

مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال كما يدركها الأطفال وكما يدركها المعلمون

م.علي هاشم جاوش الباوي

الكلية التربوية المفتوحة / واسط

ملخص البحث

ورثت الطفولة العراقية شأنها شأن بقية شرائح المجتمع العراقي الضعيفة، تركة ثقيلة ورهيبية كان في مقدمتها الأزمات الاقتصادية - الاجتماعية، التي طالت انعكاساتها عموم شرائح المجتمع العراقي، وشكلت الضغوط النفسية من بينها هماً يومية باعتراف المصادر الرسمية. وأكدت تقارير دولية نشرت عشية سقوط النظام السابق، وجود ٥ ملايين و ٣٠٠ ألف طفل يتيم وقرابة ٩٠٠ ألف من ذوي الاحتياجات الخاصة، من المعاقين جسدياً وعقلياً. أما الحروب التي مر بها العراق فقد خلفت تأثيرات خطيرة على حياة الأطفال وصحتهم ونفسياتهم وسلوكياتهم، ذلك لان التعرض، خاصة طويل الأمد، للصدمات والقلق والضغط من جراء الحرب، يترك آثاره على البناء النفسي للطفل، ومصادر النظام السابق نفسها كشفت في مطلع عام ١٩٩٥ فقدان ١٢ و ٩ % من مجموع الأطفال العراقيين لأبائهم، و ٩ و ٣ % لأمهاتهم، و ٥ و ٣٦ % لأفراد من عوائلهم، وقد ازدادت هذه المؤشرات كثيراً عقب الحرب الأخيرة عام ٢٠٠٣. واستناداً إلى مجموعة من علماء نفس الطفل ممن لهم خبرة عقد من الزمن في حروب أوغندا وموزمبيق والسودان، فإن (الأطفال العراقيين هم الأكثر معاناة بين أطفال الحروب، الذين تم وصفهم).

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

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

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

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

وفي ضوء ما تقدم تحددت فرضيات البحث بالآتي:

١- تشيع الضغوط النفسية بين الأطفال بدرجة عالية.

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

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

وقد اقتصر البحث الحالي على الأطفال التلاميذ (الذكور والإناث) بعمر (١١ - ١٢) سنة في مدينة الكوت / المركز، الدارين في المدارس الابتدائية، وكذلك الهيئة التعليمية في المدارس نفسها للعام الدراسي ٢٠٠٦ / ٢٠٠٧ . وفيما يتعلق بالإطار النظري، فقد وضع الباحث خلفية نظرية تناولت بعض الأدبيات المتعلقة بمصادر الضغط النفسي،

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

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

أما الثبات فقد تم استخراجها بطريقة التجزئة النصفية وقد بلغ (٠.٦١) ثم صحح بمعادلة سبيرمان براون فبلغ (٠.٧٦) . ثم طبقت القائمة على عينة من الأطفال بلغت (١٤٥) تلميذا وتلميذة بواقع (٨٠) ذكور و (٦٥) إناث. وقد تم اختيار العينة على وفق الاختبار العشوائي البسيط من تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر (١١ - ١٢) سنة، كما شارك في هذا البحث (١٢٠) معلماً ومعلمة، من العاملين في المدارس الابتدائية التي اختيرت منها عينة التلاميذ نفسها.

وقد توصلت نتائج البحث إلى ماياتي:

أولاً - تشيع الضغوط النفسية بين الأطفال بدرجة عالية.

ثانياً - أن أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال هي:

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

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

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

وفي ضوء النتائج قدم الباحث بعض التوصيات والمقترحات.

مشكلة البحث وأهميته:

ورثت الطفولة العراقية شأنها شأن بقية شرائح المجتمع العراقي الضعيفة تركة ثقيلة ورهيبة، كان في مقدمتها الأزمات الاقتصادية - الاجتماعية، التي طالت انعكاساتها عموم شرائح المجتمع العراقي، وشكلت الضغوط النفسية من بينها همماً يومياً باعتراف المصادر الرسمية، حيث ازدادت من ٨ و ٢٤% قبل عام ١٩٨٩ إلى ٦٢% في عام ٢٠٠٢. وأكدت تقارير دولية، نشرت عشية سقوط النظام السابق، وجود ٥ ملايين و ٣٠٠ ألف طفل يتيم، وقرابة ٩٠٠ ألف من ذوي الاحتياجات الخاصة من المعاقين جسدياً وعقلياً، وأكثر من مليون ونصف المليون أرملة، عدا مئات الآلاف من المطلقات. وكان اغلب تلك النساء يقمن بإعالة أطفالهن، الذين شكلوا نحو ٧ ملايين طفل، وجميع هؤلاء يعيشون بمستوى

