



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر *بصرة*

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس



عنوان المذكرة :

الضغط النفسي و التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس المعاق بصريا
دراسة عيادية لثلاث حالات بتطبيق مقياس الضغط النفسي و مقياس التوافق
النفسي بمدرسة طه حسين لأطفال المعاقين بصريا - بصرة-

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس تخصص علم النفس العيادي

إشراف الأستاذ:

نصر الدين جابر

إعداد الطالبة:

سعاد قينيدي

السنة الجامعية : 2015-2016

الفهرسة

الصفحة	الموضوع	الرقم
أ	شكر و تقدير	
ب-ج	ملخص الدراسة	
د-هـ	مقدمة	
الجانب النظري		
الفصل الأول: التراث الأدبي لموضوع الدراسة		
6-4	الإشكالية	1
7-6	أهمية و أهداف الدراسة	2
8	دوافع اختيار موضوع الدراسة	3
10-9	الضبط الإجرائي لموضوع الدراسة	4
12-10	الدراسات السابقة	5
13	فرضيات الدراسة	6
الفصل الثاني: مدخل مفاهيمي للمتغيرات الأساسية للدراسة		
أولا الضغط النفسي		
17-16	مفهوم الضغط النفسي	1
20-17	مصادر الضغط النفسي	2
24-20	النظريات المفسرة للضغط النفسي	3
ثانيا التوافق النفسي		
25	مفهوم التوافق النفسي	1
26	أبعاد التوافق النفسي	2
27-26	العوامل التي تعيق إتمام التوافق النفسي	3
ثالثا الإعاقة البصرية		
29-28	مفهوم الإعاقة البصرية	1
30-29	تصنيف الإعاقة البصرية	2
32-30	بعض المشكلات التي يعاني منها المعاقون بصريا	3

رابعاً المراهقة

33	مفهوم المراهقة	1
38-33	خصائص مرحلة المراهقة	2
41-38	الاتجاهات النظرية المختلفة في دراسة المراهقة	3

الجانب الميداني

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

41	منهج الدراسة	1
42-41	الدراسة الاستطلاعية	2
42	الدراسة الأساسية	3
43	حالات الدراسة	4
52-43	أدوات الدراسة	5

الفصل الرابع: وتحليل نتائج حالات الدراسة على الأدوات في ضوء الفرضيات

66-55	عرض و تحليل نتائج الحالة الأولى على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها	1
78-67	و تحليل نتائج الحالة الثانية على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها	2
89-79	عرض و تحليل نتائج الحالة الثالثة على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها	3
90	مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات	4

خاتمة

91	خاتمة والتوصيات والمقترحات	
92	قائمة المراجع	
	الملاحق	

الملاحق

أسئلة المقابلة العيادية النصف موجهة	ملحق رقم (1)
مقياس إدراك الضغط النفسي	ملحق رقم (2)
مقياس التوافق النفسي	ملحق رقم (3)

شكر و تقدير

بعد الحمد والشكر لله الذي وفقنا في إنجاز هذا البحث تتقدم الباحثة

بالشكر والتقدير إلى الأساتذة الأفاضل و أخص بالذكر إلى من ساعدنا في إنجاز هذا العمل، وفي مقدمتهم الدكتور المشرف "جابر نصر الدين".

والأستاذ الفاضل "بن خليفة محمد" الذي لم يبخل علينا بنصائحه وتوجيهاته.

كما لا يفوتنا أن نشمن جهود الأخصائية النفسانية "بن عوالي فطيمة" بمدرسة طه حسين للأطفال المعاقين طه حسين بولاية بسكرة، وكافة العاملين بالمدرسة الذين قدموا لنا يد العون والمساعدة.

و إلى الوالدين الكريمين و إلى كل من ساعدنا من قريب أو بعيد لهم جزيل الشكر والاحترام.

ملخص الدراسة

موضوع الدراسة الحالية يسلط الضوء على مستوى الضغط النفسي و التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس المعاق بصريا.

وقد انطلقت الدراسة من التساؤلات الأساسية:

- ما مستوى الضغط النفسي للمراهق المتمدرس المعاق بصريا؟

- ما مستوى التوافق النفسي للمراهق المتمدرس المعاق بصريا؟

حيث قمنا بإجراء البحث على حالات من المراهقين المتمدرسين المعاقين بصريا وكان عددهم 3 حالات (3ذكور) بمتوسطة طه حسين ببسكرة.

وتم تطبيق المنهج العيادي باستعمال أدوات بحث تمثلت في دراسة الحالة، المقابلة العيادية نصف الموجهة، بالإضافة إلى مقياس الضغط النفسي ل ليفنستاين، ومقياس التوافق النفسي ل زينب شقير 2003.

ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الباحثة ما يلي:

- المراهق المتمدرس المعاق بصريا لديه مستوى متوسط من الضغط النفسي.

- المراهق المتمدرس المعاق بصريا لديه مستوى متوسط من التوافق النفسي.

Résumer de l'étude :

- l'objet de la présente étude a pour but de faire la lumière sur le stress psychologique et l'adaptation psychologique auprès l'adolescent handicapé visuelle.

- l'étude commence par la question suivante :

- quel niveau de stress psychologique au l'adolescent étudiant handicapé visuelle.

- quel niveau de l'adaptation psychologique au l'adolescent étudiant handicapé visuelle.

Nous avons réalise notre recherche sur des cas adolescents au nombre de 3 cas (3 garçon) du suéme Taha houssine a Biskra.

- nous avons adopté et appliqué la méthode clinique en utilisant les outils de recherche spécifique a cette méthode et qui consiste en « étude de cas, l'entretien clinique demi dirige, et le test de stress psychologique par Levanstin, et le test de l'adaptation psychologique par Zineb Shakir (2003).

Les résultats les plus importants aux quels est parvenu le prospectrice sont les suivants :

- l'adolescent étudié l'handicapé visuelle avoir de niveau moyenne de stress psychologie.

- l'adolescent étudié l'handicapé visuelle avoir de niveau moyenne d'adaptation psychologie.

مقدمة :

تعتبر الصحة الجسمية والنفسية هدف كل فرد يسعى لينعم بها، فالجسد والنفس وحدة واحدة متصلة ببعضها، وتؤثر كل واحدة منهما على الأخرى، فالأمراض الجسدية يكون لها آثار نفسية والعكس.

فعند اكتشاف الفرد أن لديه مرض جسدي أو إعاقة جسدية أو حسية فإن ذلك يؤثر عليه و يستجيب لذلك بردود أفعال مختلفة سواء كانت سلوكية أو نفسية كالشعور بالعصبية، الضغط النفسي... هذا الأخير الذي يعد حالة من الشدة النفسية التي تؤثر تأثيرا بالغا على جوانب من حياة الفرد.

وقد حظيت دراسة الضغوط النفسية بصفة عامة والضغوط الناتجة عن الإصابة بالإعاقة بصفة خاصة باهتمام العديد من الباحثين، لما لها من تأثير على حياة الفرد.

ومن بين الإعاقات التي تنتج عنها ضغوط نفسية نجد الإعاقة البصرية التي تعد أحد الإعاقات الحسية التي يولد بها الفرد أو يكتسبها والتي تؤثر على سير حياته بصفة طبيعية.

و نظرا لأهمية الموضوع قمنا بدراسة حول الضغط النفسي و التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس المعاق بصريا. وقد تم اختيار حالات للدراسة من المراهقين المتمدرسين المعاقين بصريا. وقد تم تقسيم البحث إلى أربعة فصول:

الفصل الأول: التراث الأدبي لموضوع الدراسة. ويتناول إشكالية الدراسة، أهمية وأهداف الدراسة، دوافع اختيار الموضوع، الضبط الإجرائي لمصطلحات الدراسة، الدراسات السابقة، فرضيات الدراسة.

الفصل الثاني: مدخل مفاهيمي للمتغيرات الأساسية للدراسة: الضغط النفسي، التوافق النفسي، الإعاقة البصرية، المراهقة.

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية. ويتناول منهج الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، حدود الدراسة، حالات الدراسة، أدوات الدراسة.

الفصل الرابع: عرض و تحليل نتائج حالات الدراسة على الأدوات في ضوء فرضياتها. ويتناول عرض وتحليل للنتائج التي توصلت إليها الدراسة و مناقشتها على ضوء فرضياتها.

وقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على المنهج العيادي، وهو المنهج المناسب لهذه الدراسة، مع استخدام أدوات بحث تمثلت في المقابلة العيادية نصف الموجهة، مقياس الضغط النفسي، ومقياس التوافق النفسي لـ زينب شقير (2003).

وقد تم التوصل في الأخير إلى النتائج التالية:

- المراهق المتمدرس المعاق بصريا لديه ضغط نفسي متوسط.

- المراهق المتمدرس المعاق بصريا لديه توافق نفسي متوسط.

وفي الأخير خاتمة للموضوع و قائمة المراجع و الملاحق.

الجانب النظري

الفصل الأول

التراث الأدبي لموضوع الدراسة

رئفصل الأول: التراث الأءبى لموضوع الدراسة

1- الإشكالية

2- أهمية و أهداف الدراسة

3- دوافع اختيار موضوع الدراسة

4- الضبط الإءرائى لمصطلحات الدراسة

5- الدراسات السابقة

6- فرضيات الدراسة

1-الإشكالية

تعتبر المراهقة مرحلة انتقالية هامة في حياة الفرد، فهي بمثابة انتقال بين مرحلتَي الطفولة والرشد، فهي تمثل مرحلة نضج أو نمو في نواحي مختلفة تمتد من اثنا عشر سنة إلى واحد وعشرون من عمر الفرد.

فهي من أهم المراحل النمائية التي يمر بها و التي تتسم بالتجدد المستمر و الترقى في معارج الصعود نحو الكمال الإنساني الرشيد مرورا بمجموعة من التغيرات التي تمس الجوانب الجسمية و العقلية والنفسية و حتى الاجتماعية منها فهي مرحلة الانتقال من الطفولة إلى مرحلة النضج و الرشد، فالمراهقة تأهب لمرحلة الرشد وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد أي من حوالي سن الثالث عشر إلى التاسع عشر تقريبا أو أقل ذلك (العيسول، 2009)، أو كما يعرفها بعض العلماء من بينهم sillamy "أنها فترة من الحياة تقع بين الطفولة وتمتد حتى الرشد، هي عبارة عن فترة نمائية معروفة بالتغيرات الجسمية والنفسية التي تبدأ في حوالي سن 12-13 سنة و تنتهي بين 18-20 سنة، حدودها غير واضحة كون ظهور مدة المراهقة تختلف باختلاف الجنس والعرق، ومن الناحية النفسية تتميز المراهقة بإحياء وتنمية الغريزة الجنسية و الرغبة في الحرية و الاستقلال بالإضافة لانتعاش الحياة العاطفية و تنوع الذكاء و تأكد المهارات. (sillamy Norbert 2003 p8).

فهي مرحلة حرجة في حياة المراهق خاصة الحياة النفسية لديه حيث يشعر فيها بمشاعر من القلق والعصبية، وهذا يختلف من مراهق لآخر خاصة باختلافهم في القدرات والمهارات، مما يؤدي بهم إلى الاختلاف في مستوى الأداء للتكيف و تحقيق التوافق مع الذات و مع البيئة المحيطة.

و هناك العديد من العوامل المختلفة التي تساهم بدورها هي الأخرى في إحساس الفرد و خاصة المراهق بالاختلاف بينه و بين الآخرين، كتعرضه لإعاقة معينة حيث يشعر فيها الفرد المصاب بإعاقة أنه ليس كبقية الأفراد الآخرين و يحس بمشاعر النقص، حتى أنه لا يستطيع التعامل مع إعاقته بفاعلية مما يؤثر سلبا على مجرى حياته سواء النفسية أو حتى الاجتماعية في تعامله مع الآخرين، مما يؤدي به إلى ظهور مشكلات أوحى اضطرابات نفسية تؤثر عليه بشكل عام، فالإعاقة يشار بأنها كل قصور جسمي أو نفسي أو عقلي يشكل عقبة في سبيل قيام الفرد بواجبه في المجتمع و يجعله يحس باختلاف عن الأفراد الأسوياء الذين يتمتعون بسلامة الأعضاء و صحة وظائفها.

ومن بين الإعاقات التي قد تشكل عائقا في حياة الفرد الإعاقة البصرية التي تعتبر من الإعاقات الحسية، حيث تعرّف على أنها "ضعف في حاسة البصر يحد من قدرة الشخص على استخدامها بفعالية مما يؤثر سلبا في أدائه و نموه، والإعاقة البصرية ضعف في أي من الوظائف البصرية الخمس وهي: البصر المركزي، والبصر الثنائي، والتكيف البصري، والبصر المحيطي، ورؤية الألوان. بمعنى أن الإعاقة البصرية تؤثر على أداء ومظاهر النمو المختلفة لدى الفرد خاصة لدى المراهق المعاق بصريا. هذا الأخير الذي يجد صعوبة في مواصلة مسار حياته و التأقلم مع هذه الإعاقة في بيئته ومحيطه الذي يعيش فيه و الذي يلعب دورا هاما بدوره في تكوين شخصية سوية خالية من الاضطرابات النفسية التي تؤثر على حياته بمظاهر الشفقة و غيرها التي يظهرها المحيطين به مما قد يخلق لديه نوع من الضغوط و اللاتوافق مع محيطه و مدى قدرته على تحمل مختلف الضغوطات من حوله في بيئته والتعامل معها.

إن فقدان حاسة الإبصار أمر يفتح المجال لظهور سمات شخصية غير سوية في البيئة النفسية لدى المراهق المعاق بصريا كظهور شخصية منطوية تتميز بالعزلة و الانسحابية (عبد الفتاح عثمان، 1998 ص58) فالإعاقة البصرية كغيرها من الإعاقات الأخرى التي لها صعوباتها و التي تؤثر بطريقة مباشرة أو غير مباشرة على جوانب النمو والاستقرار الداخلي لدى فرد عن فرد آخر لوجود الفروق الفردية فيما بينهم في خصائصهم واحتياجاتهم.

و المراهق المتمدرس المعاق بصريا خاصة نجده عرضة لضغوطات نفسية و مظاهر أخرى للاضطرابات النفسية التي يتعرض لها لعدم وضوح الرؤية لما سيواجهه في المستقبل و التي قد تعرقل طموحاته المستقبلية، وكذا تحقيق الاستقلالية التي يسعى إليها كل المراهقين في هذه المرحلة.

و بذلك تتجلى أهمية هاته الدراسة في إعطاء فكرة للأسر و المؤسسات الخاصة بهذه الفئة، و كيفية الوقوف مع المراهق المتمدرس الكفيف على احتياجاته. فللكفيف بصفة خاصة حاجاته الخاصة التي يجب أن تشبع، فمن الأكثر احتمالا أن يتعرض المراهق الكفيف لأنواع من الضغوطات التي قد تعرقل استقراره وتوافق النفسي إزاء عدم إشباعه تلك الحاجات.

وعلى ضوء ما سبق و تقدم يمكننا طرح التساؤلات الرئيسية للدراسة التي نتحصر في محاولة الكشف عن مستوى الضغط النفسي والتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس المعاق بصريا كما يلي:

- ما مستوى الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس المعاق بصريا؟

- ما مستوى التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس المعاق بصريا؟

2- أهمية و أهداف الدراسة:

-أهمية الدراسة

- الأهمية النظرية:

- تعتبر هذه الدراسة كإضافة مفيدة للتراث النظري حول متغيرات الدراسة الضغط النفسي، التوافق النفسي،الإعاقة البصرية، المراهقة.

- تكمن أهمية البحث من حيث أهمية المرحلة العمرية التي تناولتها الدراسة، والتي تعد مرحلة هامة في حياة المراهق والتي إذا استطاع اجتيازها بدون أزمات فسينعكس ذلك على استقراره الداخلي وكذا توافقه النفسي في المراحل القادمة في حياته.

- الأهمية التطبيقية:

- تكمن الأهمية التطبيقية للدراسة في الإضافة العلمية و العملية لإثراء الموضوع في تناوله موضوعا هاما وهو الضغط النفسي و التوافق النفسي لدى المراهق الكفيف (المراهق المتمدرس)، حيث تتيح هذه الدراسة إمكانية التعرف أولا على طبيعة هذا النوع من الإعاقات التي تتمثل في الإعاقة البصرية و لما لها من تأثير على الفرد المصاب.

إضافة إلى كشف مستوى التوافق النفسي و مستوى الضغوطات النفسية للمراهق المتمدرس الكفيف والتي تعيق عدم إشباعه لمختلف حاجاته، إضافة إلى أنه يجب معرفة أن زيادة تلك الضغوطات النفسية تأتي بزيادة الاتجاهات السلبية لدى أفراد أسرته وكذا البيئة المحيطة به نحو الإعاقة.

- أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق العديد من الأهداف من بينها:

- التعرف على مختلف الضغوطات النفسية التي يتعرض لها المراهق المعاق بصريا و مصادر تلك الضغوط.

- الكشف عن مستوى تلك الضغوطات النفسية لدى المراهق المتمدرس المعاق بصريا.

- كذلك الكشف عن كيفية تعايش المراهق المعاق بصريا مع مختلف الضغوطات التي يتعرض لها ويواجهها.

- الكشف عن مستوى التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس المعاق بصريا.

3- دوافع اختيار موضوع الدراسة:

ينبع اختيار موضوع الدراسة الحالية من خلال:

- الرغبة الشخصية في دراسة مستوى الضغط النفسي و التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس الكفيف.

- تم تخصيص هذه الدراسة لهذه الفئة من المجتمع ألا وهي فئة المراهقين المعاقين بصريا، والتي تشكل شريحة مهمة وحساسة في المجتمع والتي لها تأثيرها، حيث نجد لدى هذه الفئة مزايا وسمات خاصة مقارنة بغيرهم من المراهقين العاديين (المبصرين)، ولأن أي تطور في مجريات الحياة الأمر الذي سيصعب عليهم مواكبته والذي يسبب بدوره الضغط النفسي الذي يفرضه تطور الحياة مع وجود الإعاقة (الإعاقة البصرية).

- وكذلك تقديم إطار نظري عن موضوع الدراسة ليكون رصيذا معرفيا يمكن الاستفادة منه. وكذلك حتى استفادة الأسر في الوقوف على المشاكل النفسية التي يواجهها أبناءهم خاصة في مرحلة حساسة كمرحلة المراهقة، أي إعطاء فكرة للأسر والمؤسسات الخاصة عن هذه الفئة وكيفية الوقوف مع المراهق المتمدرس الكفيف على احتياجاته التي يجب أن تشبع.

4- الضبط الإجرائي لمصطلحات الدراسة

1- **الضغط النفسي:** تعرف زينب شقير الضغط النفسي بأنه: مجموعة من المصادر الخارجية والداخلية الضاغطة والتي يتعرض لها الفرد في حياته وينتج عنها ضعف قدرته على إحداث الاستجابة المناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية وفيزيولوجية تؤثر على جوانب الشخصية الأخرى. (خالد بن عبد الله العبدلي، 2012، ص36).

التعريف الإجرائي: هو حالة من التوتر النفسي الشديد، يحدث بسبب عوامل خارجية تضغط على الفرد وتؤثر عليه نفسياً وفيزيولوجياً. وهو الدرجة الكلية التي يتحصل عليها الفرد بتطبيق مقياس الضغط النفسي.

2- **التوافق النفسي:** عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته. وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة. (حامد زهران، 2005، ص27).

التعريف الإجرائي: هو حالة من الاتزان الذي يعيشه الفرد، سواء مع ذاته أو مع الوسط المحيط به وخلوه من التوترات والصراعات النفسية. وهو الدرجة الكلية التي يتحصل عليها الفرد بتطبيق مقياس التوافق النفسي لـ زينب شقير.

3- **المراهقة:** تمثل مرحلة نمو سريعة وتغيرات في كل جوانب النمو تقريباً، الجسدية والعقلية والحياة الانفعالية، كما أنها فترة من الخبرات الجديدة والمسؤوليات الجديدة والعلاقات الجديدة مع الراشدين والرفاق، وعلى نحو عام، فإن هذه المرحلة تمتد من بداية النضج الجنسي وحتى السن الذي يحقق فيه الفرد الاستقلالية عن سلطة الكبار. (رعدة شريم، 2009، صص 21، 22).

التعريف الإجرائي: وهي مرحلة من مراحل النمو التي يمر بها الفرد، والتي تتميز بمجموعة من التغيرات في مختلف جوانب النمو، والتي تبدأ من السن الـ12 حتى السن الـ21.

4- **الإعاقة البصرية:** تعد الإعاقة البصرية حالة يفقد فيها الفرد المقدرة على استخدام حاسة البصر مما يؤثر سلباً على أدائه ونموه. (طارق عبد الرؤوف، ربيع عبد الرؤوف، 2000، ص17).

التعريف الإجرائي: هي عبارة عن إعاقة حسية تتمثل في ضعف حاسة البصر الذي يحد من قدرة الشخص على الرؤية مما يؤثر سلبا على أدائه.

5- المراهق الكفيف المتمدرس: وهو كل فرد عمره ما بين 12-21 سنة ، يعاني من إعاقة بصرية بدرجة جزئية إلى كلية، و المتمدرس بمدرسة الأطفال المعاقين بصريا، أصيب بالإعاقة منذ الولادة أو أي مرحلة عمرية ، ما أدى إلى عجزه عن الرؤية و التواصل البصري.

5- الدراسات السابقة:

5-1- دراسة محمد عباس يوسف (1980): بعنوان "دراسة في مدى التوافق النفسي لفئة ضعاف البصر" وتناولت الدراسة دراسة علمية لإحدى فئات المعاقين بصريا افترض فيها الباحث بعض الفروض وهي:

-أن توجد فروض ذات دلالة إحصائية من حيث التوافق النفسي بين ضعاف البصر و المبصرين العاديين. وتلك الفروق لصالح المبصرين العاديين.

2-أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية من حيث مستوى التوافق النفسي بين ضعاف البصر والعميان. وتلك الفروق لصالح العميان.

3-أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية من حيث مستوى التوافق النفسي بين المبصرين العاديين والعميان وتلك الفروق لصالح المبصرين العاديين.

واشتملت العينة على ثلاث مجموعات هم:

-المجموعة الأولى: وهي ضعاف البصر وتبلغ (30) طالبا

-المجموعة الثانية: وهي مجموعة المبصرين وتبلغ (30) طالبا

-المجموعة الثالثة: وهي مجموعة العميان وتبلغ (30) طالبا

وبذلك يتكون الحجم الكلي للعينة (90) طالبا موزعة على ثلاث مجموعات متجانسة من حيث المستوى التعليمي، السن، الجنس، الذكاء، نوع الإقامة، المستوى الاجتماعي.

وتم استخدام بعض المقاييس منها: اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية إعداد عطية هنا.

اختبار الحاجات الكامنة (الغرائز الجزيئية) إعداد صلاح مخيمر.

استمارة المقابلة الشخصية إعداد صلاح مخيمر.

دراسة الأحلام والهموات، اختبار تفهم الموضوع

وأوضحت النتائج صحة الفروض والتي تؤكد ظهور بعض السمات مثل التوافق الاجتماعي والانسحاب الاجتماعي والشعور بالدونية وضعف في الشخصية لفئات ضعاف البصر والعميان مقارنة بالمبصرين العاديين.

5-2- دراسة براون Brown (1983): "التعرف على سيكولوجية المراهقين المكفوفين مقارنة بسيكولوجية المبصرين"

استهدفت الدراسة التعرف على سيكولوجية المراهقين المكفوفين مقارنة بسيكولوجية المبصرين. وقد تكونت عينة الدراسة من 218 كفيفا من الذكور، و122 من الإناث، و359 من الذكور، و181 من الإناث. وأشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

- 1- وجد أن المكفوفين أكثر تعرضا للاضطرابات و الضغوط النفسية من المبصرين.
- 2- أن فقدان البصر يؤدي إلى سوء التكيف و أنهم أكثر ميلا للانطواء و أكثر تعرضا للقلق والتوتر.
- 3- أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين من المكفوفين حيث كانت الإناث أكثر تعرضا للقلق والانطواء.

5-3- دراسة لي آلان بيتي (1991): "أثر العجز البصري على مفهوم الذات لدى المراهقين"

هدفت الدراسة على التعرف على أثر العجز البصري على مفهوم الذات لدى المراهقين وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين (20) من المبصرين و (20) من المكفوفين تتراوح أعمارهم من 12-19 سنة.

وتضمنت أدوات الدراسة مقياس تينس لمفهوم الذات.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

توصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها انخفاض صورة الذات لدى المكفوفين من المبصرين وكذلك على الدرجة الفرعية الخاصة بالذات الأسرية و يفسر الباحث تلك النتيجة بأن المراهقين العميان أكثر شعورا بالنقص بما يؤثر سلبا على صورة الذات.

5-4- دراسة أشرف محمد عبد الحميد (1996): "دراسة بعض متغيرات البيئة المدرسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى ذوي الإعاقة البصرية"

شملت العينة عددا من الطلاب والطالبات من ذوي الإعاقة البصرية بالمرحلة الثانوية (95) طالبا بمدرسة طه حسين للمكفوفين بالقاهرة و(35) طالبة من مدرسة النور و الأمل للكفيفات بالقاهرة. واستخدم مقياس أساليب معاملة المعلمين للطلاب ذوي الإعاقة البصرية، مقياس العلاقات الاجتماعية بين الطلاب ذوي الإعاقة البصرية وهما من إعداد الباحث، اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية الثانوية إعداد عطية هنا 1965، مقياس وكسلر بلفيو لذكاء الراشدين والمراهقين إعداد لويس كامل مليكه 1986، مقياس تقدير الوضع الاجتماعي-الاقتصادي للأسرة المصرية المعدل إعداد عبد العزيز الشخص 1988. وتبين أن هناك فروقا دالة بين البنين والبنات ذوي الإعاقة البصرية في التوافق النفسي (العام) والاجتماعي في حين لم توجد فروق دالة بينهما في التوافق الشخصي، ومجموعة الطلاب الذين يدركون أساليب معاملة ايجابية من قبل معلمهم أعلى من مجموعة الطلاب الذين يدركون أساليب معاملة سلبية من قبل معلمهم على كل من التوافق النفسي العام والشخصي والاجتماعي، وكانت مجموعة الطلاب الذين يدركون علاقات ايجابية بينهم وبين زملائهم أعلى من مجموعة الطلاب الذين يدركون علاقات سلبية بينهم وبين زملائهم على كل من التوافق النفسي (العام) والشخصي والاجتماعي ووجد تفاعل دال بين أساليب معاملة المعلمين للطلاب ذوي الإعاقة البصرية والعلاقات الاجتماعية بينهم على توافقهم النفسي (العام) والشخصي ولكن بقية التفاعلات الثانية والثلاثية غير دالة. (فتحي عبد الرحمان الضبع ، 2008 ، ص 117،113).

