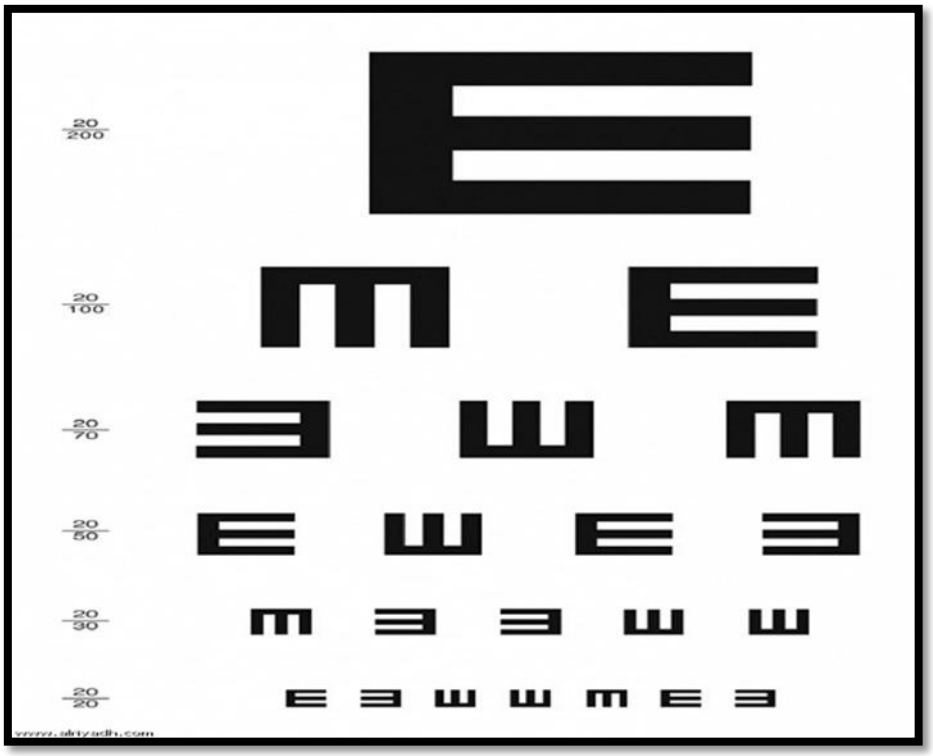
75. Norbert Siamy, 1999, Dictionnaire de psychologie, larousse, paris.

