ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال كما يدركها الأطفال وكما يدركها المعلمون

م.علي هاشم جاوش الباوي
الكلية التربوية المفتوحة / واسط

ملخص البحث

ورثت الطفولة العراقية شأنها شان بقية شرائح المجتمع العراقي الضعيفة، تركة ثقيلة ورهيبة كان في مقدمتها الأزمات الاقتصادية – الاجتماعية، التي طالت انعكاساتها عموم شرائح المجتمع العراقي، وشكلت الضغوط النفسية من بينها هماً يوميا باعتراف المصادر الرسمية. وأكدت تقارير دولية نشرت عشية سقوط النظام السابق، وجود ٥ ملايين و٣٠٠ ألف طفل يتيم وقرابة ٩٠٠ ألف من ذوي الاحتياجات الخاصة، من المعاقين جسديا وعقليا. أما الحروب التي مر بها العراق فقد خلفت تأثيرات خطيرة على حياة الأطفال وصحتهم ونفسيتهم وسلوكياتهم، ذلك لان التعرض، خاصة طويل الأمد، للصدمات والقلق والضغط من جراء الحرب، يترك آثاره على البناء النفسي للطفل، ومصادر النظام السابق نفسها كشفت في مطلع عام ١٩٩٥ فقدان ٩و١٢ % من مجموع الأطفال العراقيين لآبائهم، و٣و٩ % لأمهاتهم، و٥و٣٦% لأفراد من عوائلهم، وقد ازدادت هذه المؤشرات كثيرا عقب الحرب الأخيرة عام ٢٠٠٣. واستنادا إلى مجموعة من علماء نفس الطفل ممن لهم خبرة عقد من الزمن في حروب أوغندا وموزمبيق والسودان، فان (الأطفال العراقيين هم الأكثر معاناة بين أطفال الحروب، الذين تم وصفهم).

ومع أن جميع المعنيين وغيرهم يدركون وهم على دراية تامة بواقع الأوضاع الصحية والنفسية في العراق، وبما تستلزمه من إجراءات جدية وعاجلة، إلا أن الكلام والوعود الكثيرة لم تقترن سوى بأفعال بسيطة، ودون المستوى المطلوب (تقرير منظمة اليونيسيف، مكتب بغداد، ٢٠٠٥).

وبما أن أطفال العراق مروا ويمرون بخبرات الضغط النفسي بسبب تعرضهم لصدمات نفسية كثيرة، كان لها الأثر السيئ في صحتهم النفسية وتكيفهم مع تطورات الحياة ونهوض المجتمع نحو الأفضل فانه من المهم أن يكون الأفراد المهمين لدى الطفل ومنهم المعلمون على وعي بمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال بهدف الوقاية منه، والحد من تكرار الأحداث المثيرة له.

وهناك مؤشرات تدل على أن خبرة الضغط النفسي لدى الاطفال غير مدركة من قبل المعلمين، وقد تبين في ضوء الدراسات ذات الصلة أن عدم فهم الجماعة المرجعية لدى الطفل لمصادر الضغط النفسي وشدته لدى الأطفال يزيد من معاناتهم، ويقلل من فرص تقديم المساعدة لهم، وهذا بدوره يشكل مصدرا للضغط النفسي. وتأتي أهمية هذه الدراسة من أن نتائجها يمكن أن تلفت نظر المربين إلى أهمية وضع البرامج الوقائية والإرشادية، كما يمكن أن تساعد في توافر أفضل سبل الاتصال بين الأطفال والمعلمين وبالتالي تحسين الصحة النفسية لدى الاطفال.

وإزاء ذلك يسعى البحث الحالي إلى معرفة مستوى الضغوط النفسية لدى الاطفال.

وفي ضوء ما تقدم تحددت فرضيات البحث بآلاتي:

١- تشيع الضغوط النفسية بين الأطفال بدرجة عالية.

٢-لا توجد فروق ذات دلالة بين الأطفال والمعلمين في تقدير مستوى الضغط النفسي لدى الاطفال.

٣- يوجد اتفاق بين الأطفال والمعلمين في ترتيب مصادر الضغط النفسي من حيث الشدة لدى الاطفال.

وقد اقتصر البحث الحالي على الأطفال التلاميذ (الذكور والإناث) بعمر (١١ – ١٢) سنة في مدينة الكوت / المركز، الدارسين في المدارس الابتدائية، وكذلك الهيئة التعليمية في المدارس نفسها للعام الدراسي ٢٠٠٦ / ٢٠٠٧ .

وفيما يتعلق بالإطار النظري، فقد وضع الباحث خلفية نظرية تناولت بعض الأدبيات المتعلقة بمصادر الضغط النفسي،

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

والحروب وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى الأطفال، والتأثيرات غير المباشرة للحرب على الأطفال، وبعض الدراسات التي تناولت مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال وآثار الضغط النفسي لدى الأطفال وإدراك الكبار للضغط النفسي لدى الاطفال.

وتحقيقا لفرضيات البحث الحالي، تطلب الأمر إعداد قائمة لاستكشاف الضغوط النفسية لدى الأطفال، حيث تم عرض القائمة على لجنة من المتخصصين في ميدان علم النفس لإبداء آرائهم حول صلاحيتها للقياس، وفي ضوء ذلك تم الحصول على (٣٦) فقرة تؤلف القائمة.

أما الثبات فقد تم استخراجه بطريقة التجزئة النصفية وقد بلغ (٦١و٠) ثم صحح بمعادلة سبيرمان براون فبلغ(٧٦و٠). ثم طبقت القائمة على عينة من الأطفال بلغت (١٤٥) تلميذا وتلميذة بواقع (٨٠) ذكور و (٦٥) اناث. وقد تم اختيار العينة على وفق الاختيار العشوائي البسيط من تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر(١١ – ١٢) سنة، كما شارك في هذا البحث(١٢٠) معلما ومعلمة، من العاملين في المدارس الابتدائية التي اختيرت منها عينة التلاميذ نفسها.

وقد توصلت نتائج البحث إلى ماياتي:

أولا – تشيع الضغوط النفسية بين الأطفال بدرجة عالية.

ثانيا – أن أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال هي:

١- طلاق الوالدين.
٢- الاستهزاء.
٣- صوت الانفجارات.
٤- الشعور بالمرض.
٥- مرض أحد أفراد الاسرة.
٦- صوت الاطلاقات النارية.
٧- قلة توافر بعض الحاجات الضرورية.
٨- الحصول على درجات ضعيفة في المدرسة.
٩- وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة.
١٠- الشتم.

ثالثا – إن شعور الأطفال بمستوى الضغط النفسي لديهم أعلى من شعور المعلمين بمستوى الضغط النفسي لدى الاطفال.

رابعا – لا يوجد اتفاق بين تقديرات الأطفال وتقديرات المعلمين في ترتيب مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال من حيث الشدة.

وفي ضوء النتائج قدم الباحث بعض التوصيات والمقترحات.

مشكلة البحث وأهميته:

ورثت الطفولة العراقية شأنها شأن بقية شرائح المجتمع العراقي الضعيفة تركة ثقيلة ورهيبة، كان في مقدمتها الأزمات الاقتصادية – الاجتماعية، التي طالت انعكاساتها عموم شرائح المجتمع العراقي، وشكلت الضغوط النفسية من بينها هماً يومياً باعتراف المصادر الرسمية، حيث ازدادت من ٨و٢٤% قبل عام ١٩٨٩ إلى ٦٢% في عام ٢٠٠٢. وأكدت تقارير دولية، نشرت عشية سقوط النظام السابق ، وجود ٥ ملايين و ٣٠٠ ألف طفل يتيم، وقرابة ٩٠٠الف من ذوي الاحتياجات الخاصة من المعاقين جسديا وعقليا، وأكثر من مليون ونصف المليون أرملة، عدا مئات الآلاف من المطلقات. وكان اغلب تلك النساء يقمن بإعالة أطفالهن ، الذين شكلوا نحو ٧ ملايين طفل، وجميع هؤلاء يعيشون بمستوى

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

مادي مترد جدا ودون الحد الأدنى للمستوى المعيشي. أما الحروب التي مر بها العراق فقد خلفت تأثيرات خطيرة على حياة الأطفال، وصحتهم، ونفسيتهم، وسلوكيتهم. ذلك أن التعرض، خاصة طويل الأمد، للصدمات والقلق والضغط من جراء الحرب، يترك آثاره على البناء النفسي، وأحيانا الجسدي، للطفل. فالحرب لاتشوّه الجسد فحسب بل وتشوّه الطاقات العقلية والنفسية أيضا. ومصادر النظام السابق نفسها كشفت في مطلع عام ١٩٩٥ فقدان ٩و١٢% من مجموع الأطفال العراقيين لآبائهم، و ٣و٩% لأمهاتهم، و ٥و٣٦% لأفراد من عوائلهم . وقد ازدادت هذه المؤشرات كثيرا عقب الحرب الأخيرة عام ٢٠٠٣. وكانت محنة الأطفال صارخة حينما أشارت السيدة سناء فرنسيس – مديرة مشروع الرعاية النفسية للأطفال آنذاك، الى ان الغالبية من الأطفال العراقيين يعانون من مشكلات نفسية كبيرة وخطيرة، مما اثر سلباً على استيعابهم لدروسهم، وبالتالي على مستواهم الدراسي(منظمة اليونيسيف، مكتب بغداد،٢٠٠٥).

كما أن حصاد الحرب الأخيرة والأوضاع الاستثنائية وآثارها النفسية المدمرة ضاعفت من مستويات المعضلة النفسية والعقلية، التي كانت سائدة في العراق عشية الحرب، مسببة ازدياد أعداد العراقيين الذين يعانون من حالات الصدمة، والانهيار، والخوف، والقلق، والاكتئاب الشديد، والضغط النفسي، والكوابيس، والتبول اللاإرادي، وغيرها، أضعاف ما كانت عليه . وقد حذر أطباء متخصصون ووكالات إغاثة دولية من احتمال ان تمتد آثار ذلك لسنوات طويلة وسط المجتمع، وناشدوا جميع المعنيين بالمشكلة حماية أطفال العراق من كل ما يؤثر سلبا عليهم من الناحية النفسية والجسدية، منطلقين من عمق تداعيات الصدمة والأزمة النفسية، التي يصاب الأطفال بها أثناء الحرب، والتي ستؤثر على نموهم، وتنعكس على شخصياتهم وسلوكهم وتدوم لفترات طويلة، ومن نتائجها جنوح الأطفال، والسلوك العدواني، والعنف، وانتشار الجرائم. ويؤكد الخبراء أنه بعد فترات طويلة على التئام الجروح العضوية لدى الأطفال والمراهقين الذين عانوا من الحروب، تبقى الصدمات النفسية شاهدا لا تمحوه الأيام. وفي بعض الحالات تنتقل الصدمات النفسية من جيل إلى آخر، من الأم إلى الطفل بحسب ما أوضحه أطباء نفسيون ومسؤولون في المجال الإنساني، وتؤكد ليزا اوس رونغرت من منظمة (أطباء بلا حدود) غير الحكومية، أن تصرفات الطفل (النابعة من الخوف) تنعكس على علاقته بوالدته ما يعيد صدمتها إلى الواجهة، وأحيانا تعود الصدمة التي تكون مكبوتة منذ الطفولة لتبرز خلال فترة المراهقة. (Craig,1996,p.486)

وأوضح لاشال، خلال المؤتمر الـ١٢ للجمعية الأوربية لعلم نفس الطفل والمراهق، الذي عقد في باريس، أن الحرب تؤدي إلى تدمير الأماكن الآمنة، مثل المنزل العائلي، والى تغيير العادات الاجتماعية، وإبراز العنف وعدم السيطرة على الانفعالات، ومن شان ذلك التسبب بالخوف، والغضب، وتنمية الميل إلى العنف، وفقدان القيم، أو تحويرها، و(سيطرة المشاعر على الانفعالات) لدى المراهقين.

