قياس مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود

د. ماجد عبدالرحمن السالم عبدالعزيز مستور الغامدي
كلية التربية - جامعة الملك سعود
المملكة العربية السعودية

الملخص

هدفت الدراسة لقياس الضغوط النفسية لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود وعلاقتها بمفهوم الذات. حيث إن التعليم الجامعي بجميع جوانبه الأكاديمية والاجتماعية والنفسية والسلوكية تمثل أرضاً خصبة للضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلاب في هذه المرحلة، لاسيما إذا كان الطلاب من الأفراد الصم. فالطلاب الصم يعانون من مواقف وخبرات عديدة قد تشكل لهم بعض أنواع الضغوط النفسية التي قد تنشأ من أحداث وخبرات حياتية يتعرض لها الفرد في الوقت الحاضر، أو كانت استمراراً للضغوط في الماضي أو حتى يخشى حدوثها مستقبلاً. لذا تم التركيز بالدراسة على قياس مستوى الضغوط النفسية التي قد يتعرض لها الطالب الأصم في المرحلة الجامعية. ولصغر حجم العينة التي تمثلت في عدد (٨) طلاب تشكل مجتمع الدراسة للطلاب الصم في السنة التحضيرية فقد تم استخدام اختبار كروسكال-واليس (Kruskal-Wallis test) لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات الصغيرة. حيث تم إعداد أداة لقياس الضغوط النفسية وأداة أخرى لقياس مفهوم الذات، تم تصميمهما من قبل الباحثين بعد التحقق من الخصائص السيكومترية لكلتا الأداتين. وأشارت النتائج بوجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية وبُعد واحد من أبعاد مفهوم الذات "الذات الجسمية". واستناداً على نتائج الدراسة فقد تم تقديم مجموعة من التوصيات التي تسهم في تقليل الضغوط النفسية وزيادة مفهوم الذات لدى الأفراد الصم.

مقدمة

يعتبر الضغط النفسي عاملاً سيكولوجياً يؤثر في كيان الفرد البنيوي والنفسي؛ حيث يحد من قدرته على القيام بأعماله وواجباته على الوجه الأكمل،

ويحتل مركز الصدارة في العديد من المجالات، خصوصاً المجالات التربوية حيث يعتبر من المواضيع التي شغلت اهتمام الباحثين منذ أكثر من نصف قرن أي منذ اكتشاف سليي عام (Selye, 1959) لهذه الظاهرة في بداية الخمسينات من القرن الماضي. حيث يعتمد توافق الفرد في حياته وشعوره بالصحة النفسية على مدى التوافق في اشباع حاجاته ودوافعه بطريقة ترضي مطالبه الشخصية من ناحية، وترضي المطالب الاجتماعية من ناحية أخرى.

إن عدم مقدرة الفرد على اشباع دوافعه بالطريقة المتوازنة يعرضه لضغوط نفسية شديدة قد تصل إلى درجة تهدد صحته النفسية، وتخل بتوازنه النفسي (كفافي، ٢٠٠٥). لذا لابد من مراقبة وقياس الضغوط النفسية لمتابعتها والاطمئنان أنها لن تتخطّ حدود التأثير على باقي السمات المرتبطة بها. وتظهر العلاقة القوية بين الضغوط النفسية وبين تحقيق الذات من خلال الخبرات الحياتية التي يمر بها الفرد (Engler, Fruehling & Oldham, 2009)، لذا تنشأ نزعة لدى الكائن الحي تتمثل في تحقيق ذاته والمحافظة على كيانه وإثراء خبراته بصورة مستمرة (بخاري، ٢٠٠٧) فتصبح الضغوط النفسية عاملاً ومتغيراً أساسياً في مفهوم الذات لدى الأفراد عامةً ولدى الأفراد الصم خاصة؛ باعتبار ما يعانون منه من عزلة سمعية.

يمثل مفهوم الذات أهمية في حياة الفرد نحو توجيه الأفعال في المواقف الحياتية المختلفة، حيث ينمو مفهوم الذات من خلال الخبرات التي يكتسبها الفرد في تفاعله المستمر مع المحيط الاجتماعي، فالفرد يؤثر في الآخرين ويتأثر بهم، وبمقدار هذا التأثير ونوعه تتشكل ذات الإنسان. وبالتالي فإن صورة الفرد عن ذاته لها أثر كبير وأهمية بالغة في مستقبل حياته وذلك لما تعكسه في تصور ورؤية للفرد عن ذاته (Van Gurp, 2001). بالإضافة إلى ذلك فإن مفهوم الذات يعمل على تحقيق الاتساق بين أفعالنا ونظرتنا إلى أنفسنا سلبية كانت أم إيجابية، حيث إن مفهوم الذات هو المحور الرئيسي في شخصية الأفراد، وله الأهمية الكبرى في تحديد سلوك الفرد ودرجة تكيفه. وتعد الذات نتاجاً للتفاعل الاجتماعي بين الفرد والآخرين سواء الإيجابي أو السلبي الذي له دور كبير في

تحديد مفهوم الذات لدى الأفراد (رشدي، ٢٠٠٩). ولقد أهتم الميدان البحثي في مجال التربية الخاصة بدراسة أثر مفهوم الذات على النمو النفسي للأفراد ذوي الإعاقة، بما في ذلك الأفراد الصم، لكونه يمثل حجر الأساس في تكوين شخصياتهم، والمؤشر البارز على صحتهم النفسية (Little & Kobak, 2003). حيث تتضح آثار الإعاقة السمعية التي قدد تسبب انعكاسات سلبية على شخصية الأصم وقدرته على التكيف مع المجتمع، وبالتالي نظرته إلى نفسه، وقدراته على أساس معتقداته نحو إعاقاته، ومدى تأثيرها في حياته، حيث يظهر أن الأفراد الصم يعانون بشكل مستمر من الضغوط النفسية والقلق مما قد يسبب انخفاض مفهوم الذات لديهم (Mekonnen, Hannu, Elina & Matti, 2016).

تشير منظمة الصحة العالمية إلى أن (٤٥) مليون شخصاً فوق سن الثالثة في العالم مصابون بضعف السمع ما بين المتوسط والشديد (فهمي، ٢٠٠٧)، أي أنه بين (٢٥٠٠) شخصاً من السكان يحتمل وجود شخص أصم، أي بنسبة (٤) أشخاص في كل عشرة آلاف مواطن. حيث إن الصمم أو ضعف السمع من أكثر الإعاقات انتشارا وتتزايد الضغوط النفسية عند هذه الفئة مما يمهد الطريق أمام الفرد الخروج على تقاليد وأعراف المجتمع Social Norms، وإذا كان الفرد العادي (السامع) يملك القدرة على التواصل مع الآخرين والتعامل معهم، فإن الأصم بما تفرضه عليه الإعاقة من عزلة عن الأخرين في أمس الحاجة لمساعدته في التخلص من هذه الضغوط ليساعد في الإحساس بالرضا والقناعة وتقدير الذات الذي هو في أمس الحاجة إليها (Elaine, Ouellette & Kang, 2006). لذا وعندما يسيطر على الأصم شعور بالنقص نتيجة لإعاقته، وأنه أقل من الآخرين ليس في الناحية التي يفتقدها فحسب وإنما أيضا في باقي الجوانب الأخرى من شخصيته، قد يرتكب سلوكيات يبتغي من ورائها الدفاع عن ذاته وكل هذا قد يحدث نتيجة للإحباطات التي يتعرض لها ممن حوله (Lukomski, 2007). أما إذا توافرت البيئة المناسبة، خصوصاً في المرحلة الجامعية، التي تعزز مفهوم الذات لدى الأصم فإن الضغوط النفسية تبدأ في التلاشي تدريجياً (أبو حطب وصادق، ٢٠١٠).

خلفية مشكلة الدراسة

إن الحياة الجامعية بجوانبها الأكاديمية والاجتماعية والنفسية تمثل مصادر للضغوط يتعرض لها الطلاب في هذه المرحلة، حيث إن المرحلة الجامعية، تتمثل في العلاقات مع الزملاء وأعضاء هيئة التدريس، والمنافسة من أجل النجاح، مواجهة الاختبارات وكذلك التعامل مع مقتضيات البيئة الجامعية وأنظمتها وقوانينها قد تكون مصدراً للضغوط النفسية على الطالب (Regehr, Glancy & Pitts, 2013). وتكمن مشكلة الصمم في هذه المرحلة في قلة فرص التواصل والتفاعل مع المحيط الخارجي بسبب حاجز اللغة مما يؤثر على الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه من خلال ضعف العلاقات المتبادلة مع الآخرين. حيث إن مشاعر الأصم تجاه ذاته تكون ناتجة من انعكاس لمشاعر المحيطين به تجاهه وتجاه إعاقته التي تلعب دوراً مباشراً لديه في تكوين صورة ذهنية عن نفسه. وهذه الصورة المختزنة في أعماقه تؤثر بشكل مباشر في بناء شخصيته بل حتى سلوكه وردود فعله في مختلف المواقف الاجتماعية. ولذا من خلال ما تم ملاحظته في الجامعة، دائماً ما يميل الطلاب الصم للانعزال مع بعضهم البعض مما يؤدى إلى تزايد الضغوط النفسية عليهم قد تنعكس بدورها على مفهوم الذات لديهم وما يترتب عليه من اتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية (Hintermair, 2008).

مشكلة الدراسة

تنبثق مشكلة الدراسة من أهمية قياس مستوى الضغوط النفسية لدى الطلاب الصم، قبل أن يتفاقم أثرها على باقي جوانب حياتهم الأخرى خصوصاً في المرحلة الجامعية. فقد يختلف مدى تحمل الأفراد للضغوط الناتجة من جراء العزل عن المجتمع المحيط، فتصاحب بعض الأفراد الصم نوبات من القلق والتوتر التي قد تقود لتسربهم من الجامعة وهذا ما تم رصده في السنوات الخمس الماضية في الجامعة. وتعتبر السنة التحضيرية هي السنة الأولى الجامعية وحلقة الربط بين التعليم العام والتعليم الجامعي. حيث إن الضغوط

النفسية تتأثر بشكل كبير بمفهوم الذات لدى الأفراد الصم. فكلما تزايدت الضغوط النفسية لدى الطالب الأصم أثرت بشكل مباشر على مفهومه لذاته، وكذلك على مستوى تفاعله مع الأشخاص الموجودين في بيئته من جهة ثانية، والتي تؤثر جميعها على تحقيق الطالب الأصم لذاته وتؤثر على قراراته. وبالتالي يمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية في قياس مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود.