الملاحق

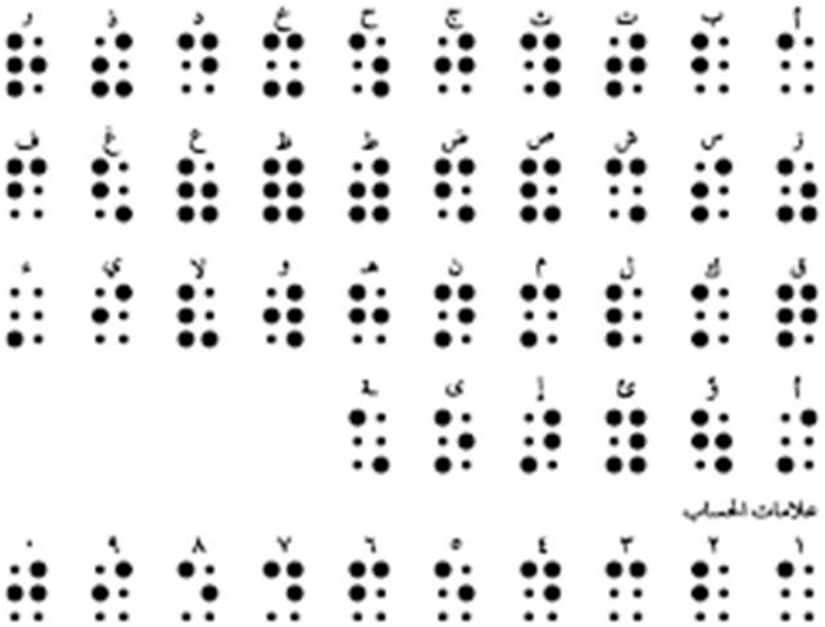
الملحق رقم (1) تشريح الجهاز البصري



الملحق رقم(2) لوحة سنلن



الملحق رقم(3) حروف برايل



الملحق رقم (4) **طابعة بيركنز اليدوية**

الملحق رقم (5) اساتذة صدق المحكمين

الرقم	الاسم	التخصص	الدرجة العلمية	مكان العمل
01	عمار حمامة	علم النفس تنظيم وعمل	استاذ مساعد أ	جامعة الوادى
02	زاكي مكاوي	علم النفس تنظيم وعمل	ماجستير	جامعة الوادى
03	علي خرف الله	علم النفس العيادي	استاذ محاضر ا	جامعة الوادى
04	عبد الرزاق باللموشي	علوم التربية	ماجستير	جامعة الوادى
05	احمد فرحات	علم نفس الدراسي	دكتورا في علم النفس	جامعة الوادى

الملحق رقم (6)

جامعة الشهيد حمة لخضر- الوادي

كلية العلوم الاجتماعية و الإنسانية

قسم العلوم الاجتماعية

اسم الأستاذ: .....

التخصص:.....

أستاذي المحترم، أستاذتي المحترمة

في إطار إعداد مذكرة ماستر بعنوان : الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا المتمدرسين وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، من إعداد الطالبة: إيمان بوضبية وإشراف الاستاذة: ليلى خنيش.

نضع بين أيديكم هذا الاستبيان الذي يقيس الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا.

نرجوا من سيادتكم إبداء ملاحظاتكم حول:

- ❖ صياغة البنود اللغوية.
- ❖ انتماء البنود لأبعادها.
- ❖ سهولة البنود وتناسبها مع أفراد العينة.

شـــــــــــــــاكـــــــرين

لـــــــــــــــــــكم تعـــــــــــاونـــــــــــــــكم

تعريف الضغوط النفسية

هي استجابة الفرد لعوامل داخلية او خارجية سواء ان كانت نفسية او جسدية مما تهدد على حيياتهم وتولد لديهم الاحساس بالقلق والتوتر والضيق والانقباض عند زيادة هذه الضغوط قد يفقد الفرد قدرته على الاتزان مما يلجئ الى تغيير سلوكه عما كان عليه

ابعاد الضغوط النفسية: الاعراض النفسية والعضوية، مشاعر اليأس والاحباط، المشكلات المعرفية والنفسية للطفل، المصاحبات الاسرية والاجتماعية، القلق على

مستقبل الطفل، مشكلات الاداء الاستقلالي للطفل، عدم القدرة على تحمل اعباء الطفل المعوق

البدائل :

البدائل	غير مناسبة	مناسبة جدا	التعديل
دائما			
غالبا			
لا ادري			
احيانا			
نادرا			

الرقم	العبارة	يقيس	لا يقيس	التعديل
البعد الأول : الرضا عن الحياة				
01	لدي القدرة على اتخاذ القرارات المهمة في حياتي			
02	قدراتي العقلية تؤهلني للتفوق في جميع المجالات			
03	أحاول الترفيه عن نفسي مرة كل أسبوع			
04	استخدم الحاسوب والانترنت			
05	اشعر بالسرور حين استمع إلى المذياع وأشاهد التلفاز			
06	اشعر بالحيوية والنشاط رغم إعاقتي			
07	اعتقد أني شخص اجتماعي مرغوب به			
08	اهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن			
09	أنا راضي عن الوقت الذي اقضيه مع الناس			
10	أنا راضي على أسرتي كما هي			
11	اشعر بالسعادة في حياتي والارتياح وعدم التوتر			
البعد الثاني : الأمل في المستقبل				
12	أفكر في أن يكون لدي عدد من			