واستنادا إلى مجموعة من علماء نفس الطفل، لهم خبرة عقد من الزمن في حروب أوغندا وموزنبيق والسودان، فان(الأطفال العراقيين هم الأكثر معاناة بين أطفال الحروب، الذين تم وصفهم).

وقد حذر تقرير لممثل وكالة إنسانية دولية عملت في العراق من أن المستقبل قاتم بالنسبة للأطفال الذين ينمون في ظل الظروف الحالية، فهم يحصلون على تعليم محدود، وفاتتهم ثورة المعلوماتية، فيما يبدأ الكثير منهم العمل اعتبارا من عمر الثانية عشر عاما، ونبه هانز فون سبونيك – المنسق السابق لبرنامج المم المتحدة الإنساني – في تقرير له على أن الوضع القائم في العراق سوف يؤدي إلى ظهور جيل من الشباب أكثر تطرفا وعنفا من أي وضع سابق معروف، فهؤلاء الشباب يشعرون بالمرارة والغضب، ويحسون أن العالم قد تخلى عنهم.(تقرير منظمة اليونيسيف، مكتب بغداد، ٢٠٠٥)

ولعل الادهى، أن الحرب عام ٢٠٠٣، والآلة الحربية الرهيبة التي استخدمت خلالها، وتميزت بدمارها الهائل وفتكها الرهيب، وبما تركته من مشاهد وذكريات وآثار مأساوية لا تنسى، لم تضع بعد كل التضحيات والخسائر حدا نهائيا لمآسي الشعب العراقي ولم تخلصه من دوامة الصدمات والتوترات والخوف والرعب، ولبقية أسباب وعوامل الاضطرابات النفسية والأمراض العقلية.

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

في الواقع أن الحالات المرضية المذكورة تفاقمت أكثر أيام الحرب وبعدها، حتى يومنا هذا، في ظل السياسات الخاطئة للقوات المتعددة الجنسيات، وضعف قوات حفظ الأمن العراقية، وضعف ردع المجرمين، كل هذا شجع استمرار العبث بأمن المواطنين، وتصاعد العمليات الإرهابية، واستشراء العنف وجرائم القتل الجماعي، عبر القصف العشوائي، والتفجيرات، والعمليات الانتحارية، التي نشرت الخوف والرعب إلى جانب الموت، وصار ضحيتها الأولى الأطفال.

لقد اهتم الدارسون بشكل أساسي بالضغط النفسي لدى الكبار وآثاره على تكيفهم النفسي وصحتهم الجسدية، ولكن منذ سنوات قليلة بدأ الاهتمام بدراسة العلاقة بين أحداث الحياة والضغط النفسي لدى الاطفال. إذ يتعرض بعض الأطفال لمواقف مؤلمة ومفاجئة وشديدة قد يجد فيها تهديدا لحياته وسلامته الجسدية والنفسية أو سلامة أي شخص ممن يحبه أو تربطه به علاقة وثيقة ويسبب له ضغطا نفسيا شديدا، فيغدو عاجزا أو غير قادر على الهروب منه وهو أمر يحمل آثاره معه في مراحل حياته المختلفة ليصير أكثر استعدادا للإصابة بالاضطرابات النفسية والسلوكية أو يتأثر بالحوادث الضاغطة المستقبلية ، وأنماط هذه المواقف عديدة منها: الحروب، والكوارث الطبيعية، وجرائم العنف، ومشاهد الخراب والتدمير، والحرائق، والإساءة الجنسية، وسوء المعاملة، والحوادث.. فالمعاناة غالبا ما تكون فردية ويكون الطفل المستهدف الرئيس فيها، فتظهر لديه ردود أفعال تتضمن جملة أفكار وانفعالات وسلوكيات تتمثل في(الاستثارة الفسيولوجية، وتجنب النشاطات والفعاليات، وبرود العواطف، وأحلام مفزعة، ونوبات غضب، وصعوبة التركيز، واستجابات رعب، وفرط التيقظ). والتي يعبر بها عن غضبه إزاء نفسه وإزاء الراشدين الذين يتوقع انهم وجدوا أساسا لحمايته من الأذى، فيصير العالم مخيفا له، إذ يتغير حوله بشكل مفاجئ من مصدر أمن إلى مصدر تهديد. (Woolfolk,1998,p.102)

وتختلف ردود أفعال الأطفال واستجاباتهم حيال المواقف الضاغطة تبعا لعمر الطفل وبيئته والمساندة الأسرية والاجتماعية التي يتلقاها، ومهارات المواجهة التي طورها لنفسه.

كما أن هناك ردود أفعال مباشرة يمكن أن تلاحظ خلال أيام وتستمر عددا من الأسابيع أو الأشهر، وهناك ردود أفعال غير مباشرة وممتدة يظهر تأثيرها بعد سنوات عدة، خلال مراحل عمرية لاحقة وقد تأخذ طابعا زمنيا، وكان هناك اعتقاد سائد بان تعرض الطفل إلى موقف ضاغط لا يترك أثره فيه لأنه سرعان ما ينسى حدوثه لكونه أكثر مرونة من الكبير، إلا أن واقع الحال يشير إلى خطا هذا الاعتقاد فهو ليس أكثر مرونة من الراشد ولا ينسى أسرع منه بل وسائل الدفاع اللازمة ومهارات التعامل مع المواقف الضاغطة لم تنم لديه بعد بشكل مناسب، كما انه لا يحدّث عما تعرض له لكونه غير قادر على التعبير بشكل صحيح عما أصابه. بخاصة انه قد يشعر بالذنب تجاه ما تعرض له ويحمل نفسه مسؤولية ذلك لأنه خائف من لوم الآخرين له، فضلا عن إدراكه أن البالغين الذين أساءوا إليه تجب طاعتهم وان تهديداتهم يمكن تنفيذها. وهو أمر يتطلب العمل على مساعدة الطفل على مواجهة مثل هذه الصدمات أن أمكن في البداية وقبل أن تؤدي إلى ظهور الاضطرابات لديه وذلك بعرضه على المختصين لطلب المساعدة النفسية. ولكون الطفل يمثل المستقبل المتطور في حياة الأمم والشعوب، بدأت تظهر مراكز خاصة في عدد من دول العالم تعرف بمراكز علم نفس الأزمات بعضها خاصة بالأطفال وبعضها بالراشدين، وفرت الخطط العلاجية للتعامل مع الأطفال الذين يتعرضون لصدمة الطفولة.

ومع أن جميع المعنيين وغيرهم يدركون، وهم على دراية تامة بواقع الأوضاع الصحية والنفسية في العراق، وبما تستلزمه من إجراءات جدية وعاجلة، إلا أن الكلام والوعود الكثيرة لم تقترن سوى بأفعال بسيطة، ودون المستوى المطلوب.

وبما أن أطفال العراق مروا ويمرون بخبرات الضغط النفسي بسبب تعرضهم لصدمات نفسية كثيرة نتيجة الحصار الظالم الذي فرض على العراق والذي تزامن مع الحروب التدميرية وكان لها الأثر السيئ في صحتهم النفسية وتكيفهم مع تطورات الحياة ونهوض المجتمع نحو الأفضل، فانه من المهم أن يكون الأفراد المهمين لدى الطفل ومنهم المعلمون على وعي بمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال بهدف الوقاية منه، والحد من تكرار الأحداث المثيرة له. وهناك مؤشرات تدل

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

على أن خبرة الضغط النفسي لدى الأطفال غير مدركة من قبل المعلمين. وقد تبين في ضوء الدراسات ذات الصلة أن عدم فهم الجماعة المرجعية لدى الطفل لمصادر الضغط النفسي وشدته لدى الأطفال يزيد من معاناتهم، ويقلل من فرص تقديم المساعدة لهم، وهذا بدوره يشكل مصدرا للضغط النفسي.

وتأتي أهمية هذه الدراسة من أن نتائجها يمكن أن تلفت نظر المربين إلى أهمية وضع البرامج الوقائية والإرشادية، كما يمكن أن تساعد في توفير أفضل سبل الاتصال بين الأطفال والمعلمين وبالتالي تحسين الصحة النفسية لدى الاطفال.

فرضيات الدراسة:

١- شيوع الضغوط النفسية بين الأطفال بدرجة عالية.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة بين الأطفال والمعلمين في تقدير مستوى الضغط النفسي لدى الاطفال.

٣- يوجد اتفاق بين الأطفال والمعلمين في ترتيب مصادر الضغط النفسي من حيث الشدة لدى الاطفال.

حدود الدراسة:

تقتصر الدراسة الحالية على تلاميذ المرحلة الابتدائية والمعلمين في المدارس الابتدائية في محافظة واسط (المركز) للعام الدراسي ٢٠٠٦ / ٢٠٠٧ .

تحديد المصطلحات:

- الضغط النفسي: لقد عرف العلماء الضغط النفسي باتجاهات مختلفة، الأول: يعرفه باعتباره مثيرا، حيث عرفه: هو لمز (Holmes, 1982): بأنه حادث مثير يلقي مطالب صعبة على الفرد. (Holmes, 1982, p.68)
- ويعرفه تولور (Tolor , 1986) : بأنه أي تغير يلقي عبئا على قدرات التكيف لدى الفرد (Tolor , 1986 , p. 48)، والاتجاه الثاني يعرف الضغط النفسي استنادا إلى نتائجه ، وضمن هذا الاتجاه ، يعرفه :

سيلاي (Silai , 1977) : بأنه استجابة فسيولوجية نتجت عن أحداث مزعجة. (Silai , 1977 , p. 20)

- ويعرفه زمباردو (Zimbardo , 1985) : بأنه نمط الاستجابة المحددة أو غير المحددة التي يقوم بها الكائن لحادث يخل بتوازنه ويرهق أو يتجاوز قدراته على التكيف. (Zimbardo , 1985 , p. 112)

والاتجاه الثالث يميل إلى الاهتمام بتقييم الفرد للأحداث ، وضمن هذا الاتجاه ، يعرف :

- تايلور (Taylor, 1975) : الضغوط النفسية بأنها عملية تقييم الأحداث كمواقف مهددة ، والاستجابة لها عبر تغيرات معرفية وانفعالية وفسيولوجية. (Taylor , 1975 , p. 96)
- ويرى لازاروس (Lazarus , 1981): أن الضغط النفسي هو علاقة بين الفرد وبيئته، يقيمها الفرد بأنها مرهقة، وأنها فوق قدراته وتعرض وجوده للخطر. (Lazarus , 1981 , p. 75)
- ويرى برودسكي (Brodsky, 1990): أن الضغط النفسي هو تقييم الأحداث بأنها مهددة، أو أنها يمكن أن تكون باعثة على الألم، وهو يشمل الاستجابات التالية للتهديد سواء أكانت نفسية أم جسدية (Brodsky, 1990 , p. 75).