أهداف الدراسة

١ - تحديد العلاقة بين الضغوط النفسية وأبعاد مفهوم الذات لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود.

٢ - معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية وبعض المتغيرات (دخل الأسرة، وظيفة الأب، جهة الميلاد).

٣ - معرفة العلاقة بين أبعاد مفهوم الذات لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية وبعض المتغيرات (دخل الأسرة، وظيفة الأب، جهة الميلاد).

أسئلة الدراسة

١ - ما أثر العلاقة بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود؟

٢ - ما مصادر الضغوط النفسية لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية؛ التي تعزى للمتغيرات التالية (دخل الأسرة، وظيفة الأب، جهة الميلاد)؟

٣ - ما مصادر انخفاض مستوى مفهوم الذات وأبعاده لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية تعزى للمتغيرات التالية (دخل الأسرة، وظيفة الأب، جهة الميلاد)؟

أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة لقياس مستوى الضغوط النفسية لدى الطلاب الصم وكذلك معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات، فقبل وضع أي برنامج إرشادي يتوجب قياس مستوى الضغوط النفسية لتصميم برامج تلبي احتياجاتهم النفسية. حيث يمثل الطلاب الصم طاقة في المجتمع لابد من استثمارها، وبالتالي يمكن إعداد برامج إرشادية توجههم إلى الطريق الذي يتلاءم مع شخصية كل منهم وأسلوبه في الحياة ومساعدتهم في الحصول على دعم ايجابي لمفهوم الذات والتخفيف من حدة الضغوط النفسية من أجل تحقيق توافق نفسي واجتماعي أفضل. ونظراً لأهمية المرحلة الجامعية في تكوين الشخصية لدى الطلاب، فقد جاءت هذه الدراسة لتكون إضافة علمية في فهم الكثير من مصادر الضغوط النفسية التي قد تواجه الطلاب الصم في المرحلة الجامعية. لذا فإنه يتوقع لنتائج هذه الدراسة أن تسهم بشكل كبير في وضع أساليب وطرق تسهم في زيادة الوعي والاهتمام بكيفية مواجهة الضغوط النفسية التي تواجه الطلاب الصم في بداية المرحلة الجامعية؛ الذي من شأنه أن ينعكس إيجابياً على تحسين مفهوم الذات لديهم. بالإضافة إلى ذلك تكمن أهمية الدراسة في تقديم أدوات قياس الضغوط النفسية ومفهوم الذات التي تواجه الطلاب الصم في المرحلة الجامعية، مما يسهل على المتخصصين تصميم ووضع البرامج الإرشادية المناسبة لهم.

كما أن العلاقات الاجتماعية بين الفرد والبيئة المحيطة تسهم في نمو ونضوج مفهوم الذات وبذلك فإن مفهوم الذات يتشكل نتيجة الخبرات التي يتعرض لها الفرد (Fellinger, Holzinger & Pollard, 2012). لذلك تسهم هذه الدراسة في قياس مدى الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات، حيث يرتبط مفهوم الحاجات النفسية إلى حد كبير بالضغوط والإحباط اللذين يتعرض لهما الأصم، فالحاجة تستثير حالة من الدافعية عند الفرد وتجعله يبحث عن الاستجابة المناسبة التي تساعده على تحقيق أهدافه وخفض توتراته الناتجة

عن الضغوط، وهو لا يستطيع نقل ذلك دائماً وخاصة في حالات الإحباط والضغوط التي تتضمن عوائق تمثل تهديداً للذات. لذا لابد من لفت انتباه أصحاب القرار من أعضاء هيئة التدريس، والإداريين، والمرشدين وكذلك المشرفين في الجامعات والمسؤولين في وزارة التعليم لضرورة معرفة الضغوط النفسية، وكذلك الخبرات التي يتعرض لها الفرد الأصم قد تكون عائقاً في استمرار الطالب في المرحلة الجامعية.

حدود الدراسة

الحدود الموضوعية: اقتصرت هذه الدراسة على قياس الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود.

الحدود المكانية: اقتصر مجتمع الدراسة المستهدف على الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود بمدينة الرياض.

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة الحالية على الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود بمدينة الرياض.

الحدود الزمانية: تم التطبيق في الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ١٤٣٨/١٤٣٧هـ الموافق ٢٠١٧/٢٠١٦.

مصطلحات الدراسة

الضغوط النفسية: هي مجموعة من المتغيرات والمثيرات التي قد تحدث سواء في البيئة الداخلية والخارجية قد تقود الفرد لعدم القدرة على التكيف مما تساهم في بعض الاختلال السلوكي بمقدار استمرار تلك الضغوط (Prakash, Prakash, Ravichandran, Susan & Alex, 2013).

وتعرف إجرائياً بأنها حالة من عدم التوازن الناجم عن تعرض الطالب الأصم لانفعالات نفسية تتسم بالقلق والتوتر والضيق والتفكير المرهق في

أحداث وخبرات حياتية تعرض لها في الماضي أو يعيشها حاضراً أو قد يخشى حدوثها مستقبلاً.

مفهوم الذات: مفهوم الذات تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتطورات والتقييمات الخاصة بالذات يبلور الفرد ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته، كذلك يتمثل مفهوم الذات بأنه الصورة الكاملة التي يكونها الطالب عن نفسه كشخص له كيانه الخاص من خلال إمكانياته وقدراته وحاجاته وخبراته (زهران، ٢٠٠٧).

وتعرف إجرائياً ضمن سياق الدراسة بأنه تصور وإدراك الطالب الأصم لنفسه بحيث يتكون هذا التصور والإدراك من خلال تفاعله مع البيئة المحيطة به التي تحتوي على مجموعة من المشاعر التي يستّدل عليها بواسطة سلوك ملحوظ وظاهر من الخبرات والأحداث عن (السلوك، المظهر الجسمي، السعادة والرضا، الوضع الفكري) حيث تحدده الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال الأداة المستخدمة.

الأصم: يشار للأصم من لديه نقص في حاسة السمع بشكل كبير تسبب في عدم مقدرته على استخدام حاسة السمع في كلتا الأذنين حتى مع استخدام المعينات السمعية (Smith, 2007).

ويعرف إجرائياً بأنه الطالب الذي يكون فقده السمعي ما يعادل درجة (٧٠) ديسبل وأكثر. حيث تعتبر لغة الإشارة العربية هي لغة التواصل المستخدمة في تدريس هذه الفئة.

الإطار النظري والدراسات السابقة

للأفراد الصم احتياجات ذات طابع خاص تتفق مع خصائصهم وتكون ذات أهمية لهم، لما لها من دور في إشباع احتياجاتهم المختلفة سواء كانت احتياجات أولية، احتياجات نفسية واجتماعية أو تعليمية وتأهيلية حيث تتمازج هذه الاحتياجات ولا يمكن فصل بعضها عن بعض حيث إنها تكون متداخلة

(Elaine, Ouellette & Kang, 2006). كما أن البيئة التعليمية تعتبر هامة جداً فيما يتعلق بإشباع مختلف احتياجات الطالب الأصم التي تعتبر أساساً مهماً في مواجهة احتياجاته النفسية وما يرتبط بها من ضغوط نفسية قد تؤثر على توافقه النفسي والاجتماعي. لذا سعت هذه الدراسة للوقوف على معرفة مستوى الضغوط النفسية وتأثيرها على مفهوم الذات لدى الطلاب الصم في المرحلة الجامعية. حيث يرتبط مفهوم الذات إلى حد كبير بالضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد، فحاجة الفرد لإيجاد ذاته تستثير حالة من الدافعية عند الفرد وتجعله يبحث عن الاستجابة المناسبة التي تساعده على تحقيق أهدافه (Van Gent, Goedhart & Treffers, 2011). ولذا سيتناول الجزء الثاني من الدراسة كل من الضغوط النفسية ومفهوم الذات بإسهاب.

الضغوط النفسية:

تمثل الضغوط التي يتعرض لها الإنسان في العصر الحديث ظاهرة جديرة بالاهتمام لما لها من تأثير على كثير من جوانب حياة الفرد والمجتمع رغم تعدد مصادرها وأسبابها. ولفهم أعمق للضغوط النفسية لابد من العودة إلى جذورها التاريخية، حيث تم اشتقاق مفردة Stress من الكلمة اللاتينية Stringer التي تتمثل في معنى الضيق والشدة والألم (Stora, 2007) وتصاحبها صفات مثل القلق والاكتئاب (Antia, Kreimeyer & Reed, 2010). حيث تتعدد استخدامات الضغوط النفسية وتوظيفها حسب المجال الذي تناقش فيه (الأحمدي، ٢٠٠٢)، لذا أصبح مفهوم الضغوط النفسية أكثر انتشاراً ومحط اهتمام الباحثين في العديد من المجالات سواء في التربية وعلم الاجتماع والإدارة والطب وغيرها مما أدى إلى تعدد الزوايا التي يتم منها تعريفها واستخدامها (عبد العظيم وعبد العظيم، ٢٠٠٦). فقد بدأ استخدام الضغوط من خلال أعمال سيلي (١٩٥٩) من خلال محاولته فهم هذه الظاهرة وتأثيرها على النفس البشرية من خلال تأثير الانفعالات بكل أنواعها على التوازن البيولوجي للعضوية، بالإضافة إلى ذلك اهتم لازاروس (٢٠٠٦) بصورة خاصة بالتقييم المعرفي للمواقف الضاغطة

التي يواجها الفرد، فيما ذهب كوهين وجاينيكي وميلر (Cohen, Janicki-Deverts & Miller, 2007) إلى أن أساس الضغوط النفسية تعود لاستجابات نفسية وانفعالية للجسم تجاه أي مطلب يتم إدراكه على أنه تهديد لرفاهية وسعادة الفرد. لذا ينتج الضغط النفسي عن عدم استطاعة وقدرة الفرد على التكيف مع المتغيرات من حوله (Levinger & Ronen, 2010)، وتؤدي للتوتر النفسي الذي يؤثر على سلوك الفرد (الزراد، ٢٠٠٠).

