



كلية التربية

المجلة التربوية



جامعة سوهاج

**فعالية برنامج إرشادي معرفى سلوكى لتخفيف الضغط
النفسي لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية في ظل جائحة
كورونا (كوفيد -19)**

إعداد

د/ منى فرحات إبراهيم شحاته

مدرس التربية الخاصة

كلية التربية - جامعه قناة السويس

تاريخ الاستلام: ١١ أكتوبر ٢٠٢٠م - تاريخ القبول: ١١ نوفمبر ٢٠٢٠م

DOI: 10.12816/EDUSOHAG.2021.143619

مستخلص

تسعى الدراسة الحالية للتعرف على أثر برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتخفيف الضغط النفسي لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية في ظل جائحة كورونا (كوفيد -١٩). حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٠) أما من أمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية في المرحلة الابتدائية، وتم تقسيمهم الى مجموعتين ضابطة وتجريبية بواقع ١٠ افراد لكل مجموعة. اعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي ، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس الضغوط النفسية (اعداد :الباحثة) وبرنامج أرشادي معرفي سلوكي لأمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية اعداد : الباحثة وقد أظهرت نتائج الدراسة انه توجد فروق دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية لصالح المجموعة التجريبية ، وتوجد فروق دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدي على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية لصالح التطبيق البعدي .كما أظهرت النتائج انه لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية وذلك بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج .

الكلمات المفتاحية: برنامج ارشادي معرفي سلوكي - الضغوط النفسية - ذوي الإعاقة السمعية - فيروس كورونا (كوفيد -١٩).

The Effectiveness of a Cognitive-Behavioral Counseling Program to Alleviate Psychological Stress for Mother Students with hearing Disabilities in light of the Corona Pandemic (Covid-19)

Preparation

Dr. Mona Farhat Ibrahim

Teacher of Special Education

Faculty of Education - Suez Canal University

Study summary : The current study aim to identify the effect of a cognitive-behavioral counseling program to reduce psychological stress for mothers of students with hearing impairment in light of the Corona pandemic (Covid-19). The sample of the study consisted of (20) mothers of students with hearing impairment in the elementary stage, and they were divided into two control and experimental groups, with 10 individuals per group. The study relied on the experimental method, and the study tools consisted of the psychological stress scale (Prepared by: the researcher) and a cognitive behavioral guidance program for mothers of students with hearing impairment Prepared by: The researcher and the results of the study showed that there are statistically significant differences at the significance level (0.05) between the mean scores of the members of the experimental and control groups in the telemetry on the total score of the psychological stress scale For mothers of students with hearing impairment in favor of the experimental group, and there are statistically significant differences at the level of significance (0.05) between the mean scores of the experimental group members in the pre and post measurements on the total score of the psychological stress scale for mothers of students with hearing impairment in favor of the post application. The results also showed that there are no statistically significant differences between the mean grades of the experimental group members in the post and tracer measurements on the total score of the psychological stress scale for mothers of students with hearing impairment, after two months of implementing the program.

Key words: Cognitive and Behavioral Counseling Program - Psychological Stress -Hearing Impaired-Corona Virus(Covid-19)

مقدمة:

يشهد العالم حالياً حدثاً جليلاً قد يهدد التعليم بأزمة هائلة ربما هي الأخطر في الوقت المعاصر. فقد تسبب انتشار فيروس كورونا في انقطاع أكثر من ١.٦ مليار متعلم عن التعليم أي ما يقرب من ٨٠% من المتعلمين الملحقين بالتعليم على مستوى العالم. فقد ذكر تقرير "اليونسكو" أن انتشار الفيروس سجل رقماً قياسياً للأطفال والشباب الذين انقطعوا عن الذهاب إلى المدرسة أو الجامعة وسيؤدي ذلك التأخر في بدء العام الدراسي أو انقطاعه إلى اضطراب كامل في حياة العديد من الأطفال وأهاليهم (محمد رمضان، ٢٠٢٠).

حيث شكلت جائحة فيروس كورونا ضغوطاً جديدة على وزارات التعليم والتعليم العالي. فأصبح اللجوء إلى التعليم عن بعد هو أسرع الحلول الطارئة من أجل أنقاذ السنة الدراسية من الضياع. كما شكل انتشار الفيروس عبئاً على أولياء الأمور في البحث عن الوسيلة المتوفرة وفق إمكانياتهم من أجل استمرار ابنائهم بالتعلم. ولا يمكننا أن نغفل أن كافة المؤسسات التعليمية لم تكن تمثل المكان الذي يتلقى فيه الأفراد تعلم المواد العلمية فقط، وإنما هي مراكز لممارسة الأنشطة الاجتماعية والتفاعل الإنساني. لذا يمكن القول إن اغلاقها يفقد الكثير من الأطفال والشباب علاقاتهم الاجتماعية التي لها دور كبير أساسي في التعلم والتطور (هدى السعد، ٢٠٢٠).

هذا يعني أن من أهم تجليات أزمة كورونا تعليمياً على مستوى العالم تصدر "البيت" للمشهد كخيار حتمي ليصبح وسيطاً تعليمياً شبه رسمي وإن اختلفت تطبيقات هذا الخيار من دولة إلى أخرى ومن نظام تعليمي إلى آخر، ومن منطقة لأخرى، بل ومن بيت لآخر لتلاميذ المدرسة الواحدة. ولكن في كل الأحوال أصبحنا أمام شراكة تعليمية بين مدرسة التلميذ وبيته فلا دوام مدرسي يومي، ولا دروس خصوصية، ولا تفاعل مباشر بين المتعلمين والمعلمين. فبديل ذلك كله تعليمًا إلكترونيًا أو إذاعيًا أو تلفازيًا بينما التلاميذ والطلاب في بيوتهم وبين ذويهم وأسرهم. وبدأ البيت المصري والعربي وغيره يكتسب بعداً مستحدثاً في مناخه إلى جانب أبعاده الاجتماعية والتربوية وهو البعد التعليمي وكأنما استجد مناخ جديد أقرب إلى التعليم المنزلي (السيد الخميسي، ٢٠٢٠).

وترتب على ذلك زيادة الضغط النفسي لطلاب التلاميذ مما أثر على قدرتهم في توجيه أطفالهم نحو الخبرات الملائمة، وتجنب الخبرات الضارة. فمع تزايد الضغوط النفسية يركز

الآباء على مشاكلهم، وستنفذ طاقاتهم وينصرفون عن أطفالهم ومشكلات النمو الخاصة بهم، وتضعف قدرتهم على التحمل. ولما كانت الأبوة تتطلب إدارة فنية ووقتا وجهدا حتى تؤدي وظيفتها بفاعلية وكفاءة، وتثمر طفلا سليم النمو جسما ونفسيا وعقليا. ان تعرض الوالدين والأسرة إلى الضغوط التي تتعلق بالحياة وظروفها ومتطلباتها، والتي لا يملكان في الغالب حيال هذا تحكما أو سيطرة تؤدي إلى إعاقة أداء الوالدين وتؤثر لاحقا على الطفل. كما تفشل الأسرة عادة في ظل تلك الظروف الي توجيه الطفل نحو الخبرات الإيجابية التي تثري عملية النمو، فخصائص الطفل قد تشكل ضغوطا على الوالدين تؤثر في ردود أفعالهم (مريم جمال، ٢٠١٩).

ان وجود طفل من ذوي الإعاقة السمعية بالأسرة يترتب عليه اثار اجتماعية ونفسية وتأثيرات سلبية. ومن هذه التأثيرات: الشعور بالحرج بسبب عدم فهم اللغة والتواصل معاهم مع اتخاذ قرارات خاطئة في ضوء معلومات ناقصة، والتعب والاعياء بسبب الحاجة الى النظر بتواصل الاخرين وهم يتحدثون مع الترجمة المستمرة. وتزايد مستوى التوتر والاثارة مع تجنب مخالطة الاخرين والانسحاب الاجتماعي والرفض والسلبية والاكنتاب. ان هذه التأثيرات قد يكون لها عواقب وخيمة على العلاقات الاسرية (يحيي الدهيمات، ٢٠٠٦).

وهذا يدل على تعرض العائلات لضغوطات شديدة، فعندما يشعر الوالدان انهما غير قادرين على التعامل مع هذه الإعاقة، يظهر لديهم شعور بالانكار. ولذلك يحتاج الوالدين لدعم ووقت كافيين، لكي يتقبلوا حقيقة إعاقة أبنائهم. ان تقبل هذا الانكار مباشرة يؤدي الى حدوث تأخير في تقبل الوالدين لطفلهم. لذلك فان على برامج ارشاد الوالدين ان تسمع لهم وتوفر الدعم لهم، وتنقلهم من مرحلة الانكار الى الإنتاجية، وكيفية حل مشاكلهم، واستراتيجيات التقبل والتأقلم مع وضع أطفالهم (محمود ملكاوى، ٢٠١١).