ويعرف الباحث، الضغط النفسي بأنه:

الحالة الوجدانية التي يخبرها الطفل والناتجة عن أحداث وأمور تتضمن تهديدا لإحساسه بالحياة السوية ، وتشعره بالقلق فيما يتعلق بمواجهتها.

ويعرفه إجرائيا:

بأنه مستوى شعور الطفل بشدة الضغط النفسي كما تعكسه درجته الكلية على فقرات قائمة الضغوط النفسية التي أعدها الباحث لهذا الغرض.

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

خلفية نظرية:

يواجه الأفراد في الحياة المعاصرة المليئة بالتغيرات زيادة وتنوعا في مصادر التوتر والضغط النفسي التي يتعرض لها الأفراد في مختلف الأعمار (Kasl , 1983 , p. 61) مما جعل العلماء والدارسين يولون موضوع الضغط النفسي اهتماما متزايدا يبين آثاره الخطيرة على الصحة النفسية والصحة الجسدية (Holdin, 1985 , p.143). وقد وجد العاملون في ميدان الصحة النفسية أن الضغط النفسي يسهم في كثير من الأمراض الجسدية لدى الأفراد ومنها اضطرابات القلب، والقرحة، وارتفاع ضغط الدم (Krantz and Raisen , 1986 , p. 4) كما تبين وجود علاقة بين الضغط النفسي ومشكلات الصحة النفسية مثل القلق (Pervin , 1984 , p.46) والاكتئاب ومحاولات الانتحار (Hultsch and Deutsche , 1981 , p. 220) وانخفاض الإنجاز الأكاديمي (Hays and Orrel , p.79) وانخفاض الأداء في العمل (Keinan ,1987, p.641-642).

وفيما يتعلق بالأطفال تبين وجود علاقة بين أحداث الحياة المثيرة للضغط النفسي واضطرابات الصحة الجسدية، مثل آلام البطن المزمنة (Green Wood , 1972 , p. 155) واضطرابات الجهاز التنفسي، وبدايات السكري (Bradley and Tom , 1986 , p.92) كما تبين وجود آثار للضغط النفسي على الصحة النفسية لدى الأطفال وعلى تكيفهم (Vinokur and Selzer , 1975 , p.332) حيث تبين وجود علاقة للضغط النفسي مع كل من القلق والاكتئاب (Sweeney and et al, 1982 , p.138) وسوء التكيف المدرسي والمشكلات السلوكية وفقدان الشهية(Beech and et al , 1982 , p.12).

أما فيما يتعلق بمصطلح الضغط النفسي (Stress) فانه كثيرا ما يتم استخدامه بالتناوب مع مصطلح القلق. ويرى لازاروس انه على الرغم من تداخل المفهومين فان القلق هو نتاج للضغط النفسي (Lazaros , 1981 , p.90) وكانت دراسات سيلاي(Silai) بشكل خاص منطلقا لزيادة الاهتمام بهذا الموضوع، فقد أكدت تجاربه وجود آثار للضغط النفسي على العمليات الفسيولوجية، وقدم سيلاي نموذجا من ثلاث خطوات تتضمنها الاستجابة للضغط النفسي أطلق علها اسم متلازمة التكيف العام Adaptation Syndrome General. ويرى سيلاي أن الضغط النفسي استجابة تتكون من ثلاث مراحل: الأولى، مرحلة التحذير أو الصدمة(Alarm Stage) وفيها تنشط العضوية لمواجهة التهديد، وتقوم بإفراز الهرمونات ويتسارع النبض، والتنفس، ويصبح فيها الشخص في حالة أهبة واستعداد للقتال أو الهرب. والمرحلة الثانية، مرحلة المقاومة حيث تعمل العضوية على مقاومة التهديد. والمرحلة الثالثة، مرحلة الإنهاك وتحدث عند الفشل في التغلب على التهديد واستمرار الضغط النفسي لفترة طويلة، مما ينجم عنه استهلاك العضوية لمصادرها الفسيولوجية مما يؤدي إلى الانهيار جسميا أو انفعاليا(Silai , 1977 , p. 20).

مصادر الضغط النفسي :

ينشا الضغط النفسي لدى الأفراد نتيجة أحداث تتضمن إعاقة واقعية أو متخيلة لحاجات الفرد أو أهدافه. وتأخذ هذه الإعاقة أشكالا منها الإحباط الناتج عن إعاقة إشباع حاجة ما، والصراع، ويعود إلى وجود حاجات متضاربة لدى الفرد(Davidson and cooper , 1983 , p.57). كما ينشا الضغط النفسي عن الشعور بالتهديد ويرجع هذا الشعور إلى توقع العجز في التعامل مع موقف ما في المستقبل، ويختلف عن الإحباط بأنه لم يصبح أمرا واقعيا وإنما متخيل أو متوقع مستقبلا، ويكون التهديد اشد خطرا إذا تعلق بتقدير الفرد لذاته (Hultsch and Deutsch, 1981, p.231) كما أن الملل مصدر للضغط النفسي فعندما تخلو الحياة من مثيرات مناسبة يشعر الإنسان بالتوتر (Glass and Singer , 1972 , p. 5)

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

ويرى كريج (Craig , 1996) أن الاضطهاد النفسي هو اشد مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال، ويتضمن الاضطهاد النفسي الأنماط الستة الآتية:

أولا- الرفض Rejection : ويتضمن رفضا لمطالب الطفل وحاجاته بطريقة فظة.

ثانيا- إيذاء المشاعر وإهمالها Denial of emotion : ويتمثل في سلوك البرود Coldness، وعدم الاهتمام، وإهمال التواصل.

ثالثا- الإذلال (الحط من القدر) Degradation: ويأخذ أشكالا مثل إذلال الطفل بحضور الآخرين، أو وصفه بالغباء أو مقارنته بالاخرين.

رابعا- الإرهاب Terrorization: ويعني إجبار الطفل على مشاهدة العنف الذي يمارس ضد الاخرين.

خامسا- العزل Isolation: ويتمثل في عدم السماح للطفل باللعب مع أقرانه، وإقفال الحجرة عليه، أو حرمانه من الأشياء التي يحبها.

سادسا- الاستغلال: ويتمثل في الحصول على فوائد من خلال استغلال ضعف الطفل. (Craig, 1996, p.481)

وتؤدي أحداث الحياة دورا مهما في الضغط النفسي ولاسيما تلك التي تتضمن تغيرات مفاجئة مثل التغير في الوضع الاقتصادي، أو في العلاقات مع الآخرين (Dohrenwend, 1973, p. 28) وفيما يتعلق بالأطفال تؤكد الدراسات أن معظم مصادر الضغط النفسي ذات أساس اجتماعي انفعالي (Krantz and Raisen, 1997, p.89).

وتقع أهمية أحداث الحياة المثيرة للضغط النفسي في نطاق الأسرة والمدرسة، كما تعود إلى عوامل أخرى في البيئة (Hultsch and Deutsch , 1981 , p. 66) وفي كل الأحوال يرجع الضغط النفسي إلى تقييم الطفل للحدث والى توقعاته لما يمكن أن ينتج عنه (Shillinglaw, 1999, p.95) .

وفيما يتعلق بالأسرة تؤدي دورا مهما في إحداث الضغط النفسي لدى الأطفال، ويصير الأمر أكثر خطورة إذا أدى الصراع الأسري إلى انفصال الوالدين (Prino et al, 1994). ويرى شيلدز (Shields et al., 1994) أن ذلك يعود إلى شعور الطفل بالتهديد ولاسيما فيما يتعلق بفقدان الحب ، كما يكوّن لدى الطفل شعورا مستمرا بالخسارة وتوقع الخسارة مستقبلا (Shields, et al, 1994 , p. 57) ويشير لوثر (Luther et al.. 1997) إلى أن انفصال الوالدين اكبرماساوية لدى الأطفال حتى من وفاة أحدهما، كما أن وفاة أحد الإخوة مصدر للضغط النفسي ، حيث يؤدي الأمر إلى شعور مزدوج بالخسارة ، الأول ناجم عن الوفاة، والثاني ناجم عن حالة الأسى لدى الوالدين مما يقلل من دعمهما للطفل (Luther et al.. 1997 , p. 42) أما فيما يتعلق بالمدرسة فان صعوبات التعلم، والخوف من الامتحانات، والعقاب المدرسي، هي من أهم مصادر الضغط النفسي فضلا عن الفشل في الامتحانات والخوف من نقد المعلمين، وصعوبات التكيف مع قوانين المدرسة، ومشاكل التكيف مع الأقران، هي من مصادر الضغط النفسي ايضا.

ومن مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال، الحرمان المادي، وإعاقة إشباع الحاجات الأساسية، وكذلك الانتقال إلى مسكن آخر، وهذا الأمر غالبا ما يرافقه الانتقال من المدرسة، وترك الأقران، ومواجهة تحديات جديدة (Woolfolk , 1998 , p. 88).