تأتي الضغوط النفسية كعامل مشترك تتأثر وتؤثر بين أنواع الضغوط الأخرى، كالضغوط الاجتماعية، والمهنية، والاقتصادية، والدراسية، والأسرية (كامل، ٢٠٠٤)، لذا تتعدد التصنيفات بتعدد النظريات المفسرة للضغوط، فقد قسم الباحثون الضغوط إلى عدة أنواع سواء من حيث الفترة الزمنية التي تستغرقها (مؤقتة أو مزمنة) (مخلوف، ٢٠٠٦؛ البكاي، ٢٠٠٥)، أو بسبب مصدر الضغوط (داخلية أو خارجية) (الغرير وأبو أسعد، ٢٠٠٩)، أو من حيث شمولها (خاصة أو عامة) (يوسف، ٢٠٠٧) وكذلك تتنوع الضغوط من حيث شدتها (بسيطة، متوسطة أو شديدة) (عبد العظيم وعبد العظيم، ٢٠٠٦). فتتنوع الضغوط بتنوع مناحي الحياة التي يعيشها الإنسان كالآتي:

- الضغوط المادية: وتفرضها تزايد الأزمات، وضعف الدخل، وقلة الموارد وارتفاع تكاليف المعيشة.

- الضغوط الأسرية: المتمثلة في الأساليب التربوية، والمشكلات السلوكية بين أفراد الأسرة، وتمثل ضغطاً على أفراد الأسرة بصفة خاصة ويصاحبها كثرة المجادلات، الطلاق، الانفصال، وشعور بالتوتر في الجو الأسري.

- الضغوط الاجتماعية: وهي عبارة عن التفاعل بين الفرد والمجتمع، فالفرد الذي يعيش بمعزل عن الآخرين كالأصم يتأثر مع ردة فعل المجتمع الذي نشأ فيه. بالإضافة، أن العادات، التقاليد، القيم والمعايير تمثل قوة اجتماعية هائلة تسبب ضغطا سواء على الفرد أو المجتمع (زهران، ٢٠٠٧).

- الضغوط الشخصية: وتنشأ داخل الفرد ذاته، كضغوط أسلوب الحياة المتبع والضغوط النفسية والجسمية والعصبية الناتجة عن تناول بعض العقاقير أو الأدوية الطبية.
- الضغوط النفسية: كالإحباطات والصراعات اللاشعورية، الشعور بالوحدة النفسية، نقص تقدير الأخرين.
- الضغوط الثقافية: وتتمثل في ضغوط التأقلم الثقافي خاصة لدى الصم بما يعرف بثنائي الثقافة، حيث إن ثقافة الأفراد الصم تختلف في أطباعها عن ثقافة الأفراد السامعين مما يسبب مزيد من الضغوط الثقافية (الريس، ٢٠٠٦).

النظريات المفسرة للضغط النفسي: بدأ علماء النفس تحديداً بملاحظة السلوك الفردي، ومن هذا المنطلق تقدمت بعض وجهات النظر الأساسية المفسرة لظاهرة تفاعل الإنسان مع الضغوط باعتبارها تمثل تهديداً لصحة الإنسان النفسية. حيث يرى فرويد مؤسس المدرسة التحليلية أن الإنسان عرضة للصراعات الداخلية، حيث يرى أن سلوكه مدفوع بدوافع لا شعورية، وأنه في حالة صراع دائم بين دوافع داخلية لا يقبلها المجتمع ومطالب ونواهي خارجية يفرضها المجتمع (الرشيدي، ٢٠٠٣). أما أصحاب النظرية المعرفية السلوكية فيرجعون حالة الضغط إلى افتقار الفرد لنموذج معرفي مناسب للموقف الخارجي الضاغط، فالضغط لا يتوقف عليه بقدر ما يتوقف على الاستجابة المعرفية وتوقعات الفرد له، حيث إن الضغوط تتمثل في الاعتماد على عملية التعلم كمنطلق من خلاله يتم معالجة معلومات المواقف المختلفة التي يتعرض لها الفرد والمثيرة للضغط، وتكون هذه المثيرات مرتبطة شرطياً مع مثيرات حيادية أثناء الأزمة أو مرتبطة بخبرة سابقة ويصنفها الفرد على أنها مخيفة ومقلقة (الطريري، ٢٠٠٧).

إن الضغط يظهر في مجموعة المصادر الخارجية والداخلية الضاغطة التي 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 (شقير، ٢٠٠٧). فقد تظهر مجموعة من الأنماط التي يمكن الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير ضغط تتمثل في: مرحلة الانذار التي تبدأ بالانتباه لوجود حدث ضاغط وهذا الانتباه يولد تغيرات فيزيولوجية، وهذه المرحلة هي مرحلة الانزعاج فتحدث الإثارة من خارج الجسم ويتحول بعدها الجسم لمواجهة الحدث الضاغط فيستدعي كل قواه الدفاعية لمواجهة الحدث الذي يتعرض له. وتأتي بعدها مرحلة المقاومة التي يتم فيها مقاومة الحدث الضاغط، فيستخدم الفرد مصادره لمواجهة الحدث أو التكيف معه وإذا نجحت المقاومة فإن الجسم يعود إلى حالته الطبيعية وإذا استمر الضغط لدى الفرد لمدة طويلة فستستمر المقاومة وتصبح طاقة الجسم على التكيف منهكة ومجهدة. وصولاً للمرحلة الثالثة وهي مرحلة الإجهاد التي تعقب المقاومة حيث يكون الإجهاد كبيرًا إذا كانت مرحلة المقاومة قد انتهت بنجاح، ولكن بعد أن استنفذت كل الطاقة الضرورية، أو يكون الإجهاد ضعيفاً لأن المقاومة كانت ناضجة، أما في حلات عدم نجاح مرحلة المقاومة للمثير الضاغط تنشأ أمراض التكيف والاضطرابات (عبيد، ٢٠٠٨).

كذلك تفسر نظرية النسق النظري لسبيلبرجر للضغط النفسي بأن الضغوط النفسية تلعب دوراً كبيراً في إثارة الاختلافات على مستوى الدوافع في ضوء إدراك الفرد لها؛ حيث تتمثل نظريته في ثلاثة أبعاد: (الضغط، القلق، التعلم). وفي ضوء هذه الأبعاد يحدد محتوى النظرية فيما يلي: (التعرف على طبيعة الضغوط، قياس مستوي القلق الناتج عن الضغوط في المواقف المختلفة، قياس الفروق الفردية في الميل إلى القلق، توفير السلوكيات المناسبة للتغلب على القلق الناتج عن الضغوط، تحديد مستوى الاستجابة) (الغرير وأبو أسعد، ٢٠٠٩). ولأن ظاهرة الضغوط ظاهرة معقدة في ذاتها ومتداخلة الأبعاد إلا أنه يمكن تعريفها من خلال ثلاثة اتجاهات: تعريف الضغوط على اعتبار أنها حدث "مثير" خارجي يمر به الفرد، أو تعريف الضغوط على أساس إدراك الفرد للحدث، أو تعريف الضغوط على اعتبار الاستجابة للحدث (السعيد، ٢٠١٦).

مفهوم الذات:

يمثل مفهوم الذات أهمية في حياة الفرد، فهو الذي يوجه أفعال الفرد في المواقف المختلفة إلى القرارات والطرق التي يسلكها، وينمو مفهوم الذات من خلال الخبرات التي يكتسبها الفرد في تفاعله مع المحيط الاجتماعي، فالفرد يؤثر في الآخرين ويتأثر بهم، وبمقدار هذا التأثير ونوعه تتشكل ذاته، وأن صورة الفرد عن ذاته لها أثر كبير وأهمية بالغة في مستقبل حياته وذلك لما تعكسه في تصور ورؤية للفرد عن ذاته، وتحدد توقعاتنا من أنفسنا ومن الآخرين، بالإضافة إلى ذلك فإن مفهوم الذات يعمل على تحقيق الاتساق بين أفعال الفرد ونظرته إلى نفسه سلبية كانت أم إيجابية. وتعرف الذات بأنها المحور الرئيسي في الشخصية وأن لها أهمية كبرى في تحديد سلوك الفرد ودرجة تكيفه. وتعد الذات نتاجاً للتفاعل الاجتماعي بين الفرد والآخرين الإيجابية أو السلبية لها دور كبير في تحديد مفهوم الذات لدى الفرد (رشدي، ٢٠٠٩). في السنوات الأخيرة أخذ يحتل مفهوم الذات موقعاً هاماً في الأبحاث والدراسات النفسية التربوية الحديثة بوصفه بعداً هاماً من أبعاد الشخصية، إذ تم تناوله من وجهات نظر متعددة كمتغير مرتبط بمتغيرات أخرى على جانب من الأهمية لبرامج الرعاية التي تقدم للطلاب التي يجب أن تبنى على أساس نظرة تكاملية وشمولية لجميع المتغيرات والمحددات المعرفية والدافعية والبيئية للطالب في المجال التربوي (العمرية، ٢٠٠٥).

يشتمل مفهوم الذات على منظومة معقّدة من العمليات الجسدية والنفسية المميزة للفرد وتأتي في خمس جوانب أساسية هي: الأول: الذات الجسدية وتتضمن الجسد وفعالياته البيولوجية، الثاني: الذات العملية متمثلة في الأفكار والمشاعر والسلوك، الثالث: الذات الاجتماعية وتشير إلى الصورة التي يعتقد الفرد أن الآخرين يرونه عليها، الرابع: مفهوم الذات الذي يتكون في الصورة التي لدى المرء عن ذاته، وأخيراً الجانب الخامس: الذات المثالية وهي تشير إلى ما يطمح أن يكون عليه الفرد (McGee & Williams, 2000). يتضح أن

مفهوم الذات متعدد الأوجه والجوانب وليس أحادي الجانب، فالفرد يصنف خبراته إلى مجالات مثل الوضع المدرسي أو العملي، والتقبل الاجتماعي، والقدرة العقلية أو الذكاء العام. كذلك يعرف مفهوم الذات بأن له شكل هرمي قاعدته الخبرات التي يمر بها الفرد في مواقف خاصة وقمته مفهوم الذات العام للفرد (الظاهر، ٢٠١٠). بالإضافة نجد أن مفهوم الذات تقييمي، أي أنه ذو طبيعة تقييمية ووصفية، فيعطي الفرد تقييما لذاته في كل موقف من مواقف حياته فهو لا يقتصر على وصف ذاته فحسب، وإنما يقيم ذاته في المواقف التي يمر بها، وقد تصدر التقييمات لذاته بالإشارة إلى معايير مطلقة كالمقارنة مع المثالية، أو يعدد تقييماته بالإشارة إلى معايير نسبية كالمقارنة مع الزملاء، أو الإشارة إلى تقييمات مدركة قام بها آخرون، وتختلف أهمية ودرجة البعد التقييمي تبعا لاختلاف الأفراد والمواقف أيضاً.