مشكلة الدراسة:

مع تفشي فيروس كورونا وطبقا للإجراءات الاحترازية فقد أعتمد الاستراتيجيات الجديدة على استخدام نظام التعليم عن بعد، الفصل المقلوب من أجل اكمال المناهج الدراسية العام الدراسي الجديد وتمثلت هذه الاستراتيجيات في استخدام جميع الوسائل المتوفرة لإيصال المعلومات، مثل مقاطع الفيديو والدروس التعليمية والمدونات والتسجيلات الصوتية والتي يمكن أن تتداول في الهواتف الذكية ، و إنشاء مواقع ومنصات الكترونية خاصة للتعليم ،

والاستفادة من مزايا شبكات التواصل الاجتماعي مع استخدام قنوات الاذاعة والتلفزيون ، كما إن بعض الدول قد وجهت وزارات التعليم فيها للتواصل مع الاهالي من أجل تزويدهم بتعليمات وتوجيهات وإرشادات عن كيفية التعليم بالمنزل ، حيث اصبح الاعتماد الأساسي على الاسرة وخاصة الأمهات نظرا لتواجدهم فترات اكبر مع أبنائهم بالمنزل مما جعلهم في ضغط نفسي نتيجة لزيادة الأعباء عليهن ونجد ان أمهات المعاقين اكثر ضغطا نتيجة لوجود إعاقة لدى أبنائهم مما يزيد الامر صعوبة وضغطا حيث ان نمط التعليم عن بعد او الفصل المقلوب يواجه العديد من الصعوبات مع ذوى الاحتياجات الخاصة وخاصة فئة الصم حيث ان أطفال الصم في هذه المرحلة بحاجة الى تعلم الإشارات بشكل واضح وهذا لا يمكن تحقيقه من خلال التعليم عن بعد نظرا لوجود بعض العقبات من انقطاع النت وعدم وضوح الإشارة وأيضا بحاجة الى تواصل بصري وجسدي مما يلقي العبء اكثر على أمهات التلاميذ المعاقين سمعيا من ترجمه إشارة وتنمية مهارات تواصل بصري وجسدي مما يزيد من الضغط النفسي عليهن لذلك جاءت الدراسة الحالية في محاولة لإرشاد أمهات التلاميذ المعاقين سمعيا نحو اهمية تعليم أبنائهم وضرورة تحمل هذه الفترة الصعبة التي تمر بها جميع البلدان وخطورة الفيروس على أبنائهم وبالرجوع الى الدراسات السابقة وجدت الباحثة دراسات اهتمت باعداد برامج لتخفيف وتحسين الضغط النفسي لدى أمهات التلاميذ المعاقين سمعيا ومن هذه الدراسات، دراسة كلا

من (يحيي الدهيمات ، ٢٠٠٨ ؛ بطرس حافظ بطرس ، ٢٠٠٦

:2013 ,Prakash,S.,Prakash,S.,Ravichandran,A.,Susan,K. &Alex,W ,2015 Guita M, Marzieh D, Soraya & Anat ,Z; Tova ,M; Ricardo ,T; Eliana H, and Devora,2016 ؛Yap J, Rafidah M, Mahadir A and Nashrah, M, ٢٠١٨

حيث اكدت هذه الدراسات على أهمية البرامج الارشادية المعرفية السلوكية وخاصة لأمهات التلاميذ من ذوى الإعاقة السمعية من اجل تحسين اتجاهاتهم نحو أبنائهم وتقبلهم لهم ومواجهة الظروف المحيطة بهم حتى يستطيعوا تلبية احتياجات أبنائهم واشباع رغباتهم لذلك فقد تبلورت مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي:

- ما فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض الضغوط النفسية لأمهات

التلاميذ المعاقين سمعيا في ظل جائحة كورونا (كوفيد-١٩)؟

هدف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية الى معرفة فعالية برنامج إرشادي يستند الى نظرية الارشاد العقلاني في خفض الضغوط النفسية المترتبة عن جائحة كورونا (كوفيد -١٩) لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية.

أهمية الدراسة: تظهر أهمية الدراسة في الجانبين النظري والتطبيقي

الاهمية النظرية:

١- تسليط الضوء حول الضغوط النفسية التي تتعرض لها أمهات الطلاب المعاقين سمعياً في ظل نظام التعليم الجديد.

٢- توضيح المشكلات التي يتعرض لها أمهات الطلاب المعاقين مما يتسبب لهم في ضغوط نفسية حتى يستفيد منها مسؤولي العملية التعليمية في اعداد مناهج المعاقين.

٣- توضيح مدى خطورة فيروس كورونا وكيف يمكن التعامل معه وحماية أبنائهم من ذوي الإعاقة السمعية

الاهمية التطبيقية:

١- تقديم برنامج إرشادي يمكن الاستفادة منه مع اسر التلاميذ المعاقين للتغلب على المشاكل الناتجة عن فيروس كورونا.

٢- تحسين أساليب مواجهه أمهات التلاميذ المعاقين سمعياً للضغوط النفسية التي تواجههم اثناء فترة نفسى فيروس كورونا والقدرة على مواجهه الفترة القادمة في النظام التعليمي الجديد.

مصطلحات الدراسة:**البرنامج الارشادي المعرفى السلوكى:**

تعرفه أسماء إبراهيم، عواطف إبراهيم، هدى محمد (٢٠١٥): بأنه مجموعة من الخطوات العلمية المنظمة والاستراتيجيات الإيجابية التي تستند الى النظرية المعرفية السلوكية وعلم النفس الإيجابي، والذي يؤدي الى اكتساب بعض المفاهيم والمهارات الإيجابية للأمهات الأطفال المعاقين.

ويعرفه محمد عبد اللا (٢٠١٩) أيضا بأنه خطة محددة ودقيقة تشمل مجموعه من الإجراءات المنظمة والخبرات التعليمية المقدمة للأمهات الأطفال من ذوي الإعاقة من أجل مساعدتهن في التغلب على ضغوطهن المتعلقة بأداء دورهن الوالدي المتعلق برعاية اطفالهن وتشمل هذه الخطة أسلوب التنفيذ وأدوات التقييم والمدة الزمنية للتطبيق.

وتعرفه الباحثة اجرائيا بأنه مجموعه من الإجراءات والأساليب المنظمة القائمة على استخدام الفنيات السلوكية والمعرفية لتخفيف الضغوط النفسية الناتجة عن فيروس كورونا لدى أمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية.

الضغوط النفسية:

تعرفها سهى نصر (٢٠١٢) هي حالة نفسيه تنتاب الفرد نتيجة تعرضه للعديد من الاحداث والصعوبات والمواقف التي تواجه وتترك تحقيق أهدافه في الحياة مما يجعل لها الأثر السلبي على توافقه الاجتماعي والنفسي والجسمي ويعمل على عدم تحقيق الفرد لأهدافه في الحياة وعدم التوازن الخارجي والداخلي للفرد الذي تجعله غير قادر على التعايش او مواجهه تلك الضغوط بشكل إيجابي.

وتذكر مريم جمال (٢٠١٩) بانها الاستجابة النفسية والفسيوولوجية التي تنتج عن محاولة الفرد في التوافق والتكيف مع المواقف التي يتعرض لها.

ويرى محمد عبد اللا (٢٠١٩) انها درجة استجابة الأمهات للأحداث او المتغيرات البيئية في حياتهن ليومية بسبب خصائص ووجه قصور اطفالهن من ذوي الإعاقة ومشكلات تشخيص حالته، وعلاقتها بالمهنيين بالإضافة الى الأعباء المادية والوظيفية والاجتماعية مما يترتب عليه مجموعه من الاعراض النفسية مثل: شعورهن بالضيق والهم والحزن والياس والكآبة والتي تتزامن في حدوثها مع تعرضهن للمواقف الضاغطة المهدة.

وتعرفها الباحثة اجرائيا: بانها مجموعه من الصعوبات والمشاكل التي تواجه امهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية ترهقهم وتجعلهم غير قادرين على التحمل مما يسبب لهم ردود فعل سيكولوجيه او جسميه على المدى القصير او الطويل تهدد سلامتهم النفسية والصحية.

الإعاقة السمعية:

يشير يحي الدهيمات (٢٠٠٨) الى مفهوم الإعاقة السمعية إلى انه تباين في مستويات السمع عند الإنسان المصاب، بحيث تتراوح بين الضعف البسيط فالشديد جداً، والتي

تصيب الإنسان خلال مراحل نموه المختلفة، وهي إعاقة تحرم الفرد من سماع الكلام المنطوق مع أو من دون استخدام المعينات السمعية، وتشمل الأفراد ضعيفي السمع والأطفال الصم.

(٢٠١٥) Guita M, Mohsen A, Majid Y, Zekrollah M ويذكر كلا من

ان الإعاقة السمعية أحد فئات التربية الخاصة التي تحول دون أن يقوم الجهاز السمعي عند الفرد بوظائفه، أو تقلل من قدرة الفرد على سماع الأصوات المختلفة. وتتراوح في شدتها من الدرجة البسيطة والمتوسطة التي ينتج عنها ضعف سمعي، إلى الدرجة الشديدة جداً والتي ينتج عنها الصم.

وتعرف الباحثة الإعاقة السمعية اجرائيا بانها التباين والاختلاف بين التلاميذ الصم وضعاف السمع في مستويات السمع والتي تتدرج من البسيط وضعيف السمع الى الشديد حيث تعيق قدرة التلميذ على الاستماع للأصوات المختلفة مما تجعله غير قادر على التفاعل والاندماج مع المجتمع المحيط به بصورة طبيعية.

ففيروس كورونا (كوفيد -١٩):

يعرفه محمد رمضان (٢٠٢٠) على انه سلالة واسعة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والانسان ومن المعروف ان عدد من الفيروسات كورونا تسبب لدى البشر امراض تنفسية تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة الى الامراض الأشد وخامه مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس) ويسبب فيروس كورونا المستجد مؤخراً مرض كوفيد -١٩.

وتتبنى الباحثة تعريف منظمة الصحة العالمية لفيروس كورونا حيث تعرفه منظمة الصحة العالمية بأنه مجموعة من الفيروسات التي يمكنها أن تسبب أمراضاً مثل الزكام والالتهاب التنفسي الحاد الوخيم ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية ويعرف الفيروس الآن باسم فيروس المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة كورونا ٢ (سارز كوف ٢) وأعلنت منظمة الصحة العالمية أنها صنفت مرض فيروس كورونا (كوفيد ١٩) كجائحة.