الحروب وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى الأطفال:

تشكل الحروب والنزاعات المسلحة دائما عبئا ثقيلا على المواطنين من أفراد المجتمع المدني الموجودين في المناطق المتضررة من الحروب، والأطفال هم أكثر المتضررين فيها بسبب طبيعتهم الجسمية والعقلية والنفسية، ففي حالة وجودهم في منطقة العمليات الحربية المكثفة التي تجبر الأسرة على الرحيل من تلك المناطق إلى منطقة أخرى أكثر أمانا فقد يحدث أن تتفرق الأسرة أو قد ينفصل الطفل عن أبويه وإخوانه وأخواته أو تتسبب الحرب في تهدم بيت الأسرة والمدرسة وساحة لعب الأطفال فيها وربما يفقد أحد أفراد أسرته وأصدقائه، كل هذه الأمور وأمور تتعلق بمشاهدة جثث الموتى والدمار

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

والدماء والحرائق يضاف إلى ذلك نقص في الماء والدواء والغذاء، كل هذه المشكلات التي يتعرض لها تشكل حتما مصادر للضغط النفسي ويكون حتما هو المتضرر الأول فيها لان ضغوطا نفسية من هذا النوع تؤثر على مستقبل الطفل وصحته ومستقبله الدراسي وذلك لما تحمله هذه الضغوط من ردود أفعال مؤلمة. ومن المعروف أن الحرب تؤثر على المجتمع والمجموعات السكانية بصورة مباشرة وغير مباشرة، أن التأثيرات المباشرة للحرب وكما أشارت لها الدراسات ذات الصلة، تتمثل بالموت والإصابة والإعاقة والتهجير القسري والآثار الاقتصادية والمادية إلى جانب الحالات والاضطرابات النفسية، وصعوبات التكيف واضطرابات الحياة العامة، وانخفاض مستوى التعليم جراء إقفال أو هدم المدارس، وتدمير الحرب للبيئة الأولية لتطور الطفل في المجتمع وهي المدرسة (خاصة في مناطق التماس) ومعاناتها من الخسائر في ساعات التعلم وتلف معداتها وإيقاف المشاريع المتعلقة بتحسينها وتوسيعها ووقف النشاطات غير المنهجية وضعف المعلمين وانخفاض الاهتمام الشخصي بالتلاميذ ورعايتهم .

التأثيرات غير المباشرة للحرب على الأطفال:

بات واضحا أن المجتمعات التي تخوض الحرب وتتعرض لها قد تتأثر بشكل غير مباشر بمعضلات تتصل بأوضاع الحرب، وفيما يتعلق بتأثيراتها على الأطفال تفيد نتائج الدراسات في هذا المجال إلى أن ظروف بيئة الحرب وظروف المدارس أثناءها وعدم وجود عناية بالأطفال وبؤس خدماتها تساعد في تفاقم حجم مشكلات الطفولة ونموها غير الطبيعي، حيث لم يبق لأطفال الحرب من ملاذ إلا التخلف عن أترابهم عقليا وعاطفيا واجتماعيا، ومما يزيد سوء هذه المشكلات أيضا تدني دخل عوائلهم وغياب أحد الوالدين. ويشير نيومان (Newman , 1978) إلى أن هناك ارتباطا وثيقا بين التعرض المباشر للكوارث ونمو الأطفال وتطورهم (Newman , 1978 , p. 306). وفيما يتعلق بالصدمات التي تتعرض لها العائلة ، فقد أظهرت إحدى الدراسات المتخصصة وجود علاقة وثيقة بين الحوادث التي تصيب العائلة وصحة الطفل العامة (Beautrais,Ferguson,Shannon,1982,p.774).

وتشير دراسة آبتير (Apter, 1982) إلى أن الأطفال عرضة لتأثير التجارب العنيفة التي تواجههم لانهم ليس لديهم أساليب دفاعية محددة كما هي لدى البالغين لمواجهة الحوادث التي تهددهم، لذا يختلف رد الفعل النفسي عند الأطفال عن ردود البالغين تجاه هذه التجارب (Apter , 1982 , p.46).

وأشارت دراسات أخرى إلى أن انفصال الأطفال عن والديهم ومغادرتهم لمنازلهم نتيجة لظروف الحرب كان المسبب الأكبر للمشكلات النفسية لدى هؤلاء الأطفال (Bodman , 1944 , p.293) (Gerard , 1943 ,p.493) (Mons , 1951 , p.625) (Janis , 1951 , p.82).

كما توصلت دراسات أخرى إلى أن وضع الأطفال الاتكالي يمليه ضعفهم وقلة خبرتهم ، فهم مرتبطون بالبالغين من اجل البقاء على قيد الحياة بكل ما في الكلمة من معنى ، وكل تهديدا لرخاء والديهم وسعادتهم تهديدا لبقائهم أيضا (Goghill ,) (Burbury , 1941 , p.660) (Bodman , 1944 , p.293) (Alcock , 1954 , p.372) 1942 , p.429) وأوضحت دراسة جانيس (Janis , 1951) أن الأطفال الذين تعرضوا للغارات الجوية أو القصف خلال الحرب العالمية الثانية كانوا أكثر عرضة من الراشدين للمعاناة من الاضطرابات العاطفية، كما أوضحت أن العوامل الأكثر أهمية في التنبؤ بالمشكلات النفسية لدى الطفل كانت مدى الانفعال العاطفي الذي يبديه الأهل أمام أطفالهم وتفاوت واقعية التهديد بالموت وذلك بحسب قرب القصف ومدى مشاهدة الطفل للدم والإصابات الناتجة عن الغارات الجوية (Janis , 1951 , p.67). كما كشف المسح الذي قام به بودمان أيضا (Bodman , 1944) أن الخوف الأكبر للأطفال البريطانيين الذين نجوا من الغارات الجوية لم يكن جراء ضعفهم بل من فقدان والديهم ، كما أسهم أمر انفصالهم عن والديهم وابتعادهم عنهم في عمق اضطراباتهم (Bodman , 1944 , p.293).

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

أما الدراسات اللبنانية التي ركزت على ردود الفعل السلوكية والعاطفية للأطفال بعد تعرضهم لظروف الحرب كدراسة (Day and Sadek , 1982) ودراسة (Day and Ghandour , 1984) التي استقصت عدوانية وقلق الأطفال، أفادت أن الأطفال في لبنان ابدوا قلقا كبيرا جراء تعرضهم القريب للمعارك ، وأظهرت أيضا الى أن التعرض للقصف زاد من الشعور العدواني لدى الأطفال الذكور والإناث على السواء ، ومن جانب آخر أشارت كلا الدراستين أن التعرض للعنف من خلال الأفلام التلفزيونية زاد في مدى السلوك العدواني عند الذكور عن أقرانهم الإناث (Day and Ghandour , 1984,p.7) (Sadek , 1982 , p.350).

كما تعد المشكلات السلوكية في الطفولة أفضل منبئ للسلوك المعادي للمجتمع في البالغ لاحقا (Robins , 1978 , p.611) (Wolfgang , Figlio , Sellen , 1972 , p.96) وأشارت نتائج الدراسة التي أجراها (Pritchard and Rosenzwerg , 1943) التي شملت (٨٠٠) طفل من مدينة برستول الإنكليزية التي تعرضت للقصف، إلى أن (٤%) من أفراد العينة تميز بالانفعال واضطرابات سلس البول والصداع والغثيان والدوار إضافة الى انخفاض أوزانهم وكثرة اثارتهم وانفعالهم (Pritchard and Rosenzwerg , 1943 , p.36). وتوصلت دراسة (Freud and Burlingham , 1973) إلى انه كلما كانت تظهر على العائلة ردود فعل قلقة غير طبيعية أثناء الغارات الجوية ظهرت على الأطفال أعراض سلس البول(Freud and Burlingham, 1973, p.136).

تتفق هذه الدراسة أيضا مع ما جاءت به الدراسات السابقة، حيث تشير إلى أن الظروف المؤثرة في الطفل والناتجة عن التصرف إزاء القصف الجوي هي اقل إذا ما قورنت بالعوامل الأخرى التي تواجه الأطفال والناتجة عن نقلهم من المدن أو المدارس المعرضة للقصف إلى مدن آمنة، حيث أن نموذج تشويه حياة الطفل وضعف تكيفه الاجتماعي نتيجة فقدان الأسرة أو أحد الأقرباء وعدم الاستقرار المنزلي يجعل هذا المؤثر كبيرا حتى بعد نهاية الحرب وفي زمن السلم (Dahl and Others, 1976, p.118).

تأسيسا على ما تقدم يبدو أن هناك فئة من هذه الدراسات تشير إلى أن تأثيرات الحرب خاصة النفسية والعصبية منها، قد تستمر وربما تظهر بشكل واضح وتتجلى بإصابتهم باضطرابات نفسية من قبيل الكآبة والقلق فضلا عن الأمراض النفسجسمية بعد نهاية الحرب، كما أن الظروف الناتجة عن الحرب والتي تتعلق بغياب الأب وضعف العناية وهجرة العائلة، لها تأثيرها على عملية التنشئة الاجتماعية للطفل الأمر الذي يؤدي به لبعض الإصابات النفسية أو ممارسته لأنماط سلوكية منحرفة من قبيل العدوان والسرقة والجنوح.

دراسات تناولت مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال:

أجرى(بيك وآخرون، ١٩٨٥) دراسة استهدفت تعرف أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال، وقام بتصنيف هذه المصادر ضمن سبعة مجالات هي: فقدان أحد أفراد الأسرة، ومجيء طفل جديد، ومشكلات أسرية، ومشكلات بين الإخوة، ومشكلات تتعلق بالبيئة، والإيذاء الجسدي، وأحداث مفاجئة. وقام الباحث بإجراء مقارنة بين مجموعتين من الأطفال الأولى يعاني أفرادها من سوء تكيف، والثانية ضابطة . وتوصلت الدراسة إلى أن المشكلات في نطاق الأسرة هي العامل الأكثر تمييزا بين المجموعتين (Beck, Emery, Greenberg, 1985 p.84). وتوصلت دراسة أخرى إلى أن أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال هي الحرمان والتهديد والخلافات الزوجية والقسوة في التعامل مع الأطفال وإهمال الوالدين والعقاب المدرسي (Dawud et al, 1991, p.65).

وفي دراسة أخرى استهدفت تبيين مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال من وجهة نظر التلاميذ في المدرسة الابتدائية، تبين أن أهم مصادر الضغط النفسي كانت وفقا للترتيب التالي: العقاب، والمعلم، والمطالب المدرسية، والمشكلات مع الزملاء (الروسان، ١٩٩٥، ص١٠١). وتوصلت دراسة أخرى استهدفت تعرف مصادر الضغط النفسي لدى

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

المراهقين، إلى أن أهم هذه المصادر: الامتحانات المدرسية، والواجبات المدرسية، والواجبات البيتية، وضعف القدرة على التركيز، والخوف من المجهول (شيفر وميلان ، ١٩٨٩ ، ص٦٤).

وتوصل ستروبل (Strubbel, 1997) في دراسة أجراها على عينة من المراهقين في مرحلة المراهقة المبكرة إلى أن أهم مصادر الضغط النفسي، هي الامتحانات والدرجات المدرسية والمظهر الشخصي وبعض المشكلات التي تتعلق بالنمو (Strubbel, 1997, p.32).

وأجرى جيمس وهيتفي (James and Hatife, 1999) دراسة هدفت إلى معرفة العوامل التي تسبب الضغط النفسي في المجال الأكاديمي، وتوصلت الدراسة إلى أن أهم هذه العوامل هي ضغط الوالدين والأقران والمدرسة، والخوف من الفشل في الدراسة، وفي ضوء ذلك أكدت الدراسة أهمية مصادر الضغط النفسي التي تنشا عن مصادر خارج نطاق المدرسة مثل الأسرة والأقران والتي تحدث أثرا ضاغطا في المجال الأكاديمي (James and Hatife, 1999, p.69).

