مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة في العراق(*)

أ.م.د. جـاجـان جمعة محمد
كلية التربية الاساسية / جامعة دهوك

م.م. ليث حازم حبيب
كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل

تاريخ تسليم البحث : 2010/2/7 ؛ تاريخ قبول النشر : 2010/3/25

ملخص البحث :

هدف البحث التعرف إلى مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة في العراق . ومعرفة فيما إذا كان هنالك فروق في ذلك وفقا لمتغير المحافظة والعمر والجنس والحالة الاجتماعية والتحصيل الدراسي وعدد سنوات الخدمة بشكل عام وعدد سنوات الخبرة في الصفوف الخاصة .

تألفت العينة من (371) معلماً ومعلمة يتوزعون على ست مديريات عامة للتربية ، واعتمد البحث على استبانه أعدها الباحثان تألفت في صيغتها النهائية من (65) فقرة موزعة على خمسة مجالات هي : "البيئة المدرسية ، الجانب الشخصي ، السياسات الإدارية ، الدور الوظيفي ، العلاقة مع الآخرين " ، وتتم الإجابة عنها على وفق سلم تقديري مؤلف من خمسة بدائل . وبعد معالجة البيانات إحصائيا باستخدام الاختبار التائي وتحليل التباين ، أظهرت النتائج أن هناك ثمانية مصادر للضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات صفوف التربية الخاصة ، وهي البيئة الصفية وخصائص التلاميذ والعلاقة مع أولياء الأمور والمنهج الدراسي وخصائص المدرسة و صراع الدور وغموض الدور وأخيراً عبء الدور . وتبين وجود فروق دالة إحصائية في بعض المصادر تبعاً للمتغيرات التي تناولها البحث . وفي ضوء النتائج قدم الباحثان عدداً من التوصيات والمقترحات لمعالجة مصادر الضغوط النفسية لضمان نجاح معلمي ومعلمات صفوف التربية الخاصة في دورهم التربوي.

(*) **بحث مستل من رسالة الماجستير للباحث الثاني .**

Titei Stress Sources of Special Education Teachers in Iraq

Assist.Prof. **Assist. Lecturer**
Dr. Chachan Jomaa Mohammad **Laith Hazim Habib**
College of Basic Education
Duhok University ***Mosul University***

Abstract:

The research aims to reveal stress sources of special education teachers in Iraq , and to know whether there are differences according to the variables of governorate , age , sex , social status , academic achievement , years of service in general , and years of experience in special education classes .

The sample consisted of (371) teachers distributed on six general educational offices.. The researchers used aquestionnaire consisting of (65) items divided on (5) aspects of : Class environment , personal aspect , managing policies , occupational role , and relations with others . The alternatives of the questionnaire were (very much , to a big extent , not very much , a little , at all) . The validity and reliability of the questionnaire was verified.

The data were statistically analysed using t-test and variance analysis . The results showed that there are (8) sources of stress for special education teachers: classroom environment, students' characteristics, the relation with parents, studying curriculum ,school characteristics, role conflict , ambiguity of the role, and finally the load of the role . There were statistical significant differences in some sources according to the study variables .

Given the above mentioned results , the researcher presented a number of recommendations and suggestions to treat the sources of stress for teachers of special education to assure their success in fulfilling their educational role .

مشكلة البحث:

يُعد موضوع مصادر الضغوط النفسية من ابرز المشكلات التي تواجه العاملين في المنظمات العامة والخاصة ، الأمر الذي أدى إلى اهتمام كبير في العقدين الأخيرين من قبل الباحثين لدراسة هذه المصادر لما لها من آثار سلبية على سلوك الأفراد ، وغالبا ما تؤدي مصادر ضغوط العمل إلى أمراض نفسية وعضوية للعاملين ويعدها بعضهم بأنها القاتل الصامت (العضايلة ، 1999 : 115) .