مفهوم الذات لدى الصم:

تؤكد معظم الدراسات على أن مفهوم الذات يتشكل لدى الأفراد منذ الطفولة، وعبر مراحل النمو المختلفة، حيث يكتسب الفرد وبصورة تدريجية فكرته عن نفسه، ويكون ذلك بفعل عوامل التنشئة الاجتماعية، والتفاعل الاجتماعي (عبد اللطيف، ٢٠٠٢). والأفراد الصم قد يعانون من بعض الاحباطات التي قد تنعكس سلباً على مفاهيمهم عن ذواتهم، ونظرتهم لأهميتهم ودورهم في الحياة. حيث أشارت بعض الدراسات التي تمت حول مفهوم الذات أن الأفراد من ذوي الإعاقة أقل تقبلاً لذواتهم، وأن مفهوم الذات لديهم منخفض مقارنة مع الأفراد العاديين (Nario-Redmond, Noel & Fern, 2013)، ويعاني الأفراد الصم بالتحديد من تدني مفهوم الذات ويكون ذلك ناتجاً عن اعتقادهم أن الأشخاص الآخرين لهم مشاعر وأفكار سلبية ضدهم (Dugan, 2003). كما أن مفهوم الذات لدى الأصم ينمو وفق نوع المعاملة التي يتلقاها من والديه وأفراد أسرته، فعندما يشعر الشخص الأصم بالرفض وعدم تقبل الآخرين له، أو عندما يمر بخبرة تقيد حريته وتحرمه من فرص التعبير عن مشاعره، أو

تحول بينه وبين مقابلة متطلبات البيئة، فإنه يميل إلى العزلة (شيخاني، ٢٠٠٣). حيث تساهم توقعات المجتمع المتدنية لدور الأصم وتنعكس بدورها على صورة الذات لديه، فينخفض تقييمه لذاته ويجعله عرضه لمشاعر النقص والدونية والانسحاب، لذا يتأثر مفهوم الذات بشكل كبير لدى الشخص الأصم بتقييمات الآخرين له، خصوصاً المقربين له من خلال عمليات التفاعل الاجتماعي معهم (رشدي، ٢٠٠٩).

ومن خلال الاطلاع على الدراسات ذات العلاقة بالضغوط النفسية نجد أن معظم الضغوط تكون ناجمة عن الضغوط المرتبطة بالأسرة، وأن أكثر الاستراتيجيات المستخدمة في مواجهة الضغوط كانت متمثلة بالدعم العائلي والاجتماعي، والاعتماد على الذات (Boss, Bryant & Mancini, 2016)، كذلك تأخذ المشاكل العائلية نصيباً كبيراً من الضغوط النفسية خصوصاً لدى الإناث (طه، ٢٠١٣). بالإضافة للضغوط الأسرية، تأتي الضغوط الدراسية كمصدر رئيسي للضغوط، وتتزايد في المرحلة الجامعية بشكل ملاحظ، وتكون ناجمة عن صعوبة المقررات وكثرة البحوث (مقداد والمطوع، ٢٠١٤). ففي دراسة وارين وهاسنتاب (Warren & Hasentab, 1986)، التي هدفت لقياس مفهوم الذات لدى الأفراد الصم، أشارت النتائج لوجود فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسط درجات مفهوم الذات لدى الطلاب الصم والسامعين خصوصاً بما يتعلق باتجاهات الوالدين. كذلك دائماً ما تتثمل الاتجاهات الوالدية تجاه أبنائهم الصم في الحماية الزائدة أو القسوة والإهمال والتسلط (السعيد، ٢٠١٦).

بشكل عام تشير معظم الدراسات بوجود انخفاض في مفهوم الذات لدى الصم، ففي دراسة الفايز (٢٠١٠) التي تمت على (٩٦) من المراهقين من ذوي الظروف الخاصة والمشمولين بالرعاية والموجودين في المؤسسات الإيوائية، استخلصت نتائجها وجود علاقة عكسية بين مفهوم الـذات وضعف السمع. كذلك كشفت دراسة جامبر وايليويت (Jambor & Elliott, 2005) بأن هناك ارتباطاً وثيقاً بين درجة الفقدان السمعي وبين مفهوم الذات لدى الأفراد الصم.

وفي نفس السياق أشارت دراسة هنترماير (Hintermair, 2008) التي تمت على (٦٢٩) أصم، استخلصت نتائجها وجود علاقة بين مفهوم الذات والصمم بين مجتمع الدراسة، كذلك أسهمت دراسة عبدالنبي (٢٠٠٠) في توضيح فائدة برنامج العلاج الأسري في تحسين مفهوم الذات لدى الأفراد الصم، حيث تعقبت الدراسة أثر استخدام برنامج العلاج الأسري على مجموعة من الصم، وانتهت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج العلاجي مما يشير لوجود مشكلة في مفهوم الذات تحتاج للتدخل السريع وإيجاد برامج علاجية.

يتضح أن هناك تداخلا كبيرً بين الدراسات فيما يتعلق بالضغوط النفسية على الأصم، وكذلك أثر هذه الضغوط وأبعادها على حياة الأصم. كم تبين في بعض الدراسات أن من أهم المتغيرات هي البيئة التعليمية التي تعتبر حجر الزاوية في زيادة أو تقليل حجم الضغوط النفسية وعلاقتها القوية بمفهوم الذات لدى الطالب الأصم. فقد أشارت دراسة روزنباركر (Rosenbarker, 2015) بأن البيئة التعليمية متغير هام لمفهوم الذات، حيث استخلصت نتائج دراسته بأن الأفراد الصم في المدارس المركزية لديهم مفهوم ذات موجب بالمقارنة لأقرانهم الصم في المدارس المحلية. وفي نفس السياق، هدفت دراسة فإن جرب (van Gurp, 2001) لمعرفة أثر البيئات التعليمية المختلفة (العزل/ الدمج) على مفهوم الذات لدى (٩١) طالب أصم، فقد أوضحت نتائج الدراسة أن الطلاب الصم الذين تم دمجهم مع الطلاب السامعين يتمتعون بمفهوم ذات أعلى. وفي دراسة الحربي (٢٠٠٣) التي تمت على (٨١) طالب أصم في معاهد وبرامج الدمج بمدينة الرياض وكانت أعمار العينة (١٣-١٩ سنة)، أفادت نتائج الدراسة بأن البيئة التعليمية تلعب دوراً هاما ومتغيراً أساسياً في بعض السلوكيات مثل السلوك العدواني. وبالنظر للخدمات التي تقدمها جامعة الملك سعود للطلاب الصم من خلال مجموعة من الخدمات النفسية والاجتماعية التي تسهم في تعزيز مفهوم الذات بين الأفراد الصم في السنة التحضيرية مما يؤدي للنمو النفسي المتزن خصوصاً في الفترة الجامعية.

منهج الدراسة وتصميمها

تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي الذي يقوم على وصف الظاهرة وفهمها بشكل أعمق، باستقراء التفسيرات من خلال المعلومات التي تم جمعها حول الظاهرة المراد دراستها ومعرفة الأسباب التي تكون خلف الظاهرة، وكذلك العوامل التي تتحكم في الظاهرة (العساف، ٢٠٠٦)، وذلك بواسطة أداة قام الباحثان بتصميمها لجمع المعلومات.

أولاً - مجتمع الدراسة وعينته:

تم تطبيق مقياس الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى الطلاب الصم على جميع الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود وعددهم (٨) طلاب خلال الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي (١٤٣٧-١٤٣٨هـ الموافق ٢٠١٦-٢٠١٧م)، بعد ما تم أخذ أذن بتطبيق المقياس عليهم من الجامعة والجهات المعنية وبياناتها في الجدول رقم (١).

أولاً: المعلومات الديموغرافية، ويظهرها جدول رقم (١).

جدول رقم (١)

المعلومات الديمغرافية لعينة الدراسة

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة
الدخل الشهري للأسرة	أقل من ٥ آلاف ريال	٤	٥٠٪
	من ٥ آلاف لأقل من ١٠ آلاف ريال	١	١٢,٥٪
	من١٠ آلاف لأقل من ١٥ ألف ريال	٢	٢٥٪
	١٥ ألف ريال فأكثر	١	١٢,٥٪
مكان الإقامة	مدينة	٦	٧٥٪
	قرية	١	١٢,٥٪
	هجرة	١	١٢,٥٪
وظيفة الأب	قطاع عام	٣	٣٧,٥٪
	قطاع عسكري	٤	٥٠٪
	قطاع خاص	١	١٢,٥٪

تابع/ جدول رقم (١)

المعلومات الديمغرافية لعينة الدراسة

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة
جهة الميلاد	المنطقة الوسطى	٣	٣٧,٥٪
	المنطقة الشرقية	٤	٥٠٪
	خارج المملكة	١	١٢,٥٪
درجة الإعاقة	خفيفة إلى متوسطة	١	١٢,٥٪
	ضعف سمعي شديد	٦	٧٥٪
	صم كلي	١	١٢,٥٪

ثانياً - أدوات الدراسة:

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة المرتبطة بالضغوط النفسية مثل دراسة أبو سريع ورمضان (٢٠١٥)، ومقداد والمطوع (٢٠١٤)، طه (٢٠١٣)، عويس (٢٠١٢)، وكذلك الدراسات السابقة ذات العلاقة بمفهوم الذات مثل دراسة الحربي (٢٠٠٣)، وعبد النبي (٢٠٠٠). وكذلك مقياس (تنسي) لمفهوم الذات في صورته العربية (علاوي وشمعون، ٢٠٠٣). حيث اشتملت أدوات الدراسة على التالي:

أداة الدراسة الأولى: مقياس الضغوط النفسية لدى الطلاب الصم (٢٠ فقرة) الذي تم إعداده لهذه الدراسة. حيث تقيس هذه الأداة مدى الضغوط النفسية التي تؤثر على الفرد الأصم سواء كانت تتسم بالقلق والتوتر والضيق والتفكير المرهق في أحداث وخبرات حياتية تعرض لها في الماضي أو يعيشها حاضراً أو يخشى حدوثها مستقبلاً.