دراسات تناولت آثار الضغط النفسي على الأطفال:

أجرى ايردفيج وآخرون (Eerdevegh et al, 1998) دراسة مقارنة بين عينة من الأطفال الذين عانوا من فقدان أحد أفراد الأسرة وعينة من الأطفال ضابطة، وتوصلت إلى أن مشكلات التكيف بما في ذلك الاكتئاب أعلى لدى المجموعة التي عانت من فقدان أحد أفراد الأسرة، إذ تبين أن ١٤% من أفراد المجموعة الأولى مقابل ٤% من أفراد المجموعة الضابطة يعانون من مشكلات تكيف، منها زيادة في التبول اللاإرادي، وتراجع الأداء المدرسي (Eerdevegh et al, 1998, p.58).

أجرى كليمان (Kliman, 1996) دراسة هدفت إلى التعرف على آثار الضغط النفسي الناجم عن وفاة أحد الوالدين على الأطفال، وتوصلت الدراسة إلى أن أعراضا مثل الخوف وقلق الانفصال، وفقدان الثقة، وضعف الشهية، تلت وفاة أحد الوالدين، كما أن الطفل غالبا ما طوّر اعتمادية زائدة على الوالد الحي (Kliman, 1996, p.98).

وأجرى كابلان ودوكلاس (Caplan and Douglas, 1997) دراسة هدفت إلى التعرف على آثار الحرمان الوالدي على الأطفال . وتوصلت الدراسة إلى أن ٥١% من الأطفال الذين يعانون من اكتئاب، عانوا من حرمان والدي قبل سن الثامنة لمدة لا تقل عن ستة اشهر (Caplan and Douglas, 1997, p.47) وأجرى فيرجسون وهيروود (Ferguson and Herwood, 1989) دراسة على عينة من (١٢٦٥) طفلا من مدارس نيوزلندا الابتدائية، كانوا يعانون من ضغط نفسي ناتج عن التفكك الأسري، وتوصلت الدراسة إلى أن الأطفال الذين عانوا من ضغط نفسي ناتج عن انفصال الوالدين، اظهروا سلوكا عدوانيا ومعاناة من القلق والتوتر وسوء تكيف اجتماعي (Ferguson and Herwood, 1989, p.142) وأجرى بلوك وآخرون (Block et al, 1998) دراسة تتبعية على عينة من الأطفال من عمر (٣سنوات–سن المراهقة) وتوصلت الدراسة إلى أن الأطفال الذين عاشوا في اسر تسودها الخلافات، ولاسيما الذكور منهم اظهروا مشكلات سلوكية وضعفا في ضبط الذات، كما تميزوا بالاندفاع، والفتور العاطفي (Block et al, 1998, p.65).

دراسات تناولت إدراك الكبار للضغط النفسي لدى الأطفال :

أجرى (Yamamoto, 1995) دراسة هدفت إلى معرفة ما إذا كان الكبار يدركون شدة الضغط النفسي لدى الأطفال، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة بين تقدير الكبار وتقدير الأطفال لشدة الضغط النفسي لدى الأطفال(Yamamoto, 1995, p, 74).

وأجرى (Yamamoto and Flesenthal, 1997) دراسة هدفت إلى تبين ما إذا كانت هناك فروق بين تقدير الأطفال لمستوى الضغط النفسي لديهم، وتقدير أفراد عينة من العاملين في مجال الصحة النفسية والجسمية وتقدير عينة من

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

المعلمين لمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين تقدير الأطفال وتقدير الكبار لمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال، إذ مال الكبار إلى التقليل من شدة الضغط النفسي لدى الأطفال (Yamamoto and Flesenthal, 1997, p.84). وأجرى كلير (Clair, 1994) دراسة هدفت إلى معرفة ما إذا كانت هناك فروق في تقدير الأطفال وتقدير المعلمين والوالدين لشدة الضغط النفسي لدى الأطفال، أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة بين الوالدين والأطفال في تقدير شدة الضغط النفسي لدى الأطفال بينما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة بين تقديرات الأطفال وتقديرات المعلمين، وهذا يشير إلى أن المعلمين أكثر معرفة بمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال من الوالدين (Clair, 1994, p.65).

وتوصلت دراسة (Rathus, 1989) التي أجراها على عينة من الأطفال في المدارس الابتدائية إلى نتائج مخالفة للدراسة السابقة، إذ توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة بين إدراك المعلمين وإدراك الأطفال لمستوى الضغط النفسي اقل من تقدير الأطفال لذلك، كما توصلت الدراسة إلى النتيجة نفسها فيما يتعلق بتقدير المرشدين للضغط النفسي لدى الأطفال الذكور، بينما تبين انه لا توجد فروق ذات دلالة بين المرشدات والأطفال والإناث في تقدير الضغط النفسي لدى الأطفال الإناث (Rathus, 1989, p.57).

إجراءات البحث

١ – مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث الحالي من جميع تلاميذ المرحلة الابتدائية في عمر (١١– ١٢) سنة، وأعضاء الهيئة التعليمية العاملين في المدارس الابتدائية في محافظة واسط (المركز).

٢ – عينة البحث:

تم اختيار (٦) مدارس ابتدائية بالطريقة العشوائية البسيطة من مدارس الكوت / المركز، (٣) مدارس ذكور، و (٣) مدارس إناث.

ثم اختار الباحث بطريقة عشوائية من قائمة أسماء التلاميذ في الصف السادس الابتدائي ، وبنسبة (٣٠%) من العدد الكلي لتلاميذ ذلك الصف في كل مدرسة، وقد بلغ عدد التلاميذ الذين اختيروا عشوائيا (١٤٥) تلميذا، بواقع (٨٠) ذكور، و (٦٥) إناثا.

كما شارك في هذه الدراسة (١٢٠) معلما ومعلمة، من الموجودون في المدارس الابتدائية التي اختيرت منها عينة التلاميذ نفسها.

٣– أداة البحث:

قائمة مصادر الضغط النفسي:

أجرى الباحث مراجعة للأدبيات ذات الصلة، ومنها بشكل خاص أدوات القياس، وتوصل إلى أن هذه الأدوات لا تفي بالغرض المطلوب لأسباب عديدة منها: أن هذه الأدوات التي تم الإطلاع عليها هي مقاييس أجنبية تحتوي على فقرات لا تتناسب والثقافة السائدة في المجتمع، بمعنى آخر: أنها مشبعة بثقافة المجتمع الذي أعدت فيه، كما أن هذه المقاييس لا تحتوي على المنبهات الدالة على الضغوط النفسية بمجتمعنا في الوقت الحاضر، لذا فان الاعتماد عليها سوف يقلل من دقة قياس الظاهرة وللأسباب المشار إليها في أعلاه، قام الباحث بإعداد قائمة للضغوط النفسية Chack List تتضمن الأحداث الضاغطة في الوقت الحاضر ، وذلك بتوزيع استبانة استطلاعية (ملحق١) على مجموعة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي بواقع (٥٠) تلميذا، طلب فيه الباحث ذكر الضغوط النفسية التي يواجهونها في الظروف الحالية ، وبعد الحصول

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

على فقرات القائمة أجرى لها الباحث صياغة لغوية بحيث تكون واضحة وقادرة على إيصال ما هو مطلوب منها ، بكونها أحداثا ضاغطة (ملحق٢) .

لقد حدد أمام كل ضغط من الضغوط النفسية، ثلاثة بدائل استجابة، كذلك حددت أوزان لكل بديل من البدائل على النحو الآتي:

- لا يضايقني ويعطى الدرجة (١).
- يضايقني قليلا ويعطى الدرجة (٢).
- يضايقني كثيرا ويعطى الدرجة (٣).

وبهذا يمكن الحصول على الدرجة الكلية للضغوط النفسية عن طريق جمع الدرجات التي يحصل عليها الفرد على جميع فقرات القائمة البالغة (٣٦) حدثا ضاغطا، وبذلك فان الدرجة العالية تشير إلى شدة الضغوط، والعكس صحيح، أن الدرجة الواطئة التي يحصل عليها الفرد، تشير إلى أن الضغوط التي يتعرض لها بسيطة . وبذلك تتراوح الدرجات على قائمة الضغوط من (٣٦ – ١٠٨) بوسط فرضي مقداره (٧٢).

الصدق:

تم استخراج الصدق الظاهري لقائمة الضغوط من خلال عرضها على مجموعة من المختصين في ميدان علم النفس، حيث طلب منهم بيان مدى صلاحية ووضوح كل فقرة من فقرات القائمة في قياس الضغط النفسي لدى الأطفال كما يدركونها هم وكما يدركها المعلمون، واقتراح التعديلات المناسبة، وأعتمد معيار اتفق ثمانية محكمين على صلاحية الفقرة ووضوحها لتبقى ضمن القائمة.

الثبات:

أن الضغوط النفسية ظاهرة تتسم بالتغير، لذا يجب اختيار طريقة مناسبة لاستخراج الثبات، فالثبات بطريقة إعادة الاختبار عادة ما تستخدم مع الظواهر التي تتسم بالثبات النسبي، لذا يقتضي أن تتسم الضغوط النفسية بالاتساق الداخلي أكثر مما تتسم بالثبات النسبي، وذلك لان الاتساق الداخلي يبين لنا أن الفقرات تقيس ظاهرة واحدة ولا تقيس ظواهر أخرى، ولهذا السبب لجأ الباحث إلى استخدام طريقة التجزئة النصفية في استخراج الثبات دون غيرها، لكون هذه الطريقة تتمتع بالاتساق الداخلي (Mehrans and Lehman, 1984, p.275)

لقد بلغ معامل الارتباط للفقرات الزوجية والفردية (٠،٦١) وبعد ذلك تم تصحيحه بمعادلة سبيرمان براون، إذ بلغ (٠،٧٦) بالنسبة للاطفال. وبالنسبة للمعلمين بلغ (٠،٦٤) وبعد التصحيح بلغ (٠،٧٨).

الإجراءات:

بعد أن تم اختيار أفراد العينة تم تطبيق أداة الدراسة، وسبق ذلك تهيئة التلاميذ للإجابة، وتوضيح التعليمات، والتأكد من فهم التلاميذ لطريقة الاجابة.

وكانت المرحلة التالية إجابة المعلمين عن نفس أداة الدراسة بهدف معرفة تقديرهم لمستوى الضغط النفسي لدى التلاميذ، حيث طلب منهم تقييم التلميذ وذلك من حيث شدة الضغط النفسي لديه على كل فقرة من فقرات أداة الدراسة وقد تم تطبيق الأداة من قبل الباحث شخصيا.

الوسائل الإحصائية التي استخدمت في البحث :

١- المتوسط الحسابي.
٢- الانحراف المعياري.
٣- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين.
٤- معامل ارتباط بيرسون.

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

٥- معادلة سبيرمان – براون.

٦- الوسط المرجح بحسب معادلة فشر (Fisher).