الإطار النظري:

أولاً: التأثير النفسي لفيروس كورونا (كوفيد - ١٩)

لقد تسبب الحجر الصحي الذي فرض على أكثر من مليار شخص حول العالم بسبب جائحة فيروس كورونا الى العديد من المشاكل النفسية للعديد من الأشخاص، خاصة بالنسبة للذين يفضلون في التعامل بشكل إيجابي مع هذا الظرف حيث أن العزل عن الأهل والأحباب، فقدان الحرية، الارتياح من تطورات المرض، والملل، كلها عوامل يمكنها أن تتسبب في حالات مأساوية حيث ان العامل الاجتماعي مهم ويمكن أن يؤثر بقوة في نفسية الأشخاص الموجودين رهن الحجر الصحي (السيدالخميسي، ٢٠٢٠).

فقد تركت جائحة كورونا . ولا تزال . آثارها الصحية والاقتصادية والاجتماعية والنفسية على العالم أجمع بطريقة كبيرة.نتجت عنها مهددات وآثار نفسية ناجمة عن اضطراب الناس للحجر المنزلي وعدم قدرتهم على الخروج إلا للضرورة. ومن أهم هذه المهددات القيود المفروضة على أفراد الأسرة وانعكاساتها النفسية، والتباعد الاجتماعي في التعامل اليومي بين الأفراد بما يتعارض مع التواصل الذي يعتبر عملية اجتماعية مهمة في حياة الإنسان. وتشابه ظروف الحجر المنزلي بظروف العقوبات السالبة للحرية، وتغير نمط الحياة الاقتصادية، وانتشار الشائعات والتأثير السلبي لوسائل الإعلام، والقلق بشأن توفير الاحتياجات المنزلية، والضغط النفسي على كبار السن وغيرها. وللحجر المنزلي تأثيراته وانعكاساته على السلوك النفسي الشخصي للناس، كما تشير النظريات المفسرة للضغوط النفسية والاجتماعية، ومن ذلك رهاب العزلة والأمراض النفسية، والخوف وزيادة الشك في صحة المعلومات وتأثيره، واضطرابات الأكل، والعدوانية (عزام امين ، ٢٠٢٠).

ففي ظل ازمة كورونا أصبح عمل رب الأسرة من المنزل ودروس الأطفال واستمر كل فرد في الاسرة بالقيام بجميع نشاطاته دون الخروج من المنزل الى جانب عدم استقرار الوضع المادي والقلق بشأن المرض، وازدياد الضغط النفسي والتوتر الذي تسبب في بعض المشاكل الاسرية.

(UKRI, 2020)

ويمكن ان يتلخص العلاج الفردي للآثار النفسية الناتجة عن الحجر المنزلي في التهيئة النفسية للتعامل مع الأزمة. والحرص على الطاعات وزيادة فترات العبادة لله تعالى، والتكيف والتأقلم الاجتماعي مع ظروف الحجر المنزلي، وتعزيز العلاقة الإيجابية مع الزوجة والأبناء،

والتواصل الإلكتروني والأنشطة الاجتماعية، والأكل الجيد المتوازن. مع ضرورة الوعي بأهمية الصحة النفسية ومدى تأثيرها على حياة الإنسان، وإدراك مفهوم الوعي الذاتي النفسي وأهميته، وزيادة المعرفة عن كل ما يمكن أن يهدد الصحة النفسية، وعقد دورات متخصصة في الثقافة النفسية لجميع فئات المجتمع (سعيد الأسمرى، ٢٠٢٠).

ثانياً: الضغوط النفسية لدى أمهات التلاميذ المعاقين سمعياً

تعد ظاهرة الضغوط من أكثر الظواهر الإنسانية المعقدة التي تتجلى فيها مضامين بيولوجية واقتصادية واجتماعية ونفسية ومهنية حيث كل المضامين لها انعكاساتها النفسية. والسبب في ذلك أن نواتج الضغوط تظهر في مخرجات نفسية و فسيولوجية فيعتبر الباحثون أن كل الضغوط نفسية. كما أن الضغط النفسي وإن لم يكن مرضاً فإنه يهدد بالإصابة بكثير من الاضطرابات الصحية والنفسية والبدنية والضغوط. تعني تلك الظروف المرتبطة بالضيق والشدة والتوتر الناتجة عن المتطلبات التي تستلزم نوعاً من إعادة توافق الفرد مما ينتج من ذلك من آثار نفسية وجسمية. وقد تنتج الضغوط كذلك بسبب الحرمان والقلق والاحباط وتفرض الضغوط على الفرد متطلبات فقد تكون اجتماعية أو نفسية أو فسيولوجية أو تجمع بين هذه المتغيرات الثلاثة ورغم أن الضغوط جزء من حياتنا إلا أن مصادرها تختلف من فرد. (Nolte, S., 2011) (٢٠١٣) Faiza, A ; Uzma R; Shaista M, ويعرف كلا من الضغط النفسي بأنه تلك الظروف المرتبطة بالتوتر والشدة الناتجة عن المتطلبات أو المتغيرات التي تستلزم نوعاً من إعادة التوافق عند الفرد وما ينتج عن ذلك من آثار جسمية ونفسية.

وترى هدى محمد (٢٠١٥) ان الضغط النفسي هو خبرة وجدانية مؤلمة تتمثل في الشعور بالتهديد والقلق تجاه مستقبل الطفل المعاق وما يرتبط بالإعاقة من مشكلات وهذه الخبرة تؤثر على الصحة الجسمية والنفسية للام.

وتذكر مريم توام (٢٠١٩) ان الضغط النفسي عبارة عن استجابات نفسية تحدث للفرد عند تعرضه لموقف ما أو خبرة معينة، يرافقها استجابات فسيولوجية مصحوبة بمشاعر من الضيق والتوتر والقلق مثل سلبية الانفعالات.

ان وجود طفل معاق في الاسرة يجعل لديهم العديد من المشكلات مما يحدث تغير في تكيفها، وإيجاد خلل في التنظيم النفسي الاجتماعي لأفرادها بغض النظر عن درجة تقبل

الاسرة لهذا الطفل. بسبب المتطلبات الاجتماعية والتعليمية والاقتصادية المفروضة عليهم ، وهذه المتطلبات والالتزامات تجعل اسر الأطفال المعاقين معرضين بشكل خاص للضغط النفسي. حيث يوجد عدة أنواع من الضغط النفسي والعوامل المؤدية لذلك منها : التفكير بحالة الطفل ، واختلاف مظهره عن الآخرين وحاجته الى الانتباه والعناية المستمرة والاتجاهات نحو المعاقين والتعرض للإحباط والاحتقار وابتعاد الأصدقاء عن الاسرة وتجنب المواقف الاجتماعية وردود فعل الاسرة والاقارب وقلة المعلومات الدقيقة بالإصابة للأسئلة المجهولة عن المستقبل (محمود ملكاوى ، ٢٠١١) .

ان الكثير من الدراسات تؤكد على وجود علاقة إيجابية بين ارتفاع مستوى الضغوط النفسية وكل من الكآبة والحزن لدى اباء وامهات الأطفال المعاقين. وبوجه عام توجد مجموعه من الضغوط تنتشر لدى والدي هؤلاء الأطفال وهي الاعراض النفسية والسيكوسوماتية. لذلك تعاني أمهات المعاقين اوقاتا عصبية نتيجة المحاولات المستمرة لتجنب او تغيير او انهاء الأفكار او المشاعر او الذكريات غير المرغوبة مما يستلزم ذلك من تحمل الام المسؤولية لرعاية طفلها وتلبية احتياجاته ويؤدي ذلك لوقوع الام فريسة سهلة لكثير من الاضطرابات النفسية (محمد عبد اللا ، ٢٠١٩) .

وتعد الإعاقة السمعية من الاعاقات الهامة التي تستلزم تحمل الام لمسئولية لرعاية (Guita ,M; Mohsen ,A; Majid ,Y& Zekrollah, M (2015) طفلها حيث عرف كلا الإعاقة السمعية بانها عجز سمع إيصالى حيث يكون الشخص مصابا بضعف او فقدان في توصيل الصوت ، وينجم عن ذلك خلال في طريقة توصيل الصوت المسموع الى العصب السمعي وتتمركز المشكلة في الاذن الوسطى او الاذن الخارجية مع بقاء الاذن الداخلية سليمة وبالتالي تكون المشكلة في توصيل الأصوات وليس ادراكها.

ويرى كلا من (Yap, J; Rafidah, M; Mahadir, A and Nashrah, M (٢٠١٨) ان الإعاقة السمعية هي عجز سمعي عصبى حسي ناتج عن مشكلة في الاذن الداخلية وأحيانا في عصب السمع الموصل بالمخ وضعف او فقدان السمع الحسي العصبى ينجم عن خلل في قوقعة الاذن او المسار العصبى السمعي في منطقة الاذن الداخلية هذه المشكلة قد تكون دائمة وتتمثل في إدراك الأصوات.

ونتيجة لذلك الخلل تتأثر أسر الأطفال الصم وخاصة الوالدين بشدة فقدان سمع أطفالهم وبعض ردود الفعل الأولية لتشخيص الصمم لذلك يجب عليهم أن يدخلوا في عملية التكيف والامتثال للشروط لأن العديد من التحديات الفريدة قد تنشأ نتيجة لرعاية الأطفال الذين يعانون من ضعف السمع وهذه التحديات لها آثار كثيرة من حيث اتخاذ القرارات الطبية، والتعليم واستراتيجية الاتصال للآباء وأبنائهم. بالإضافة إلى ذلك، يجب أن يتعلم آباء هؤلاء الأطفال كيفية اتخاذ القرارات بشأن الاستراتيجيات التكنولوجية، واختيار استراتيجيات التدخل المناسبة للتعامل مع مشاكلهم المالية والتعامل معها بسبب إنجاب أطفال يعانون من إعاقة سمعية.

