جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

# الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة

# Psychological Stress and its Relationship to Self-Concept Among People with Physical Disabilities in Ramallah and Al-Bireh Governorate

إعداد:

نور بسيم عبد الكريم

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

2021م

جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

# الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة

# Psychological Stress and its Relationship to Self-Concept Among People with Physical Disabilities in Ramallah and Al-Bireh Governorate

إعداد:

نور بسيم عبد الكريم

بإشراف:

الدكتور تامر فرح سهيل

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

2021م

# الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة

# Psychological Stress and its Relationship to Self-Concept Among People with Physical Disabilities in Ramallah and Al-Bireh Governorate


إعداد:

نور بسيم محمد عبد الكريم

بإشراف:

الدكتور تامر فرح سهيل


نوقشت هذه الرسالة وأجيزت في 11/8 /2021م

أعضاء لجنة المناقشة

| | | |
|---|---|---|
| الدكتور تامر سهيل | جامعة القدس المفتوحة | مشرفاً ورئيساً ..... |
| الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين | جامعة القدس المفتوحة | عضواً داخلياً..... |
| الدكتور عمر الريماوي | جامعة القدس | عضواً خارجياً..... |

أنا الموقع أدناه **نور بسيم محمد عبد الكريم**؛ أفوض/ جامعة القدس المفتوحة بتزويد نسخ من رسالتي للمكتبات أو المؤسسات أو الهيئات أو الأشخاص، عند طلبهم بحسب التعليمات النافذة في الجامعة.

وأقر بأنني قد التزمت بقوانين جامعة القدس المفتوحة وأنظمتها وتعليماتها وقراراتها السارية المعمول بها والمتعلقة بإعداد رسائل الماجستير عندما قمت شخصيًّا بإعداد رسالتي الموسومة بـ: "**الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة**"، وذلك بما ينسجم مع الأمانة العلمية المتعارف عليها في كتابة الرسائل العلمية.

الاسم: نور بسيم محمد عبد الكريم

الرقم الجامعي: .....

التوقيع: .....

التاريخ: 2021/11/8م

## الإهداء

أهدي هذا الجهد المتواضع إلى من زرعت بداخلي بذور العلم والحلم إلى والدتي مدَّ الله بعمرها بالخير والبركات.

إلى من جرع الكأس فارغًا ليسقيني قطرة حب، إلى من حصد الأشواك عن دربي ليمهد لي طريق العلم إلى أبي رحمه الله.

إلى أخوتي وأصدقائي والذين طالما مدوا لي يد العون، وكانوا برفقتي.

إلى كل من ساهم في تلقيني ولو بحرف في مسيرتي العلمية.

**الباحثة**

## الشكر والتقدير

اللهم لك الحمد حمدًا كثيرًا طيبًا مباركًا فيه، ملئ السماوات والأرض، أشكرك ربي على نعمك التي لا تعد، أحمدك ربي وأشكرك على أن يسرت لي إتمام هذه الرسالة على الوجه الذي أرجو أن ترضى به عني.

لا يسعني وأنا أضع اللمسات الأخيرة في هذه الدراسة إلاّ أن أتقدم بالشكر إلى كل من كانت له فيها مساهمة ولو بسيطة، وأخص بالشكر الدكتور تامر سهيل المشرف على هذه الرسالة، ومنحني من وقته الثمين، الذي أسجل له وبحروف من نور أسمى آيات الشكر والتقدير والاعتزاز والثناء لجهوده الأبوية الحانية، والذي كان له الفضل بعد الله عز وجل في إنارة طريق البحث لي من خلال توجيهاته وإرشاداته ونصائحه التي كان لها أثر بليغ في نفسي وعملي ودراستي جعلها الله في ميزان أعماله.

كما ويسرني أن أشكر أعضاء هيئة المناقشة: الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين، والأستاذ الدكتور عمر الريماوي، على تفضلهم بمناقشة رسالتي وإبداء الملاحظات التي سوف تسهم في رفع مستواها العلمي.

كما وأتقدم بالشكر الموصول لجامعة القدس المفتوحة والطاقم الرائع الذين احتضنوني خلال مسيرتي العلمية، وما أولوني من عناية وتقدير طيلة فترة دراستي.

**الباحثة**

## قائمة المحتويات


| الموضوع | الصفحة |
|---|---|
| صفحة الغلاف | أ |
| قرار لجنة المناقشة | ب |
| التفويض والإقرار | ج |
| الإهداء | د |
| الشكر والتقدير | هـ |
| قائمة المحتويات | و |
| قائمة الجداول | ح |
| قائمة الملاحق | ي |
| الملخص باللغة العربية | ك |
| الملخص باللغة الإنجليزية | م |
| **الفصل الأول: خلفية الدراسة ومشكلتها** | **9-1** |
| المقدمة | 2 |
| مشكلة الدراسة وأسئلتها | 5 |
| فرضيات الدراسة | 6 |
| أهداف الدراسة | 7 |
| أهمية الدراسة | 8 |
| حدود الدراسة ومحدداتها | 9 |
| التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة | 9 |
| **الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة** | **45-11** |
| **الإطار النظري** | **35-12** |
| **الدراسات السابقة** | **45-35** |
| **الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات** | **57-46** |
| منهجية الدراسة | 47 |
| مجتمع الدراسة وعينتها | 47 |
| أداتي الدراسة وخصائصهما السيكومترية | 49 |
| متغيرات الدراسة | 55 |
| إجراءات تنفيذ الدراسة | 56 |

| | |
|---|---|
| المعالجات الإحصائية | 57 |
| **الفصل الرابع: نتائج الدراسة** | **80-58** |
| النتائج المتعلقة بالسؤال الأول | 59 |
| النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني | 65 |
| النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى | 70 |
| النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية | 71 |
| النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة | 73 |
| النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة | 74 |
| النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة | 76 |
| النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة | 78 |
| النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة | 80 |
| **الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها** | **90-81** |
| تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها | 82 |
| تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها | 84 |
| تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها | 85 |
| تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها | 86 |
| تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها | 87 |
| تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها | 87 |
| تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها | 88 |
| تفسير نتائج الفرضية السادسة ومناقشتها | 89 |
| تفسير نتائج الفرضية السابعة ومناقشتها | 90 |
| **التوصيات والمقترحات** | **91** |
| **المراجع باللغة العربية** | **99-93** |
| **المراجع باللغة الإنجليزية** | **101-100** |
| **الملاحق** | **119-102** |

# قائمة الجداول


| الجدول | موضوع الجدول | الصفحة |
|---|---|---|
| 1.3 | توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة | 48 |
| 2.3 | قيم معاملات إرتباط فقرات مقياس الضغوط النفسية بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات إرتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات إرتباط كل مجال، مع الدرجة الكلية للمقياس | 50 |
| 3.3 | معاملات ثبات مقياس الضغوط النفسية بطريقة كرونباخ ألفا | 51 |
| 4.3 | قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس مفهوم الذات بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات إرتباط كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس | 53 |
| 5.3 | معاملات ثبات مقياس مفهوم الذات بطريقة كرونباخ ألفا | 54 |
| 6.3 | درجات احتساب مستوى كل من الضغوط النفسية ومفهوم الذات | 55 |
| 1.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس الضغوط النفسية وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً | 59 |
| 2.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الضغوط المستقبلية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية | 60 |
| 3.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الضغوط الصحية مرتبة تنازليًّا حسب المتوسطات الحسابية | 62 |
| 4.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الضغوط الاجتماعية مرتبة تنازليًّا حسب المتوسطات الحسابية | 63 |
| 5.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الضغوط الأسرية مرتبة تنازليًّا حسب المتوسطات الحسابية | 64 |
| 6.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس مفهوم الذات وعلى المقياس ككل مرتبة تنازليًّا | 65 |
| 7.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال مفهوم الذات العام مرتبة تنازليًّا حسب المتوسطات الحسابية | 66 |
| 8.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال مفهوم الذات الجسمي مرتبة تنازليًّا حسب المتوسطات الحسابية | 67 |
| 9.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال مفهوم الذات الانفعالي مرتبة تنازليًّا حسب المتوسطات الحسابي | 68 |
| 10.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال مفهوم الذات الاجتماعي مرتبة تنازليًّا حسب المتوسطات الحسابية | 69 |

| | | |
|---|---|---|
| 11.4 | نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات متوسطات الضغوط النفسية لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس | 70 |
| 12.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط النفسية لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية | 71 |
| 13.4 | نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس الضغوط النفسية لدى عينة من الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية | 72 |
| 14.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط النفسية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن | 73 |
| 15.4 | نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس الضغوط النفسية لدى عينة من الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن | 74 |
| 16.4 | نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات مفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس | 75 |
| 17.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس مفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية | 76 |
| 18.4 | نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس مفهوم الذات لدى عينة من الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية | 76 |
| 19.4 | نتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمجال مفهوم الذات الجسمي لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية | 77 |
| 20.4 | المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس مفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن | 78 |
| 21.4 | نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس مفهوم الذات لدى عينة من الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن | 79 |
| 22.4 | معاملات إرتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياسين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة | 80 |

# قائمة الملاحق


| الرقم | عنوان الملحق | الصفحة |
|---|---|---|
| أ | أدوات الدراسة قبل التحكيم | 103 |
| ب | قائمة المحكمين | 109 |
| ت | أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري) | 110 |
| ث | أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية | 115 |
| ج | كتاب تسهيل المهمة | 119 |

# الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة

**إعداد: نور بسيم محمد عبد الكريم**

**بإشراف: الدكتور تامر فرح سهيل**

**2021**

## ملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، والفروق في كل منها باختلاف متغير: الجنس، مكان السكن، العمر. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، حيث استخدم مقياسان للدراسة هما: مقياس الضغوط النفسية، ومقياس مفهوم الذات، على عينة متيسرة، بلغ حجمها (107) من ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة.

أظهرت النتائج أن متوسط الضغوط النفسية التي يعاني منها الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية بمتوسط بلغ قدره (2.73)، كما أشارت النتائج إلى أنَّ الضغوط النفسية قد جاءت حسب الترتيب التنازلي الآتي (الضغوط المستقبلية، الضغوط الصحية، الضغوط الاجتماعية، الضغوط الأسرية)، وبيَّنت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس في المجالين (الضغوط المستقبلية، الضغوط الصحية)، وجاءت الفروق لصالح الإناث، ولم تكن الفروق كافيه للدلالة بين متوسطات الضغوط النفسية باختلاف متغير: مكان السكن، العمر.

وبينت النتائج أن مستوى مفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية بلغ قدره (3.51)، وجاءت حسب الترتيب التنازلي الآتي: (مفهوم الذات العام، مفهوم الذات الجسمي، مفهوم الذات الانفعالي، مفهوم الذات الاجتماعي)، وبينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى مفهوم الذات تعزى لمتغير العمر، في مجال مفهوم الذات الجسمي تبعًا لمتغير الفئة العمرية، وجاءت الفروق

لصالح (من 22 إلى أقل من 30) مقارنة في (أقل من 22)، ولصالح (30 فأكثر) مقارنة في (أقل من 22)، ولم تكن الفروق دالة باختلاف متغير: الجنس، مكان السكن.

وأظهرت النتائج وجود علاقة إرتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($p < .01$)، بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، إذ بلغت قيمة معامل إرتباط بيرسون (.605)، وجاءت العلاقة عكسية سالبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة الضغوط النفسية انخفض مستوى مفهوم الذات.

وأوصت الدراسة بتكثيف الدورات الإرشادية للأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية لمساعدتهم على تخفيف الضغوط النفسية التي يتعرضون لها، ولمساعدتهم على التكيف مع إعاقتهم.

**الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية، مفهوم الذات، الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية.**

**Psychological stress and its relationship to self-concept among people with physical disabilities in Ramallah and Al-Bireh Governorate**

**Prepared by: Noor Baseem Mohammad Abdelkareem**

**Supervised by: Dr. Tamer Farah Suheil**

**2021**

## Abstract

This study aims to examine the psychological stress and its relationship to self-concept among people with physical disabilities in Ramallah and Al-Bireh Governorate, as well as the differences between each of them according to the different variables: gender, place of residence, and age. To achieve the study goals, the descriptive correlational approach was used; as two scales were used for the study: psychological stress scale, and self-concept scale, on an available sample which consists of (107) people with physical disabilities in Ramallah and Al-Bireh Governorate.

The results revealed that the level of psychological stress which people with physical disabilities suffer from was (2.73). The results also indicated that psychological stress were arranged in descending order as follows: (future stress, health stress, social stress, family stress). The results showed that there are statistically significant differences between the averages of psychological stress to be attributed to gender variable in both fields (future stress, and health stress), and differences were in favor of females, and they were insufficiently significant between the averages of psychological stress according to different variables: place of residence and age.

The results also indicated the level of self-concept among people with physical disabilities was (3.51) and it was arranged in descending order as follows: (general self-concept, physical self-concept, emotional self-concept, social self-concept). The results also revealed that there are statistically significant differences in the level of self-concept to be attributed to age variable, in the field of physical self-concept according to the age category variable; as differences were in favor of the age category (from 22 to less than 30 years) in comparison with the age category (less than 22 years), and in favor of the age category (30 years and above) in comparison with the age category (less than 22 years), and differences were insignificant according to different variables: gender, and place of residence.

The results also showed that there is a statistically significant correlation at significance level ($p < .01$) between psychological stress and self-concept among people with physical disabilities in Ramallah and Al-Bireh governorate; as the value of Pearson's Correlation Coefficient was (.605); given that this correlation is an inverse negative correlation; that is when the level of psychological stress increases, the level of self-concept decreases.

The study recommended to intensify counselling sessions for people with physical disabilities to assist them to mitigate the psychological stress they suffer from and also to assist them to adapt with their disability.

***Keywords***: psychological stress, self-concept, people with physical disabilities

# الفصل الأول

# خلفية الدراسة ومشكلتها

**1.1 المقدمة**

**2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها**

**3.1 فرضيات الدراسة**

**4.1 أهداف الدراسة**

**5.1 أهمية الدراسة**

**6.1 حدود الدراسة ومحدداتها**

**7.1 التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة**

# الفصل الأول

# خلفية الدراسة ومشكلتها

## 1.1 المقدمة

يمر الأفراد في حياتهم بالكثير من الضغوط والأزمات والشدائد والمشقّات التي من شأنها أن تؤثر سلبًا في حياتهم بكل أشكالها سواءً أكانت من الناحية النفسية أم الفسيولوجية، وفي حال عدم تهيئة الطرق والأساليب للتعامل البنّاء معها والتقليل من حدتها، فإن لها عواقب وخيمة جدًّا على صحتهم الجسدية والنفسية، وتعد من أهم القناعات هي التسليم بأنَّه ليس هناك مفرٌّ من مرور الإنسان في مثل هذه الأزمات، وأنَّه من غير الممكن منعها جميعها من الحصول أو التقليل منها. ويعد مفهوم الذات متغير مهم ف شخصية الإنسان لذا يجب على الإنسان أن يفهم ذاته، وخاصة الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية حيث فهمهم لذاتهم يزيد من ثقتهم بنفسهم.

واكتسبت الضغوط الداخلية والخارجية أهميتها من طبيعة كونها حالة نفسية مستمرة يصعب تحاشيها لأنها تحدث تفاعلاً عند الكائن الحي استجابة لحاجته للتكيف، وهذه الضغوط لمستوياتها العالية تؤثر مباشرةً في صحة الفرد وتضعف كفاءة وظائف أجهزته المختلفة، كما إن استمرار تعرضه لها مع فشل التعامل معها قد يسبب نوعًا من الأعياء، والإجهاد العصبي علماً أننا جميعاً نواجه ضغوطًا نفسية أو ما يسمي بضغوط الحياة اليومية المختلفة (أبو دلو، 2009 ).

ويعد مفهوم الذات من المتغيرات الأساسية المرتبطة بالشخصية، والذي يساعد على فهم السلوك الإنساني. ويتفق العلماء والباحثون على أنَّ مفهوم الذات يعتبر حجر الزاوية في الشـخصـية، وأنَّه هو أساس تكامل واتساق الشخصية ليكون الفرد متكيفاً مع نفسه ومع البيئة التي يعيش فيها (الظاهر،

2010). وإنَّ الذات هي المحور الرئيس للخبرة التي تحدد شخصية الفرد، فمفهومنا عن ذواتنا أي الطريقة التي ندرك بها ذواتنا هي التي تحدد نوع شخصيتنا وكيفية إدراكنا لها، وتعتبر الذات جوهر الشخصية الذي يحقق انسجامها، ومفهوم الذات حجر الزاوية فيها (العامرية، 2014).

وقد مر مفهوم الذات بتطور ديني وفلسفي عير التاريخ ولم يعرف الإنسان الذات كما عرفها في الوقت الحاضر من حيث كونها مصطلحا نفسيًّا له دلالته، فلا توجد لغة في العالم قديماً وحديثًا إلاّ واستخدمت ألفاظًا، مثل: (أنا، ونفسي، ولي، التي تدل على كنة النفس)، فالفلاسفة القدماء أمثال سقراط وأفلاطون وأرسطو كانوا يرون أنَّ للإنسان جانباً مادياً وآخر غير مادي "روحي"، ومع ظهور الديانات أصبح مفهوم الذات جزء من التفسيرات الدينية، فالمسيحية تؤمن بأنَّ الإنسان مكون من جزأين متميزين هما الجسم والروح، وأن الروح تسكن الجسد، ومن الممكن أن تنفصل عنه عند الموت، ويمكن النظر إليها على أنها مركز الرغبة والتفكير والاختبار (محمود ومطر، 2011).

وينقسم مفهوم الذات لمفهوم الذات الإيجابي الذي يعد مظهر من مظاهر الصحة النفسية التي من أهم ملامحها: التكيف سواءً مع الذات أم مع الآخرين، والتوافق النفسي والقدرة على تحقيق الذات، واعتبارها واحترامها مما يؤدي إلى أن يكوِّن الفرد مدركًا معرفيًّا إيجابيًّا عن ذاته، مما يشعره بتكيفه النفسي وسعادته في حياته العامة، وكل هذا يجعله قادرًا على فهم الآخرين وقادرًا على أداء دوره بفاعلية. لذا اعتبره رويلي " Rwylli" مكون نفسي مهم في فهم أنماط سلوكية عديدة لدى الفرد في عدة مجالات، كما اعتبره كل من ماسن وكونجز " Conges and Massen" مركز التكيف النفسي والسعادة الشخصية والأداء الجيد للدور(الخالق، 2017). أمّا النزع الثاني فهو مفهوم الذات السلبي، ويتمثل في مظاهر الانحراف السلوكية والأنماط المتناقضة مع أساليب الحياة العادية للأفراد، حيث يميل الأشخاص الذين يرون أنهم غير مرغوبين أو سيئين، وأنهم لا قيمة لهم لأن يسلكوا وفق هذه الصورة التي يرون أنفسهم عليها، كما يميل أصحاب المفهوم غير الواقعي عن أنفسهم إلى التعامل مع

الحياة والناس بأساليب غير واقعية، كما يتكون لديهم مفهوم منحرف عن أنفسهم، وبالتالي يدفعهم إلى أن يسلكوا بأساليب منحرفة، وعلى ذلك تعد المعلومات الخاصة بكيفية إدراك الفرد لذاته مهمة إذا حاولنا القيام بدور في مساعدة هذا الفرد أو محاولة الوصول إلى تقويمه (شقير، 1995).

وخلق الله سبحانه الإنسان في أحسن صورة وأعطاه من الصفات الشكلية والعقلية والنفسية ما مميزه عن سائر خلقه، وهناك من يعاني من إعاقات معينة ومنهم من يمر بظروف تفرض عليه هذا الأمر، فالشخص ذو الإعاقة هو كل شخص لا يستطيع أن يكفل نفسه كلياً أو جزئياً ضرورات الحياة الفردية أو الاجتماعية نتيجة عجز في قواه الجسمية مما يجعله غير قادر على أداء واجباته الأساسية بمفرده ومزاولة عمله والاستمرار فيه بالمعدل الطبيعي (عبد المعطي، 2005).

وهناك تباين في نسب انتشار الأفراد ذوي الإعاقة، وتختلف هذه النسبة من مجتمع إلى آخر؛ وذلك لأمر يتعلق بثقافة هذا المجتمع أو ذاك حول الوعي الصحي والثقافي، إضافة إلى العوامل الوراثية، والمعايير المستخدمة في تقدير نوع الإعاقة الحركية، كذلك إلى الاختلاف في تحديد معايير الإعاقة الجسدية وعدم وجود اتفاق بين العلماء حول تعريف الإعاقة الحركية إضافة إلى عوامل الظروف المستجدة، مثل: الكوارث الطبيعية والحروب؛ مما يؤدي إلى زيادة انتشار حالات الإعاقة الحركية. وتعد فلسطين من أكثر الدول انتشارًا لمثل هذه الفئة بين أفراده وحسب الإحصاءات الحديثة الصادرة عن الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني في عام (2019) أن (93) ألف فرد ذو إعاقة في فلسطين منهم ( 48%) في المحافظات الشمالية والجنوبية (الاحصاء الفلسطيني، 2019)

ونظراً لعدد ذوي الإعاقة الكبير في فلسطين وما يوثر نفسياً عليهم، وبناءً على ما سبق وجب البحث في متغيرات لها علاقة قوية في التأثير على نفسية هذه الفئة الحساسة في المجتمع، فاختارت الباحثة متغير الضغوط النفسية لما لها أثر كبير على ما يتعرض له الفرد من ذوي الإعاقة، ومفهوم الذات الذي يشكل ركن أساس في بناء شخصيته.

## 2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

أصبح مصطلح الضغوط النفسية أكثر استخداما وانتشارا في الآونة الأخيرة بشكل عام لما يعاينه الإنسان من ضغوط الحياة وما فرضته من متاعب توثر على حياته وتشكل له عوامل ضغط صعبة على جميع الأصعدة وستناول الدراسة الحالية وقع هذه الضغوط على فئة هامة جدًّا في المجتمع لما يمر به أزمات وظروف قاسية، إضافة إلى ما يعانه من نظرته لذاته وبناء مفهوم الذات لديه وما يراه الأخرين عنه، ومن واقع حياة الباحثة كونها أحد أفراد هذه الفئة ومن واقع دراستها للإرشاد النفسي والتربوي، استخلصت أهمية البحث ومدى ضرورة الإضاءة عن هذه الفئة إلهامة بالمجتمع.

وقد أشارت العديد من الدراسات (السالم والغامدي، 2019؛ سهيل، 2018؛ كاجان وآخرون، 2018؛ ودراسة راضية، 2012؛ بعباد وآخرون، 2021؛ عبد الكريم، 2018)، إلى توضيح علاقة الضغوط النفسية بمفهوم الذات.

وبناءً على ما تقدم، تتلخص مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي:

**هل توجد علاقة ارتباط بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة؟**

وقد انبثق عن هذا السؤال الأسئلة الفرعية الآتية:

**السؤال الأول:** ما مستوى الضغوط النفسية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة؟

**السؤال الثاني:** ما مستوى مفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة؟

**السؤال الثالث:** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الضغوط النفسية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى إلى متغير: (الجنس، الفئة العمرية، مكان السكن)؟

**السؤال الرابع:** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات مفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى إلى متغير: (الجنس، الفئة العمرية، مكان السكن)؟

**السؤال الرابع:** هل توجد علاقة ارتباط بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة؟

## 1.3 فرضيات الدراسة

للإجابة عن أسئلة الدراسة (الثالث، والرابع، والخامس)، فقد صيغت الفرضيات الصفرية الآتية:

**الفرضية الأولى:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تُعزى لمتغير الجنس.

**الفرضية الثانية:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تُعزى لمتغير الفئة العمرية.

**الفرضية الثالثة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تُعزى لمتغير مكان السكن.

**الفرضية الرابعة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات مفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تُعزى لمتغير الجنس.

**الفرضية الخامسة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات مفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تُعزى لمتغير الفئة العمرية.

**الفرضية السادسة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات مفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تُعزى لمتغير مكان السكن.

**الفرضية السابعة:** لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة.

## 4.1 أهداف الدراسة

تسعى الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1. الكشف عن مستوى الضغوط النفسية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة.
2. التعرف إلى مفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة.
3. تحديد طبيعة الفروق في متوسطات الضغوط النفسية الناتجة لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة باختلاف متغيرات: (الجنس، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية).

4. تحديد طبيعة الفروق في متوسطات مفهوم الذات النفسية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة باختلاف متغيرات: (الجنس، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية).

## 5.1 أهمية الدراسة

اكتسبت الدراسة أهميتها من الناحيتين النظرية والتطبيقية على النحو الآتي:

**الأهمية النظرية:** تنبع أهمية هذه الدراسة من كونها تتخذ من الضغوط النفسية الناتجة وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة موضوعًا لها، وتستهدف شريحة مهمة من شرائح المجتمع الفلسطيني وهي ذوي الإعاقة وتحديداً الإعاقة الحركية، كما ستكتسب هذه الدراسة أهمية خاصة، إذ تعتبر من أوائل الدراسات في فلسطين – حسب علم الباحثة–، التي ستدرس " **الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة**" في فترة جائحة كورونا، وإضافة إلى أن الدراسة سوف تسهم الدراسة في إثراء الموضوع من وجهة النظر المعرفية لفهم طبيعة متغيرات الدراسة والعلاقة بينهما لتشكل إطارًا نظريًّا للدراسات اللاحقة، وستغني المكتبة العلمية العربية والفلسطينية بدراسة عن فئة مهمة جداً داخل المجتمع الفلسطيني.

**الأهمية التطبيقية**: أمّا من الناحية التطبيقية، فإن أهمية الدراسة الحالية تتمثل في أنَّها ستساعد الباحثين والمتخصصين في الإرشاد النفسي والتربوي في إعداد برامج إرشادية تسعى لخفض حدة الضغوط النفسية ورفع مستوى مفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية، وكما أنَّها قد تفيد المؤسسات التربوية والجهات المختصة في تسليط الضوء على فئة الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية وذلك عن طريق إعداد ورشات وبرامج تربوية وتوعوية للأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية من أجل

تخفيف الضغوط النفسية التي يعانون منها، وكذلك فإنّها تساهم في تحفيز الطلبة والباحثين على إجراء المزيد من الدراسات حول الضغوط النفسية للأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية.

## 6.1 حدود الدراسة ومحدداتها

تتمثل حدود الدراسة الحالية في الآتي:

**الحدود البشرية:** الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية.

**الحدود المكانية:** محافظة رام الله والبيرة.

**الحدود الزمانية:** طبقت هذه الدراسة في العام الدراسي 2020-2021.

**الحدود المفاهمية:** الضغوط النفسية، مفهوم الذات، الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية.

**الحدود الاجرائية:** سيستخدم في هذه الدراسة مقياس الضغوط النفسية، ومقياس مفهوم الذات، وما يتصل بأدوات جمع البيانات، ودرجة صدقها وثباتها على عينة الدراسة وخصائصها، والمعالجات الإحصائية المناسبة.

## 7.1 التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة

**الضغوط النفسية Psychological Stress:** هو "ما يحدث للفرد عندما يتعرض لمواقف تتضمن مؤثرات يصعب عليه مواجهة متطلباتها، وبالتالي يتعرض لردود فعل انفعالية وعضوية وعقلية وتتضمن مشاعر سلبية، وأعراضًا فسيولوجية تدل على تعرضه للضغوط (السرطاوي والشخصي، 1998: 15). و**تعرف** الضغوط النفسية إجرائيًّا بالدرجة التي يحصل عليها المبحوثين من خلال استجاباتهم على فقرات مقياس الضغوط النفسية.

**مفهوم الذات ويعرفه زهران** (1980: 69) على أنه: "تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد ويعتبره تعريفًا نفسيًّا لذاته، ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة والمحددة لأبعاده، ومن العناصر المختلفة لكينونته الداخلية والخارجية".

و**يعرف** مفهوم الذات إجرائيًّا بالدرجة التي يحصل عليها المبحوثين من خلال استجاباتهم على فقرات مقياس مفهوم الذات المستخدم في الدراسة الحالية.

**الإعاقة الجسمية:** "هي حالة عجز تصيب الجهاز العضلي أو العصبي إلى درجة ما. ولا يصاحب الإعاقات الجسدية إعاقات عقليه لدى العديد من الأشخاص" (سهيل وآخرون، 2017: 338).