ان مثل هذه المصادر تؤثر سلبا في اداء العاملين في مجال التعليم ، واذا كانت تلك الاعراض تصيب الانسان الاعتيادي فمن المؤكد ان تكون نتائجها سيئة اكثر اذا اصابت معلم التربية الخاصة لان عمله يتطلب جهدا استثنائيا يحتاج منه المزيد من التحمل والصبر والقدرة على مواجهة المصادر المختلفة فعندما يصاب المعلم او معلمة التربية الخاصة بهذه الحالة فانه يؤدي الى مخرجات تعليمية غير مناسبة وهذا مما يؤثر في مستوى التعليم وجودته في العراق .

ويحاول البحث الحالي الكشف عن مصادر الضغوط النفسية وتزايدها لدى شريحة تقوم بمهمة كبيرة في المجتمع ، هي شريحة معلمي التربية الخاصة ومعلماتها ، التي تتولى مسؤولية إعداد الإنسان . ونظرا إلى أن مهنة التعليم تعد من المهن الباعثة أو المثيرة للضغوط النفسية ، استنادا إلى الأدبيات التربوية المتعلقة بمصادر الضغط النفسي في البيئتين العربية والأجنبية والنتائج التي كشفت عنها الدراسات الميدانية خلال السنوات الأخيرة ومنها دراسة (أبو طالب ، 2000 ؛ المشعان ، 2000 ؛ عليان ، 2002 ؛ Ohlumd , Antoniou & Others , 2000; Howard & Bruce , 2001 ; Kyriacou & Chien , 2004 2004) لذا فان الكشف عنها أمر مهم ربما يساعد على التعرف إلى مسببات الضغوط وعلى إيجاد الحلول المناسبة لهذه المشكلة . وفي الوقت ذاته لا تتوفر دراسات محلية حول مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة في ثقافتنا العراقية ، وعليه يمكن تلخيص مشكلة البحث بالتساؤلات الآتية :

1- ما هي مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة في المدارس الابتدائية في العراق ؟ .

2- ما أهمية كل من العمر ، والجنس ، والحالة الاجتماعية ، والتحصيل الدراسي ، وعدد سنوات الخدمة بشكل عام وسنوات الخبرة في الصفوف الخاصة كمتغيرات مستقلة في تفسير التباين على مقياس مصادر الضغوط النفسية بوصفه متغيراً تابعاً ؟

أهمية البحث :

يجمع موضوع التربية الخاصة (Special Education) بين عدد من العلوم إذ تمتد جذوره إلى ميادين علم النفس والتربية ، وعلم الاجتماع ، والقانون ، والطب ، كما يتناول موضوع التربية الخاصة الأفراد غير العاديين والذين ينحرفون بشكل ملحوظ عن الأفراد الاعتياديين في نموهم العقلي والحسي والانفعالي والحركي واللغوي ، مما يستدعي اهتماما خاصا من قبل المربين بهؤلاء الأفراد من حيث طرائق تشجيعهم ووضع البرامج التربوية واختيار طرائق التدريس الخاصة بهم (الروسان ، 2001 : 17) .

لهذا يعتبر برنامج التربية الخاصة عموما احد البرامج الحديثة التي حظيت باهتمام متزايد من قبل المؤسسات التعليمية والمختصين والعاملين في مختلف المجالات المهنية الأخرى . وقد تمثلت مظاهر التطور في برامج التربية الخاصة بالتقدم في أساليب التعرف والتشخيص للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة ، كما تمثل في ازدياد عدد المختصين والعاملين في مجال تربية وتأهيل هؤلاء الأطفال (العلوي ، 2001 : 201) .

وإيمانا بجهد المعلم وعطائه المستمر ، وعرفانا بما لهما من تأثير في مستوى أدائه وكفاءته في العمل ، فيجب الاهتمام به ، من خلال التعرف الى المصادر التي تؤدي الى زيادة الضغوط عليه ، حتى يتعامل المسؤولون مع تلك المصادر الضاغطة للتقليل منها لرفع فعالية العملية التعليمية .(المشعان ، 2000 : 67) .

إذ يرى البعض أن المعلمين في المرحلة الابتدائية يتعرضون إلى مصادر الضغوط أكثر من المعلمين في المراحل التعليمية الأخرى ، بسبب بقائهم مع نفس الصف كل يوم وعلى مدار السنة فهم ليسوا مسئولين فقط عن الأنشطة التعليمية بل هم أيضا مسؤولون عن نموهم الاجتماعي والخلقي (Morrissette, 2004 : 43) .