(M ; Zekrollah ,Y& Majid ,A; Mohsen, M; Guita, 2015).

ونجد ايضا عامل آخر يؤثر على نوعية حياة والدي الأطفال المعاقين سمعيا هو الإجهاد. حيث أظهرت الأبحاث أن آباء الأطفال الصم وضعاف السمع لديهم مستويات عالية من التوتر بشكل خاص. ولديهم أيضا متطلبات أكثر خاصة بأطفالهم الصم مقارنة بالآباء الذين لديهم أطفال سمع عادي مما يؤدي ذلك الى التأثير على نوعية الحياة والصحة العقلية للآباء هؤلاء الأطفال.

(M; Canavarro, B& ArbaraNazar, A; Fonseca, 2012).

ثالثا: حاجة اسر التلاميذ المعاقين سمعيا الى البرامج الارشادية والتوعوية

انتشرت في السنوات الأخيرة البحوث ذات العلاقة بالإرشاد والضغط النفسي وبرز الكثير من الباحثين في وضع برامج ارشادية لتخفيف الضغوط النفسية عن الاسر التي تواجه الإعاقة. حيث لابد ان يكون لديهم ارشاد أسري فالإرشاد يقلل من مشاعر الحزن والقلق والاكتئاب ويعزز من لغة الحوار المفتوح بين الأخصائي والاسرة، ويقلل من توقع زيادة الضغط النفسي لدى الاسرة (محمود ملكاوى، ٢٠١١).

وتعد الأمهات الأكثر تأثرا بإعاقة أبنائهم والأكثر تعرضا للضغوط النفسية نتيجة تعاملها المباشر معهم في كافة متطلبات حياتهم. وهو الامر الذي يحتم ضرورة تقديم الخدمات الارشادية لهم من حيث زيادة وعيهم والأساليب المناسبة للتأمل مع أطفالهم للارتقاء بسلوكهم. حيث ان تقديم خدمة كاملة للطفل يتطلب توجيه اسرته وارشادها وخاصة الام. حيث

ان توعيتها وارشادها وتدريبها على ذلك يمنحها الفرصة للتعبير عن مشاعرها مما يخفف من تأثير ضغوط الإعاقة عليها وهو الامر الذي يعود على الطفل نفسه (هدى محمد، ٢٠١٥).
فالتدريب والإرشاد على التفكير الإيجابي والنظرة الواقعية هو الضامن للاقتدار في التعامل مع قضايا الحياة وأزمته. وربما هو المدخل لتعديل الحالات الوجدانية وتعزيز الصحة النفسية. فالتفكير الإيجابي يركز على ما يركز عليه العلاج المعرفي فالنظرة الإيجابية الواقعية نحو الذات التي تحافظ على قوى النماء والفعل، حتى لو كانت الظروف الخارجية غير إيجابية وملئمة بالضغوط والمحن. حيث ان تنمية الخصال الإيجابية في الشخصية امر ضروري للإنسان فهي تعد حصنا قويا ووقائيا ضد الضغوط ونواتجها السلبية (محمد دياب، ٢٠١٤).

فقد دعت العديد من الدراسات الى أهمية البرامج الارشادية وخاصة لأمهات المعاقين سمعيا من اجل تحسين اتجاهاتهم نحو أبنائهم وتقبلهم لهم ومواجهة الظروف المحيطة بهم حتى يستطيعوا تلبية احتياجات أبنائهم واشباع رغباتهم واعدادهم للتعامل مع المجتمع المحيط بهم بشكل ايجابي وأكثر تفاعلا وتقبلا لأنفسهم وللآخرين ومن بين هذه الدراسات دراسة كلا من (يحيى الدهيمات، ٢٠٠٨؛ بطرس حافظ بطرس، ٢٠٠٦

:2013 , Prakash,S.,Prakash,S.,Ravichandran,A.,Susan,K. &Alex,W ,2015 Guita M, Marzieh D, Soraya & Anat ,Z; Tova ,M; Ricardo ,T; Eliana H, and Devora,2016 ؛Yap J, Rafidah M, Mahadir A and Nashrah, M,2018)

دراسات سابقة

- دراسة بطرس حافظ بطرس (٢٠٠٦) : حيث تهدف الدراسة الى تحسين مستوى التوافق لدى أمهات الأطفال من ذوى الإعاقة السمعية من خلال برنامج إرشادي يهدف الى تغيير اتجاهاتهم نحو ابنائهن حيث تكونت عينة الدراسة من ١٢٠ من أمهات أطفال ما قبل المدرسة من ذوى الإعاقة السمعية بمحافظة الجيزة وقد اشتملت الدراسة على الأطفال الصم وضعاف السمع واعتمدت الدراسة على المنهج شبه التجريبي حيث توصلت نتائج الدراسة الى انه توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التوافق لدى أمهات الأطفال من ذوى الإعاقة السمعية ومقياس اتجاهات الأمهات نحو ابنائهن في اتجاه المجموعة التجريبية ،كما توصلت الى انه توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات افراد المجموعة التجريبية لأمهات الأطفال من ذوى الإعاقة السمعية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوافق ومقياس اتجاهات الأمهات نحو ابنائهن في

اتجاه القياس البعدي، ووجدت انه لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات افراد المجموعة التجريبية لأمهات الأطفال من ذوى الإعاقة السمعية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التوافق ومقياس اتجاهات الأمهات نحو ابنائهن

- دراسة يحيى الدهيمات (٢٠٠٨): حيث هدفت الدراسة الى التعرف على مستويات الضغط النفسي لدى اسر الأطفال المعاقين سمعيا وتقييم مدى فاعلية برنامج إرشادي برنامج إرشادي مقترح لخفضها في مدينه عمان حيث احتوى البرنامج على مجموع من المهارات التكيفية لمساعدة اباء وامهات الأطفال المعاقين سمعيا على التكيف مع اعاقتهم أبناءهم ممن تتراوح أعمارهم ما بين (٤ - ١٦) وبالبالغ عددهم حيث تكونت عينة الدراسة من ٤٠ أبا واما من اسر الأطفال من ذوى الإعاقة السمعية وتوصلت نتائج الدراسة الى ان مستويات الضغط النفسي لدى اسر الأطفال من ذوى الإعاقة السمعية كانت متوسطة كما أظهرت الدراسة ان القلق على مستقبل الطفل احتل المرتبة الأولى في مستويات القلق كما أظهرت نتائج الدراسة أيضا وجود فروق دالة احصائيا بين مستوى الضغط النفسي بين الإباء والامهات.

: Prakash,S.,Prakash,S.,Ravichandran,A.,Susan,K. (٢٠١٣)

- دراسة Alex,W

حيث هدفت الدراسة الى مقارنة مستويات التوتر والاكتئاب لدى أمهات الأطفال الذين يستخدمون المعينات السمعية والأطفال الذين لديهم قوقعة صناعية حيث تكونت عينة الدراسة من ٥٠ أم لأطفال يعانون من ضعف السمع الثنائي العميق وتم تقسيمهم إلى مجموعتين وفقاً لخيار إعادة التأهيل المستخدم وتم استخدام مقياسين للإبلاغ الذاتي لمؤشر الضغط الأبوي فقد اظهرت النتائج أن الأمهات أكثر اكتئابا من الآباء وان الأمهات في كلا المجموعتين لديهن مستويات عالية من التوتر عند المقارنة بينهم حيث حصلت أمهات الأطفال الذين خضعوا لزراعة قوقعة على درجات أعلى بشكل ملحوظ من أمهات الأطفال الذين يستخدمون المعينات السمعية مع عدم وجود فرق كبير في متوسط الدرجات بين المجموعتين. ومن ثم فإن الدراسة الحالية تسلط الضوء على حاجة المتخصصين في إعادة التأهيل للتركيز على التدخل القائم على الأسرة للأطفال الذين يعانون من ضعف السمع.

دراسة - Guita M, Marzieh D, Soraya (٢٠١٥)

حيث هدفت هذه الدراسة الى فحص فعالية برنامج التربية الإيجابية على الصحة النفسية لأمهات الاطفال من ذوى ضعف السمع ، وقد استخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبية وتكونت عينه الدراسة من ٣٠ أم من أطفال ضعاف السمع من مركز دعم ضعاف السمع وتكون البرنامج من ٨ جلسات كل جلسة مدتها ساعتين وتم تطبيق استبيان الصحة العامة ومن خلال حساب تحليل التباين المشترك أظهرت النتائج فعالية برنامج التربية الإيجابية على الصحة النفسية لأمهات الاطفال من ذوى ضعف السمع حيث تسبب البرنامج في انخفاض كبير في الأعراض الجسدية والقلق والعلاقات الشخصية والعقلية وتحسين الصحة بين الأمهات، فهو برنامج فعال يمكن أن يعزز الصحة النفسية للأمهات ذوات الأطفال ضعاف السمع.