# الفصل الثاني

# الإطار النظري والدراسات السابقة

## 1.2 الإطار النظري

### 1.1.2 الضغوط النفسية

### 2.1.2 مفهوم الذات

### 3.1.2 ذوي الإعاقة الجسمية

## 2.2 الدراسات السابقة ذات الصلة

### 1.2.2 الدراسات المتعلقة بالضغوط النفسية

### 2.2.2 الدراسات المتعلقة بمفهوم الذات

# الفصل الثاني

# الإطار النظري والدراسات السابقة

## 1.2 الإطار النظري

يقدم في هذا الفصل عرضاً للإطار النظري والدراسات السابقة، ففي الجزء الأول منه سيكون العرض عن متغيرات الدراسة الرئيسة، المتمثلة في: الضغوط النفسية، مصادرها وتصنيفاتها، أهميتها، وأبعادها، خصائصها، وأنواعها واستراتيجيات الحد منه، وأبرز النظريات المفسرة لها، ومفهوم الذات، وأبعادها، ومصادرها، وأنواعها، ومجالاتها وأبرز النظريات المفسرة لها. أما الجزء الثاني من هذا الفصل، فيتمثل في الدراسات السابقة التي لها صلة بالبحث الحالي؛ إذ وزعت بحسب متغيرات الدراسة، وتضمنت دراسات عربية وأخرى أجنبية.

### 1.1.2 الضغوط النفسية

تشير عبارة الضغوط أو الضغط إلى الإنهاك والإرهاق الذي يخبرنا به الجسم في عمليات التوافق المستمرة مع التغيرات البيئية، وبعبارة أخرى رد فعل الجسم للمتطلبات الواقعة عليه، وتستخدم "الضغوط" في الواقع لدلالة على حالتين مختلفتين، ففي الأولى تشير إلى الظروف البيئية التي تحيط بالفرد والتي تسبب له نوعًا من الضيق والتوتر. وضمن هذا الإطار، فإنَّها تشير إلى وجود مسببات مختلفة أو مصادر خارجية للضغوط، وفي الحالة الثانية فإنَّ عبارة الضغوط تشير إلى ردود الفعل الداخلية، والتي تحدث بسبب هذه المصادر أو الشعور غير سار الذي ينتاب الفرد، وقد اتفق معظم المهتمين بهذا الموضوع على أنَّ المواقف البيئية التي تدرك بأنَّها ذات متطلبات تفوق قدرات وإمكانات الفرد في التعامل معها، وتمثل ضغوط بالنسبة له (عسكر، 2005).

### 1.1.1.2 مفهوم الضغوط النفسية

يتعرض الإنسان، وفي جميع مراحل عمره، إلى مواقف ضاغطة، ومؤثرات شديدة، من عدة مصادر؛ كالمنزل والعمل والبيئة المحيطة، وقد ازدادت وتيرتها في السنوات الأخيرة، وقد حق القول بأنَّه " عصر القلق والضغوط النفسية"، وتؤدي تلك الضغوطات إلى تغيرات واضحة تؤثر على أوضاع الأفراد ومجريات حياتهم، والتي تؤدي إلى انبثاق ردود فعل نفسية وفسيولوجية، قد تقصر أو تطول وبحسب أهميتها ودورها السلبي على حياة الإنسان (بوشعراية وطاهر، 2017).

وتعود جذور استخدام مفهوم الضغط النفسي إلى مفهوم "الاجهاد والقوة"، كما استعملت كلمة (stress) الإنجليزية من قبل "هانز سيلي" (Hanz, Selye) والتي عرف بأنَّها "الحالة العضوية عندما تواجه تهديدًا أو خطر يجعلها في حالة عدم التوازن" (جبالي، 2012: 50 ).

ويعد الأشخاص ذوي الإعاقة من الفئات التي تعاني من الضغوط النفسية بسبب ما تفرضه عليهم إعاقتهم سواء كانت منذ الولادة أم مكتسبة من ضغوط حياتهم اليومية، حيث تعوِّقهم من العيش بشكل مريح وسعيد ومستقل، وأيضًا حاجتهم لتوفير بيئة تتناسب مع ظروفهم الخاصة، وهي خبرة بحد ذاتها تولد الضغط النفسي لدى ذوي الإعاقة أنفسهم وللأسرة والمجتمع بالكامل (الريحاني وآخرون، 2013).

واعتبر سيلي "Selye" أن الضغوط النفسية "هي استجابة غير محددة للجسم تجاه أي وظيفة تتطلب منه ذلك سواء كانت سببًا أم نتيجة لظروف مؤلمة أو غير سارة" (أبو أسعد والغرير، 2009: 24).

ويشير ماندلر (Mandler, 1984) إلى أنَّ الضغوط هي حالة من التوتر الانفعالي تنشأ من الأحداث والمواقف التي تحدث صدمة في حياة الفرد، وتعني الضغوط تلك الظروف المرتبطة بالضغط

والتوتر والشدة الناتجة عن المتطلبات أو التغيرات التي تستلزم نوعًا من إعادة التوافق عند الفرد، وما ينتج عن ذلك من آثار جسمية ونفسية.

ويعرف الضغط النفسي في مستواه العادي على أنه هو المصدر المجدد للطاقة التكيفية لكل من العقل والجسم، فإذا كانت هذه الطاقة يمكنها احتواء المطلوب من الإنسان ويكون مستمتع بالاستثارة المتضمنة فيها، فيكون الضغط هنا مرغوباً فيه (الفرماوي وعبدالله، 2009).

وبين (Litt & Turk, 2005) الوارد لدى (السميران والمساعيد، 2014: 16) الضغوط النفسية بأنَّها: "شعور الفرد بمشاعر سلبية غير سارة وشعوره بالقلق عند مواجهته مشكلات تهدد كيانه وتتجاوز قدراته لحل تلك المشاكل".

كما عرفها بوشعراية وطاهر (2017: 8) بأنَّها: "ما يتعرض له الفرد من مواقف وأحداث مختلفة سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية أو نفسية أو سياسية في حياته اليومية ويصعب عليه مواجهتها أو التعامل معها، مما يؤدي إلى دفعة على إحداث تغييرات في أنماط حياته للتكيف معها وتجّنب آثارها".

### 2.1.1.2 أنواع الضغوط النفسية

هناك عدة أنواع من الضغوط النفسية ومن اهمها:

**الضغوط النفسية الإيجابية:** وهي الضغوط التي لا تلحق ضررًا بالفرد، وهي من الأنواع التي تتطلبها طبيعة العمل والحياة، إذ يعود الضغط الواقع إلى عامل حافز للفرد لبذل الجهد نحو النمو والتقدم.
**الضغوط النفسية السلبية:** وهي عكس الضغوط الإيجابية، إذ أنَّها ضغوط هدامة تؤدي إلى انخفاض الدافعية بالعمل، وانتفاء أسباب الأمل والحياة الفضلى، وخاصة تلك الأمور التي تؤدي إلى تخفيض دوافع التجديد والابتكار والتطوير الذاتي، وبروز ظاهرة الإحباط، فضلاً عن العدوان وردود الفعل السلبية العنيفة، مثل تحقير الذات ونكرانها (بوشعراية وطاهر، 2017).

**الضغط التكيفي:** إذ يعتبر الضغط كرد فعل بيولوجي– فيزيولوجي – نفسي، ينبئ بخطر محدق، ومحرض النفس للتعبئة والدفاع، وبذلك يعتبر رد فعل طبيعي تكيفي، إلاّ أنه له آثارًا فيزيولوجية معبئة (تحديد السكر في الدم، رفع ضغط الدم، توجه الكتل الدموية نحو الأعضاء المركزية)، فضلاً عن ذلك يعتبر الضغط مركز للانتباه، ومعبئ لطاقة نفسية، إذ تزداد الفطنة والنباهة، ويشتد جل التركيز على الحدث الضاغط، وتتم مراجعة شاملة لمراكز الذاكرة لاتخاذ القرار (Crocq, 2007).

**الضغط المتجاوز:** ويتمثل في أربعة ردود فعل (الصعق، التهيج، الهروب والفزع، ورد فعل النشاط الآلي)، إذ يبدأ بتحضير ثلاثة مستويات (التخدر العقلي، السكر، والتبلد العاطفي، والكف الإرادي والحركي)، يليه الدفاع اتجاه الفعل في الوقت المحدد، عندما يتهيأ الفرد نفسيا، ويظهر من خلال حركات غير متناسقة، فيتخذ الفرد ردًّا اندفاعيا؛ مثل الهروب، إلا أن الأكثر شيوعًا هو رد فعل النشاط الآلي، فيتولد سلوك تكيفي غير هادف يؤدي إلى انبعاث القلق (Crocq, 2007).

**الضغوط الاقتصادية:** ويرى آخرون أنَّ الضغوط الاقتصادية تلعب دورًا كبيرًا في إجهاد الإنسان، وإضعاف قدرته على التركيز والتفكير، مما يؤدي إلى اضمحلال الأحلام والتشاؤم من المستقبل، وعدم القدرة على تلبية متطلبات وحاجات الحياة (جبالي، 2012).

**ضغوط العمل:** وهي من الأمور الداعية للقلق، إذ يشغل العمل ثلث وقت الإنسان يوميًّا بأقل تقدير، وينتج الضغط النفسي كحالة من الانفعال، خصوصًا في حالة تفشي الصرعات بين الرؤساء والمرؤوسين، والإرهاق والتعب الشديدين، ونوعية العمل، وغموض الدور الذي يؤديه الموظف، فضلاً عن عدم رؤية واضحة للأمان الوظيفي (جبالي، 2012).

**الضغوط الانفعالية والنفسية:** تلك الضغوط المتعلقة بالمتغيرات المعرفية التي يحصل عليها الإنسان، أو المعرفة الحديثة في البيئة المحيطة والتي تؤثر على الإنسان، وتقف بالتالي وراء تقدير الفرد لمصدر التهديد الجديد (خليفة وعيسى، 2008).

وقد أجمع علماء النفس على أن الضغط النفسي يتكون من ثلاثة أمور مترابطة مع بعضها البعض، وتشمل الآتي

**المثير** ويعتبر مصدر الضغط النفسي التي تولّده، وتتطلب تصرفاً معيناً من قبل الفرد، إذ يشعر حينئذ بالتهديد لوجوده أو لمصلحته، وقد تكون مثيرات داخلية شخصية. وأيضًا **التقييم:** ونعني بها مستوى إدراك الفرد للحدث الضاغط، وآلية التصرف اتجاهه، ومن ثم استيعاب آثاره، وقدرته على الاحتواء والسيطرة وتخفيض الخسائر والأضرار الناجمة عنه. وأخر مكونات الضغط النفسي هي **الاستجابة:** وتتمثل بردود الفعل الجسدية والنفسية، والصادرة عن الفرد اتجاه الحدث المهدد له (جبالي، 2012)

### 3.1.1.2 مصادر الضغوط النفسية

تشير العديد من الدراسات إلى أنَّ مصادر الضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد قد تكون متبادلة ومتداخلة في آن واحد، فقد تعود إلى مصدر واحد ينبع من داخل الفرد ذاته باعتبارها مكونات الشخصية، وهي ضغوط داخلية المصدر، أو تعود مصادرها إلى البيئة الخارجية والتي يعيشها الفرد، وتتركز الضغوط الخارجية في عدد من العوامل الاقتصادية، والاجتماعية، والسياسية، وبعض من المشكلات الأسرية، وضغوط العمل (السقا، 2009).

وتتعدد مصادر الضغط النفسي بتعدد البيئات التي يتفاعل معها الفرد فهذا الأخير يتأثر بما يحدث في أسرته أو بما يعتري مجتمعه من تغيرات. وفي هذا الصدد تمت الأشارة إلى أن الضغوط تنشأ نتيجة أحداث تسبب إعاقة واقعية أو خيالية لحاجات الفرد أو أهدافه، وتظهر الإعاقة على شكل إحباط أو صراع أو شعور بالتهديد أو الملل (عفاف، 2018).

وتشمل مصادر الضغوط كل ما يعرض الفرد للضغط سواًء أكانت مصادر بيئية، أم عضوية، أم نفسية أما رد الفعل للضغوط فقد يكون بصورة استجابات عقلية أو عضوية أو وجدانية للمطالب البيئية والشخصية (قراقيش، 2006).

وتوضح عيدروس (2012) بأن أهم مصادر الضغوط النفسية تتمثل في المشكلات الذاتية للفرد، وأهمها:

1. **المشكلات النفسية (الانفعالية):** كالثورة، والغضب، والاكتئاب، والنفور بسرعة، والتهور.

2. **المشكلات الاقتصادية:** فالأفراد الذين يعانون من الضغوط النفسية هم الأفراد الذين يعيشون في مستوى اقتصادي واجتماعي منخفض، وإن هؤلاء يعيشون اضطرابات أسرية ويعانون من ارتفاع معدل الإصابة بالأمراض النفسية الجسمية.

3. **المشكلات الأسرية:** حيث تنشأ الضغوط الاجتماعية والمشكلات الأسرية من أسباب متعددة داخل الأسرة، مثل: المرض، وغياب أحد الوالدين عن الأسرة، والطلاق.

4. **الضغوط الاجتماعية:** تتمثل في سوء العلاقات بالآخرين وصعوبة تكوين صداقات.

ويعد ذوي الإعاقة من الفئات التي تعاني من الضغوط النفسية بسبب ما تفرضه عليهم طبيعة إعاقتهم سواًء أكانت منذ الولادة أم مكتسبة من ضغوط نفسية في حياتهم اليومية تعيقهم من العيش

بشكل مريح وسعيد ومستقل، وأيضاً حاجتهم لتوفير بيئة تتناسب مع ظروفهم الخاصة، وهي خبرة بحد ذاتها تولد الضغط النفسي لذوي الإعاقة وللأسرة وللمجتمع بالكامل (الريحاني وآخرون، 2013).

**4.1.1.2 الآثار المترتبة على الضغوط النفسية**

هناك مجموعة من الآثار المترتبة على الضغوط النفسية لدى الفرد بشكل عام، والشخص ذو الإعاقة على وجه التحديد، نذكر منها الآتي:

**الآثار الفيزيولوجية:** وتظهر من خلال التغييرات في وظائف الأعضاء، والمتمثلة في (إفرازات الغدد والجهاز العصبي)، ويمكن إجمالها في إفراز الأدرينالين، والذي يؤدي إلى زيادة عدد دقات القلب وارتفاع معدله التنفسي، مما يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم بالإضافة إلى ارتفاع نسبة الكولسترول، يؤدي بالتالي إلى تصلب الشرايين ومشاكل وأزمات قلبية مزمنة، وتؤدي أيضًا إلى اضطرابات معوية، وزيادة في إفراز الغدة الدرقية، مما يزيد من احتمال نقص الوزن والانهيار والتعب بسرعة بعد بذل جهد بسيط (خليفة وعيسى، 2008).

**الآثار السلوكية:** كما تظهر على الفرد آثار سلوكية سلبية تبرز في انخفاض مستوى الأداء العام، مع احتمالية القيام بردود فعل سلوكية غير مرغوب بها، والبدء بتعاطي المهدئات والعقاقير والتدخين، والتي تؤدي إلى اضطرابات في النوم، وإهمال المظهر العام والصحة الجسدية، وارتفاع درجة الانسحابية، مع ازدياد معدلات التغيب عن العمل وعدم الالتزام بالمواعيد، والتوقف عن ممارسة الهوايات سواء الرياضية منها أم الفنية والثقافية (croce,2007)

**الآثار المعرفية:** تؤثر الضغوط على البناء المعرفي للفرد، حيث تظهر عليه مجموعة من الأعراض، والتي تظهر في حالة نقص في الانتباه، وصعوبة في التركيز، مع ضعف في الملاحظة والنباهة، إذ

تقل قدرة الفرد على التأثر ومشاهدة الأحداث البسيطة، كما وتزداد حالة الضعف في الذاكرة، وتقل القدرة على أتخاذ القرارات الحاسمة، مع فقدان القدرة على التقييم المعرفي المناسب، وارتفاع حدة اضطرابات التفكير، إذ يصبح الفرد جامدًا ويبتعد عن التفكير الإبداعي (حسين وحسين، 2006).

**الاحتراق النفسي:** ينتج الاحتراق النفسي نتيجة تعرض الفرد لحدث مؤثر، ويمكن تعريف الاحتراق النفسي بأنَّه حالة من الإنهاك الجسمي الانفعالي، وقد يكون مصحوب بإنهاك ذهني، إذ إن المواقف المشحونة تكون ضاغطة على مركز التفكير، وبالتالي تنخفض قدرة الفرد على التركيز، ويعرف الاحتراق النفسي بأنه "خبرة نفسية سلبية يعيشها الفرد، وتسبب له الكثير من المشكلات وعدم الشعور بالارتياح، وتؤدي إلى حدوث نتائج سلبية" (يوسف، 2007: 37).

**اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة:** وتظهر مجموعة من الاضطرابات بعد تعرض الفرد لموقف فاشل، ينتج عنه حدث مؤلم على الصعيد الشخصي أو العائلي، ويتطور الاضطراب الذي يعاني منه الفرد في حالة عدم الحصول على المساندة الاجتماعية المناسبة، وبشكل سريع، مما يشعره بالعجز عن المواجهة ويمكن تعريفه بأنه "جملة من الأعراض التي يعانيها الفرد عقب تعرضه لأحداث صدمية بفترة، تتمثل في إعادة معايشة الحث الصادم، عن طريق الأحلام والكوابيس المصاحبة لاضطرابات النوم، وسرعة الانفعال والاستثارة، والتهيج، والعدوانية، ويعود الفرد للوراء، ويبقى في حالة تذكر للماضي الأليم، وللأحداث الصدمية وبشكل لا إرادي" (جبالي، 2012: 71).

### 5.1.1.2 النماذج والنظريات المفسرة للضغوط النفسية

تجدر الإشارة إلى أن العالم هانز سيلي (Selye, 19976) يعد الأب الحقيقي لنظرية الضغط النفسي، والتي بيّن فيها أن التعرض المستمر أو المتكرر للضغوط يؤدي إلى تأثيرات سلبية في حياة الفرد، مما يفرض عليه متطلبات فسيولوجية أو انفعالية أو نفسية، والذي يؤدي بدوره إلى حشد جميع

طاقاته وإمكاناته في مواجهاتها، مما يؤدي بدوره إلى ظهور أعراض فسيولوجية عليه. وبينت النظرية أن الإنسان يمر بثلاثة مراحل في مواجهته لتلك الضغوط، والتي تبدأ أولاً بمرحلة ردة الفعل، تليها مرحلة المقاومة، والتي تنتهي بمرحلة الإنهاك وخاصة في ظل تراكم المواقف الضاغطة أو ازدياد حدتها في ظل عدم التوصل إلى حلول مرضية (البسطامي، 2013).

وتعد مجموعة العوامل الاجتماعية والاقتصادية عوامل مسببة للضغوط النفسية، والتي تبرز في المستوى الثقافي للأفراد، والمعتقدات التي يؤمنون بها، فضلاً عن مدى التماسك والترابط الاجتماعي للأسرة والعائلة، كما تتبنى نظرية الضغط النفسي مجموعة من العوامل الاقتصادية المؤثرة على حالة الفرد، والمتمثلة بالفقر وانعكاسه على الأوضاع المعيشية، فوجود شخص ذي إعاقة في الأسرة يؤثر وبشكل سلبي على مختلف جوانب الحياة الاقتصادية والاجتماعية، وبالتالي ترفع سقف الضغوط النفسية لدى الأسرة (الدهيمات، 2008).

وبما أن الإعاقة ابتلاء دائم فإنه يشكل على الفرد ضغوطاً مستمرة ويختلف ذوي الإعاقة في مدى تحملهم للإحباط، فمنهم من يتحمل الإحباط ويتكيف معه ومنهم من لا يستطيع ذلك. والإحباط يعني الفشل في تحقيق حاجات ذوي الإعاقة، أو وجود موانع داخلية لديه، وخارجية تتواجد في البيئة التي يعيش فيها والتي تحد من نشاطاته لتحقيق أهدافه. كم أن كثرة المواقف الضاغطة تجعل الفرد يعاني أكثر بالمقارنة بالمواقف الضاغطة القليلة فذوي الإعاقة لديه مشاكل مختلفة منها الضغوط الأسرية والاجتماعية والنفسية، فإدراك ذو الإعاقة أن إعاقته في غاية الإزعاج والإحباط وأن حياته لا تستقيم معها تجعله يشعر بالضغط النفسي بدرجة كبيرة وشديدة فإذن كل هذه العوامل ضاغطة، وكيفية تعامل الفرد معها قد يكون سببًا رئيساً في نزع المشكلات التي يتعرض لها الفرد ذو الإعاقة (Hallasan&Kaufman,2003).

**ومن أبرز النماذج والنظريات التي تناولتها الضغوط النفسية:**

**نموذج الضغوط كاستجابة (النظرية الفيزيولوجية):**

يعد العالم (Hans sely) صاحب النظرية، والتي تتبنى المبدأ الذي مفاده أن الضغوط عبارة عن استجابة لأحداث مهددة مصدرها البيئة المحيطة، وتعد كرد فعل، واستجابة الفرد لذلك الحدث الضاغط، ويركز النموذج على ردود الفعل الانفعالية والفيزيولوجية الناجمة عن تلك الأحداث ودور الجهازين العصبي والغددي في درجة الاستجابة (جبالي، 2012).

**زملة التكيف العام لهانز سيلي (النظرية الفيزيولوجية):**

وتشير هذه النظرية إلى مفهوم "زملة التكيف العام"، إذ تشير لمجموعة من ردود الفعل الفورية والعابرة، والتي تؤديها العضوية، والتي وصفت بردود الفعل التكيفية، وهي تعطي للجسم القدرة على الدفاع عن النفس (غانم، 2011).

يعد "سيلي" هو الرائد الأول الذي قدم مفهوم الضغوط النفسية إلى الحياة العملية، وينظر إلى الضغط على أنه استجابة لأحداث مثيرة من البيئة، بحيث يمكن النظر من خلالها كدليل لبيئة الفرد التي يعيش فيها، كما وذكر أن الضغوط النفسية يكون لها دور مهم في إحداث معدل عالٍ من الإجهاد والانفعال للجسم في حال أصابته حالة انفعالية غير سارة كالقلق والإحباط ولها علاقة بتلك الضغوط (محمد، 1999).

وكان "سيلي" هو أول من وضع نموذجاً نظريًّا يمثل رؤيته في تفسير الضغط، وأن الفرد عندما يتعرض إلى مواقف ضاغطة يقوم بدفع ثمنها بشكل فسيولوجي، ويجب على الفرد حشد طاقته من أجل مواجهة العوامل الضاغطة التي يتعرض لها (أبو أسعد والغرير، 2009). وتظهر هذه الأعراض من

خلال مراحل التكيف العام الثلاثة التي تشملها الاستجابة الفسيولوجية للفرد كالتالي (Levin & Scothc, 1970):

**المرحلة الأولى- مرحلة الإنذار بالخطر:** حيث يدرك الفرد خطورة ما يتعرض له من عوامل ضاغطة، فتنشط هنا ميكانيزمات التكيف لديه، وأيضًا الدفاعات الفسيولوجية.

**المرحلة الثانية- مرحلة المقاومة:** وتتسم هذه المرحلة بمقاومة الفرد للعوامل المسببة للضغوط.

**المرحلة الثالثة- مرحلة الإجهاد:** وهي تؤدي إلى ضعف المقاومة وعدم كفايتها مع الاستخدام المستمر لميكانيزمات التكيف التي تسبب إنهاك العوامل الضاغطة لهذه الميكانيزمات واستنزاف الطاقة، فتنخفض قدرة الفرد على الأداء مع الإصابة بالمرض والاضطراب.

وأوضح سيلي "Selye" أربعة أنواع للضغوط النفسية، هي (إبراهيم، 2011):

1. الضغوط الإيجابية: وهذا النوع يدفع الانسان للإنجاز.
2. الضغوط السلبية: وهي الضغوط التي تنطوي على احداث سلبية مهددة ومؤذية للفرد.
3. الضغوط المرتفعة: وهي تراكم الاحداث المسببة للضغط والتي مرت بالفرد وفشل في التوافق معها.
4. الضغوط المنخفضة: وهي حالة الملل والضجر وعدم الإثارة التي يعيشها الفرد.

**نظرية المواجهة والهروب لـ(كانون):**

والتي تعتبر من أولى النظريات التي ارتكزت على الجوانب الفيزيولوجية للإنسان، مثلها مثل رحلة التكيف العام، والتي فسرت الضغط النفسي، إذ أشار "كانون" إلى الكيفية التي يستجيب بها الإنسان وسائر الكائنات الحية للتهديدات الخارجية المحيطة به، سواءً بالدفاع أم الهروب، ويعرف الضغط بأنه "حالة رد الفعل في حالة الطوارئ أو رد الفعل العسكري بسبب ارتباطه بانفعال القتال أو المواجهة" (جبالي، 2012: 56).

وعليه، فإن الضغط، بناء على نظرية المواجهة والهروب، عبارة عن "استجابة لإعادة توازن الجسم، إذ أن جسم الإنسان لديه أساليب دفاعية فسيولوجية تعمل على الاحتفاظ بالاتزان، وهو ما عرف فيما بعد بـ(الأدرينالين) والذي يعمل على تهيئة الجسم لمواجهة المواقف الطارئة" (السلطان، 2009: 83).

**نموذج الضغط كتفاعل بين الفرد والبيئة (النظرية التفاعلية):**

ترى هذه النظرية بأن الضغط هو نتاج للتفاعل ما بين الفرد والبيئة، ويرى أصحاب النظرية أن الضغط النفسي الذي يشعر به الفرد ينتج عن حدوث اضطراب في العلاقة ما بينه وبين البيئة المحيطة، فهو عندما يدرك الموقف، يكون نتيجة حدوث اضطراب في تلك العلاقة بوصفه مهددًا وضارا، وبالتالي يمثل له تحد هام، ويعمل الفرد على تقييم مصادر الضغط، والتعرف على إمكانيته لإدارة الموقف الضاغط، مما ينتج عن ذلك الضغط النفسي الذي يتعرض له الإنسان (جبالي، 2012)

وتجدر الإشارة إلى أن مدى أهمية الحدث الضاغط لدى الفرد يعكس درجة الضغط التي يتعرض لها، وتختلف ردود الفعل باختلاف القيم التي يتبناها الفرد، واتجاهاته فضلاً عن المكونات المعرفية لديه (جبالي، 2012).

**نموذج لازاروس وفولكان (Lazarus& Vulcan):**

يعد لازاروس وفولكان (1984) مؤسسي هذا النموذج، والهادف لتفسير الضغط النفسي الذي يتعرض له الفرد بناء على العلاقة بينه وبين البيئة المحيطة، ومدى تقييم الفرد للحدث الناتج، وبالتالي ينشأ الضغط النفسي لدى الفرد عند مواجهة موقفًا ما، وفي حالة تقييمه باعتباره حدثاً مهددًا له، ينتج عن ذلك رد فعل سلبي، وبالتالي يعتبره الفرد ضغطًا سلبيًّا، وتمر عملية التقييم بثلاثة مراحل (الأولي، الثانوي، وإعادة التقييم) (حسين وحسين، 2006).

### 6.1.1.2 قياس الضغوط

أورد جبالي (2012) معيارين لقياس الضغط، نوردهما كما يأتي:

- **قياس الضغط في المختبر:** إذ يتوجه الفرد نحو المختبرات الطبية لقياس ضغط الدم، وخصوصًا بعد تعرضه لحدث مؤثر أدى إلى شعوره بالانفعال، فيزداد نشاط الغدد الصماء، وبالتالي ترتفع درجة الاستجابة السيكولوجية لدى الفرد، ويؤدي ذلك إلى ازدياد حالة الشعور من المعاناة النفسية ولمدة مختلفة بناء على درجة تأثير الحدث واستمرار تأثيره (تايلور، 2008).

- **المقاييس والاختبارات النفسية:** ويمكن قياس الضغط دون اجراء عملية فحص مخبري من خلال الملاحظة والمقابلة وإجراء استبيان كمؤشر لردود الفعل التي يقوم بها الفرد إثر تعرضه لحدث مؤثر، وخصوصاً تلك المؤشرات الدالة على الانفعال الزائد وردود الفعل غير الطبيعية كاستجابة للحدث، ونشير هنا إلى مقياس تقدير إعادة التكيف الاجتماعي (SRRS) من تصميم (Holmes& Rahe) لقياس الأحداث التي تدفع الفرد لتغيير نمطه في التصرف بناء على المواقف التي يتعرض لها (تايلور، 2008).