مادي مترد جدا ودون الحد الأدنى للمستوى المعيشي. أما الحروب التي مر بها العراق فقد خلفت تأثيرات خطيرة على حياة الأطفال، وصحتهم، ونفسياتهم، وسلوكياتهم. ذلك أن التعرض، خاصة طويل الأمد، للصدمات والقلق والضغط من جراء الحرب، يترك آثاره على البناء النفسي، وأحيانا الجسدي، للطفل. فالحرب لا تشوّه الجسد فحسب بل وتشوّه الطاقات العقلية والنفسية أيضا. ومصادر النظام السابق نفسها كشفت في مطلع عام ١٩٩٥ فقدان ٩ و ١٢% من مجموع الأطفال العراقيين لأبائهم، و ٣ و ٩% لأمهاتهم، و ٥ و ٣٦% لأفراد من عوائلهم. وقد ازدادت هذه المؤشرات كثيرا عقب الحرب الأخيرة عام ٢٠٠٣. وكانت محنة الأطفال صارخة حينما أشارت السيدة سناء فرنسيس - مديرة مشروع الرعاية النفسية للأطفال آنذاك، الى ان الغالبية من الأطفال العراقيين يعانون من مشكلات نفسية كبيرة وخطيرة، مما اثر سلباً على استيعابهم لدروسهم، وبالتالي على مستواهم الدراسي (منظمة اليونيسيف، مكتب بغداد، ٢٠٠٥).

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

وأوضح لاشال، خلال المؤتمر الـ ١٢ للجمعية الأوروبية لعلم نفس الطفل والمراهق، الذي عقد في باريس، أن الحرب تؤدي إلى تدمير الأماكن الآمنة، مثل المنزل العائلي، وإلى تغيير العادات الاجتماعية، وإبراز العنف وعدم السيطرة على الانفعالات، ومن شأن ذلك التسبب بالخوف، والغضب، وتنمية الميل إلى العنف، وفقدان القيم، أو تحويرها، و(سيطرة المشاعر على الانفعالات) لدى المراهقين.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

فرضيات الدراسة:

- ١- شيوع الضغوط النفسية بين الأطفال بدرجة عالية.
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة بين الأطفال والمعلمين في تقدير مستوى الضغط النفسي لدى الأطفال.
- ٣- يوجد اتفاق بين الأطفال والمعلمين في ترتيب مصادر الضغط النفسي من حيث الشدة لدى الأطفال.

حدود الدراسة:

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

تحديد المصطلحات:

- الضغط النفسي: لقد عرف العلماء الضغط النفسي باتجاهات مختلفة، الأول: يعرفه باعتباره مثيرا، حيث عرفه: هو لمز (Holmes, 1982): بأنه حادث مثير يلقي مطالب صعبة على الفرد. (Holmes, 1982, p.68)
- ويعرفه تولور (Tolor , 1986) : بأنه أي تغير يلقي عبئا على قدرات التكيف لدى الفرد (, Tolor , 1986 , p. 48)، والاتجاه الثاني يعرف الضغط النفسي استنادا إلى نتائجه ، وضمن هذا الاتجاه ، يعرفه : سيلاي (Silai , 1977) : بأنه استجابة فسيولوجية نتجت عن أحداث مزعجة. (Silai , 1977 , p. 20)
- ويعرفه زيماردو (Zimbardo , 1985) : بأنه نمط الاستجابة المحددة أو غير المحددة التي يقوم بها الكائن لحادث يخل بتوازنه ويرهق أو يتجاوز قدراته على التكيف. (Zimbardo , 1985 , p. 112) والاتجاه الثالث يميل إلى الاهتمام بتقييم الفرد للأحداث ، وضمن هذا الاتجاه ، يعرف :
- تايلور (Taylor, 1975) : الضغوط النفسية بأنها عملية تقييم الأحداث كمواقف مهددة ، والاستجابة لها عبر تغيرات معرفية وانفعالية وفسولوجية. (Taylor , 1975 , p. 96)
- ويرى لازاروس (Lazarus , 1981) : أن الضغط النفسي هو علاقة بين الفرد وبيئته، يقيّمها الفرد بأنها مرهقة، وأنها فوق قدراته وتعرض وجوده للخطر. (Lazarus , 1981 , p. 75)
- ويرى برودسكي (Brodsky, 1990) : أن الضغط النفسي هو تقييم الأحداث بأنها مهددة، أو أنها يمكن أن تكون باعثة على الألم، وهو يشمل الاستجابات التالية للتهديد سواء أكانت نفسية أم جسدية (, Brodsky, 1990 , p. 75) .