5-5- رضا إبراهيم محمد الأشرم (2008): "صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لذوي الإعاقة البصرية"

تكونت عينة الدراسة من أربع حالات من المراهقين بصريا، حالتين من ذوي الدرجات العليا وحالتين من ذوي الدرجات الدنيا، استخدم الباحث منهجين المنهج الوصفي و المنهج الارتباطي المقارن والاكثنيكي، وتوصل في نتائج دراسته إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلالة إحصائية بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى المراهقين المعاقين بصريا، بينما كانت العلاقة غير دالة بين صورة الجسم المدركة وتقدير الذات الأكاديمي. (رضا إبراهيم الأشرم ، 2008).

6- فرضيات الدراسة:

في ضوء الأهمية والأهداف والدراسات السابقة تم تقديم الفرضيات التالية:

- المراهق المتمدرس المعاق بصريا لديه مستوى متوسط من الضغط النفسي.
- المراهق المتمدرس المعاق بصريا لديه مستوى متوسط من التوافق النفسي.

الفصل الثاني

مدخل مفاهيمي للمتغيرات الأساسية

لِلدراسة

الفصل الثاني: مدخل مفاهيمي للمتغيرات الأساسية للدراسة

أولا الضغط النفسي

- 1- مفهوم الضغط النفسي
- 2- مصادر الضغط النفسي
- 3- النظريات المفسرة للضغط النفسي

ثانيا: التوافق النفسي

- 1- مفهوم التوافق النفسي
- 2- أبعاد التوافق النفسي
- 3- العوامل التي تعيق إتمام التوافق النفسي

ثالثا: الإعاقة البصرية

- 1- مفهوم الإعاقة البصرية
- 2- تصنيفات الإعاقة البصرية
- 3- بعض المشكلات التي يعاني منها المعاقون بصريا

رابعا: المراهقة

- 1- مفهوم المراهقة
- 2- خصائص مرحلة المراهقة
- 3- الاتجاهات النظرية المختلفة في دراسة المراهقة

أولا الضغط النفسي

1- مفهوم الضغط النفسي

لغة:

يشير معجم " الوجيز " إلى أن الأصل اللغوي لكلمة الضغط النفسي هو: ضغطه ضغطا عصره وزحمه، والكلام بالغ في إيجازه وعليه شدد وضغط. (طه عبد العظيم حسن، 2006، ص 61).

اصطلاحا:

تعرف الضغوط إجمالا بأنها العلاقة بين الفرد والبيئة التي يرى الفرد أنها تفوق أو تقل عن قدراته وإمكاناته وتهدد رفاهيته النفسية. (طه عبد العظيم حسن، 2006، ص 83).

كذلك الضغط فهو الحالة التي يظهر فيها تباين ملحوظ بين المتطلبات التي ينبغي أن يؤديها الكائن الحي، وقدرته على الاستجابة لها.

وأشار سيلبي (Selye) إلى أن الضغط عبارة عن مجموعة من الأعراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط، وهو استجابة غير محددة من الجسم نحو متطلبات البيئة، مثل التغير في الأسرة أو فقدان العمل أو الرحيل والتي تضع الفرد تحت الضغط النفسي. (ماجدة بهاء الدين السيد عبيد، 2008، ص 20).

هناك تعريفات للضغوط النفسية منهم ما عرفها من خلال المسببات وأثرها ومنهم من عرفها من خلال طريقة الاستجابة لهذه الضغوط، وآخرون من خلال تطور العلاقة بين المثير والاستجابة وما يتوسطهما من عمليات داخلية. فيشير جابر وكفافي (1995) إلى أن مصطلح (stress) له العديد من المعاني في معجم علم النفس والطب النفسي، منها: ضغط، أعصاب، ضائقة، كرب، إجهاد، ويعبر عن حالة الإجهاد الجسمي والنفسي، والمشقة التي تواجه الفرد من مطالب وأعباء عليه أن يتوافق معها، وقد يكون الضغط داخليا أو خارجيا، وقد يكون قصيرا أو طويلا، وإذا طال هذا الضغط فقد يستهلك موارد الفرد ويتعبها ويؤدي إلى انهيار أداء وظائف المنظمة.

وبين (Litt & Turk, 2005) الضغوط النفسية بأنها "شعور الفرد بمشاعر سلبية غير سارة وشعوره بالقلق عند مواجهته لمشاكل تهدد كيانه وتتجاوز قدراته لحل تلك المشاكل".

ويعرف جولدنسون (Goldenson) الضغط النفسي بأنه حالة من الشدة النفسية والتي تتطلب من الفرد التكيف معها.

ويعرف كولمان (Coleman, 1983) الضغط النفسي على انه متطلب تكيفي ينتج عن مواقف وردود أفعال لأوضاع فيها إمكانية لأذى الفرد. ويمكن القول بأن الضغط النفسي يشير إلى متطلبات تكيفية يجب أن يتعامل معها الفرد إذا رغب إشباع في حاجات المختلفة.

في حين يرى شان (Chan) أن الضغط النفسي عبارة عن مثيرات أو مواقف تقوم بالتأثير على المصادر التكيفية، وبذلك يصبح الحدث ضاغطا إذا قام الفرد بإدراكه على أنه ضاغط. كما يمكن أن يشير الضغط النفسي إلى مجموعة واسعة من المشكلات التي تختلف عن المشكلات العادية حيث تتضمن أحداثا بيئية ترهق الفرد إضافة إلى استجابة الفرد إلى هذه الأحداث وكيفية تفسير الفرد لها.

ويمكن أن تكون الضغوط النفسية على شكل مطالب بيئية أو حالات نفسية داخلية وأفكار تتطلب من الفرد التكيف معها. وهناك فروق فردية بين الناس في طريقة الاستجابة لهذه الضغوط، إذ أن الحالة التي تسبب الضغط لفردنا ليس بالضرورة أن تكون ضاغطة لفرد آخر، وأن الأفراد الذين يعانون من الضغوط لا يستجيبون بنفس الطريقة بشكل عام. (ثامر حسين علي السميران، 2014، ص ص، 18،17،16)

2- مصادر الضغط النفسي

ترتبط الضغوط النفسية بالأحداث اليومية، بلا استثناء نتعرض لها يوميا ومن مصادر مختلفة فالضغوط الخارجية تلاحقنا في البيت أو الشارع أو العمل أو الدراسة والتعاملات المالية وتسبب لنا بعض الأحيان أزمات نقف عاجزين أمام حلها نضطر لأن نبحث عن سبيل لحلها وربما نتعقد هذه الضغوط وخاصة الاجتماعية، فيسعى الفرد لحلها وتولد له ارتجاجا يعجز عن قلب إلى اتزان فيعاني مرارة الإحباط وخاصة عندما تنشأ عن مطالب اجتماعية منحرفة ويكون الطموح أكثر من القدرة عن التنفيذ فيقف عاجزا عن إيجاد الحلول.

إن الضغوط الداخلية تمثل تفاعلات الحالة النفسية للإنسان من داخل ذاته هو، فالنفس الإنسانية أثناء جهادها للمعرفة عما يدور بداخلها هو جهاد ليس سهلا. بل عصي على النفس ذاتها وخاصة عندما

يقف الفرد أمام نفسه لا يستطيع أن يجد حلاً يريح ذلك الصراع فإذا ما عرف الإنسان نفسه. وصل بها إلى الاستقرار والراحة النفسية ومعرفة النفس مطلب كل إنسان حكيم يبحث لنفسه عن السبيل الصحيح.

2-1- المصادر الخارجية للضغوط النفسية:

أ- الضغوط الأسرية: الصراعات العائلية، كثرة المجادلات، الانفصال، الطلاق، الأولاد.

ب- ضغوط العمل

ج- الضغوط المالية أو الاقتصادية: مثل انخفاض الدخل وارتفاع معدلات البطالة وارتفاع معدلات الجريمة.

د- الضغوط الاجتماعية: وتنقسم بدورها وحسب تعدد العلاقات الاجتماعية ذاتها إلى علاقات اجتماعية، فالفرد إن كان متزوجاً أو غير متزوج، عدد الأطفال إن كان متزوجاً، كذلك الوضع البيئي والأسري العام والخاص الذي يعيش في ظله الفرد. وهذه المتغيرات تكون ضمن العامل الاجتماعي، فهي تترك ردود أفعال معينة على شكل ضغوط نفسية لدى الفرد وإن اختلفت مصادرها وتباينت تأثيراتها. ومن الضغوط الاجتماعية، العزلة، وخبرات الإساءة الجسمية والجنسية والإهمال للأطفال والانحرافات السلوكية.

هـ- الضغوط الصحية أو الفسيولوجية: مثل التغيرات الفسيولوجية والكيميائية التي تحدث في الجسم ومهاجمته الجراثيم به، واختلاف النظام الغذائي.

و- ضغوط المتغيرات الطبيعية: مثل الكوارث الطبيعية كالزلازل والبراكين والأعاصير وغيرها.

ي- ضغوط سياسية: تلعب سياسة البلد الداخلية والخارجية دوراً رئيساً في تحديد الكثير من ملامح حجم ونوعية الضغوط النفسية التي يتعرض لها الأفراد في مجتمعاتهم، وتنشأ هذه الضغوط من عدم الرضا عن أنظمة الحكم الاستبدادي والصراعات السياسية في المجتمع.

ز- ضغط العوامل العقائدية والفكرية: إن حالة التقاطع بين تمسك الفرد بما هو عليه من أفكار ومعتقدات وبين تسلط المؤسسات المركزية في حمله على تغيير أفكاره إنما تتعكس فيما بعد على شكل سلسلة من الضغوطات النفسية ذات التأثيرات المتباينة على طبيعة علاقة الفرد بذاته وبمجتمعه.

ح- **ضغوط ثقافية:** وتتمثل في استيراد الثقافات والانفتاح على الثقافات الهادفة الوافدة دون مراعاة للأطر الثقافية والاجتماعية القائمة في المجتمع، هذا فضلا عن مشاهدة الفيديو كليب والإعلانات المستهجنة في القنوات الفضائية والتلفزيونية.

ط- **ضغوط أكاديمية:** تتمثل في انتقال الطالب من مدرسة إلى أخرى، ومن المدرسة إلى الجامعة.

ك- **ضغوط مهنية:** ترتبط ببيئة العمل مثل العبء الكمي والكيفي للعمل وصراع الدور وغموضه والخلافات مع الرفاق في العمل.

ل- **الضغوط الانفعالية والنفسية:** مثل القلق، الاكتئاب، المخاوف المرضية، الصراع، الإحباط... (ماجدة بهاء الدين السيد عبيد، 2008، مرجع سابق، ص ص30، 31).

-الإحباط Frustration:

الإحباط هو حالة انفعالية غير سارة تنشأ عن مواجهة الفرد لعائق يحول بينه وبين هدفه.

أو هو إخفاق الفرد في إشباع رغبة أو حاجة إخفاقا مؤقتا أو مستديما ويظهر تعريف الإحباط في أكثر من شكل ونحن نأخذ بالتعريف الذي يرى أن الإحباط عملية تتضمن إدراك الفرد لعائق يعوق إشباع حاجة له أو توقع حدوث هذا العائق في المستقبل، مع تعرض العضوية من جراء ذلك لنوع ما من أنواع التهديد.

(ثامر حسين علي السميان، عبد الكريم عبد الله المساعيد، 2014، مرجع سابق، ص ص30- 31).

و للإحباط آثار سلبية على نفسية الفرد، فلو زاد الإحباط عن حده يؤدي إلى الاضطراب والتوتر والقلق والاكتئاب وفقدان الثقة والإجهاد، والاحتراق النفسي. (حسن منسي، 1998، ص 31).

-الصراع:

في الإحباط يأتي الضغط من مصدر واحد بينما في الصراع يكون هناك أكثر من مصدر للضغط يعرف الصراع بأنه ظهور مفاجئ أو تلقائي لدافعين غير متطابقين وعلى الشخص اختيار واحد منهم والصراع أحد مصادر الإحباط. (ثامر حسين علي السميان، عبد الكريم عبد الله المساعيد، 2014، مرجع سابق، ص 70).

2-2- المصادر الداخلية للضغط النفسية:

-الطموح المبالغ فيه، الأعضاء الحيوية والتهيج النفسي (الاستعداد) لقبول المرض- ضعف المقاومة الداخلية، الشخصية.

وتتسبب العلاقات الغير متوازنة بين الأفراد أو مع بعضهم البعض أو بين الأفراد ومجتمعاتهم والتي يؤدي فيما بعد إلى مجموعة من المظاهر المتعددة من الضغط النفسي إلى مجموعة من النتائج السلبية التي تصيب الفرد والمجتمع معا. (ماجدة بهاء الدين السيد عبيد، 2008، مرجع سابق، ص ص31،30).

3- النظريات المفسرة للضغط النفسي:

ينشأ تعدد النظريات العلمية في مجال دراسة وتفسير الظاهرة الإنسانية من تعقدها بمعنى صعوبة تفسيرها بردها إلى عامل واحد فقط. فيكون الاختلاف في الوحدة التفسيرية التي يتبناها الباحث أساسا لهذه التعددية.

وتعد الضغوط النفسية من الظواهر الإنسانية المعقدة التي تفسر على أسس بدنية بيولوجية، عقلية معرفية، سيكولوجية وأخرى اجتماعية، وقدمت في مجالها كثير من القواعد والمبادئ النظرية التي كشفت عن بعض من طبيعتها وديناميكيته والنتائج التي تنتج عن آثارها وسوف يتم تناول بعض من النظريات التي اهتمت بتفسير ظاهرة الضغوط النفسية من حيث مبادئها ومراحلها والأساليب التي قدمتها للتكيف مع الضغط النفسي وهي كما يلي:

3-1- نظرية هانز سيللي

كان هانز سيللي بحكم تخصصه كطبيب متأثرا بتفسير الضغط نفسيا فسيولوجيا. وتنطلق نظرية هانز سيللي من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة لعامل ضاغط Streeor يميز الشخص ويضعه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة، وأن هناك استجابة أو أنماطا معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أساس أن الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج، ويعتبر سيللي أن أعراض الاستجابة الفسيولوجية للضغط عالمية وهدفها المحافظة على الكيان والحياة، وحدد سيللي ثلاث مراحل للدفاع ضد الضغط. ويرى أن هذه المراحل تمثل مراحل التكيف العام وهي:

1- الفرع: وفيه يظهر الجسم تغيرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي للضاغط ونتيجة لهذه التغيرات تقل مقاومة الجسم، وقد تحدث الوفاة عندما تتهاور مقاومة الجسم ويكون الضاغط شديداً.

2- المقاومة: وتحدث عندما يكون التعرض للضاغط متوازماً مع التكيف فتختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى وتظهر تغيرات أخرى تدل على التكيف.

3- الإجهاد: مرحلة تعقب المقاومة ويكون فيها الجسم قد تكيف، غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفذت، وإذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة فقد ينتج عنها أمراض التكيف.

(فاروق السيد عثمان، 2001، ص ص 98،99).

3-2- نظرية لاسبيلجر Speilberger

يعتبر فهم نظرية سبيلجر في القلق مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط. فلقد أقام نظريته في القلق على أساس التمييز بين نوعين من القلق هما قلق الحالة وقلق السمة.

وفي هذا الصدد يشير اسبيلجر نفسه إلى أن للقلق شقين يشملان ما يشار إليه على أنه سمة القلق أوالقلق العصابي أو القلق المزمن، وكذلك ما يسمى بحالة القلق أو القلق الموضوعي أو قلق الموقف. وسمة القلق استعداد طبيعي أو اتجاه سلوكي يجعل القلق قلقاً يعتمد بصورة أساسية على الخبرة الماضية. بينما حالة القلق موقفية وتعتمد بصورة أساسية ومباشرة على الظروف الضاغطة وسبيلجر في نظريته للضغوط إذ يربط بين قلق الحالة والضغط ويعتبر أن الضغط الناتج عن ضاغط معين مسبباً لحالة القلق. وما القلق العصابي الناتج عن الخبرة السابقة بالضغط حيث أن الفرد يكون من سمات شخصيته القلق أصلاً.

ويهتم سبيلجر في الإطار المرجعي لنظريته بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة، ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها ويحدد العلاقة بينها وبين ميكانيزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة (كبت، إنكار، إسقاط). فالفرد في هذا الصدد يقدر الظروف الضاغطة التي أثارت حالة القلق لديه ثم يستخدم الميكانيزمات الدفاعية المناسبة لتخفيف الضغط (كبت، إنكار، إسقاط) أو يستدعي التجنب الذي يسمح بالهرب من الموقف الضاغط.

وإذا كان سبيلبرجر قد اهتم بتحديد خصائص وطبيعة المواقف الضاغطة التي تؤدي إلى مستويات مختلفة لحالة القلق إلا أنه لا يساوي بين المفهومين (الضغط-القلق) لأن الضغط النفسي وقلق الحالة يوضحان الفروق بين خصائص القلق كرد فعل انفعالي والمثيرات التي تستدعي هذه الضغوط (فالقلق كعملية انفعالية تشير إلى تتابع الاستجابات المعرفية السلوكية التي تحدث كرد فعل لشكل ما من الضغط وتبدأ هذه العملية بواسطة مثير خارجي ضاغط.

ويميز سبيلبرجر أيضا بين مفهوم الضغط ومفهوم التهديد. فكلاهما مفهومان مختلفين فكلمة ضغط تشير إلى الاختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي أما كلمة تهديد فتشير إلى التقدير والتفسير الذاتي لموقف خاص على أنه خطير أو مخيف أي بمعنى توقع خطر أو إدراك ذاتي للخطر.

وأخيرا فان سبيلبرجر قد أجرى كثير من الدراسات تحقق من خلالها من صدق فروض ومسلمات نظريته.(فاروق السيد عثمان، 2001 مرجع سابق، ص ص 100،99).

3-3- نظرية موراي:

يعتبر موراي أن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط مفهومان أساسيان على اعتبار أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك، ومفهوم الضغط يمثل المحددات المؤثرة والجوهرية للسلوك في البيئة، ويعرف الضغط بأنه صفة لموضوع بيئي أو لشخص تيسر أو تعوق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين، ويميز موراي بين نوعين من الضغوط هما:

أ- **ضغط بيتا Beta Stress**: ويشير إلى دلالة الموضوعات البيئية والأشخاص كما يدركها الفرد.

ب- **ضغط ألفا Alpha Stress**: ويشير إلى خصائص الموضوعات ودلالاتها كما هي.

ويوضح موراي أن سلوك الفرد يرتبط بالنوع الأول ويؤكد على أن الفرد بخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينة بحاجة بعينها، ويطلق على هذا مفهوم تكامل الحاجة، أما عندما يحدث التفاعل بين الموقف الحافز والضغط والحاجة الناشئة فهذا ما يعبر عنه بمفهوم ألفا. (فاروق السيد عثمان، 2001، مرجع سابق، ص 100).

3-4- نظرية التحليل النفسي:

يتميز التحليليون بين الشعور بالقلق الموضوعي الذي يعتبر هو ردة فعل معقولة لمواقف مؤلمة والقلق السلبي يعتبر كمثير داخلي ناتج عن صراعات غير منطقية وغير محددة ومصحوب بالخطر الحقيقي. وقد اعتقد فرويد بأن القلق السلبي يمكن إيقاظه بواسطة الصراعات غير الشعورية داخل الأفراد، وعلى الخصوص بين الذين يعانون من مشاكل جنسية وعدوانية، وآلية التحكم بها وبما تصطمم بالأنا والأنا الأعلى والعديد من الرغبات تقف أمام تهديدات الآخرين، لأنها على نقيض من شخصيتهم أو قيمتهم الاجتماعية.

ويذكر فرويد أن الليبدو يصطمم بضغوط المجتمع، وهو مستعد من قبل الرقابة وكما هو مصدود وملغى في اللاوعي، ومن الممكن الحصول على حل للصراع بين القوى الكابتة والقوى المكبوتة بتحويل طاقة القوى المكبوتة نحو أهداف أخرى، عندما يتم التحويل بالتوافق مع متطلبات الواقع الخارجي والمثل الواعية.

وطبقا للنظرية النفسية فإننا جميعنا لدينا صراعات غير شعورية ولدى بعض الناس على أي حال فان هذه الصراعات أكثر حدة وعدد، وهؤلاء الناس يرون حوادث حياتهم كمسببات للضغط، واعتبر فرويد الكبت من أهم عوامل ووسائل ميكانيكية الدفاع اتجاه الضغوط، وفي الكبت أو الإخضاع تكون الذكريات والتأثيرات مرعبة جدا أو مؤلمة، ومستثناه من الوعي والإدراك المحسوس أو الوعي والذكريات التي تهيج الخجل، والذنب والاكنتاب تعتبر عوامل الضغط ويعتبرها فرويد غالبا تكبح ويعتقد فرويد أن كبح بعض عوامل الضغط من مشاعر ورغبات، ومخاوف يتم في الطفولة، وأن الكبح نادرا ما يكون ناجحا كليا والذين يعانون منه تبرر لديهم أمراض مثل السرطان والشريان التاجي حسب ما أشارت إليه دراسة (Blonna, 2000).

كما يرى علماء مدرسة التحليل النفسي أن الضغوط من خلال كل موقف أو سلوك تعبير عن صراع ما بين قوي ونزاعات، ورغبات متعارضة أو متباينة سواء بين الفرد والمحيط الخارجي أم داخل الفرد ذاته وعندما تصطمم النزعات الغريزية بتحريم يأتي من المحيط الاجتماعي أو من الرقابة النفسية الداخلية إلى يمثلها (الأنا الأعلى) فان التفاعلات تؤدي إلى نشوء آليات دفاعية.

ويؤكد يونغ على أن الضغط النفسي كمسبب للأمراض والاضطرابات النفسية، أنه ناتج عن الطاقة التي هي مع الإنسان بالفطرة وهذه الطاقة تنتج عن سلوكيات فطرية وتطورها خبرات الطفولة مما يكون شخصيته المستقبلية وسلوكه المتوقع وإذا ما واجه الإنسان أنواعا من الصراعات النفسية الداخلية نتيجة ضغوط حياتية مختلفة ويتغير السلوك المتوقع حدوثه وهو ما يسمى بالمرض النفسي الناتج عن الضغوط الذي يحتاج إلى علاج.

3-5- النظرية السلوكية:

يرى السلوكيون أن الضغوط تتمثل في الاعتماد على عملية التعلم كمنطلق من خلاله يتم معالجة معلومات المواقف الخطرة التي يتعرض لها الفرد والمثيرة للضغط، وتكون هذه المثيرات مرتبطة شرطيا مع مثيرات حيادية أثناء الأزمة أو مرتبطة بخبرة سابقة فان الفرد يصنفها على أنها مخيفة ومقلقة.

ويرى السلوكيون أن التفاعلات المتبادلة لدى الإنسان حي وواقع مع وسطه الفيزيائي والاجتماعي وهو ممارسة التنبؤ والتوقع لمعرفة السلوك قبل وقوعه و رؤا أن تكيف محل السلوك حسب متطلبات الموقف المحدد وبصورة ذات معنى ومغزى وأن جسم الإنسان ليس سلبيا بل هو فعال يسعى لأن يتكيف ولا يفسر بفعل الوسط، فالوسط والجسم يفسران سويا مع بعضهما البعض.

وقد بين غولد نبيرج (1977) أن النتائج النفسية والسلوكية التي تحدثها الضغوط وتحدث من السلوك ومدى تأثيره على نمط سلوكه المعتاد، والضغط في نظره يؤدي إلى القلق ولكنه يكون أحيانا ناجحا وعمليا لأنه يؤدي بالإنسان إلى اتخاذ قرارات حاسمة ويقوي إرادته التي تمكنه من مواجهة الفشل أو النجاح في المستقبل كما يعلم الضغط الإنسان أسلوب حل المشكلات منذ الصغر ويهيئ شخصيته لتكون فاعلة ومواجهة لما قد يواجهه مستقبلا من أحداث ويرى أنه لن يتمكن أحد من تفسير سلوك الفرد الخاطئ لأن السلوك يفسر بمدى وقى الضغط عليه ليسهل تعديله والتخلص من مسبباته. (ثامر حسين علي السميان، عبد الكريم عبد الله المساعد، 2014، مرجع سابق، ص ص60، 61، 62).

ثانيا التوافق النفسي

1- مفهوم التوافق النفسي:

التوافق عملية ديناميكية كلية مستمرة يحاول بها الفرد عن طريق تغيير سلوكه لتحقيق التوافق بينه وبين نفسه، وبين البيئة المحيطة به بغية الوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي والتدني والتكيف الاجتماعي. (صالح حسن الدايري، 2008، ص79).

ويقول الدكتور أحمد فايق أن التوافق هو حالة وقتية تترن فيها قوى المجال بما فيه الشخص ذاته فكل مجال أنساني يتضمن عددا من القوى المتنافرة المتنازعة، ويتضمن الإنسان الذي سينجو بسلوكه نموا خاصا حسب نظام هذه القوى حيث ينعكس عليه تأثير هذا النمو. (صالح حسن الدايري، 2008، ص80).

- أو هو الحالة التي يصل إليها العضو بعد التحرر من توتر الحاجة، والشعور بالارتياح بعد تحقيق الهدف. (عطا الله فؤاد الخالدي، دلال سعد الدين العلمي، 2009، ص15).

- كما وي طرح علماء النفس مفهوم التوافق النفسي على أنه توافق الفرد مع ذاته وتوافق مع الوسط المحيط به وكل المستويين لا ينفصل عن الآخر وإنما يؤثر فيه ويتأثر به، فالفرد المتوافق ذاتيا هو المتوافق اجتماعيا. وبضيف علماء النفس بقولهم أن " التوافق الذاتي هو قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه وبين أدواره الاجتماعية المتصارعة مع هذه الدوافع بحيث لا يكون هناك صراع داخلي.

كما يقصد بالتوافق النفسي، رضا الفرد عن نفسه وتتسم حياته بالخلو من التوترات والصراعات النفسية التي تقترن بمشاعر الذنب، القلق والنقص، فيتمكن من إشباع دوافعه بصورة ترضيه.

- ويشير الباحث حامد زهران إلى التوافق النفسي على أنه مرادف للتوافق الشخصي ويعني السعادة عن النفس والرضا عنها وإشباع الدوافع الفطرية الأولية (الداخلية) والدوافع الثانوية المكتسبة (الخارجية)، وبالتالي يعبر عن سلام داخلي عما يتضمن التوافق مطالب النمو في مختلف المراحل المتتابعة. (حامد زهران، 1994، ص8).

2- أبعاد التوافق النفسي:

2-1- التوافق الجسمي: حيث تعتبر صحة الفرد وسلامته من الأمراض والعيوب الجسمية مصدرا أساسيا من مصادر الصحة النفسية وان وجود عيب أو مرض أو خلل في التكوينات الجسمية تؤدي إلى خلل في الوظائف الجسمية وتعطل أدائها وليس من شك فان الخلل كلما كان كبيرا كان تأثيره أعمق وأوسع إذ يمتد إلى الوظائف النفسية المختلفة ولاسيما أن التكوين النفسي بل إنها معا يشكلان وحدة واحدة جسمية نفسية وبالتالي فان أي خلل في الجانب العضوي يؤدي إلى خلل في الجانب النفسي.