أداة الدراسة الثانية: مفهوم الذات لدى الطلاب الصم (٢٠ فقرة) ويتمحور حول مدى تصور وإدراك الطالب الأصم لنفسه؛ بحيث يتكون هذا التصور والإدراك من خلال تفاعله مع البيئة المحيطة به التي تحتوي على مجموعة من المشاعر، حيث تم توزيع العبارات على خمسة أبعاد رئيسية يُمثِّل كل منها مصدراً من أبعاد مفهوم الذات:

١ - الذات الجسمية (Physical) وهي تعطي رأي الفرد عن مظهره الخارجي.

٢ - الرضا عن الذات (Self-Satisfaction) وهذا البعد يعكس مدى تقبل الفرد لذاته.

٣ - الذات الواقعية أو الهوية (Identity) وهي تعني وصف الفرد لنفسه كما يراها هو.

٤ - الذات المعنوية والخُلقية (Moral-Ethical) وهي تشمل مجموعة من القيم والأخلاقيات.

٥ - الذات الشخصية (Personal) وهي تبين شعور الفرد بقيمته كشخص وتقييمه لشخصيته وشعوره بالكفاية.

الخصائص السيكومترية للأداة: فيما يتعلق بصدق الأداة من خلال التحقق من صدق المحتوى، حيث أُخضع المقياس إلى اجراءات التحكيم، فقد تم عرض المقياس على (٩) محكمين من ذوي الاختصاص في مجال التربية الخاصة وعلم النفس ومناهج البحث وذلك من أجل الحصول على آرائهم حول ملاءمة الفقرات تحت الأبعاد التي تنتمي إليها، وتم التعديل بناءً على ملاحظات ومقترحات المحكمين.

أما فيما يتعلق بثبات الأداة فقد تم استخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ (Alpha Cronbach) لكلتا الأداتين، حيث بلغ معامل ألفا (للأداة الأولى) مقياس الضغوط النفسية (٠,٩١٢)، فيما بلغ معامل ألفا (للأداة الثانية) مقياس مفهوم الذات (٠.٨٦١)، مما يدل على توافر شرط الثبات بدرجة عالية.

طريقة تصحيح المقياس: فيما يتعلق بالأداة الأولى (الضغوط النفسية) تم تحديد اختيارات تتراوح ما بين (١-٥)، وهذه الاختيارات هي: لا يحدث مطلقاً (١)، يحدث نادراً (٢)، يحدث قليلاً (٣)، يحدث كثيراً (٤)، يحدث دائماً (٥). حيث يشير تقدير (١) إلى انخفاض الضغوط النفسية إلى أدنى مستوياتها، بينما يشير تقدير (٥) إلى ارتفاع مستوى الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطالب الأصم. وبناءً على ذلك يمكن استخراج الدرجة الكلية التي

حصل عليها الطالب بجمع الدرجات التي تمثل مستويات الضغط على فقرات المحور، ويمكن أن تمتد الدرجة الكلية على المقياس بأكمله ما بين (٢٠-١٠٠).

جدول رقم (٢)

ميزان التصحيح للأداتين ومدلولاته

الأداة الأولى	الضغوط النفسية	
الفئة	الدرجة من - إلى	مستوى الضغوط النفسية
الأول	٢٠ لأقل من ٤٠	خالٍ من الضغوط النفسية
الثاني	٤٠ لأقل من ٦٠	ضغوط نفسية بسيطة
الثالث	٦٠ لأقل من ٨٠	ضغوط نفسية شديدة
الرابع	٨٠-١٠٠	ضغوط نفسية شديدة جداً (حادة)

الأداة الثانية	مفهوم الذات		
الفئة	الدرجة من - إلى		مستوى مفهوم الذات
	نتيجة كل بعد على حدة	إجمالي مجموع أبعاد مفهوم الذات	
الأول	٤ -٧	٢٠ لأقل من ٤٠	لديه مشكلة
الثاني	٨ -١١	٤٠ لأقل من ٦٠	غير راضي عن ذاته
الثالث	١٢ -١٥	٦٠ لأقل من ٨٠	راضي عن ذاته
الرابع	١٦- ٢٠	٨٠-١٠٠	راضي تماماً عن ذاته

فيما يتعلق بالأداة الثانية (مفهوم الذات) فلقد تم تحديد اختيارات تتراوح ما بين (١-٥)، وهذه الاختيارات هي: لا أوافق تماماً (١)، لا أوافق (٢)، محايد (٣)، أوافق (٤)، أوافق تماماً (٥)، حيث يشير تقدير (١) إلى انخفاض مفهوم الذات إلى أدنى مستوياتها، بينما يشير تقدير (٥) إلى ارتفاع مستوى

مفهوم الذات التي يشعر بها الطالب الأصم. وبذلك يمكن استخراج الدرجة الكلية التي حصل عليها الطالب الأصم بجمع الدرجات التي تمثل مستويات مفهوم الذات على فقرات المحور، ويمكن أن تمتد الدرجة الكلية على المقياس بأكمله ما بين (٢٠-١٠٠). جدول رقم (٢) يظهر الدرجات وتفسيرها.

المعالجة الإحصائية

تم استخدام الأساليب الإحصائية الملائمة لتحليل البيانات وهي الاحصاء اللابارامتري (لصغر حجم العينة) بغرض الإجابة على أسئلة الدراسة ومن ثم تفسيرها ومناقشتها علمياً، وتم ذلك من خلال استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية والنفسية (SPSS). حيث تم استخدام:

- معامل ألفا كرونباخ (Alpha Cronbach) لحساب ثبات الأداة المستخدمة.
- معامل ارتباط سبيرمان Spearman بمعامل ارتباط الرتب، وتعد حالة خاصة من معامل ارتباط بيرسون وتستخدم في حساب معامل الارتباط بين متغيرين في حالة القياس الترتيبي، وحجم العينة الصغير.
- كذلك تم استخدام اختبار كروسكال-واليس (Kruskal-Wallis Test) لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات الصغيرة المستقلة (أكثر من مجموعتين).

عرض النتائج ومناقشتها

السؤال الأول: للإجابة عن السؤال الأول والمتعلق بأثر العلاقة بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود. فقد تم استخدام معامل ارتباط سبيرمان Spearman لمعامل ارتباط الرتب، وتعد حالة خاصة من معامل ارتباط بيرسون حيث تستخدم في حساب معامل الارتباط بين متغيرين في حالة القياس الترتيبي عندما تكون حجم العينة صغيرة، ويشير جدول رقم (٣) لقيم معاملات ارتباط سبيرمان بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات وأبعاده الخمسة.

جدول رقم (٣)

قيم معاملات ارتباط سبيرمان Spearman بين "الضغوط النفسية" و"مفهوم الذات وأبعاده"

مصفوفة الارتباط بين مقياس الضغوط النفسية ومفهوم الذات وأبعاده	مقياس الضغوط النفسية	مفهوم الذات وأبعاده					
		مفهوم الذات	الذات الجسمية	الرضا عن الذات	الذات الواقعية أو الهوية	الذات المعنوية الخلقية	الذات الشخصية
مقياس الضغوط النفسية	١	٠,٢٣١-	٠,٩٢❖	٠,٢٥	٠,٠٣٩	٠,٠٤١	٠,٢٤٥
مفهوم الذات		١	٠,١٥٤	٠,٢٤١-	٠,٥٦٦	٠,١٩٦	٠,٢٦٤
الذات الجسمية			١	٠,٣٧٥-	٠,٠٣٩	٠,٠٤١	٠,٤٣١-
الرضا عن الذات				١	٠,٣٢٧-	٠,٤٢٦-	٠,٣٢٧
الذات الواقعية أو الهوية					١	٠,٠٠١	٠,٣٠٨
الذات المعنوية الخلقية						١	٠,٣٦٠-
الذات الشخصية							١

❖ دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥).

يتضح من نتائج الجدول السابق وجود علاقة ارتباط طردية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية وبعد الذات الجسمية فقط من أبعاد مفهوم الذات بمعامل ارتباط (٠,٩٢❖) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يعني أنه كلما زاد شعور الطالب الأصم بإعاقته الجسمية زادت الضغوط النفسية لديه. كذلك تشير النتائج بأنه لا توجد علاقة ارتباط ذات دالة إحصائية بين مقياس الضغوط النفسية وبين مقياس مفهوم الذات في أبعاده الأربعة التالية: (الرضا عن الذات، الذات الواقعية أو الهوية، الذات المعنوية الخلقية، الذات الشخصية)، إذ تراوحت معاملات ارتباط سبيرمان Spearman بين (٠,٠٠١) و (٠,٥٦٦) وجميعها غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

فيما يتعلق **بالسؤال الثاني** المتعلق بمصادر الضغوط النفسية لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية وتعزى للمتغيرات التالية (دخل الأسرة، وظيفة الأب، مكان الميلاد). تم استخدام اختبار كروسكال-واليس (Kruskal-Wallis Test) الذي يعتبر من الاختبارات غير المعلمية، وهو مشابه لاختبار تحليل التباين الأحادي، حيث يتم استخدامه حين يتخلف شرط من شروط تحليل التباين الأحادي مثل شرط قلة عدد العينة أو شرط تجانس التباين فإنه يمكن اللجوء إلى اختبار كروسكال ووالس لتوضيح دلالة الفروق في إجابات عينة الدراسة للضغوط النفسية طبقاً لاختلاف دخل الأسرة، وظيفة الأب، جهة الميلاد. حيث كان متوسط مقياس الضغوط النفسية لمجموع عينة الدراسة (٤٧,٢٥) ويمثل ضغوطاً نفسية بسيطة وانحراف معياري (٢,١٠٤) ليسجل (٢٦) درجة كأقل قيمة و(٦٩) درجة لأعلى قيمة، أي يتباين أفراد عينة الدراسة في ضغوطهم النفسية بين خالٍ من الضغوط النفسية، وضغوط نفسية شديدة. وجاءت النتائج كما يوضحها جدول رقم (٤) بالنسبة لمتغير دخل الأسرة.