دراسة - Guita M, Mohsen A, Majid Y, Zekrollah M (٢٠١٥)

حيث كان الهدف من هذه الدراسة هو التحقيق في فعالية التدريب السلوكي للآباء والأمهات في الحد من ضغوط الوالدين وتحسين الصحة العقلية لأمهات الأطفال الذين يعانون من ضعف السمع، استخدمت الدراسة المنهج شبه تجريبية مع الاختبار القبلي والبعدي ومجموعة الضابطة، تم اختيار ٢٤ من الأمهات مع الأطفال الصم بشكل عشوائي عن طريق أخذ العينات الذي يمكن الوصول إليه وتم تقسيمهم إلى مجموعتين، المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة. كانت أدوات جمع البيانات البحثية عبارة عن استبيان للصحة العقلية ومؤشر الضغط النفسي. تم إجراء التدريب السلوكي للوالدين في تسع جلسات لمدة ٩٠ دقيقة في المجموعة التجريبية، أكملت المجموعتان الإجابة على الاستبيانات للاختبار البعدي. تم تحليل البيانات باستخدام تحليل التباين المشترك حيث أشار تحليل النتائج إلى أن التدخل التجريبي قد قلل من الضغط الأبوي لدى الأمهات في المجموعة التجريبية كما أشار تحليل النتائج إلى تأثير التدخل التجريبي في الحد من مشاكل الصحة النفسية للأُم لمجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة. بشكل عام، تشير النتائج إلى أن التدريب السلوكي للآباء قد قلل من المشاكل النفسية لأمهات الأطفال الذين يعانون من ضعف السمع وسيحول دون حدوث المشاكل النفسية والصحية لدى هؤلاء الآباء.

-دراسة إيزكلير ديفيز - Elise Claire Davies (2015)

بعنوان الاتجاهات الوالدية ومستويات الضغط بين اسر الأطفال من ذوى الإعاقة السمعية حيث هدفت الدراسة الى تحديد اتجاهات وضغوط آباء الأطفال الصم حيث شارك آباء الأطفال الذين يعانون من مستويات مختلفة من فقدان السمع وتم استخدام استبيان إلكتروني بتقييم مواقف الآباء ومستويات الضغط التي يشتمل عليها برنامج الأيدي والأصوات في شمال غرب أركنساس، وقد تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي لفحص كيفية تأثير الإعاقة على مستويات الضغط والتوتر لدى أولياء أمور الأطفال من ذوي الإعاقة السمعية وقد توصلت نتائج الدراسة الى ان وجود طفل معاق في الاسرة يزيد من الضغط النفسي لأسر المعاقين وخاصة الأطفال من ذوى الإعاقة السمعية حيث ان الأطفال المصابون بفقدان السمع عادة ما يواجهون صعوبة في اكتساب المهارات اللغوية الشفوية العادية مما يتسبب في الاجهاد والمواقف السلبية وزيادة الضغوط النفسية على اسرهم ووجود حاجز في الاتصال بين الوالدين والأطفال مما يمكن ان يؤثر سلبا على نمو الطفل وتوصلت أيضا الى ان اسر الأطفال من ذوى الإعاقة السمعية يعانون من ضغوط نفسية واجهاد وتعب بسبب محاولة ربط أبنائها بالمجتمع المحيط بهم وتوصيل جميع الاحداث التي تحدث من حولهم لهم مما يجعلهم في ضغط عصبي وجسدي مستمر.

(٢٠١٦) Anat ,Z; Tova ,M; Ricardo ,T; Eliana H,

- دراسة and Devora

حيث ترى الدراسة ان الأبوة والأمومة للأطفال الصم أو ضعاف السمع تمثل تحديا كبيرا طويل الأجل يمكن أن يعرض الوالدين لخطر أكبر لمستويات مرتفعة من الضغط حيث يتأثر تكيف الاسر مع التحديات المختلفة التي يطرحها ضعف السمع في مرحلة الطفولة بمرور التأقلم الشخصية والاجتماعية المتاحة للتعامل مع هذه الضغوطات والتحديات حيث هدفت الدراسة الحالية للتعرف على الاختلافات في ضغوط الأبوة والأمومة والشخصية أي قبول الطفل المعاق وإحساس الوالدين بكفاءة الأبوة والأمومة حيث فحصت الدراسة العلاقات بين موارد المواجهة وضغوط الأبوة والأمومة بين هؤلاء الآباء. وتكونت عينه الدراسة من ٣٠ زوجًا من العرب الإسرائيليين من أب وأم (ن = ٦٠) لديهم أطفال من ذوى الإعاقة السمعية تتراوح أعمارهم ما بين ٣ و ٨ سنوات. أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية

بين الأمهات والآباء فيما يتعلق بضغط الأبوة، أو قبول الطفل، أو أنظمة دعم الوالدين، ومع ذلك أظهرت الأمهات زيادة كبيرة في الكفاءة الذاتية بالإضافة إلى ذلك، أشار تحليل الارتباط إلى أن موارد المواجهة الأعلى قللت من مستويات الضغط الاسرى.

-دراسة (Yap J, Rafidah M, Mahadir A and Nashrah M) (٢٠١٨)

هدفت الدراسة الى تطوير نظرية جوهريّة تشرح الضغوط بين الأمهات الصم أو ضعاف السمع حيث تكونت عينة الدراسة من خمسة عشر من الأمهات لأطفال يعانون من ضعف السمع الحسي العصبي الشديد إلى العميق، وتم استخدام منهج نظرية الأساس لتحليل الضغط الاسرى بشكل استقرائي في أمهات الأطفال حيث ظهر موضوعان رئيسيان من المقابلات: الضغوطات السياقية وموارد الحد من التوتر، تم تصنيف الضغوطات السياقية على أنها ضائقة بسبب الاحتياجات المتعلقة بعلم السمع ، والضغط لاكتساب معرفة ومهارات جديدة ، والتخوف من مستقبل الطفل ، وإحباط المواقف الاجتماعية السلبية، تم تحديد موارد الحد من التوتر التي خففت من ضغوط الأبوة والأمومة على أنها تقدم الطفل ، وخصائص الأم ، والدعم المهني ، والدعم الاجتماعي حيث كشف التفاعل بين الضغوطات المحددة وعملية التكيف عن موضوع مركزي يسمى تماسك الأمهات تقترح النظرية الموضوعية أن أمهات الأطفال يمكن أن يديروا بشكل فعال ضغوط الأبوة والأمومة وزيادة الرفاهية من خلال الاستفادة من موارد الحد من التوتر ذات الصلة لتحقيق التماسك الأمومي.

-دراسة محمد عبد اللال (٢٠١٩) بعنوان فاعلية برنامج إرشاد في خفض الضغوط

النفسة وتحسين أساليب المواجهة الإيجابية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد: دراسة تجريبية - اكلينيكية حيث تكونت عينة الدراسة من (١٦) اما من أمهات الأطفال من ذوي اضطراب التوحد حيث استخدمت الدراسة مقياس ادراك الضغوط النفسية ومقياس أساليب مواجهه الضغوط وتوصلت نتائج الدراسة الى وجود ارتباطات موجبة ودالة احصائيا بين ادراك الضغوط النفسية لأمهات الأطفال من ذوي اضطراب طيف التوحد وأساليب مواجهتها إضافة الى وجود تشابه في الديناميات النفسية لدى الأمهات باستخدام الاختبارات الاسقاطية .

-دراسة مريم توام (٢٠١٩) والتي هدفت الى التعرف على أثر برنامج إرشادي معرفي

سلوكي في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من أمهات أطفال اضطراب طيف التوحد ، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٠) أما من أمهات الأطفال من ذوي اضطراب طيف التوحد

المتواجدات في مؤسسة "جود"، وتم توزيع المشاركات في الدراسة بشكل عشوائي إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بواقع ١٠ أفراد في كل مجموعة، وقد استخدم في الدراسة مقياس الضغوط النفسية بعد التحقق من خصائصه السيكو مترية، ثم قامت الباحثة بتطويره بما يتلاءم والبيئة الفلسطينية وأهداف الدراسة، حيث أعدت برنامجا إرشاديا عقلانيا انفعاليا الإرشادي على المجموعة التجريبية بواقع (١٣) جلسة وبمعدل جلتين في الأسبوع بمدة ٤٥ دقيقة لكل جلسة. وقد توصلت نتائج الدراسة الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للقياس القبلي لمقياس الضغوط النفسية تبعا لمتغير المجموعة تجريبية، ضابطة ووجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الضغوط النفسية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية، كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على المقياس قبل تطبيق البرنامج وبعده مع وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الضغوط النفسية في القياسين البعدي والتتبعي.

فروض الدراسة:

- ١- توجد فروق دالة احصائية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية لصالح المجموعة التجريبية؟
- ٢- توجد فروق دالة احصائية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية لصالح التطبيق البعدي؟
- ٣- توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية وذلك بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج؟

الطريقة والإجراءات:

أولاً: منهج البحث: استخدمت الدراسة الحالية المنهج التجريبي نظراً لمناسبته لطبيعة الدراسة

ثانياً: عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من ٢٠ اما من أمهات التلاميذ من ذوى الإعاقة السمعية وتم تقسيمهم الى مجموعتين (١٠) ضابطة ، (١٠) تجريبية بمتوسط أعمارهم الزمنية (٣٦,٥) وبانحراف معياري (٨,٥٦) وهذ الأمهات من مدرسة الامل للصم وضعاف السمع بمحافظة الإسماعيلية و تتم حساب التكافؤ بين افراد العينة (الضابطة والتجريبية) من حيث الضغوط النفسية في القياس القبلي والعمر الزمني والمستوى الاجتماعي وجدول (١) يوضح ذلك

جدول (١)

التكافؤ بين المجموعة التجريبية والضابطة من حيث الضغوط النفسية في القياس القبلي والعمر الزمني والمستوى الاجتماعي

المقياس	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	معامل مان وتنى	w	z	مستوى الدلالة
الضغوط النفسية	الضابطة	١٠	١٠.٥	١٠٥	٤٨	١.٢	٠.١٦٣-	غير داله
	التجريبية	١٠	١٠.٢	١٠٢				
العمر الزمني	الضابطة	١٠	٨.٤	٨٤	٣١	٠.٢	٠.١٤٥-	غير داله
	التجريبية	١٠	١٢.٢	١٢٢				
المستوى الاجتماعي	الضابطة	١٠	١٠.١	١٠١	٤٧	٠.٢	٠.٢١٧-	غير داله
	التجريبية	١٠	١٠.٧	١٠٧				

يتضح من الجدول السابق جميع قيم مان وتنى غير دالة احصائيا مما يدل على التجانس بين المجموعة التجريبية والضابطة من حيث الضغوط النفسية في القياس القبلي والعمر الزمني والمستوى الاجتماعي.