ومن هنا، نجد أن الفرد يتعرض وبشكل دائم ومستمر لأحداث ضاغطة تؤدي وبالضرورة إلى إثار سلبية على صحته النفسية والجسدية، بسبب كثرة التفكير ومحاولة الهروب من الواقع والضغوط التي يعيشها، إلاّ أن الآثار النفسية تظهر بشكل مباشر على الفرد وتؤدي غالبًا إلى شعوره بالتوتر والضيق والقلق والابتعاد عن الآخرين والعزلة، وعندما يكون الشخص من ذوي الإعاقة تبرز آثار الضغوط النفسية عند الشخص بشكل أكبر، حيث يشعر الشخص بالضيق والوحدة والخوف من الناس بسبب نظرات التعاطف الموجهة له من قبل البيئة المحيطة به.

### 2.1.2 مفهوم الذات

حظي مفهوم الذات باهتمامٍ بالغ على امتداد الربع الأخير من القرن العشرين، وظهر خلال السبعينيات من القرن الماضي الكثير من البحوث التي تناولته بطرق شتى، مثال ذلك علاقته بخصائص سيكولوجية مختلفة (الشكعة، 1999).

وعلى الرغم من الصعوبات المتعلقة بمفهوم الذات والتي تمثل اثراءً له وعقبات في تناوله السيكومتري في نفس الوقت، إلا أنه قد حظي بالاهتمام، حيث قدم كثير من العلماء آراء ونظريات عديدة، بالرغم من أن معاني مفهوم الذات قد تغيرت من نظرية إلى أخرى، إلاّ أنها في غالبيتها اعتبرت مفهوم الذات النواة التي تقوم عليها الشخصية كوحدة مركبة دينامية، وأنه المعنى المجرد لإدراكنا لأنفسنا جسميًّا وعقليًّا واجتماعيا، على ضوء علاقتنا بالآخرين (قاسم، 1998 ،شقير، 1995).

#### 1.2.1.2 تعريف مفهوم الذات

عرف خفاف (2012: 189) بأنه " الصورة الكلية والواعية لدى الفرد عن ذاته وخصائصه الفردية وسلوكه المتصل بجوانب الذات الجسمية، والاجتماعية، والإنفعالية، والعقلية"

أما "James" فيعرفها في أكثر معانيها عمومية بأنها المجموع الكلي لكل ما يستطيع الإنسان أن يدعي أنه له جسده، وسماته، وقدراته، وممتلكاته المادية –أسرته، وأصدقائه، والكثير غير ذلك (قاسم، 1998).

ووظيفة مفهوم الذات وظيفة دافعية وتكامل وبلورة عالم الخبرة المتغير الذي يوجد في وسطه (ينظم ويحدد السلوك)، وينمو مفهوم الذات تكوينيًّا كنتاج للتفاعل الاجتماعي جنبًا إلى جنب مع الدافع الداخلي لتأكد الذات. وعلى الرغم من أنه ثابت إلى حد كبير، إلا أنه يمكن تعديله أو تغييره تحت

ظروف معينة، ومفهوم الذات، أهم من الذات الحقيقية في تقرير السلوك، وأنّ الفرد يسعى دائمًا لتأكيد وتحقيق وتعزيز ذاته بينما قد تشتمل الذات على عناصر لا شعورية لا يعيها الفرد (زهران، 2001).

**2.2.1.2 مصادر مفهوم الذات**

تنمو الذات في الإطار الاجتماعي من خلال التفاعلات مع الآخرين، والخبرات، والتجارب المختلفة، فالذات يمكن وصفها على أنها بناء اجتماعي أساسه الخبرة الاجتماعية، وبما أن الأسرة هي الحضن الأول يترعرع فيه الإنسان وينمي خبراته وتجاربه وعلاقته بالآخرين، ومن هذا المنطلق يمكن القول أن الأسرة هي المسؤول الأول والأساس عن إكساب الفرد المعايير والأنماط السلوكية الخاصة به، إضافة إلى تشكيل الإدراكات والمفاهيم المرتبطة بمتغيرات حياته ونموه الذاتي، وتكوين اتجاهاته عن ذاته (عودة، 2009).

أي إن الأفكار والمشاعر التي يبلورها الفرد ويصف فيها ذاته ما هي إلا نتاج التنشئة الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي أساليب التعامل كالتعزيز والعقاب واتجاهات الوالدين، إضافة إلى الخبرات الانفعالية والاجتماعية والتجارب المختلفة التي يمر بها الفرد في مراحل تطوره المختلفة؛ كتجارب النجاح والفشل، والصراع والإحباطات المختلفة، والظروف الاقتصادية وغير ذلك (أبو عياش، 2008).

وإن مفهوم الذات ليس شيئاً موروثاً لدى الإنسان، وإنما هو مفهوم مكتسب يتم تعلمه ثم يتطور عبر رحلة الحياة الطويلة التي يعيشها الفرد ويمارس خبرته فيها، كما إن الوعي بالذات يبدأ بطيئًا عند تفاعل الفرد مع بيئته التي تتسع رقعتها يومًا بعد يوم، وهناك عوامل أخرى تساعد في تطور ونمو مفهوم الذات ومنها نظرة الفرد اتجاه ذاته، بما يحمله من اتجاهاته سلبية وإيجابية حول ذاته الجسدية والتي تعكس كيانه المدرك بالنسبة للآخرين، إضافة إلى اتجاهاته نحو ذاته الاجتماعية التي تعكس

تفاعله وتجاربه مع الآخرين وتعاملهم معه في هذا الإطار، وما يحمله الآخرين اتجاهه من تقبل أو رفض أو سلوكات (قنيبي، 2004).

### 3.2.1.2 أنواع مفهوم الذات

هناك عدة أنواع لمفهوم الذات، هي:

**مفهوم الذات الإيجابي:** يعتقد روجرز أن مفهوم الذات الموجب لدى الطفل، يعتمد على تلقيه التقدير الموجب غير المشروط، والذي يعني إظهار التقبل للطفل بغض النظر عن سلوكه، فالآباء الذين يظهرون حبًّا وتقديرًا للطفل ولم يحصل على درجات عالية في الدراسة، فإنهم بذلك يظهرون اعتبارًا موجبًا غير مشروط، وهذا الطفل سينمو لديه مفهوم موجب للذات، ويشعر بتقبله لذاته حتى عندما يفعل أشياء حتى عندما يفعل أشياء مخيبة لآمال الأخرين، والفرد الذي يتمتع بمفهوم موجب لذاته، يميل عبر الصور الذاتية التي يكونها عن تنفسه جسميًّا وعاطفيًّا واجتماعيًّا وعقليا، وعبر إدراكه السليم لطموحاته، وانجازاته وقدراته إلى أن يسعى لتحقيق أقصى ما تتيحه له تلك الذات من إمكانيات.
**ومفهوم الذات السلبي:** يعتقد "Rogers" أن نمو الذات السالب لدى الطفل يعتمد على الاعتبار الموجب المشروط، والذي يعني إظهار تقبل الوالدين للطفل وفقاً لسلوكات معينة يسلكها الطفل، حيث يعطي الوالدان المساندة والتعزيز للطفل إذا كان يسير بشكل مرضي في دراسته، في هذه الحالة يتلقى الطفل تقديرًا موجبًا مشروطًا قائمًا على أداء أكاديمي جيد فقط، ووفقاً لذلك ينخفض مفهوم الذات لديه ويشعر بالاحتقار عندما يفعل أشياء مخيبة لآمال الآخرين (Green & Ephross, 1991).

ومن هنا، نستطيع أن نوضح الذات السلبية والإيجابية للأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية، حيث إن ردود أفعال الأسرة والأشخاص المحيطين بهم تؤثر على مفهوم الذات لديهم، وأن الذات الإيجابية، تساعد ذوي الإعاقة الجسمية على تقبل ذاتهم وتصرفاتهم وتحقيق طموحاتهم وأحلامهم، وأما الذات

السلبية، فإنها تحبط ذوي الإعاقة الجسمية ولا يتقبلون أنفسهم وذواتهم ويلجأون للانسحاب والهروب من الواقع.

### 4.2.1.2 نظريات مفهوم الذات

فيما يلي بعض النظريات التي فسرت مفهوم الذات، وهي كالآتي:

**نظرية التحليل النفسي لفرويد (Freud):** أحدثت نظرية التحليل النفسي التي قدمها فرويد ثروة في التفكير حول دافعية الإنسان وشخصيته، وقد طور فرويد نظريته النفسي الجنسي حول مراحل الطفولة معتمدًا على اللذة الي يستشعرها الفرد من مناطق جسمه المختلفة في الأعمار المختلفة (عديلة، 2012).

**نظرية روزنبرج (Robson ):** إن هذه النظرية تعتبر من أوائل النظريات التي وضعت أساسًا لتفسير وتوضيح تقدير الذات حيث ظهرت هذه النظرية من خلال دراسته للفرد وارتقاء سلوك تقييمه لذاته، في ضوء العوامل المختلفة التي تشمل المستوى الاقتصادي والاجتماعي، والديانة وظروف التنشئة الوالدية (Robson, 1988).

ووضح روزنبرج ثلاثة تصنيفات للذات (Bander,1993) وهي **الذات الحالية أو الموجودة:** وهي كما يرى الفرد ذاته وينفعل بها. وأيضاً **الذات المرغوبة:** وهي الذات التي يجب أن يكون عليها الفرد. وأخرها **الذات المقدمة:** وهي صور الذات التي يحاول الفرد أن يوضحها أو يعرفها للآخرين، ويسلط روزنبرج الضوء على العوامل الاجتماعية فلا أحد يستطيع أن يضع تقديراً لذاته والإحساس بقيمتها إلى من خلال الآخرين ويعتبر روزنبرج تقدير الذات اتجاه الفرد نحو نفسه لأنها تمثل موضوعاً يتعامل

معها، ويكون نحوها اتجاهاً، وهذا الاتجاه نحو الذات يختلف من الناحية الكمية عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى (Bandr, al et, 1993).

**نظرية ابشتاين(Epstein):** من نظريات الذات التي سعى فيها ابشتاين إلى توضيح ماهية مفهوم الذات بقوله "إن كل شخص يضع هيئة أو صياغة للذات اعتمادًا على قدرتها وصلاحيتها بشكل غير مقصود طبقاً لخبراته المختلفة، ويشكل الجزء الأكبر من هذه الصياغة احتراماً كاملاً للذات بمقدار الخبرات المرتبطة بالإنجاز" (Bander, et al, 1993)، وبزيادة تقدم الفرد، فإن نظريته تزداد تعقيداً، ومع ذلك يظل متمسكاً بمبادئها الأساسية، بمعنى أن اعتقاد شخص ما في قيمته وأهميته قد لا يتغير كثيراً بشكل جذري، ودائماً تتغير الاستنتاجات المستخلصة من هذه الاعتقادات، أو يعاد فحصها والتحقق منها مرة أخرى بتقدم العمر وزيادة خبرات الحياة، فاعتقاده أنه أنسان ذو قيمة ليس بالضرورة أن يتخلص منه في جميع الحالات، وأنه من السهل أن يحبني الآخرون مثلاً، ويتطور هذا المفهوم التقويمي وفقاً لملاحظاته عن ذاته، كموضوع مجرد وفقًا لكيفية رؤية الآخرين له، وهو على هذا النحو أمر مكتسب يتوقف بالدرجة الأولى على خبرات التنشئة الأولى ومدى الاستحسان والاستهجان الذي لقيه الفرد أو يلقاه من قبل ذو أهمية في حياته (عبد القادر، 2015).

**النظرية الإنسانية:** سوف نتناول في هذه النظرية مفهوم الذات عند كارل روجرز وماسلو (Roogs& maslo):

-**مفهوم الذات عند كارل روجرز:** الذات من خلال تفاعل الفرد مع الآخرين من خلال مجاله الظاهري (مدركاته)، ومن ثلاثة مكونات فرعية هي : الخبرة المتمثلة بالمواقف الحياتية ، والمجال الظاهري المتمثل بالعالم الخاص بكل فرد، والسلوك (عبد الله، 2012).

وأشار نوحي وعوض وأحمد (2014) إلى أن الذات قد تفقد قدرتها على أداء وظائفها في عدة حالات، مثل ضعف وراثي أو مكتسب في الذات، أو انحراف مرضي في الذات العليا، وضغوط خارجية على الذات كالحاجة المادية،أو الظروف الأسريةأو العملية، ووجود نزعة طفلية مشوشة منذ الطفولة كالاتكالية والغضب.

ويرى (روجرز) بأن لكل إنسان قوة نمائية موجبة تدفع به نحو الأفضل، وأن هذه القوة أشبه بالقوة الموجودة في بذور النباتات، إذا وقعت البذرة في تربة فإن فيها القوة النمائية تجعلها تعطي، وهذا ما ينطبق على الإنسان عندما يبقى يحاول أن يصل إلى أعلى درجةً، وساقاً وجذوراً وأغصاناً ممكنة من النمو. (حمدي وأبو طالب ، 2010).

**مفهوم الذات عند ماسلو:**

لقد تحدث ماسلو عن الحاجات من خلال هرم ماسلو الشهير الذي يتكون من خمس مدرجات حيث يبدأ تلك الحاجات بالحاجات الفسيولوجية وتنتهي بتحقيق الذات. كما ويرى ماسلو أن تحقيق الذات هي مرحلة متميزة تجعل للفرد كيانه المستقل وتميزه عن غيره، من خلال قدرة هذا الفرد على تحقيق طموحاته العليا التي يرغب بالوصول إليها (Ware & Johnson, 2000).

ويرى ماسلو أن الدافع لتحقيق الذات هو نوع أخر من الدوافع، والذي لا يعتمد على النقص في إشباع الحاجات الأولية (الفسيولوجية)، بل يعود لرغبة في النمو، ويسميه ماسلو دافع الوجود أو دافع النمو، فمثلاً الحب الوجودي يختلف عن الحب المرتبط بالحاجات، والذي ينتج عن شعور بالنقص في إشباع الحاجة، وشعور في الحاجة الملحة للارتباط تسبب قلقاً للإشباع بشكل مشابه للحاجة للطعام، واختلاف الحب الوجودي هنا يرجع إلى عدد من المميزات مثل أنه يستمر بشكل لا نهائي ويعطي المحب وشريكه درجة أعلى من الاستقلالية ودرجة أقل من الاعتمادية على الأخر، ويكون هنا الفرد

أكثر استعدادًا وميلا لتحقيق ذاته، ويكون سعيداً وفخوراً لخلوه من الغيرة (Hergenhahn & Olson, 2006).

**نظرية فيرنون (Vernon)** : ظهر تطور في نظرية الذات على يد فيرنون عام (1963) الذي أكد أن هناك عدة مستويات للذات طبقاً لأداء الفرد، عليه فإن كل فرد يشعر أنه يمثل نواة حقيقية أو ذات مركزية تختلف عن الموجودات الخارجية، وأن الذات المركزية معقدة وذات أجزاء كثيرة وهي في صراع دائم مع بعضها البعض ولكنها تكون بالرغم من ذلك موحدة بواسطة إحساس الذاتية، وأن مفهوم الذات يحتوي على دوافع تظهر أحيانًا أنها تعمل خارج خارج ضبط وتحكم إرادة الفرد ويحتوي ايضاً على المستويات التي تختلف عن المستويات الأخرى (زهران، 2001).

**نظرية سينغ وكومز (Singh& Combs):** استخدم سينج وكومز مصطلح المجال الظاهري للكائن الحي موضوع للسلوك، ويتكون المجال الظاهري من مجموعة من الخبرات التي يلاقيها الفرد في لحظة الفعل وهما يعتقدان أن علم النفس يتقبل الفكرة الشائعة والقائلة بأن الوعي سبب السلوك وأن ما يعتقده الفرد وما يشعر به يحدد ما سوف يفعله، وانقسم المجال الظاهري عندهم إلى الذات الظاهري ومفهوم الذات، وعلى ضوء ذلك فإن المجال الخاص يحدد السلوك كما يحدد الذات الظاهرية، وفي النهاية يتميز مفهوم الذات أنه أكثر أهمية في تحديد المجال الظاهري والذات الظاهرية في تحديد الحقيقة التي يتصرف بها الفرد، ويؤكد أنّ هناك حاجة إنسانية أساسية واحدة يستطيع بموجبها أنّ يفهم السلوك الإنساني وهو المحافظة على الذات الظاهرية وتأكيدها (الظاهر، 2004).

ومن خلال العرض لهذه النظريات وعلى الرغم من اختلاف أصحابها في بعض المفاهيم، إلا أنهم يتفقون جميعاً حول الأهمية العظمى لمفهوم الذات وتأثيره على الشخصية الإنسانية ودوره في تحديد السلوك الإنساني، وتعتبر الإعاقة الجسمية وما ينجم عنها من عقبات وصعوبات للفرد في

التوافق والتكيف من العوامل الهامة التي تؤثر سلبًا في مفهوم الذات، إذ أن الإحباط وعدم الوعي وارتفاع مستوى الضغوط ينتج في الاغلب بسبب عدم وعي المجتمع والمحيطين بالمعاق بالتواصل بشكل صحيح مع ذي الإعاقة.

## 3.1.2 الإعاقة الجسمية

### 1.3.1.2 مفهوم الإعاقة الجسمية

تعد فئة الإعاقة الجسمية فئة غير متجانسة من فئات التربية الخاصة، فهي تشتمل على أفراد ذوي اختلافات وقدرات وتحديات واسعة المدى، ولأن غالبية هذه الفئة يصابون بهذه الإعاقات بعد مرحلة الطفولة المبكرة، ولأن توقعاتهم وآمالهم تكون محدودة، فإنهم غالبًا يواجهون ضغوطات نفسية كثيرة بالإضافة إلى إعاقتهم الأساسية (الخطيب، 2017).

وتميل غالبية الأفراد ذوي الإعاقة الجسدية إلى تفضيل استخدام مصطلح ذوي التحديات الجسدية أكثر من استخدام مصطلح الإعاقة الجسدية لأنهم ينظرون إلى أوضاعهم الجسدية على أنها تحديات يجب عليهم أن يواجهونها أكثر من كونها اوضاعاً تعيق وجودهم. وتعود الإعاقة الجسدية إلى الحالة التي تعيق عمل الجهاز العظمي، أو العضلي، أو العصبي في الجسم إلى درجة ما (الخطيب، 2017).

وعرف الحديدي (2011) الإعاقة بشكل عام أنها الصعوبات البيئية أو الوظيفية التي تفرضها حالة العجز على الفرد وتحد من قدرته على تأدية متطلبات الحياة اليومية.

فالإعاقة الجسمية الحركية ليست إعاقة في وظيفة عضو الحركة فحسب، بل هي إعاقة في المحيط النفسي والمحيط الخارجي والاجتماعي لذوي الاعاقة (حسن، 2007).

وبين (Kirk & Gallagher, 1989 ؛ Pattan, & et al, 1991 ) كما هو وارد لدى (السرطاوي والصمادي، 1998) ان تعريف الأفراد ذوي الإعاقة على أنهم: من يعاني من عجز عظمي أو عضلي أو عصبي أو اصابة صحية مزمنة تضعف وتحد من القدرة على استخدامهم لأجسامهم بشكل اعتيادي وطبيعي، مما يؤثر سلباً على مشاركاتهم الحياتية، مما يستدعي توفير خدمات تربوية وطبية ونفسية خاصة لمساعدتهم.

**2.3.1.2 أسباب الإعاقة الجسمية**

تتنوع أسباب الإعاقات الجسمية الحركية كتنوع الإعاقات ذاتها، وبوجه عام فالإعاقات الجسمية إما أن تكون من الولادة بمعنى أنها تكون موجودة منذ لحظة الولادة أو بعدها بفترة وجيزة وأما أن تكون مكتسبة بمعنى أنها تحدث لاحقًا في حياة الأنسان بسبب المرض أو الحوادث، ويميل البعض إلى تصنيف أسباب الإعاقة الجسمية بناء على زمن حدوثها إلى أسباب ترتبط بمرحلة الحصول وأخرى ترتبط بمرحلة الولادة، وثالثة ترتبط بمرحلة ما بعد الولادة، وقد يولد الطفل ولديه إعاقة أو حالة مرضية دون أن تكون الأسباب وراثية ففي مرحلة الحمل قد يتعرض الجنين وهو في الرحم لجملة من العوامل الخارجية المرتبطة ببيئة الرحم وقد تكون تلك العوامل خطره وتحدث لدى الجنين عيوباً أو تشوهات مختلفة، ومن الأمثلة على تلك العوامل الأشعة السينية، والأمراض لدى الأم، وتناول الأم للعقاقير الطبية أو التدخين والكحول وما إلى ذلك (عبيد، 1999).

وإضافة إلى ذلك فقد تهدد بعض العوامل الخطرة صحة الطفل ونموه أثناء عملية الولادة ذاتها فإن حصلت إصابات جسمية في هذه المرحلة أو حدث اختناق لدى الطفل بسبب نقص شديد في الأكسجين فقد تتطور حالات مختلفة من العجز الجسمي، وقد تنجم الإعاقات الجسمية عن عوامل

مرتبطة بمرحلة ما بعد الولادة وفي هذه الحالة يولد الطفل طبيعيا ولكنه يتعرض لحادث ما أو يصاب بمرض ما فيصبح لديه إعاقة جسمية (الخطيب، 1998؛ عبيد، 1999).

ويوضح القذافي (1996) اربعة فئات لذوي الإعاقة الجسمية وهم المصابون باضطرابات تكوينية، والمصابون بشلل الأطفال، والمصابون بالشلل المخي، والشخص ذوي الإعاقة الحركية بسبب الحوادث والحروب والكوارث واصابات العمل.

**3.3.1.2 الآثار النفسية للإعاقة الحركية والعوامل التي تؤدي اليها**

إن السمات أو الخصائص النفسية لذوي الإعاقة تشترك أو تتشابه من حيث الآثار النفسية للإعاقة بشكل عام، كالقلق والتوتر والانفعال وغيرها من السمات التي تكون عامة لدى فئات ذوي الاحتياجات الخاصة الا أنها قد تتميز بسمات نفسية ربما لا توجد لدى بعض فئات ذوي الإعاقة الحركية فحياتهم عبارة عن مجموعة من الحرمان الحركي الذي لا يكون موجودًا لدى بعض الفئات الأخرى من ذوي الاحتياجات الخاصة فتكثر في حياتهم العوائق الحركية التي عليهم الالتزام بها سواء مجبرين أو راضين (عبيد، 2001).

ومع تقدم العمر تزداد الإعاقة سوءًا، وتزداد الإحباطات التي تعبر عن الحالة النفسية بسبب تلك العقبات التي تعترضه فالشخص ذوي الإعاقة الحركية له مشكلات ولا يمكن إدماجه في الحياة العامة بشكل فعال إلا بعد معالجة هذه المشكلات، فلديه أولاً مشكلة جسمية تتمثل في عدم القدرة على الحركة أو ضعفها، وينتج عن هذه المشكلة الجسمية مشاكل اجتماعية مثل الاعتماد على الآخرين، وهذه تشكل صعوبة لدى الشخص ذوي الإعاقة إذ أنه سيشعر بالنقص ويبني صورة سلبية عن نفسه وسيشعر بالقلق والاكتئاب، ومع تراكم الشعور والضغوط النفسية لديه، سينعكس عليه سلوكيا عدوانية وانطواء ورفض للمجتمع الخارجي (Brown & Hughson, 1993).

ومما تم عرضه في السابق، نوضح أن الأسرة والبيئة المحيطة بالفرد ذوي الإعاقة لها دور كبير في نفسية الشخص ذوي الإعاقة ولها دور أيضًا إذا كان هذا الفرد محبط أم لا، وأن ذوي الإعاقة الجسمية يتعرضون للقلق والتوتر الكبير، وأيضًا يرون أنفسهم مختلفون عن أقرانهم بسبب عدم قدرتهم على اللعب والحركة، مما يؤثر ذلك في نفسيتهم وشعورهم الدائم أنهم مختلفون.

## 2.2 الدراسات السابقة

سيتناول هذا الجزء من الدراسة الدراسات السابقة المتصلة بموضوع الدراسة، وسوف يجري عرض الدراسات العربية والأجنبية من الأحدث إلى الأقدم، وقد قسمت إلى دراسات مرتبطة بالضغوط النفسية، وأخرى مرتبطة بمفهوم الذات.

### 1.2.2 الدراسات المتعلقة بالضغوط النفسية

**هدفت دراسة السالم والغامدي (2019)** لقياس الضغوط النفسية لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود وعلاقتها بمفهوم الذات. حيث إن التعليم الجامعي بجميع جوانبه الأكاديمية والاجتماعية والنفسية والسلوكية تمثل أرضاً خصبة للضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلاب في هذه المرحلة، لاسيما إذا كان الطلاب من الأفراد الصم. فالطلاب الصم يعانون من مواقف وخبرات عديدة قد تشكل لهم بعض أنواع الضغوط النفسية التي قد تنشأ من أحداث وخبرات حياتية يتعرض لها الفرد في الوقت الحاضر، أو كانت استمرارًا للضغوط في الماضي أو حتى يخشى حدوثها مستقبلا. لذا تم التركيز بالدراسة على قياس مستوى الضغوط النفسية التي قد يتعرض لها الطالب الأصم في المرحلة الجامعية. ولصغر حجم العينة التي تمثلت في عدد (8) طلاب تشكل مجتمع الدراسة للطلاب الصم في السنة التحضيرية فقد استخدم اختبار كروسكال–واليس لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات الصغيرة. حيث تم إعداد أداة لقياس الضغوط النفسية وأداة أخرى لقياس

مفهوم الذات، جرى تصميمهما من قبل الباحثين بعد التحقق من الخصائص السيكومترية لكلتا الأداتين. وأشارت النتائج بوجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية وبعد واحد من أبعاد مفهوم الذات "الذات الجسمية". واستناداً على نتائج الدراسة فقد تم تقديم مجموعة من التوصيات التي تسهم في تقليل الضغوط النفسية وزيادة مفهوم الذات لدى الأفراد الصم.

**وسعت دراسة محمد (2019)** للتعرف على أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها بتقدير الذات لدى الطلاب ذوي الإعاقة الحسية بالمرحلة الجامعية، وكانت العينة من (169) طالباً وطالبة، واعتمد مقياس أساليب مواجهه الضغوط، ومقياس تقدير الذات، ومن أبرز النتائج الدراسة أن التوجه نحو التجنب هو أكثر أساليب مواجهة الضغوط النفسية استخداما لدي الطلاب ذوي الإعاقة السمعية.

**وهدفت دراسة سهيل (2018)** إلى تحديد مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة ذوي الإعاقة البصرية في مدارس المحافظات الشمالية، وصممت لهذا الغرض استبانة مكونة من خمسة مجالات، هي: الضغوط الأسرية، والاجتماعية، والدراسية، الضغوط النفسية من قلق المستقبل، والصحية، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (353) طالباً وطالبة، إذ وزعت الاستبانه التي اعتمدت مقياس التدرج الخماسي على عينة الدراسة، وأظهرت النتائج أن الدرجة الكلية لكل المحاور متوسطة، وبينت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الجنس، بينما كانت الفروق في متوسطات مستوى الضغوط النفسية دالة تبعاً لمتغير حالة الإعاقة ولصالح الإعاقة الكلية، ووجود فروق دالة احصائيًا في مستوى الضغوط النفسية تبعاً لمتغير العمر لصالح (16) سنة فأقل، ووجود فروق دالة احصائيًا في مستوى الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الصف لصالح العاشر.

**هدفت دراسة المهايرة وآخرون (2018)** إلى التعرف على مستوى الضغوط والمرونة النفسية لدى الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة في الجامعة الأردنية، وفق متغيري نوع الاعاقة والجنس. تكونت

عينة الدراسة من (60) طالبا من ذوي الاحتياجات الخاصة توزعوا على الإعاقة السمعية والبصرية والحركية وذلك خلال العام الجامعي 2016/2015. ولأغراض الدراسة، طبق مقياسي الضغوط النفسية والمرونة النفسية. أظهرت النتائج أنَّ مستوى الضغوط النفسية لدى عينة الدراسة كان منخفضاً على جميع الأبعاد باستثناء البعد الجامعي الذي كان متوسطا، أمّا المرونة النفسية، فقد كانت متوسطة لدى عينة الدراسة على جميع الأبعاد باستثناء البعد الروحي والذي كان مرتفعا، وفيما يتعلق بمستوى الضغوط النفسية تبعاً لمتغير نوع الإعاقة، كانت الإعاقة الحركية هي الأعلى بمستوى ضغوط نفسية متوسطة. أمّا متغير الجنس فقد كان مستوى الضغوط النفسية منخفضاً لدى الذكور ومتوسطاً لدى الإناث. أمّا النتائج المتعلقة بمستوى المرونة النفسية تبعاً لمتغير نوع الإعاقة، كانت الإعاقة الحركية هي الأقل مرونة، ولم تظهر فروق بمستوى المرونة النفسية بين الذكور والإناث.