جدول رقم (٤)

نتائج تحليل التباين الأحادي (Kruskal-Wallis) المتعلق بالضغوط النفسية لمتغير دخل الأسرة

البُعد	درجة الحرية	كا٢	قيمة الدلالة	الدلالة الإحصائية
مقياس الضغوط النفسية	٣	٢,٩٧٥	٠,٣٩٥	غير دالة

يتضح من النتائج الموضحة أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في مقياس الضغوط النفسية تبعاً لاختلاف متغير دخل الأسرة (أقل من ٥ آلاف ريال/ من ٥ ألاف لأقل من ١٠ ألاف ريال/ من١٠ألاف لأقل من١٥ ألاف ريال/ ١٥ آلاف ريال فأكثر) للمشاركين من عينة الدراسة. وفيما يتعلق بمستوى الضغوط النفسية الذي قد يعزى لمتغير وظيفة الأب، فيشير جدول رقم (٥) للنتائج التالية.

جدول رقم (٥)

نتائج تحليل التباين الأحادي (Kruskal-Wallis) المتعلق بالضغوط النفسية لمتغير وظيفة الأب

البُعد	درجة الحرية	كا٢	قيمة الدلالة	الدلالة الإحصائية
مقياس الضغوط النفسية	٢	٢,٣١٩	٠,٣١٤	غير دالة

يتضح من النتائج الموضحة أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في مقياس الضغوط النفسية تبعاً لاختلاف متغير وظيفة الأب (قطاع عام/ قطاع عسكري/ قطاع خاص) للمشاركين من عينة الدراسة > أما فيما يتعلق لمتغير مكان الميلاد، فجدول رقم (٦) يشير للنتائج.

جدول رقم (٦)

نتائج تحليل التباين الأحادي (Kruskal-Wallis) المتعلق بالضغوط النفسية لمتغير مكان الميلاد

البُعد	درجة الحرية	كا٢	قيمة الدلالة	الدلالة الإحصائية
مقياس الضغوط النفسية	٢	١,٨٥٢	٠,٣٩٦	غير دالة

حيث يتضح من النتائج في جدول رقم (٦) الموضحة أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في مقياس الضغوط النفسية وفقاً لاختلاف متغير مكان الميلاد (المنطقة الوسطى/ المنطقة الشرقية/ خارج المملكة) للمشاركين من عينة الدراسة.

أما فيما **بالسؤال الثالث** المتعلق بمصادر انخفاض مستوى مفهوم الذات وأبعاده لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية والتي تعزى للمتغيرات التالية (دخل الأسرة، وظيفة الأب، مكان الميلاد). فقد تم الإجابة عليه من خلال استخدام كروسكال-واليس (Kruskal-Wallis Test) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات عينة الدراسة لمقياس مفهوم الذات وابعاده (الذات الجسمية، الرضا

عن الذات، الذات الواقعية أو الهوية، الذات المعنوية الخلقية، الذات الشخصية) طبقاً إلى اختلاف دخل الأسرة، وظيفة الأب، مكان الميلاد. فكان متوسط إجمالي مقياس مفهوم الذات لمجموع عينة الدراسة (٦٩,٦٣) ويمثل رضا الطالب عن ذاته، وانحراف معياري (٢,٢٤١) ليسجل (٦٥) درجة كأقل قيمة و(٧٨) درجة لأعلى قيمة، أي يتباين أفراد عينة الدراسة في رضائهم عن ذواتهم. حيث يشير جدول رقم (٧) لدرجات المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل بعد من أبعاد مفهوم الذات الخمسة.

جدول رقم (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمفهوم الذات وأبعاده لعينة الدراسة

مفهوم الذات وأبعاده	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة من - إلى	مستوى مفهوم الذات
الذات الجسمية	١٦,٨٨	٢,١٦٧	١٤-٢٠	راضي تماماً عن ذاتي
الرضا عن الذات	١٣,٨٨	١,١٢٦	١٢-١٥	راضي عن ذاتي
الذات الواقعية أو الهوية	١٢,٧٥	٢,٦٠٥	١٠-١٨	راضي عن ذاتي
الذات المعنوية والخُلقية	١١,٧٥	٢,٢٥٢	٩-١٦	راضي عن ذاتي
الذات الشخصية	١٤,٣٨	٢,٠٦٦	١٢-١٨	راضي عن ذاتي
إجمالي مفهوم الذات	٦٩,٦٣	٢,٢٤١	٦٥-٧٨	راضي عن ذاتي

فمن خلال الجدول يتضح أن رضا عينة الدراسة عن مفهومهم لذواتهم الجسمية (المظاهر البدنية ومهاراته وحالته الصحية) بأعلى متوسط بين أبعاد مفهوم الذات لدى الطلاب الصم بمتوسط (١٦,٨٨) وذلك قد يعود لما توفره جامعة الملك سعود لطلابها الصم من إمكانيات ومواد تكفل لهم الشعور بذلك الرضا. فيما يتعلق بالرضا عن الذات فقد حصلت على متوسط حسابي (١٣,٨٨).

أما البعد المتعلق بالذات الواقعية والمتعلقة بالهوية فكان المتوسط الحسابي (١٢,٧٥) والذي يعني رضاهم عن ثقافتهم كصم، فيما يتعلق بالذات المعنوية والخُلقية جاءت بأقل متوسط حسابي (١١,٧٥)، أخيراً جاءت الذات الشخصية

بمتوسط (١٤,٣٨) وهو يعني الرضا عن ذواتهم الشخصية. فيما يتعلق بالمتغيرات المرتبطة بمفهوم الذات وهي (دخل الأسرة، وظيفة الأب، مكان الميلاد). حيث يشير جدول رقم (٨) لتحليل التباين الأحادي المتعلق بمتغير دخل الأسرة.

جدول رقم (٨)

تحليل التباين الأحادي (Kruskal-Wallis) المتعلق بمفهوم الذات لمتغير دخل الأسرة

البعد		الدخل الشهري بالألف ريال				كا٢	قيمة الدلالة	الدلالة الإحصائية
		أقل من ٥ آلاف ريال	٥ لأقل من ١٠	١٠ لأقل من ١٥	١٥ ألف فأكثر			
	التكرار	٤	١	٢	١			
الذات الجسمية		٣,٥٠	٥,٥٠	٤,٥٠	٧,٥٠	٢,٤٢٠	٠,٤٩٠	غير دالة
الرضا عن الذات		٥,٢٥	١,٠٠	٥,٧٥	٢,٥٠	٣,٨٨١	٠,٢٧٥	غير دالة
الذات الواقعية/ الهوية		٣,٧٥	٦,٠٠	٣,٥٠	٨,٠٠	٣,٢٠١	٠,٣٦٢	غير دالة
الذات المعنوية/ الخُلقية		٣,٢٥	٧,٠٠	٦,٥٠	٣,٠٠	٤,٠٣٢	٠,٢٥٨	غير دالة
الذات الشخصية		٥,١٣	١,٥٠	٣,٥٠	٧,٠٠	٣,٢١٢	٠,٣٦٠	غير دالة
إجمالي مفهوم الذات		٣,٥٠	٣,٠٠	٥,٥٠	٨,٠٠	٣,٤٥٨	٠,٣٢٦	غير دالة

كما يتضح من النتائج الموضحة أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في مقياس مفهوم الذات وأبعاده الخمسة. وفقاً لاختلاف متغير دخل الأسرة لعينة الدراسة. بالرغم من أن نصف مجتمع الدراسة (٥٠٪) منهم الدخل الشهري لأسرتهم (أقل من ٥ آلاف ريال) فلم تظهر دلالة احصائية على إجمالي مقياس مفهوم الذات لديهم ولا حتى على أبعاد مفهوم الذات المطبقة بالمقياس.

أما فيما يتعلق بالفروق في مفهوم الذات وأبعاده التي قد تعزى لمتغير وظيفة الأب، فيشير جدول رقم (٩) للنتائج.

جدول رقم (٩)

تحليل التباين الأحادي (Kruskal-Wallis) المتعلق بمفهوم الذات لمتغير وظيفة الأب

البعد		وظيفة ولى الأمر			كا٢	قيمة الدلالة	الدلالة الإحصائية
		قطاع عام	قطاع عسكري	قطاع خاص			
	التكرار	٣	٤	١			
الذات الجسمية		٣,٦٧	٤,٣٨	٧,٥٠	٣,١٦٩	٠,٢٠٥	غير دالة
الرضا عن الذات		٥,٠٠	٤,٦٣	٢,٥٠	٥,١٤٢	٠,٠٣٦	دالة❖
الذات الواقعية/الهوية		٣,٨٣	٥,٥٠	٢,٥٠	٢,٤٩٠	٠,٢٨٨	غير دالة
الذات المعنوية/الخُلقية		٣,٣٣	٥,٢٥	٥,٠٠	٢,٩٣٩	٠,٢٣٠	غير دالة
الذات الشخصية		٤,١٧	٥,٥٠	١,٥٠	٢,١٤٨	٠,٣٤٢	غير دالة
إجمالي مفهوم الذات		٢,٠٠	٦,٥٠	٤,٠٠	٢,٣٨٦	٠,٣٠٣	غير دالة

❖ دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) لصالح وظيفة الأب بالقطاع العسكري.

حيث يتضح من النتائج الموضحة أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في مقياس مفهوم الذات بأبعاده الخمسة، عدا البعد المتعلق بالرضا عن الذات فيما يتعلق بمتغير وظيفة الأب (قطاع عام/ قطاع عسكري/ قطاع خاص) لصالح القطاع العسكري.