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية (اعداد الباحثة)

الهدف من المقياس: تحديد درجة الضغوط النفسية التي تتعرض لها أمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية لمعاين سمعيا.

وصف المقياس:

يتكون المقياس من (٣٠) عبارة تقيس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية وقد تم صياغته عبارة المقياس بأسلوب سهل وبسيط وواضح ومن خلال تعليمات المقياس يطلب من الام ان تختار اجابه واحدة من بين ثلاث إجابات وهي (نعم - أحيانا - لا) ويتم تصحيحها كالتالي (٣-٢-١) وتفسر بان العبارة تنطبق على الام بدرجة كبيرة ، او بدرجة متوسطة او لا تنطبق .

خطوات اعداد المقياس

١- اطلعت الباحثة على العديد من الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت الضغوط النفسية لأمهات المعاقين ومن خلال هذه الدراسات استطاعت الباحثة التعرف على مفهوم الضغوط النفسية ومن هذه الدراسات دراسة يحيى الدهيمات (٢٠٠٨)، دراسة إليز كلير ديفيز (٢٠١٥)، دراسة محمد عبد اللا (٢٠١٩)، دراسة مريم توام (٢٠١٩).

٢- تم اعداد المقياس في صورته الأولى وتكون من ٣٢ عبارة وتم عرض المقياس على مجموعه من المحكمين في مجال التربية الخاصة وعلم النفس والصحة النفسية حيث بلغ عددهم (١٠) من المحكمين حيث تم التحكيم من حيث مدى مناسبة العبارة لما وضعت لها وضوح العبارات الغير مناسبة ومن خلال إرشادات التحكيم اتفقوا بنسبه (١٠٠%) على وجود عبارتين غير مناسبتين وتم حذفهم ليصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من ٣٠ عبارة.

الكفاءة السيكومترية للمقياس:

لقد اختارت الباحثة عينة التقنين والتي تكونت من (٣٠) تما من أمهات التلاميذ المعاقين سمعياً من مدرسة الامل للصم وضعاف السمع بمحافظة الإسماعيلية وتم حساب الصدق والثبات كالتالي:

(١) الصدق: وقد تم حساب الصدق من خلال:

- صدق المحكمين: تم عرض المقياس على مجموعه من المحكمين في مجال التربية الخاصة وعلم النفس والصحة النفسية حيث بلغ عددهم (١٠) من المحكمين حيث تم التحكيم من حيث مدى مناسبة العبارة لما وضعت لها وضوح العبارات الغير مناسبة ومن خلال إرشادات

التحكيم اتفقوا بنسبه (١٠٠ %) على وجود عبارتين غير مناسبتين وتم حذفهم ليصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من ٣٠ عبارة.

- الصدق المرتبط بالمحكيات :

حيث تعتمد تلك الطريقة على مقارنة درجات المقياس بدرجات مقياس اخر تم استخدامه كمحك خارجي حيث استخدمت الباحثة مقياس يحيي الدهيمات على عدد (٣٠) اما من أمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية وقد حصلت الباحثة على معامل ارتباط قيمته ٠.٨١ % وهو قيمة مرتفعة تدل على صدق المقياس.

(٢) الثبات : وقد قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس من خلال

- الثبات بطريقة إعادة إجراء المقياس : حيث قامت الباحثة بإعادة تطبيق المقياس على نفس عينة التفتين بفواصل زمني أسبوعين بين التطبيقين حيث وجدت ان معامل الثبات ٠.٧٩ وهي قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى الدلالة ٠.٠١

- حساب الثبات بطريقة تحليل التباين: تم حساب معامل الثبات باستخدام معادلة كيود وريتشاردسون على تلك العينة حيث حصلت الباحثة على معامل ثبات بنسبة ٠.٨٢ وهو معامل مرتفع ودال عند مستوى الدلالة ٠.٠١

ثانيا: برنامج إرشادي لأمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية

هدف البرنامج العام: هو خفض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة السمعية الأهداف الإجرائية:

-اهداف معرفية: يتمثل في

- ١- التعرف على مستوى الضغط النفسي لدى أمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية.
- ٢- توضيح مدى تأثير الضغوط النفسية على أمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية.
- ٣- تحديد اهم أسباب الضغط النفسي لدى أمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية

- اهداف سلوكية:

- ١- تعديل وتحسين اتجاه وسلوك أمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية نحو أبنائهم.
- ٢- توجيه الأمهات حول كيفية التعامل مع ابنائهم بطريقة صحيحة في ظل النظام التعليمي الجديد وخلال فترة انتشار فيروس كورونا.
- ٣- تعليم وتوجيه الأمهات فنيات إدارة الازمات وطرق التعامل الصحيحة.

-هدف نمائي: يتمثل في إتاحة الفرصة لأمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية لتحقيق النمو النفسي والمعرفي.

-اهداف وجدانية:

١-مساعدة أمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية على الاندماج في البرنامج وتنمية روح التعاون والمشاركة ورفع الروح المعنوية لهم.

٢-تحسين اتجاه أمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية نحو أبنائهم.

٣-تحسين اتجاه أمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية نحو الازمات وتقبلها.

-الفئة المستهدفة: لقد استهدف البرنامج أمهات التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية.

-مصادر بناء البرنامج: تم بناء البرنامج بالرجوع الى الأطر النظرية والدراسات السابقة التي اهتمت بتحسين الضغوط النفسية لامهات ذوي الاحتياجات الخاصة والتي اهتمت باعداد برامج لتخفيف هذه الضغوط النفسية ومنها (يحيى الدهيمات ،٢٠٠٨ ؛ بطرس حافظ بطرس ،٢٠٠٦،

:2013 ,Prakash,S.,Prakash,S.,Ravichandran,A.,Susan,K. &Alex,W ,2015 Guita M, Marzieh D, Soraya & Anat ,Z; Tova ,M; Ricardo ,T; Eliana H, and Devora,2016 ؛Yap J, Rafidah M, Mahadir A and Nashrah, M,2018, ٢٠١٩، مريم توام

محاور البرنامج:

وقد اعتمد البرنامج على مجموعة من الجلسات والتي تكونت من (عنوان الجلسة - الهدف من الجلسة - زمن الجلسة - الفنيات المستخدمة في كل جلسة - الإجراءات لمتابعة بالجلسة - الأنشطة المستخدمة في الجلسة - الاستراتيجيات المستخدمة بالجلسة).
الأنشطة والأدوات المستخدمة في البرنامج: جهاز كمبيوتر مسجل عليه بعض الفيديوهات التوعوية والإرشادية.

حدود البرنامج: وتتمثل في

- المجموعة المهنية: وهي العينة التجريبية

-المكان: بمدرسة الامل للصم وضعاف السمع بمحافظة الإسماعيلية مع الأخذ بكافة الإجراءات الاحترازية والتعقيم.

-عدد الجلسات ٢٠ جلسة بواقع جلستين في الأسبوع

-زمن الجلسات من ٤٠ : ٤٥ دقيقة

- المشاركون: الباحثة وأمهات التلاميذ من ذوى الإعاقة السمعية.
- الفنيات المستخدمة في البرنامج: المحاضرة والمناقشة والحوار وحل المشكلات ولعب الدور والمحاكاة والتعزيز والواجب المنزلي.

الخطوات العامة للبرنامج: ويشتمل على مرحلتين:

١- مرحلة الإعداد للبرنامج

٢- مرحلة تنفيذ البرنامج

ويوضح الجدول رقم (٢) مآتم تنفيذه من موضوعات ولقاءات وإرشادات منذ اللقاء التمهيدي

حتى ختام البرنامج:

جدول (٢)