**وسعت دراسة كاجان وآخرون (Kagan et al., 2018)** إلى معرفة أثار الضغوط النفسية بين الأشخاص ذوي الإعاقة الجسدية التي تقلل من جودة حياتهم ومدة حياتهم، وتزيد من حاجتهم إلى خدمات الرعاية الصحية ومن الضروري استكشاف العوامل التي قد تؤثر على الضائقة النفسية بين الأشخاص ذوي الإعاقة، تُقيِّم الدراسة الحالية الارتباط بين العوامل الديموغرافية (الجنس والتعليم والوضع الوظيفي) والعوامل المتعلقة بالصحة والعجز (نوع الإعاقة وإبراز الإعاقة ومدة الإعاقة والصحة المصنفة ذاتي) والعوامل النفسية والاجتماعية (التمييز المتصور والدعم الاجتماعي الملحوظ)، والضيق النفسي بين الأشخاص ذوي الإعاقة في الأراضي المحتلة بمنهج وصفي ارتباطي، تم جمع البيانات من خلال استبيانات منظمة تم إجراؤها على عينة قوامها (433) شخصًا من الأشخاص ذوي الإعاقة. نتائج : تشير النتائج إلى وجود ارتباطات سلبية بين التعليم، والوضع الوظيفي، ومدة الإعاقة، والصحة الذاتية، والدعم الاجتماعي المتصور، والضيق النفسي بين الأشخاص ذوي الإعاقة . بالإضافة إلى ذلك، تشير النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين التمييز المتصور والضيق النفسي . لم

يتم العثور على ارتباط بين الجنس ونوع الإعاقة وظهور الإعاقة والضيق النفسي . الاستنتاجات والآثار: الأشخاص الذين يعانون من الأشخاص ذوي الإعاقة والعاطلين عن العمل، والأقل تعليم، ولديهم مدة إعاقة أقصر وصحة أقل تصنيفًا ، وكذلك أولئك الذين يشعرون بمزيد من التمييز ضدهم وبدعم اجتماعي أقل، هم أكثر عرضة لتجربة مستويات أعلى من الضيق النفسي لذلك، من المهم توعية الأشخاص ذوي الإعاقة البشرية بحقوقهم والإمكانيات والخدمات الاجتماعية المتاحة لهم، لتزويدهم بالمساعدة العقلية، والمشاركة في أنشطة اجتماعية واسعة النطاق تهدف إلى توفير الموارد للأشخاص ذوي الإعاقة ، والعمل على القضاء على التمييز.

**وهدفت دراسة بن شهرة والسلامي (2016)** للتعرف على مشكلات الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية ( الإعاقة الحركية) ببعض الولايات الجزائرية في المجال النفسي والاجتماعي والصحي ولتحقيق ذلك تم استخدام أداة لقياس المشكلات لذوي الإعاقة الحركية تتوفر فيها شروط الصدق والثبات المناسبة ووزعت على عينة مكونة من (180) من ذوي الإعاقة حركياً ببعض الولايات الجزائرية (الأغواط ،غرداية ورقلة ) ، وكشفت نتائج الدراسة عن أن مشكلات ذوي الإعاقة حركيا كانت ضمن درجة (غالباً) ، حيث أظهرت نتائج الدراسة أنَّ المشكلات الصحية في المرتبة الأولى ثم مشكلات الاجتماعية وفي الأخير المشكلات النفسية.

**وهدفت دراسة راضية (2012)** للتعرف إلى مستوى الضغط النفسي وكذا دلالة الفروق في الإحساس بالضغط النفسي لدى الأفراد الذين يعانون من الإعاقة الحركية وعلاقته ببعض المتغيرات، تكونت عينة الدراسة من (60) فرداً يعانون من الإعاقة الحركية (29) ذكور و(31) إناث، ممن تواجدوا في المراكز والمستشفيات التي تعنى بخدمات ذوي الإعاقة الحركية بولاية سطيف بالجزائر، حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وتم استخدام مقياس الضغط النفسي ومقياس إستراتيجيات مواجهة

الضغوط كوسيلة لجمع البيانات،وقد أشارت نتائج الدراسة أنَّ أفراد عينة الدراسة يعانون من ضغط نفسي خفيف الشدة أو قريب من المتوسط، وأشارت النتائج أيضا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تعرض المعاقين حركيًّا للضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، كما أشارت نتائج الدراسة أن الأفراد المعاقين حركيا يركزون على إستراتيجية حل المشكلة دون سواها في مواجهة ما يعانون منه من ضغوط نفسية مختلفة.

**وأجرى بلاك، وجاي (Blake & Jay, 2004)** دراسة هدفت إلى التعرف على الآثار النفسية الناتجة عن الإصابة بالإعاقة الجسدية، وقد تكونت عينة الدراسة من (556) شخصاً من ذوي الإعاقة الحركية، واستخدمت الدراسة مقياس الضغوط النفسية، ومقياس الاكتئاب لدى ذوي الإعاقة حركياً، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن نسبة الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة حركيًّا مرتفعة، وخاصة بعد الفترة التي تلي الإصابة.

**وأجرى ليسر وآخرون(leyser,etal, 1996)** دراسة بحثت في الضغط والتكيف في الأسر التي لديها أطفال يعانون من إعاقة بصرية، واهتمت بدراسة الضغوط النفسية الأسرية لدى (78)أسرة لديهم أطفال يعانون من الإعاقة البصرية، واستخدام مقاييس الضغوط النفسية على هؤلاء الأفراد، وقد كشفت نتائج تلك الدراسة أن الطفل ذوي الإعاقة البصرية يعاني من الضغوط المختلفة مثل الضغوط الانفعالية والضغوط الأسرية والضغوط المستقبلية

### 2.2.2 الدراسات المتعلقة بمفهوم الذات

**هدفت دراسة بعباد وآخرون (Baabbad et al., 2021)** إلى معرفة مستوى مفهوم الذات بين طلاب الجامعات الذين يعانون من الأخطاء الانكسارية في عدن، ولاستكشاف الاختلافات في مستوى مفهوم الذات من خلال مجموعة مختلفة من المتغيرات. أجريت دراسة مقطعية باستخدام المقابلة

الشخصية واستبيان مع طلاب الكلية خلال الفترة من أغسطس إلى ديسمبر 2018 بلغ العدد الإجمالي للمشاركين (110) (70 يرتدون نظارات و40 ليس لديهم تاريخ في ارتداء النظارات). يتكون الاستبيان من 39 عنصرًا موزعة على ستة مجالات: مفهوم الذات للأسرة، مفهوم الذات الاجتماعي، مفهوم الذات الجسدية، التأثير على مفهوم الذات، مفهوم الذات الأكاديمي والكفاءة مفهوم الذات. النتائج: من 110 مشارك، (70) (42 ذكر و28 أنثى) لديهم أخطاء الانكسار قصر النظر (22)، مد البصر (2) والاستجماتيزم (46)، كانت الدرجة الخفيفة من الأخطاء الانكسارية 81.4٪. كان يوجد ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات بين المشاركين مع وبدون أخطاء انكسارية وبدون إحصائية فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على المقياس العام مفهوم الذات بين أولئك الذين يعانون من الأخطاء الانكسارية. من جهة أخرى ناحية، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى مفهوم الذات تعزى إلى مستوى التحصيل الدراسي ومدة الدراسة ارتداء النَّظارات. الخلاصة: لا يؤثر ضعف البصر الناتج عن الأخطاء الانكسارية مفهوم الذات لدى طلاب الجامعة.

**وسعت دراسة عبد الكريم(2018)** لتسليط الضوء على دور الأنشطة الرياضية ومدى إسهامها في رفع مستوى تقدير الذات عند المعوقين جسميًّا (سمعيًّا وبصريًّا وحركيًّا)، وأثر بعض العوامل الشخصية والمتعلقة لإعاقة في ذلك، استخدمن المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (600) شخص من ذوي الإعاقة، استخدم مقياس روزنبيرخ، حيث أظهرت النتائج أنَّ مستوى تقدير الذات عند ذوي الإعاقة جسميًّا غير الممارسين للأنشطة الرضية المكيفة قد تراوح بين المنخفض والمتوسط، أما ذوي الإعاقة الجسمية الممارسين للأنشطة الرياضية المكيَّفة فيمتازون بمستوى تقدير الذات العام يتراوح بين المتوسط والمرتفع، و كان مستوى تقدير الذات لدى ذوي الإعاقة جسميًّا الذكور أعلى من مستواه عند الإناث، والأطفال والمراهقون هم الأقل تقديرا لذواتهم، ومستوى تقدير الذات كان مرتفعا لدى ذوي الإعاقة حركيًّا مقارنة بمستواه عند ذوي الإعاقة سمعيًّا وبصريًّا، كما كان مستوى تقدير الذات لدى ذوي

الإعاقة إعاقة خلقية أعلى من مستواه لدى ذوي الإعاقة المكتسبة. أمّا عند مقارنة مستوى تقدير الذات بين ذوي الإعاقة جسميًّا الممارسين للأنشطة الرضية المكيفة وغير الممارسين، وجد أنَّ الممارسين للأنشطة الرياضيَّة المكيَّفة يتفوقون على غير الممارسين في جميع متغيّرات الدّراسة.

**وسعت دراسة الهاشمي (2015)** للتعرف إلى مفهوم الذات وعلاقته بمفهوم الآخر وقبول الذات وقبول الآخر لدى ذوي الإعاقة حركيًّا بمراكز الاتّحاد القومي للإعاقة الحركيَّة بولاية الخرطوم وذلك في ضوء بعض المتغيّرات المتمثّلة في النَّوع الاجتماعي والعمر والمستوى التعليمي ونوع الإعاقة ودرجة الإعاقة. ولتحقيق ذلك استخدم المنهج الوصفي الارتباطي على عيّنة البحث بطريقة عشوائيَّة منتظمة، من خلال بناء مجموعة من المقاييس المتمثلة في مقياس مفهوم الذات، ومقياس مفهوم الآخر، ومقياس قبول الذات، ومقياس قبول الآخر، والتي استخدمت بعد التأكد من الخصائص القياسية كأدوات لجمع البيانات من عينة بلغ قوامها (568) من ذوي الإعاقة بولاية الخرطوم. وأشارت النتائج إلى: – يتسم مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الحركية بمراكز الاتحاد القومي لذوي الإعاقة بولاية الخرطوم بالارتفاع – عدم وجود تأثير دال إحصائيا للنوع والعمر ودرجة الإعاقة ونوعها على أبعاد مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الحركية بمراكز الاتحاد القومي لذوي الإعاقة الحركية ولاية الخرطوم. – توجد علاقة ارتباطية سببية مباشرة للمستوى التعليمي مع أبعاد مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الحركية بمراكز الاتحاد القومي لذوي الإعاقة الحركية بولاية الخرطوم. – ووجود علاقة ارتباطية سببية مباشرة بين أبعاد مفهوم الذات ومفهوم الآخر وقبول الذات وقبول الآخر لدى ذوي الإعاقة الحركية بمراكز الاتحاد القومي لذوي الإعاقة الحركية بولاية الخرطوم حيث تمت مناقشة النتائج على ضوء الإطار النظري والبحوث السابقة كما قدمت الباحثة مجموعة من التوصيات بناءً على ما توصلت إليه من نتائج، وبعض المقترحات البحثية المستقبلية.

**هدفت دراسة بوغارت (Bogart, 2014)** للتعرف إلى التكيف مع الإعاقة الخلقية أو المكتسبة على الرغم من أنه يُفترض عمومًا أن الأشخاص الذين يعانون من إعاقات خلقية أكثر تكيفًا من الأشخاص ذوي الإعاقات المكتسبة .اختبرت هذه الدراسة الاقتراح القائل بأن الإعاقة الخلقية أو المكتسبة تلعب دورًا مهمًا في تطوير المفهوم الذاتي للإعاقة (الذي يتكون من هوية الإعاقة والكفاءة الذاتية للإعاقة)، صمم البحث وصفيا (226) مشاركًا يعانون من إعاقات حركية خلقية ومكتسبة استبيانًا مقطعيًا عبر الإنترنت يقيس الرضا عن الحياة، واحترام الذات، وهوية الإعاقة، والكفاءة الذاتية للإعاقة، والمعلومات الديموغرافية .النتائج: كان تقدير الذات، وهوية الإعاقة، والكفاءة الذاتية للإعاقة، والدخل من العوامل الهامة للتنبؤ بالرضا عن الحياة .توقع البداية الخلقية زيادة الرضا عن الحياة؛ هوية الإعاقة والكفاءة الذاتية للإعاقة، ولكن ليس احترام الذات، توسطت جزئيا في العلاقة، تسلط النتائج الضوء على التمييز بين التكيف مع الإعاقة الخلقية مقابل الإعاقة المكتسبة وأهمية المفهوم الذاتي للإعاقة، والتي هي بنيات تحت البحث .تشير النتائج إلى أنه بدلاً من محاولة "تطبيع" الأفراد ذوي الإعاقة، يجب على المتخصصين في الرعاية الصحية تعزيز مفهومهم الذاتي عن الإعاقة .تتم مناقشة السبل الممكنة لتحسين المفهوم الذاتي للإعاقة، مثل المشاركة في مجتمع الإعاقة وكبرياء الإعاقة) .

**وحاولت دراسة محمد (2012)** التعرف إلى معرفة الإعاقة الحركية وعلاقتها بمفهوم الذات والتحصيل الدراسي وسط التلاميذ ذوي الإعاقة الحركية في ولاية الجزيرة. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي: تمثل مجتمع الدراسة في المعوقين حركياً حيث بلغ حجم العينة (70) تلميذ وتلميذة بمرحلة الأساس، بلغ عدد الذكور (33) والإناث (37) وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية من المعوقين. وقد تمثلت أدوات الدراسة في درجات التلاميذ ومقياس مفهوم الذات. توصلت الدراسة لعدد من النتائج أهمها: لا توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين مفهوم الذات والتحصيل الدراسي لدى التلاميذ ذوي الإعاقة الحركية. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التلاميذ ذوي الإعاقة الحركية في مفهوم

الذات تعزى لنوع المعاق (ذكر /أنثى) لصالح الإناث. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي للتلاميذ ذوي الإعاقة الحركية، تعزى للنوع (ذكر /أنثى). توجد فروق في مفهوم الذات للتلاميذ ذوي الإعاقة الحركية تعزى لدرجة الإعاقة لصالح ذوي الإعاقة الخفيفة. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائياً في متوسط درجات التحصيل ودرجة الإعاقة للتلاميذ المعوقين حركياً تعزى لدرجة الإعاقة. أهم توصيات الدراسة هي: العمل على تأهيل المعوقين من الناحية التعليمية، وتجهيز المدارس والجامعات بالإمكانات والأدوات بالوسائل اللازمة لمواصلة تعليمهم بسهولة. توعية المجتمع بشكل عام وذلك عن طريق برامج توعية وإرشاد من خلال وسائل الإعلام وأيضاً زيارات الأخصائيين لأسر ذوي الإعاقة.

**وهدفت دراسة عديلة (2012)** إلى تقييم مفهوم الذات والاكتئاب لدى الأشخاص الذين يعانون من إعاقات حركية جسدية وكذلك التعرف على تأثير بعض المتغيرات وعلاقتها بمفهوم الذات والاكتئاب لهذا القطاع في محافظة بيت لحم . تمثل مجتمع الدراسة الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية الجسدية في محافظة بيت لحم والذين تراوحت أعمارهم بين (18-65 سنة) خلال عام 2012/2011. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدمت الباحثة منهج الارتباط الوصفي الذي استخدمت فيه استبيان لجمع البيانات أشارت نتائج الدراسة إلى أن مفهوم الذات كان إيجابياً لدى ( 49.6٪) من المبحوثين، بينما كان مفهوم الذات سلبيًّاعلى جميع أبعاد مقياس مفهوم الذات، كما أشارت النتائج إلى أنَّ 68% من المبحوثين لديهم أعراض اكتئاب تتراوح بين متوسطة إلى عالية ومن ناحية أخرى، أشارت النتائج إلى وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين درجة مفهوم الذات ودرجة الاكتئاب، حيث كلما ارتفعت درجة مفهوم الذات، انخفضت درجة الاكتئاب، والعكس صحيح . كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق في مفهوم الذات وبعض متغيرات الدراسة، حيث توجد فروق بين الفئات العمرية ذات المعدلات الأعلى للفئة العمرية (31-40 سنة) . بالمقابل كانت هناك علاقة ايجابية مع الدخل الشهري للأسرة

والذي يزيد عن (2501 شيقل)، التحصيل الدراسي للمبحوثين الذين درسوا في الجامعة وتواجدهم بالمخيم والتوظيف، ملاءمة السكن للمستجيبين الذين لديهم ظروف سكن مناسبة، ووقت حدوث الإعاقة للمستجيبين الذين لديهم إعاقات بعد الولادة، وعلاقة عكسية مع شدَّة الإعاقة للمستجيبين ذوي الإعاقة الطفيفة حيث درجة مفهومهم الذاتي كان أعلى .دلَّت نتيجة الدراسة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الاكتئاب وبعض الفروق للدراسة عند مستوى الدلالة باختلاف تباين الجنس . وأظهرت النتائج أنَّ درجة الاكتئاب أعلى عند الإناث منها عند الذكور، والحالة الاجتماعية حيث توجد درجة اكتئاب متزايدة لدى المطلقات والأرامل، وكذلك ارتباط إيجابي بالعمر وشدة الإعاقة . ومع ذلك، كانت هناك علاقة عكسية مع التحصيل الدراسي . كما أظهرت النتائج أن درجة الاكتئاب أعلى بين المبحوثين الذين لم يعملوا ومثلوا (85.6٪) من المبحوثين . كما أشارت النتائج إلى ارتفاع درجة الاكتئاب لدى المبحوثين الذين كانت منازلهم غير مناسبة للإعاقة أو متوسطة على مقياس متوسط ، وعلاقة موجبة بين شدة الإعاقة والاكتئاب .

**سعت دراسة حربي (2012)** إلى تحديد مفهوم الذات لدى الرياضي من ذوي الإعاقة حركيًّا انطلاقًا من تحديد كل العوامل الذاتية والموضوعية المؤثرة في طبيعة العلاقة بين المتغيرات وانطلاقنا في دراستنا إلى تحديد الفرق بين مستويات مفهوم الذات بين عينة تمارس النشاط المكيف وأخرى لا تمارس وكانت النتائج تشير إلى وجود فروق بين المجموعتين ولمعالج العينة الممارسة وبدراسة تأثير العوامل الذاتية الممثلة في الجنس و السن والمستوى التعليمي ودرجة الإعاقة ونوعها وتأثير العوامل الموضوعة الممثلة في طبيعة النشاط المكيف الممارس فردي جماعي تبين تحقق كل الفرضيات الأساسية الثانية ما عدى الفرضية الخاصة بتأثير نوع الإعاقة في تحديد مستويات مفهوم الذات لدى الرياضي المعوق حركيًّا لم تتحقق لنخرج في نهاية الدراسة بحملة من الاقتراحات متمثلة في فتوحات البحث خدمة لشريحة المعوقين حركيًّا خاصة وذوي الإعاقة بصفة عامة.

**وهدفت دراسة العتوم والمومني (1994)** إلى الكشف عن إثر بعض المتغيرات الديمغرافية في سيكولوجية ذوي الإعاقة الحركية في الأردن. حيث عمدت هذه الدراسة إلى معرفة أثر متغيرات سبب الإعاقة (وراثي أم مكتسب) والوضع الاجتماعي (متزوج أم أعزب)، ومكان السكن (قرية أم مدينة) في مفهوم الذات على عينة تألفت من (340) معوقاً حركياً ممن ينتمون إلى مراكز اجتماعية خاصة بهم. وأظهرت النتائج إلى وجود فروق في درجات الأفراد على المقياس الكلي لمفهوم الذات وجميع أبعاد المقياس بين المعوقين حركياً تعزى إلى سبب الإعاقة ولصالح ذوي الإعاقات الوراثية. وبالنسبة إلى الحالة الاجتماعية، كان هناك فروق ذات دلالة احصائية في مفهوم الذات على بعدي القلق والبعد الفكري لصالح المتزوجين، وعلى بعد الشعبية والشهرة لصالح غير المتزوجين كذلك لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات على المقياس الكلي تعزى لمكان السكن، بينما كان هناك فروق ذات دالة إحصائية في مفهوم الذات على البعد الفكري فقط ولصالح سكان المدينة.

وبناء على ما عرض من نتائج الدراسات والأبحاث السابقة عن تأثير الضغوط النفسية على الأفراد بشكل عام بجميع أطيافهم وكيف تترك ترسبات نفسية وجسدية وخيمة، استفادة الباحثة من كل ما تم عرضه من دراسات تناولت الضغوط النفسية وسيتم اللجوء إليه في الأهداف والمجتمع والأدوات والإطار النظري، وعلى نفس السياق مفهوم الذات وما يوثر به على الشخص الذي يعاني من إعاقة حركية وكيف ينظر لنفسه من خلال صورته لها. وحسب – علم الباحثة – لا توجد دراسة تناولت الضغوط النفسية لدي عينة الدراسة الحالية ولا يوجد دراسة جمعت بين متغيرات الدراسة الحالية وبهذا ستتمتع الدراسة بالجدة والأصالة.

# الفصل الثالث

# الطريقة والإجراءات

**3. 1 منهجية الدراسة.**

**3. 2 مجتمع الدراسة وعينتها.**

**3. 3 أدوات الدراسة.**

**3. 4 تصميم الدراسة ومتغيراتها.**

**3. 5 إجراءات تنفيذ الدراسة.**

**3. 6 المعالجات الإحصائية.**

# الفصل الثالث

# الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل الطرق والإجراءات التي اتبعت، والتي تضمنت تحديد منهجية الدراسة المتبعة، ومجتمع الدراسة والعينة، وعرض الخطوات والإجراءات العملية التي اتبعت في بناء أدوات الدراسة وخصائصها، ثم شرح مخطط تصميم الدراسة ومتغيراتها، والإشارة إلى أنواع الاختبارات الإحصائية المستخدمة في تحليل بيانات الدراسة.

## 1.3 منهجية الدراسة

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الإرتباطي للحصول على المعلومات الخاصة بموضوع الدراسة، وذلك لأنه أكثر المناهج ملائمة لطبيعة هذه الدراسة؛ حيث أنَّ المنهج الوصفي الإرتباطي هو الأمثل لتحقيق أهداف هذه الدراسة، كونه المنهج الذي يقوم بدراسة وفهم ووصف الظاهرة وصفًا دقيقًا من خلال المعلومات والأدبيات السابقة، وإنَّ هذا المنهج لا يعتمد فقط على جمع المعلومات إنَّما يقوم بالربط وتحليل العلاقة ما بين متغيرات الدراسة للوصول إلى الاستنتاجات المرجو الوصول إليها من خلال الدراسة (عوده وملكاوي، 1992).

## 2.3 مجتمع الدراسة وعينتها

**أولاً- مجتمع الدراسة:**

تكون مجتمع الدراسة من جميع الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة ولا توجد إحصائية خاصة بذوي الإعاقة الجسمية ولكن الإحصائيات كانت لذوي الإعاقة بشكل عام والتي تبلغ نسبتهم المئوية (3%) .

**ثانياً– عينة الدراسة:**

أمّا عينة الدراسة، فقد اختيرت كالآتي:

**أولاً– العيّنة الاستطلاعيّة:** اختيرت عيّنة استطلاعية مكونة من (30) من الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، وذلك بغرض التأكد من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها لحساب الصدق والثبات.

**ثانياً– عينة الدراسة الأصلية:** اختيرت عينة الدراسة بالطريقة المتيسرة وقد بلغ حجم العينة (107) من الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة. والجدول (1.3) يبين توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة (التصنيفية):

**الجدول (1.3): يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة (التصنيفية)**

| المتغير | الفئات | العدد | النسبة % |
|---|---|---|---|
| **الجنس** | ذكر | 35 | 32.7 |
| | أنثى | 72 | 67.3 |
| | **المجموع** | **107** | **100.0** |
| **الفئة العمرية** | أقل من 22 | 26 | 24.3 |
| | من 22 إلى أقل من 30 | 37 | 34.6 |
| | 30 فأكثر | 44 | 41.1 |
| | **المجموع** | **107** | **100.0** |
| **مكان السكن** | مدينة | 35 | 32.7 |
| | قرية | 50 | 46.7 |
| | مخيم | 22 | 20.6 |
| | **المجموع** | **107** | **100.0** |

## 3.3 أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة، اعتمدت الباحثة على مقياسين لجمع البيانات، هما: مقياس الضغوط النفسية، ومقياس مفهوم الذات كما يلي:

**أولاً: مقياس الضغوط النفسية**

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد اطلاع الباحثة على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس الضغوط النفسية المستخدمة في بعض الدراسات استعانت الباحثة في مقياس الضغوط النفسية المستخدم في دراسة سهيل (2018).

### 1.3.3 الخصائص السيكومترية لمقياس الضغوط النفسية

**صدق المقياس**

استخدم نوعان من الصدق كما يلي:

**أ) الصدق الظاهري (Face validity)**

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس الضغوط النفسية، عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص ممن يحملون درجة الدكتوراه، وقد بلغ عددهم (10) محكمين، كما هو موضح في ملحق (ب)، وقد تشكل المقياس في صورته الأولية من (54) فقرة، إذ أعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين أجريت التعديلات المقترحة، واستناداً إلى ملاحظات المحكمين، فقد عدلت صياغة بعض الفقرات وحذفت (3) فقرات، كما هو مبين في الملحق (ت).

**ب) صدق البناء (Construct Validity)**

للتحقق من الصدق للمقياس استخدمت الباحثة أيضًا صدق البناء، على عينة استطلاعية مكونة من (30) من الأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخدم معامل إرتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات إرتباط الفقرات بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات إرتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات إرتباط كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس، والجدول (2.3) يوضح ذلك:

**جدول (2.3): يوضح قيم معاملات إرتباط فقرات مقياس الضغوط النفسية بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات إرتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات إرتباط كل مجال، مع الدرجة الكلية للمقياس(ن=30)**

| الفقرة | الارتباط مع المجال | الارتباط مع الدرجة الكلية | الفقرة | الارتباط مع المجال | الارتباط مع الدرجة الكلية | الفقرة | الارتباط مع المجال | الارتباط مع الدرجة الكلية | الفقرة | الارتباط مع المجال | الارتباط مع الدرجة الكلية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **الضغوط الأسرية** | | | **الضغوط الاجتماعية** | | | **الضغوط المستقبلية** | | | **الضغوط الصحية** | | |
| 1 | .61** | .53** | 15 | .83** | .74** | 25 | .61** | .48** | 40 | .73** | .73** |
| 2 | .66** | .65** | 16 | .79** | .63** | 26 | .70** | .67** | 41 | .87** | .75** |
| 3 | .79** | .73** | 17 | .29 | .09 | 27 | .75** | .69** | 42 | .83** | .68** |
| 4 | .87** | .76** | 18 | .71** | .76** | 28 | .76** | .74** | 43 | .81** | .61** |
| 5 | .88** | .82** | 19 | .34* | .01 | 29 | .73** | .69** | 44 | .88** | .75** |
| 6 | .78** | .66** | 20 | .45** | .56** | 30 | .59** | .60** | 45 | .77** | .74** |
| 7 | .48** | .42** | 21 | .88** | .69** | 31 | .69** | .58** | 46 | .80** | .79** |
| 8 | .76** | .56** | 22 | .74** | .65** | 32 | .67** | .52** | 47 | .84** | .64** |
| 9 | .63** | .53** | 23 | .80** | .61** | 33 | .82** | .71** | 48 | .76** | .65** |
| 10 | .83** | .74** | 24 | .74** | .61** | 34 | .87** | .79** | 49 | .56** | .46** |
| 11 | .74** | .56** | - | - | - | 35 | .80** | .75** | 50 | .73** | .49** |
| 12 | .88** | .70** | - | - | - | 36 | .72** | .74** | 51 | .80** | .70** |
| 13 | .74** | .62** | - | - | - | 37 | .77** | .81** | - | - | - |
| 14 | .85** | .77** | - | - | - | 38 | .76** | .84** | - | - | - |
| | | | - | - | - | 39 | .82** | .82** | - | - | - |
| **درجة كلية للبُعد .86**** | | | **درجة كلية للبُعد.81**** | | | **درجة كلية للبُعد .94**** | | | **درجة كلية للبُعد .85**** | | |

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *)  **دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.01 > p **)**

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (2.3) أنَّ معامل إرتباط الفقرات: (17، 19)، كانت ذات درجة غير مقبولة وغير دالة إحصائيًّا، وتحتاج إلى حذف، أما باقي الفقرات فقد تراوحت ما بين (.42-.88)، وكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائيًّا؛ إذ ذكر جارسيا (Garcia, 2011) أنَّ قيمة معامل الإرتباط التي تقل عن (.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (.30– أقل أو يساوي .70)

تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (.70) تعتبر قوية، لذلك حذفت الفقرات: (17، 19)، وأصبح عدد فقرات المقياس (49) فقرة.