~ ويعرف الباحث، الضغط النفسي بأنه:

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

~ ويعرفه إجرائيا:

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

خلفية نظرية:

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

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

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

مصادر الضغط النفسي :

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

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

أولاً- الرفض **Rejection** : ويتضمن رفضاً لمطالب الطفل وحاجاته بطريقة فظة.

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

ثالثاً- الإذلال (الحط من القدر) **Degradation**: ويأخذ أشكالاً مثل إذلال الطفل بحضور الآخرين، أو وصفه بالغباء أو مقارنته بالآخرين.

رابعاً- الإرهاب **Terrorization**: ويعني إجبار الطفل على مشاهدة العنف الذي يمارس ضد الآخرين.

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

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

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

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

وفيما يتعلق بالأسرة تؤدي دوراً مهماً في أحداث الضغط النفسي لدى الأطفال، ويصير الأمر أكثر خطورة إذا أدى الصراع الأسري إلى انفصال الوالدين (Prino et al, 1994) . ويرى شيلدرز (Shields et al., 1994) أن ذلك يعود إلى شعور الطفل بالتهديد ولاسيما فيما يتعلق بفقدان الحب ، كما يكون لدى الطفل شعوراً مستمراً بالخسارة وتوقع الخسارة مستقبلاً (Shields, et al, 1994 , p. 57) ويشير لوثر (Luther et al.. 1997) إلى أن انفصال الوالدين أكبر مساوية لدى الأطفال حتى من وفاة أحدهما، كما أن وفاة أحد الإخوة مصدر للضغط النفسي ، حيث يؤدي الأمر إلى شعور مزدوج بالخسارة ، الأول ناجم عن الوفاة، والثاني ناجم عن حالة الأسي لدى الوالدين مما يقلل من دعمهما للطفل (Luther et al.. 1997 , p. 42) أما فيما يتعلق بالمدرسة فإن صعوبات التعلم، والخوف من الامتحانات، والعقاب المدرسي، هي من أهم مصادر الضغط النفسي فضلاً عن الفشل في الامتحانات والخوف من نقد المعلمين، وصعوبات التكيف مع قوانين المدرسة، ومشاكل التكيف مع الأقران، هي من مصادر الضغط النفسي أيضاً. ومن مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال، الحرمان المادي، وإعاقة إشباع الحاجات الأساسية، وكذلك الانتقال إلى مسكن آخر، وهذا الأمر غالباً ما يرافقه الانتقال من المدرسة، وترك الأقران، ومواجهة تحديات جديدة (Woolfolk , 1998 , p. 88) .

الحروب وعلاقتها بالضغط النفسي لدى الأطفال:

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

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

التأثيرات غير المباشرة للحرب على الأطفال:

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

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

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

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

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

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

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

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

دراسات تناولت مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال:

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

وفي دراسة أخرى استهدفت تبين مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال من وجهة نظر التلاميذ في المدرسة الابتدائية، تبين أن أهم مصادر الضغط النفسي كانت وفقا للترتيب التالي: العقاب، والمعلم، والمطالب المدرسية، والمشكلات مع الزملاء (الروسان، ١٩٩٥، ص ١٠١). وتوصلت دراسة أخرى استهدفت تعرف مصادر الضغط النفسي لدى

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

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

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

دراسات تناولت آثار الضغط النفسي على الأطفال:

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

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

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

دراسات تناولت إدراك الكبار للضغط النفسي لدى الأطفال :

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

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

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

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

إجراءات البحث

١ - مجتمع البحث:

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

٢ - عينة البحث:

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

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

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

٣ - أداة البحث:

قائمة مصادر الضغط النفسي:

أجرى الباحث مراجعة للأدبيات ذات الصلة، ومنها بشكل خاص أدوات القياس، وتوصل إلى أن هذه الأدوات لا تفي بالغرض المطلوب لأسباب عديدة منها: أن هذه الأدوات التي تم الإطلاع عليها هي مقاييس أجنبية تحتوي على فقرات لا تتناسب والثقافة السائدة في المجتمع، بمعنى آخر: أنها مشبعة بثقافة المجتمع الذي أعدت فيه، كما أن هذه المقاييس لا تحتوي على المنبهات الدالة على الضغوط النفسية بمجتمعنا في الوقت الحاضر، لذا فإن الاعتماد عليها سوف يقلل من دقة قياس الظاهرة وللأسباب المشار إليها في أعلاه، قام الباحث بإعداد قائمة للضغوط النفسية **Chack List** تتضمن الأحداث الضاغطة في الوقت الحاضر، وذلك بتوزيع استبانة استطلاعية (ملحق ١) على مجموعة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي بواقع (٥٠) تلميذاً، طلب فيه الباحث ذكر الضغوط النفسية التي يواجهونها في الظروف الحالية، وبعد الحصول

على فقرات القائمة أجرى لها الباحث صياغة لغوية بحيث تكون واضحة وقادرة على إيصال ما هو مطلوب منها ، بكونها أحداثا ضاغطة (ملحق ٢) .

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

الآتي:

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

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

الصدق:

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

الثبات:

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

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

الإجراءات:

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

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

الوسائل الإحصائية التي استخدمت في البحث :

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

- ٥- معادلة سبيرمان - براون.
٦- الوسط المرجح بحسب معادلة فشر (Fisher).

نتائج البحث

أولاً -

- بلغ المتوسط لدرجات الأطفال على قائمة الضغوط النفسية (٨١ و ٠٩) وبانحراف معياري مقداره (١٨ ، ٨٤) ، ولغرض معرفة درجة شيوع الضغوط النفسية لدى الأطفال، تم تقسيم أفراد العينة إلى ثلاثة مجموعات بموجب الدرجات التي حصلوا عليها، وهي:
١. تم حساب متوسط العينة الذي مقداره (٨١ ، ٠٩) + الانحراف المعياري الذي مقداره (١٨ ، ٨٤) فبلغ ناتج ذلك = (٩٩ ، ٩٣) وعلى هذا فإن الفرد الذي تكون درجته مساوية لـ (٩٩ ، ٩٣) أو أكثر يعد ضمن المجموعة العليا في الضغوط النفسية، وقد بلغ عدد أفراد هذه المجموعة (٦٩) فرداً.
 ٢. تم حساب متوسط العينة الذي مقداره (٨١ ، ٠٩) - الانحراف المعياري الذي مقداره (١٨ ، ٨٤) فبلغ ناتج ذلك = (٦٢ ، ٢٥) وعلى هذا فإن الفرد الذي تكون درجته مساوية لـ (٦٢ ، ٢٥) أو أقل يعد ضمن المجموعة الدنيا في الضغوط النفسية، وقد بلغ عدد أفراد هذه المجموعة (٣٠) فرداً.
 ٣. كل فرد يحصل على درجة تتراوح ما بين (٦٢ ، ٢٦ - ٩٨) يعد ضمن المجموعة المتوسطة في الضغوط النفسية، وقد بلغ عدد أفراد هذه المجموعة (٤٨) فرداً. والجدول (١) يوضح ذلك.

الجدول (١)

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

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

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

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

الجدول (٢)

يوضح الضغوط النفسية العشرة التي احتلت قمة الترتيب لدى الاطفال.

الترتيب التتالي للفقرات	الضغط النفسي	درجة الحدة
	طلاق والديك.	٢٩٥
	الاستهزاء.	٢٩٤
	صوت الانفجارات.	٢٩٣
	شعورك بالمرض.	٢٩٢
	مرض أحد أفراد الاسرة.	٢٩١
	صوت الاطلاقات النارية.	٢٩٠
	قلة توافر بعض الحاجات الضرورية.	٢٨٨
	حصولك على درجات ضعيفة في المدرسة.	٢٨٧
	وجود التلاميذ المشاكسين في المدرسة.	٢٨٦
	الشتيم.	٢٨٥

ثانياً -

- لا توجد فروق ذات دلالة بين الأطفال والمعلمين في تقدير مستوى الضغط النفسي لدى الاطفال. للتحقق من هذه الفرضية استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وظهر أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٢٩٠، ٢) وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (٩٦، ١) بدرجة حرية (٢٦٣) وعند مستوى دلالة (٠، ٠٥) تبين أنها دالة إحصائياً . والجدول (٣) يوضح ذلك.