2-2- التوافق مع الذات: وهي فكرة الإنسان عن ذاته وعن قدراته الذاتية ومدى تطابق نظرتة عن ذاته مع واقعه كما يدركه الآخرون فان تطابقت فكرة الإنسان عن ذاته مع فكرته عن واقعه فانه يكون متوافقا وسعيدا مع نفسه ومع الآخرين وان كانت نظرتة عن ذاته يسودها التضخيم على عكس ما يراه الآخرون فهذا يؤدي إلى الغرور وبالتالي يصطدم بالواقع، إن الفرد الغير متوافق ذاتيا يتعارض واقعا فهذا لا يستطيع تحقيق رغباته ويفشل في تكوين علاقات اجتماعية ناجحة.

2-3- التوافق الانفعالي: وهي سيطرة الفرد والتحكم في ضبط نفسه وتحمل مواقف النقد والإحباط والسيطرة على مصادر القلق والشعور بالأمن والاطمئنان بعيدا عن الخوف والتوتر. ويعتبر التوافق الانفعالي من أهم سمات الشخصية السوية حيث تستنزه الأحداث التافهة ويتسم بالهدوء وضبط الأعصاب. (حسين أحمد حشمت أحمد ومصطفى باهي، 2006، ص 67).

3- العوامل التي تعيق إتمام التوافق النفسي:

يتعرض الإنسان لعوائق كثيرة تمنعه من تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته بعضها داخلي يرجع للإنسان بذاته والبعض الآخر خارجي يرجع إلى البيئة التي يعيش فيها ولقد أجمل حسين أحمد حشمت ومصطفى حسين باهي (2006) أهم العوائق في النقاط التالية:

النقص الجسمي: تؤثر الحالة الجسمية العامة للفرد على مدى توافقه، فالشخص العليل (المريض) الذي تنتابه الأمراض تقل كفاءته ويكون عرضة لمجابهة مشاكل لا يجابهها عادة الشخص السليم.

عدم إشباع الحاجات بالطرق التي تقرها الثقافة: يرى الفرد حاجاته الجسمانية وحاجاته الاجتماعية المكتسبة، وإذا استثثرت الحاجة أصبح الإنسان في حالة توتر واختلال توازنه ولا بد للحاجة من مشبع لإزالة التوتر وإعادة التوازن وتحدد الثقافة الطرق التي يتم إشباع هذه الحاجات.

عدم تناسب الانفعالات والمواقف: إن الانفعالات الحادة المستمرة تخل من توازن الفرد ولها أثرها الضار جسمانيا واجتماعيا فقد يؤدي الخوف الشديد في بعض المواقف بالإضافة إلى خفقان القلب وسرعة النبض والشعور بالهبوط، وتصيب العرق إلى فقدان الفرد لسيطرته على الطريقة التي يتم بها التعبير عن هذا الغضب.

الصراع بين أدوار الذات: ما يؤدي عادة إلى الصراع وعدم التكيف وجود مجموعة من العوائق والمتمثلة في :

عوائق نفسية ومنها الصراع النفسي الذي ينشأ عن تناقض أو تعارض أهدافه وعدم قدرته على اختيار أي منها في الوقت المناسب مثل أن يرغب الطالب في دراسة الطب والصيدلة ولا يستطيع الفصل بينهما فيقع في صراع نفسي قد يمنعه من الالتحاق بأي من الدراستين في الوقت المناسب.

-عوائق مادية واقتصادية يعتبر نقص المال وعدم توفر الإمكانيات عائقا يمنع الفرد من تحقيق أهدافه ورغباته وهذا ما يسبب له الشعور بالإحباط.

-عوائق اجتماعية وتتمثل في العادات والتقاليد والقوانين الموجودة في المجتمع والتي قد تعيق الشخص عن تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته وذلك بضبط سلوكه وتنظيم علاقاته. (حسين أحمد حشمت أحمد ومصطفى باهي، 2006، مرجع سابق، ص ص 63، 64).

ثالثاً: الإعاقة البصرية

1- مفهوم الإعاقة البصرية:

عرف كف البصر لغويا في المعجم الوسيط بأنه: كف عن الأمر كفا، انصرف وامتنع، وكف بصره: ذهب، كما يقال كف بصره فهو مكفوف وهو كفيف أيضا (المعجم الوسيط) هذا ويعتبر بعض الباحثين الشخص الأعمى، هو الشخص الذي لا يمكنه أن يميز الضوء من الظلام، والحقيقة أن الإعاقة أمر نسبي ويتوقف على نوع النشاط المطلوب ممارسته. كما أن الأعمى هو من لا يرى النور، ولا يميز الليل من النهار، ويسمونه الكفيف أو الضرير، ومن ولد أعمى يسمونه الأكمه، غير أن هذا المفهوم لا يكون مناسباً عندما نتناول موضوع الإعاقة، حيث إن الإنسان قد يكون قادراً على تمييز النور من الظلام، ولكنه لا يستطيع أن يتعرف على الأشياء والأشخاص إلا إذا اقترب منها إلى درجة كبيرة، وهذا الإنسان من الناحية العملية معوق بالطبع.

اصطلاحاً:

ظهرت تعريفات عدة للإعاقة البصرية، منها التعريف القانوني، ومنها التعريف التربوي، وقد ظهر التعريف القانوني قبل ظهور التعريف التربوي. ويشير **التعريف القانوني** للشخص الكفيف إلى أن الشخص الكفيف ومن وجهة نظر الأطباء هو ذلك الشخص الذي لا تزيد حدة إبصاره عند 20/200 قدم في أحسن العينين أو حتى باستعمال النظارة الطبية، وتفسير ذلك أن الجسم الذي يراه الشخص العادي في إبصاره على مسافة مائتي قدم، يجب أن يقرب مسافة 20 قدم حتى يراه الشخص الذي يعتبر كفيفاً حسب هذا التعريف. أما المفهوم التربوي فيشير إلى أن الشخص الذي يعتبر كفيفاً، وهو ذلك الشخص الذي لا يستطيع أن يقرأ أو يكتب إلا بطريقة برايل. (فاروق الروسان، 1996، ص ص 115، 116).

كما عرفت منظمة الصحة العالمية الإعاقة البصرية بأن الإعاقة البصرية الشديدة هي حالة يؤدي الشخص فيها الوظائف البصرية على مستوى محدود، أما الإعاقة البصرية الشديدة جدا هي حالة يجد فيها الإنسان صعوبة بالغة في تأدية الوظائف البصرية الأساسية، أما شبه العمى فهو حالة اضطراب بصري لا يعتمد فيها على البصر، والعمى هو فقدان القدرات البصرية.

ويكاد يتطابق مفهوم الإعاقة البصرية من المنظور الطبي مع التعريف العلمي للمعنى اللغوي للمفهوم، فالبصر ضرورة و وظيفة لتوصيل الوجدان والإدراك والملاحظة المباشرة ومن ثم تتحدد الإعاقة البصرية من خلال القدرة الحسية عن طريق تضاؤل العصب البصري، أو الجلوكوما، الانفصال الشبكي، والعمى النصفي و الزغللة، ويتم تحديد الإعاقة البصرية من خلال قيم كمية لدرجة الإبصار. (مرفت عبد المنعم سلامة، 2001، ص 10).

2- تصنيف الإعاقة البصرية

يصنف المعاقون بصريا ضمن مجموعتين رئيسيتين:

الأولى: مجموعة المعاقين بصريا كليا

وهي تلك المجموعة التي ينطبق عليها التعريف القانوني والتربوي للإعاقة البصرية.

الثانية: مجموعة المعاقين بصريا جزئيا

وهي تلك المجموعة التي تستطيع أن تقرأ الكلمات المكتوبة بحروف مكبرة أو باستخدام النظارة الطبية أو أي وسيلة تكبير، وتتراوح حدة إبصار هذه المجموعة ما بين (70/20) إلى (200/20) قدم في أحسن العينين أو حتى في استعمال النظارة الطبية.

وهناك تصنيف يستند إلى تأثير الإعاقة البصرية على الأنشطة الحسية و خبرات التذكر، وحسب ذلك التصنيف يمكن أن نميز الدرجات المختلفة التالية من الإعاقة البصرية:

1- فقد بصر تام ولادي أو مكتسب يحدث بعد سن الخامسة.

2- فقد بصر تام مكتسب بعد سن الخامسة.

3- فقد بصر جزئي ولادي.

4- فقد بصر جزئي مكتسب.

5- ضعف بصر ولادي.

6- ضعف بصر مكتسب. (فؤاد عيد الجوالدة، 2012، ص 30، 31).

ويوجد كذلك تقسيم آخر حسب السن كما يأتي:

- العمى عند الولادة
- العمى المبكر أو عمى الطفولة قبل أربع سنوات من العمر
- عمى المراهقة قبل ثمانية عشر سنة من العمر
- العمى المتأخر: قبل خمسة و أربعين سنة من العمر
- عمى الشيخوخة بعد خمسة وأربعين سنة من العمر. (خليل المعاينة وآخرون، 2000، ص 34).

3- بعض المشكلات التي يعاني منها المعاقين بصريا:

3-1- المشكلات النفسية: تنشأ المشكلات النفسية نتيجة للإحساس بعدم الأمن وعدم القدرة على التحرك وعدم إدراك التفاعلات المحيطة حيث يشعر الكفيف ببعض الصراعات والتوترات النفسية التي تزداد إذا كانت البيئة الاجتماعية غير ملائمة.

يتفق أطباء الصحة العقلية على أن كف البصر يفسح المجال لظهور سمات شخصية غير سوية في شخصية الكفيف كالانطواء والعزلة والميول الانسحابية. فقد صنف بعض الباحثين المشكلات النفسية الخاصة بهذه الفئة إلى مجالات متعددة، وتحدد مشكلات الكفيف في المشكلات (الصحية، أوقات الفراغ، الانفعالية) المشكلات الخاصة بالكفيف تشمل نوعين أساسيين من المشكلات هما (المشكلات السلوكية، الشخصية) وتقسم أحلام حسن المشكلات النفسية التي تواجه الكفيف إلى مشكلات (شخصية، اجتماعية، تعليمية، صحية) ويرى آخرون أن مشكلات الكفيف تتركز في المشكلات (التعليمية، الصحية، أوقات الفراغ، النفسية).

ويوجد اتفاق في بعض التصنيفات لمشكلات الكفيف، المشكلات النفسية بصفة عامة و مشكلات الكفيف بصفة خاصة وأن الشخص الكفيف يواجه نفس المشكلات النفسية التي تعترض طريق الشخص العادي مضافا إليها تلك المشكلات التي تعود إلى ظروف كف بصره. (طارق عبد الرؤوف عامر، ربيع عبد الرؤوف محمد، 2008، ص ص 129، 130).

3-2- المشكلات الانفعالية: يعيش الطفل الكفيف كغيره من الأطفال في عالم مليء بالمثيرات ولكنه

أكثر حساسية من الشخص العادي بالنسبة للمعاملة التي يتعامل بها المبصرون فهو يعيش في هذا العالم ولديه حاجات يود إشباعها و أهداف يسعى إلى تحقيقها و يوجه عالم لديه حياة يود أن يعيشها إلا أن خبراته عن عالمه الخاص مختلفة عن الأطفال المبصرين وعليه أن يتغلب على الصعوبات في الحصول عليها كما أن شخصيته تتأثر بهذه الظروف فالفرد بسبب هذه الإعاقة يمكن أن يقع تحت تأثير توتر عصبي تسوده مشاعر عدم الأمان والإحباط وينعكس بالتالي على حياته النفسية والاجتماعية.

وقد يعاني المعوق بصريا من القلق وعدم الإحساس بالأمان. كما يشكو من التوتر العصبي الزائد نتيجة لهذه الإعاقة وقد يشعر كثير من المبصرين في تحقيق أهدافهم ويرى "دانيل لاجاش" أن العجز البدني له آثاره على الحياة الانفعالية وطبيعة الصراعات الغريزية و درجة شدتها في حين يؤكد "فينجل" أن الاضطراب البدني يمكن أن يمثل شيئا في الأعماق الشعورية للفرد مما يؤدي إلى اختلال التوازن بين القوى الكامنة والقوى المكبوتة. ولا يستطيع الطفل الكفيف الحركة بنفس الخفة أو المهارة التي يستطيعها المبصر لتغيير ما حوله أو للحصول على فرص الحركة والملاحظة للأشياء. (طارق عبد الرؤوف عامر، ربيع عبد الرؤوف محمد، 2008، مرجع سابق ص ص 130، 131).

3-3- المشكلات الاجتماعية: وهي المشكلات التي تواجه علاقة الكفيف بالآخرين وتؤدي إلى سوء

التكيف بدءا بعلاقته بأسرته الصغيرة أو الأقارب والجيران و الأصدقاء وزملاء العمل والمحيطين... الخ، ولاشك أن كف البصر لا يؤثر فقط على المصاب به ولكن يمتد تأثير هذه الحالة إلى باقي الأفراد حيث يستوعب الأمر إعادة توزيع الأدوار وتقبل الإصابة و إعادة التوازن في بناء الأسرة ولاشك أن طبيعة العلاقات الأسرية والسن وقت الإصابة و تأثير الإصابة وسببها ومدى تقبلها ومستوى الأسرة التعليمي والاقتصادي كلها عوامل تؤثر في طبيعة المشكلات الاجتماعية والقدرة على مواجهتها.

يظهر أثر الإطار الاجتماعي الذي يوجد فيه الكفيف على تكوينه النفسي وينعكس ذلك في سلوكه التوافقي مع مجالته. و كما تلعب البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الكفيف دورا هاما في نمو شعوره بعجزه وهو دور يتراوح بين المواقف التي يغلب عليها سمتي المساعدة والمعونة والمشوبتين بالإشفاق وبين المواقف التي يغلب عليها سمتي الإهمال وعدم القبول وما يترتب على تلك المواقف الاجتماعية المختلفة إزاء الكفيف من ردود أفعال تصدر عنه يمكن الحكم على أساسها بأنه متكيف مع المجتمع الذي يعيش فيه أو غير متكيف وغالبا ما يشعر الكفيف بفقد مكانته الاجتماعية نتيجة عجزه عن الاستقلال والاعتماد

على النفس في قضاء متطلباته الضرورية وصعوبة حركته. (طارق عبد الرؤوف عامر، ربيع عبد الرؤوف محمد، 2008، مرجع سابق، ص ص132،133).

- نستخلص في الأخير أن الإعاقة البصرية هي عبارة عن إعاقة حسية تصيب الفرد، سواء كانت منذ الولادة أو مكتسبة، تؤثر على أداء الفرد و نموه، مما يجعل المصاب بها يواجه صعوبات ومشكلات مختلفة.

رابعاً المراهقة

1- مفهوم المراهقة:

لغة:

ترد كلمة مراهقة إلى الفعل رهق: رهقا. و راهق مراهقة: وهو من الغشيان أي ظهور علامات تكسو الوجه والجسد وتغيرات نفسية و جسدية في النشأة عند اقتراب بلوغه...
وتأتي مرهق. و رهقا بمعنى استنفاذ الطاقة و إنهاك القدرة.

اصطلاحاً:

يعرفها الباحث ستانلي هول s, hall (1956): مرحلة من العمر تتميز فيها تصرفات الفرد بالعواطف والانفعالات الحادة، والتوترات العنيفة. (أحمد محمد الزغبى، 2001، ص318).

كما عبر بياجي عن المراهقة بأنها: العمر الذي يندمج فيه الفرد مع عالم الكبار والعمر الذي لم يعد فيه الطفل يشعر أنه أقل ممن هو أكبر منه سناً، بل هو مساوي لهم في الحقوق على الأقل. (سامي محمد ملحم، 2004، ص341).

ويعرفها حسن عبد المعطي أنها: مرحلة عواطف وتوتر وشدة، حيث في هذه المرحلة يمر المراهق بفترات عصبية، وتكثر عنده الاندفاعية والصراعات النفسية، ويكون المراهق ذو حساسية شديدة يميل إلى تأكيد الذات، كما يميل إلى الخوف خاصة من المجتمع، وعدم الثبات الانفعالي. (عبد الرحمان العيسوي، 1995، ص35).

2- خصائص المراهقة

1-2- النمو الجسمي:

كثيراً ما يهتم الذين يعالجون موضوع المراهقة ومظاهر النمو التي تبدوا على المراهقين بالنمو الجسمي بالذات على أنه المظهر الرئيسي ومحور الاهتمام في هذه المرحلة.

- والنشاط الجنسي وإن كان يبدو واضحا حقيقة في هذه المرحلة ويبدأ بإفرازات الجهاز التناسلي وقيام هذا الجهاز بوظيفته الكاملة خلالها، إلا أن هذا النشاط لا يعدوا أن يكون نقطة انطلاق نحو نضج شخصية المراهق بكاملها وظهوره بمظهر الرجولة أو الأنوثة الكاملة.

- وأهم مظاهر التغير الجنسي هو نضج الأعضاء التناسلية عند الذكر والأنثى وكبر حجمها. فهذه الأعضاء تكون صغيرة الحجم في مرحلة الطفولة ولا تقوم بوظيفتها الطبيعية من إفراز الحيوانات المنوية والبويضات. وعندما يصل الفتى والفتاة إلى سن البلوغ تطرأ على هذه الأعضاء زيادة واضحة في الحجم كما تبدأ في الإفراز.

والعلامة التي يستدل بها على نضج الجهاز التناسلي عند الفتاة وبدء عمله وقيامه بوظيفته هو ظهور الحيض (أو العادة الشهرية) لأول مرة والاحتلام (ظهور المني عند النوم) عند الفتى. وتظهر هذه العلامات في الغالب فيما بين سن الـ 12 و 15 للبنات. والـ 13 و 16 للبنين.

- وظهور دم الحيض لأول مرة يمكن تحديد وقته وتعرفه الفتاة تماما، أما الاحتلام فلا يمكن بالضبط معرفة وقت حدوثه لأول مرة. ولذلك يستدل على بدء مراهقة الفتى بمجموعة التغيرات التي تطرأ على الفتى في جملتها ومنها الاحتلام.

- ومن التغيرات الجسمية المميزة للمراهقة بدء ظهور الشعر في أجزاء مختلفة من الجسم، فينمو الشعر حول الأعضاء التناسلية وتحت الإبطين عند الفتى والفتاة. كما ينمو شعر الذقن والشارب عند الفتى.. إلى غير ذلك.

- أما التغيرات التي تطرأ على حجم الجسم، فتبدوا واضحة في زيادة الطول زيادة مفاجئة وكذلك في الوزن، وطول الذراعين والساقين واتساع الكتفين وحجم اليدين والقدمين، وتضخم بعض أجزاء الجسم الأخرى وبصفة خاصة صدر الفتاة.

- ويبدأ هذا النمو السريع في العادة قبل البلوغ، ويستمر لمدة عامين أو ثلاثة أعوام، ثم يبطئ بعد ذلك ويقف تماما بين الـ 18 و 21 سنة.

و يأخذ نتيجته في النهاية جسم الفتى شكل الرجل والفتاة شكل جسم المرأة.

- وينتج من هذا النمو الجسمي السريع عدد من التغيرات والاهتمامات الشخصية المقابلة. فالمراهق شديد الاهتمام والاعتداد بالنمو الطارئ على جسمه في الطول. ولذلك تجده يقيس نفسه يوماً بعد يوم، ويقارن طوله بطول الآخرين، وهو شديد الاهتمام أيضاً بالتغيرات المصاحبة من نمو شعر الذقن وشعر الشارب وغير ذلك من المظاهر التي تنقله من شكل الطفل إلى شكل الرجل.... (إبراهيم وجيه محمود، 1981، ص 25،26،27).

- وبالإضافة إلى هذه التغيرات التي ترتبط بالنمو الجسمي السريع خلال مرحلة المراهقة، والتي تطبع هذه المرحلة بطابع خاص يميزها عن غيرها فإن النمو الجسمي السريع يكون أيضاً على حساب صحة المراهق ونشاطه وحيويته بصفة عامة. فالمراهق يشعر بالتعب بعد أقل مجهود. فإذا صعد السلالم مثلاً زاد خفق قلبه وتسارعت أنفاسه يميل إلى الكسل والخمول... ببطء الحركة... الخ. (محمد بن محمود آل عبد الله، 2014، ص9).

ويصحب هذه التغيرات في النمو الجسمي أيضاً تغيرات نفسية أساسية تنتج عن حساسية المراهق، لما يطرأ على جسمه من تغيرات و خوفه أن يكون مختلفاً عن الآخرين.

- ونجد الفتاة تخجل من التغيرات التي تظهر على جسمها وتحيله من شكل أقرب إلى شكل الصبي... إلى شكل الأنوثة الكاملة.

وتضيق الفتاة أيضاً بالشعر الذي يأخذ في النمو على بعض الأجزاء الظاهرة من جسمها.

- وظهور حب الشباب في هذه السن يرتبط بالتغيرات الفسيولوجية التي تطرأ على جسم الشاب وتؤثر على جميع أجهزته تؤثر أيضاً على نشاط الغدد المختلفة ومنها الغدة الدهنية والعرقية. فيزداد إفراز هذه الغدد الأخيرة وخاصة في منطقة الوجه وتؤدي زيادة إفرازها إلى سد المسام، فلا يستطيع التخلص من العرق بدرجة كافية، ونتيجة ذلك هي ظهور بثرات حب الشباب. (إبراهيم وجيه محمود، 1981، مرجع سابق، ص 29).

2-2- النمو العقلي:

أولاً: الذكاء والقدرات الخاصة:

يكتمل في هذه المرحلة التكوين العقلي للفرد بصفة عامة، كما تظهر فيها القدرات الخاصة. فينمو الذكاء وهو القدرة العقلية الفطرية العامة نموا مطردا، ويقف هذا النمو عند سن معينة خلال هذه المرحلة. - تتميز مرحلة المراهقة أيضا بظهور القدرات الخاصة مثل القدرة الموسيقية أو الفنية... الخ. وترتبط هذه القدرات بدورها بنجاح الفرد في مهن معينة أو أنواع معينة من الدراسة أو نحو ذلك من ميادين النشاط التي تعتمد على توافر قدرات خاصة محددة عند الفرد. (إبراهيم وجيه محمود، 1981، مرجع سابق، ص35، 33).

ثانياً: الوظائف العقلية العليا:

تكتمل في هذه المرحلة أيضا الوظائف العقلية العليا وتأخذ شكلا يميزها عن المراحل السابقة. - والانتباه هو أحد هذه الوظائف التي تزداد بشكل واضح خلال هذه المرحلة سواء بالنسبة لفترة الانتباه أو بالنسبة لدرجة صعوبة الموضوع الذي ينتبه إليه الفرد. (إبراهيم وجيه محمود، 1981، مرجع سابق، ص 37). - وبالمثل تزداد قدرة المراهق على التذكر، وتذكر المراهق يختلف بدوره عن تذكر الطفل في المراحل السابقة، فالتذكر هنا أعلى في فترة المراهقة يعتمد على الفهم. - وتزداد أيضا قدرة المراهق على التخيل. وهذه القدرة بدورها تطبع المراهقة بطابع خاص يميزها عن غيرها من مراحل العمر. (إبراهيم وجيه محمود، 1981، مرجع سابق، ص 41).

أما التفكير المجرد والقدرة على التحليل المنطقي ومعالجة الأشياء الغير موجودة والغير ملموسة أو الملاحظة فيأتي مع المراهقة. حيث يستطيع المراهق أن يعالج القضايا العقلية الصرفة ويقومها وأن يناقش بدرجة من دقة العوامل أو الأسباب التي تستند إليها قضية ما ويفسرها على ضوءها ويعطي رأيا فيها.

2-3- النمو الانفعالي:

إن انفعالات المراهق تختلف في نواحي كثيرة عن انفعالات الطفل ويشمل هذا الاختلاف في النواحي الآتية:

أ- **انفعالات عنيفة:** تتميز الفترة الأولى من مرحلة المراهقة بأنها فترة انفعالات عنيفة إذ نجد المراهق في هذه السنوات يثور لأتفه الأسباب شأنه في ذلك شأن الأطفال الصغار.

ب- **انفعالات متقلبة:** تتميز انفعالات المراهق بخاصية أخرى وهي التقلب وعدم الثبات حيث نجده ينتقل من انفعال إلى آخر في مدة قصيرة.. فقد يحدث مثلاً أن يكون المراهق في حالة بين الزهو والكبرياء والفرح، ثم تتحول هذه الانفعالات فجأة إلى حالة أخرى تدل على القنوط واليأس. (كلير فهيم، ص38).

ج- **عدم التحكم الانفعالي:** وهناك ميزة ثالثة تتصل بانفعالات المراهق في أوائل مرحلة المراهقة وهي أنه إذا أثير أو غضب لا يستطيع التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية، يصرخ ويرفس ويدفع الأشياء... الخ ونفس الظاهرة تبدوا عليه يشعر بالفرح فإنه يقوم بحركات لا تدل على الاتزان الانفعالي حيث نجده أثناء حالة سروره، يشد رباط الرقبة في حالة هستيرية... أو يقوم ببعض اللزمات التي تدل على حركات عصبية.

د- **انفعالات اليأس والحزن:** يتعرض المراهق في بعض الظروف لحالات من اليأس والقنوط والحزن والآلام النفسية نتيجة لما يلاقه من إحباط بسبب تقاليد المجتمع التي تحول بينه وبين تحقيق أمانيه وبنشأ من هذا الإحباط انفعالات متضاربة وعواطف جامحة تدفعه في بعض الأحيان إلى التفكير في الانتحار. (كلير فهيم، مرجع سابق، ص39).

هـ- **عواطف نحو الذات:** تتميز فترة المراهقة في الوقت ذاته بتكوين بعض العواطف الشخصية، عواطف نحو الذات تأخذ المظاهر التالية: - الاهتمام بالنفس والعناية بالملبس وبطريقة الكلام. يبدأ المراهق يشعر بأنه لم يعد بعد طفل.

وهكذا نرى أن المراهق يختلف عن الطفل في أنه لا توجد لديه عواطف جمعية. (كلير فهيم، مرجع سابق، ص40).

2-4- النمو الاجتماعي:

تبدأ تتكون علاقات من نوع جديد تربط المراهق بغيره من المراهقين والشبان. وعندما يشند إلى ارتباطه إلى ارتباطه بجماعات معينة منهم، ويزداد ولاؤه لهذه الجماعات. وتكون هذه العلاقات والارتباطات - في العادة- على حساب ارتباطه بالأسرة، وإحساسه بالأمن والراحة عن طريق انتمائه إليها وإلى الأبناء بالذات، وشعوره بالحب والعطف والحنان في المحيط الذي يجمعه بهما ويضمه إلى رحابهما. (إبراهيم وجيه محمود، 1981، مرجع سابق، ص 60).

تقوى رغبة المراهق في الاستقلال والتحرر من سلطة الأبوين والكبار عموماً، وتقوى رغبته في أن يعامل معاملة الشخص الكبير.