**ثبات مقياس الضغوط النفسية**

للتأكد من ثبات مقياس الضغوط النفسية ومجالاته، وزع المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) من ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس، ومجالاته، فقد استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية بعد قياس الصدق (49) فقرة، والجدول (3.3): يوضح ذلك:

**جدول (3.3): يوضح قيم معاملات ثبات مقياس الضغوط النفسية بطريقة كرونباخ ألفا**

| المجال | عدد الفقرات | كرونباخ ألفا |
|---|---|---|
| **الضغوط الأسرية** | 14 | .93 |
| **الضغوط الاجتماعية** | 8 | .90 |
| **الضغوط المستقبلية** | 15 | .94 |
| **الضغوط الصحية** | 12 | .94 |
| **الدرجة الكلية** | **49** | .97 |

يتضح من الجدول (3.3) أن قيم معاملات ثبات كرونباخ ألفا لمجالات مقياس الضغوط النفسية تراوحت ما بين (.90-.94)، كما يلاحظ أنَّ معامل ثبات كرونباخ ألفا للدرجة الكلية بلغ (.97). وتعد هذه القيم مرتفعة، وتجعل من الأداة قابلة للتطبيق على العيّنة الأصلية.

**ثانياً: مقياس مفهوم الذات**

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد إطّلاع الباحثة على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس مفهوم الذات المستخدمة في بعض الدراسات استعانت الباحثة في مقياس مفهوم الذات المستخدم في دراسة عبد الله (2010).

**2.3.3 الخصائص السيكومترية لمقياس مفهوم الذات**

**صدق المقياس:**

استخدم نوعان من الصدق، وكما يلي:

**أ) الصدق الظاهري (Face validity)**

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس مفهوم الذات، عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص ممن يحملون درجة الدكتوراه، وقد بلغ عددهم (10) محكمين، كما هو موضح في ملحق (ب)، وقد تشكل المقياس في صورته الأولية من (34) فقرة؛ إذ اعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين أجريت التعديلات المقترحة، واستنادًا إلى ملاحظات المحكمين فقد عُدلت صياغة بعض الفقرات، كما هو مبين في الملحق (ت).

**ب) صدق البناء (Construct Validity)**

من أجل التحقق من الصدق للمقياس، استخدم صدق البناء على عينة استطلاعية مكونة من (30) من ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخدم معامل إرتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات إرتباط الفقرات

بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات إرتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقياس (مفهوم الذات)، كذلك قيم معاملات إرتباط كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين في الجدول (4.3):

**جدول (4.3): يوضح قيم معاملات إرتباط فقرات مقياس مفهوم الذات بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات إرتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات إرتباط كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس(ن=30)**

| الفقرة | الإرتباط مع المجال | الإرتباط مع الدرجة الكلية | الفقرة | الإرتباط مع المجال | الإرتباط مع الدرجة الكلية | الفقرة | الإرتباط مع المجال | الإرتباط مع الدرجة الكلية | الفقرة | الإرتباط مع المجال | الإرتباط مع الدرجة الكلية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **مفهوم الذات الجسمي** | | | **مفهوم الذات الاجتماعي** | | | **مفهوم الذات الانفعالي** | | | **مفهوم الذات العام** | |
| 1 | .68** | .61** | 7 | .48** | .35* | 17 | .40** | .05 | 25 | .42** | .55** |
| 2 | .30* | .40** | 8 | .54** | .46** | 18 | .66** | .44** | 26 | .58** | .44** |
| 3 | .74** | .67** | 9 | .64** | .51** | 19 | .57** | .37* | 27 | .38* | .47** |
| 4 | .78** | .51** | 10 | .54** | .55** | 20 | .73** | .70** | 28 | .57** | .66** |
| 5 | .61** | .30* | 11 | .51** | .56** | 21 | .41** | .40** | 29 | .64** | .52** |
| 6 | .73** | .51** | 12 | .54** | .30* | 22 | .56** | .35** | 30 | .82** | .76** |
| - | - | - | 13 | .72** | .51** | 23 | .28 | .37* | 31 | .30* | .35* |
| - | - | - | 14 | .24 | .42** | 24 | .23 | .33* | 32 | .27 | .03 |
| - | - | - | 15 | .33* | .13 | - | - | - | 33 | .66** | .45** |
| - | - | - | 16 | .57** | .35* | - | - | - | 34 | .37* | .18 |
| **درجة كلية للبُعد** | **.76**** | | **درجة كلية للبُعد** | **.81**** | | **درجة كلية للبُعد** | **.81**** | | **درجة كلية للبُعد** | **.89**** | |

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *)  **دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.01 > p **)**

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (4.3) أنَّ معامل إرتباط الفقرات: (14، 15، 17، 23، 24، 32، 34)، كان ذات درجة غير مقبولة وغير دالة إحصائيًّا، وتحتاج إلى حذف، أما باقي الفقرات فقد تراوحت ما بين (.30-.82)، وكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائيًّا؛ إذ ذكر جارسيا Garcia, (2011) أنَّ قيمة معامل الإرتباط التي تقل عن (.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (.30– أقل أو يساوي 70.) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (.70) تعتبر قوية، لذلك حذفت الفقرات: (14، 15، 17، 23، 24، 32، 34)، وأصبح عدد فقرات المقياس (27) فقرة.

### ثبات مقياس مفهوم الذات:

للتأكد من ثبات مقياس مفهوم الذات ومجالاته، وزعت أداة الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (30) من ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة.

وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ومجالاته، فقد استخدم معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية، بعد قياس الصدق (27) فقرة، والجدول (5.3) يوضح ذلك:

**جدول (5.3): يوضح قيم معاملات ثبات مقياس مفهوم الذات بطريقة كرونباخ ألفا**

| المجال | عدد الفقرات | كرونباخ ألفا |
|---|---|---|
| **مفهوم الذات الجسمي** | 6 | .73 |
| **مفهوم الذات الاجتماعي** | 8 | .71 |
| **مفهوم الذات الانفعالي** | 5 | .62 |
| **مفهوم الذات العام** | 8 | .74 |
| **الدرجة الكلية** | **27** | .87 |

يتضح من الجدول (5.3) أن قيم معاملات ثبات كرونباخ ألفا لمجالات مقياس مفهوم الذات تراوحت ما بين (.71-.74)، كما يلاحظ أن معامل ثبات كرونباخ ألفا للدرجة الكلية بلغ (.87)، وتعتبر هذه القيم مناسبة وتجعل من الأداة قابلة للتطبيق على العينة الأصلية.

**تصحيح مقياسي الدراسة:**

**أولاً: مقياس الضغوط النفسية:** تكون مقياس الضغوط النفسية في صورته النهائية بعد قياس الصدق من (49)، فقرة موزعة على أربعة مجالات كما هو موضح في ملحق (ث)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي للضغوط النفسية.

**ثانياً: مقياس مفهوم الذات:** تكون مقياس مفهوم الذات في صورته النهائية من (27)، فقرة، موزعة على أربعة مجالات كما هو موضح في ملحق (ث)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي لمفهوم الذات باستثناء الفقرات: (2، 3، 7، 8، 9، 12، 13، 14، 18، 21، 24، 25، 27)، إذ عكست الأوزان عند تصحيحها وذلك لصياغتها بالاتجاه السلبي.

وقد طُلب من المستجيب تقدير إجاباته عن طريق تدرج ليكرت (Likert) خماسي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما يلي: تنطبق تماماً (5) درجات، تنطبق كثيراً (4) درجات، تنطبق إلى حد ما (3) درجات، تنطبق قليلاً (2) درجتان، لا تنطبق (1)، درجة واحدة.

ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى كل من الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى عينة الدراسة، حولت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح من (1-5) درجات وتصنيف المستوى إلى ثلاثة مستويات: مرتفع، ومتوسطة ومنخفض، وذلك وفقاً للمعادلة الآتية:

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{الحد الأعلى _ الحد الأدنى (لتدرج)}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} \quad \frac{1-5}{3} = 1.33$$

وبناءً على ذلك، فإنّ مستويات الإجابة على المقياس تكون على النحو الآتي:

**جدول (6.3): يوضح درجات احتساب مستوى كل من الضغوط النفسية ومفهوم الذات**

| | |
|---|---|
| **مستوى منخفض** | **2.33 فأقل** |
| **مستوى متوسط** | **3.67 – 2.34** |
| **مستوى مرتفع** | **5 –3.68** |

## 4.3 تصميم الدراسة ومتغيراتها

اشتملت الدراسة على المتغيرات المستقلة(التصنيفية) والتابعة الآتية:

**أ- المتغيرات التصنيفية:**

1. **الجنس:** وله مستويان، هما: (1–ذكر، 2– أنثى).
2. **الفئة العمرية:** ولها ثلاثة مستويات، هي: (1– أقل من 22، 2– من 22 إلى أقل من 30 ، 3– 30 فأكثر).
3. **مكان السكن:** ولها ثلاثة مستويات، هي: (1– قرية، 2– مدينة، 3– مخيم).

**ب–المتغير التابع:**

أ) الدرجة الكلية والمجالات الفرعية التي تقيس الضغوط النفسية لدى عينة الدراسة.

ب) الدرجة الكلية والمجالات الفرعية التي تقيس مفهوم الذات لدى عينة الدراسة.

## 5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة

نفُذت الدراسة وفق الخطوات الآتية:

1. جمع المعلومات من العديد من المصادر كالكتب، المقالات، التقارير، الرسائل الجامعية، وغيرها، وذلك من أجل وضع الإطار النظري للدراسة.
2. الحصول على إحصائية بعدد ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة.
3. تحديد مجتمع الدراسة، ومن ثم تحديد عينة الدراسة.
4. تطوير أدوات الدراسة من خلال مراجعة الأدب التربوي في هذا المجال.
5. تحكيم أدوات الدراسة.
6. تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية ومن خارج عينة الدراسة الأساسية، إذ شملت (30) من الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، وذلك بهدف التأكد من دلالات صدق وثبات أدوات الدراسة.
7. تطبيق أدوات الدراسة على العينة الأصلية، والطلب منهم الإجابة على فقراتها بكل صدق وموضوعية، وذلك بعد إعلامهم بأنَّ إجابتهم لن تستخدم إلاّ لأغراض البحث العلمي.
8. إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب، حيث استخدم برنامج الرزمة الإحصائي (SPSS, 26) لتحليل البيانات، وإجراء التحليل الإحصائي المناسب.

9. مناقشة النتائج التي أسفر عنها التحليل في ضوء الأدب النظري والدراسات السابقة، والخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات البحثية.

## 6.3 المعالجات الإحصائية

من أجل معالجة البيانات وبعد جمعها قامت الباحثة باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS, 26) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية.
2. معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) لفحص الثبات.
3. اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، لفحص الفرضيات المتعلقة بالجنس.
4. اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، لفحص الفرضيات المتعلقة، بالفئة العمرية، مكان السكن.
5. اختبار أقل فرق دال (LSD) للمقارنات البعدية.
6. اختبار بيرسون (Pearson Correlation) لمعرفة العلاقة بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات، كذلك لفحص صدق أداتي الدارسة.

# الفصل الرابع

# عرض نتائج الدراسة

## 1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

## 2.4 النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

# الفصل الرابع

# عرض نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل عرضًا للنتائج التي توصلت إليها الدراسة في ضوء أسئلتها وفرضيتها التي طرحت، وقد نظمت وفقًا لمنهجية محددة في العرض، وكما يلي:

## 1.4- النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

### 1.1.4 نتائج السؤال الأول: ما مستوى الضغوط النفسية لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة؟

للإجابة عن السؤال الأول حُسبت المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، والجدول (1.4) يوضح ذلك:

**جدول (1.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس الضغوط النفسية وعلى المقياس ككل مرتبة تنازليًا**

| الرتبة | رقم المجال | المجال | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | المستوى |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | 3 | **الضغوط المستقبلية** | 3.00 | 1.083 | 60.0 | **متوسط** |
| **2** | 4 | **الضغوط الصحية** | 2.82 | 1.035 | 56.4 | **متوسط** |
| **3** | 2 | **الضغوط الاجتماعية** | 2.62 | 1.121 | 52.4 | **متوسط** |
| **4** | 1 | **الضغوط الأسرية** | 2.44 | 1.141 | 48.8 | **متوسط** |
| | | **الدرجة الكلية للضغوط النفسية** | 2.73 | 0.983 | 54.6 | **متوسط** |

يتضح من الجدول (1.4) أنَّ المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس الضغوط النفسية ككل بلغ (2.73)، وبنسبة مئوية (54.6%) وبتقدير متوسط، أمّا المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجالات مقياس الضغوط النفسية تراوحت ما بين (3.00–2.44)، وجاء مجال " الضغوط المستقبلية " بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.00)، وبنسبة مئوية (60.0%)، وبتقدير متوسط، بينما جاء مجال "الضغوط الأسرية " في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.44)، وبنسبة مئوية (48.8%) وبمستوى متوسط.

وقد حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل مجال من مجالات مقياس الضغوط النفسية كل مجال على حدة، وعلى النحو الآتي:

### 1) الضغوط المستقبلية

**جدول (2.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الضغوط المستقبلية مرتبة تنازليًا حسب المتوسطات الحسابية**

| الرتبة | رقم الفقرة | الفقرات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | المستوى |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | 23 | ينشغل تفكيري دائمًا في الحصول على فرصة العمل وكيفية العمل | 3.42 | 1.401 | 68.4 | **متوسط** |
| **2** | 28 | يقلقني عدم القدرة على مساعدة أهلي اقتصاديًا | 3.28 | 1.379 | 65.6 | **متوسط** |
| **3** | 37 | ينقصني الشعور بالثقة بأي قرار قد أتخذه بشأن مستقبلي | 3.19 | 1.493 | 63.8 | **متوسط** |
| **4** | 34 | أشعر بالخوف من التغيرات المستمر في مظهري (شكلي) | 3.15 | 1.553 | 63.0 | **متوسط** |
| **5** | 30 | يقلقني عدم القدرة على رعاية أطفالي | 3.09 | 1.551 | 61.8 | **متوسط** |
| **6** | 26 | أفكر بمن سينفق على | 3.07 | 1.522 | 61.4 | **متوسط** |
| **7** | 27 | أشعر أنني لن أتزوج | 3.06 | 1.607 | 61.2 | **متوسط** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **8** | 24 | أشعر بنقص قدراتي على العمل في المستقبل | 3.04 | 1.434 | 60.8 | **متوسط** |
| **9** | 31 | أشعر بالقلق لعدم اطمئناني على مستقبلي المالي | 3.03 | 1.424 | 60.6 | **متوسط** |
| **10** | 29 | أخشى من الزواج وإنجاب أطفال ذوى إعاقة | 2.94 | 1.516 | 58.8 | **متوسط** |
| **11** | 25 | أشعر بالقلق من التنافس في مجال عملي | 2.93 | 1.403 | 58.6 | **متوسط** |
| **12** | 33 | أشعر بالانزعاج لاحتمال وقوع كارثة قريبًا لي | 2.89 | 1.482 | 57.8 | **متوسط** |
| **13** | 36 | أشعر أنني سيء الحظ الآن وسيكون حظي أسوأ في المستقبل | 2.70 | 1.462 | 54.0 | **متوسط** |
| **14** | 32 | أشعر أن المجتمع لن يتقبلني مستقبلًا | 2.64 | 1.532 | 52.8 | **متوسط** |
| **15** | 35 | وجودي في أسرتي يزيد وضع أسرتي سوءاً في المجالات الاقتصادية | 2.55 | 1.422 | 51.0 | **متوسط** |
| | | **الضغوط المستقبلية** | 3.00 | 1.083 | 60.0 | **متوسط** |

يتضح من الجدول (2.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة على مجال الضغوط المستقبلية تراوحت ما بين (3.42–2.55)، وجاءت الفقرة " ينشغل تفكيري دائمًا في الحصول على فرصة العمل وكيفية العمل " بالمرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (3.42)، وبنسبة مئوية (68.4%)، ومستوى متوسط، بينما جاءت الفقرة " وجودي في أسرتي يزيد وضع أسرتي سوءاً في المجالات الاقتصادية" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.55)، وبنسبة مئوية (51.0%)، ومستوى متوسط. وقد بلغ المتوسط الحسابي لمجال الضغوط المستقبلية (3.00)، وبنسبة مئوية (60.0%) ومستوى متوسط.

## 2) الضغوط الصحية

**جدول (3.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الضغوط الصحية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية**

| الرتبة | رقم الفقرة | الفقرات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | المستوى |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | 38 | أشعر بالإحباط من وضعي الصحي | 3.06 | 1.426 | 61.2 | **متوسط** |
| **2** | 40 | أشعر بألم دائمً | 3.00 | 1.441 | 60.0 | **متوسط** |
| **3** | 39 | أعاني من اضطرابات في النوم | 2.99 | 1.391 | 59.8 | **متوسط** |
| **4** | 42 | أصاب بالخمول والكسل | 2.97 | 1.349 | 59.4 | **متوسط** |
| **5** | 41 | عدم مقدرتي على الحصول على العلاج اللازم | 2.90 | 1.498 | 58.0 | **متوسط** |
| **6** | 43 | أعاني من فقدان للشهية وعدم الرغبة بالأكل | 2.88 | 1.412 | 57.6 | **متوسط** |
| **7** | 46 | أشعر بسرعة في بدقات القلب من وقت لآخر | 2.85 | 1.365 | 57.0 | **متوسط** |
| **8** | 45 | أعاني من صداع بالرأس | 2.84 | 1.375 | 56.8 | **متوسط** |
| **9** | 49 | تطاردني الأحلام والكوابيس المزعجة | 2.62 | 1.438 | 52.4 | **متوسط** |
| **10** | 48 | أشعر بالغثيان والدوخة بشكل متكرر | 2.61 | 1.344 | 52.2 | **متوسط** |
| **11** | 47 | أعاني من مشكلات في المعدة | 2.59 | 1.498 | 51.8 | **متوسط** |
| **12** | 44 | أتعرض للصدمات الجسدية | 2.56 | 1.461 | 51.2 | **متوسط** |
| | | **الضغوط الصحية** | 2.82 | 1.035 | 56.4 | **متوسط** |

يتضح من الجدول (3.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال الضغوط الصحية تراوحت ما بين (3.06–2.56)، وجاءت الفقرة " أشعر بالإحباط من وضعي الصحي" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.06)، وبنسبة مئوية (61.2%)، ومستوى متوسط، بينما جاءت الفقرة " أتعرض للصدمات الجسدية" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.56)، وبنسبة مئوية (51.2)، ومستوى متوسط. وقد بلغ المتوسط الحسابي لمجال الضغوط الصحية (2.82)، وبنسبة مئوية (56.4%) ومستوى متوسط.

## 3) الضغوط الاجتماعية

**جدول (4.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الضغوط الاجتماعية مرتبة تنازليًا حسب المتوسطات الحسابية**

| الرتبة | رقم الفقرة | الفقرات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | المستوى |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | 20 | أجد صعوبة في بناء علاقات اجتماعية مع الآخرين | 2.88 | 1.426 | 57.6 | **متوسط** |
| **2** | 21 | ترهقني كثرة علاقات أسرتي الاجتماعية | 2.72 | 1.484 | 54.4 | **متوسط** |
| **3** | 18 | أشعر بالخجل من الجنس الآخر | 2.64 | 1.368 | 52.8 | **متوسط** |
| **4** | 17 | أبقي وحيدًا أثناء تواجدي في الأماكن العامة | 2.63 | 1.444 | 52.6 | **متوسط** |
| **5** | 19 | أشعر بالوحدة والعزلة عن الآخرين | 2.60 | 1.365 | 52.0 | **متوسط** |
| **6** | 15 | جيراني في الحي لا يهتمون بي | 2.60 | 1.366 | 52.0 | **متوسط** |
| **7** | 22 | أتضايق من زيارات الأقارب والجيران | 2.52 | 1.430 | 50.4 | **متوسط** |
| **8** | 16 | أشعر أن أقاربي لا يحترمونني | 2.36 | 1.320 | 47.2 | **متوسط** |
| | | **الضغوط الاجتماعية** | 2.62 | 1.121 | 52.4 | **متوسط** |

يتضح من الجدول (4.4) أنَّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال اللامبالاة تراوحت ما بين (2.88 - 2.36)، وجاءت الفقرة " أجد صعوبة في بناء علاقات اجتماعية مع الآخرين " بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (2.88)، وبنسبة مئوية (57.6%) ومستوى متوسط، بينما جاءت الفقرة " أشعر أن أقاربي لا يحترمونني" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.36)، وبنسبة مئوية (47.2%)، ومستوى متوسط. وقد بلغ المتوسط الحسابي لمجال الضغوط الاجتماعية (2.62)، وبنسبة مئوية(52.4%) ومستوى متوسط.

## 4) الضغوط الأسرية

**جدول (5.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الضغوط الأسرية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية**

| الرتبة | رقم الفقرة | الفقرات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | المستوى |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | 1 | أشعر بالضيق لأن أسرتي لا تسمح لي بترتيب حجرتي بنفسي | 2.95 | 1.645 | 59.0 | **متوسط** |
| **2** | 7 | يؤلمني الشجار والصراع مع أخوتي | 2.94 | 1.485 | 58.8 | **متوسط** |
| **3** | 11 | يتدخل والدي في كل صغيرة وكبيرة في حياتي | 2.73 | 1.444 | 54.6 | **متوسط** |
| **4** | 2 | أشعر بالحزن؛ لأن أسرتي لا تلبي احتياجاتي | 2.61 | 1.379 | 52.2 | **متوسط** |
| **5** | 9 | أشعر بالضيق عندما يعاملني أخوتي بسخرية | 2.60 | 1.491 | 52.0 | **متوسط** |
| **6** | 3 | أشعر بالضيق؛ لأن والدي يبعداني عن أقاربي | 2.51 | 1.562 | 50.2 | **متوسط** |
| **7** | 10 | أعاني من تقييد والداي لحريتي | 2.46 | 1.416 | 49.2 | **متوسط** |
| **8** | 8 | تبعدني عائلتي عند مناقشة مشكلاتهم | 2.36 | 1.468 | 47.2 | **متوسط** |
| **9** | 13 | أشعر أن أسرتي لا تحترمني | 2.24 | 1.472 | 44.8 | **منخفض** |
| **10** | 4 | أعاني من قسوة والدي معي | 2.23 | 1.398 | 44.6 | **منخفض** |
| **11** | 5 | أشعر بالظلم لتفريق والدي بيني وبين أخوتي | 2.22 | 1.383 | 44.4 | **منخفض** |
| **12** | 14 | أشعر أن أسرتي تخجل من وجودي | 2.20 | 1.469 | 44.0 | **منخفض** |
| **13** | 6 | أشعر بالغيرة لتفوق أخوتي في حياتهم | 2.07 | 1.179 | 41.4 | **منخفض** |
| **14** | 12 | يعتقد والداي أنه لا قيمة لي في الحياة | 2.06 | 1.420 | 41.2 | **منخفض** |
| | | **الضغوط الأسرية** | 2.44 | 1.141 | 48.8 | **متوسط** |

يتضح من الجدول (5.4) أنَّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال الضغوط الأسرية تراوحت ما بين (2.95-2.06)، وجاءت الفقرة " أشعر بالضيق لأنَّ أسرتي لا تسمح لي بترتيب حجرتي بنفسي" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (2.95)، وبنسبة مئوية (59.0%)، وبتقدير متوسط، بينما جاءت الفقرة " يعتقد والداي أنه لا قيمة لي في الحياة " في المرتبة الأخيرة،

بمتوسط حسابي بلغ (2.06)، وبنسبة مئوية (41.2%)، ومستوى منخفض. وقد بلغ المتوسط الحسابي لمجال الضغوط الأسرية (2.44)، وبنسبة مئوية (48.8%) ومستوى متوسط.

### 2.1.4 نتائج السؤال الثاني: ما مستوى مفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة؟

للإجابة عن السؤال الثاني حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس مفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، والجدول (6.4) يوضح ذلك:

**جدول (6.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس مفهوم الذات وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً**

| الرتبة | رقم المجال | المجال | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | المستوى |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | 1 | **مفهوم الذات العام** | 3.78 | 0.740 | 75.6 | **مرتفع** |
| **2** | 3 | **مفهوم الذات الجسمي** | 3.56 | 0.738 | 71.2 | **متوسط** |
| **3** | 4 | **مفهوم الذات الانفعالي** | 3.34 | 0.805 | 66.8 | **متوسط** |
| **4** | 2 | **مفهوم الذات الاجتماعي** | 3.31 | 0.890 | 66.2 | **متوسط** |
| | | **الدرجة الكلية لمفهوم الذات** | 3.51 | 0.589 | 70.2 | **متوسط** |

يتضح من الجدول (6.4) أنَّ المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس مفهوم الذات ككل بلغ (3.51)، وبنسبة مئوية (70.2%) ومستوى متوسط، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجالات مقياس مفهوم الذات تراوحت ما بين (3.78–3.31)، وجاء مجال " مفهوم الذات العام" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.78)، وبنسبة مئوية (75.6%)، ومستوى

مرتفع، بينما جاء مجال "مفهوم الذات الاجتماعي" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.31)، وبنسبة مئوية (66.2%) ومستوى متوسط.

وقد حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل مجال من مجالات مقياس مفهوم الذات كل مجال على حدة، وعلى النحو الآتي:

**1) مفهوم الذات العام**

**جدول (7.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال مفهوم الذات العام مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية**

| الرتبة | رقم الفقرة | الفقرات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | المستوى |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | 22 | أنا شخص أمين | 4.24 | 1.115 | 84.8 | **مرتفع** |
| **2** | 20 | أنا شخص مهذب | 4.03 | 1.193 | 80.6 | **مرتفع** |
| **3** | 23 | أنا راضٍ عن علاقتي بالله | 4.00 | 1.141 | 80.0 | **مرتفع** |
| **4** | 24 | أنا شخص حقود | 3.90 | 1.380 | 78.0 | **مرتفع** |
| **5** | 25 | أحتقر نفسي | 3.85 | 1.420 | 77.0 | **مرتفع** |
| **6** | 21 | أنا شخص سيئ | 3.74 | 1.410 | 74.8 | **مرتفع** |
| **7** | 26 | أحل مشكلاتي بسهولة | 3.27 | 1.202 | 65.4 | **متوسط** |
| **8** | 27 | أفعل أشياء دون تفكير | 3.20 | 1.390 | 64.0 | **متوسط** |
| | | **مفهوم الذات العام** | 3.78 | 0.740 | 75.6 | **مرتفع** |

يتضح من الجدول (7.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال مفهوم الذات العام تراوحت ما بين (4.24 _3.20)، وجاءت الفقرة " أنا شخص أمين " بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (4.24)، وبنسبة مئوية (84.8%)، ومستوى مرتفع، بينما جاءت الفقرة " أفعل أشياء دون

تفكير " في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.20)، وبنسبة مئوية (64.0%)، ومستوى متوسط. وقد بلغ المتوسط الحسابي لمجال مفهوم الذات العام (3.78)، وبنسبة مئوية (75.6%) ومستوى مرتفع.