موضوعات البرنامج والمخطط الزمني

جلسات البرنامج	موضوع الجلسة	الفنيات المستخدمة	زمن الجلسة
الجلسة الأولى	جلسات تمهيدية التعرف على الأمهات والتعريف بالبرنامج والهدف منه وخطوات العمل والأفكار المقترحة حول ادارة الجلسات.	المحاضرة والمناقشة والحوار وحل المشكلات والعصف الذهني	٤٥-٤٠ دقيقة
الجلسة الثانية والثالثة	التعرف على مفهوم الإعاقة السمعية وخصائص المعاقين سمعياً والطرق الصحيحة في التعامل معهم والتعرف بمفهوم الضغط النفسي والعوامل المؤثرة فيه .	المحاضرة والمناقشة والحوار وحل المشكلات والعصف الذهني	٤٥-٤٠ دقيقة
من الجلسة الخامسة الى السابعة	التعرف على فيروس كورونا وخطورة الفيروس على أبنائهم وإرشادهم لكيفية التعامل مع أبنائهم للحفاظ عليهم منم خطورة الفيروس مع عرض فيديو توضيحية لذلك.	المحاضرة والمناقشة والحوار وحل المشكلات والمحاكاة والنمذجة ولعب الدور والواجبات	٤٥-٤٠ دقيقة
من الجلسة الثامنة الى الحادية عشر	إرشادات وتوجيهات من اجل التعرف على ضرورة العلاقات الأسرية والاجتماعية والتعاون والمساعدة داخل المنزل.	المحاضرة والمناقشة والحوار وحل المشكلات والمحاكاة والنمذجة ولعب الدور والواجبات	٤٥-٤٠ دقيقة
من الجلسة الثانية عشر الى الجلسة الرابعة عشر	إرشادات وتوجيهات من اجل التعرف على احتياجات أبنائهم المعاقين نفسياً وكيف يمكن مساعدتهم على التعلم وتنمية المهارات خلال تواجدهم بالمنزل وكيف يمكن تحويل هذه الفترة الى فترة من الاستمتاع والتمتع مع أبنائهم.	المحاضرة والمناقشة والحوار وحل المشكلات والمحاكاة والنمذجة ولعب الدور والواجبات	٤٥-٤٠ دقيقة
من الجلسة الخامسة عشر الى السابعة عشر	إرشادات وتوجيهات حول الاعتراف بالخطأ وتقبل الذات والآخرين وفنيات إدارة الازمات.	المحاضرة والمناقشة والحوار وحل المشكلات والمحاكاة والنمذجة ولعب الدور والواجبات	٤٥-٤٠ دقيقة
الجلسة الثامنة عشر والتاسعة عشر	إرشادات وتوجيهات من اجل التعرف على كيفية تقليل التوتر والاكنتاب من خلال ممارسة الرياضة مع أبنائهم.	المحاضرة والمناقشة والحوار وحل المشكلات والمحاكاة والنمذجة ولعب الدور والواجبات	٤٥-٤٠ دقيقة
الجلسة العشرون	جلسة ختامية وذلك من خلال عرض بعض النماذج من أمهات لأبناء معاقين استطاعوا تخطى فترة فيروس كورونا بالعمل مع أبنائهم وتحسين مهاراتهم واستغلال هذه الفترة في التقرب من أبنائهم ولم يجعلوا الضغط النفسي يؤثر عليهم.	المحاضرة والمناقشة والحوار وحل المشكلات والمحاكاة والنمذجة ولعب الدور والواجبات	٤٥-٤٠ دقيقة

اجراءات تقويم البرنامج: وتتم عملية تقويم من خلال ثلاث مراحل

- التقويم المبدئي: سوف يتم عرض البرنامج في صورته الاولى على مجموعة من المحكمين من أساتذة علم النفس والصحة النفسية والتربية الخاصة لتحقيق من فعالية البرنامج.
- التقويم البنائي والمرحلي: سوف يتم تقويم البرنامج بعد نهاية كل جلسة من جلسات البرنامج لمعرفة مدى تحقيق البرنامج لأهدافه وذلك من خلال تقويم البرنامج بعد نهاية كل مرحلة من مراحل تنفيذ البرنامج لمعرفة مدى تحقيق البرنامج لأهدافه.
- التقويم النهائي: ويتم ذلك من خلال تقويم البرنامج بعد نهاية كل جلسات البرنامج لمعرفة مدى تحقيق البرنامج لأهدافه وذلك من خلال تطبيق المقياس على عينة الدراسة.
- التقويم التبعي : حيث يتم التقويم التبعي للبرنامج بعد مرور شهر من انتهاء تطبيق البرنامج وذلك لمعرفة مدى بقاء اثر البرنامج في تحسين الضغط النفسي لدى أمهات التلاميذ من ذوى الإعاقة السمعية.

الاساليب الاحصائية:

- لقد استخدمت الدراسة الحالية الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية وهي برنامج spss
- (١) اختبار ويلكوكسون للمجموعات المرتبطة Wilcoxon Test لحساب الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس الضغوط النفسي لأمهات التلاميذ المعاقين سمعياً.
- (٢) اختبار مان وتني للمجموعات المستقلة Mann – Whitney Test لحساب الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الضغوط النفسي لأمهات التلاميذ المعاقين سمعياً.

نتائج البحث ومناقشتها:**نتائج الفرض الأول ومناقشتها**

ينص الفرض الأول على انه توجد فروق دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية لصالح المجموعة التجريبية. وللتحقق من صحة الفرد تم استخدام اختبار مان وتني **Man-Whitney** لحساب دلالة الفرق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ المعاقين سمعيا والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٣)

نتائج اختبار مان وتني **Mann-Whitney Test** للفرق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ المعاقين سمعيا.

المتغير مجموع الرتب	المجموعة ن متوسط الرتب	قيمة z دلالة
الدرجة الكلية للمقياس	المجموعة الضابطة ١٠ ١٠.٩٨	٣,٧٦ ٠.٠٥ دالة
	المجموعة التجريبية ١٠ ٥.٢٥	

يتضح من الجدول السابق انه توجد فروق دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية لصالح المجموعة التجريبية حيث ارتفعت أمهات التلاميذ المعاقين سمعيا على مقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية بعد تطبيق البرنامج عليهم ، وعدم تلقى المجموعة الضابطة أي معالجات او ارشادات مما يعني هذا فعالية البرنامج المستخدم على تحسين الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ المعاقين سمعيا افراد المجموعة التجريبية الذين طبق عليهم البرنامج، حيث كانت نتائج الفرض الاول تشير الى دور البرنامج الإرشادي في تخفيف تحسين الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ المعاقين سمعيا.

وترجع الباحثة ذلك التحسن الذي حدث للمجموعة التجريبية الى ما تناوله من ارشاد وتوعيه وتوجيه ونصح وبناء الثقة بالنفس لان أمهات التلاميذ المعاقين سمعيا بحاجة الى الدعم والتشجيع لتخطى هذه الفترة واشعارهن بالدور العظيم الذي يقمن به مما يزيد من

حماسه ودافعيتهم ويجعلهم قادرين على مواجهه ضغوطات الحياة والظروف العارضة ، وأيضا استخدام استراتيجيات ومهارات مثل أساليب المناقشة والحوار والتعزيز ولعب الدور والنمذجة وكيفية التعامل مع الضغوط كل ذلك اظهر تحسن في أداء المجموعة التجريبية عن الضابطة وتتنفق نتيجة الفرض مع دراسة كلا من يحيى الدهيمات ،٢٠٠٨ ؛ بطرس حافظ بطرس ،٢٠٠٦،

:2013 , Prakash,S.,Prakash,S.,Ravichandran,A.,Susan,K. &Alex,W ,2015 Guita M, Marzieh D, Soraya & Anat ,Z; Tova ,M; Ricardo ,T; Eliana H, and Devora,2016 ؛Yap J, Rafidah M, Mahadir A and Nashrah, M,2018

نتائج الفرض الثاني ومناقشتها

ينص الفرض على انه توجد فروق دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية لصالح التطبيق البعدي.

وللتحقق من صحة الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون **Wilcoxon Test** للفروق بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ المعاقين سمعيا والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٤)

نتائج اختبار ويلكوكسون **Wilcoxon Test** للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدي على مقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ المعاقين سمعيا.

الابعاد دلالة z	مجموعة تجريبية ن=١٠	قيمة z
الدرجة الكلية دالة	متوسط الرتب	مجموع الرتب
سالبة	٠.٠٠	١٩,٠*
موجب	٢.٢٣	١٥.١١

ينضح من الجدول السابق انه توجد فروق دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية لصالح القياس البعدي مما يدل على فعالية البرنامج الإرشادي في خفض التوتر والقلق الناتج عن جائحة كورونا

وتواجد الأطفال بالمنزل وتخفيف الضغط العصبي والشعور بضرورة الاهتمام بأبنائهم في هذه الفترة الحرجة.

وتشير الباحثة الى اهمية البرامج الارشادية التوجيهية والتوعوية في التوافق النفسي مع الوضع الحالي لما يحدث من تغيير وتأثير في الوقت الحالي و لما تسببه الكورونا من تباعد اجتماعي و عدم الرضا والتوافق مع المحيطين بهم من الزملاء والاسرة ، حيث فسرت الباحثة التحسن الذي ظهر في القياس البعدي عن القياس القبلي الى استخدام فنيات متعددة في البرنامج والتي تنوعت ما بين العصف الذهني ولعب الدور والمحاكاة والتوجيه وحل المشكلات مما جعل الامهات اكثر فعالية وتقبل للبرنامج وتفاعل ولقد ساعدهم ذلك على تخفيف وتحسين الضغوط النفسية وخاصة بالاستماع لتجارب الاخرين وهذا ما أكدته دراسة كلا من محمد عبد اللا (٢٠١٩) ، مريم توام (٢٠١٩) ، يحي الدهيمات (٢٠٠٨) ،

Yap J, Rafidah M, Mahadir A and Nashrah M(2018)

ويرجع هذا التحسن ايضا في اداء (المجموعة التجريبية) في القياس البعدي عن القبلي الى تأثير البرنامج الإرشادي المستخدم نظرا لتعدد الانشطة فلم يكون دور البرنامج توجيه النصيحة فقط بل مشاركة الامهات بنفسهم بالعمل مثل عرض نماذج لبعض المشكلات التي واجهتهم اثناء فترة كورونا وكيف استطاعوا مواجهتها وحل هذه المشكلات مما جعلهم اكثر حرصا لحضور الجلسات بانتظام واتباع التعليمات المقدمة لهم وشعورهم بالثقة والايجابية وخاصة بعد تعزيز ما قاموا به من اعمال بالثناء والشكر والمديح مما جعلهم اكثر تفاعل وايجابية ، ومن ناحية اخرى ترى الباحثة ان المتابعة المتسمة خلال البرنامج واعطاء التغذية الراجعة المناسبة لهم بشكل سليم خلال تطبيق البرنامج مع توفير بيئة اجتماعية بها روح المشاركة والتعاطف والتوجيه والنصح ادى الى تحقيق الفرض الثاني لهدفة وتحسين اداء المجموعة التجريبية بعد البرنامج .