- قد تأخذ نزعة المراهق للاستقلال عن الكبار شكل الثورة والتمرّد والتهديد.. أو قد تتطور وتأخذ شكل الهرب من المنزل أو ترك المدرسة. (إبراهيم وجيه محمود، 1981، مرجع سابق، ص 61).

- ومن المظاهر الأساسية للنمو الاجتماعي خلال هذه الفترة ميل المراهق لتكوين الصداقات، فالصفة البارزة في المظهر الاجتماعي للمراهق هي ميله للخروج عن العلاقات الاجتماعية الضيقة التي تربطه بأسرته وحدها إلى علاقات أوسع تتمثل في أصدقائه ورفاقه، وميله إلى جماعات من هؤلاء الأصدقاء، كجماعة أصدقاء الحي أو المدرسة أو نحو ذلك. (إبراهيم وجيه محمود، 1981، مرجع سابق، ص 64).

ومن الخصائص الاجتماعية البارزة التي تميز المراهق، تعلقه بفرد تتمثل فيه صفات الزعامة والمثل العليا، يدين بمبادئه ويتمثل بأرائه. (إبراهيم وجيه محمود، 1981، مرجع سابق، ص 66).

3- الاتجاهات النظرية المختلفة في دراسة المراهقة:

3-1- الاتجاه البيولوجي (ستانلي هول):

تعتبر نظرية ستانلي هول من أوائل النظريات التي تناولت تفسير أزمة المراهقة حيث يؤكد كثير من الباحثين أن الاهتمام الكلي بالخصائص النفسية المتصلة بنمو المراهق قد برزت جلية في كتابات ستانلي هول نتيجة لسعة الاستبيانات التي قام بها ونتيجة لكثرة المعلومات والمعطيات التي حصل عليها لدى اطلاعه على عدد من السير الشخصية لكثير من الناس.

ففي كتابيه الضخمين حول المراهقة (1904) صور فيها حياة الفرد تصويراً يتسم بالشدّة والتوتر حيث اعتبرها مرحلة عواصف وضغوط تولد فيها الشخصية من جديد، وذهب إلى أن المراهق إنسان تائه، سريع الانفعال، غير متزن، لا نستطيع أن نتنبأ بما سيفعله، لكثرة تقلباته الانفعالية وعدم استقراره النفسي مما يخلق لديه أزمة حتمية بسبب التغيرات الفسيولوجية والبيولوجية التي يعيشها أثناء وبعد البلوغ، وما يتبعها من معاناة وإحباط وصراع وقلق ومشكلات وصعوبات توافقية. ورغم ما يذهب إليه هول إلا أن بعض المحللين النفسيين يعتقدون أنه قد بالغ في حتمية الاضطراب "الثورة والعصيان" في هذه المرحلة من الحياة. (أبو بكر مرسي محمد مرسي، 2002، ص ص 30،31).

3-2- الاتجاه الاجتماعي (مرجريت ميد):

وعلى خلاف ما ذهب إليه هول تؤكد ميد والتي تمثل الاتجاه الاجتماعي أنه عندما يمر المراهقون بصعوبة يجب على الفرد أن ينظر إلى الثقافة ليكتشف المشكلة فمثلاً يعاني المراهقون في أمريكا من التوتر والقلق وشدة الانفعال في حين أن الأبحاث على قبائل الساموا (1925) بينت أن فترة المراهقة لا تمثل أزمة بقدر ما هي فترة تنسم بالهدوء النسبي. ومن ثم فالقول " بقلق المراهقين واضطرابهم فكرة ليست قاطعة ونهائية ولا تفسر سلوك المراهقين في كل المجتمعات.

ومن هنا يمكن القول وفقاً لمارجريت ميد أن أزمة المراهقة أو بداية الشباب تختلف في شكلها ومضمونها وحدتها من مجتمع إلى مجتمع ومن حضارة إلى حضارة أخرى فالأزمة لا تكون استجابة لتغيرات داخل الفرد نفسه وإنما تكون لاستجابة البقعة -أي المجتمع والحضارة- التي يعيش فيها الفرد وللتغيرات التي تطرأ عليه.

ومن دراسة ميد ضعفت وجهة نظر الاتجاه البيولوجي وأصبح من الواضح أن بعض مظاهر المراهقة لا تتصف بالعمومية وأن درجة الضغط والصراع التي يتعرض لها المراهق إنما تعود بالدرجة الأولى للفارق الحضاري والثقافي من مجتمع لآخر فالمرحلة كفترة انتقالية يمكن أن تتصف بالهدوء النسبي في مقابل العاصفة الشديدة والأمر يتوقف على الأبعاد الاجتماعية والثقافية المحيطة بالفرد. ومن ثم فقد أرجعت ميد "مشاكل المراهقين إلى وجود معايير متصارعة وقيم ثقافية متعارضة في اختيارات الفرد ومن ثم فخبرة المراهق تتغير بتغير المناخ الثقافي. (أبو بكر مرسي محمد مرسي، 2002، مرجع سابق، ص ص 31،32).

3-3- الاتجاه البيولوجي الاجتماعي (سولنبرجر):

وفقا لما قال به ستانلي هول وما تؤكد ميد يرى سولنبرجر أن المراهقة مرحلة بيولوجية اجتماعية على السواء. وهذا الاتجاه الأخير عبر عنه سولنبرجر في مقال نشره سنة 1939 بعنوان مفاهيم عن المراهقة يؤكد فيه أن المجتمع نفسه لا يعطي للمراهق فرصا كافية للقيام بالدور الذي يتفق ومستويات نضجه الجسمي والعقلي ونزعه إلى التحرر والاستقلال ومن هنا ينشأ الإحباط والصراع الذي تتسم به المراهقة إلا أن هذه المشكلات وذلك الصراع ليس وليد الثقافة وحدها بل هو نتيجة للتفاعل المتبادل بين العوامل البيولوجية والعوامل الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد، وهكذا نستطيع أن ننظر إلى المراهقة لا على أنها تمثل فترة مستقلة منفصلة عن مراحل النمو، وإنما باعتبارها مرحلة انتقال مستمر من الطفولة إلى الرجولة.

وهنا يؤكد سولنبرجر على أن المراهقة إذا كانت فترة انتقالية إلا أنها ميلاد جديد من رحم قديم أي ميلاد من طفولة تؤثر في هذا الجديد ليؤثر هذا الجديد بعد ذلك فيما يولد من رحمه فالمراهقة تتأثر بما هو سابق عليها وهو الطفولة وتؤثر فيما هو لاحق وهو الرشد فلا انفصال بين المراحل النمائية للفرد. (أبو بكر مرسي محمد مرسي، 2002، مرجع، ص 33).

3-4- الاتجاه السيكودينامي (فرويد):

يؤكد أنصار مدرسة التحليل النفسي بصفة عامة أن بنية الشخصية تتعرض لتعديل في طور المراهقة فقد كانت الأنا قبل حلول هذه الفترة تشغل مركزا متوسطا بين الهو والأنا الأعلى وتتوالى مهمة التوفيق فيما بينهما على نحو يكفل لكل منهما إشباعه المنشود. وطبقا للتصور الفرويدي لسيكولوجية المراهقة فإن وظيفة "الأنا" في هذا الصدد يطرأ عليها نوع من التشويش والاضطراب نتيجة لانخراط الفرد في طور البلوغ ويبدو "الهو" في هذا الوقت محكوما أو موجها بتأثير الحفزات الجنسية متخطية مجرد الحصول على اللذة إلى الرغبة في التناسل والتكاثر أيضا.

وكانت الأنا الأعلى حتى حلول هذه الفترة الحرجة مباشرة قد شرعت في ممارسة وظيفتها، وحددت ملامحها خلال سنوات الكمون وذلك عن طريق التوحد مع الوالدين والمثل العليا الموقرة في المجتمع. ولكن مع حلول هذه الفترة الحرجة تهتز دعائم الأنا الأعلى نتيجة للتغيرات التي طرأت على علاقة المراهق بوالديه خاصة الوالد الذي يتفق معه المراهق في الجنس.

ويعتبر فرويد مرحلة المراهقة المرحلة الأخيرة في تصوره لمراحل النمو، وهذه المرحلة تتميز بلامح ارتقائية هامة منها التحول إلى عشق الذات واحترام الواقع، ونمو الميول الجنسية الغيرية، كما أنها فترة قلق وبخاصة فيما يتعلق بالدوافع الجنسية. إن كثير من مظاهر السلوك الصياني لدى المراهقين مثل تقلبات المزاج والانزلاق في الأعمال غير المسؤولة يمكن أن ينطوي على جوانب نكوصية. (أبو بكر مرسي محمد مرسي، 2002، مرجع سابق، ص36،35).

و يشير سوليفان إلى أن الكثير من صراعات المراهقة تنشأ نتيجة الحاجات المتعارضة للإشباع الجنسي والحاجة إلى الأمن وإلى العلاقات الحميمة، وتستمر المراهقة المبكرة حتى يستطيع الشخص أن يجد نمط ثابت للأداءات تشبع دفاعاته التناسلية، وتمتد المراهقة المتأخرة ابتداءً من تكوين نمط من النشاط التناسلي المتصل عبر خطوات لا عدد لها من التعلم والافتداء حتى يتكون بناء من العلاقات الشخصية المتبادلة الناضجة بقدر ما تسمح به الفرص الشخصية والثقافية المتاحة. (أبو بكر مرسي محمد مرسي، 2002، مرجع سابق، ص ص37،36).

- من خلال ما سبق عن المراهقة نستخلص أنها مرحلة نمائية يمر بها الفرد تتميز بمجموعة تغيرات في مختلف النواحي، وتمتد من سن الـ 12 حتى سن الـ 22 من عمر الفرد. وقد قسمها الباحثون إلى ثلاث مراحل: المراهقة المبكرة، المراهقة الوسطى، والمراهقة المتأخرة. ولكل مرحلة من المراحل مميزات وخصائص معينة.

وقد تعددت الاتجاهات النظرية في تفسيرها لمرحلة المراهقة.

الجانب الميداني

عرض وتحليل نتائج حالات الدراسة على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها

- عرض نتائج الحالة الأولى على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها

1- معلومات عامة عن الحالة الأولى:

الجنس: ذكر

الاسم: ح

ترتيبه بين الإخوة: 5

السن: 17 سنة

نوع الإعاقة: albinocex منذ الولادة

المستوى الدراسي: رابعة متوسط

درجة الإعاقة: ضعيفة جدا

المستوى الاقتصادي: متدهور

2- المقابلة كما وردت مع الحالة الأولى:

- محور إدراك الضغط:

- هل تشعر بتراكم المشاكل في حياتك؟

إيه بصح واش راح نديرو هادي هي الدنيا نصها مشاكل

- هل تشعر بالقلق والضيق والتوتر؟

نعم هادي هي الواحد

- هل تشعر بالوحدة وغياب الأمن في حياتك؟

ساعات نحس بالوحدة صح

- هل يمكنك عزل الضغوط الدراسية عن الضغوط العائلية؟

ساعات ما نقدرش بصح نحاولوا وخلص

- هل نتقبل وتتعايش مع مشاكلك التي تسبب لك الضغط أم تسعى إلى حلها؟

مانقبلهاش ونحاول نخملمها في حل ومعرف

- هل تحس بالانفعال إذا اصطدمت بشئ؟

نتقلق شوي بصح نولي نتقبلها عادي وش راح نديروا

محور عوامل التوافق

- هل ترى أن إعاقتك تعيق نجاحك في الحياة؟

لالا اللي قدرنا عليها ربي نكملوا وخلص بصح ساعات نحس بلي تعيقني الله غالب اللي قدرها ربي
وخلص

- هل هناك وسائل تساعدك على التكيف مع إعاقتك؟

نعم كاين مثل الرياضة هي اللي تتسيني كلش

- أترى أن أسرته تفهمك وتقدر وضعك؟

هيه يقدروا وضعي

- هل أنت الآن تعيش كما تتمنى؟

لالا مازال عندي حوايج ياسر حابهم

- هل تمنيت وأن تعيش في عالم غير العالم الذي أنت فيه الآن؟

نعم

- هل تشعر أنك تتحكم في قرارات حياتك أو الظروف هي التي تتحكم فيها؟

الدنيا و الظروف هي اللي تتحكم في حياة الواحد

3- مقياس الضغط النفسي كما ورد مع الحالة الأولى:

عادة	كثيرا	أحيانا	تقريبا أبدا	الوضعية الضاغطة
		*		1- تشعر بالراحة.
		*		2- تشعر بوجود متطلبات لديك.
	*			3- أنت سريع الغضب أو ضيق الخلق.
	*			4- لديك أشياء كثيرة للقيام بها.
	*			5- تشعر بالوحدة.
	*			6- تجد نفسك في مواقف صراعية.
*				7- تشعر بأنك تقوم بأشياء تحبها فعلا.
	*			8- تشعر بالتعب.
		*		9- تخاف من عدم استطاعتك إدارة الأمور لبلوغ أهدافك.
*				10- تشعر بالهدوء.
	*			11- لديك عدة قرارات لاتخاذها .
		*		12- تشعر بالإحباط.
	*			13- أنت مليء بالحيوية.
	*			14- تشعر بالتوتر.
	*			15- تبدو مشاكلك أنها ستتراكم.
		*		16- تشعر بأنك في عجلة من أمرك.
		*		17- تشعر بالأمن والحماية.
	*			18- لديك عدة مخاوف.

	*			19- أنت تحت ضغط مقارنة بأشخاص الآخرين
		*		20- تشعر بفقدان العزيمة.
		*		21- تمتع نفسك.
	*			22- أنت تخاف من المستقبل.
		*		23- تشعر بأنك قمت بأشياء ملزم بها.
		*		24- تشعر بأنك وضع انتقاد وحكم .
			*	25- أنت شخص خال من الهموم.
	*			26- تشعر بالإرهاك أو التعب الفكري.
	*			27- لديك صعوبة الارتقاء.
	*			28- تشعر بعبء المسؤولية.
		*		29- لديك الوقت الكافي لنفسك.
		*		30- تشعر أنك تحت ضغط مميت.
2	15	12	1	المجموع

المجموع	بنود غير مباشرة	بنود مباشرة
79	20	59

4- مقياس التوافق النفسي كما ورد مع الحالة الأولى:

الرقم	العبارات	تنطبق نعم	متردد أحيانا	لا تنطبق
1	المحور الأول: - هل لديك ثقة في نفسك؟	*		
2	- هل أنت متفائل بصفة عامة؟	*		
3	- هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وانجازاتك أمام الآخرين؟		*	
4	- هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟	*		
5	- هل تشعر أنك شخص له فائدة و نفع في الحياة؟		*	
6	- هل تتطلع على مستقبل مشرق؟	*		
7	- هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟	*		
8	- هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟	*		
9	- هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟	*		
10	- هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس؟	*		
11	- هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟	*		
12	- هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما؟		*	
13	- هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟		*	
14	- هل تشعر بالطمأنينة النفسية و أنك في حالة طيبة؟	*		
15	- هل تشعر باليأس و تهبط همتك بسهولة	*		
16	- هل تشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموما؟		*	
17	- هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟		*	
18	- هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟	*		

*			19 -هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟
		*	20 -هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟
		*	21 -المحور الثاني: -هل حياتك مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت؟
		*	22 -هل لديك قدرات و مواهب متميزة؟
		*	23 -هل تتمتع بصحة جيدة و تشعر بأنك قوي البنية؟
		*	24 --هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)؟
		*	25 -هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟
	*		26 -هل تهتم بصحتك جيدا و تتجنب الإصابة بالمرض؟
*			27 -هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟
	*		28 -هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟
*			29 -هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر أو الغمز بالعين؟
		*	30 -هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟
		*	31 -هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟
	*		32 -هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل (سوء هضم، فقدان شهية، شره عصبي)؟
		*	33 -هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟

	*		34 - هل تشعر بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر؟
		*	35 - هل تنصب عرقا أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟
		*	36 - هل تشعر أحيانا أنك قلق و أعصابك غير موزونة؟
		*	37 - هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاوله العمل؟
*			38 - هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق و الكلام؟
	*		39 - هل تعاني من إمساك (أو إسهال) كثيرا؟
		*	40 - هل تشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر)؟
		*	41 - المحور الثالث: - هل تشعر أنك متعاوناً مع أسرتك؟
		*	42 - هل تشعر بالسعادة في حياتك و أنت مع أسرتك؟
		*	43 - هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟
		*	44 - هل تشعر بأن لك دور فعال و هام في أسرتك؟
*			45 - هل تحترم أسرتك رأيك و ممكن أن تتخذ به؟
*			46 - هل تفضل أن تقضي وقت فراغك مع أسرتك؟
		*	47 - هل تأخذ حقاك من الحب و العطف و الحنان و الأمن من أسرتك؟

	*		48 -هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟
		*	49 -هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها و أحزانها؟
	*		50 -هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة و صادقة؟
		*	51 -هل تفنخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟
		*	52 -هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية و الثقافية؟
		*	53 -هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدراتك و مواهب؟
		*	54 -هل أفراد أسرتك تقف بجوارك و تخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟
	*		55 هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟
		*	56 -هل تشعر أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟
		*	57 -هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟
		*	58 -هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟
	*		59 -هل تشعر بالقلق أو الخوف و أنت داخل أسرتك؟
		*	60 -هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفلا صغيرا؟
		*	61 -المحور الرابع: -هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والترويحية مع

			الآخرين؟
		*	62 - هل تستمتع بمعرفة الآخرين و الجلوس معهم؟
		*	63 - هل تشعر بالمسؤولية اتجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟
	*		64 - هل تتمنى أن تقضي معظم أوقات فراغك مع الآخرين؟
		*	65 - هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأيا صائبا؟
	*		66 - هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وانجازاتك؟
		*	67 - هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟
		*	68 - هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟
		*	69 - هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟
		*	70 - هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء و تحرص على إرضائهم؟
	*		71 - هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟
		*	72 - هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟
		*	73 - هل تحاول الوفاء بعهديك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟
	*		74 - هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟

		*	75	-هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين أو ترفضه؟
		*	76	-هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟
		*	77	-هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟
		*	78	-هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟
		*	79	-هل تتخلى عن إهداء النصيحة لزميلك خوفا من أن يزعج منك؟
		*	80	-هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟
11	20	49		المجموع

الأبعاد	المستوى	التفسير
توافق شخصي انفعالي	28	توافق مرتفع
توافق صحي	19	توافق مرتفع
توافق أسري	27	توافق مرتفع
توافق اجتماعي	29	توافق منخفض
المجموع	103	توافق متوسط

- تحليل أدوات الدراسة في ضوء الفرضيات للحالة الأولى:

من خلال ترجمة نتائج المقابلة التي أجريت مع الحالة (ح) يتبين لنا أن الحالة لديه مستوى متوسط من الضغط النفسي والذي ظهر لنا من خلال إجابته على أسئلة محاور المقابلة حيث عبر فيها عن إحساسه بالوحدة وغياب الأمن في حياته، إضافة إلى شعوره بالقلق والتوتر في حياته بقوله (نعم هذه الواحد) وذلك حسب سبب المشاكل التي يعاني منها والتي تسبب له ضغطا نفسيا. وهو ما تم تأكيده بتطبيق مقياس إدراك الضغط النفسي حيث بعد تنقيط مقياس إدراك الضغط النفسي و جمع النقاط كما هو مبين في الجدول السابق تم الحصول على نقطة خام مقدرة ب (مج= 79) وبتطبيق معادلة مؤشر الضغط تحصلنا على درجة إدراك الضغط لدى الحالة (ح) مقدرة ب 0.54، هذه الدرجة تدل على مستوى متوسط من الضغط النفسي والتي تنحصر في مستوى ما بين 0.33-0.67 (ضغط نفسي متوسط)، حيث تحصلنا على مجموع 20 درجة للبنود غير المباشرة ومجموع 59 للبنود المباشرة وهو ما يدل على المستوى المتوسط من الضغط النفسي للحالة (ح) ويبدو هذا من خلال إجابات الحالة على بنود المقياس والتي عبرت كلها على الحالة النفسية التي يعيشها الحالة خاصة البنود غير المباشرة والتي دلت على وجود مؤشر إدراك متوسط وذلك لوجود متطلبات وقرارات كثيرة لدى الحالة لاتخاذها وذلك حسب إجابته على البندين رقم (2) و (4) بقوله (إيه عندي ياسر متطلبات في حياتي) وقوله (عندي قرارات ياسر في حياتي) والتي يرى بأنها سببت له نوعا من الشعور بالتوتر والخوف وذلك حسب إجابته على البند رقم (14) بقوله (هاذي المتطلبات لي في حياتي دارتلي الخوف وكي نشوفها ياسر نتوتر) وكذا الشعور بالإرهاك والتعب الفكري من خلال إجابته على البند رقم (26) وهو بند مباشر بقوله (تعبت ياسر وحتى في مخي تعبت) مما خلق لديه إحساسا بالضغط.

- ويتأكد لنا أيضا من خلال المقابلة أن الحالة لديه مستوى متوسط من التوافق النفسي لدى الحالة فهو يحس أحيانا بأن إعاقته تعيق نجاحه في حياته (لالا اللي قدرنا عليها ربي نكملوا وخلص بصح ساعات نحس بلي تعيقتي. الله غالب اللي قدرها ربي وخلص) فهو الآن يرى نفسه بأنه لا يعيش كما يتمنى هو بقوله (لالا مازال عندي حوايج ياسر حابهم) إضافة إلى عدم قدرته على التحكم في قرارات حياته التي يرى بأن ظروفه المحيطة به هي التي تتحكم في حياته بقوله (الدنيا والظروف هي اللي تتحكم في حياة الواحد)، إلا أنه يحاول التأقلم والتكيف مع ذلك ومع إعاقته بمساعدة وسائل لذلك كمارسته للرياضة مثلا بقوله (كاين مثل الرياضة هي اللي تنسيني كلش) إضافة إلى تفهم أسرته لوضعيته (هيه يقدرنا وضعي).

وهو ما تم تأكيده بتطبيق مقياس التوافق النفسي حيث بعد تنقيط المقياس وجمع النقاط تم الحصول على درجة كل محور من محاور المقياس حيث بلغت درجة محور التوافق الشخصي الانفعالي 28 وهي درجة تعبر عن توافق مرتفع، وبلغت درجة محور التوافق الصحي للحالة 19 وهي درجة تعبر عن توافق مرتفع، وبلغت درجة محور التوافق الأسري للحالة 27 وهي درجة تعبر عن توافق مرتفع، وبلغت درجة التوافق الاجتماعي للحالة 29 وهي درجة تعبر عن توافق منخفض.

وبعد جمع درجات المحاور تم الحصول على درجة كلية للمقياس قدرت بـ 103 وهي درجة تنحصر في المستوى من 81 إلى 120 درجة، فهي درجة تعبر عن مستوى متوسط للتوافق النفسي للحالة (ح) حيث دلت على ذلك مختلف إجابات الحالة على بنود المقياس والتي أظهرت انعدام الإحساس بالنجاح والتوافق مع الحياة أحيانا وذلك بإجابته على البند رقم (13) بقوله (ساعات نحس روجي مانيش متوافق مع حياتي وحتى مانيش ناجح في حياتي في ياسر حوايج أولها لقراءة) مع الشعور بالاستياء والضيق من الدنيا عموما بإجابته على البند رقم (16) بقوله (ساعات نكره من الدنيا كامل) ما خلق لديه شعورا بأنه شخص ليس له فائدة و نفع في الحياة (ساعات توصل أنني نحس روجي ما عندي حتى فائدة في الدنيا هادي راني غير هكاك برك) والذي جعله يشعر بالقلق من حين لآخر بإجابته على البند رقم (17) بقوله (نتقلق ساعات).

يعاني الحالة كذلك من بعض المشاكل الصحية كاضطرابات الأكل (فقدان الشهية..) بإجابته على البند رقم (32) بقوله (عندي هادي اضطرابات الأكل ساعات نفقد الشهية طول و ما ناكلش خلاص ما نقدرش ناكل) وكذا الشعور بالصداع والألم من وقت لآخر بإجابته على البند رقم (30) وذلك لعدم اهتمامه بصحته جيدا لتجنب المرض بإجابته على البند رقم (26) بقوله (أنا ما نهتمش خلاص بصحتي) حيث أنه لا يعطي نفسه قدرا من الاسترخاء والراحة والنوم بإجابته على البندين رقم (27) و(28) ما جعله يحس بالإجهاد بإجابته على البند رقم (34).

نجد أيضا أن الحالة يحب الانعزال بمفرده وقت فراغه وهو لا يفضل قضاء الوقت مع الأسرة بإجابته على البند رقم (46) بقوله (نحب نقعد وحدي خير).

يعاني أيضا الحالة من الإحساس بالخجل الشديد عند تواصله مع الآخرين بقوله (نحشم ياسر) وهو ما لوحظ أيضا خلال المقابلة مع الحالة.

- عرض نتائج الحالة الثانية على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها

1- معلومات عامة عن الحالة الثانية:

الجنس: ذكر

الاسم: ج

ترتيبه بين الإخوة: الأصغر

السن: 13 سنة

درجة الإعاقة: كلية

المستوى الدراسي: أولى متوسط

السنة التي اكتشفت فيها الإعاقة: منذ الولادة

المستوى الاقتصادي: متوسطة

2- المقابلة كما وردت مع الحالة الثانية:

محور إدراك الضغط

- هل تشعر بتراكم المشاكل في حياتك؟

إيه كاين شوي مشاكل

- هل تشعر بالقلق والضيق والتوتر؟

ساعات برك

- هل تشعر بالوحدة وغياب الأمن في حياتك؟

ساعات برك

- هل يمكنك عزل الضغوط الدراسية عن الضغوط العائلية؟

يتخلطوا في زوز

- هل تتقبل وتتعاش مع مشاكلك التي تسبب لك الضغط أم تسعى إلى حلها؟

راهي تبقى ديما عايشة معنا

- هل تحس بالإنفعال إذا اصطدمت بشئ؟

ساعات برك

محور عوامل التوافق

- هل ترى أن إعاقتك تعيق نجاحك في الحياة؟

ساعات برك نحسها تعطلني

- هل هناك وسائل تساعدك على التكيف مع إعاقتك؟

إيه كاينين

- أترى أن أسرتك تفهمك وتقدر وضعك؟

إيه يفهموني

- هل أنت الآن تعيش كما تتمنى؟

لالا ماشي كيما نحب أنا

- هل تمنيت وأن تعيش في عالم غير العالم الذي أنت فيه الآن؟

إيه نتمنى ديما

- هل تشعر أنك تتحكم في قرارات حياتك أو الظروف هي التي تتحكم فيها؟

الظروف

3- مقياس الضغط النفسي كما ورد مع الحالة الثانية:

عادة	كثيرا	أحيانا	تقريبا أبدا	الوضعية الضاغطة
		*		1- تشعر بالراحة.
*				2- تشعر بوجود متطلبات لديك.
	*			3- أنت سريع الغضب أو ضيق الخلق.
	*			4- لديك أشياء كثيرة للقيام بها.
		*		5- تشعر بالوحدة.
		*		6- تجد نفسك في مواقف صراعية.
		*		7- تشعر بأنك تقوم بأشياء تحبها فعلا.
		*		8- تشعر بالتعب.
		*		9- تخاف من عدم استطاعتك إدارة الأمور لبلوغ أهدافك.
		*		10- تشعر بالهدوء.
	*			11- لديك عدة قرارات لاتخاذها .
		*		12- تشعر بالإحباط.
	*			13- أنت مليء بالحيوية.
		*		14- تشعر بالتوتر.
		*		15- تبدو مشاكلك أنها ستتراكم.
		*		16- تشعر بأنك في عجلة من أمرك.
		*		17- تشعر بالأمن والحماية.
		*		18- لديك عدة مخاوف.