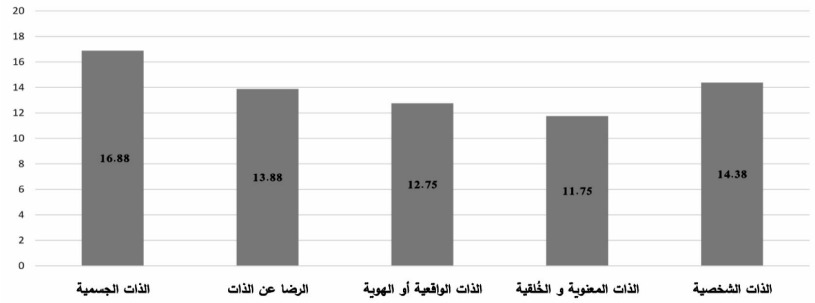
أما بما يتعلق بالفروق في مفهوم الذات وأبعاده التي قد تعزى لمتغير مكان الميلاد، حيث يتضح من النتائج الموضحة في جدول رقم (١٠) أسفل بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في ابعاد مقياس مفهوم الذات الخمسة (الذات الجسمية، الرضا عن الذات، الذات الواقعية أو الهوية، الذات المعنوية والخُلقية، الذات الشخصية) وفقاً لمتغير مكان الميلاد (المنطقة الوسطى/ المنطقة الشرقية/ خارج المملكة). لكن يتضح من النتائج الموضحة بالأسفل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في إجمالي (مقياس مفهوم الذات) وفقاً لمتغير مكان الميلاد وذلك لصالح مواليد المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية.

جدول رقم (١٠)

تحليل التباين الأحادي (Kruskal-Wallis) المتعلق بمفهوم الذات لمتغير مكان الميلاد

البعد		وظيفة ولى الأمر			كا٢	قيمة الدلالة	الدلالة الإحصائية
		المنطقة الوسطى	المنطقة الشرقية	خارج المملكة			
	التكرار	٣	٤	١			
الذات الجسمية		٢,٨٣	٦,٠٠	٣,٥٠	١,٩٢٦	٠,٣٨٢	غير دالة
الرضا عن الذات		٦,١٧	٢,٦٣	٧,٠٠	٠,٨٦٤	٠,٦٤٩	غير دالة
الذات الواقعية/الهوية		٥,٣٣	٤,٧٥	١,٠٠	١,٥٩٣	٠,٤٥١	غير دالة
الذات المعنوية/ الخُلقية		٣,٨٣	٥,٧٥	١,٥٠	١,١٦٧	٠,٥٥٨	غير دالة
الذات الشخصية		٥,٨٣	٣,٢٥	٥,٥٠	٢,٢٧٦	٠,٣٢٠	غير دالة
إجمالي مفهوم الذات		**٤,٨٣**	**٥,١٣**	**١,٠٠**	**٥,٩٠٤**	**٠,٠٤٢**	**دالة❖**

❖ دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) لصالح مواليد المنطقة الشرقية.



شكل رقم (١): المتوسطات الحسابية لكل بعد من أبعاد مقياس مفهوم الذات

الاستنتاجات

نستخلص من النتائج عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مقياس الضغوط النفسية؛ وبين مقياس مفهوم الذات وأبعاده الأربعة التالية: (الرضا عن الذات، الذات الواقعية أو الهوية، الذات المعنوية والخُلقية، الذات

الشخصية)، حيث تراوحت معاملات ارتباط سبيرمان Spearman بين (٠,١٠٠) و (٠,٥٦٦) وجميعها غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥). لكن يوجد علاقة ارتباط طردي موجب بين الضغوط النفسية وبعد واحد فقط من أبعاد مفهوم الذات؛ وهو بعد الذات الجسمية بمعامل ارتباط (٠,٩٢*) وهو معامل ارتباط قوي يدل على العلاقة بين الذات الجسمية والضغوط النفسية. فيما يتعلق بمفهوم الذات وأبعاده الخمسة، فيشير شكل رقم (١) للمتوسط الحسابي لكل بعد، كذلك كشفت الدراسة العلاقة بين متغير المكان ومستوى مفهوم الذات، حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الصم في المنطقة الوسطى والمنطقة الشرقية وخارج المملكة لصالح مواليد المنطقة الشرقية. وقد ساهمت نتائج الدراسة في معرفة نوعية الضغوط النفسية التي تواجه الطلاب الصم في المرحلة الجامعية وكذلك للوقوف على مستوى مفهوم الذات للطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود، وخاصة لما كشفته نتائج الدراسة من أهمية ما وفرته البيئة المحيطة في التأثير على مدى تقبل الطلاب الصم لمفهوم ذواتهم، ودور البيئة التعليمة في التخفيف من الضغوط الأكاديمية التي تواجه الطلاب الصم وذلك لما توفره جامعة الملك سعود لهؤلاء الطلاب من إمكانيات وموارد تشعرهم بالرضا عن إعاقتهم السمعية.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع ما ذكرته السعيد (٢٠٠٢) فيما يتعلق بطبيعة الاتجاهات الوالدية تجاه الأفراد الصم وعلاقتها بمفهوم الذات، حيث توجد علاقة بين اتجاهات الوالدين السلبية وتتمثل في (التسلط، الحماية الزائدة، الإهمال، القسوة، التذبذب، التفرقة، التدليل) وبين مفهوم الذات لدى الأطفال الصم. وفي نفس السياق، اتفقت نتائج الدراسة مع نتائج دراسة الحربي (٢٠٠٣) التي سعت لمعرفة العلاقة بين مفهوم الذات والسلوك العدواني لدى الطلاب الصم بمدينة الرياض، حيث تمثلت نتائج الدراسة بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصم في مفهوم الذات. كذلك أشارت نتائج دراسة طه (٢٠١٣) التي هدفت لقياس جودة حياة الوالدين وعلاقتهما بسعادة

أبنائهم الصم، فقد كان لمتغير المستوى الاقتصادي والاجتماعي دور بارز على الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى الطلاب الصم.

بينما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة زهران (٢٠٠٧)، التي كشفت بأن الفرد يحول خبراته التي يمر بها خلال المواقف الحياتية إلى رموز يدركها ويقيمها في ضوء مفهوم الذات وفي ضوء بعض المعايير الاجتماعية، وحين وجود صراع بين تقييمه وتقييم الآخرين فإنه يغير من سلوكه ليطابق تقييم الآخرين مما يؤدي إلى الضغط النفسي وسوء التوافق النفسي. كذلك دراسة فإن جرب (Van Gurp, 2001) التي هدفت للتعرف على آثار البيئات التعليمية المختلفة على مفهوم الذات والتوجه الداخلي/ الخارجي للطلاب الصم، حيث توصلت الدراسة إلى أن للمستوى الاقتصادي لأسرة الطالب الأصم أهمية تؤثر على أبعاد مفهوم الذات لدى الطالب الأصم.

توصيات الدراسة

- قياس مستوى الضغوط النفسية لدى الطلاب الصم بشكل مستمر لضمان معرفة المسببات إن وجدت والعوامل التي تؤثر على التوافق النفسي والاجتماعي.
- العمل على زيادة مفهوم الذات لدى الطلاب الصم وذلك من خلال جلسات الإرشاد بشكل مكثف وذلك لضمان نمو أبعاد مفهوم الذات بشكل متساوي.
- عقد اللقاءات الدورية بين الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين وبين أولياء أمور الصم والصم أنفسهم من خلال وحدة الإرشاد والتوجيه بالجامعة، والوقوف على أسلوب التنشئة الاجتماعية السليمة لإشباع احتياجاتهم وخفض الضغوط التي تترتب على عدم إشباع تلك الاحتياجات.
- التركيز والاهتمام بالأنشطة الطلابية، لما لها من دور في تنمية التفاعل الاجتماعي للصم من خلال إبراز الصم الموهوبين وإشباع حاجاتهم للقيادة، مما يجعلهم أكثر توافقاً شخصياً واجتماعياً، وغرس الثقة في نفوسهم.

- العمل على إقامة الحفلات الجامعية في المناسبات المختلفة وضمان مشاركة الطلاب الصم فيها، وذلك للتعبير عن أنفسهم وتفريغ طاقاتهم من خلال التواصل مع الآخرين.
- تضمين التكنولوجيا لمساهمتها الكبيرة في مواجهة المعيقات، ومن ثم التغلب على الكثير من الضغوط الأكاديمية التي تواجه الطلاب الصم فيما يتعلق بالتعلم.
- نقل ما يقدم للطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود؛ لاعتباره (من أفضل الممارسات) لباقي جامعات المملكة العربية السعودية، وذلك لتوحيد جهود المملكة العربية السعودية في توفير بيئة جامعية مناسبة للطلاب الصم في المرحلة الجامعية.

The Level of Stress and its Relation to Self-Concept in Deaf Students in the Preparatory Year at King Saud University

Dr. Majed A. Al-Salem **Abdulaziz M. Al-Ghamdi**
College of Education - King Saud University
K.S.A

Abstract

The study aims to measure the level of stress in deaf students in the preparatory year at King Saud University and its relationship to self-concept. As it is known, the undergraduate level of education has many academic, social, psychological and behavioral dimensions that could affect deaf individuals due to deaf students' experiences and background, which may impose some types of stress that hearing students do not experience. Therefore, the aim of the study was to measure the level of stress that deaf students might be exposed to at the university level in relation to self-concept. The total number of participants in this study was (8), which represents the whole population of deaf students in the preparatory year at King Saud University. The study used the (Kruskal-Wallis test) to measure the differences between the means of small groups. The study used different instruments to measure level of stress and self-concept after ensuring the validity and reliability. The results indicated that there was a statistically significant relationship between level of stress and one of the dimensions of self-concept: "The physical one". The study provides a set of recommendations that contribute to reducing stress as well as increasing Positive self-concept among deaf students.

المراجع

١ - الأحمدي، حنان عبد الرحيم (٢٠٠٢). **ضغوط العمل لدى الأطباء، المصادر والأعراض**. الإسكندرية: مركز البحوث.

٢ - بخاري، الأمين أسماعيل (٢٠٠٧). مفهوم الذات. **مجلة البحث في التربية وعلم النفس**، ٤(٣)، ٨٣-١٢٨.

٣ - البكاي، عبدالسلام العميري (٢٠٠٥). الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى طلاب الجامعة. (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة أم درمان الإسلامية، السودان.

٤ - الحربي، عواض بن محمد بن عويض (٢٠٠٣). العلاقة بين مفهوم الذات والسلوك العدواني لدى الطلاب الصم دراسة مقارنه بين معهد وبرنامجي الأمل بالمرحلة المتوسطة. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة نايف للعلوم الأمنية، الرياض.