	الأبناء مستقبلا				
13	أفكر في السفر للخارج للراحة و الاسترخاء				
14	لدي تفاؤل تجاه مستقبلي				
15	اطمح لأكون شخص ذو قيمة بين أفراد المجتمع				
16	أتخيل بان مستقبلي مشرق				
17	لدي القدرة على مواجهة الصعوبات التي تواجهني في حياتي				
18	أسعى لأكون شخص مميز بين أفراد أسرتي				
19	ارغب في الحصول على وظيفة تتناسب وإعاقتي				
البعد الثالث : الدعم والمساندة الاجتماعية					
21	أنا راضي عن الخدمات الصحية التي يقدمها المجتمع				
22	احصل على دعم عاطفي من أسرتي				
23	أنا راضي عن المساندة الاجتماعية التي يقدمها لي أصدقائي				
24	افتخر بوجودي داخل أسرة لا مثيل لها				
25	يزورني بعض الأصدقاء دوما				
26	اجلس مع الأسرة أو الأصدقاء لمناقشة بعض الأمور الخاصة بي				
27	أسرتي تسعى دائما لملء وقت فراغي				
28	يسعدني تواجدي مع أشخاص اجتماعيين ومرحين				
29	أنا راضي عن عدد أصدقائي				
البعد الرابع : الحالة النفسية والانفعالية					
30	أنا فخور بهدوء أعصابي				
31	اشعر بالحزن بدون سبب واضح				
32	من الصعب استثارتي انفعاليا				

33	اشعر أني عصبي			
34	اقلق من الموت			
35	اشعر أني متزن انفعاليا			
36	اشعر بالاكتئاب			
37	استطيع ضبط انفعالاتي			
38	اشعر بالأمن و الأمان			
39	اشعر بالقلق والتوتر			
البعد الخامس: الكفاية الاقتصادية				
40	وضعي المادي يساعدني على تحقيق أهدافي وآمالي			
41	تقوم الأسرة بتلبية جميع احتياجاتي المادية			
42	وضعي الاقتصادي يقف عقبة أمام تحقيق آمالي			
43	أتلقى منحة بشكل منتظم			
44	مدخولي الشخصي لا يكفي لتغطية كافة احتياجاتي			
45	أنا راضي على الطريقة التي احصل بها على مصروفي			
46	مصروفي يكفي حتى للإنفاق على المرح والتسلية			

الملحق رقم (7)

مقياس الضغوط النفسية

التعليمات

تقوم الطالبة الباحثة بأعداد مذكرة بعنوان:

الضغوط النفسية لدى المعاقين بصريا المتمدرسين وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، لنيل شهادة الماستر في التربية الخاصة في جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادى، واضع بين يديك مقياس الضغوط النفسية، وهو عبرة عن مجموعة من الفقرات، ارجو منك قرائتها بدقة ثم القيام بتحديد مدى انطباق محتوى هذه الفقرات عليك وذلك بوضع اشارة(x)في المكان المحدد للإجابة حسب البدائل دائما ،احيانا لا يحدث ومثال على ذلك:

الرقم	العبارات	**دائما**	**أحيانا**	**لا يحدث**
01	أشعر بالخمول والكسل وعدم الرغبة في ممارسة أي نشاط			
02	أشعر بالتعب عقب أي نشاط ولو بسيط			

ارجو ان تكون اجابتك دقيقة وصادقة من أجل تحقيق الاهداف المرجوة من هذه الفقرات، علما بأن اجابتك تستخدم لأغراض علمية فقط وسنحرص على سريتها، وطالبا منك ملئ هذه المعلومات:

العمر:.....، الجنس.....

المؤسسة.....المعدل.....