**2) مفهوم الذات الجسمي**

**جدول (8.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال مفهوم الذات الجسمي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية**

| الرتبة | رقم الفقرة | الفقرات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | المستوى |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | 6 | أهتم بمظهري | 3.91 | 1.154 | 78.2 | **مرتفع** |
| **2** | 1 | أنا وسيم وأنيق في كل الأوقات | 3.73 | 1.322 | 74.6 | **مرتفع** |
| **3** | 2 | أنا قبيح بإعاقتي | 3.69 | 1.520 | 73.8 | **مرتفع** |
| **4** | 4 | أنا راضٍ عن إعاقتي | 3.44 | 1.268 | 68.8 | **متوسط** |
| **5** | 5 | وزني مناسب | 3.42 | 1.267 | 68.4 | **متوسط** |
| **6** | 3 | أنا مليء بالأوجاع | 3.16 | 1.333 | 63.2 | **متوسط** |
| | | **مفهوم الذات الجسمي** | 3.56 | 0.738 | 71.2 | **متوسط** |

يتضح من الجدول (8.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال مفهوم الذات الجسمي تراوحت ما بين (3.91 - 3.16)، وجاءت الفقرة " أهتم بمظهري " بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.91)، وبنسبة مئوية (78.2%)، ومستوى مرتفع، بينما جاءت الفقرة " أنا مليء بالأوجاع" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.16)، وبنسبة مئوية (63.2%)، ومستوى متوسط. وقد بلغ المتوسط الحسابي لمجال مفهوم الذات الجسمي (3.56)، وبنسبة مئوية (71.2%)، ومستوى متوسط.

### 3) مفهوم الذات الانفعالي

**جدول (9.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال مفهوم الذات الانفعالي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية**

| الرتبة | رقم الفقرة | الفقرات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | المستوى |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | 15 | أنا شخصية مرحة | 3.76 | 1.235 | 75.2 | **مرتفع** |
| **2** | 17 | أنا شخصية متفائلة | 3.59 | 1.310 | 71.8 | **متوسط** |
| **3** | 19 | اعتدت أن أكون هادئاً | 3.33 | 1.344 | 66.6 | **متوسط** |
| **4** | 16 | لدى قدرة على ضبط النفس | 3.21 | 1.294 | 64.2 | **متوسط** |
| **5** | 18 | أفقد أعصابي | 2.80 | 1.457 | 56.0 | **متوسط** |
| | | **مفهوم الذات الانفعالي** | 3.34 | 0.805 | 66.8 | **متوسط** |

يتضح من الجدول (9.4) أنَّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال مفهوم الذات الانفعالي تراوحت ما بين (3.76–2.80)، وجاءت الفقرة " أنا شخصية مرحة" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.76)، وبنسبة مئوية (75.2%)، ومستوى مرتفع، بينما جاءت الفقرة " أفقد أعصابي" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.80)، وبنسبة مئوية (56.0%)، ومستوى متوسط. وقد بلغ المتوسط الحسابي لمجال مفهوم الذات الانفعالي (3.34)، وبنسبة مئوية (66.8%)، ومستوى متوسط.

### 4) مفهوم الذات الاجتماعي

**جدول (10.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال مفهوم الذات الاجتماعي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابي**

| الرتبة | رقم الفقرة | الفقرات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | المستوى |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | 11 | أسرتي تعاملني باحترام | 3.72 | 1.302 | 74.4 | **مرتفع** |
| **2** | 9 | أشعر بأن أسرتي لا تثق بي | 3.60 | 1.472 | 72.0 | **متوسط** |
| **3** | 10 | أنا راضٍ عن علاقاتي الاسرية | 3.55 | 1.347 | 71.0 | **متوسط** |
| **4** | 7 | أنا غير محبوب من أسرتي | 3.52 | 1.456 | 70.4 | **متوسط** |
| **5** | 8 | أصدقائي لا يثقون بي | 3.47 | 1.443 | 69.4 | **متوسط** |
| **6** | 12 | أتشاجر مع أسرتي | 3.01 | 1.377 | 60.2 | **متوسط** |
| **7** | 13 | من الصعب مصادقتي | 2.97 | 1.526 | 59.4 | **متوسط** |
| **8** | 14 | إتجنب الحديث مع الغرباء | 2.62 | 1.451 | 52.4 | **متوسط** |
| | | **مفهوم الذات الاجتماعي** | 3.31 | 0.890 | 66.2 | **متوسط** |

يتضح من الجدول (10.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال مفهوم الذات الاجتماعي تراوحت ما بين (3.72–2.62)، وجاءت الفقرة " أسرتي تعاملني باحترام" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.72)، وبنسبة مئوية (74.4%)، ومستوى مرتفع، بينما جاءت الفقرة " أتجنب الحديث مع الغرباء" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.62)، وبنسبة مئوية (52.4%) ومستوى متوسط. وقد بلغ المتوسط الحسابي لمجال مفهوم الذات الاجتماعي (3.31)، وبنسبة مئوية (66.2%)، وبتقدير متوسط.

## 2.4 النتائج المتعلقة بالفرضيات

### 1.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.**

ومن أجل فحص الفرضية الأولى وتحديد الفروق تبعاً لمتغير الجنس، استخدم اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (11.4) تبين ذلك:

**الجدول (11.4): يوضح نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات الضغوط النفسية لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس**

| المجالات | الجنس | العدد | المتوسط | الانحراف | قيمة (ت) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الضغوط الأسرية | ذكر | 35 | 2.29 | 1.000 | -0.974 | .332 |
| | أنثى | 72 | 2.52 | 1.203 | | |
| الضغوط الاجتماعية | ذكر | 35 | 2.43 | 0.989 | -1.206 | .230 |
| | أنثى | 72 | 2.71 | 1.175 | | |
| الضغوط المستقبلية | ذكر | 35 | 2.65 | 1.120 | -2.403 | .018* |
| | أنثى | 72 | 3.17 | 1.030 | | |
| الضغوط الصحية | ذكر | 35 | 2.53 | 0.972 | -2.073 | .041* |
| | أنثى | 72 | 2.96 | 1.041 | | |
| الدرجة الكلية | ذكر | 35 | 2.48 | 0.930 | -1.890 | .062 |
| | أنثى | 72 | 2.86 | 0.990 | | |

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (p < .05 *)**

يتبين من الجدول (11.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية ومجالي: (الضغوط الأسرية، الضغوط الاجتماعية)؛ كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في الضغوط النفسية ومجالي: (الضغوط الأسرية، الضغوط الاجتماعية) لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى

لمتغير الجنس، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً على مجالي: (الضغوط المستقبلية، الضغوط الصحية) وجاءت الفروق لصالح الإناث.

### 2.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية

**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية.**

ومن أجل فحص الفرضية الثانية، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير الفئة العمرية، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف على دلالة الفروق تبعاً لمتغير الفئة العمرية. والجدولان (12.4) و (13.4) يبينان ذلك:

**جدول (12.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط النفسية لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية**

| المجالات | المستوى | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|---|---|---|---|---|
| **الضغوط الأسرية** | أقل من 22 | 26 | 2.63 | 1.147 |
| | من 22 إلى أقل من 30 | 37 | 2.42 | 1.190 |
| | 30 فأكثر | 44 | 2.35 | 1.108 |
| **الضغوط الاجتماعية** | أقل من 22 | 26 | 2.73 | 1.060 |
| | من 22 إلى أقل من 30 | 37 | 2.54 | 1.155 |
| | 30 فأكثر | 44 | 2.62 | 1.145 |
| **الضغوط المستقبلية** | أقل من 22 | 26 | 2.97 | 1.076 |
| | من 22 إلى أقل من 30 | 37 | 2.82 | 1.160 |
| | 30 فأكثر | 44 | 3.17 | 1.017 |
| **الضغوط الصحية** | أقل من 22 | 26 | 2.96 | 0.967 |
| | من 22 إلى أقل من 30 | 37 | 2.64 | 1.043 |
| | 30 فأكثر | 44 | 2.90 | 1.068 |
| **الدرجة الكلية** | أقل من 22 | 26 | 2.83 | 0.964 |
| | من 22 إلى أقل من 30 | 37 | 2.61 | 1.064 |
| | 30 فأكثر | 44 | 2.78 | 0.934 |

يتضح من خلال الجدول (12.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (13.4) يوضح ذلك:

**جدول (13.4): يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس الضغوط النفسية لدى عينة من الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية**

| المتغيرات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | "ف" المحسوبة | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **الضغوط الأسرية** | بين المجموعات | 1.307 | 2 | 0.654 | 0.497 | .610 |
| | داخل المجموعات | 136.704 | 104 | 1.314 | | |
| | **المجموع** | 138.012 | 106 | | | |
| **الضغوط الاجتماعية** | بين المجموعات | 0.573 | 2 | 0.287 | 0.225 | .799 |
| | داخل المجموعات | 132.533 | 104 | 1.274 | | |
| | **المجموع** | 133.106 | 106 | | | |
| **الضغوط المستقبلية** | بين المجموعات | 2.515 | 2 | 1.257 | 1.073 | .346 |
| | داخل المجموعات | 121.894 | 104 | 1.172 | | |
| | **المجموع** | 124.409 | 106 | | | |
| **الضغوط الصحية** | بين المجموعات | 2.028 | 2 | 1.014 | 0.945 | .392 |
| | داخل المجموعات | 111.576 | 104 | 1.073 | | |
| | **المجموع** | 113.603 | 106 | | | |
| **الدرجة الكلية** | بين المجموعات | 0.873 | 2 | 0.436 | 0.447 | .641 |
| | داخل المجموعات | 101.516 | 104 | 0.976 | | |
| | **المجموع** | 102.388 | 106 | | | |

يتبين من الجدول (13.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس الضغوط النفسية كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في الضغوط النفسية ومجالاته لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية.

### 3.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة

**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.**

ومن أجل فحص الفرضية الثالثة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير مكان السكن، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف على دلالة الفروق تبعاً لمتغير مكان السكن. والجدولان (14.4) و(15.4) يبينان ذلك:

**جدول (14.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن**

| المجالات | المستوى | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|---|---|---|---|---|
| الضغوط الأسرية | مدينة | 35 | 2.35 | 1.184 |
| | قرية | 50 | 2.39 | 1.079 |
| | مخيم | 22 | 2.71 | 1.220 |
| الضغوط الاجتماعية | مدينة | 35 | 2.55 | 1.139 |
| | قرية | 50 | 2.54 | 1.032 |
| | مخيم | 22 | 2.91 | 1.280 |
| الضغوط المستقبلية | مدينة | 35 | 2.89 | 1.126 |
| | قرية | 50 | 2.92 | 1.080 |
| | مخيم | 22 | 3.35 | 0.993 |
| الضغوط الصحية | مدينة | 35 | 2.90 | 1.132 |
| | قرية | 50 | 2.73 | 0.968 |
| | مخيم | 22 | 2.91 | 1.052 |
| الدرجة الكلية | مدينة | 35 | 2.68 | 1.045 |
| | قرية | 50 | 2.66 | 0.925 |
| | مخيم | 22 | 2.99 | 1.013 |

يتضح من خلال الجدول (14.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (15.4) يوضح ذلك:

**جدول (15.4): يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس الضغوط النفسية لدى عينة من الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن**

| المتغيرات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | "ف" المحسوبة | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **الضغوط الأسرية** | بين المجموعات | 1.987 | 2 | 0.993 | 0.759 | .470 |
| | داخل المجموعات | 136.025 | 104 | 1.308 | | |
| | **المجموع** | 138.012 | 106 | | | |
| **الضغوط الاجتماعية** | بين المجموعات | 2.423 | 2 | 1.212 | 0.964 | .385 |
| | داخل المجموعات | 130.682 | 104 | 1.257 | | |
| | **المجموع** | 133.106 | 106 | | | |
| **الضغوط المستقبلية** | بين المجموعات | 3.417 | 2 | 1.709 | 1.469 | .235 |
| | داخل المجموعات | 120.991 | 104 | 1.163 | | |
| | **المجموع** | 124.409 | 106 | | | |
| **الضغوط الصحية** | بين المجموعات | 0.847 | 2 | 0.423 | 0.391 | .678 |
| | داخل المجموعات | 112.757 | 104 | 1.084 | | |
| | **المجموع** | 113.603 | 106 | | | |
| **الدرجة الكلية** | بين المجموعات | 1.767 | 2 | 0.883 | 0.913 | .405 |
| | داخل المجموعات | 100.622 | 104 | 0.968 | | |
| | **المجموع** | 102.388 | 106 | | | |

يتبين من الجدول (15.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس الضغوط النفسية كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.

### 4.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة:

**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات مفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.**

ومن أجل فحص الفرضية الرابعة وتحديد الفروق تبعاً لمتغير الجنس، استخدم اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (17.4) تبين ذلك:

**الجدول (16.4): يوضح نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات مفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس**

| المجالات | الجنس | العدد | المتوسط | الانحراف | قيمة (ت) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| مفهوم الذات الجسمي | ذكر | 35 | 3.50 | 0.708 | -0.562 | .576 |
| | أنثى | 72 | 3.59 | 0.755 | | |
| مفهوم الذات الاجتماعي | ذكر | 35 | 3.46 | 0.821 | 1.247 | .215 |
| | أنثى | 72 | 3.23 | 0.918 | | |
| مفهوم الذات الانفعالي | ذكر | 35 | 3.19 | 0.888 | -1.329 | .187 |
| | أنثى | 72 | 3.41 | 0.758 | | |
| مفهوم الذات العام | ذكر | 35 | 3.78 | 0.790 | 0.040 | .968 |
| | أنثى | 72 | 3.78 | 0.720 | | |
| الدرجة الكلية | ذكر | 35 | 3.51 | 0.567 | 0.079 | .937 |
| | أنثى | 72 | 3.50 | 0.603 | | |

يتبين من الجدول (16.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس مفهوم الذات ومجالاته كانت؛ أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في مفهوم الذات ومجالاته لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.

### 5.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة:

**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات مفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية.**

ومن أجل فحص الفرضية الخامسة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعًا لمتغير الفئة العمرية، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف على دلالة الفروق تبعًا لمتغير الفئة العمرية. والجدولان (17.4) و(18.4) يبينان ذلك:

**جدول (17.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس مفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية**

| المجالات | المستوى | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|---|---|---|---|---|
| **مفهوم الذات الجسمي** | أقل من 22 | 26 | 3.42 | 0.718 |
| | من 22 إلى أقل من 30 | 37 | 3.85 | 0.707 |
| | 30 فأكثر | 44 | 3.39 | 0.714 |
| **مفهوم الذات الاجتماعي** | أقل من 22 | 26 | 3.53 | 0.865 |
| | من 22 إلى أقل من 30 | 37 | 3.34 | 0.875 |
| | 30 فأكثر | 44 | 3.14 | 0.904 |
| **مفهوم الذات الانفعالي** | أقل من 22 | 26 | 3.17 | 0.888 |
| | من 22 إلى أقل من 30 | 37 | 3.40 | 0.632 |
| | 30 فأكثر | 44 | 3.38 | 0.885 |
| **مفهوم الذات العام** | أقل من 22 | 26 | 3.63 | 0.718 |
| | من 22 إلى أقل من 30 | 37 | 3.79 | 0.753 |
| | 30 فأكثر | 44 | 3.85 | 0.746 |
| **الدرجة الكلية** | أقل من 22 | 26 | 3.47 | 0.652 |
| | من 22 إلى أقل من 30 | 37 | 3.60 | 0.585 |
| | 30 فأكثر | 44 | 3.45 | 0.557 |

يتضح من خلال الجدول (17.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (18.4) يوضح ذلك:

**جدول (18.4): يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس مفهوم الذات لدى عينة من الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية**

| المتغيرات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | "ف" المحسوبة | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **مفهوم الذات الجسمي** | بين المجموعات | 4.888 | 2 | 2.444 | 4.815 | .010* |
| | داخل المجموعات | 52.785 | 104 | 0.508 | | |
| | **المجموع** | 57.672 | 106 | | | |
| **مفهوم الذات الاجتماعي** | بين المجموعات | 2.585 | 2 | 1.293 | 1.652 | .197 |
| | داخل المجموعات | 81.361 | 104 | 0.782 | | |
| | **المجموع** | 83.946 | 106 | | | |

| المتغيرات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | "ف" المحسوبة | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **مفهوم الذات الانفعالي** | بين المجموعات | 0.967 | 2 | 0.484 | 0.742 | .479 |
| | داخل المجموعات | 67.801 | 104 | 0.652 | | |
| | **المجموع** | 68.768 | 106 | | | |
| **مفهوم الذات العام** | بين المجموعات | 0.783 | 2 | 0.392 | 0.712 | .493 |
| | داخل المجموعات | 57.227 | 104 | 0.550 | | |
| | **المجموع** | 58.010 | 106 | | | |
| **الدرجة الكلية** | بين المجموعات | 0.482 | 2 | 0.241 | 0.690 | .504 |
| | داخل المجموعات | 36.281 | 104 | 0.349 | | |
| | **المجموع** | 36.763 | 106 | | | |

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *)**

يتبين من الجدول (18.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس مفهوم الذات باستثناء مجال: (مفهوم الذات الجسمي)، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية.

وللكشف عن موقع الفروق بين المتوسطات الحسابية لمجال مفهوم الذات الجسمي لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية، أجري اختبار أقل فرق دال (LSD)، والجدول (19.4) يوضح ذلك:

**جدول (19.4): يوضح نتائج اختبار(LSD) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمجال مفهوم الذات الجسمي لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية**

| المتغير | المستوى | المتوسط | أقل من 22 | من 22 إلى أقل من 30 | 30 فأكثر |
|---|---|---|---|---|---|
| **مفهوم الذات الجسمي** | أقل من 22 | 3.42 | | **-.435*** | **.457*** |
| | من 22 إلى أقل من 30 | 3.85 | | | |
| | 30 فأكثر | 3.39 | | | |

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *)**

يتبين من الجدول (19.4) وجود فروق دلالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (α≤.05)، في مجال مفهوم الذات الجسمي تبعًا لمتغير الفئة العمرية بين (أقل من 22) من جهة وكل من (من 22 إلى أقل من 30) و(30 فأكثر) من جهة أخرى, وجاءت الفروق لصالح (من 22 إلى أقل من 30) مقارنة في (أقل من 22)، ولصالح (30 فأكثر) مقارنة في (أقل من 22).

### 6.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة

**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة (α≤.05) بين متوسطات مفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.**

ومن أجل فحص الفرضية السادسة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعًا لمتغير مكان السكن، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف على دلالة الفروق تبعًا لمتغير مكان السكن. والجدولان (20.4) و(21.4) يبينان ذلك:

**جدول (20.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس مفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن**

| المجالات | المستوى | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|---|---|---|---|---|
| مفهوم الذات الجسمي | مدينة | 35 | 3.67 | 0.793 |
| | قرية | 50 | 3.51 | 0.734 |
| | مخيم | 22 | 3.48 | 0.663 |
| مفهوم الذات الاجتماعي | مدينة | 35 | 3.32 | 0.912 |
| | قرية | 50 | 3.40 | 0.893 |
| | مخيم | 22 | 3.07 | 0.845 |
| مفهوم الذات الانفعالي | مدينة | 35 | 3.27 | 0.847 |
| | قرية | 50 | 3.37 | 0.757 |
| | مخيم | 22 | 3.35 | 0.875 |
| مفهوم الذات العام | مدينة | 35 | 3.91 | 0.684 |
| | قرية | 50 | 3.77 | 0.792 |
| | مخيم | 22 | 3.57 | 0.683 |
| الدرجة الكلية | مدينة | 35 | 3.57 | 0.598 |
| | قرية | 50 | 3.53 | 0.615 |
| | مخيم | 22 | 3.36 | 0.511 |

يتضح من خلال الجدول (20.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (21.4) يوضح ذلك:

**جدول (21.4): يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس مفهوم الذات لدى عينة الاشخاص من ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن**

| المتغيرات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | "ف" المحسوبة | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **مفهوم الذات الجسمي** | بين المجموعات | 0.693 | 2 | 0.347 | 0.633 | .533 |
| | داخل المجموعات | 56.979 | 104 | 0.548 | | |
| | **المجموع** | 57.672 | 106 | | | |
| **مفهوم الذات الاجتماعي** | بين المجموعات | 1.656 | 2 | 0.828 | 1.046 | .355 |
| | داخل المجموعات | 82.290 | 104 | 0.791 | | |
| | **المجموع** | 83.946 | 106 | | | |
| **مفهوم الذات الانفعالي** | بين المجموعات | 0.206 | 2 | 0.103 | 0.156 | .856 |
| | داخل المجموعات | 68.562 | 104 | 0.659 | | |
| | **المجموع** | 68.768 | 106 | | | |
| **مفهوم الذات العام** | بين المجموعات | 1.568 | 2 | 0.784 | 1.445 | .240 |
| | داخل المجموعات | 56.441 | 104 | 0.543 | | |
| | **المجموع** | 58.010 | 106 | | | |
| **الدرجة الكلية** | بين المجموعات | 0.599 | 2 | 0.300 | 0.862 | .425 |
| | داخل المجموعات | 36.163 | 104 | 0.348 | | |
| | **المجموع** | 36.763 | 106 | | | |

يتبين من الجدول (21.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس مفهوم الذات كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.

### 7.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة

**لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة.**

للإجابة عن الفرضية السابعة، استخرج معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، والجدول (22.4) يوضح نتائج اختبار معامل ارتباط بيرسون:

**جدول (22.4): يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياسين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة(ن=107)**

| | مفهوم الذات | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| الضغوط النفسية | مفهوم الذات الجسمي | مفهوم الذات الاجتماعي | مفهوم الذات الانفعالي | مفهوم الذات العام | مفهوم الذات ككل |
| | معامل إرتباط بيرسون | | | | |
| الضغوط الأسرية | -.318** | -.635** | -.140 | -.579** | -.624** |
| الضغوط الاجتماعية | -.335** | -.667** | -.176 | -.479** | -.615** |
| الضغوط المستقبلية | -.314** | -.560** | -.163 | -.342** | -.507** |
| الضغوط الصحية | -.231* | -.515** | -.034 | -.355** | -.436** |
| **الضغوط النفسية ككل** | -.333** | -.657** | -.143 | -.488** | **-.605**** |

. **دال إحصائيًا عند مستوى الدلالة (**p < .01**)

يتضح من الجدول (22.4) وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($p < .01$)، بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، إذ بلغت قيمة معامل إرتباط بيرسون (-.605**).

# الفصل الخامس

# تفسير النتائج ومناقشتها ومناقشة التوصيات

## 1.5 تفسير نتائج اسئلة الدراسة ومناقشتها

### 1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها

### 1.2.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

## 2.5 تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

### 1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

### 2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

### 3.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها

### 4.2.5 تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها

### 5.2.5 تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها

### 6.2.5 تفسير نتائج الفرضية السادسة ومناقشتها

### 7.2.5 تفسير نتائج الفرضية السابعة ومناقشتها

## 3.5 التوصيات والمقترحات

# الفصل الخامس

# تفسير النتائج ومناقشتها

تضمن هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة، من خلال أسئلتها وما انبثق عنها من فرضيات، وذلك بمقارنتها بالنتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة الواردة في هذه الدراسة، إضافة إلى تفسير النتائج، وصولاً إلى التوصيات التي يمكن طرحها في ضوء هذه النتائج.

## 1.5 تفسير نتائج الدراسة ومناقشتها

### 1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها

**ما مستوى الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة؟**

نلاحظ من نتائج الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة جاء متوسطًا، وجاء مجال " الضغوط المستقبلية " بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.00)، وبنسبة مئوية (60.0%)، ومستوى متوسط، بينما جاء مجال "الضغوط الأسرية " في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.44)، وبنسبة مئوية (48.8%) ومستوى متوسط.

وقد اتفقت هذه الدراسة مع دراسة (سهيل، 2018) التي أشارت الى ان الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة البصرية متوسطة، واختلفت هذه النتيجة مع دراسة (المهايرة وآخرون، 2018) حيث أظهرت الدراسة أنَّ مستوى الضغوط النفسية فيها منخفضًا.

وتعزى هذه النتيجة بأن الضغوط المستقبلية جاءت في المرتبة الأولى من الضغوط النفسية، وذلك بسبب التفكير المستمر للأشخاص ذوي الإعاقة الجسمية بمستقبلهم وكيفية حصولهم على فرصة عمل ملائمة وتقبل المجتمع لهم، ووجود اسئلة كثيرة لديهم ليس لها أجوبة بشأن مستقبلهم في جميع

المجالات، وتبقى معظم هذه الأسئلة بعلم الغيب كبقية أمور حياتنا، وكانت هذه الأسباب لها دور كبير بارتفاع الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة الجسمية بنسبة متوسطة.

ونلاحظ نتائج الاستجابات على محور الضغوط الصحية لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة قد أتت بمتوسط حسابي قدره (2.82)، وبنسبه مئوية (56.4%)، ومستوى متوسط، وتعزو هذه النتيجة إلى الرعاية الطبية الجيدة نسبياً التي تقدم لهم، وربما يعود أيضًا إلى الاهتمام والمتابعة التي تقدم لهم من المؤسسات والمجتمع المحلي وتقدم ما يلزم من أجهزة لذوي الإعاقة الجسمية وتعارضت هذه النتيجة مع دراسة (بن شهرة والسلامي، 2016) ،حيث اظهرت دراسته أن مستوى الضغوط الصحية لدى ذوي الإعاقة الحركية مرتفع، ويعزى ذلك إلى اختلاف بيئة العينة التي طبقت فيها الدراسة.

وتبينت من نتائج الدراسة حول محور الضغوط الاجتماعية حيث احتلت المرتبة الثالثة من الضغوط النفسية بمتوسط حسابي (2.62)، وبنسبة مئوية (52.4%)، ويعزو ذلك إلى الثقافة الاجتماعية في مجتمعنا والتطور نوعًا ما في تقبل ذوي الإعاقة الجسمية ودمجهم في المجتمع كجزء لا يتجزأ منه، وتعزو هذه النتيجة إلى دور المؤسسات في تقديم الدورات التوعوية لتقبل ذوي الإعاقة الجسمية في مجتمعنا، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (ليرس وآخرون، 1996)، التي لم تشر نتائجها أنَّ الطفل ذا الإعاقة البصرية يعاني من الضغوط الاجتماعية، ولا يوجد دراسات سابقة تعارضت وهذه النتيجة، كون الدراسات السابقة لم تتناول الضغوط الاجتماعية كبعد للضغوط النفسية بشكلٍ عام.

وجاءت الضغوط الأسرية في المرتبة الرابعة من الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة الجسمية بمتوسط حسابي (2.44)، وبنسبة مئوية (48.8%)، ويعزى ذلك إلى تقبل الأسرة لذوي الإعاقة الجسمية وعدم الخوف من إظهاره في المجتمع وعدم الخوف من نظرته له، وتعارضت هذه الدراسة مع دراسة

(ليسر وآخرون، 1996)، حيث أظهرت نتيجة هذه الدراسة أنَّ الاطفال يعانون من ضغوط أسرية ويعزى ذلك إلى اختلاف بيئة العينة التي طبقت عليها الدراسة.

### 2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

**ما مستوى مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة؟**

نلاحظ من نتائج الدرجة الكلية لمقياس مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة جاء متوسطًا، وجاء مجال " مفهوم الذات العام" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.78)، وبنسبة مئوية (75.6%)، ومستوى مرتفع، بينما جاء مجال "مفهوم الذات الاجتماعي" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.31)، وبنسبة مئوية (66.2%)، ومستوى متوسط.

واتفقت هذه الدراسة مع دراسة بوغارت (Bogart, 2014) حيث كانت نسبة الرضا عن الإعاقة واحترام الذات بتقدير متوسط لدى العينة المطبق عليها مقياس مفهوم الذات، بينما تعارضت هذه الدراسة مع دراسة (عديلة، 2012) حيث كانت نتيجة مقياس مفهوم الذات بمستوى منخفض ويعزو ذلك إلى اختلاف البيئة التي طبقت فيها الدراسة.

وتعزو الباحثة، أنَّ نتيجة الدراسة الحالية جاءت بتقدير متوسط بسبب تتطور الثقافات في مجتمعنا وعقد ندوات توعوية للأشخاص ذوي الإعاقة، مما يؤدي إلى زيادة ثقة الشخص ذي الإعاقة بنفسه وتقبله لذاته واحترامها عندما يشعر أنَّ المجتمع يتقبله ويحترمه.

ومن وجهة نظر الباحثة، أنَّ للأسرة دور كبير في تنمية شخصية الشخص ذوي الإعاقة الجسمية، حيث أنَّ الأسرة تعزز ثقته بنفسه وتقبله لإعاقته وعدم الشعور بالخجل من نفسه.