الجدول (٣)

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

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

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

ثالثاً -

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

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

الجدول (٤)

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

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

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

• لمعرفة بقية الفقرات الإطلاع على الملحق (٤) .

الاستنتاجات:

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

أولاً- تشيع الضغوط النفسية بين الأطفال بدرجة عالية.

ثانياً- أن أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال هي:

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

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

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

مناقشة النتائج:

أشارت نتائج البحث إلى أن الطفل في مجتمعنا يعيش حياة مليئة بالضغوط التي أخذت تنتقل كاهله وتزيد من أعبائه الحياتية، ولعل حروب النظام السابق، قد خلفت تأثيرات خطيرة على حياة الأطفال وصحتهم، ونفسياتهم، وسلوكياتهم، ذلك لان التعرض خاصة طويل الأمد، للصدمات والقلق، والضغط من جراء الحرب يترك بصماته على البناء النفسي للطفل. كما أن الحصار الاقتصادي لاسيما في عقد التسعينات عندما اشتدت قسوته على العوائل العراقية، وجدت نفسها عاجزة عن تلبية متطلباتها ومتطلبات أبنائها مما شكل مصدرا للضغوط النفسية على الأطفال، والتي جعلت كل طفل في العراق يعاني من ضغط نفسي على مستوى أو اخر.

وعند استعراض مصادر الضغط النفسي الأساسية لدى الأطفال، يلاحظ أن بعضها يتعلق بما يجري في نطاق الأسرة، مثل طلاق الوالدين ومرض أحد أفراد الأسرة ومرضه هو تعد من أهم مصادر الضغط النفسي. وبعضها يتعلق بالمشكلات الكثيرة التي تهدد الحياة في الشوارع من قبيل صوت الانفجارات والاطلاقات النارية، وذلك لانعدام الأمن والاستقرار وكذلك نتيجة الآلة الحربية الرهيبة التي استخدمت خلال الحرب، وتميزت بدمارها الهائل وفتكها الرهيب وبما تركته من مشاهد وذكريات وأثار مأساوية.

كما بينت نتائج الدراسة أن الاستهزاء بالطفل وشمته احتلت مركزا متقدما في مصادر الضغط النفسي، ويعود سبب ذلك إلى انه يمس مفهوم الذات لدى الأطفال وكرامتهم وان أي تقييم سلبي للطفل يشكل مصدرا للضغط النفسي لديه. كما أظهرت نتائج الدراسة أن بعض الأحداث التي تحصل في المدرسة تشكل مصادر أساسية للضغط النفسي ومن هذه الأحداث الحصول على درجات ضعيفة في المدرسة، وهذه تتصل بالدور الذي يقوم به الطفل وعادة تكون المشكلات التي تتصل بالدور الذي يقوم به الطفل مصادر للضغط النفسي، كما أن وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة يشكلون مصدرا للضغط النفسي لدى التلاميذ الآخرين بسبب التهديد والإساءات التي يوجهونها لهم.

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

التوصيات:

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

- ١- أن الواجب الوطني والإنساني يوجب اخذ الضغوط النفسية التي مر ذكرها في نتائج البحث وتداعياتها بنظر الاعتبار.
- ٢- استحداث مركز متخصص بالمشكلات النفسية والعصبية التي تعترى الطفولة في المحافظة بالتعاون مع وزارة الصحة والتربية والتعليم العالي والعمل والشؤون الاجتماعية لتشخيص وعلاج الأمراض النفسية والعصبية للأطفال دون سن الـ (١٨).