نتائج البحث

أولاً –

بلغ المتوسط لدرجات الأطفال على قائمة الضغوط النفسية (٠٩و٨١) وبانحراف معياري مقداره (٨٤، ١٨)، ولغرض معرفة درجة شيوع الضغوط النفسية لدى الأطفال، تم تقسيم أفراد العينة إلى ثلاثة مجموعات بموجب الدرجات التي حصلوا عليها، وهي:

١. تم حساب متوسط العينة الذي مقداره (٠٩، ٨١) + الانحراف المعياري الذي مقداره (٨٤، ١٨) فبلغ ناتج ذلك = (٩٣، ٩٩) وعلى هذا فأن الفرد الذي تكون درجته مساوية لـ (٩٣، ٩٩) أو أكثر يعد ضمن المجموعة العليا في الضغوط النفسية، وقد بلغ عدد أفراد هذه المجموعة (٦٩) فردا.

٢. تم حساب متوسط العينة الذي مقداره (٠٩، ٨١) – الانحراف المعياري الذي مقداره (٨٤، ١٨) فبلغ ناتج ذلك = (٢٥، ٦٢) وعلى هذا فأن الفرد الذي تكون درجته مساوية لـ(٢٥، ٦٢) أو أقل يعد ضمن المجموعة الدنيا في الضغوط النفسية، وقد بلغ عدد أفراد هذه المجموعة (٣٠) فردا.

٣. كل فرد يحصل على درجة تتراوح مابين (٢٦، ٦٢ – ٩٨) يعد ضمن المجموعة المتوسطة في الضغوط النفسية، وقد بلغ عدد أفراد هذه المجموعة (٤٨) فرد. والجدول(١) يوضح ذلك.

الجدول (١)

يوضح حدود الدرجات العليا والمتوسطة والدنيا والنسبة المئوية التي حصلت عليها كل مجموعة على قائمة الضغوط النفسية.

مستويات الضغوط النفسية	حدود الدرجة	عدد الأطفال ضمن كل مجموعة	النسبة المئوية
الأطفال الذين سجلوا درجة عالية على قائمة الضغوط النفسية.	٩٣، ٩٩ فأكثر	٦٩	%٤٧
الأطفال الذين سجلوا درجة معتدلة على قائمة الضغوط النفسية.	بين ٢٦، ٦٢ – ٩٨	٤٦	%٣٢
الأطفال الذين سجلوا درجة منخفضة على قائمة الضغوط النفسية.	٢٥، ٦٢ فأقل	٣٠	%٢١

يتضح من الجدول (١) أن نسبة كبيرة من الأطفال تتعرض للضغوط النفسية بدرجة عالية . وبذلك فأن الفرضية الأولى قد تحققت.

ولغرض الكشف عن نوع الضغوط الشائعة بين الأطفال، فقد تم استخدام الوسط المرجح بحسب معادلة (فيشر)، ويوضح الجدول (٢) الضغوط النفسية العشرة التي احتلت قمة الترتيب لدى الأطفال ، ولمعرفة بقية الفقرات الإطلاع على الملحق (٣).

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

الجدول (٢)

يوضح الضغوط النفسية العشرة التي احتلت قمة الترتيب لدى الاطفال.

الترتيب التنازلي للفقرات	الضغوط النفسية	درجة الحدة
	طلاق والديك.	٢و٩٥
	الاستهزاء.	٢و٩٤
	صوت الانفجارات.	٢و٩٣
	شعورك بالمرض.	٢و٩٢
	مرض أحد أفراد الاسرة.	٢و٩١
	صوت الاطلاقات النارية.	٢و٩٠
	قلة توافر بعض الحاجات الضرورية.	٢و٨٨
	حصولك على درجات ضعيفة في المدرسة.	٢و٨٧
	وجود التلاميذ المشاكسين في المدرسة.	٢و٨٦
	الشتم.	٢و٨٥

ثانياً –

– لا توجد فروق ذات دلالة بين الأطفال والمعلمين في تقدير مستوى الضغط النفسي لدى الاطفال.

للتحقق من هذه الفرضية استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وظهر أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٢٩، ٢) وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (٩٦، ١) بدرجة حرية(٢٦٣) وعند مستوى دلالة (٠٥، ٠) تبين أنها دالة إحصائيا . والجدول(٣) يوضح ذلك.

الجدول (٣)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات الأطفال ومتوسط درجات المعلمين في تقدير مستوى الضغط النفسي لدى الاطفال.

المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	الجدولية	مستوى الدلالة
الأطفال	١٤٥	٠٩، ٨١	٨٤، ١٨	٢٩، ٢	٩٦، ١	٠٥، ٠
المعلمين	١٢٠	٥، ٧٥	٨٥، ٢٠			

يتضح من الجدول (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠٥، ٠) بين تقديرات الأطفال وتقديرات المعلمين لمصادر الضغط النفسي لدى الأطفال. وبالنظر إلى المتوسطات يتضح أن تقدير الأطفال لمستوى الضغط النفسي لديهم أعلى من تقدير المعلمين لمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال . إذ بلغ متوسط تقدير الأطفال (٠٩، ٨١) بينما بلغ متوسط تقدير المعلمين (٥، ٧٥). وبذلك فان الفرضية الثانية لم تتحقق.

ثالثاً–

يوجد اتفاق بين الأطفال والمعلمين في ترتيب مصادر الضغط النفسي من حيث الشدة لدى الاطفال.

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

للتحقق من هذه الفرضية، تم استخراج درجة حدة كل فقرة، لاستجابات الأطفال والمعلمين على قائمة مصادر الضغط النفسي، والجدول (٤) يوضح ذلك.

الجدول (٤)

يوضح مصادر الضغط النفسي التي احتلت قمة الترتيب لدى الأطفال و المعلمين.

الترتيب التنازلي	الضغوط النفسية	
	الأطفال	المعلمين*
١	طلاق والديك.	طلاق والديه.
٢	الاستهزاء.	قلة اهتمام والديه به.
٣	صوت الانفجارات.	ضرب الآخرين له.
٤	شعورك بالمرض.	صعوبة المواد الدراسية.
٥	مرض أحد أفراد الاسرة.	تشاجر والديه أثناء وجوده.
٦	صوت الاطلاقات النارية.	طرده من المدرسة.
٧	قلة توفر بعض الحاجات الضرورية.	تفضيل أحد الوالدين لإخوته عليه.
٨	حصولك على درجات ضعيفة في المدرسة.	صوت الانفجارات.
٩	وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة.	موت أحد أفراد اسرته.
١٠	الشتم.	تحيز أحد المعلمين ضده.

يلاحظ من الجدول (٤) أن مصادر الضغط النفسي التي احتلت قمة الترتيب من حيث تقدير الأطفال وتقدير المعلمين غير متشابهة، إذ أن اثنين فقط من اصل عشرة مصادر كانت ضمن المصادر العشرة الأولى لدى الأطفال والمعلمين، والتي هي (طلاق الوالدين) و (صوت الانفجارات) . وبذلك فان الفرضية الثالثة لم تتحقق.

- لمعرفة بقية الفقرات الإطلاع على الملحق (٤).

الاستنتاجات:

من خلال النتائج التي أظهرها البحث الحالي، يمكن استنتاج الآتي:

أولاً– تشيع الضغوط النفسية بين الأطفال بدرجة عالية.

ثانياً– أن أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال هي:

١– طلاق الوالدين.
٢– الاستهزاء.
٣– صوت الانفجارات.
٤– الشعور بالمرض.
٥– مرض أحد أفراد الاسرة.
٦– صوت الاطلاقات النارية.
٧– قلة توافر بعض الحاجات الضرورية.
٨– الحصول على درجات ضعيفة في المدرسة.
٩– وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة.
١٠– الشتم.

ثالثاً– إن شعور الأطفال بمستوى الضغط النفسي لديهم أعلى من شعور المعلمين بمستوى الضغط النفسي لدى الاطفال.

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

رابعاً- لا يوجد اتفاق بين تقديرات الأطفال وتقديرات المعلمين في ترتيب مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال من حيث الشدة.

مناقشة النتائج:

أشارت نتائج البحث إلى أن الطفل في مجتمعنا يعيش حياة مليئة بالضغوط التي أخذت تثقل كاهله وتزيد من أعبائه الحياتية، ولعل حروب النظام السابق، قد خلفت تأثيرات خطيرة على حياة الأطفال وصحتهم، ونفسيتهم، وسلوكياتهم، ذلك لان التعرض خاصة طويل الأمد، للصدمات والقلق، والضغط من جراء الحرب يترك بصماته على البناء النفسي للطفل.

كما أن الحصار الاقتصادي لاسيما في عقد التسعينات عندما اشتدت قسوته على العوائل العراقية، وجدت نفسها عاجزة عن تلبية متطلباتها ومتطلبات أبنائها مما شكل مصدرا للضغوط النفسية على الأطفال، والتي جعلت كل طفل في العراق يعاني من ضغط نفسي على مستوى أو اخر.

وعند استعراض مصادر الضغط النفسي الأساسية لدى الأطفال، يلاحظ أن بعضها يتعلق بما يجري في نطاق الأسرة، مثل طلاق الوالدين ومرض أحد أفراد الأسرة ومرضه هو تعد من أهم مصادر الضغط النفسي.

وبعضها يتعلق بالمشكلات الكثيرة التي تهدد الحياة في الشوارع من قبيل صوت الانفجارات والاطلاقات النارية، وذلك لانعدام الأمن والاستقرار وكذلك نتيجة الآلة الحربية الرهيبة التي استخدمت خلال الحرب، وتميزت بدمارها الهائل وفتكها الرهيب وبما تركته من مشاهد وذكريات وآثار ماساوية.

كما بينت نتائج الدراسة أن الاستهزاء بالطفل وشتمه احتلت مركزا متقدما في مصادر الضغط النفسي، ويعود سبب ذلك إلى انه يمس مفهوم ألذات لدى الأطفال وكرامتهم وان أي تقييم سلبي للطفل يشكل مصدرا للضغط النفسي لديه.

كما أظهرت نتائج الدراسة أن بعض الأحداث التي تحصل في المدرسة تشكل مصادر أساسية للضغط النفسي ومن هذه الأحداث الحصول على درجات ضعيفة في المدرسة، وهذه تتصل بالدور الذي يقوم به الطفل وعادة تكون المشكلات التي تتصل بالدور الذي يقوم به الطفل مصادر للضغط النفسي، كما أن وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة يشكلون مصدرا للضغط النفسي لدى التلاميذ الآخرين بسبب التهديد والإساءات التي يوجهونها لهم.