		*		19- أنت تحت ضغط مقارنة بأشخاص الآخرين
		*		20- تشعر بفقدان العزيمة.
	*			21- تمتع نفسك.
		*		22- أنت تخاف من المستقبل.
		*		23- تشعر بأنك قمت بأشياء ملزم بها.
*				24- تشعر بأنك وضع انتقاد وحكم .
			*	25- أنت شخص خال من الهموم.
		*		26- تشعر بالإرهاك أو التعب الفكري.
	*			27- لديك صعوبة الارتخاء.
		*		28- تشعر بعبء المسؤولية.
		*		29- لديك الوقت الكافي لنفسك.
		*		30- تشعر أنك تحت ضغط مميت.

بنود مباشرة	بنود غير مباشرة	المجموع
52	23	75

4- مقياس التوافق النفسي كما ورد مع الحالة الثانية:

الرقم	العبارات	تنطبق نعم	متردد أحيانا	لا تنطبق
1	المحور الأول: -هل لديك ثقة في نفسك؟	*		
2	-هل أنت متفائل بصفة عامة؟	*		
3	-هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وانجازاتك أمام الآخرين؟			*
4	-هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟		*	

		*	5 - هل تشعر أنك شخص له فائدة و نفع في الحياة؟
	*		6 - هل تتطلع على مستقبل مشرق؟
		*	7 - هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟
		*	8 - هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟
*			9 - هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟
*			10 - هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس؟
		*	11 - هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟
		*	12 - هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما؟
	*		13 - هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟
	*		14 - هل تشعر بالطمأنينة النفسية و أنك في حالة طيبة؟
	*		15 - هل تشعر باليأس و تهبط همتك بسهولة
	*		16 - هل تشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموما؟
		*	17 - هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟
		*	18 - هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟
		*	19 - هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟
		*	20 - هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟
	*		21 - المحور الثاني: هل حياتك مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت؟
		*	22 - هل لديك قدرات و مواهب متميزة؟
		*	23 - هل تتمتع بصحة جيدة و تشعر بأنك قوي البنية؟

		*	24 --هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)؟
		*	25 -هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟
		*	26 -هل تهتم بصحتك جيدا و تتجنب الإصابة بالمرض؟
		*	27 -هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟
		*	28 -هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟
		*	29 -هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر أو الغمز بالعين؟
		*	30 -هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟
		*	31 -هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟
		*	32 -هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل (سوء هضم، فقدان شهية، شره عصبي)؟
		*	33 -هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟
		*	34 -هل تشعر بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر؟
		*	35 -هل تتصب عرقا أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟
		*	36 -هل تشعر أحيانا أنك قلق و أعصابك غير موزونة؟
		*	37 -هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاوله العمل؟
		*	38 -هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق و الكلام؟

	*		39 - هل تعاني من إمساك (أو إسهال) كثيرا؟
	*		40 - هل تشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر)؟
		*	41 - المحور الثالث: - هل تشعر أنك متعاوناً مع أسرتك؟
		*	42 - هل تشعر بالسعادة في حياتك و أنت مع أسرتك؟
		*	43 - هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟
		*	44 - هل تشعر بأن لك دور فعال و هام في أسرتك؟
	*		45 - هل تحترم أسرتك رأيك و ممكن أن تتخذ به؟
	*		46 - هل تفضل أن تقضي وقت فراغك مع أسرتك؟
		*	47 - هل تأخذ حقاك من الحب و العطف و الحنان و الأمن من أسرتك؟
		*	48 - هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟
		*	49 - هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها و أحزانها؟
		*	50 - هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة و صادقة؟
		*	51 - هل تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟
	*		52 - هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية و الثقافية؟

		*	53 - هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدراتك و مواهب؟
		*	54 - هل أفراد أسرتك تقف بجوارك و تخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟
*			55 هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟
*			56 - هل تشعر أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟
*			57 - هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟
	*		58 - هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟
*			59 - هل تشعر بالقلق أو الخوف و أنت داخل أسرتك؟
		*	60 - هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفلا صغيرا؟
	*		61 -المحور الرابع: - هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والترويحية مع الآخرين؟
		*	62 - هل تستمتع بمعرفة الآخرين و الجلوس معهم؟
		*	63 - هل تشعر بالمسؤولية اتجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟
	*		64 - هل تتمنى أن تقضي معظم أوقات فراغك مع الآخرين؟
		*	65 - هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأيا صائبا؟

		*	66 - هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازتك؟
		*	67 - هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟
		*	68 - هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟
		*	69 - هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟
		*	70 - هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء و تحرص على إرضائهم؟
	*		71 - هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟
		*	72 - هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟
		*	73 - هل تحاول الوفاء بعهدك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟
	*		74 - هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟
		*	75 - هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين أو ترفضه؟
*			76 - هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟
*			77 - هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟
		*	78 - هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟
		*	79 - هل تتخلى عن إسداء النصيحة لزميلك خوفا من أن يزعج منك؟

*			80 -هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟
---	--	--	---

الأبعاد	المستوى	التفسير
التوافق الشخصي الانفعالي	20	توافق مرتفع
التوافق الصحي	17	توافق متوسط
التوافق الأسري	31	توافق مرتفع
التوافق الاجتماعي	32	توافق متوسط
المجموع	100	توافق متوسط

تحليل أدوات الدراسة في ضوء الفرضيات للحالة الثانية:

من خلال ترجمة نتائج المقابلة التي أجريت مع الحالة تبين لنا أن الحالة لديه مستوى متوسط من الضغط النفسي و يظهر لنا ذلك من خلال إجابته على أسئلة المقابلة حيث عبر فيها عن شعوره بتراكم المشاكل في حياته و محاولته التعايش معها رغم أنها تسبب له ضغط نفسي بقوله (إيه كايين شوي مشاكل، وراهي تبقى ديما عايشة معانا) وكذا شعوره أحيانا بالوحدة وغياب الأمن في حياته بقوله (ساعات برك).

هذه المشاكل التي تسبب له ضغطا و شعورا بالقلق والتوتر أحيانا ولا يمكنه عزلها عن الضغوط المدرسية بقوله (يتخلطوا في زوز)، أما بالنسبة لتأثير إعاقته عليه فهو لا يحس دائما بالانفعال عند اصطدامه بشئ بقوله (ساعات برك). وهو ما تم تأكيده بتطبيق مقياس إدراك الضغط النفسي حيث بعد تنقيط مقياس إدراك الضغط النفسي وجمع النقاط كما هو مبين في الجدول تم الحصول على نقطة خام مقدرة بـ (مج=75) وبتطبيق معادلة مؤشر إدراك الضغط تحصلنا على مؤشر إدراك الضغط لدى الحالة (ج) مقدرة بـ 0.50 هذه الدرجة تدل على مستوى متوسط من الضغط النفسي لأنها تتحصر بين 0.33-0.67 (ضغط نفسي متوسط) حيث تحصلنا على مجموع 23 للبنود غير المباشرة والتي تعني بذلك مؤشر إدراك ضغط متوسط، وكذا مجموع 52 للبنود المباشرة. وهو ما يفسر بصفة عامة المستوى المتوسط من الضغط النفسي للحالة (ج) والذي تسببه له مجموعة من العوامل النفسية من حيث وجود أشياء ومتطلبات كثيرة للقيام بها بإجابته على البند رقم (4) بقوله (إيه عندي حوايج ومتطلبات ياسر لازمني نديرها)، إضافة

إلى شعوره أحيانا بقيامه بأشياء يحبها فعلا و ذلك بإجابته على البند رقم (7) وهو بند غير مباشر بقوله (ماشي ديما راني ندير حوايج نحبها ساعات برك) جعلته يفتقد لشعور الراحة دائما بإجابته على البند رقم (1) بقوله (أحيانا برك) حيث أنه يجد نفسه أحيانا في مواقف صراعية بإجابته على البند رقم (6) تجعله يشعر بالخوف من عدم استطاعته إدارة الأمور لبلوغ أهدافه وذلك بإجابته على البند رقم (9) بقوله (ساعات نخاف ما نوصلش ولا ما نقدرش نوصل لأهدافي وندير واش راني حاب).

كذلك نجد أن الحالة (ج) يشعر بالإنهاك والتعب الفكري بإجابته على البند رقم (26) بقوله (ساعات نحس مخي تعبان من التفكير ياسر) فهو يخاف من المستقبل وذلك بإجابته على البند رقم (22) هذا الخوف الذي يشعره أحيانا بفقدان العزيمة بإجابته على البند رقم (20) بقوله (ساعات نخاف من المستقبل كيفاش راح يكون وكى نخاف تروحي العزيمة والشجاعة) فهو شخص لا يكاد يخلو من الهموم بإجابته على البند رقم (25) بقوله (ساعات برك تعود ما عنديش هموم بصح معظم الوقت الهموم كاينة) ما جعله يحس أحيانا بأنه تحت ضغط مقارنة بالآخرين بإجابته على البند رقم (19) بقوله (ساعات نحس روحي أنا عندي ضغوط أكثر من الناس كامل و أكثر من صحابي) وهو ما أثر على الاستقرار الداخلي للحالة. ويتأكد لنا أيضا أن الحالة لديه مستوى متوسط من التوافق النفسي من خلال نظرته لإعاقته بأنها لا تسبب له حاجزا كبيرا في حياته بقوله (ساعات برك نحسها تعطلني) لاعتماده على الوسائل التي تعينه على التكيف، إضافة إلى مساندة أسرته و تفهمه له بقوله (إيه يفهموني) إلا أنه لا يرى نفسه بأنه يعيش حياته كما يتمنى بقوله (لالا ماشي كيما نحب أنا) ويتمنى العيش في عالم آخر بقوله (إيه نتمنى ديما) فهو يرى بأن الظروف المحيطة به هي التي تتحكم في قرارات حياته. وهو ما تم تأكيده بتطبيق مقياس التوافق النفسي، حيث بعد تنقيط المقياس وجمع النقاط تم الحصول على درجة كل محور من محاور المقياس حيث بلغت درجة محور التوافق الشخصي الانفعالي 20 وهي درجة تعبر عن توافق مرتفع، وبلغت درجة محور التوافق الصحي للحالة 17 وهي درجة تعبر توافق متوسط، وبلغت درجة محور التوافق الأسري للحالة 31 وهي درجة تعبر عن توافق مرتفع أي أن الحالة يتلقى الدعم والمساندة الأسرية، وبلغت درجة التوافق الاجتماعي للحالة 32 وهي درجة تعبر عن توافق متوسط.

وبعد جمع درجات المحاور تم الحصول على درجة كلية للمقياس قدرت بـ 100 وهي درجة تنحصر في المستوى من 81 إلى 120 درجة، فهي درجة تعبر عن مستوى متوسط للتوافق النفسي للحالة (ج) حيث دلت على ذلك مختلف إجابات الحالة على بنود المقياس والتي أظهرت معاناة الحالة من بعض المشاكل

التي تواجهه أحيانا بإجابته على البند رقم (ساعات تعود كإينة مشاكل ياسر تقلقني) تجعله يحس باستياء و ضيق حسب إجابته على البند رقم (16) بقوله (ساعات نعود نحس بالضيق و نعود كاره).

كذلك يعاني الحالة من بعض المشاكل الصحية كشعوره بالصداع و الألم في الرأس حسب إجابته على البند رقم (30) بقوله (ديما تجيني سطرة في راسي).

- عرض نتائج الحالة الثالثة على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها

1- معلومات عامة عن الحالة الثالثة:

الاسم: ص الجنس: ذكر

السن: 16 سنة ترتيبه بين الإخوة: 3

المستوى الدراسي: ثلاثة متوسط درجة الإعاقة: كلية

المستوى الاقتصادي: متوسطة السن التي اكتشفت فيها الإعاقة: منذ الولادة

2- المقابلة كما وردت مع الحالة الثالثة:

- محور إدراك الضغط:

- هل تشعر بتراكم المشاكل في حياتك؟

إيه كايين المشاكل

- هل تشعر بالقلق والضيق والتوتر؟

إيه ساعات نحس بالقلقة ياسر

- هل تشعر بالوحدة وغياب الأمن في حياتك؟

ساعات برك نحس روحي وحدي

- هل يمكنك عزل الضغوط الدراسية عن الضغوط العائلية؟

يتخلطوا مع بعضاهم

- هل تتقبل وتتعايش مع مشاكلك التي تسبب لك الضغط أم تسعى إلى حلها؟

نتعايش معاها وخلص بصح نبقى ديما نخم فيها في راسي

- هل تحس بالإنفعال إذا اصطدمت بشئ؟

إيه ساعات كي نعود مقلق ونتعثر في حاجة نزيد نتقلق

محور عوامل التوافق

- هل ترى أن إعاقتك تعيق نجاحك في الحياة؟

ممکن تعيق نجاحي

- هل هناك وسائل تساعدك على التكيف مع إعاقتك؟

إيه كايين وسائل

- أترى أن أسرتك تفهمك وتقدر وضعك؟

إيه يفهموني و يقدرنا وضعيتي بصح ساعات يعودوا ما يفهموش

- هل أنت الآن تعيش كما تتمنى؟

لالا ماشي كيما حاب أنا

- هل تمنيت وأن تعيش في عالم غير العالم الذي أنت فيه الآن؟

إيه

- هل تشعر أنك تتحكم في قرارات حياتك أو الظروف هي التي تتحكم فيها؟

إيه الظروف هي اللي تتحكم

3- مقياس الضغط النفسي كما ورد مع الحالة الثالثة:

الوضعيات الضاغطة	تقريبا أبدا	أحيانا	كثيرا	عادة
1- تشعر بالراحة.	*			
2- تشعر بوجود متطلبات لديك.			*	

	*		3- أنت سريع الغضب أو ضيق الخلق.
	*		4- لديك أشياء كثيرة للقيام بها.
		*	5- تشعر بالوحدة.
	*		6- تجد نفسك في مواقف صراعية.
		*	7- تشعر بأنك تقوم بأشياء تحبها فعلا.
	*		8- تشعر بالتعب.
		*	9- تخاف من عدم استطاعتك إدارة الأمور لبلوغ أهدافك.
		*	10- تشعر بالهدوء.
	*		11- لديك عدة قرارات لاتخاذها .
		*	12- تشعر بالإحباط.
		*	13- أنت مليء بالحيوية.
		*	14- تشعر بالتوتر.
		*	15- تبدو مشاكلك أنها سنتراكم.
		*	16- تشعر بأنك في عجلة من أمرك.
		*	17- تشعر بالأمن والحماية.
		*	18- لديك عدة مخاوف.
		*	19- أنت تحت ضغط مقارنة بأشخاص الآخرين
		*	20- تشعر بفقدان العزيمة.
		*	21- تمتع نفسك.
		*	22- أنت تخاف من المستقبل.
		*	23- تشعر بأنك قمت بأشياء ملزم بها.
		*	24- تشعر بأنك وضع انتقاد وحكم .

			*	25- أنت شخص خال من الهموم.
	*			26- تشعر بالإرهاك أو التعب الفكري.
		*		27- لديك صعوبة الارتقاء.
		*		28- تشعر بعبء المسؤولية.
		*		29- لديك الوقت الكافي لنفسك.
		*		30- تشعر أنك تحت ضغط مميت.

بنود مباشرة	بنود غير مباشرة	المجموع
51	26	77

4- مقياس التوافق النفسي كما ورد مع الحالة الثالثة:

الرقم	العبارات	تنطبق نعم	متردد أحيانا	لا تنطبق
1	المحور الأول: - هل لديك ثقة في نفسك؟		*	
2	- هل أنت متفائل بصفة عامة؟		*	
3	- هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وانجازاتك أمام الآخرين؟		*	
4	- هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟		*	
5	- هل تشعر أنك شخص له فائدة و نفع في الحياة؟		*	
6	- هل تتطلع على مستقبل مشرق؟		*	
7	- هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟		*	
8	- هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟		*	
9	- هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟		*	
10	- هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس؟		*	

		*	11 - هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟
		*	12 - هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما؟
	*		13 - هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟
	*		14 - هل تشعر بالطمأنينة النفسية و أنك في حالة طيبة؟
	*		15 - هل تشعر باليأس و تهبط همتك بسهولة
	*		16 - هل تشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموما؟
	*		17 - هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟
		*	18 - هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟
		*	19 - هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟
		*	20 - هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟
	*		21 - المحور الثاني: هل حياتك مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت؟
		*	22 - هل لديك قدرات و مواهب متميزة؟
		*	23 - هل تتمتع بصحة جيدة و تشعر بأنك قوي البنية؟
	*		24 -- هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)؟
		*	25 - هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟
	*		26 - هل تهتم بصحتك جيدا و تتجنب الإصابة بالمرض؟
	*		27 - هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟

	*		28 -هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟
		*	29 -هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر أو الغمز بالعين؟
		*	30 -هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟
		*	31 -هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟
		*	32 -هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل (سوء هضم، فقدان شهية، شره عصبي)؟
	*		33 -هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟
		*	34 -هل تشعر بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر؟
	*		35 -هل تنصب عرقا أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟
		*	36 -هل تشعر أحيانا أنك قلق و أعصابك غير موزونة؟
	*		37 -هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاوله العمل؟
		*	38 -هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق و الكلام؟
	*		39 -هل تعاني من إمساك (أو إسهال) كثيرا؟
		*	40 -هل تشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر)؟
		*	41 -المحور الثالث: -هل تشعر أنك متعاوننا مع أسرتك؟

	*		42 - هل تشعر بالسعادة في حياتك و أنت مع أسرتك؟
		*	43 - هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟
	*		44 - هل تشعر بأن لك دور فعال و هام في أسرتك؟
	*		45 - هل تحترم أسرتك رأيك و ممكن أن تتخذ به؟
	*		46 - هل تفضل أن تقضي وقت فراغك مع أسرتك؟
		*	47 - هل تأخذ حقاك من الحب و العطف و الحنان و الأمن من أسرتك؟
	*		48 - هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟
		*	49 - هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها و أحزانها؟
		*	50 - هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة و صادقة؟
		*	51 - هل تفخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟
		*	52 - هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية و الثقافية؟
		*	53 - هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدراتك و مواهب؟
		*	54 - هل أفراد أسرتك تقف بجوارك و تخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟
	*		55 - هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟

			56 - هل تشعر أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟
*			
			57 - هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟
*			
	*		58 - هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟
			59 - هل تشعر بالقلق أو الخوف و أنت داخل أسرتك؟
*			
		*	60 - هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفلا صغيرا؟
		*	61 - المحور الرابع: هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والترويحية مع الآخرين؟
		*	62 - هل تستمتع بمعرفة الآخرين و الجلوس معهم؟
		*	63 - هل تشعر بالمسؤولية اتجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟
	*		64 - هل تتمنى أن تقضي معظم أوقات فراغك مع الآخرين؟
		*	65 - هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأيا صائبا؟
		*	66 - هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وانجازاتك؟
		*	67 - هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟
		*	68 - هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟

		*	69 -هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟
		*	70 -هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء و تحرص على إرضائهم؟
		*	71 -هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟
		*	72 -هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟
		*	73 -هل تحاول الوفاء بعهديك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟
	*		74 -هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟
		*	75 -هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين أو ترفضه؟
*			76 -هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟
*			77 -هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟
		*	78 -هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟
		*	79 -هل تتخلى عن إسداء النصيح لزميلك خوفا من أن يزعل منك؟
*			80 -هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟

الأبعاد	المستوى	التفسير
توافق شخصي - انفعالي	18	توافق مرتفع

توافق مرتفع	22	توافق صحي
توافق متوسط	30	توافق أسري
توافق متوسط	34	توافق اجتماعي
توافق متوسط	104	المجموع

تحليل أدوات الدراسة في ضوء الفرضيات للحالة الثالثة:

من خلال ترجمة نتائج المقابلة التي أجريت مع الحالة (ص) تبين لنا أن الحالة لديه مستوى متوسط من الضغط النفسي ويظهر لنا ذلك من خلال إجابته على أسئلة المقابلة حيث عبر فيها عن معاناته من المشاكل والتي تسبب له أحيانا الشعور بالقلق والضيق بقوله (ساعات نحس بالقلقة ياسر) والتي تسبب له ضغطا حيث لا يستطيع عزلها عن الضغوط الدراسية بقوله (يتخلطوا مع بعضاهم) إلا أنه يحاول التعايش معها بقوله (نتعايش معاها وخلص بصح نبقى ديما نخم فيها في راسي). وهو ما تم تأكيده بتطبيق مقياس إدراك الضغط النفسي حيث بعد تنقيط مقياس إدراك الضغط النفسي وجمع النقاط كما هو مبين في الجدول تم الحصول على نقطة خام مقدرة بـ (مج=77) وبتطبيق معادلة مؤشر إدراك الضغط تحصلنا على درجة الضغط النفسي لدى الحالة (ص) والتي قدرت بـ 0.52 وهي درجة تعبر عن مستوى متوسط من الضغط النفسي الذي يعاني منه الحالة من خلال انعدام شعوره بالراحة لوجود متطلبات و أشياء كثيرة للقيام بها بإجابته على البندين رقم (2) و(4) بقوله (عندي متطلبات ياسر لازمتي)، (إيه عندي حوايج ياسر نديرها لازم)، والتي جعلته يجد نفسه في مواقف صراعية بإجابته على البند رقم (6) مما سبب له الشعور بالتعب بإجابته على البند رقم (8) بقوله (نعود نحس روجي تعبان ياسر) وكذا شعوره بالإحباط أحيانا بإجابته على البند رقم (12) بقوله (ساعات نعود نحس بالإحباط) حيث أنه تبدوا له أن مشاكله تتراكم في بعض الأحيان بإجابته على البند رقم (15) بقوله (ساعات نحس المشاكل قاعدة غير تزيد وحدة فوق وحدة) والتي تجعله شخص غير خال من الهموم بإجابته على البند رقم (25) بقوله (أنا مانيش عبد خالي من لهوموم ولمشاكل) والتي تجعله أيضا يحس نفسه في بعض الأحيان أنه تحت ضغط مقارنة بأشخاص آخرين. هذا ما جعله يحس بضغط نفسي.

ويتأكد لنا أيضا أن الحالة لديه مستوى متوسط من التوافق النفسي من خلال نظرته لإعاقته بقوله (ممكن تعيق نجاحي)، إضافة إلى أنه يرى نفسه بأنه لا يعيش كما يتمنى بقوله (لالا ماشي نعيش كيما حاب أنا) فهو يتمنى تغيير العالم الذي يعيش فيه بقوله (إيه). وهو ما تأكد بتطبيق مقياس التوافق النفسي.

بعد تطبيق المقياس وجمع النقاط لمختلف إجابات الحالة على كل بند في كل محور من المقياس، حيث تم الحصول على درجة 18 بالنسبة لمحور التوافق الشخصي الانفعالي وهي درجة تفسر المستوى المرتفع لهذا المحور، ودرجة 30 لمحور التوافق الأسري وهي درجة تفسر المستوى المتوسط لهذا المحور، ودرجة 34 لمحور التوافق الاجتماعي وهي درجة تفسر المستوى المتوسط لهذا المحور.

وبجمع كل درجات المحاور الأربعة للمقياس تم الحصول على درجة كلية للمقياس قدرت بـ 104، وهي درجة تنحصر في المستوى من 21-120 درجة، وتعبّر عن مستوى متوسط للتوافق النفسي لهذه الحالة. وذلك حسب إجابته على البند رقم (41) وهي عبارة تمثل محور التوافق الأسري بـ أحيانا، حيث أنه يشعر أحيانا بأنه متعاون مع أسرته بقوله (ساعات برك نحس روجي متعاون معاهم ماشي ديما)، إضافة إلى أنه لا يفضل قضاء وقت فراغه مع أسرته و ذلك حسب إجابته على البند رقم (46) بـ أحيانا بقوله (ماشي ديما نحس نقضي وقت فراغي مع دارنا ساعات برك). بالإضافة إلى شعوره بالخجل عند حديثه أمام الآخرين و ذلك حسب إجابته على البند رقم (78) بقوله (إيه نحشم ياسر كي نواجه الآخرين).

كذلك لا يشعر الحالة بالراحة النفسية دائما حسب إجابته على البند رقم (7) بقولها (ساعات برك نكون رايح نفسيا ماشي ديما)، فهو ينتابه أحيانا شعور بأنه شخص له فائدة و نفع في الحياة حسب إجابته على البند رقم (5) بقوله (ساعات برك نحس روجي نفع في الحياة).

كذلك يشعر الحالة أحيانا بالانزعاج و الهدوء أمام الناس حسب إجابته على البند رقم (10) بـ أحيانا والذي هو يمثل محور التوافق الشخصي الانفعالي بقوله (ساعات برك نعود متوازن انفعاليا ومتحكم في أعصابي)، فهو يحس بالقلق أحيانا من وقت لآخر حسب إجابته على البند رقم (17) بـ أحيانا و بقوله (ساعات نحس بالقلق).

مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات

انطلاقاً من فرضيات الدراسة و الدراسات السابقة التي تناولت بعض متغيرات موضوعنا، و من خلال إتباعنا للمنهج العيادي، وباستعمال المقابلة النصف موجهة التي قمنا بها مع الحالات الثلاث للدراسة، وبعد تطبيقنا لمقياسي الضغط النفسي و التوافق النفسي بهدف الكشف عن مستوى الضغط النفسي، و مستوى التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس المعاق بصرياً وجدنا أن لديهم مستوى متوسط من الضغط النفسي، ومستوى متوسط من التوافق النفسي.

فقد توصلنا خلال دراستنا للحالات الثلاث إلى تحقيق فرضيات الدراسة التي تشير إلى وجود مستوى متوسط من الضغط النفسي و التوافق النفسي للمراهق المتمدرس المعاق بصرياً.