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	لا يحدث
01	أشعر بالخمول والكسل وعدم الرغبة في ممارسة أي نشاط			
02	أشعر بالتعب عقب أي نشاط ولو بسيط			
03	أعاني من الأرق وصعوبة النوم			
04	احزن لأبسط الاسباب			
05	لا اشعر بأي متعة في حياتي			
06	أشعر بضيق في التنفس دون سبب واضح			
07	اعاني من صداع دون سبب واضح			
08	لا استطيع التحكم في اعصابي			
09	ألوم نفسي بشدة على ابسط			
10	بصعب عليا اتخاذ قرار ولو بسيط			
11	أشعر بعدم الرغبة في تناول الطعام			
12	أشعر بعدم الارتياح بوجود الآخرين			
13	أشعر بالإحباط			
14	أشعر بعدم الرغبة في الحياة			
15	أشعر بالآلام في مفاصلي دون سبب واضح			
16	يصعب عليا تذكر الأشياء ولو بسيطة			
17	أعاني من الإضرابات الهضم			
18	أشعر بالقلق معظم الوقت دون مبرر			
19	أعاني آلام بمعدتي			
20	أعاني من الاضطرابات في الامعاء تسبب لي الإمساك تارة والاسهال تارة اخرة			
21	أشعر ان اسرتي تعاني ضغوطا بسبب اني معاق			
22	اشعر حياتي تحطمت بسبب الإعاقة			
23	أشعر ان اقاربي يحاولون تجنب التعامل مع اسرتي بسبب اني معوق			
24	أشعر اني وحيد بسبب الإعاقة			
25	أشعر ان اسرتي سوف تعاني الكثير بسبب اعاقتي			
26	تزعجني كثرة التعليمات والتوجيهات اني معاق.			
27	يؤلمني إحجام الناس من الزواج من اسرتي بسبب اعاقتي.			

28	تواجهني صعوبة اكثر من الفهم			
29	يصعب عليا التركيز والانتباه لفترة طويلة			
30	اشعر اني ليس لدية ثقة بنفسي			
31	يصعب عليا التعامل مع الاقران			
32	يقلني عدم القدرة على الضبط الانفعالي			
33	لا استطيع التعبير عن مشاعري			
34	يقلقني خوفي من الاشياء الكثيرة			
35	اشعر بالتوتر حينما اصطحب الى الأماكن العامة			
36	لا يمكنني زيارة اصدقائي وقت ما اشاء			
37	يتخلى افراد الاسرة عن الكثير من الضروريات بسبب اعاقتي			
38	اتجنب الحديث مع الآخرين لني معوق			
39	اشعر احيانا بالحرج بسبب اعاقتي			
40	اشعر اني امثل مشكلة دائمة للأسرة			
41	اشعر بالحزن الشديد عندما افكر في حالتي			
42	اشعر بالقلق والضيق حينما افكر بمستقبلي			
43	اشعر بالإحباط حينما ادرك اني لا اعيش حياة طبيعية			
44	يؤلمني الشعور بأني سأقضي كل حياتي معوقا			
45	اشعر بالإحباط وخيبت الأمل تجاه اسلوب حياتي			
46	اشعر ان امكانياتي محدودة بحيث لا تمكنني من اداء مهام الحياة اليومية			
47	أعتقد ان اسرتي تؤدي مهاما تفوق المهام التي تقدمها الاسرة العادية			
48	اشعر بان انجازاتي اقل بكثير ما هو متوقع مني			
49	اتمنى لو كانت اعاقتي حلم سوف افيق منها			
50	اشعر بالاسى من الصورة المشوهة التي تقدمها وسائل الاعلام عن المعوقين			
51	لا استطيع الاعتماد على نفسي في ارتداء ملابسي			
52	لا استطيع استخدام الحمام لوحدي			
53	اجد صعوبة في التعرف على مكان منزلي			
54	لا استطيع المشاركة في الالعاب الرياضية			

55	افتقد القدرة في التحكم في حركتي			
56	لا استطيع المشي دون مساعدة			
57	يصعب عليا التعلم المهارات البسيطة			
58	يزعجني انني لا استطيع المحافظة على نظافة ملابسي			
59	اشعر ان متطلباتي تفوق قدرة اسرتي			
60	اشعر ان الناس لا يراعون مشاعري			
61	اشعر بأنني تخليت عن الكثير من الاشياء التي كنت اتمناها بسبب اعاقتي			
62	متطلباتي كثيرة ومرهقة بالنسبة لأسرتي			
63	يزعجني اني عدواني بصورة لا تطاق			