ومن جهة أخرى بينت نتائج البحث وجود فروق ذات دلالة بين تقديرات الأطفال وتقديرات المعلمين لمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال. حيث كان تقدير الأطفال أعلى من تقدير المعلمين لمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال، وهذا يعني أن المعلمين لا يقدرون مستوى الضغط النفسي لدى الأطفال تقديرا مناسبا. وينبني على هذا أن عدم إدراك المعلمين لشدة الضغط النفسي لدى الأطفال يزيد من مستوى معاناتهم ويقلل من فرص تقديم المساعدة لهم. إضافة إلى ذلك اظهر البحث عدم وجود اتفاق في ترتيب مصادر الضغط النفسي بين الأطفال والمعلمين، إذ كان هناك اتفاق في اثنين من اصل عشرة مصادر أساسية للضغط النفسي، ويمكن تفسير هذا الاختلاف بقلة الفهم الواقعي للأطفال وقلة فرص التفاعل معهم، ما أدى إلى عدم فهم تلك المصادر أو تقدير مستواها ما أسهم في مزيد من الضغط النفسي لدى الأطفال.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي، يوصي الباحث بالآتي:

١- أن الواجب الوطني والإنساني يوجب اخذ الضغوط النفسية التي مر ذكرها في نتائج البحث وتداعياتها بنظر الاعتبار.

٢- استحداث مركز متخصص بالمشكلات النفسية والعصبية التي تعتري الطفولة في المحافظة بالتعاون مع وزارة الصحة والتربية والتعليم العالي والعمل والشؤون الاجتماعية لتشخيص وعلاج الأمراض النفسية والعصبية للأطفال دون سن الـ (١٨).

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

٣- ضرورة تولي مسؤولية الطفل من قبل شرائح المجتمع كافة بالاهتمام والرعاية.

٤- قيام المؤسسات التربوية المسؤولة عن رعاية الطفل كوزارة التربية ومؤسسات وزارة العمل والشؤون الاجتماعية بحملات توعية عن تشخيص ورصد الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال والعمل على معالجتها من خلال المراكز الصحية والمستشفيات.

٥- الاتصال بوسائل الإعلام لإعداد ندوات تلفزيونية خاصة لغرض توجيه الانتباه لنتائج الضغوط النفسية على شخصية الأطفال وصلتها بالجوانب الانفعالية والاجتماعية والشخصية والتحصيلية والعقلية.

٦- الاهتمام بالإرشاد التربوي وشموله المراحل الدراسية كافة بدءا برياض الأطفال لغرض تزويد الأطفال والتلاميذ والطلبة بالمعلومات الكافية التي تساعدهم قدر الإمكان على تجنب الاحباطات والتوترات والصراعات النفسية .

٧- العمل على إيجاد مستوى عال من الوعي لدى المؤسسات الصحية والتربوية ومؤسسات المجتمع المدني من اجل حثها على إظهار المزيد من الحساسية تجاه حاجات الأطفال الذين يعانون من مشكلات نفسية.

٨- التوسع في رياض الأطفال وتطويرها كما ونوعا لدورها الفاعل في الرعاية النفسية القائمة على اللعب حيث تتيح للطفل فرصة التعبير عن مشاعره والتخلص من آلامه التي ربما تؤدي دورا مهما في التخلص من حالة القلق والاكتئاب التي يعيشها الأطفال أو المشكلات السلوكية التي يعانون منها.

٩- العمل على بذل الجهود من أجل الحد من ظاهرة أطلاق العيارت النارية.

المقترحات:

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث، يقترح الباحث ما يأتي:

١. إجراء بحث حول مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال يأخذ بنظر الاعتبار متغير جنس الأطفال (ذكور، إناث).

المصادر:

١- الروسان، أيوب (١٩٩٥): اثر العقاب البدني والنفسي على مفهوم الذات لدى طلبة الصفين الخامس والسادس الأساسي في مدارس لواء بني كنانة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية . الاردن.

٢- شيفر، شارلز وميلمان، هوارد (١٩٨٩): مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها، ترجمة نسيمة داود ونزيه حمدي، منشورات الجامعة الأردنية، عمان .

٣- تقرير منظمة اليونيسيف التابعة للأمم المتحدة ، مكتب بغداد ، ٢٠٠٥ .

3- Kasl, Puruing the link between stressful life experiences and disease: A time for Reappraisal. In: Cooper, c. (Ed): Stress Research Issues for Eignties. (Chichester: John Wiley and Sons.

4- Mehrens, w.and Lehman, I. Measurement and Evaluation in Education and Psychology, 3rd ed. (New York: Hold Rinehart and Winston).

5- Rathus, S. A., Nevid, J. S (1998): Adjustment and Growth: The Challenges of Life. New York: Holt, Rinehart and Winston.

6- Dahl, B. and others: Second general effects of War in duced separation comparing the adjustment of child in recruite and non – recruited families. E R I C vol. 11, N 6, Jun.

7- Beck, A. T., Emery, G., Greenberg, R. L (1985): Anxiety Disorders and Phobias: A cognitive Perspective. New York, Basic Book Inc.

8- Dawud, Samia et al (1991): Effect of Domestic Violence on children s, Adjustment in School. Paper Presented at the Biennial Meeting of the Society for Research in children Development.

9- Newman, C. J (1978): Children of disaster: Clinical observation at Buffalo creek. American Journal of Psychiatry. 133, (3).

10- Beautrais, A. L., Ferguson, D. M and Shannon, F. T (1982): Family Life events and behavioural Problems in Preschool – aged children pediatrics, 70 (5).

11- Apter, S. I (1982): Troubled children, troubled system. New York, pramon.

12- Bodman, F. M (1944): Children Psychology in War – time Britain. Journal of Educational Psychology. 35.

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com
ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com
13- Gerard, M. W (1943): Psychological of Preadolescent Children in War – time: Psychological effects of War on the small children and mother. American Journal of Ortho – Psychiatry. 13.
14- Janis, I (1951): Air War and emotional Stress. New York, Mc Graw Hill.
15- Mons, W. E (1951): Air raids and the Small Child. British Medical Journal. 2.
16- Alcock, T (1954): Conguering War Strain in children. American Journal of Psychiatry. 102.
17- Burbry, W. M (1941): Effect of evacuation and raids on children British Medical Journal. 11.
18- Coghill, H. D (1942): The effect of War on the behaviour of children Virginia Medical Monthly, 6.
19- Day, R. C and Sadek, S (1983): The effect of Benso s relaxation response on the anxiety levels of Lebanese children under Stress. Journal of experimental child Psychology. 34.
20 – Day, R. C. And Chandour, M (1984): The effect of television Mediated aggression on the behaviour of Lebanese children, Journal of experimental child Psychology, 38.
21- Robins, L. N (1978): Study childhood Predictors of adult antisocial behaviour: replication from longitudinal Studies. Psychological Medicine. 8 .22- Wolfgang, M. W., Figlio, R. M and Sellen, T (1972): Delinquency as a birth cohort. Chicago, Univ. Of Chicago Press.
23- Pritchard, R. and Rosenzweg, S (1943): The effect of War Upon childhood and youth. The Journal of Social Psychology, vol. 37.
24- Freud, A. and Burlinham, D (1973): War and children. Commotion Green Wood Publisher.
25- Craig, G. J (1996): Human Development. New Jersey: Prentice Hall.
26- Dohrenwend, B. S (1975): Social Status and Stress full life Events. Journal of Personality and Social Psychology. Vol .28, No. 2.
27- Krantz, D. S. and Raisen, S. E (1988): Environmental Stress, Reactive and ischemic Heart Disease: British Journal of Medical Psychology. Vol. 61, part. 1.
28- Hultsch, D, and Deutsch, M (1981): Adult Development and Aging: A life – span perspectives. (New York: Mc Graw – Hill Book Company.
29- Shillinglaw, R. Dillingham, R (1999): Protective Factors Among Adolescents from Violent Families: Why Are Some Youth Exposed to child A buse And or Interparental Violence Less Violent than others? (Risk Factor. Self Esteem). DAI – B, 59 /07: 3714.
30- Prino et al (1994): The Effect of Child Physical Abuse and Negiect on Aggressive Withdrawn and Prosaical Behaviour.
31- Shields, A. M., Cicchetti, D. and Ryan, R. M (1994) : The Development of Emotional and Behavioural Self – Regulation and Social Competence Among Maltreated School – age Children . Development and Psychopathology, 6.
32- Luther, S. S., Burack, J. A., Cicchetti, D., Weisz, J. R (1997): Development Psychology Perspectves on Adjustment Risk and Disorders. London: Cambridge University Press.
33- Woolfolk, A. E (1998): Educational Psychology. Boston: Allyn and Bacon.
34- Glass, D. C. and Singer, J. E (1972): Urban Stress: Experiments on Noise and Social Stressors. (New York: Academic Press.
35- Davidson, M. And Cooper, C (1983) Stress and the Woman Manager. (Oxford: Martin Robertson).
36- Hays, N. And Orral, S (1987): Psychology: An introduction. (London: UX Limited).
37- Keinan, G (1987): Decision Making under Stress: Scanning of Alternatives under controllable Threast, Journal of Personality and Social Psychology. Vol 52, No. 3.
38- Green Wood, J (1979): Managing Executive Stress: A systems Approach. (New York: John Wiley and Sons).
39- Bradley, C. and Cox, T (1986): Stress and Health. In: Cox, T. (Ed). Stress. (London: Mc Millan).
40- Vinokur, A. And Selzer, M (1975): Desirable versus Undesirable Life Events: Their Relationship Stress and mental Distress. Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 32, N. 2.
41- Sweeney, P. D. and et al (1982): Pleasant Events, UN Pleasant Events and Depression. Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 45, No. 1.
42- Beech, H. R. and et al (1982): A behavioural approach to the management of Stress: A practical Guide to Techniques. (Chichester: John Wily and Sons).
43- Holmes, M (1982): Children in conflict. Harmon's Worth, England: Penguig.
44- Tolor, H. A (1988): The Psychological effects of the civil disturbance son children. The Northern Teacher, winter.
45- Zimbardo, G. E (1985): The relationship of age, Sex and Personality to Social attitudes in children. British Journal of Social and Clinical Psychology, 17.
46- Taylor, L., (1975): Young People and civil conflict in Northern Ireland. Belfast: D. H. S. S.
47- Lazarus, P. C. L (1981): Alienation and its Psychological correlates. Journal of Social Psychology, 126.
48- Brodsky, G. D., (1990): Manual for the children s Scale of Social Attitudes. London: Children s Studies Limited.