حيث أظهرت نتائج الحالات الثلاث للدراسة مستوى متوسط من الضغط النفسي، فالضغط النفسي لدى الحالة الأولى و الثانية و الثالثة ناتج عن الحالة النفسية التي يعيشها الحالات ، و كذا انعدام الشعور بالراحة لوجود متطلبات و قرارات كثيرة في حياتهم و تراكمها الأمر الذي سبب بذلك ضغط نفسي.

و تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة ستولارسكي (1991) التي كشفت نتائجها إلى أن المعاقين بصرياً يعيشون ضغوطات نفسية في العديد من المجالات.

أما الفرضية الثانية التي تشير إلى مستوى متوسط من التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس المعاق بصرياً، والتي تحققت مع حالات الدراسة الثلاث، فقد ظهر مستوى متوسط من التوافق النفسي للحالة الأولى والثانية والثالثة، و هو ناتج عن لتأثير العوامل الأسرية ، و العوامل الاجتماعية.

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

1- منهج الدراسة

2- الدراسة الاستطلاعية

3- الدراسة الأساسية

4- حالات الدراسة

5- أدوات الدراسة

بعد توضيحنا للمتغيرات الأساسية للدراسة الحالية سنتطرق في هذا الفصل إلى الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية، بتعريفها لطبيعة المنهج المتبع خلال الدراسة، و الدراسة الاستطلاعية، و الدراسة الأساسية للموضوع ثم الأدوات العلمية المطبقة في الدراسة.

1- منهج الدراسة:

اعتمدنا في الدراسة الحالية على المنهج العيادي لاعتباره المنهج الملائم لهذه الدراسة للوصول للدوافع المرجوة من البحث.

حيث يعرف على أنه الطريقة الاكلينيكية التي تعني بالتركيز على دراسة الحالات الفردية التي تمثل الظاهرة المراد دراستها، ويستخدم الباحث أدوات البحث النفسي المختلفة والتي تساعده على دراسة المبحوث دراسة شاملة ومعقدة. (فرج عبد القادر طه، 2000، ص91).

ويعرف المنهج الاكلينيكي أيضا على أنه دراسة الفرد كوحدة متماسكة مميزة عن غيرها وقد تدخل ملاحظة أساليب سلوكية معينة واستخلاص سمات شخصية فرد معين. (حلمي المليجي، 2001، ص20). وهو المنهج المناسب لهذه الدراسة نظرا لخصائصه المساعدة في البحث.

ويقوم هذا المنهج على دراسة الحالة باعتبارها الطريقة الأنسب للفهم الشامل للحالة الفردية والحصول على أكبر قدر ممكن من المعلومات عن المفحوص.

وهي ملاحظة معمقة لموضوع معين قد تستمر لسنوات أحيانا، يتم فيها جمع المعطيات عن نفس الشخص من كل الجوانب. (Sillamy Norbert, 1999, p47).

2- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية إحدى الخطوات الهامة في البحث العلمي حيث تساعد الباحث في مختلف مراحل بحثه.

وفي البحث الحالي قمنا بدراسة استطلاعية كان الهدف منها الكشف عن مستوى الضغط النفسي، ومستوى التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس الكفيف، واختيار الحالات المناسبة للدراسة.

وقد عمدنا للاتصال بمدرسة الأطفال المعاقين بصريا ومع الأخصائيين النفسانيين بالمدرسة قصد تحديد الحالات المراد دراستها وإجراء مقابلات قصد تكوين فكرة أولية على الحالات الموجودة ومدى ملاءمتها لأغراض هذه الدراسة.

2-1- خطوات الدراسة الاستطلاعية:

- إجراء مقابلة مع الأخصائية النفسانية بالمدرسة قصد توجيهنا إلى بعض الحالات المناسبة للدراسة.
- الاطلاع على الملفات المدرسية الخاصة بالحالات قصد الاستفادة من بعض المعلومات الهامة على الحالات.
- إجراء مقابلات مع الحالات.

2-2- نتائج الدراسة الاستطلاعية:

- من خلال الدراسة الاستطلاعية تم التوصل إلى الحالات المناسبة للدراسة الحالية و تطبيق أدوات الدراسة على الحالات.

3- الدراسة الأساسية:

بعدما تمت الموافقة على الدراسة "بعنوان "الضغط النفسي و التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس المعاق بصريا"، و بعد التصريح من طرف قسم العلوم الاجتماعية توجهنا إلى مدرسة طه حسين للأطفال المعاقين بصريا ببسكرة.

- الموقع الجغرافي للمدرسة:

تقع مدرسة طه حسين للأطفال المعاقين بصريا بولاية بسكرة بحي الحكيم سعدان.

- الصلاحيات الإدارية و القانونية للمدرسة:

تم إنشاء هذه المدرسة بموجب مرسوم تنفيذي رقم 56/80، المؤرخ في 8 مارس 1980. و تأسست في سبتمبر 1976.

تنتهي مدرسة طه حسين للأطفال المعاقين لولاية بسكرة، تابعة لإداريا لوزارة التضامن الوطني و الأسرة وتشرف عليها مديرية النشاط الاجتماعي.

- الفئة المتكفل بها:

تهتم مدرسة طه حسين للأطفال المعاقين بصريا بطاقة استيعاب تقدر ب حوالي 67 تلميذ من مختلف ولايات الوطن

- الحدود الزمنية: تمت هذه الدراسة خلال الفترة الممتدة من 2016/02/15 إلى غاية 2016/03/03، حيث تم فيها إجراء المقابلة العيادية مع الحالات وكذا تطبيق مقياسي الضغط النفسي والتوافق النفسي.

- الحدود البشرية: اشتملت الدراسة على ثلاث حالات مرافقين ممتدرسين معاقين بصريا تراوحت أعمارهم ما بين 13-17 سنة أي ما يعادل فترة المراهقة (المراهقة المبكرة، والمراهقة الوسطى).

- الحدود الموضوعية للدراسة: تنتهي دراستنا الحالية إلى مجال الصحة النفسية.

4- حالات الدراسة:

تم اختيار مجموعة الدراسة حسب طبيعة البحث العلمي، وقد تم اختيارها بطريقة غرضية وقصدية، إذ أن

الطريقة الغرضية المناسبة للتعرف على أنواع معينة من الحالات لدرستها دراسة معمقة، أما القصدية فيعتمد عليها الباحث لاختياره حالات معينة لتحقيق الغرض من الدراسة.

- تتكون مجموعة البحث في هذه الدراسة من ثلاث حالات مرافقين ممتدرسين مكفوفين:

جدول رقم (1): حالات الدراسة

الحالة	السن	المستوى الدراسي	نسبة الإعاقة
1- ح	17 سنة	رابعة متوسط	Albinocex ضعيفة جدا
2- ج	13 سنة	أولى متوسط	100%

3- ص	16 سنة	ثالثة متوسط	100%
------	--------	-------------	------

5- أدوات الدراسة:

تعتبر أدوات البحث ذات أهمية كبيرة فهي بمثابة مفاتيح يلجا إليها الباحث لجمع المعلومات التي يستعين بها في دراسته، فلكل بحث أدواته الخاصة التي يعتمد عليها الباحث لتساعده على جمع المعلومات. و قد تم الاعتماد في هذه الدراسة على الأدوات التي تخدم موضوع هذه الدراسة والمتمثلة في المقابلة العيادية نصف الموجهة التي تم بناءها على أساس محورين: إدراك الضغط ، وعوامل التوافق النفسي، و كذا مقياس إدراك الضغط النفسي (PSQ) للفتنستين، و مقياس التوافق النفسي العام لزينب شقير .

1- المقابلة العيادية:

يمكن تعريف المقابلة بأنها عبارة عن محادثة موجهة بين الباحث وشخص أو أشخاص آخرين بهدف الوصول إلى حقيقة أو موقف معين يسعى الباحث لمعرفة من أجل تحقيق أهداف الدراسة. (محمد عبيدات، محمد أبو نصار، 1999، ص55).

فهي بذلك تعتبر محادثة موجهة بين القائم بالمقابلة وبين شخص أو عدة أشخاص. (فاطمة عوض صابر، مرفت علي خفاجة، 2002، ص131).

أو هي إحدى وسائل جمع البيانات من مصادرها وتتم بين طرفين حول موضوع محدد منطلقا من أسباب ومحققا لغايات. وتهدف المقابلة إلى التعرف على الظاهرة أو الموضوع بالبحث عن الأسباب من خلال التقاء مباشر بين الباحث والمبحوث تطرح فيها أسئلة تهدف إلى استيضاح الحقائق وتشخص فيها المعلومات بربط العلاقة بين المتغيرات المستقلة والتابعة. (مروان عبد المجيد ابراهيم، 2000، ص171).

وللمقابلة العيادية عدة أنواع كالمقابلة العيادية النصف موجهة والتي اعتمدت عليها الباحثة في دراستها.

المقابلة العيادية نصف الموجهة والتي هي تفاعل لفظي يتم عن طريق موقف مواجهة يحاول فيه الباحث جمع أكبر قدر ممكن من المعلومات والبيانات عن المفحوص، حيث تكون الأسئلة مغلقة مفتوحة لتعطي

للباحث بصيغة معينة، وإعطاء الحرية للمستجيب لمزيد من التوضيح. (حسن مصطفى عبد المعطي، دون سنة، ص141).

وفي هذا النوع من المقابلات يستعد الباحث لتحديد الموضوعات التي سوف يطرحها على الشخص، فيضع السؤال بما يتناسب وفهم الفرد. (محمد حسن غانم، 2009، ص244).

ولإجراء هذه المقابلة قمنا بصياغة مجموعة من الأسئلة وضعتها في صورة دليل المقابلة الذي يحتوي على محورين ، بحيث كل محور يضم مجموعة من الأسئلة وذلك لجمع معلومات كافية حول المراهق المعاق بصريا و عن مستوى الضغوطات النفسية التي يتعرض لها وكذلك مستوى توافقه النفسي. وهذه المحاور تتمثل في محور إدراك الضغط، ومحور عوامل التوافق النفسي.

5-2- مقياس إدراك الضغط: Questionnaire de la perception du stress

- وصف الاختبار:

أعد هذا الاختبار من طرف الباحث الفنستين و آخرين سنة (1993) بهدف قياس مؤشر إدراك الضغط، يتكون هذا الاختبار من 30 عبارة تميز منها بنود مباشرة وبنود غير مباشرة.

*البنود المباشرة: تمثل 28 عبارة وتتمثل في العبارات رقم: (2، 3، 4، 5، 6، 8، 9، 11، 12، 14، 15، 16، 18، 19، 20، 22، 23، 24، 26، 27، 28، 30)

وتدل هذه العبارات على وجود مؤشرات الضغط المرتفع عندما يجيب عليها المفحوص بالقبول اتجاه الموقف، وعلى مؤشر إدراك الضغط المنخفض عندما يجيب عليها بالرفض.

*البنود غير مباشرة: تشمل 08 عبارة المتمثلة في العبارات : رقم (1، 25، 21، 13، 17، 10، 7، 29،

(وتدل على وجود مؤشر إدراك الضغط المرتفع عندما يجيب عليها بالرفض وعلى مؤشر إدراك الضغط المنخفض عندما يجيب عليها بالقبول.

- كيفية تطبيق المقياس:

يقوم الفاحص بشرح التعليمات للفرد المعرض لوضعية القياس النفسي وتتمثل التعليمات :

أمام كل عبارة من العبارات التالية ضع العلامة (x) في الخانة التي تصف ما ينطبق عليك عموما، و ذلك خلال سنة أو سنتين الماضيتين ، أجب بسرعة دون أن تزج نفسك بمراجعة إجابتك واحرص على وصف مسار حياتك بدقة خلال هذه المدة .هناك أربع اختيارات عند الإجابة على كل عبارة من عبارات الاختيار وهي بالترتيب:

- تقريبا أبدا.
- أحيانا.
- كثيرا.
- عادة.

- كيفية تصحيح الاختبار:

إن كيفية تصحيح وتنقيط عبارات الاختبارات يتم التدرج فيها من 1 إلى 4 نقاط ، و هذه الدرجات تتغير حسب نوع البنود ، فالبنود المباشرة تنقط من 1 إلى 4 من اليمين (تقريبا أبدا) إلى اليسار (عادة) أما البنود غير المباشرة فتتقط من 4 إلى 1 من اليمين (تقريبا أبدا) إلى اليسار (عادة). والجدول يوضح ذلك ، إذ بعد تنقيط كل بند ، نقوم بجمع الدرجات المحصل عليها لإيجاد الدرجة الكلية للاختبار .

البنود	بنود مباشرة	بنود غير مباشرة
الاختبار	بنود مباشرة	بنود غير مباشرة
1-تقريبا أبدا	نقطة	4نقاط
2-أحيانا	نقطتان	3نقاط
3-كثيرا	3نقاط	نقطتان
4-عادة	4نقاط	نقطة

-الأساليب الإحصائية الخاصة بالمقياس:

يتغير التنقيط حسب نوع البنود مباشرة أو غير مباشرة ، و يستنتج مؤشر إدراك الضغط في هذا المقياس ،وفق المعادلة التالية:

$$\text{مؤشر إدراك الضغط} = \frac{\text{الدرجة الخام}}{30}$$

90

يتم الحصول على القيم الخام بجمع كل النقاط المتحصل عليها في الاختبار من البنود المباشرة وغير المباشرة، وتتراوح الدرجة الكلية بعد حساب مؤشر إدراك الضغط من الصفر (0) ويدل على أدنى مستوى من الضغط إلى واحد (1) ويدل على أعلى مستوى ممكن من الضغط (حكمة أيت حمودة، 2005)

- صدق وثبات المقياس:

أ-الصدق:

حسب دراسة "ليفستاين التي قام بها للتحقق من صدق المقياس باستخدام الصدق التلازمي، الذي يرتكز على مقارنة مقياس إدراك الضغط مع المقياس الآخر للضغط. و أظهرت النتائج أن هناك ارتباطا قويا بهذا المقياس مع "سمة القلق" يقدر بـ 0,75 ومع مقياس إدراك الضغط كوهن يقدر بـ 0,73 ، بينما سجل ارتباط معتدل يقدر بـ 0,56 مع مقياس الاكتئاب ، وارتباط ضعيف يقدر بـ 0,35 مع مقياس قلق الحالة.

ب- الثبات:

قام "ليفستاين " بقياس التوافق الداخلي للاستبيان باستعمال معامل (ألفا) فأظهر وجود تماسك قوي يقدر بـ 0.90 كما أظهر قياس ثبات المقياس باستعمال طريقة تطبيق و إعادة التطبيق الاختبار بعد فاصل زمني يقدر بثمانية أيام وجود معامل ثبات مرتفع يقدر بـ 0.80 ، يشير "ليفستاين" وآخرون سنة (1993) بأن هذا الاستبيان يعتبر أداة ثمينة و إضافية لوسائل البحوث النفسية الجسدية و يمكن أن يكون عاملا تنبؤيا هاما للحالة الصحية للفرد لاحقا (حكيمة آيت حمودة، 2005 ، ص 226).

5-3 مقياس التوافق النفسي لـ زينب شقير (2003):

أعد هذا المقياس زينب شقير (2003) ويتكون من 80 عبارة تتوزع إلى أربعة جوانب أو أبعاد وهي: التوافق الشخصي-الانفعالي، التوافق الصحي، التوافق الأسري، والتوافق الاجتماعي، ويشمل كل بعد منها 20 عبارة تتوزع بين الفقرات الموجبة التي تنقط (2،1،0) والعبارات السالبة التي تنقط (2،1،0) والدرجة الكلية للمقياس تتراوح 0-160 أما الدرجة الكلية لكل بعد فتتراوح ما بين 0-40. (ويمكن تطبيق المقياس في جميع الأعمار من الجنسين، ابتداء من نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة إلى كبار السن). وفيما يلي جدول رقم (1) و(2) يوضح مستويات التوافق النفسي ومستويات أبعاده الفرعية الأربعة:

جدول رقم (1):مستويات التوافق النفسي

المستوى	التفسير
40-0	سوء توافق
80-41	توافق منخفض
120-81	توافق متوسط
160-121	توافق مرتفع

جدول رقم (2): مستويات الأبعاد الفرعية الأربعة لمقياس التوافق النفسي

التفسير	المستوى	الأبعاد
سوء توافق	10-0	توافق شخصي انفعالي
توافق منخفض	20-11	توافق صحي
توافق متوسط	30-21	توافق أسري
توافق مرتفع	40-31	توافق اجتماعي

(حكمة آيت حمودة، 2011، ص ص 16، 17).

- صدق المقياس

- صدق التكوين:

تم حساب الارتباطات الداخلية للأبعاد (المحاور) الأربعة التي يتضمنها المقياس، كما تم حساب الارتباطات بين الأبعاد الأربعة وبين الدرجة الكلية للمقياس وذلك على العينة التي تم عليها تطبيق مقياس "زينب محمود شقير" وهذا يتضح من خلال الجدول التالي:

جدول (3) يوضح الارتباطات الداخلية للمقياس

التوافق الشخصي	التوافق الصحي	التوافق الأسري	التوافق الاجتماعي	التوافق النفسي	
/	0.64	0.67	0.81	0.78	التوافق الشخصي
/	/	0.69	0.82	0.85	التوافق الصحي
/	/	/	0.93	0.76	التوافق الأسري
/	/	/	/	0.88	التوافق الاجتماعي
/	/	/	/	/	التوافق النفسي

يتضح من الجدول أن جميع معاملات الارتباط للأبعاد الأربعة ذات دلالة موجبة، وكذلك الارتباطات بين الأبعاد الأربعة والدرجة الكلية للمقياس. (حكيمة آيت حمودة، 2011، ص 17).

- ثبات المقياس

- طريقة إعادة التطبيق:

تم إجراء تطبيق المقياس على عينة مقدارها 200 (100 ذكور، 100 إناث) مرتين متتاليتين، بلغ الفاصل الزمني بين مرتي التطبيق أسبوعين وكشفت النتائج على ما يلي:

جدول (4) يوضح معاملات ثبات المقياس بطريقة إجراء المقياس على عينة مختلفة

أبعاد المقياس	العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التوافق الشخصي	200	0.67	0.01
التوافق الصحي	200	0.79	0.01
التوافق الأسري	200	0.73	0.01
التوافق الاجتماعي	200	0.83	0.01
التوافق النفسي	200	0.75	0.01

نلاحظ من خلال النتائج الموضحة في الجدول أن جميع معاملات الارتباط مرتفعة حيث تتراوح ما بين (0.67-0.83) وتعكس هذه المعاملات ثباتا واضحا للأداة (حكيمة آيت حمودة، 2011، ص 18).

- طريقة التجزئة النصفية:

استخدمت (زينب شقير) معادلة سبيرمان براون للتجزئة النصفية بين الفقرات الزوجية والفردية لعينة مكونة من 200 فرد (إناث، ذكور مناصفة) وتوضح معاملات الثبات لديهم في الجدول التالي:

جدول (5) يوضح معاملات التوافق النفسي (وأبعاده) بطريقة التجزئة النصفية

أبعاد المقياس	العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التوافق الشخصي	200	0.58	0.01
التوافق الصحي	200	0.65	0.01
التوافق الأسري	200	0.73	0.01
التوافق الاجتماعي	200	0.78	0.01
التوافق النفسي	200	0.87	0.01

من خلال نتائج الجدول يتضح أن جميع معاملات الثبات دالة عند مستوى 0.01 وهي جميعها تسجل ارتفاعاً في الثبات. (حكيمة آيت حمودة، 2011، ص 18).

- طريقة معامل ألفا (كرونباخ) Alpha Coefficient:

حيث تم حساب معامل ألفا باستخدام معادلة ألفا لعينة عشوائية مكونة من 200 فرد مناصفة بين ذكور وإناث، والنتائج موضحة كما يلي:

جدول (6) يوضح معاملات الثبات بتطبيق معامل ألفا:

أبعاد المقياس	العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التوافق الشخصي	200	0.72	0.01
التوافق الصحي	200	0.53	0.01
التوافق الأسري	200	0.16	0.01
التوافق الاجتماعي	200	0.59	0.01
التوافق النفسي	200	0.64	0.01

من الجدول يتضح أن معاملات الثبات بالنسبة لجميع الأبعاد وكذلك للدرجة الكلية موجبة ودالة عند مستوى 0.01 وهذا ما يثبت فعالية استخدام المقياس في المجالات العلمية. (حكيمة آيت حمودة، 2011، ص 19).

- طريقة تصحيح المقياس:

بعد تقديم المقياس للمفحوص وطلب الإجابة على كل بنوده (80) بإعطاء تقدير دقيق وصريح وذلك حسب تدرج المقياس (نعم تنطبق، تنطبق أحياناً، لا تنطبق). ويتم التقييط كما يلي:

عندما تكون العبارة إيجابية فالتقييط يتم بـ (0،1،2) للإجابات (نعم، أحياناً، لا) على الترتيب. والعبارات الإيجابية هي كالتالي:

البنود (1-14) بالنسبة للمحور الأول، البنود (21-28) بالنسبة للمحور الثاني، البنود (41-55) بالنسبة للمحور الثالث، والبنود (61-75) بالنسبة للمحور الرابع.

وعندما تكون العبارات سلبية فالتقييط يتم بـ (0،1،2) للإجابات (نعم، أحياناً، لا) على الترتيب والعبارات السلبية هي كالتالي:

البنود (15-20) بالنسبة للمحور الأول، البنود (29-40) بالنسبة للمحور الثاني، البنود (56-60) بالنسبة للمحور الثالث، البنود (76-80) بالنسبة للمحور الرابع.

ويحدد مستوى التوافق النفسي من خلال الدرجات التالية:

- سوء التوافق من 0 إلى 40 درجة.
- توافق منخفض من 41 إلى 80 درجة.
- توافق متوسط من 81 إلى 120 درجة.
- توافق مرتفع من 121 إلى 160 درجة. (حكيمة آيت حمودة، 2011، ص 19).

الفصل الرابع

عرض وتحليل نتائج حالات الدراسة

على الأدوات في ضوء الفرضيات

عرض و تحليل نتائج حالات الدراسة على أدوات الدراسة في ضوء الفرضيات

1- عرض و تحليل نتائج الحالة الأولى على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها.

2- عرض و تحليل نتائج الحالة الثانية على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها.

3- عرض و تحليل نتائج الحالة الثالثة على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها.

عرض وتحليل نتائج حالات الدراسة على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها

- عرض نتائج الحالة الأولى على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها

1- معلومات عامة عن الحالة الأولى:

الاسم: ح

الجنس: ذكر

السن: 17 سنة

ترتيبه بين الإخوة: 5

المستوى الدراسي: رابعة متوسط

نوع الإعاقة: albinocex منذ الولادة

المستوى الاقتصادي: متدهور

درجة الإعاقة: ضعيفة جدا

2- المقابلة كما وردت مع الحالة الأولى:

- محور إدراك الضغط:

- هل تشعر بتراكم المشاكل في حياتك؟

إيه بصح واش راح نديرو هادي هي الدنيا نصها مشاكل

- هل تشعر بالقلق والضيق والتوتر؟

نعم هادي هي الواحد

- هل تشعر بالوحدة وغياب الأمن في حياتك؟

ساعات نحس بالوحدة صبح

- هل يمكنك عزل الضغوط الدراسية عن الضغوط العائلية؟

ساعات ما نقدرش بصبح نحاولوا وخلص

- هل تتقبل وتتعايش مع مشاكلك التي تسبب لك الضغط أم تسعى إلى حلها؟

مانقبلهاش ونحاول نخملمها في حل ومعرف

- هل تحس بالانفعال إذا اصطدمت بشئ؟

نتقلق شوي بصبح نولي نتقبلها عادي وش راح نديروا

محور عوامل التوافق

- هل ترى أن إعاقتك تعيق نجاحك في الحياة؟

لالا اللي قدرنا عليها ربي نكملوا وخلص بصبح ساعات نحس بلي تعيقني الله غالب اللي قدرها ربي
وخلص

- هل هناك وسائل تساعدك على التكيف مع إعاقتك؟

نعم كايين مثل الرياضة هي اللي تتسيني كلش

- أترى أن أسرتك تفهمك وتقدر وضعك؟

هيه يقدروا وضعي

- هل أنت الآن تعيش كما تتمنى؟

لالا مازال عندي حوايج ياسر حابهم

- هل تمنيت وأن تعيش في عالم غير العالم الذي أنت فيه الآن؟

نعم

- هل تشعر أنك تتحكم في قرارات حياتك أو الظروف هي التي تتحكم فيها؟

الدنيا و الظروف هي اللي تتحكم في حياة الواحد

3- مقياس الضغط النفسي كما ورد مع الحالة الأولى:

الوضعيات الضاغطة	تقريبا أبدا	أحيانا	كثيرا	عادة
1- تشعر بالراحة.		*		
2- تشعر بوجود متطلبات لديك.		*		
3- أنت سريع الغضب أو ضيق الخلق.			*	
4- لديك أشياء كثيرة للقيام بها.			*	
5- تشعر بالوحدة.			*	
6- تجد نفسك في مواقف صراعية.			*	
7- تشعر بأنك تقوم بأشياء تحبها فعلا.				*
8- تشعر بالتعب.			*	
9- تخاف من عدم استطاعتك إدارة الأمور لبلوغ أهدافك.		*		
10- تشعر بالهدوء.				*
11- لديك عدة قرارات لاتخاذها .			*	
12- تشعر بالإحباط.		*		
13- أنت مليء بالحيوية.			*	
14- تشعر بالتوتر.			*	
15- تبدو مشاكلك أنها ستتراكم.			*	
16- تشعر بأنك في عجلة من أمرك.		*		

		*		17- تشعر بالأمن والحماية.
	*			18- لديك عدة مخاوف.
	*			19- أنت تحت ضغط مقارنة بأشخاص الآخرين
		*		20- تشعر بفقدان العزيمة.
		*		21- تمتع نفسك.
	*			22- أنت تخاف من المستقبل.
		*		23- تشعر بأنك قمت بأشياء ملزم بها.
		*		24- تشعر بأنك وضع انتقاد وحكم .
			*	25- أنت شخص خال من الهموم.
	*			26- تشعر بالإرهاك أو التعب الفكري.
	*			27- لديك صعوبة الارتخاء.
	*			28- تشعر بعبء المسؤولية.
		*		29- لديك الوقت الكافي لنفسك.
		*		30- تشعر أنك تحت ضغط مميت.
2	15	12	1	المجموع

المجموع	بنود غير مباشرة	بنود مباشرة
79	20	59

4- مقياس التوافق النفسي كما ورد مع الحالة الأولى:

الرقم	العبارات	تنطبق نعم	متردد أحيانا	لا تنطبق
1	المحور الأول: - هل لديك ثقة في نفسك؟	*		
2	- هل أنت متفائل بصفة عامة؟	*		
3	- هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وانجازاتك أمام الآخرين؟		*	
4	- هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟	*		
5	- هل تشعر أنك شخص له فائدة و نفع في الحياة؟		*	
6	- هل تتطلع على مستقبل مشرق؟	*		
7	- هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟	*		
8	- هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟	*		
9	- هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟	*		
10	- هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس؟	*		
11	- هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟	*		
12	- هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما؟		*	
13	- هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟		*	
14	- هل تشعر بالطمأنينة النفسية و أنك في حالة طيبة؟	*		
15	- هل تشعر باليأس و تهبط همتك بسهولة	*		
16	- هل تشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموما؟		*	
17	- هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟		*	
18	- هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟	*		