٥ - أبو حطب، فؤاد وصادق، آمال (٢٠١٠). **علم النفس التربوي**، ط٥. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

٦ - أبو سريع، رضا عبد الله ورمضان، محمد رمضان (٢٠١٥). الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق لدى طلاب الجامعة. **مجلة كلية التربية في بنها**، ١١(٢)، ١-٣١.

٧ - رشدي، سري محمد (٢٠٠٩). مفهوم الذات وعلاقته ببعض المتغيرات لدى التلاميذ ضعاف السمع في برامج التربية الخاصة بمدينة الرياض. **مجلة كلية التربية، جامعة بني سويف**، ٢(٨)، ١٣٧-١٦٧.

٨ - الرشيدي، هارون توفيق (٢٠٠٣). **الضغوط النفسية طبيعتها، نظرياتها، برنامج لمساعدة الذات في علاجها**، ط٣. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

٩ - الريس، طارق صالح بن محمد (٢٠٠٦). ثنائي اللغة/ثنائي الثقافة (Bilingual/Bicultural) الفلسفة والاستراتيجيات ومعوقات تطبيقها في

معاهد الأمل وبرامج الدمج، ورقة عمل مقدمة للمؤتمر العربي السابع لاتحاد هيئات رعاية الفئات الخاصة والمعوقين بجمهورية مصر العربية، ٦-٨ نوفمبر، (٨)، ٢٦٤-٢٩٤.

١٠- الزراد، فيصل (٢٠٠٠). **الأمراض العصابية والذهانية والاضطرابات السلوكية**. بيروت: دار القلم.

١١- زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٧). **مفهوم الذات وأبعاده**، ط٧. القاهرة: عالم الكتب.

١٢- السعيد، هلا (٢٠١٦). **الاعاقة السمعية دليل علمي وعملي للآباء والمتخصصين**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

١٣- شقير، زينب محمود (٢٠٠٧). **مقياس المواقف الضاغطة**، ط٥. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

١٤- شيخاني، سمير (٢٠٠٣). **الضغط النفسي طبيعته وأسبابه والمساعدة الذاتية**. بيروت: دار الفكر العربي.

١٥- الطريري، عبد الرحمن بن سليمان سعود (٢٠٠٧). **الضغط النفسي. مفهومه. تشخيصه. طرق علاجه ومقاومته**، ط٧. الرياض: مكتبة الرشد.

١٦- طه، نجاة فتحي سعيد (٢٠١٣). جودة حياة الوالدين وعلاقتهما بسعادة أبنائهم الصم. **مجلة علم النفس**، ٣٤، ١٤٧-١٧٣.

١٧- الظاهر، قحطان (٢٠١٠). **مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق**، ط٢. عمان: دار وائل للنشر.

١٨- عبد العظيم، طه حسين وعبد العظيم، سلامة حسين (٢٠٠٦). **استراتيجيات إدارة الضغوط النفسية والتربوية**. عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.

١٩- عبد اللطيف، أذار عباس (٢٠٠٢). **المعاقون مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي**. دمشق: التكوين للطباعة والنشر والتوزيع.

٢٠- عبد النبي، على (٢٠٠٠). مدى فاعلية العلاج الأسري في تحسين مفهوم

الذات لدى الأطفال ذوي الإعاقة السمعية. (رسالة دكتوراه غير منشورة)، جامعة الزقازيق، مصر.

٢١- عبيد، ماجدة بهاء الدين سيد (٢٠٠٨). **الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية**. عمان: دار الصفاء.

٢٢- العساف، صالح حمد (٢٠٠٦). **المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية**، ط ٤. الرياض: العبيكان.

٢٣- علاوي، محمد حسن وشمعون، محمد العربي (٢٠٠٣). **مدخل في علم النفس**، ط ٣. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

٢٤- العمرية، صلاح الدين (٢٠٠٥). **مفهوم الذات**. عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر.

٢٥- عويس، بسمة السيد إسماعيل (٢٠١٢). فعالية الإرشاد بالمعنى في تخفيف الضغوط النفسية لدى المراهقات الكفيفات. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة جنوب الوادي، مصر.

٢٦- الغرير، أحمد نايل وأبو أسعد، أحمد عبد اللطيف (٢٠٠٩). **التعامل مع الضغوط النفسية**. رام الله: دار الشروق.

٢٧- الفايز، سعود بن عبد العزيز (٢٠١٠). مفهوم الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى المراهقين من مجهولي الهوية (ذوي الظروف الخاصة) دراسة ميدانية في مدينة الرياض. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الرياض: جامعة نايف للعلوم الأمنية، الرياض.

٢٨- فهمي، محمد (٢٠٠٧). **التأهيل المجتمعي لذوي الاحتياجات الخاصة**. القاهرة: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.

٢٩- كامل، محمد علي (٢٠٠٤). **الضغوط النفسية ومواجهتها**. القاهرة: مكتبة ابن سينا.

٣٠- كفافي، علاء الدين (٢٠٠٥). **الصحة النفسية**، ط٣. القاهرة: دار هجر للطباعة.

٣١- مخلوف، سعاد (٢٠٠٦). الضغط النفسي ومدى تأثيره على صحة الأطباء العاملين بالمراكز الصحية. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة منتوري، الجزائر.

٣٢- مقداد، حمد؛ والمطوع، محمد (٢٠١٤). الإجهاد النفسي واستراتيجيات المواجهة والصحة النفسية لدى عينة من طالبات جامعة البحرين، جامعة البحرين. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، ١٢، ١٢٥-١٤٨.

٣٣- يوسف، جمعة سيد (٢٠٠٧). **إدارة الضغوط**. جامعة القاهرة: مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث في العلوم الهندسية.

34 - Antia, S. D., Kreimeyer, K. H., & Reed, S. (2010). Supporting students in general education classrooms. In M. Marschark & P. E. Spencer, (Eds.), (2010). **The Oxford handbook of deaf studies, language, and education** (Vol. 2), (pp. 72-92). New York, NY: Oxford University Press.

35 - Boss, P., Bryant, C. M., & Mancini, J. A. (2016). **Family stress management: A contextual approach**. Thousand Oaks, USA: Sage Publications.

36 - Cohen, S., Janicki-Deverts, D., & Miller, G. E. (2007). Psychological stress and disease. **Journal of the American Medical Association**, 298(14), 1685-1687.

37 - Dugan. M (2013). **Living with hearing loss**, Washington, USA: Gallaudet University press.

38 - Elaine, P. D. J., Ouellette, S. E., & Kang, Y. (2006). Perceived stress among deaf adults. **American Annals of the Deaf**, 151(1), 25-31.

39 - Engler, R. Fruehling, R.& Oldham, N. (2009). **Psychology: Human relations and work adjustment**. New York, NY: McGraw-Hill.

40 - Fellinger, J., Holzinger, D., & Pollard, R. (2012). Mental health of deaf people. **The Lancet**, 379(9820), 1037-1044.

41 - Hintermair, M. (2008). Self-esteem and satisfaction with life of deaf and hard-of-hearing people-A resource-oriented approach to identity work. **Journal of Deaf Studies and Deaf Education**, 13(2), 278-300.

42 - Jambor, E., & Elliott, M. (2005). Self-esteem and coping strategies

among deaf students. **Journal of Deaf Studies and Deaf Education**, 10(1), 63-81.

43 - Lazarus, R. S. (2006). **Stress and emotion: A new synthesis**. New York, NY: Springer Publishing Company.

44 - Levinger, M., & Ronen, T. (2010). The link among self-esteem, differentiation, and spousal intimacy in deaf and hearing adults. **Journal of Social Work in Disability & Rehabilitation**, 9(1), 27-52.

45 - Little, M., & Kobak, R. (2003). Emotional security with teachers and children's stress reactivity: A comparison of special-education and regular-education classrooms. **Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology**, 32(1), 127-138.

46 - Lukomski, J. (2007). Deaf college students' perceptions of their social-emotional adjustment. **Journal of Deaf Studies and Deaf Education**, 12(4), 486-494.

47 - McGee, R. O. B., & Williams, S. (2000). Does low self-esteem predict health compromising behaviours among adolescents? **Journal of Adolescence**, 23(5), 569-582.

48 - Mekonnen, M., Hannu, S., Elina, L., & Matti, K. (2016). The self-concept of deaf/hard-of-hearing and hearing students. **Journal of Deaf Studies and Deaf Education**, 12(4), 345-351.

49 - Nario-Redmond, M. R., Noel, J. G., & Fern, E. (2013). Redefining disability, re-imagining the self: Disability identification predicts self-esteem and strategic responses to stigma. **Self and Identity**, 12(5), 468-488.

50 - Prakash, S., Prakash, S. R., Ravichandran, A., Susan, K., & Alex, W. (2013). Measuring levels of stress and depression in mothers of children using hearing aids and cochlear implants: A comparative study. **International Journal of Special Education**, 28(1), 37-44.

51 - Regehr, C., Glancy, D., & Pitts, A. (2013). Interventions to reduce stress in university students: A review and meta-analysis. **Journal of Affective Disorders**, 148(1), 1-11.

52 - Rosenbarker, R. (2015). Perceptions of cultural and linguistic preparedness: Deaf and hard of hearing college students' beliefs about their K-12

school setting (Unpublished master thesis). Hamline University, Minnesota, USA.

53 - Selye, H. (1959). Perspectives in stress research. **Perspectives in Biology and Medicine**, 2(4), 403-416.

54 - Smith, D. (2007). **Introduction to special education: Making a difference.** Boston: Allyn and Bacon.

55 - Stora, J. B. (2007). **When the body displaces the mind: Stress, trauma and somatic disease**. London: Karnac Books Ltd.

56 - Van Gent, T., Goedhart, A. W., & Treffers, P. D. (2011). Selfand psychopathology in deaf adolescents: Preliminary support for moderating effects of deafness characteristics and peer problems. **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, 52(6), 720-728.

57 - Van Gurp, A. (2001). Self-concept of deaf secondary school students in different educational settings. **Journal of Deaf Studies and Deaf Education**, 6(1), 54-69.

58 - Warren, C. & Hasentab, S. (1986). "Self - concept of severely to profoundly hearing - impaired children". **The Volta review**, 88 (6), 289-295.