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com
49- Holding, D. (1985): Stress and Fatigue in Human Performance. (Chichester): John Wily.
50- Pervin , G (1984) : Healthy Personality , 4th , ed , N . Y, Mc Millan Publishing.
51- Silai, A. T (1977): The Social Desirability Variable in Personality Assessment and Research, New York: Holt, Rinehart, Winston.
52- Strubbel, L. T (1977): Current Uses of Corporal Punishment in American Public School. Journal of Educational Psychology. 76 (3) .
53- James, R. and Hatife, S (1999): School Maladjustment in Young Children: Teacher Ratings in Rochester. Compared School Psychology International, 7.
54- Eerdevegh, C, and et al (1998): Multiple Stressors and Social – Emotional Functioning in Elementary School Children. D A I – B. 59 / 61: 419.
55- Kliman, D. A (1996): The Relation of Child Behaviour to Family Violence and Maternal Stress. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 53 (5).
56- Caplan, k. And Douglas, S (1997): Anxiety Disorders of Childhood. New York: Guilford Press.
57- Ferguson, B. and Her Wood, F (1989): A comparison of Teacher Referral and Pupil Self – Referral Measures Relative to Perceived School Adjustment and Anxiety. School Psychology International. 5 (2).
58- Block, P. et al (1998): Children s Manifest A nxiety Scale. Journal of Educational sociology. 16.
59- Yamamoto, K (1995): Behavioural Individuality in early Children, New York Press.
60- Yamamoto, K and Flesenthal, G (1997): Urban Violens and the Value System of Adolescents (Stress. Gangs) D A I – B 58 / 08.
61- Clair, D. R (1994) : Interadult Violence and Verbal Aggression in the Home Association with Distress Relationship problems , and Trauma syndrome in Inner City High School Students . D A I – B 59 / 08.

ملحق (١)

اســـتـــبـــــانة

عزيزي التلميذ / عزيزتي التلميذة ..

تحية طيبة...

هناك العديد من الأمور والأحداث تواجه الأطفال في البيت أو في المدرسة أو في الشارع، ويقولون بأنها تجعلهم يشعرون بالضيق والانزعاج والعصبية . لذا نرجو الإجابة عن الأسئلة التالية بكل حرية :

١- ما الأحداث التي تحصل في البيت وتجعلك تشعر بالضيق والانزعاج والعصبية ؟

-
-
-
-
-

٢- ما الأحداث التي تحصل في المدرسة وتجعلك تشعر بالضيق والانزعاج والعصبية ؟

-
-
-
-
-

٣ – ما الأحداث التي تحصل في الشارع وتجعلك تشعر بالضيق والانزعاج والعصبية ؟

-
-
-
-

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

ملاحظة:

لا داعي لذكر أسمك أو اسم المدرسة.

بسم الله الرحمن الرحيم

ملحق (٢)

استبيان

عزيزي التلميذ / عزيزتي التلميذة..

هذه بعض الأحداث التي يقول الأطفال عادة أنها تجعلهم يشعرون بالضيق والانزعاج، هل ستشعرك أنت بذلك ؟

للإجابة ضع علامة ( ) لبيان كيف ستشعر أنت إذا تعرضت لنفس الموقف.

والآن سوف أبدا وإياك خطوة فخطوة.

مع احترامي وتقديري لك.

الباحث

ت	العبارات	يضايقني كثيرا	يضايقني قليلا	لا يضايقني
١	معاقبتك بسبب أخطاء بسيطة ارتكبتها.			
٢	الانتقال من مدرسة إلى اخرى.			
٣	قلة مشاركتك في النشاطات الصفية.			
٤	قلة توافر بعض الحاجات الضرورية.			
٥	صوت الانفجارات.			
٦	طلاق والديك.			
٧	حصولك على درجات ضعيفة في المدرسة.			
٨	مشاركتك في الأعمال المنزلية.			
٩	ضياع شيء يخصك.			
١٠	شعورك بالمرض.			
١١	التقليل من اهميتك.			
١٢	صعوبة تطبيق التعليمات المدرسية.			
١٣	منعك من اللعب مع بعض أصدقائك.			
١٤	كثرة الواجبات المدرسية.			
١٥	مرض احد أفراد الاسرة.			
١٦	موت احد أفراد الاسرة.			
١٧	صوت الطائرات.			
١٨	صعوبة المواد الدراسية.			
١٩	قلة اهتمام والديك بك.			
٢٠	تحيز احد المعلمين ضدك.			
٢١	تلف شيء يخصك.			
٢٢	المشاجرة مع الأطفال الاخرين.			

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

٢٣	تشاجر والديك أثناء وجودك.			
٢٤	تفضيل احد الوالدين لإخوتك عليك.			
٢٥	صوت الاطلاقات النارية.			
٢٦	منعك من اللعب.			
٢٧	الضرب من قبل المعلم.			
٢٨	الطرد من المدرسة.			
٢٩	الإلحاح عليك للحصول على درجات عالية جدا.			
٣٠	قلة توافر أماكن للعب أو التسلية.			
٣١	رؤية الدم من على شاشة التلفزيون.			
٣٢	رؤية المنازل والبنايات المهدمة من على شاشة التلفزيون.			
٣٣	الشتم.			
٣٤	الاستهزاء.			
٣٥	وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة.			
٣٦	ضرب الآخرين لك.			

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

ملحق (٣)

الترتيب التنازلي للضغوط النفسية كما يدركها الأطفال بحسب درجة حدتها

تسلسل الفقرة في القائمة	الترتيب التنازلي للفقرات	الضغـــــــــــــــوط النفســـــــــــــية	الوسط المرجح
٦	١	طلاق والديك.	٢و٩٥
٣٤	٢	الاستهزاء.	٢و٩٤
٥	٣	صوت الانفجارات.	٢و٩٣
١٠	٤	شعورك بالمرض.	٢و٩٢
١٥	٥	مرض أحد أفراد الاسرة.	٢و٩١
٢٥	٦	صوت الاطلاقات النارية.	٢و٩٠
٤	٧	قلة توافر بعض الحاجات الضرورية.	٢و٨٨
٧	٨	حصولك على درجات ضعيفة في المدرسة.	٢و٨٧
٣٥	٩	وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة.	٢و٨٦
٣٣	١٠	الشتم.	٢و٨٥
٣٦	١١	ضرب الآخرين لك.	٢و٨٤
٣١	١٢	رؤية الدم من على شاشة التلفزيون.	٢و٨٣
٢٠	١٣	تحيز أحد المعلمين ضدك.	٢و٨٠
٢١	١٤	تلف شيء يخصك.	٢و٧٩
٢٨	١٥	الطرد من المدرسة.	٢و٧٨
٣٢	١٦	رؤية المنازل والبنايات المهدمة من على شاشة التلفزيون.	٢و٧٧
١١	١٧	التقليل من اهميتك.	٢و٧٦
٢٣	١٨	تشاجر والديك أثناء وجودك.	٢و٧٥
١٦	١٩	موت أحد أفراد الاسرة.	٢و٦٩
٣٠	٢٠	قلة توافر أماكن للعب أو التسلية.	٢و٦١
٩	٢١	ضياع شيء يخصك.	٢و٥٥
١٧	٢٢	صوت الطائرات.	٢و٥٤
١٩	٢٣	قلة اهتمام والديك بك.	٢و٥٣
٢٢	٢٤	المشاجرة مع الأطفال الاخرين.	٢و٥٢
٢٧	٢٥	الضرب من قبل المعلم.	٢و٥١
١٣	٢٦	منعك من اللعب مع بعض اصدقائك.	٢و٤٢
٢٦	٢٧	منعك من اللعب.	٢و٣٨
٢	٢٨	الانتقال إلى مدرسة اخرى.	٢و٣٧
٢٤	٢٩	تفضيل أحد الوالدين لأخوتك عليك.	٢و٣٠
١	٣٠	معاقبتك بسبب أخطاء بسيطة ارتكبتها.	٢و١٢
٣	٣١	قلة مشاركتك في النشاطات الصفية.	٢و١١
١٨	٣٢	صعوبة المواد الدراسية.	٢و٠٩
١٢	٣٣	صعوبة تطبيق التعليمات المدرسية.	٢و٠٧
٢٩	٣٤	الإلحاح عليك للحصول على درجات عالية جدا.	٢و٠٤
٨	٣٥	مشاركتك في الأعمال المنزلية.	٢و٠٢
١٤	٣٦	كثرة الواجبات المدرسية.	٢و٠٠

ABBYY PDF Transformer 2.0 Click here to buy www.ABBYY.com

ملحق(٤) الترتيب التنازلي للضغوط النفسية لدى الاطفال كما يدركها المعلمون

تسلسل الفقرة في القائمة	الترتيب التنازلي للضغوط	الضغوط النفسية	الوسط المرجح
٦	١	طلاق والديه.	٢و٨٧
١٩	٢	قلة اهتمام والديه به.	٢و٨٥
٣٦	٣	ضرب الآخرين له.	٢و٨٤
١٨	٤	صعوبة المواد الدراسية.	٢و٨٣
٢٣	٥	تشاجر والديه أثناء وجوده.	٢و٨٢
٢٨	٦	طرده من المدرسة.	٢و٨١
٢٤	٧	تفضيل احد الوالدين لإخوته عليه.	٢و٧٩
٥	٨	صوت الانفجارات.	٢و٧٥
١٦	٩	موت احد أفراد اسرته.	٢و٧٤
٢٠	١٠	تحيز احد المعلمين ضده.	٢و٧٣
٣٤	١١	الاستهزاء.	٢و٦٧
١١	١٢	التقليل من اهميته.	٢و٦٥
١٣	١٣	منعه من اللعب مع بعض اصدقائه.	٢و٦٣
٢٥	١٤	صوت الاطلاقات النارية.	٢و٦٢
٤	١٥	قلة توافر بعض الحاجات الضرورية.	٢و٦١
٣٣	١٦	الشتم.	٢و٦٠
٢٧	١٧	ضربه من قبل المعلم.	٢و٥٦
٩	١٨	ضياع شيء يخصه.	٢و٥٥
١٠	١٩	شعوره بالمرض.	٢و٥٤
٣٠	٢٠	قلة توافر أماكن للعب أو التسلية.	٢و٥٣
١٤	٢١	كثرة الواجبات المدرسية.	٢و٥٢
١٥	٢٢	مرض احد أفراد اسرته.	٢و٥١
٢١	٢٣	تلف شيء يخصه.	٢و٥٠
١٧	٢٤	صوت الطائرات.	٢و٤٩
٣٥	٢٥	وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة.	٢و٨٤
٧	٢٦	حصوله على درجات ضعيفة في المدرسة.	٢و٤٦
٢٢	٢٧	المشاجرة مع الأطفال الاخرين.	٢و٤٥
٢٦	٢٨	منعه من اللعب في البيت.	٢و٤٣
٣٢	٢٩	رؤيته المنازل والبنايات المهدمة من على شاشة التلفزيون.	٢و٤٢
١	٣٠	معاقبته بسبب أخطاء بسيطة ارتكبها.	٢و٤١
٣١	٣١	رؤيته الدم من على شاشة التلفزيون.	٢و٤٠
٣	٣٢	قلة مشاركته في النشاطات الصفية.	٢و٣٩
١٢	٣٣	صعوبة تطبيق التعليمات المدرسية.	٢و٣٨
٢٩	٣٤	الإلحاح عليه للحصول على درجات عالية جدا.	٢و٣٦
٢	٣٥	الانتقال من مدرسة إلى اخرى.	٢و٢٤
٨	٣٦	مشاركته في الأعمال المنزلية.	١و٨٣