*			19 -هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟
		*	20 -هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟
		*	21 -المحور الثاني: -هل حياتك مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت؟
		*	22 -هل لديك قدرات و مواهب متميزة؟
		*	23 -هل تتمتع بصحة جيدة و تشعر بأنك قوي البنية؟
		*	24 --هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)؟
		*	25 -هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟
	*		26 -هل تهتم بصحتك جيدا و تتجنب الإصابة بالمرض؟
*			27 -هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟
	*		28 -هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟
*			29 -هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر أو الغمز بالعين؟
		*	30 -هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟
		*	31 -هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟
	*		32 -هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل (سوء هضم، فقدان شهية، شره عصبي)؟
		*	33 -هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟

	*		34 - هل تشعر بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر؟
		*	35 - هل تنصب عرقا أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟
		*	36 - هل تشعر أحيانا أنك قلق و أعصابك غير موزونة؟
		*	37 - هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاوله العمل؟
*			38 - هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق و الكلام؟
	*		39 - هل تعاني من إمساك (أو إسهال) كثيرا؟
		*	40 - هل تشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر)؟
		*	41 - المحور الثالث: - هل تشعر أنك متعاون مع أسرتك؟
		*	42 - هل تشعر بالسعادة في حياتك و أنت مع أسرتك؟
		*	43 - هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟
		*	44 - هل تشعر بأن لك دور فعال و هام في أسرتك؟
*			45 - هل تحترم أسرته رأيك و ممكن أن تتخذ به؟
*			46 - هل تفضل أن تقضي وقت فراغك مع أسرتك؟
		*	47 - هل تأخذ حقه من الحب و العطف و الحنان و الأمن من أسرته؟

	*		48 -هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟
		*	49 -هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها و أحزانها؟
	*		50 -هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة و صادقة؟
		*	51 -هل تفخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟
		*	52 -هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية و الثقافية؟
		*	53 -هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدراتك و مواهب؟
		*	54 -هل أفراد أسرتك تقف بجوارك و تخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟
	*		55 هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟
	*		56 -هل تشعر أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟
		*	57 -هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟
		*	58 -هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟
	*		59 -هل تشعر بالقلق أو الخوف و أنت داخل أسرتك؟
		*	60 -هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفلا صغيرا؟
	*		61 -المحور الرابع: -هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والترويحية مع

			الآخرين؟
		*	62 - هل تستمتع بمعرفة الآخرين و الجلوس معهم؟
		*	63 - هل تشعر بالمسؤولية اتجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟
	*		64 - هل تتمنى أن تقضي معظم أوقات فراغك مع الآخرين؟
		*	65 - هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأيا صائبا؟
	*		66 - هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وانجازاتك؟
		*	67 - هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟
		*	68 - هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟
		*	69 - هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟
		*	70 - هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء و تحرص على إرضائهم؟
	*		71 - هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟
		*	72 - هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟
		*	73 - هل تحاول الوفاء بعهديك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟
	*		74 - هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟

		*	75	-هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين أو ترفضه؟
	*		76	-هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟
*			77	-هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟
		*	78	-هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟
		*	79	-هل تتخلى عن إهداء النصح لزميلك خوفا من أن يزعل منك؟
*			80	-هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟
11	20	49		المجموع

الأبعاد	المستوى	التفسير
توافق شخصي انفعالي	28	توافق مرتفع
توافق صحي	19	توافق مرتفع
توافق أسري	27	توافق مرتفع
توافق اجتماعي	29	توافق منخفض
المجموع	103	توافق متوسط

- تحليل أدوات الدراسة في ضوء الفرضيات للحالة الأولى:

من خلال ترجمة نتائج المقابلة التي أجريت مع الحالة (ح) يتبين لنا أن الحالة لديه مستوى متوسط من الضغط النفسي والذي ظهر لنا من خلال إجابته على أسئلة محاور المقابلة حيث عبر فيها عن إحساسه بالوحدة وغياب الأمن في حياته، إضافة إلى شعوره بالقلق والتوتر في حياته بقوله (نعم هذه الواحد) وذلك حسب سبب المشاكل التي يعاني منها والتي تسبب له ضغطا نفسيا. وهو ما تم تأكيده بتطبيق مقياس إدراك الضغط النفسي حيث بعد تنقيط مقياس إدراك الضغط النفسي و جمع النقاط كما هو مبين في الجدول السابق تم الحصول على نقطة خام مقدرة ب (مج = 79) وبتطبيق معادلة مؤشر الضغط تحصلنا على درجة إدراك الضغط لدى الحالة (ح) مقدرة ب 0.54، هذه الدرجة تدل على مستوى متوسط من الضغط النفسي والتي تنحصر في مستوى ما بين 0.33-0.67 (ضغط نفسي متوسط)، حيث تحصلنا على مجموع 20 درجة للبنود غير المباشرة ومجموع 59 للبنود المباشرة وهو ما يدل على المستوى المتوسط من الضغط النفسي للحالة (ح) ويبدو هذا من خلال إجابات الحالة على بنود المقياس والتي عبرت كلها على الحالة النفسية التي يعيشها الحالة خاصة البنود غير المباشرة والتي دلت على وجود مؤشر إدراك متوسط وذلك لوجود متطلبات وقرارات كثيرة لدى الحالة لاتخاذها وذلك حسب إجابته على البندين رقم (2) و (4) بقوله (إيه عندي ياسر متطلبات في حياتي) وقوله (عندي قرارات ياسر في حياتي) والتي يرى بأنها سببت له نوعا من الشعور بالتوتر والخوف وذلك حسب إجابته على البند رقم (14) بقوله (هاذي المتطلبات لي في حياتي دارتلي الخوف وكي نشوفها ياسر نتوتر) وكذا الشعور بالإرهاك والتعب الفكري من خلال إجابته على البند رقم (26) وهو بند مباشر بقوله (تعبت ياسر وحتى في مخي تعب) مما خلق لديه إحساسا بالضغط.

- ويتأكد لنا أيضا من خلال المقابلة أن الحالة لديه مستوى متوسط من التوافق النفسي لدى الحالة فهو يحس أحيانا بأن إعاقته تعيق نجاحه في حياته (لالا اللي قدرنا عليها ربي نكملوا وخلص بصح ساعات نحس بلي تعيقتي. الله غالب اللي قدرها ربي وخلص) فهو الآن يرى نفسه بأنه لا يعيش كما يتمنى هو بقوله (لالا مازال عندي حوايج ياسر حابهم) إضافة إلى عدم قدرته على التحكم في قرارات حياته التي يرى بأن ظروفه المحيطة به هي التي تتحكم في حياته بقوله (الدنيا والظروف هي اللي تتحكم في حياة الواحد)، إلا أنه يحاول التأقلم والتكيف مع ذلك ومع إعاقته بمساعدة وسائل لذلك كمارسته للرياضة مثلا بقوله (كاين مثل الرياضة هي اللي تنسيني كلش) إضافة إلى تفهم أسرته لوضعيته (هيه يقدرنا وضعي).

وهو ما تم تأكيده بتطبيق مقياس التوافق النفسي حيث بعد تنقيط المقياس وجمع النقاط تم الحصول على درجة كل محور من محاور المقياس حيث بلغت درجة محور التوافق الشخصي الانفعالي 28 وهي درجة تعبر عن توافق مرتفع، وبلغت درجة محور التوافق الصحي للحالة 19 وهي درجة تعبر عن توافق مرتفع، وبلغت درجة محور التوافق الأسري للحالة 27 وهي درجة تعبر عن توافق مرتفع، وبلغت درجة التوافق الاجتماعي للحالة 29 وهي درجة تعبر عن توافق منخفض.

وبعد جمع درجات المحاور تم الحصول على درجة كلية للمقياس قدرت بـ 103 وهي درجة تنحصر في المستوى من 81 إلى 120 درجة، فهي درجة تعبر عن مستوى متوسط للتوافق النفسي للحالة (ح) حيث دلت على ذلك مختلف إجابات الحالة على بنود المقياس والتي أظهرت انعدام الإحساس بالنجاح والتوافق مع الحياة أحيانا وذلك بإجابته على البند رقم (13) بقوله (ساعات نحس روجي مانيش متوافق مع حياتي وحتى مانيش ناجح في حياتي في ياسر حوايج أولها لقراءة) مع الشعور بالاستياء والضيق من الدنيا عموما بإجابته على البند رقم (16) بقوله (ساعات نكره من الدنيا كامل) ما خلق لديه شعورا بأنه شخص ليس له فائدة و نفع في الحياة (ساعات توصل أنني نحس روجي ما عندي حتى فائدة في الدنيا هادي راني غير هكاك برك) والذي جعله يشعر بالقلق من حين لآخر بإجابته على البند رقم (17) بقوله (نتقلق ساعات).

يعاني الحالة كذلك من بعض المشاكل الصحية كاضطرابات الأكل (فقدان الشهية..) بإجابته على البند رقم (32) بقوله (عندي هادي اضطرابات الأكل ساعات نفقد الشهية طول و ما ناكلش خلاص ما نقدرش ناكل) وكذا الشعور بالصداع والألم من وقت لآخر بإجابته على البند رقم (30) وذلك لعدم اهتمامه بصحته جيدا لتجنب المرض بإجابته على البند رقم (26) بقوله (أنا ما نهتمش خلاص بصحتي) حيث أنه لا يعطي نفسه قدرا من الاسترخاء والراحة والنوم بإجابته على البندين رقم (27) و(28) ما جعله يحس بالإجهاد بإجابته على البند رقم (34).

نجد أيضا أن الحالة يحب الانعزال بمفرده وقت فراغه وهو لا يفضل قضاء الوقت مع الأسرة بإجابته على البند رقم (46) بقوله (نحب نقعد وحدي خير).

يعاني أيضا الحالة من الإحساس بالخجل الشديد عند تواصله مع الآخرين بقوله (نحشم ياسر) وهو ما لوحظ أيضا خلال المقابلة مع الحالة.

- عرض نتائج الحالة الثانية على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها

1- معلومات عامة عن الحالة الثانية:

الجنس: ذكر

الاسم: ج

ترتيبه بين الإخوة: الأصغر

السن: 13 سنة

درجة الإعاقة: كلية

المستوى الدراسي: أولى متوسط

السنة التي اكتشفت فيها الإعاقة: منذ الولادة

المستوى الاقتصادي: متوسطة

2- المقابلة كما وردت مع الحالة الثانية:

محور إدراك الضغط

- هل تشعر بتراكم المشاكل في حياتك؟

إيه كاين شوي مشاكل

- هل تشعر بالقلق والضيق والتوتر؟

ساعات برك

- هل تشعر بالوحدة وغياب الأمن في حياتك؟

ساعات برك

- هل يمكنك عزل الضغوط الدراسية عن الضغوط العائلية؟

يتخلطوا في زوز

- هل تتقبل وتتعاش مع مشاكلك التي تسبب لك الضغط أم تسعى إلى حلها؟

راهي تبقى ديما عايشة معنا

- هل تحس بالإنفعال إذا اصطدمت بشيء؟

ساعات برك

محور عوامل التوافق

- هل ترى أن إعاقتك تعيق نجاحك في الحياة؟

ساعات برك نحسها تعطلني

- هل هناك وسائل تساعدك على التكيف مع إعاقتك؟

إيه كاينين

- أترى أن أسرتك تفهمك وتقدر وضعك؟

إيه يفهموني

- هل أنت الآن تعيش كما تتمنى؟

لالا ماشي كيما نحب أنا

- هل تمنيت وأن تعيش في عالم غير العالم الذي أنت فيه الآن؟

إيه نتمنى ديما

- هل تشعر أنك تتحكم في قرارات حياتك أو الظروف هي التي تتحكم فيها؟

الظروف

3- مقياس الضغط النفسي كما ورد مع الحالة الثانية:

عادة	كثيرا	أحيانا	تقريبا أبدا	الوضعية الضاغطة
		*		1- تشعر بالراحة.
*				2- تشعر بوجود متطلبات لديك.
	*			3- أنت سريع الغضب أو ضيق الخلق.
	*			4- لديك أشياء كثيرة للقيام بها.
		*		5- تشعر بالوحدة.
		*		6- تجد نفسك في مواقف صراعية.
		*		7- تشعر بأنك تقوم بأشياء تحبها فعلا.
		*		8- تشعر بالتعب.
		*		9- تخاف من عدم استطاعتك إدارة الأمور لبلوغ أهدافك.
		*		10- تشعر بالهدوء.
	*			11- لديك عدة قرارات لاتخاذها .
		*		12- تشعر بالإحباط.
	*			13- أنت مليء بالحيوية.
		*		14- تشعر بالتوتر.
		*		15- تبدو مشاكلك أنها ستتراكم.
		*		16- تشعر بأنك في عجلة من أمرك.
		*		17- تشعر بالأمن والحماية.
		*		18- لديك عدة مخاوف.

		*		19- أنت تحت ضغط مقارنة بأشخاص الآخرين
		*		20- تشعر بفقدان العزيمة.
	*			21- تمتع نفسك.
		*		22- أنت تخاف من المستقبل.
		*		23- تشعر بأنك قمت بأشياء ملزم بها.
*				24- تشعر بأنك وضع انتقاد وحكم .
			*	25- أنت شخص خال من الهموم.
		*		26- تشعر بالإرهاك أو التعب الفكري.
	*			27- لديك صعوبة الارتخاء.
		*		28- تشعر بعبء المسؤولية.
		*		29- لديك الوقت الكافي لنفسك.
		*		30- تشعر أنك تحت ضغط مميت.

بنود مباشرة	بنود غير مباشرة	المجموع
52	23	75

4- مقياس التوافق النفسي كما ورد مع الحالة الثانية:

الرقم	العبارات	تنطبق نعم	متردد أحيانا	لا تنطبق
1	المحور الأول: -هل لديك ثقة في نفسك؟	*		
2	-هل أنت متفائل بصفة عامة؟	*		
3	-هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وانجازاتك أمام الآخرين؟			*
4	-هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟		*	

		*	5 - هل تشعر أنك شخص له فائدة و نفع في الحياة؟
	*		6 - هل تتطلع على مستقبل مشرق؟
		*	7 - هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟
		*	8 - هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟
*			9 - هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟
*			10 - هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس؟
		*	11 - هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟
		*	12 - هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما؟
	*		13 - هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟
	*		14 - هل تشعر بالطمأنينة النفسية و أنك في حالة طيبة؟
	*		15 - هل تشعر باليأس و تهبط همتك بسهولة
	*		16 - هل تشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموما؟
		*	17 - هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟
		*	18 - هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟
		*	19 - هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟
		*	20 - هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟
	*		21 - المحور الثاني: هل حياتك مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت؟
		*	22 - هل لديك قدرات و مواهب متميزة؟
		*	23 - هل تتمتع بصحة جيدة و تشعر بأنك قوي البنية؟

		*	24 --هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)؟
		*	25 -هل تساعدك صحتك على مزاولة الأعمال بنجاح؟
		*	26 -هل تهتم بصحتك جيدا و تتجنب الإصابة بالمرض؟
		*	27 -هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟
		*	28 -هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟
		*	29 -هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر أو الغمز بالعين؟
		*	30 -هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟
		*	31 -هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟
		*	32 -هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل (سوء هضم، فقدان شهية، شره عصبي)؟
		*	33 -هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟
		*	34 -هل تشعر بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر؟
		*	35 -هل تتصب عرقا أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟
		*	36 -هل تشعر أحيانا أنك قلق و أعصابك غير موزونة؟
		*	37 -هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاولة العمل؟
		*	38 -هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق و الكلام؟

	*		39 - هل تعاني من إمساك (أو إسهال) كثيرا؟
	*		40 - هل تشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر)؟
		*	41 -المحور الثالث: - هل تشعر أنك متعاوناً مع أسرتك؟
		*	42 - هل تشعر بالسعادة في حياتك و أنت مع أسرتك؟
		*	43 - هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟
		*	44 - هل تشعر بأن لك دور فعال و هام في أسرتك؟
	*		45 - هل تحترم أسرتك رأيك و ممكن أن تتخذ به؟
	*		46 - هل تفضل أن تقضي وقت فراغك مع أسرتك؟
		*	47 - هل تأخذ حقاك من الحب و العطف و الحنان و الأمن من أسرتك؟
		*	48 - هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟
		*	49 - هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها و أحزانها؟
		*	50 - هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة و صادقة؟
		*	51 - هل تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟
	*		52 - هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية و الثقافية؟

		*	53 - هل تشجعك أسرته على إظهار ما لديك من قدراتك و مواهب؟
		*	54 - هل أفراد أسرته تقف بجوارك و تخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟
*			55 هل تشجعك أسرته على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟
*			56 - هل تشعر أسرته أنك عبء ثقيل عليها؟
*			57 - هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرته؟
	*		58 - هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرته؟
*			59 - هل تشعر بالقلق أو الخوف و أنت داخل أسرته؟
		*	60 - هل تشعر بأن أسرته تعاملك على أنك طفلا صغيرا؟
	*		61 -المحور الرابع: - هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والترويحية مع الآخرين؟
		*	62 - هل تستمتع بمعرفة الآخرين و الجلوس معهم؟
		*	63 - هل تشعر بالمسؤولية اتجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟
	*		64 - هل تتمنى أن تقضي معظم أوقات فراغك مع الآخرين؟
		*	65 - هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأيا صائبا؟

		*	66 - هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازتك؟
		*	67 - هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟
		*	68 - هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟
		*	69 - هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟
		*	70 - هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء و تحرص على إرضائهم؟
	*		71 - هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟
		*	72 - هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟
		*	73 - هل تحاول الوفاء بعهديك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟
	*		74 - هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟
		*	75 - هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين أو ترفضه؟
*			76 - هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟
*			77 - هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟
		*	78 - هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟
		*	79 - هل تتخلى عن إسداء النصيحة لزميلك خوفا من أن يزعل منك؟

*		80	-هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟
---	--	----	---

الأبعاد	المستوى	التفسير
التوافق الشخصي الانفعالي	20	توافق مرتفع
التوافق الصحي	17	توافق متوسط
التوافق الأسري	31	توافق مرتفع
التوافق الاجتماعي	32	توافق متوسط
المجموع	100	توافق متوسط

تحليل أدوات الدراسة في ضوء الفرضيات للحالة الثانية:

من خلال ترجمة نتائج المقابلة التي أجريت مع الحالة تبين لنا أن الحالة لديه مستوى متوسط من الضغط النفسي و يظهر لنا ذلك من خلال إجابته على أسئلة المقابلة حيث عبر فيها عن شعوره بتراكم المشاكل في حياته و محاولته التعايش معها رغم أنها تسبب له ضغط نفسي بقوله (إيه كاين شوي مشاكل، وراهي تبقى ديما عايشة معانا) وكذا شعوره أحيانا بالوحدة وغياب الأمن في حياته بقوله (ساعات برك).

هذه المشاكل التي تسبب له ضغطا و شعورا بالقلق والتوتر أحيانا ولا يمكنه عزلها عن الضغوط المدرسية بقوله (يتخلطوا في زوز)، أما بالنسبة لتأثير إعاقته عليه فهو لا يحس دائما بالانفعال عند اصطدامه بشئ بقوله (ساعات برك). وهو ما تم تأكيده بتطبيق مقياس إدراك الضغط النفسي حيث بعد تنقيط مقياس إدراك الضغط النفسي وجمع النقاط كما هو مبين في الجدول تم الحصول على نقطة خام مقدرة بـ (مج=75) وبتطبيق معادلة مؤشر إدراك الضغط تحصلنا على مؤشر إدراك الضغط لدى الحالة (ج) مقدرة بـ 0.50 هذه الدرجة تدل على مستوى متوسط من الضغط النفسي لأنها تتحصر بين 0.33-0.67 (ضغط نفسي متوسط) حيث تحصلنا على مجموع 23 للبنود غير المباشرة والتي تعني بذلك مؤشر إدراك ضغط متوسط، وكذا مجموع 52 للبنود المباشرة. وهو ما يفسر بصفة عامة المستوى المتوسط من الضغط النفسي للحالة (ج) والذي تسببه له مجموعة من العوامل النفسية من حيث وجود أشياء ومتطلبات كثيرة للقيام بها بإجابته على البند رقم (4) بقوله (إيه عندي حوايج ومتطلبات ياسر لازمني نديرها)، إضافة

إلى شعوره أحيانا بقيامه بأشياء يحبها فعلا و ذلك بإجابته على البند رقم (7) وهو بند غير مباشر بقوله (ماشي ديما راني ندير حوايج نحبها ساعات برك) جعلته يفقد لشعور الراحة دائما بإجابته على البند رقم (1) بقوله (أحيانا برك) حيث أنه يجد نفسه أحيانا في مواقف صراعية بإجابته على البند رقم (6) تجعله يشعر بالخوف من عدم استطاعته إدارة الأمور لبلوغ أهدافه وذلك بإجابته على البند رقم (9) بقوله (ساعات نخاف ما نوصلش ولا ما نقدرش نوصل لأهدافي وندير واش راني حاب).

كذلك نجد أن الحالة (ج) يشعر بالإرهاك والتعب الفكري بإجابته على البند رقم (26) بقوله (ساعات نحس مخي تعبان من التفكير ياسر) فهو يخاف من المستقبل وذلك بإجابته على البند رقم (22) هذا الخوف الذي يشعره أحيانا بفقدان العزيمة بإجابته على البند رقم (20) بقوله (ساعات نخاف من المستقبل كيفاش راح يكون وكى نخاف تروطي العزيمة والشجاعة) فهو شخص لا يكاد يخلو من الهموم بإجابته على البند رقم (25) بقوله (ساعات برك تعود ما عنديش هموم بصح معظم الوقت الهموم كايئة) ما جعله يحس أحيانا بأنه تحت ضغط مقارنة بالآخرين بإجابته على البند رقم (19) بقوله (ساعات نحس روحي أنا عندي ضغوط أكثر من الناس كامل و أكثر من صحابي) وهو ما أثر على الاستقرار الداخلي للحالة.

ويتأكد لنا أيضا أن الحالة لديه مستوى متوسط من التوافق النفسي من خلال نظرته لإعاقته بأنها لا تسبب له حاجزا كبيرا في حياته بقوله (ساعات برك نحسها تعطلني) لاعتماده على الوسائل التي تعينه على التكيف، إضافة إلى مساندة أسرته و تفهمه له بقوله (إيه يفهموني) إلا أنه لا يرى نفسه بأنه يعيش حياته كما يتمنى بقوله (لالا ماشي كيما نحب أنا) ويتمنى العيش في عالم آخر بقوله (إيه نتمنى ديما) فهو يرى بأن الظروف المحيطة به هي التي تتحكم في قرارات حياته. وهو ما تم تأكيده بتطبيق مقياس التوافق النفسي، حيث بعد تنقيط المقياس وجمع النقاط تم الحصول على درجة كل محور من محاور المقياس حيث بلغت درجة محور التوافق الشخصي الانفعالي 20 وهي درجة تعبر عن توافق مرتفع، وبلغت درجة محور التوافق الصحي للحالة 17 وهي درجة تعبر توافق متوسط، وبلغت درجة محور التوافق الأسري للحالة 31 وهي درجة تعبر عن توافق مرتفع أي أن الحالة يتلقى الدعم والمساندة الأسرية، وبلغت درجة التوافق الاجتماعي للحالة 32 وهي درجة تعبر عن توافق متوسط.

وبعد جمع درجات المحاور تم الحصول على درجة كلية للمقياس قدرت بـ 100 وهي درجة تنحصر في المستوى من 81 إلى 120 درجة، فهي درجة تعبر عن مستوى متوسط للتوافق النفسي للحالة (ج) حيث دلت على ذلك مختلف إجابات الحالة على بنود المقياس والتي أظهرت معاناة الحالة من بعض المشاكل

التي تواجهه أحيانا بإجابته على البند رقم (ساعات تعود كإينة مشاكل ياسر تقلقني) تجعله يحس باستياء و ضيق حسب إجابته على البند رقم (16) بقوله (ساعات نعود نحس بالضيق و نعود كاره).

كذلك يعاني الحالة من بعض المشاكل الصحية كشعوره بالصداع و الألم في الرأس حسب إجابته على البند رقم (30) بقوله (ديما تجيني سطرة في راسي).

- عرض نتائج الحالة الثالثة على أدوات الدراسة في ضوء فرضياتها

1- معلومات عامة عن الحالة الثالثة:

الاسم: ص الجنس: ذكر

السن: 16 سنة ترتيبه بين الإخوة: 3

المستوى الدراسي: ثلاثة متوسط درجة الإعاقة: كلية

المستوى الاقتصادي: متوسطة السن التي اكتشفت فيها الإعاقة: منذ الولادة

2- المقابلة كما وردت مع الحالة الثالثة:

- محور إدراك الضغط:

- هل تشعر بتراكم المشاكل في حياتك؟

إيه كايين المشاكل

- هل تشعر بالقلق والضيق والتوتر؟

إيه ساعات نحس بالقلقة ياسر

- هل تشعر بالوحدة وغياب الأمن في حياتك؟

ساعات برك نحس روحي وحدي

- هل يمكنك عزل الضغوط الدراسية عن الضغوط العائلية؟

يتخلطوا مع بعضاهم

- هل تتقبل وتتعايش مع مشاكلك التي تسبب لك الضغط أم تسعى إلى حلها؟

نتعايش معاها وخلص بصح نبقي ديما نخم فيها في راسي

- هل تحس بالإنفعال إذا اصطدمت بشئ؟

إيه ساعات كي نعود مقلق ونتعثر في حاجة نزيد نتقلق

محور عوامل التوافق

- هل ترى أن إعاقتك تعيق نجاحك في الحياة؟

ممکن تعيق نجاحي

- هل هناك وسائل تساعدك على التكيف مع إعاقتك؟

إيه كايين وسائل

- أترى أن أسرتك تفهمك وتقدر وضعك؟

إيه يفهموني و يقدررو وضعيتي بصح ساعات يعودوا ما يفهموش

- هل أنت الآن تعيش كما تتمنى؟

لالا ماشي كيما حاب أنا

- هل تمنيت وأن تعيش في عالم غير العالم الذي أنت فيه الآن؟

إيه

- هل تشعر أنك تتحكم في قرارات حياتك أو الظروف هي التي تتحكم فيها؟

إيه الظروف هي اللي تتحكم

3- مقياس الضغط النفسي كما ورد مع الحالة الثالثة:

الوضعيات الضاغطة	تقريبا أبدا	أحيانا	كثيرا	عادة
1- تشعر بالراحة.	*			
2- تشعر بوجود متطلبات لديك.			*	

	*			3- أنت سريع الغضب أو ضيق الخلق.
	*			4- لديك أشياء كثيرة للقيام بها.
		*		5- تشعر بالوحدة.
	*			6- تجد نفسك في مواقف صراعية.
		*		7- تشعر بأنك تقوم بأشياء تحبها فعلا.
	*			8- تشعر بالتعب.
		*		9- تخاف من عدم استطاعتك إدارة الأمور لبلوغ أهدافك.
		*		10- تشعر بالهدوء.
	*			11- لديك عدة قرارات لاتخاذها .
		*		12- تشعر بالإحباط.
		*		13- أنت مليء بالحيوية.
		*		14- تشعر بالتوتر.
		*		15- تبدو مشاكلك أنها سنتراكم.
		*		16- تشعر بأنك في عجلة من أمرك.
		*		17- تشعر بالأمن والحماية.
		*		18- لديك عدة مخاوف.
		*		19- أنت تحت ضغط مقارنة بأشخاص الآخرين
		*		20- تشعر بفقدان العزيمة.
		*		21- تمتع نفسك.
		*		22- أنت تخاف من المستقبل.
		*		23- تشعر بأنك قمت بأشياء ملزم بها.
		*		24- تشعر بأنك وضع انتقاد وحكم .