## 2.5 تفسير نتائج الفرضيات ومناقشتها

### 1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.**

أظهرت النتائج عدم وجود فروق في الضغوط النفسية ومجالي: (الضغوط الأسرية، الضغوط الاجتماعية) لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس، بينما كانت الفروق دالة إحصائيًّا على مجالي: (الضغوط المستقبلية، الضغوط الصحية) وجاءت الفروق لصالح الإناث.

واتفقت هذه الدراسة مع دراسة (المهايرة وآخرون، 2018)، التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث في الضغوط النفسية لصالح الإناث، واتفقت ايضاً مع دراسة (راضية، 2018)، التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث في الضغوط النفسية لصالح الإناث.

وتعزى هذه النتيجة، بأنَّ الضغوط النفسية ترتفع عند الإناث أكثر من الذكور، وذلك بسبب أنَّ الإناث أقل تواصل مع المجتمع عن الذكور، فبالتالي لا تتكون لديهن صداقات وعلاقات اجتماعية كالذكور، وينتج عن ذلك أن الإناث لا تتكون لهن شخصية مستقله، وأنَّ الإناث أقل احساساً بالأمان والثقة بأنفسهم عن الذكور باعتبار أن الأسرة تميل إلى الذكور أكثر من الإناث، وذللك من أحد الأسباب المهمة التي تجعل الضغوط النفسية عند الإناث بتقدير أعلى من الذكور.

ولذلك نجد أنَّ الإناث أكثر قلقًا على مستقبلهن مقارنة عن الذكور نتيجة زيادة ارتباطهن بالأسرة وصعوبة الانفصال عن الأسرة من ناحية أو لتفكريهن المستمر في حياتهن المستقبلية، وهل

يمكن أن يتزوجن أم لا؟ وإذا تزوجن هل يمكن أن ينجبن؟ كل هذا يجعل الإناثً أكثر قلقًا على المستقبل وأكثر إحساسًا بالضغوط النفسية.

### 2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية.**

أظهرت النتائج، عدم وجود فروق في الضغوط النفسية ومجالاته لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية.

واتفقت هذه الدراسة مع دراسة (راضية، 2012)، التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية تعزى لمتغير الفئة العمرية، واختلفت هذه الدراسة مع دراسة (سهيل، 2018)، التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية عند درجة الضغوط النفسية تعزى لمتغير الفئة العمرية، ويعزى ذلك الاختلاف إلى اختلاف مجتمع الدراسة.

وتعزو الباحثة، أنَّ الإعاقة موجودة في أغلب حالات الإعاقة منذ الولادة وحتى الموت خاصة الإعاقات الجسمية، فبالتالي أنَّ الضغط النفسي موجود منذ الولادة حتى الموت ولا يختلف من مرحلة إلى مرحلة، فالإعاقات الجسمية في الغالب هي إعاقات لا يختلف عليها شيء منذ الولادة وحتى مراحل العمر المتقدمة.

لذلك، فإنَّ السن لا يؤثر في درجة الضغط النفسي، وإنَّما عملية وطريقة إدراك الفرد للموقف هو الذي يؤثر، بمعنى أن هل الموقف خطير أم لا ؟ هل هو إيجابي أم سلبي؟ هل يتجاوز إمكانات الفرد أم لا ؟ وهكذا، أيضًا أنَّ التقييمات التي يقوم بها الفرد عند تعرضه لأي مشكلة أو موقف ضاغط، فإنَّ

التقييم الأولي للحدث الضاغط، والتقييم الثانوي لما يمتلكه المعاق من قدرات ومن مصادر للتعامل مع الحدث الضاغط، لها أهمية كبيرة في نسبة الضغط النفسي الذي يتعرض له الشخص ذا الإعاقة.

**3.2.5 تفسير نتيجة الفرضية الثالثة ومناقشتها**

**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.**

أظهرت النتائج، عدم وجود فروق في الضغوط النفسية لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.

واختلفت هذه الدراسة مع دراسة (سهيل، 2018) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية عند درجة الضغوط النفسية تعزى لمتغير مكان السكن ويعزى ذلك إلى إختلاف عينة الدراسة، ولم تجد الباحثة دراسات تتفق مع الدراسة الحالية.

وتعزى هذه النتيجة، أنَّ الشخص ذوي الإعاقة الجسمية سواء كان يعيش في مخيم أم مدينة أم قرية، حيث تشير الدراسة أنَّ الضغوط النفسية ليس له علاقة بمكان الإقامة، وهو أمر طبيعي، إذ أنَّ في وقتنا الحاضر تتشابه ظروف الحياة في المخيم والقرية والمدينة، فقد أصبح المعظم يعيش حياة المدينة بسبب التطور الحضاري والثقافي في مجتمعنا.

**4.2.5 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة**

**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.**

أظهرت النتائج، عدم وجود فروق في مفهوم الذات ومجالاته لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.

واتفقت مع هذه الدراسة دراسة (الهاشمي، 2015)، حيث أظهرت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مفهوم الذات تعزى لمتغير الجنس، واتفقت هذه الدراسة أيضًا مع دراسة (محمد، 2012)، حيث أظهرت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مفهوم الذات تعزى لمتغير الجنس.

وتعزى هذه النتيجة، أنَّ مفهوم الذات يعود إلى مدى تقبل الشخص ذوي الإعاقة لإعاقته، وبالتالي فأنَّه سواء كان جنس الشخص ذوي الإعاقة الجسمية ذكر أو أنثى لا يعد عامل أساس ومهم، حيث أنَّ الإعاقة تشكل عامل سلبي على الجنسين في جميع مجالات حياتهم وفي صراع مستمر هل سيتقبلهم المجتمع أم لا، ولكن الأهمية الأكبر هي البيئة التي ينشئ بها ذوي الإعاقة سواء كان ذكر أم أنثى، فالأسرة هي الكينونة الأساسية في تكوين شخصية الفرد ليتقبل إعاقته ويتعايش معها وتزيد ثقته بنفسه.

### 5.2.5 النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة

**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية.**

أظهرت النتائج، عدم وجود فروق في مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية.

وأظهرت النتائج وجود فروق دلالة إحصائيًّا في مجال مفهوم الذات الجسمي تبعًا لمتغير الفئة العمرية بين (أقل من 22) من جهة وكل من (من 22 إلى أقل من 30) و(30 فأكثر) من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح (من 22 إلى أقل من 30) مقارنة في (أقل من 22)، ولصالح (30 فأكثر) مقارنة في (أقل من 22).

واتَّفقت هذه الدراسة مع (عديلة، 2012)، حيث أظهرت هذه الدراسة إلى وجود فروق في مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الفئة العمرية، بينما اختلفت مع دراسة (الهاشمي، 2015)، التي أظهرت الدراسة أنَّه توجد فروق لمفهوم الذات بين الفئات العمرية ذات المعدلات الأعلى للفئة العمرية (31–40 عام).

ومن وجهة نظر الباحثة، أنَّ الشخص ذوي الإعاقة الجسمية كلما زاد سنه تصبح احتياجاته ومتطلباته أكبر، ويصبح عنده أساله كثيره من حيث هل سيتقبلني أحد هل سأتزوج أم لا، حيث أظهرت الدراسة أن الفروق جاءت لصالح الفئة العمرية (من 22 إلى 30)، وهو العمر الذي يريد الشخص به أن يهتم بنفسه وبحياته وبهذا السن يبدأ بالتفكير بالزواج وتأسيس حياته، لذلك يصبح عنده قلق أنَّه من الممكن أن لا يتقبله أحد، وأن لا يعيش حياته كباقي أقرانه.

### 6.2.5 النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة

**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.**

أظهرت النتائج، عدم وجود فروق في مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.

واتفقت هذه الدراسة مع دراسة (العتومي والمومني، 1994)، حيث كانت نتيجة هذه الدراسة أنَّه لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية على المقياس الكلي في مفهوم الذات تعزى لمتغير مكان الإقامة. ولم تجد الباحثة دراسة تتعارض مع هذه الدراسة بالنسبة لمتغير مكان الإقامة.

وتعزو الباحثة، أنَّه وبسبب التطور الذي حدث في مجتمعنا في الثقافات والافكار حيث أصبح التعليم شيء أساسي في أغلب مجتمعنا الفلسطيني سواء كانت مدينة أو قرية أو مخيم فمن وجهة نظر

الباحثة أن التعليم له دور أساسي في تغير نظرة الشخص ذوي الإعاقة الجسمية إلى نفسه وفهم ذاته، وأيضًا انتشار الندوات التوعوية لذوي الإعاقة لها دور كبير في إعادة نظر الفرد لذاته وحياته بشكل أوسع.

**7.2.5 النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة**

**لا توجد علاقة إرتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة.**

أظهرت النتائج، وجود علاقة إرتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($p < .01$)، بين الضغوط النفسية ومفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، إذ بلغت قيمة معامل إرتباط بيرسون ($-.605^{**}$).

وتعزى هذه النتيجة إلى أن كلما ازداد مستوى الضغوط النفسية ينخفض مستوى مفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية، حيث أن الضغوط النفسية من الأسرة أو المجتمع أو من أي مكان تؤدي إلى انخفاض مستوى الثقة بالنفس لدى ذوي الإعاقة الجسمية، حيث تصبح نظرته لنفسه سلبية وينخفض مستوى الإيجابية لديه ويفقد شغفه في الحياه والمستقبل.

ولم تظهر نتائج الدراسات السابقة أي اختلافًا جوهريًّا مع الدراسة الحالية، علمًا أنَّ الدراسات السابقة لم تجمع بين متغيرات الدراسة الحالية، وبذلك يكون هذا الجانب من الدراسة حديث ولم يتم دراسته من قبل في المجتمع الفلسطيني والمجتمعات الأخرى على حسب علم الباحثة.

## 3.5 التوصيات والمقترحات

### أولاً- التوصيات

في ضوء النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة، فأن الباحثة توصي فيما يلي:

1. إعداد برامج إرشادية بشكل دوري لذوي الإعاقة الجسمية توضح كيفية التعامل مع الضغوط النفسية التي يتعرضون لها من المجتمع والأسرة وخصوصًا الإناث، وتووجه إلى الموؤسسات الخاصة بحقوق المرأة وتوعيتها.

2. توعية الأسرة بكيفية التعامل مع ابنهم أو ابنتهم من ذوي الإعاقة الجسمية وتقبلهم لهم وعدم الخجل منهم أمام المجتمع، وضرورة دمجهم بالمجتمع كي تزيد ثقتهم بنفسهم أمام المجتمع وعدم الخجل من أنفسهم، وتوجه إلى الموؤسسات التي تختص بتوعية ذوي الإعاقة وأسرتهم ومنها أتحادالمعاقين.

3. توعية الاشخاص ذوي الإعاقة بمفهوم الذات وذلك من خلال الملتقيات والدورات التي يجب عقدها والقيام بها بين كل فترة وفترة.

### ثانياً- المقترحات

1. زيادة إجراء ندوات علمية تبصر أسر ذوي الإعاقة الجسمية بمفهوم الإعاقة وأسبابها وكيفية التعامل معها.

2. إجراء تنفيذ المزيد من البحوث التي تهتم بذوي الإعاقة الجسمية وأسرهم خاصة للأمهات بسبب وجودها الدائم مع ذوي الإعاقة الجسمية أكثر من الآباء، وذلك لقلة البحوث المختصة في هذا المجال في البيئة الفلسطينية.

3. إجراء الباحثين المزيد من الدراسات المستقبلية المماثلة لكن في ضوء متغيرات مختلفة.

# المصادر والمراجع العربية والأجنبية

## المراجع العربية والأجنبية:

### أولاً: المراجع العربية


إبراهيم، موسى. (2011). **الضغوط النفسية وعلاقتها بالأسلوب المعرفي (المتأمل- الاندفاعي) لدى الطلبة.** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة عمان العربية، عمان، الأردن.

أبو دلو، نادر. (2009). **الصحة النفسية**، عمان: دار أسامه للنشر والتوزيع.

أبو عياش، محمد. (2008). **العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاه نحو المدرسة والتحصيل الدراسي لدى طلبة الصف الأول الثانوي في المدارس التابعة لمديرية تربية شمال الخليل**، (رسالة غير منشورة)، جامعة القدس، فلسطين.

أبو أسعد، أحمد والغرير، أحمد. (2009). **التعامل مع الضغوط النفسية.** عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.

بوشعراية، راف وطاهر، فتحي. (2017). الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق الأسري لدى آباء وأمهات أطفال التوحد، **المجلة الليبية العالمية**، العدد الرابع عشر، جامعة بنغازي، ليبيا.

بن شهرة، قرينات والسلامي، باهي. (2016). المشكلات النفسية والأجتماعية والصحية لدى المعاقين حركياً- دراسة ميدانية ببعض الولايات الجزائرية، **مجلة الباحث في العلوم الأنسانية والاجتماعية**، 8(23): 71-82.

البسطامي، سلام راضي. (2013). **مستوى إدارة استراتيجيات التكيف لدى آباء الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وأمهاتهم في محافظة نابلس**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

تايلور، شلبي. (2008). **علم النفس الصحي**، ترجمة وسام دروش وفوزي شاكر، عمان: دار الحامد للنشر والتوزيع، ط1.

جبالي، صباح. (2012). **الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها لدى أمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون،** (رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس العيادي)، جامعة فرحات عباس، سطيف، الجزائر.

حربي، سليم. (2012) . **دراسة مفهوم الذات لدى الرياضي المعوق حركيًّا،** (رسالة دكتوراه غير منشورة)، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر.

حميدي، نزيه ع بد القادر وأبو طالب، صابر سعدي. (2010). **الإرشاد والتوجيه في مراحل العمر،** رام االله: منشورات جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

حسين، سلامة وحسين، طه. (2006). **استراتيجيات مواجهة الضغوط التربوية والنفسية،** عمان: دار الفكر، ط1.

الحديدي، منى صبحي وسالم، ياسر عثمان ومسعود، وائل. (2011). **التأهيل الشامل،** جامعة القدس المفتوحة.

الخالق، أحمد. (2017). الذات الإيجابية وعلاقتها بالعصابية، **مجلة الدراسات والبحوث،** 133: 31-47.

الخطيب، جمال. (1998). **مقدمة في الإعاقات الجسمية والصحية،** عمان، الأردن: دار الشروق للنشر والتوزيع.

الخطيب، موفق. (2017). **مدخل إلى التربية الخاصة،** عمان، الأردن: جامعة القدس المفتوحة.

خليفة، وليد وعيسى، مراد. (2008). **الضغوط النفسية والتخلف العقلي في ضوء علم النفس المعرفي،** مصر: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ط2.

الخفاف، إيمان عباس. (2012). أثر برنامج تعليمي في تنمية مفهوم الذات لدى طفل الروضة، **مجلة العلوم التربوية والنفسية،** العراق، (91).

الدهيمات، يحيى. (2008). **مستويات الضغط النفسي لدى أسر الأطفال المعاقين سمعيًا وفاعلية برنامج إرشادي مقترح لخفضها في مدينة عمان،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

الريحاني، سليمان والزريقات، إبراهيم وطنوس، عادل. (2013). **إرشاد ذوي الحاجات الخاصة وأسرهم،** عمان: دار الفكر.

راضية، داوود. (2012). **الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة لدى المعاق حركيا.** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة فرحات، جامعة فرحات، سطيف.

زهران، حامد عبد السلام. (1980). **التوجيه والإرشاد النفسي،** القاهرة: عالم الكتب، ط2.

زهران، حامد. (2000). **علم النفس الاجتماعي.** عالم المكتبات: القاهرة.

زهران، حامد عبد السلام. (2001). **الصحة النفسية والعلاج النفسي،** القاهرة.

السالم، ماجد والغامدي، عبد العزيز. (2019). قياس مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الطلاب الصم بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود، **المجلة التربوية،** 33(132): 238-201.

السميران، ثامر علي والمساعيد، عبد الكريم عبد الله. (2014). **سيكولجية الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها.** عمان: دار ومكتبة الحامد للنشر والتوزيع.

السقا، ميسون. (2009). **أثر ضغوط العمل على عملية اتخاذ القرارات– دراسة ميدانية على المصارف العاملة في قطاع غزة،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين.

السلطان، ابتسام. (2009). **المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة،** ط1، عمان: دار الحامد للنشر والتوزيع.

السرطاوي، زيدان والشخصي، عبد العزيز. (1998). **بطارية قياس الضغوط النفسية وأساليب المواجهة والاحتياجات لأولياء أمور المعاقين**، دليل المقاييس، الإمارات المتحدة: دار الكتاب الجامعي العين.

سهيل، تامر فرح. (2018). مستوى الضغوط النفسية لدى ذوي الاعاقة البصرية من طلبه المرحلة الثانوية في مدارس المحافظات الشمالية، **مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية**، 9(25).

سهيل، تامر فرح وعوض، حسني محمد والخطيب، موفق محمد. (2017). **رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة**، عمان، الأردن: جامعة القدس المفتوحة.

الشكعة، علي. (1999).الاتجاهات العامة لمفهوم الذات لدى طلبة مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي في الضفة الغربية، جامعة الأزهر، غزة ، فلسطين، **مجلة التقويم والقياس النفسي والتربوي**، 14 (235-268).

الطهراوي، جميل. (2008). الضغوط النفسية وطرق التعامل معها في القرآن الكريم، **أعمال مؤتمر القرآن الكريم ودوره في معالجة قضايا الأمة، الجامعة الإسلامية بغزة**، ديسمبر، 469 – 443.

الظاهر، قحطان. (2010). **مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق**، عمان: دار وائل للنشر، ط2.

الظاهر، قحطان. (2004). **مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق**، عمان، الأردن: دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع.

العامرية، منى. (2014). **أبعاد مفهوم الذات لدى العاملات وغير العاملات وعلاقته بمستوى الضغوط النفسية والتوافق الأسري بمحافظة الداخلية**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة نزوى، عمان.

العتوم، عدنان عمر والمومني، محمد أحمد. (1994). تأثير أسباب الإعاقة والوضع الاجتماعي ومكان السكن في مفهوم الذات للمعوقين حركياً، **مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر**، 6(3).

عبد اللطيف، آذار. (2015). مفهوم الذات لدى عينة من النساء العاملات المعوقات حركيًّا في ضوء بعض المتغيرات، **مجلة جامعة دمشق**، 32(2): 259-284.

عبد الكريم، أسعد. (2012). **دراسة تقدير الذات عند المعوقين جسميًّا الممارسين للأنشطة الرضية المكيفة**، (رسالة دكتوراه غير منشورة)، جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم، الجزائر.

عبدالله، محمد قاسم. (2012). **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي**. عمان: ناشرون وموزعون.

عبد المعطي، حسن. (2005). **الإعاقة الجسمية**، مصر: مكتبة زهراء الشرق.

عبد القادر، منى. (2016). مفهوم الذات وعلاقته بالقلق الاجتماعي و التحصيل الدراسي ( دراسة ميدانية على تلاميذ الحلقة الثالثة بمرحلة الأساس بمدينة شندي )، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة شندي، جمهورية السودان.

عفاف، العابد. (2018). **الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى العاقين حركيًّا**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الشهيد حمّة لخضر، الوادي، الجزائر.

عديلة، ابتسام داود. (2012). **مفهوم الذات والاكتئاب لدى ذوي الإعاقة الجسمية الحركية في محافظة بيت لحم**، (رسالة غير منشورة)، جامعة القدس، فلسطين.

عبيد، ماجدة. (1999). **الإعاقات الحسية والحركية**، عمان، الأردن: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

عبيد، ماجدة. (2001). **رعاية الأطفال المعوقين حركياَ**، عمان، الأردن: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

عبد الله، الخوالدة. (2010). مفهوم الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة المفرق الأردنية في ضوء المتغيرات الديموغرافية، **مجلة العلوم النفسية**، 2010(16): 261-278.

عبد الله والعبدالات، بسام والحويان، علا والنجادات، حسين. (2018). مستوى الضغوط النفسية والمرونة النفسية لدى الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة في الجامعة الأردنية، **مجلة علوم تربوية**، 45(1): 233-248.

عسكر، علي. (2005). **الأسس النفسية والاجتماعية للسلوك في مجال العمل**. عمان: دار الكتاب الحديث.

عودة، أمجد. (2009). **العلاقة بين مفهوم الذات ومركز الضبط لدى الأحداث الجانحين في مراكز الاحداث التابعة لوزارة الشوؤن الاجتماعية**، (رسالة غير منشورة)، جامعة القدس، فلسطين.

عوده، أحمد وملكاوي، فتحي حسن. (1992). **أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية : عناصر البحث ومناهجه والتحليل الإحصائي**. إربد: مكتبة الكتابي.

عيدروس. (2012). **الضغوط النفسية لاولياء اطفال التوحد واحتياجات مواجهتها**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

غانم، محمد. (2011). مقالة منشورة عبر الموقع الالكتروني (www.kotobarabia.com/psycologies/01.05.2011/18:49)

المشاهدة: 2021/7/27

الفرماوي، علي وعبد الله، رضا. (2009). **الضغوط النفسية في مجال العمل والحياة موجات نفسية في سبيل التنمية البشرية**. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

فايد، حسين علي. (2001). **دراسات في الصحة النفسية**، مصر: المكتب الجامعي الحديث.

قاسم، أنس. (1998). **أطفال بلا أسر**، الاسكندرية، مصر: مركز الاسكندرية للكتاب، ط1.

محمود، غازي ومطر، شيماء. (2011). **مفهـــــوم الذات**، عمان: المجتمع العربي للنشر والتوزيع.

محمد، سعيد. (2019). أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الطلاب ذوي الإعاقة الحسية بالمرحلة الجامعية، **مجلة العلوم التربوية**، 27 (4): 461-413.

محمد، هاجر. (2012). **الإعاقة الحركية وعلاقتها بمفهوم الذات والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات: دراسة ميدانية، بثلاث محليات، بولاية الجزيرة**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة طيبة، السودان.

نوحي، عبد العزيز وعوض، عبد الناصر واحمد، فاطمة. ( 2014). ممارسة الخدمة الاجتماعية مع الأفراد والعائلات، رام الله: **منشورات جامعة القدس المفتوحة**، فلسطين.

قنيبي، منال محمد. (2004). **مفهوم الذات ومركز الضبط لدى عينة من الأسرى الامنين المحررين في محافظة الخليل**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

الهاشمي، هناء. (2015). **مفهوم الذات وعلاقته بمفهوم الاخر وقبول الذات وقبول الآخر للمعاقين حركيًا بمراكز الاتحاد القومي للإعاقة الحركية بولاية الخرطوم**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة النيلين، السودان.

شقير، زينب. (1995). مفهوم الذات ومظاهر الصحة النفسية لدى المكتئبين من طلاب جامعة طنطا، **مجلة علم النفس**، جامعة طنطا، 9 (33): 34-37

يوسف، جمعة. (2007). **إدارة الضغوط**، القاهرة: دار الكتب المصرية، ط1.

## ثانياً: المراجع الأجنبية


Bogart, K. R. (2014). The role of disability self-concept in adaptation to congenital or acquired disability. **Rehabilitation Psychology**, 59(1), 107.

Baabbad, A. A., Al-Ali, S. M., & Bawazir, R. A. (2021). Self-Concept of University of Aden Students with Refractive Error Visiting Eye Clinic. **Yemeni Journal of Medical and Health Research,** 10(1&2).

Blake and Jay (2004). " Physical Disability ،Unemployment ،and Mental Health" ،**Rehabilitation Psychology** ،V (49) P241-249.

Bender, R. LWells, M. &Peterson S. (1993). **Self-Esteem Paradoxes and innovation in clinical theory and Practice**, Washington

Brown, R.I. & Hughson, E.A.(1993). **Behavioural and social rehabilitation and training**, Chapman & Hall Press 2nd ed,London SE1 8HN.

Crocq et autre, L. (2007). **Traumatismes Psychiques, pris en charge Psychologique des victims**, masson, France.

Hallaha D. P. &Kuffman J. M. (2003). **Exceptional learner's introduction to specialEducation**, Boston.

Hergenhahn, B. &Olson, M. (2006). **An Introduction to Theories of Personality**, New Jer66

Kagan, M., Itzick, M., & Tal-Katz, P. (2018). Demographic, psychosocial, and health-and disability-related factors associated with psychological distress among people with physical disabilities. **Rehabilitation psychology**, 63(3), 392.

Leyser, y -etal. (1996). Stress and Adaptation in Families of Children with visual Disabilities, **Families in society, apr**, (4): 240-24.

Levin & Scotch, N. (1970). Social stress. Adline Publishing company ,Vol. 37.

Mandler, G. (1984). **Mind and Body: Psychology of Emotion and Stress**. New York: Norton.

Robson, .P.J. (1998). Self-esteem a psychiatric view, **British Journal of psychology**, (153) 6-15.

Greene, Roberta R. & Ephross, Paul P. (1991). **Human behavior theory and social work practice,** Aldine De Gruyter, New York.

Garcia, E.(2011.) **A tutorial on correlation coefficients**, information- retrieval-18/7/2018.https://pdfs.semanticscholar.org/c3e1/095209d3f72ff66e07b8f3b152fab099edea.pdf.

Ware, M. & Johnson, D. (2000). **Handbook of Demonstrations and Activities in the Teaching of Psychology, Personality, Abnormal, Clinical- Counseling, and Social**, Vol3 (2), Lawrence Erlbaum Associates.

# الملاحق

أ. **أدوات الدراسة قبل التحكيم**

ب. **قائمة المحكمين**

ت. **أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)**

ث. **أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية**

ج. **كتاب تسهيل مهمة**

**الملحق (أ): أدوات الدراسة قبل التحكيم**

**جامعة القدس المفتوحة**

**عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي**

بسم الله الرحمن الرحيم

**حضرة الأستاذ الدكتور ..... المحترم/ة.**

**تحية طيبة وبعد،**

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: "**الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة**". ولما كنتم من أهل العلم والدراية والاهتمام في هذا المجال، فإنني أتوجه إليكم لإبداء آرائكم وملاحظاتكم القيمة في تحكيم فقرات مقاييس الدراسة الحالية، من حيث مناسبتها لقياس ما وضعت لقياسه، ووضوح الفقرات وسلامة صياغتها اللغوية، وإضافة أي تعديل مقترح ترونه مناسبًا، من أجل إخراجها بالصورة المناسبة لتحقيق أهداف الدراسة.