نتائج الفرض الثالث ومناقشتها

ينص الفرض على انه لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية وذلك بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج.

جدول (٥)

نتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ المعاقين سمعياً

الابعاد	مجموعة تجريبية ن=٩	قيمة Z
الدرجة الكلية للمقياس	١.٠٠	٢.٤٠
غير دالة	٢.٠٠	١.٧٥
اشارة الرتبة	متوسط الرتب	مجموع الرتب
سالبة	١.٠٠	٢.٤٠
موجب	٢.٠٠	١.٧٥

يتضح من الجدول السابق انه لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية لأمهات التلاميذ المعاقين سمعياً وذلك بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج وهذا يدل على ان البرنامج قد ترك أثر لدى أمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية وجعلهم أكثر حرصاً على رعاية أبنائهم والخوف عليهم.

وتفسر الباحثة نتيجة الفرض الثالث وهي بقاء أثر البرنامج الإرشادي للبحث الى ان جلسات البرنامج تم اعدادها وفق اسس فنية عامة وتربوية واجتماعية ونفسية مناسبة لأمهات التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية بجانب مراعاة التعامل الحسن والجيد معهم كما ترجع ايضا الى اقامة جو من الألفة والحب والمودة والنصح التوجيه والارشاد الحسن واقامة علاقة صداقة وحب مع المجموعة كذلك تعاون الامهات مع الباحثة ومحاولة اثبات انهم على قدر كبير من تحمل المسؤولية والجدية والالتزام، وما ابدته الباحثة من متابعات التي اكدت من خلالها على الخبرات والفنيات والمهارات والأنشطة التي يتضمنها البرنامج وهي خبرات وأفكار وممارسات أدت لانخفاض الضغوط لديهن مما عزز ثقتهم بأنفسهم ويتفق نتائج ذلك الفرض مع دراسة كلا من يحيى الدهيمات، ٢٠٠٨؛ بطرس حافظ بطرس، ٢٠٠٦، مريم توام، ٢٠١٩؛ محمد عبد اللا، ٢٠١٩؛

:2013 , Prakash,S.,Prakash,S.,Ravichandran,A.,Susan,K. & Alex,W ,2015 Guita M, Marzieh D, Soraya & Anat ,Z; Tova ,M; Ricardo ,T; Eliana H, and Devora,2016 ؛Yap J, Rafidah M, Mahadir A and Nashrah, M,2018

التوصيات:

- ١- اجراء المزيد من البرامج الارشادية لأسر التلاميذ من ذوي الاحتياجات الخاصة الفترة القادمة نظرا للظروف الحالية حتى يمكنهم التعامل مع أبنائهم بطريقة سليمة وخلال المنظومة التعليمية الحديثة.
- ٢- تدريب الأمهات من خلال دورات تدريبية لإحلال المشاعر الإيجابية والتفكير الإيجابي محل المشاعر السلبية لتخفيف الضغوط النفسية.
- ٣- تشجيع أمهات التلاميذ من ذوي الاحتياجات الخاصة على التواصل عبر واقع التواصل وشبكة الانترنت لتبادل الأفكار والمعلومات وأيضا للتفاعل مع النظام وتوصيله لأبنائهم بشكل سليم.
- ٤- ضرورة تفعيل دور الاعلام في توضيح المشاكل التي تواجه التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة واسرهم خلال المنظومة التعليمية الحالية وكيف يمكن مواجهه هذه الضغوط والمشاكل.
- ٥- مساعدة القائمين على تعليم ذوي الاحتياجات الخاصة في التوصل لأساليب تعليمية يمكن استخدامها لتنمية التفكير الإيجابي لهم ولأسرهم.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- السيد سلامة الخميسي.(٢٠٢٠). التعليم في زمن الكورونا: تجسير الفجوة بين البيت والمدرسة، المجلة الدولية للبحوث في العلوم التربوية، العدد الرابع، المؤسسة الدولية لآفاق المستقبل، جمهورية مصر العربية.
- بطرس حافظ بطرس. (٢٠٢٠). فعالية برنامج إرشادي في تحسين التوافق لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة السمعية وأثره في تغيير اتجاهاتهم نحوهم، المؤتمر السنوي الثالث عشر -الإرشاد النفسي من أجل التربية المستدامة، جامعة عين شمس -مركز الإرشاد النفسي.
- سعيد سالم بن محسن الأسمرى .(٢٠٢٠). مهددات الصحة النفسية المرتبطة بالحجر المنزلي اثر فيروس كورونا المستجد، المجلة العربية للدراسات الأمنية، جامعه نايف العربية للدراسات الأمنية، العدد ٣٦ .
- سهى أحمد أمين نصر. (٢٠١٢). فعالية برنامج إرشادي جمعي قائم على البرمجة اللغوية العصبية في خفض حدة الضغوط النفسية لدى امهات الاطفال ذوي اضطراب التوحد، مجلة الطفولة والتربية، جامعة الإسكندرية، كلية رياض الأطفال.
- عزام امين. (٢٠٢٠). كورونا والهلع الجماعي، العربي الجديد www.alaraby.co.uk
- محمد الصافي عبد الكريم عبد اللا.(٢٠١٩). فاعلية برنامج ارشادى فى خفض الضغوط النفسية وتحسين أساليب المواجهة الإيجابية لدى أمهات الأطفال ذوى اضطراب التوحد: دراسة تجريبية - اكلينيكية، مجلة الإرشاد النفسي، العدد ٥٧، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- محمد جابر محمود رمضان. (٢٠٢٠). دور التعليم عن بعد في حل اشكاليات وباء كورونا المستجد المجلة التربوية، العدد ٧٧، جامعه سوهاج.
- محمد دياب. (٢٠١٤). علم النفس الإيجابي، دار الزهراء للطباعة، الرياض.
- محمود زايد محمد ملكاوى .(٢٠١١). فعالية برنامج إرشاد جمعي في خفض مستوى الضغط النفسي لدى أسر الأطفال المعاقين عقلياً، مجلة العلوم التربوية، جامعة جنوب الوادي، كلية التربية قنا.
- مريم جمال محمد توام .(٢٠١٩). اثر برنامج معرفي سلوكي في خفض الضغوط النفسية لدى عينه من أمهات أطفال اضطراب طيف التوحد ،رسالة ماجستير ، جامعه القدس المفتوحة .
- هدى جمال محمد. (٢٠١٥). فعالية برنامج في تنمية التفكير الإيجابي وأثره في تخفيف الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا (القابلين للتعلم)، كلية البنات، جامعه عين شمس.

- هدى داود نجم السعد. (٢٠٢٠). تحديات وفرص التعليم في ظل جائحة فيروس كورونا (واقع حال مدينة البصرة)، كلية الآداب، جامعه البصرة.
- يحيى أحمد حسين الدهيمات. (٢٠٠٨). مستويات الضغط النفسي لدى أسر الأطفال المعاقين سمعياً وفاعلية برنامج إرشادي مقترح لخفضها في مدينة عمان، رسالة دكتوراه، الجامعة الأردنية.

ثانياً: المراجع الاجنبية:

- Anat Zaidman-Zait*,1,2, Tova Most1, Ricardo Tarrasch1, Eliana Haddad-aid1, and Devora Brand.(2016). The Impact of Childhood Hearing Loss on the Family: Mothers' and Fathers' Stress and Coping Resources, urnal of Deaf Studies and Deaf Education, 23–33, doi:10.1093/deafed/env038.
- Elise Claire Davies.(2015). Parenting attitudes and stress levels among parents of children who are deaf, University of Arkansas, Fayetteville :<http://scholarworks.uark.edu/rhrcuht>
- Faiza abbas, Uzma Rafque ,shaista majid.(2013). Stress level of parents of hearing impaired children, Journal of Education and Practice, ISSN 2222-1735 (Paper) ISSN 2222-288X, Vol.4, No.26.
- Fonseca, A. ArbaraNazar, B. Canavarro, M. C. 2012. Parental psychological distress and quality of life after a prenatal or postnatal diagnosis of congenital anomaly: A controlled comparison study with parents of healthy infants. Disability and Health Journal, 5(1), 67-74
- Guita Movallali, Marzieh Dousti, Soraya Abedi-Shapourabadi3 .(2015). The Effectiveness of Positive Parenting Program (triple P) on Mental Health of Parents of Hearing Impaired Children, Journal of Applied Environmental and Biological Sciences, J. Appl. Environ. Biol. Sci., 5(5S)286-290, 2015.
- Guita Movallali, Mohsen Amiri, Majid YousefiAfrashteh, Zekrollah Morovati(2015). Parental Stress and Mental Health in Mothers of Children with Hearing Impairment: The Effectiveness of a Behavioural Training Program, IOSR Journal Of Humanities And Social Science (IOSR-JHSS), Volume 20, Issue 7, Ver. V (July 2015), PP 89-95,e-ISSN: 2279-0837, p-ISSN: 2279-0845.
- Nolte, S., (2011). The Importance of Addressing Stress in Parents of Hearing Impaired Children, Washington University School of Medicine Program in Audiology and Communication Sciences.
- Prakash,S.,Prakash,S.G.R.,Ravichandran,A.,Susan,K.Y.,&Alex,W.(2013).M easuring 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.

- UKRI. (2020, March 30). Potential psychological effects of quarantine and how to mitigate them. UK Re-search and Innovation.<https://coronavirusexplained.ukri.org/en/article/pub0002/>
- Yap Quin Jean, Rafidah Mazlan, Mahadir Ahmad and Nashrah Maamo.(2018). Parenting Stress and Maternal Coherence: Mothers With Deaf or Hard-of-Hearing Children, American Journal of Audiology, Volume 27Issue