			*	25- أنت شخص خال من الهموم.
	*			26- تشعر بالإرهاك أو التعب الفكري.
		*		27- لديك صعوبة الارتقاء.
		*		28- تشعر بعبء المسؤولية.
		*		29- لديك الوقت الكافي لنفسك.
		*		30- تشعر أنك تحت ضغط مميت.

بنود مباشرة	بنود غير مباشرة	المجموع
51	26	77

4- مقياس التوافق النفسي كما ورد مع الحالة الثالثة:

الرقم	العبارات	تنطبق نعم	متردد أحيانا	لا تنطبق
1	المحور الأول: - هل لديك ثقة في نفسك؟		*	
2	- هل أنت متفائل بصفة عامة؟		*	
3	- هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وانجازاتك أمام الآخرين؟			*
4	- هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟		*	
5	- هل تشعر أنك شخص له فائدة و نفع في الحياة؟		*	
6	- هل تتطلع على مستقبل مشرق؟		*	
7	- هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟		*	
8	- هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟		*	
9	- هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟		*	
10	- هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس؟		*	

		*	11 - هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟
		*	12 - هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما؟
	*		13 - هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟
	*		14 - هل تشعر بالطمأنينة النفسية و أنك في حالة طيبة؟
	*		15 - هل تشعر باليأس و تهبط همتك بسهولة
	*		16 - هل تشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموما؟
	*		17 - هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟
		*	18 - هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟
		*	19 - هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟
		*	20 - هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟
	*		21 - المحور الثاني: هل حياتك مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت؟
		*	22 - هل لديك قدرات و مواهب متميزة؟
		*	23 - هل تتمتع بصحة جيدة و تشعر بأنك قوي البنية؟
	*		24 -- هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)؟
		*	25 - هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟
	*		26 - هل تهتم بصحتك جيدا و تتجنب الإصابة بالمرض؟
	*		27 - هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟

	*		28 -هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟
		*	29 -هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر أو الغمز بالعين؟
		*	30 -هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟
		*	31 -هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟
		*	32 -هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل (سوء هضم، فقدان شهية، شره عصبي)؟
	*		33 -هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟
		*	34 -هل تشعر بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر؟
	*		35 -هل تنصب عرقا أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟
		*	36 -هل تشعر أحيانا أنك قلق و أعصابك غير موزونة؟
	*		37 -هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاوله العمل؟
		*	38 -هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق و الكلام؟
	*		39 -هل تعاني من إمساك (أو إسهال) كثيرا؟
		*	40 -هل تشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر)؟
		*	41 -المحور الثالث: -هل تشعر أنك متعاوننا مع أسرتك؟

	*		42 - هل تشعر بالسعادة في حياتك و أنت مع أسرتك؟
		*	43 - هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟
	*		44 - هل تشعر بأن لك دور فعال و هام في أسرتك؟
	*		45 - هل تحترم أسرتك رأيك و ممكن أن تتخذ به؟
	*		46 - هل تفضل أن تقضي وقت فراغك مع أسرتك؟
		*	47 - هل تأخذ حقاك من الحب و العطف و الحنان و الأمن من أسرتك؟
	*		48 - هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟
		*	49 - هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها و أحزانها؟
		*	50 - هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة و صادقة؟
		*	51 - هل تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟
		*	52 - هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية و الثقافية؟
		*	53 - هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدراتك و مواهب؟
		*	54 - هل أفراد أسرتك تقف بجوارك و تخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟
	*		55 - هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟

*			56 - هل تشعر أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟
*			57 - هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟
	*		58 - هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟
*			59 - هل تشعر بالقلق أو الخوف و أنت داخل أسرتك؟
		*	60 - هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفلا صغيرا؟
		*	61 - المحور الرابع: هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والترويحية مع الآخرين؟
		*	62 - هل تستمتع بمعرفة الآخرين و الجلوس معهم؟
		*	63 - هل تشعر بالمسؤولية اتجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟
	*		64 - هل تتمنى أن تقضي معظم أوقات فراغك مع الآخرين؟
		*	65 - هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأيا صائبا؟
		*	66 - هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وانجازاتك؟
		*	67 - هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟
		*	68 - هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟

		*	69 - هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟
		*	70 - هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء و تحرص على إرضائهم؟
		*	71 - هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟
		*	72 - هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟
		*	73 - هل تحاول الوفاء بعهديك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟
	*		74 - هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟
		*	75 - هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين أو ترفضه؟
*			76 - هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟
*			77 - هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟
		*	78 - هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟
		*	79 - هل تتخلى عن إسداء النصيحة لزميلك خوفا من أن يزعل منك؟
*			80 - هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟

الأبعاد	المستوى	التفسير
توافق شخصي - انفعالي	18	توافق مرتفع

توافق مرتفع	22	توافق صحي
توافق متوسط	30	توافق أسري
توافق متوسط	34	توافق اجتماعي
توافق متوسط	104	المجموع

تحليل أدوات الدراسة في ضوء الفرضيات للحالة الثالثة:

من خلال ترجمة نتائج المقابلة التي أجريت مع الحالة (ص) تبين لنا أن الحالة لديه مستوى متوسط من الضغط النفسي ويظهر لنا ذلك من خلال إجابته على أسئلة المقابلة حيث عبر فيها عن معاناته من المشاكل والتي تسبب له أحيانا الشعور بالقلق والضيق بقوله (ساعات نحس بالقلقة ياسر) والتي تسبب له ضغطا حيث لا يستطيع عزلها عن الضغوط الدراسية بقوله (يتخلطوا مع بعضاهم) إلا أنه يحاول التعايش معها بقوله (نتعايش معاها وخلص بصح نبقى ديما نخم فيها في راسي). وهو ما تم تأكيده بتطبيق مقياس إدراك الضغط النفسي حيث بعد تنقيط مقياس إدراك الضغط النفسي وجمع النقاط كما هو مبين في الجدول تم الحصول على نقطة خام مقدرة بـ (مج=77) وبتطبيق معادلة مؤشر إدراك الضغط تحصلنا على درجة الضغط النفسي لدى الحالة (ص) والتي قدرت بـ 0.52 وهي درجة تعبر عن مستوى متوسط من الضغط النفسي الذي يعاني منه الحالة من خلال انعدام شعوره بالراحة لوجود متطلبات و أشياء كثيرة للقيام بها بإجابته على البندين رقم (2) و(4) بقوله (عندي متطلبات ياسر لازمتي)، (إيه عندي حوايج ياسر نديرها لازم)، والتي جعلته يجد نفسه في مواقف صراعية بإجابته على البند رقم (6) مما سبب له الشعور بالتعب بإجابته على البند رقم (8) بقوله (نعود نحس روجي تعبان ياسر) وكذا شعوره بالإحباط أحيانا بإجابته على البند رقم (12) بقوله (ساعات نعود نحس بالإحباط) حيث أنه تبدوا له أن مشاكله تتراكم في بعض الأحيان بإجابته على البند رقم (15) بقوله (ساعات نحس المشاكل قاعدة غير تزيد وحدة فوق وحدة) والتي تجعله شخص غير خال من الهموم بإجابته على البند رقم (25) بقوله (أنا مانيش عبد خالي من لهوم ولمشاكل) والتي تجعله أيضا يحس نفسه في بعض الأحيان أنه تحت ضغط مقارنة بأشخاص آخرين. هذا ما جعله يحس بضغط نفسي.

ويتأكد لنا أيضا أن الحالة لديه مستوى متوسط من التوافق النفسي من خلال نظرته لإعاقته بقوله (ممكن تعيق نجاحي)، إضافة إلى أنه يرى نفسه بأنه لا يعيش كما يتمنى بقوله (لألا ماشي نعيش كيما حاب أنا) فهو يتمنى تغيير العالم الذي يعيش فيه بقوله (إيه). وهو ما تأكد بتطبيق مقياس التوافق النفسي.

بعد تطبيق المقياس وجمع النقاط لمختلف إجابات الحالة على كل بند في كل محور من المقياس، حيث تم الحصول على درجة 18 بالنسبة لمحور التوافق الشخصي الانفعالي وهي درجة تفسر المستوى المرتفع لهذا المحور، ودرجة 30 لمحور التوافق الأسري وهي درجة تفسر المستوى المتوسط لهذا المحور، ودرجة 34 لمحور التوافق الاجتماعي وهي درجة تفسر المستوى المتوسط لهذا المحور.

وبجمع كل درجات المحاور الأربعة للمقياس تم الحصول على درجة كلية للمقياس قدرت بـ 104، وهي درجة تنحصر في المستوى من 21-120 درجة، وتعبّر عن مستوى متوسط للتوافق النفسي لهذه الحالة. وذلك حسب إجابته على البند رقم (41) وهي عبارة تمثل محور التوافق الأسري بـ أحيانا، حيث أنه يشعر أحيانا بأنه متعاون مع أسرته بقوله (ساعات برك نحس روجي متعاون معاهم ماشي ديما)، إضافة إلى أنه لا يفضل قضاء وقت فراغه مع أسرته و ذلك حسب إجابته على البند رقم (46) بـ أحيانا بقوله (ماشي ديما نحس نقضي وقت فراغي مع دارنا ساعات برك). بالإضافة إلى شعوره بالخجل عند حديثه أمام الآخرين و ذلك حسب إجابته على البند رقم (78) بقوله (إيه نحشم ياسر كي نواجه الآخرين).

كذلك لا يشعر الحالة بالراحة النفسية دائما حسب إجابته على البند رقم (7) بقولها (ساعات برك نكون رايح نفسيا ماشي ديما)، فهو ينتابه أحيانا شعور بأنه شخص له فائدة و نفع في الحياة حسب إجابته على البند رقم (5) بقوله (ساعات برك نحس روجي نفع في الحياة).

كذلك يشعر الحالة أحيانا بالانزعاج و الهدوء أمام الناس حسب إجابته على البند رقم (10) بـ أحيانا والذي هو يمثل محور التوافق الشخصي الانفعالي بقوله (ساعات برك نعود متوازن انفعاليا ومتحكم في أعصابي)، فهو يحس بالقلق أحيانا من وقت لآخر حسب إجابته على البند رقم (17) بـ أحيانا و بقوله (ساعات نحس بالقلق).

مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات

انطلاقاً من فرضيات الدراسة و الدراسات السابقة التي تناولت بعض متغيرات موضوعنا، و من خلال إتباعنا للمنهج العيادي، وباستعمال المقابلة النصف موجهة التي قمنا بها مع الحالات الثلاث للدراسة، وبعد تطبيقنا لمقياسي الضغط النفسي و التوافق النفسي بهدف الكشف عن مستوى الضغط النفسي، و مستوى التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس المعاق بصرياً وجدنا أن لديهم مستوى متوسط من الضغط النفسي، ومستوى متوسط من التوافق النفسي.

فقد توصلنا خلال دراستنا للحالات الثلاث إلى تحقيق فرضيات الدراسة التي تشير إلى وجود مستوى متوسط من الضغط النفسي و التوافق النفسي للمراهق المتمدرس المعاق بصرياً.

حيث أظهرت نتائج الحالات الثلاث للدراسة مستوى متوسط من الضغط النفسي، فالضغط النفسي لدى الحالة الأولى و الثانية و الثالثة ناتج عن الحالة النفسية التي يعيشها الحالات ، و كذا انعدام الشعور بالراحة لوجود متطلبات و قرارات كثيرة في حياتهم و تراكمها الأمر الذي سبب بذلك ضغط نفسي.

و تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة ستولارسكي (1991) التي كشفت نتائجها إلى أن المعاقين بصرياً يعيشون ضغوطات نفسية في العديد من المجالات.

أما الفرضية الثانية التي تشير إلى مستوى متوسط من التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس المعاق بصرياً، والتي تحققت مع حالات الدراسة الثلاث، فقد ظهر مستوى متوسط من التوافق النفسي للحالة الأولى والثانية والثالثة، و هو ناتج عن لتأثير العوامل الأسرية ، و العوامل الاجتماعية.

خاتمة

من خلال ما تم التطرق إليه في الدراسة الحالية يستخلص في الأخير التوصل إلى تحقيق الأهداف المرجوة من الدراسة، حيث أن المراهق المتمدرس المعاق بصريا يتعرض لمختلف الضغوطات النفسية التي تحدث له بسبب عوامل متنوعة تؤثر على جوانب مختلفة في شخصيته، بالإضافة إلى أن المراهق المتمدرس المعاق بصريا لديه توافق نفسي متوسط. و بالتالي تحقق فرضيات الدراسة. وتبقى نتائج الدراسة الحالية غير قابلة للتعميم بل تخص حالات الدراسة الحالية فقط.

التوصيات و المقترحات: من خلال الدراسة يمكن طرح مجموعة من المقترحات المتمثلة في ما يلي:

- فتح المجال أمام الباحثين و الدارسين من أجل التطرق إلى المزيد من الدراسات و البحوث على المراهقين المتمدرسين المعاقين بصريا.
- إجراء المزيد من الأبحاث و الدراسات على الأطفال المتمدرسين المعاقين بصريا.
- بناء المزيد من المؤسسات التعليمية للمعاقين بصريا نظرا لقلتها سواء في ولاية بسكرة أو الولايات الأخرى.
- الاهتمام بالمراهقين المعاقين بصريا و توعيتهم عن طريق تنظيم الملتقيات و الندوات حول التوافق النفسي، و كذا الضغوط النفسية و كيفية التخفيف منها و مواجهتها خاصة في مرحلتهم العمرية، زيادة على وجود إعاقة .
- محاولة وضع استراتيجيات لخفض تأثير الضغوط النفسية على المراهقين المعاقين بصريا ، وكذا تصميم برامج علاجية.

قائمة المراجع

- المراجع باللغة العربية

- 1- أبو بكر مرسي محمد مرسي، 2002، أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي، مكتبة النهضة المصرية، مصر.
- 2- إبراهيم وجيه محمود، 1981، المراهقة (خصائصها ومشكلاتها)، دار المعارف، مصر.
- 3- أحمد محمد الزغبى، 2001، علم النفس النمو، المكتبة الوطنية، الأردن.
- 4- ثامر حسين علي السмирان، عبد الكريم عبد الله المساعد، 2014، سيكولوجية الضغوط وأساليب التعامل معها، دار الحامد، الأردن.
- 5- حامد عبد السلام زهران، 2005، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط4، عالم الكتب، مصر.
- 6- حسن منسي، 1998، الصحة النفسية، دار الكندي ودار طارق، الأردن.
- 7- حسين أحمد حشمت ومصطفى حسين باهي، 2006، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي، الدار العالمية، الأردن.
- 8- حكيمة آيت حمودة و آخرون، 2011، أهمية المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى الشباب البطال، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد الثاني، الجزائر.
- 9- حلمي المليجي، 2001، مناهج البحث في علم النفس، دار النهضة العربية، لبنان.
- 10- خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي، الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين، رسالة ماجستير منشورة، 2012، قسم علم النفس، جامعة أم القرى، مكة.
- 11- خليل المعاينة وآخرون، 2000، الإعاقة البصرية، دار الفكر، الأردن.
- 12- رضا إبراهيم محمد الأشرم، 2008، صورة الجسم و علاقتها بتقدير الذات لذوي الإعاقة البصرية، رسالة ماجستير منشورة، 2008، كلية التربية، جامعة الزقازيق، مصر.

- 13- رغدة شريم، 2009، سيكولوجية المراهقة، دار المسيرة، الأردن.
- 14- زينب محمود شقير، 2003، مقياس التوافق النفسي، مكتبة النهضة المصرية، مصر.
- 15- سامي محمد ملحم، 2004، علم النفس النمو "دورة حياة الإنسان"، ط2، دار الفكر العربي، الأردن.
- 16- صالح حسن الداھري، 2008، أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية، دار صفاء، الأردن.
- 17- طارق عبد الرؤوف عامر، ربيع عبد الرؤوف محمد 2008، الإعاقة البصرية، مؤسسة طبية، مصر.
- 18- طه حسين عبد العظيم، 2006، إدارة الضغوط النفسية والتربوية، دار الفكر العربي، الأردن.
- 19- عبد الرحمان عيسوي، 1995، علم النفس النمو، دار المعرفة الجامعية، مصر.
- 20- عبد الرحمان عيسوي، 1995، سيكولوجية النمو "دراسة في نمو الطفل والمراهق"، دار النهضة العربية، لبنان.
- 21- عبد الفتاح عثمان، 1981، الرعاية الاجتماعية والنفسية للمعوقين، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر.
- 22- عطا الله فؤاد الخالدي، دلال سعد الدين العلمي، 2009، الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق، دار صفاء، الأردن.
- 23- فاروق الروسان، 1996، سيكولوجية الأطفال غير العاديين - مقدمة في التربية الخاصة، دار الثقافة، الأردن.
- 24- فاروق السيد عثمان، 2001، القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، مصر.
- 25- فاطمة عوض صابر، ميرفت علي خفاجة، 2002، أسس ومبادئ البحث العلمي، ط2، مطبعة الإشعاع الفنية، مصر.

- 26- فتحي عبد الرحمان الضبع، 2008، المعاقون بصريا (رؤية جديدة للحياة و دراسة في البعد المعنوي للشخصية الإنسانية)، العلم و الإيمان، مصر.
- 27- فرج عبد القادر طه، 2000، أصول علم النفس الحديث، دار قباء، الأردن.
- 28- فؤاد عيد الجوالدة، 2012، الإعاقة البصرية، دار الثقافة، الأردن.
- 29- كلير فهميم، دس، المشاكل النفسية للمراهق، دار نوبار، مصر.
- 30- ماجدة بهاء الدين السيد عبيد، 2008، الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، دار صفاء، الأردن.
- 31- محمد بن محمود آل عبد الله، 2014، المراهقة والعناية بالمراهقين، دار الوفاء، مصر.
- 32- محمد عبيدات و آخرون، 1999، منهجية البحث العلمي (القواعد والمراحل والتطبيقات)، ط2، دار وائل، الأردن.
- 33- مرفت عبد المنعم سلامة، 2011، الإعاقة البصرية، دار المعرفة الجامعية، مصر.
- 34- مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوراق، مصر.

المراجع باللغة الأجنبية:

- 35- Sillamy Norbert (2003) : Dictionnaire de psychologie Larousse, Paris. France.
- 36- Sillamy Norbert (1999) : Dictionnaire de psychologie, édition janine faure (Larousse), Paris.

الملاحق

ملحق رقم (1): المقابلة العيادية النصف موجهة (بعدما تم عرضها على المحكمين. د، عائشة

نحوي عبد العزيز)

محور إدراك الضغط:

- هل تشعر بتراكم المشاكل في حياتك؟
- هل تشعر بالقلق والضيق والتوتر؟
- هل تشعر بالوحدة وغياب الأمن في حياتك؟
- هل يمكنك عزل الضغوط الدراسية عن الضغوط العائلية؟
- هل تتقبل وتتعاش مع مشاكلك التي تسبب لك الضغط أم تسعى إلى حلها؟
- هل تحس بالانفعال إذا اصطدمت بشئ؟

محور عوامل التوافق

- هل ترى أن إعاقتك تعيق نجاحك في الحياة؟
- هل هناك وسائل تساعدك على التكيف مع إعاقتك؟
- أترى أن أسرته تفهمك وتقدر وضعك؟
- هل أنت الآن تعيش كما تتمنى؟
- هل تمنيت وأن تعيش في عالم غير العالم الذي أنت فيه الآن؟
- هل تشعر أنك تتحكم في قرارات حياتك أو الظروف هي التي تتحكم فيها؟

ملحق رقم (2): مقياس إدراك الضغط

P-S-Q

التعليمة: في كل عبارة من العبارات التالية ضع علامة (X) في الخانة المناسبة التي تصف ما ينطبق عليك عموماً، وذلك من خلال سنة أو سنتين الماضيتين أجب بسرعة دون أن تزج نفسك بمراجعة إجابتك واحرص على مسار حياتك خلال هذه المدة.

الوضعية الضاغطة	تقريباً أبداً	أحياناً	كثيراً	عادة
1- تشعر بالراحة.				
2- تشعر بوجود متطلبات لديك.				
3- أنت سريع الغضب أو ضيق الخلق.				
4- لديك أشياء كثيرة للقيام بها.				
5- تشعر بالوحدة.				
6- تجد نفسك في مواقف صراعية.				
7- تشعر بأنك تقوم بأشياء تحبها فعلاً.				
8- تشعر بالتعب.				
9- تخاف من عدم استطاعتك إدارة الأمور لبلوغ أهدافك.				
10- تشعر بالهدوء.				
11- لديك عدة قرارات لاتخاذها .				
12- تشعر بالإحباط.				
13- أنت مليء بالحيوية.				
14- تشعر بالتوتر.				

				15- تبدو مشاكلك أنها ستتراكم.
				16- تشعر بأنك في عجلة من أمرك.
				17- تشعر بالأمن والحماية.
				18- لديك عدة مخاوف.
				19- أنت تحت ضغط مقارنة بأشخاص الآخرين
				20- تشعر بفقدان العزيمة.
				21- تتمتع بنفسك.
				22- أنت تخاف من المستقبل.
				23- تشعر بأنك قمت بأشياء ملزم بها.
				24- تشعر بأنك وضع انتقاد وحكم .
				25- أنت شخص خال من الهموم.
				26- تشعر بالإرهاك أو التعب الفكري.
				27- لديك صعوبة الارتقاء.
				28- تشعر بعبء المسؤولية.
				29- لديك الوقت الكافي لنفسك.
				30- تشعر أنك تحت ضغط مميت.

ملحق رقم (3): مقياس التوافق النفسي لـ زينب شقير 2003

التعليمة: في كل عبارة من العبارات التالية ضع علامة (X) في الخانة المناسبة التي تصف ما ينطبق عليك عموماً

الرقم	العبارات	تنطبق نعم	متردد أحياناً	لا تنطبق
1	المحور الأول: - هل لديك ثقة في نفسك؟			
2	- هل أنت متفائل بصفة عامة؟			
3	- هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وانجازائك أمام الآخرين؟			
4	- هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟			
5	- هل تشعر أنك شخص له فائدة و نفع في الحياة؟			
6	- هل تتطلع على مستقبل مشرق؟			
7	- هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟			
8	- هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟			
9	- هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟			
10	- هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس؟			
11	- هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟			
12	- هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائماً؟			
13	- هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟			
14	- هل تشعر بالطمأنينة النفسية و أنك في حالة طيبة؟			
15	- هل تشعر باليأس و تهبط همتك بسهولة			
16	- هل تشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموماً؟			

			17 - هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟
			18 - هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟
			19 - هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟
			20 - هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟
			21 - المحور الثاني: هل حياتك مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت؟
			22 - هل لديك قدرات و مواهب متميزة؟
			23 - هل تتمتع بصحة جيدة و تشعر بأنك قوي البنية؟
			24 -- هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)؟
			25 - هل تساعدك صحتك على مواصلة الأعمال بنجاح؟
			26 - هل تهتم بصحتك جيدا و تتجنب الإصابة بالمرض؟
			27 - هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟
			28 - هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟
			29 - هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر أو الغمز بالعين؟
			30 - هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟
			31 - هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟

			32 -هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل (سوء هضم، فقدان شهية، شره عصبي)؟
			33 -هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟
			34 -هل تشعر بالإجهاد و ضعف الهمّة من وقت لآخر؟
			35 -هل تتصب عرقا أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟
			36 -هل تشعر أحيانا أنك قلق و أعصابك غير موزونة؟
			37 -هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاولة العمل؟
			38 -هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق و الكلام؟
			39 -هل تعاني من إمساك (أو إسهال) كثيرا؟
			40 -هل تشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر)؟
			41 -المحور الثالث: -هل تشعر أنك متعاوناً مع أسرّتك؟
			42 -هل تشعر بالسعادة في حياتك و أنت مع أسرّتك؟
			43 -هل أنت محبوب من أفراد أسرّتك؟
			44 -هل تشعر بأن لك دور فعال و هام في أسرّتك؟
			45 -هل تحترم أسرّتك رأيك و ممكن أن تتخذ به؟

			46 - هل تفضل أن تقضي وقت فراغك مع أسرتك؟
			47 - هل تأخذ حقاك من الحب و العطف و الحنان و الأمن من أسرتك؟
			48 - هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟
			49 - هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها و أحزانها؟
			50 - هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة و صادقة؟
			51 - هل تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟
			52 - هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية و الثقافية؟
			53 - هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدراتك و مواهب؟
			54 - هل أفراد أسرتك تقف بجوارك و تخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟
			55 - هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟
			56 - هل تشعر أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟
			57 - هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟
			58 - هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟
			59 - هل تشعر بالقلق أو الخوف و أنت داخل أسرتك؟

			60 - هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفلا صغيرا؟
			61 -المحور الرابع: - هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والترويحية مع الآخرين؟
			62 - هل تستمتع بمعرفة الآخرين و الجلوس معهم؟
			63 - هل تشعر بالمسؤولية اتجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟
			64 - هل تتمنى أن تقضي معظم أوقات فراغك مع الآخرين؟
			65 - هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأيا صائبا؟
			66 - هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وانجازاتك؟
			67 - هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟
			68 - هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟
			69 - هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟
			70 - هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء و تحرص على إرضائهم؟
			71 - هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟
			72 - هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟

			73 - هل تحاول الوفاء بعهدك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟
			74 - هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟
			75 - هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين أو ترفضه؟
			76 - هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟
			77 - هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟
			78 - هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟
			79 - هل تتخلى عن إسداء النصح لزميلك خوفا من أن يزعج منك؟
			80 - هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