مع بالغ شكري وتقديري،

الباحثة: نور بسيم محمد عبد الكريم

بإشراف: أ.د تامر سهيل

**بيانات المحكم:**

| اسم المحكم | الجامعة | الرتبة العلمية | التخصص |
|---|---|---|---|
| | | | |

**أولاً–الضغوط النفسية**

* تعرف الضغوط النفسية بأنَّها: "عبارة عن مزيج من ردود أفعال جسدية ونفسية متعددة والتي تحدث أينما وجد بعض المتطلبات الملحة الملقاة على عاتق الفرد والتي تتطلب منه بعض أنواع الأفعال التي يتم القيم بها بواسطة الشخص، من الواضح أنَّ هذه المتطلبات الملحة تتراوح في حدتها من مواقف بسيطة غير منطقية إلى أحداث صادمة حادة بغض النظر سواء إذا كان الضغط حاد و بسيط يوجد هنالك عمليات محددة والتي تحدث بشكل ثابت بين تزامن حدوث المتطلبات الملحة وعندما الشخص يقوم ببعض الأفعال لكي يتعامل مع الضغط النفسي" (Ciminero, 2014: 7)

سيطور هذا المقياس بهدف استخدامه كأداة موضوعية بهدف قياس الضغوط النفسية لدى عينة من ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، وبالاستعانة بمقياس الضغوط الدراسية في دراسة سهيل (2018)، وقد شمل المقياس على (54) فقرة، موزعة على أربعة مجالات، تُصحح كالآتي: تنطبق تماما (5) درجات، تنطبق كثيراً (4) درجات، تنطبق لحد ما (3) درجات، تنطبق قليلاً (2) درجة، لا تنطبق (درجة واحدة).

| الرقم | اتجاه الفقرة | الفقرة | ملاءمة الفقرة | | صياغة الفقرة | | التعديل المتقرح إن وجد |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | ملائمة | غير ملائمة | مناسبة | غير مناسبة | |
| **المجال الأول: الضغوط الأسرية، وتعريفه:** | | | | | | | |
| 1 | | أشعر بالضيق لأن أسرتي لي بترتيب حجرتي بنفسي | | | | | |
| 2 | | أشعر بالحزن؛ لأن أسرتي لا تلبي احتياجاتي | | | | | |
| 3 | | أشعر بالضيق؛ لأن والدي يبعداني عن أقاربي | | | | | |
| 4 | | أعاني من قسوة والدي معي. | | | | | |
| 5 | | أشعر بالظلم لتفريق والدي بيني وبين أخوتي. | | | | | |
| 6 | | أشعر بالغيرة لتفوق أخوتي في حياتهم. | | | | | |
| 7 | | يؤلمني الشجار والصراع مع أخوتي. | | | | | |
| 8 | | تبعدني عائلتي عند مناقشة مشكلاتهم. | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 9 | | أشــعر بالضــيق عنــدما يعــاملني أخوتي بسخرية. | | | | | | |
| 10 | | أعاني من تقييد والداي لحريتي. | | | | | | |
| 11 | | يتدخل والدي لحريتي. | | | | | | |
| 12 | | يتدخل والدي في كل صغيرة وكبيرة في حياتي. | | | | | | |
| 13 | | يعتقد والداي أنه لا قيمية لي في الحياة. | | | | | | |
| 14 | | أشعر أن أسرتي لا تحترمني. | | | | | | |
| 15 | | أشعر أن أسرتي تخجل من وجودي. | | | | | | |
| **المجال الثاني: الضغوط الاجتماعية، وتعريفه:** | | | | | | | | |
| 16 | | جيراني في الحي لا يهتمون بي. | | | | | | |
| 17 | | أشعر أن أقاربي لا يحترمونني. | | | | | | |
| 18 | | لا يوجد لى علاقات اجتماعية بالحي الذي أسكنه. | | | | | | |
| 19 | | أبقي وحيدًا أثناء تواجدي بالأماكن العامة. | | | | | | |
| 20 | | لا يوجد لى أصدقاء. | | | | | | |
| 21 | | أشعر بالخجل من الجنس الآخر. | | | | | | |
| 22 | | أشعر بالوحدة والعزلة عن الآخرين. | | | | | | |
| 23 | | أجد صعوبة في بناء علاقات اجتماعية مع الآخرين. | | | | | | |
| 24 | | ترهقني كثرة علاقات أسرتي الاجتماعية. | | | | | | |
| 25 | | أتضايق من زيارات الأقارب والجيران. | | | | | | |
| **المجال الثالث: الضغوط النفسية من قلق المستقبل، وتعريفه:** | | | | | | | | |
| 26 | | ينشغل تفكيري دائمًا في العمل وكيفية العمل. | | | | | | |
| 27 | | أشعر بنقص قدراتي على العمل في المستقبل. | | | | | | |
| 28 | | أشعر بالقلق من التنافس في مجال عملي. | | | | | | |
| 29 | | أفكر بمن سينفق على. | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 30 | | أشعر أنني لن أتزوج. | | | | | | |
| 31 | | يقلقني عدم القدرة على مساعدة أهلي اقتصاديًا | | | | | | |
| 32 | | أخشى من الزواج وانجاب أطفال ذوى إعاقة. | | | | | | |
| 33 | | يقلقني عدم القدرة على رعاية أطفالي. | | | | | | |
| 34 | | أشعر بالقلق عدم اطمئناني على مستقبلي المالي. | | | | | | |
| 35 | | أشعر أن المجتمع لن يتقبلني مستقبلًا | | | | | | |
| 36 | | أشعر بالانزعاج لاحتمال وقوع كارثة قريبًا لي. | | | | | | |
| 37 | | أشعر بالخوف من التغيرات المستمر في مظهري (شكلي). | | | | | | |
| 38 | | وجودي في أسرتي يزيد وضع أسرتي سوء على المستوى الاقتصادي | | | | | | |
| 39 | | أشعر أنني سيء الحظ الآن وسيكون حظي أسوء في المستقبل | | | | | | |
| 41 | | لا أشعر بالثقة بأي قرار قد أتخذه بشأن مستقبلي | | | | | | |
| 42 | | | | | | | | |
| **المجال الرابع: الضغوط الصحية وتعريفه:** | | | | | | | | |
| 43 | | أشعر بالإحباط من وضعي الصحي | | | | | | |
| 44 | | أعاني من اضطرابات في النوم. | | | | | | |
| 45 | | أشعر بألم دائمًا. | | | | | | |
| 46 | | عدم مقدرتي على الحصول على العلاج اللازم. | | | | | | |
| 47 | | أصاب بالخمول والكسل. | | | | | | |
| 48 | | أعاني من فقدان للشهية وعدم الرغبة بالأكل. | | | | | | |
| 49 | | أتعرض للصدمات الجسدية. | | | | | | |
| 50 | | أعاني من صداع بالرأس. | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 51 | | أشعر بسرعة في بدقات القلب من وقت لآخر. | | | | | |
| 52 | | أعاني من مشكلات في المعدة. | | | | | |
| 53 | | أشعر بالغثيان والدوخة بشكل متكرر | | | | | |
| 54 | | تطاردني الأحلام والكوابيس المزعجة. | | | | | |

**ثانياً- مفهوم الذات**

يعرف مفهوم الذات بأنَّه: "تكوين معرفي منظم موحد ومتعلم لمدركات الشعورية والتصورات والتعميمات الخاصة بالذات يبلوره الفرد ويعتبره تعريفًا نفسيًا لذاته، ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المتسقة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكينونته الداخلية والخارجية" (زهران، 1998: 95).

سيطور هذا المقياس بهدف استخدامه كأداة موضوعية بهدف قياس مفهوم الذات لدى عينة من ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة، وبالاستعانة بمقياس مفهوم الذات في دراسة عبد الله (2010)، وقد شمل المقياس على (34) فقرة، موزعة على أربعة مجالات، تُصحح كالآتي: تنطبق تماما (5) درجات، تنطبق كثيراً (4) درجات، تنطبق لحد ما (3) درجات، تنطبق قليلاً (2) درجة، لا تنطبق (درجة واحدة).

| الرقم | اتجاه الفقرة | الفقرة | ملاءمة الفقرة | | صياغة الفقرة | | التعديل المتقرح إن وجد |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | ملائمة | غير ملائمة | مناسبة | غير مناسبة | |
| **المجال الأول: مفهوم الذات الجسمي** | | | | | | | |
| 1 | | أنا وسيم وأنيق في كل الأوقات. | | | | | |
| 2 | | أنا قبيح بإعاقتي. | | | | | |
| 3 | | أنا مليء بالأوجاع. | | | | | |
| 4 | | أنا راضي إعاقتي. | | | | | |
| 5 | | وزني مناسب. | | | | | |
| 6 | | أهتم بمظهري. | | | | | |
| **المجال الثاني: مفهوم الذات الاجتماعي** | | | | | | | |
| 7 | | غير محبوب من أسرتي. | | | | | |
| 8 | | أصدقائي لا يثقون بي. | | | | | |
| 9 | | أشعر بأن أسرتي لا تثق بي. | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 10 | | أنا راضي عن علاقاتي الاسرية. | | | | | |
| 11 | | أسرتي تعاملني باحترام. | | | | | |
| 12 | | أتشاجر مع أسرتي. | | | | | |
| 13 | | من الصعب مصادقتي. | | | | | |
| 14 | | راضي بطريقة معاملتي للآخرين. | | | | | |
| 15 | | لا أشعر بالراحة مع بعض الناس. | | | | | |
| 16 | | لا أتحدث مع الغرباء. | | | | | |
| **المجال الثالث: مفهوم الذات الانفعالي** | | | | | | | |
| 17 | | أنا شخصية عاطفية. | | | | | |
| 18 | | أنا شخصية مرحة. | | | | | |
| 19 | | لدى قدرة على ضبط النفس. | | | | | |
| 20 | | أنا شخصية متفائلة. | | | | | |
| 21 | | أفقد أعصابي. | | | | | |
| 22 | | اعتدت أن أكون هادئ. | | | | | |
| 23 | | أشعر احيانا برغبة في السب. | | | | | |
| 24 | | أوجل عمل اليوم إلى الغد. | | | | | |
| **المجال الرابع: مفهوم الذات العام** | | | | | | | |
| 25 | | أنا شخص مهذب. | | | | | |
| 26 | | أنا شخص سيئ. | | | | | |
| 27 | | أنا شخص أمين. | | | | | |
| 28 | | أنا رضي عن علاقتي بالله. | | | | | |
| 29 | | أنا شخصي حقود. | | | | | |
| 30 | | أحتقر نفسي. | | | | | |
| 31 | | احل مشاكلي بسهولة. | | | | | |
| 32 | | متمسك برأيي دائمًا. | | | | | |
| 33 | | أفعل أشياء دون تفكير. | | | | | |
| 34 | | أهرب من مشاكلي. | | | | | |

**مع بالغ شكري وتقديري**

**الباحثة: نور بسيم محمد عبد الكريم**

## الملحق (ب): قائمة المحكمين

| الرقم | الاسم | الرتبة | التخصص | الجامعة |
|---|---|---|---|---|
| 1 | أ. د. محمد شاهين | أستاذ | إرشاد نفسي وتربوي | جامعة القدس المفتوحة |
| 2 | أ. د. حسني عوض | أستاذ | إرشاد نفسي وتربوي | جامعة القدس المفتوحة |
| 3 | أ. د. مجدي زامل | أستاذ | أصول التربية | جامعة القدس المفتوحة |
| 4 | د. حسين حمايل | أستاذ مساعد | أصول التربية | جامعة القدس المفتوحة |
| 5 | د. عمر الريماوي | أستاذ مشارك | علم نفس | جامعة القدس |
| 6 | د. إبراهيم المصري | أستاذ مساعد | إرشاد نفسي وتربوي | جامعة الخليل |
| 7 | د. هشام شناعة | أستاذ مساعد | علم النفس التربوي | جامعة فلسطين التقنية |
| 8 | د. كمال سلامة | أستاذ مشارك | إرشاد نفسي وتربوي | جامعة القدس المفتوحة |
| 9 | د. نبيل المغربي | أستاذ مشارك | علم نفس تربوي | جامعة القدس المفتوحة |
| 10 | د. فايز محاميد | أستاذ مشارك | إرشاد نفسي وتربوي | جامعة النجاح الوطنية |

**الملحق (ت): أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري) مطبق على العينة الاستطلاعية**

بسم الله الرحمن الرحيم

**جامعة القدس المفتوحة**

**عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي**

**تحية طيبة وبعد،**

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: "**الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة**"، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من كلية الدراسات العليا–جامعة القدس المفتوحة؛ وقد وقع عليك الاختيار لتكون ضمن عينة الدراسة. لذا، أرجو منك التعاون في تعبئة هذه الاستبانة بما يتوافق مع وجهة نظرك، علمًا بأنَّ بيانات الدراسة هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيراعى الحفاظ على سريتها، ولا يطلب منك كتابة إسمك أو ما يشير إليك، شاكرين لك حسن تعاونك.

مع بالغ شكري وتقديري،

الباحثة: نور بسيم عبد الكريم

بإشراف: د. تامر سهيل

**أولاً– المتغيرات التصنيفية: العمر**

الجنس: □ ذكر □ أنثى

الفئة العمرية: □ (أقل من 22) عام □ (من 22 إلى أقل من 30) عام □ (30 فأكثر).

مكان السكن: □ مدينة □ قرية □ مخيم

**ثانياً– مقياس الضغوط النفسية**

| الرقم | الفقرة | تنطبق تماماً | تنطبق كثيراً | تنطبق إلى حد ما | تنطبق قليلاً | لا تنطبق |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **المجال الأول: الضغوط الأسرية** | | | | | | |
| 1 | أشعر بالضيق لأن أسرتي لا تسمح لي بترتيب حجرتي | | | | | |
| 2 | أشعر بالحزن؛ لأن أسرتي لا تلبي احتياجاتي | | | | | |
| 3 | أشعر بالضيق؛ لأن والدي يبعداني عن أقاربي | | | | | |
| 4 | أعاني من قسوة والدي معي | | | | | |
| 5 | أشعر بالظلم لتفريق والدي بيني وبين أخوتي | | | | | |
| 6 | أشعر بالغيرة لتفوق أخوتي في حياتهم | | | | | |
| 7 | يؤلمني الشجار والصراع مع أخوتي | | | | | |
| 8 | تبعدني عائلتي عند مناقشة مشكلاتهم | | | | | |
| 9 | أشعر بالضيق عندما يعاملني أخوتي بسخرية | | | | | |
| 10 | أعاني من تقييد والداي لحريتي | | | | | |
| 11 | يتدخل والدي في كل صغيرة وكبيرة في حياتي | | | | | |
| 12 | يعتقد والداي أنه لا قيمة لي في الحياة | | | | | |
| 13 | أشعر أن أسرتي لا تحترمني | | | | | |
| 14 | أشعر أن أسرتي تخجل من وجودي | | | | | |
| **المجال الثاني: الضغوط الاجتماعية** | | | | | | |
| 15 | جيراني في الحي لا يهتمون بي | | | | | |
| 16 | أشعر أن أقاربي لا يحترمونني | | | | | |
| 17 | ~~يوجد لي علاقات اجتماعية في الحي الذي أسكنه~~ | | | | | |
| 18 | أبقي وحيدًا أثناء تواجدي في الأماكن العامة | | | | | |
| ~~19~~ | ~~يوجد لي أصدقاء~~ **حذفت** | | | | | |
| 20 | أشعر بالخجل من الجنس الآخر | | | | | |
| 21 | أشعر بالوحدة والعزلة عن الآخرين | | | | | |
| 22 | أجد صعوبة في بناء علاقات اجتماعية مع الآخرين | | | | | |
| 23 | ترهقني كثرة علاقات أسرتي الاجتماعية | | | | | |
| 24 | أتضايق من زيارات الأقارب والجيران | | | | | |
| **المجال الثالث: الضغوط النفسية من قلق المستقبل** ((ضغوط قلق المستقبل) **(الضغوط المستقبلية)** | | | | | | |
| 25 | ينشغل تفكيري دائمًا في الحصول على فرصة العمل | | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 26 | أشعر بنقص قدراتي على العمل في المستقبل | | | | | |
| 27 | أشعر بالقلق من التنافس في مجال عملي | | | | | |
| 28 | أفكر بمن سينفق على | | | | | |
| 29 | أشعر أنني لن أتزوج | | | | | |
| 30 | يقلقني عدم القدرة على مساعدة أهلي اقتصاديًا | | | | | |
| 31 | أخشى من الزواج وإنجاب أطفال ذوي إعاقة | | | | | |
| 32 | يقلقني عدم القدرة على رعاية أطفالي | | | | | |
| 33 | أشعر بالقلق لعدم اطمئناني على مستقبلي المالي | | | | | |
| 34 | أشعر أن المجتمع لن يتقبلني مستقبلًا | | | | | |
| 35 | أشعر بالانزعاج لاحتمال وقوع كارثة قريبًا لي | | | | | |
| 36 | أشعر بالخوف من التغيرات المستمر في مظهري | | | | | |
| 37 | وجودي في أسرتي يزيد وضع أسرتي سوءاً في | | | | | |
| 38 | أشعر أنني سيء الحظ الآن وسيكون حظي أسوأ في | | | | | |
| 39 | ينقصني الشعور بالثقة بأي قرار قد أتخذه بشأن | | | | | |
| **المجال الرابع: الضغوط الصحية** | | | | | | |
| 40 | أشعر بالإحباط من وضعي الصحي | | | | | |
| 41 | أعاني من اضطرابات في النوم | | | | | |
| 42 | أشعر بألم دائمً | | | | | |
| 43 | عدم مقدرتي على الحصول على العلاج اللازم | | | | | |
| 44 | أصاب بالخمول والكسل | | | | | |
| 45 | أعاني من فقدان للشهية وعدم الرغبة بالأكل | | | | | |
| 46 | أتعرض للصدمات الجسدية | | | | | |
| 47 | أعاني من صداع بالرأس | | | | | |
| 48 | أشعر بسرعة في بدقات القلب من وقت لآخر | | | | | |
| 49 | أعاني من مشكلات في المعدة | | | | | |
| 50 | أشعر بالغثيان والدوخة بشكل متكرر | | | | | |
| 51 | تطاردني الأحلام والكوابيس المزعجة | | | | | |

**ثانياً- مقياس مفهوم الذات**

| الرقم | الفقرة | تنطبق تماماً | تنطبق كثيراً | تنطبق إلى حد ما | تنطبق قليلاً | لا تنطبق |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **المجال الأول: مفهوم الذات الجسمي** | | | | | | |
| 1 | أنا وسيم وأنيق في كل الأوقات | | | | | |
| 2 | أنا قبيح بإعاقتي | | | | | |
| 3 | أنا مليء بالأوجاع | | | | | |
| 4 | أنا راضٍ عن إعاقتي | | | | | |
| 5 | وزني مناسب | | | | | |
| 6 | أهتم بمظهري | | | | | |
| **المجال الثاني: مفهوم الذات الاجتماعي** | | | | | | |
| 7 | أنا غير محبوب من أسرتي | | | | | |
| 8 | أصدقائي لا يثقون بي | | | | | |
| 9 | أشعر بأن أسرتي لا تثق بي | | | | | |
| 10 | أنا راضٍ عن علاقاتي الاسرية | | | | | |
| 11 | أسرتي تعاملني باحترام | | | | | |
| 12 | أتشاجر مع أسرتي | | | | | |
| 13 | من الصعب مصادقتي | | | | | |
| 14 | ~~أنا راضٍ عن طريقة معاملتي مع الآخرين~~ **حذفت** | | | | | |
| 15 | ~~أشعر بعدم الراحة مع بعض الناس~~ **حذفت** | | | | | |
| 16 | إتجنب الحديث مع الغرباء | | | | | |
| **المجال الثالث: مفهوم الذات الانفعالي** | | | | | | |
| 17 | ~~أنا شخصية عاطفية~~ **حذفت** | | | | | |
| 18 | أنا شخصية مرحة | | | | | |
| 19 | لدى قدرة على ضبط النفس | | | | | |
| 20 | أنا شخصية متفائلة | | | | | |
| 21 | أفقد أعصابي | | | | | |
| 22 | اعتدت أن أكون هادئًا | | | | | |
| 23 | ~~أشعر برغبة في شتم الآخرين في بعض الأحيان~~ | | | | | |
| 24 | ~~أوجل عمل اليوم إلى الغد~~ **حذفت** | | | | | |
| **المجال الرابع: مفهوم الذات العام** | | | | | | |
| 25 | أنا شخص مهذب | | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 26 | أنا شخص سيئ | | | | | |
| 27 | أنا شخص أمين | | | | | |
| 28 | أنا راضٍ عن علاقتي بالله | | | | | |
| 29 | أنا شخص حقود | | | | | |
| 30 | أحتقر نفسي | | | | | |
| 31 | أحل مشكلاتي بسهولة | | | | | |
| 32 | ~~أنا متمسك برأيي بشكل دائم~~ **حذفت** | ? | | | | |
| 33 | أفعل أشياء دون تفكير | | | | | |
| 34 | ~~أهرب من مشكلاتي~~ **حذفت** | | | | | |

**مع بالغ شكري وتقديري**

**الباحثة نور بسيم عبد الكريم**

**الملحق (ث): أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية**

**جامعة القدس المفتوحة**

**عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي**

بسم الله الرحمن الرحيم

**تحية طيبة وبعد،**

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: "**الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى ذوي الإعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة**"، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من كلية الدراسات العليا–جامعة القدس المفتوحة؛ وقد وقع عليك الاختيار لتكون ضمن عينة الدراسة. لذا، أرجو منك التعاون في تعبئة هذه الاستبانة بما يتوافق مع وجهة نظرك، علماً بأن بيانات الدراسة هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيراعى الحفاظ على سريتها، ولا يطلب منك كتابة اسمك أو ما يشير إليك، شاكرين لك حسن تعاونك.

مع بالغ شكري وتقديري،

الباحثة: نور بسيم عبد الكريم

بإشراف: د. تامر سهيل

**أولاً– المتغيرات التصنيفية: العمر**

الجنس: □ ذكر □ أنثى

الفئة العمرية: □ (أقل من 22) عام □ (من 22 إلى أقل من 30) عام □ (30 فأكثر).

مكان السكن: □ مدينة □ قرية □ مخيم

**ثانياً– مقياس الضغوط النفسية**

| الرقم | الفقرة | تنطبق تماماً | تنطبق كثيراً | تنطبق إلى حد ما | تنطبق قليلاً | لا تنطبق |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **المجال الأول: الضغوط الأسرية** | | | | | | |
| .1 | أشعر بالضيق لأن أسرتي لا تسمح لي بترتيب حجرتي | | | | | |
| .2 | أشعر بالحزن؛ لأن أسرتي لا تلبي احتياجاتي | | | | | |
| .3 | أشعر بالضيق؛ لأن والدي يبعداني عن أقاربي | | | | | |
| .4 | أعاني من قسوة والدي معي | | | | | |
| .5 | أشعر بالظلم لتفريق والدي بيني وبين أخوتي | | | | | |
| .6 | أشعر بالغيرة لتفوق أخوتي في حياتهم | | | | | |
| .7 | يؤلمني الشجار والصراع مع أخوتي | | | | | |
| .8 | تبعدني عائلتي عند مناقشة مشكلاتهم | | | | | |
| .9 | أشعر بالضيق عندما يعاملني أخوتي بسخرية | | | | | |
| 10 | أعاني من تقييد والداي لحريتي | | | | | |
| 11 | يتدخل والدي في كل صغيرة وكبيرة في حياتي | | | | | |
| 12 | يعتقد والداي أنه لا قيمية لي في الحياة | | | | | |
| 13 | أشعر أن أسرتي لا تحترمني | | | | | |
| 14 | أشعر أن أسرتي تخجل من وجودي | | | | | |
| **المجال الثاني: الضغوط الاجتماعية** | | | | | | |
| 15 | جيراني في الحي لا يهتمون بي | | | | | |
| 16 | أشعر أن أقاربي لا يحترمونني | | | | | |
| 17 | أبقي وحيدًا أثناء تواجدي في الأماكن العامة | | | | | |
| 18 | أشعر بالخجل من الجنس الآخر | | | | | |
| 19 | أشعر بالوحدة والعزلة عن الآخرين | | | | | |
| 20 | أجد صعوبة في بناء علاقات اجتماعية مع الآخرين | | | | | |
| 21 | ترهقني كثرة علاقات أسرتي الاجتماعية | | | | | |
| 22 | أتضايق من زيارات الأقارب والجيران | | | | | |
| **المجال الثالث:الضغوط المستقبلية** | | | | | | |
| 23 | ينشغل تفكيري دائمًا في الحصول على فرصة العمل | | | | | |
| 24 | أشعر بنقص قدراتي على العمل في المستقبل | | | | | |
| 25 | أشعر بالقلق من التنافس في مجال عملي | | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 26 | أفكر بمن سينفق على | | | | | |
| 27 | أشعر أنني لن أتزوج | | | | | |
| 28 | يقلقني عدم القدرة على مساعدة أهلي اقتصاديًا | | | | | |
| 29 | أخشى من الزواج وإنجاب أطفال ذوى إعاقة | | | | | |
| 30 | يقلقني عدم القدرة على رعاية أطفالي | | | | | |
| 31 | أشعر بالقلق لعدم اطمئناني على مستقبلي المالي | | | | | |
| 32 | أشعر أن المجتمع لن يتقبلني مستقبلًا | | | | | |
| 33 | أشعر بالانزعاج لاحتمال وقوع كارثة قريبًا لي | | | | | |
| 34 | أشعر بالخوف من التغيرات المستمر في مظهري | | | | | |
| 35 | وجودي في أسرتي يزيد وضع أسرتي سوءاً في المجالات | | | | | |
| 36 | أشعر أنني سيء الحظ الآن وسيكون حظي أسوأ في | | | | | |
| 37 | ينقصني الشعور بالثقة بأي قرار قد أتخذه بشأن مستقبلي | | | | | |
| **المجال الرابع: الضغوط الصحية** | | | | | | |
| 38 | أشعر بالإحباط من وضعي الصحي | | | | | |
| 39 | أعاني من اضطرابات في النوم | | | | | |
| 40 | أشعر بألم دائمً | | | | | |
| 41 | عدم مقدرتي على الحصول على العلاج اللازم | | | | | |
| 42 | أصاب بالخمول والكسل | | | | | |
| 43 | أعاني من فقدان للشهية وعدم الرغبة بالأكل | | | | | |
| 44 | أتعرض للصدمات الجسدية | | | | | |
| 45 | أعاني من صداع بالرأس | | | | | |
| 46 | أشعر بسرعة في بدقات القلب من وقت لآخر | | | | | |
| 47 | أعاني من مشكلات في المعدة | | | | | |
| 48 | أشعر بالغثيان والدوخة بشكل متكرر | | | | | |
| 49 | تطاردني الأحلام والكوابيس المزعجة | | | | | |

**ثانياً– مقياس مفهوم الذات**

| الرقم | الفقرة | تنطبق تماماً | تنطبق كثيراً | تنطبق إلى حد ما | تنطبق قليلاً | لا تنطبق |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **المجال الأول: مفهوم الذات الجسمي** | | | | | | |
| .1 | أنا وسيم وأنيق في كل الأوقات | | | | | |
| .2 | أنا قبيح بإعاقتي | | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 3. | أنا مليء بالأوجاع | | | | | |
| 4. | أنا راضٍ عن إعاقتي | | | | | |
| 5. | وزني مناسب | | | | | |
| 6. | أهتم بمظهري | | | | | |
| **المجال الثاني: مفهوم الذات الاجتماعي** | | | | | | |
| 7. | أنا غير محبوب من أسرتي | | | | | |
| 8. | أصدقائي لا يثقون بي | | | | | |
| 9. | أشعر بأن أسرتي لا تثق بي | | | | | |
| 10. | أنا راضٍ عن علاقاتي الاسرية | | | | | |
| 11. | أسرتي تعاملني باحترام | | | | | |
| 12. | أتشاجر مع أسرتي | | | | | |
| 13. | من الصعب مصادقتي | | | | | |
| 14. | أتجنب الحديث مع الغرباء | | | | | |
| **المجال الثالث: مفهوم الذات الانفعالي** | | | | | | |
| 15. | أنا شخصية مرحة | | | | | |
| 16. | لدي قدرة على ضبط النفس | | | | | |
| 17. | أنا شخصية متفائلة | | | | | |
| 18. | أفقد أعصابي | | | | | |
| 19. | اعتدت أن أكون هادئًا | | | | | |
| **المجال الرابع: مفهوم الذات العام** | | | | | | |
| 20. | أنا شخصٌ مهذب | | | | | |
| 21. | أنا شخصٌ سيئ | | | | | |
| 22. | أنا شخصٌ أمين | | | | | |
| 23. | أنا راضٍ عن علاقتي بالله | | | | | |
| 24. | أنا شخصٌ حقود | | | | | |
| 25. | أحتقر نفسي | | | | | |
| 26. | أحل مشكلاتي بسهولة | | | | | |
| 27. | أفعل أشياء دون تفكير | | | | | |

**مع بالغ شكري وتقديري**

**الباحثة نور بسيم عبد الكريم**

## الملحق (ج): كتاب تسهيل المهمة

بسم الله الرحمن الرحيم

Al-Quds Open University
Academic Affairs
Deanship of Graduate Studies
and Scientific Research
Ramallah - P.O. Box: 1804
Tel: 02/2976240 - 02/2956073
Fax: 02/2963738
Email - Graduate Studies: fgsr@qou.edu
Email - Scientific Research: sprgs@qou.edu

جامعة القدس المفتوحة
الشؤون الأكاديمية
عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي
رام الله - ص.ب 1804
هاتف: 02/2956073 - 02/2976240
فاكس: 02/2963738
بريد الكتروني - الدراسات العليا: fgsr@qou.edu
بريد الكتروني - البحث العلمي: sprgs@qou.edu

الرقم: ع. د. ب. ع./21/790
التاريخ: 2021/07/13

الموضوع: لمن يهمه الأمر

تهديكم جامعة القدس المفتوحة أطيب التحيات، وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه تقوم الطالبة (نور بسيم محمد عبد الكريم) بإعداد رسالة ماجستير في تخصص الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: ("الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الاشخاص ذوي الاعاقة الجسمية في محافظة رام الله والبيرة")، وعليه أمل من حضرتكم تسهيل مهمة الطالبة في توزيع الاستبانة على مجتمع الدراسة، شاكرين لكم حسن تعاونكم في خدمة العلم وأهله.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير،،،

13.7.2021

أ. د. حسني عوض
عميد الدراسات العليا والبحث العلمي

نسخة:
- الملف.