- ٣- ضرورة تولي مسؤولية الطفل من قبل شرائح المجتمع كافة بالاهتمام والرعاية.
- ٤- قيام المؤسسات التربوية المسؤولة عن رعاية الطفل كوزارة التربية ومؤسسات وزارة العمل والشؤون الاجتماعية بحملات توعية عن تشخيص ورصد الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال والعمل على معالجتها من خلال المراكز الصحية والمستشفيات.
- ٥- الاتصال بوسائل الإعلام لإعداد ندوات تلفزيونية خاصة لغرض توجيه الانتباه لنتائج الضغوط النفسية على شخصية الأطفال وصلتها بالجوانب الانفعالية والاجتماعية والشخصية والتحصيلية والعقلية.
- ٦- الاهتمام بالإرشاد التربوي وشموله المراحل الدراسية كافة بدءاً برياض الأطفال لغرض تزويد الأطفال والتلاميذ والطلبة بالمعلومات الكافية التي تساعدهم قدر الإمكان على تجنب الاحباطات والتوترات والصراعات النفسية .
- ٧- العمل على إيجاد مستوى عال من الوعي لدى المؤسسات الصحية والتربوية ومؤسسات المجتمع المدني من أجل حثها على إظهار المزيد من الحساسية تجاه حاجات الأطفال الذين يعانون من مشكلات نفسية.
- ٨- التوسع في رياض الأطفال وتطويرها كما ونوعاً لدورها الفاعل في الرعاية النفسية القائمة على اللعب حيث تتيح للطفل فرصة التعبير عن مشاعره والتخلص من آلامه التي ربما تؤدي دوراً مهماً في التخلص من حالة القلق والاكتئاب التي يعيشها الأطفال أو المشكلات السلوكية التي يعانون منها.
- ٩- العمل على بذل الجهود من أجل الحد من ظاهرة إطلاق العيارت النارية.

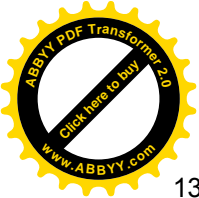
المقترحات:

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

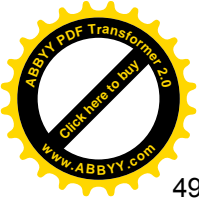
١. إجراء بحث حول مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال يأخذ بنظر الاعتبار متغير جنس الأطفال (ذكور، إناث).

المصادر:

- ١- الروسان، أيوب (١٩٩٥) : اثر العقاب البدني والنفسي على مفهوم الذات لدى طلبة الصفين الخامس والسادس الأساسي في مدارس لواء بني كنانة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية . الاردن.
- ٢- شيفر، شارلز وميلمان، هوارد (١٩٨٩) : مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها، ترجمة نسيمه داود ونزيه حمدي، منشورات الجامعة الأردنية، عمان .
- ٣- تقرير منظمة اليونسيف التابعة للأمم المتحدة ، مكتب بغداد ، ٢٠٠٥ .
- 3- Kasl, Puruing the link between stressful life experiences and disease: A time for Reappraisal. In: Cooper, c. (Ed): Stress Research Issues for Eighties. (Chichester: John Wiley and Sons.
- 4- Mehrens, w.and Lehman, I. Measurement and Evaluation in Education and Psychology, 3rd ed. (New York: Hold Rinehart and Winston).
- 5- Rathus, S. A., Nevid, J. S (1998): Adjustment and Growth: The Challenges of Life. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- 6- Dahl, B. and others: Second general effects of War in duced separation comparing the adjustment of child in recruite and non – recruited families. E R I C vol. 11, N 6, Jun.
- 7- Beck, A. T., Emery, G., Greenberg, R. L (1985): Anxiety Disorders and Phobias: A cognitive Perspective. New York, Basic Book Inc.
- 8- Dawud, Samia et al (1991): Effect of Domestic Violence on children s, Adjustment in School. Paper Presented at the Biennial Meeting of the Society for Research in children Development.
- 9- Newman, C. J (1978): Children of disaster: Clinical observation at Buffalo creek. American Journal of Psychiatry. 133, (3).
- 10- Beautrais, A. L., Ferguson, D. M and Shannon, F. T (1982): Family Life events and behavioural Problems in Preschool – aged children pediatrics, 70 (5).
- 11- Apter, S. I (1982): Troubled children, troubled system. New York, pramon.
- 12- Bodman, F. M (1944): Children Psychology in War – time Britain. Journal of Educational Psychology. 35.



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



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

ملحق (١)

استبانة

عزيزي التلميذ / عزيزتي التلميذة ..

تحية طيبة...

هناك العديد من الأمور والأحداث تواجه الأطفال في البيت أو في المدرسة أو في الشارع، ويقولون بأنها تجعلهم

يشعرون بالضيق والانزعاج والعصبية . لذا نرجو الإجابة عن الأسئلة التالية بكل حرية :

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

-
-
-
-
-

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

-
-
-
-
-

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

-
-
-
-

ملاحظة:

لا داعي لذكر أسمك أو اسم المدرسة.

بسم الله الرحمن الرحيم

ملحق (٢)

استبيان

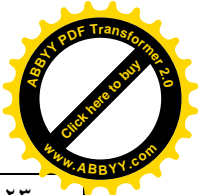
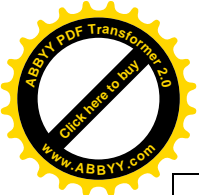
عزيزي التلميذ / عزيزتي التلميذة..

هذه بعض الأحداث التي يقول الأطفال عادة أنها تجعلهم يشعرون بالضيق والانعاج، هل ستشعرك أنت بذلك ؟
للإجابة ضع علامة () لبيان كيف ستشعر أنت إذا تعرضت لنفس الموقف.
والآن سوف أبدا وإياك خطوة فخطوة.

مع احترامي وتقديري لك.

الباحث

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



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

الوسط المرجح	ملحق (٣) الترتيب التنازلي للمضغوط النفسية كما يدركها الأطفال بحسب درجة حدتها		
	الضغوط النفسية	الترتيب التنازلي للفقرات	تسلسل الفقرة في القائمة
٢٠٩٥	طلاق والديك.	١	٦
٢٠٩٤	الاستهزاء.	٢	٣٤
٢٠٩٣	صوت الانفجارات.	٣	٥
٢٠٩٢	شعورك بالمرض.	٤	١٠
٢٠٩١	مرض أحد أفراد الاسرة.	٥	١٥
٢٠٩٠	صوت الاطلاقات النارية.	٦	٢٥
٢٠٨٨	قلة توافر بعض الحاجات الضرورية.	٧	٤
٢٠٨٧	حصولك على درجات ضعيفة في المدرسة.	٨	٧
٢٠٨٦	وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة.	٩	٣٥
٢٠٨٥	الشم.	١٠	٣٣
٢٠٨٤	ضرب الآخرين لك.	١١	٣٦
٢٠٨٣	رؤية الدم من على شاشة التلفزيون.	١٢	٣١
٢٠٨٠	تحيز أحد المعلمين ضدك.	١٣	٢٠
٢٠٧٩	تلف شيء يخصك.	١٤	٢١
٢٠٧٨	الطرد من المدرسة.	١٥	٢٨
٢٠٧٧	رؤية المنازل والبنائيات المهتمة من على شاشة التلفزيون.	١٦	٣٢
٢٠٧٦	التقليل من اهميتك.	١٧	١١
٢٠٧٥	تشاجر والديك أثناء وجودك.	١٨	٢٣
٢٠٦٩	موت أحد أفراد الاسرة.	١٩	١٦
٢٠٦١	قلة توافر أماكن للعب أو التسلية.	٢٠	٣٠
٢٠٥٥	ضياح شيء يخصك.	٢١	٩
٢٠٥٤	صوت الطائرات.	٢٢	١٧
٢٠٥٣	قلة اهتمام والديك بك.	٢٣	١٩
٢٠٥٢	المشاجرة مع الأطفال الآخرين.	٢٤	٢٢
٢٠٥١	الضرب من قبل المعلم.	٢٥	٢٧
٢٠٤٢	منعك من اللعب مع بعض اصدقائك.	٢٦	١٣
٢٠٣٨	منعك من اللعب.	٢٧	٢٦
٢٠٣٧	الانتقال إلى مدرسة اخرى.	٢٨	٢
٢٠٣٠	تفضيل أحد الوالدين لأخوتك عليك.	٢٩	٢٤
٢٠١٢	معاقبتك بسبب أخطاء بسيطة ارتكبتها.	٣٠	١
٢٠١١	قلة مشاركتك في النشاطات الصفية.	٣١	٣
٢٠٠٩	صعوبة المواد الدراسية.	٣٢	١٨
٢٠٠٧	صعوبة تطبيق التعليمات المدرسية.	٣٣	١٢
٢٠٠٤	الإلحاح عليك للحصول على درجات عالية جدا.	٣٤	٢٩
٢٠٠٢	مشاركتك في الأعمال المنزلية.	٣٥	٨
٢٠٠٠	كثرة الواجبات المدرسية.	٣٦	١٤

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

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