ويأتي الاهتمام العالمي بمصادر الضغوط التي يتعرض لها معلمو التربية الخاصة من حقيقة أن تحمل الضغط المهني لفترة طويلة يؤدي إلى اضطراب الصحة العقلية والجسدية ، كما أن من شأنها أن تضعف نوعية التعليم(Oppedal and Roysamb , 2004 : 133) .

يعتمد النجاح لازالة الضغط النفسي بدرجة كبيرة على اكتشاف مصدر الضغط لانه سيؤدي الى الارتياح والتخفيف ، فاذا لم يكتشف الانسان مصدر الضغط فانة المشكلة ستستمر بالتأكيد وتتفاقم . (معروف ، 2003 : 8) . كما أكد (Antoniou) أن معلمي التربية الخاصة يتعرضون إلى مصادر ضغوط كثيرة أكثر من أي مهنة كانت ، وتشكل ظروف العمل الخاصة مثل النسبة بين المعلمين وتلاميذهم والتقدم البطيء ، فضلا عن مشاكل التلاميذ من ذوي الاحتياجات الخاصة والعمل الإضافي كلها مصادر إضافية للضغوط تؤثر على شخصية وأداء معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة (Antoniou , 2000 : 14) .

وتستمد هذه الدراسة أهميتها من خلال إلقاء الضوء على مصادر متعددة للضغوط لدى معلمي التربية الخاصة سواء في مجال التعليم في صفوف التربية الخاصة او خارج المدرسة .

وتتمثل أهمية هذه الدراسة في الجوانب الآتية :-

1- تفيد هذه الدراسة معلمي التربية الخاصة أنفسهم في التعرف إلى طبيعة مصادر الضغوط النفسية التي يواجهونها ومستويات هذه المصادر من اجل البحث عن الحلول اللازمة وصولا إلى تحديدها والتقليل من تأثيرها .

2- تخدم أيضا إدارات المدارس المشمولة بصفوف التربية الخاصة والمخططين للعملية التربوية ومتخذي القرار في هذا المجال ، مما يمكنهم من اتخاذ القرارات اللازمة لمواجهة هذه الظاهرة والحد من انتشارها ومعالجة الأسباب الكامنة وراءها .

3- إن هذه الدراسة قد تساعد المختصين في وضع الأسس المبكرة للوقاية من مصادر الضغوط النفسية السلبية الناتجة من المتغيرات البيئية السيئة للمعلم ، إذ أن اكتشافها ومعالجتها منذ وقت مبكر سيؤدي إلى سلامة المعلم منها وسينعكس ذلك على سير العملية التربوية .

هدفا البحث :

1- التعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة في العراق .

2- التعرف على دلالة الفروق في مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة تبعا للمتغيرات الآتية :

(المحافظة ، العمر ، الجنس ، الحالة الاجتماعية ، التحصيل الدراسي ، عدد سنوات الخدمة بشكل عام ، عدد سنوات الخبرة في الصفوف الخاصة) .

حدود البحث :

يقتصر البحث الحالي على معلمي ومعلمات صفوف التربية الخاصة في محافظات القطر الثلاث (بغداد ، البصرة ، نينوى) في العراق للعام الدراسي 2004-2005 .

تحديد مصطلحات البحث :

1- المصدر :

المصدر اصطلاحاً عرفه حنا الله بأنه " كل شيء يمكن أن يكون موضوعا للدارسة أو مثيراً للفرد أو أي معيْن للفرد " (حنا الله ، 1998 : 304) .

وتشير القواميس اللغوية إلى أنها " تعني مكاناً أو شخصاً أو شيئاً يشتق منه أو يأتي منه الحدث أو الفعل " (Worn , 1998 , p: 717 ; Pearsal , 1999 , p: 1779) .

2-مصادر الضغوط النفسية :

ومن التعاريف التي تناولت هذا المصطلح ما يأتي :

* **عرفها حريم 2003** " أن مصادر الضغوط الوظيفية عديدة ومتنوعة ، وقد تنشأ عن عمل الفرد أو الجماعة التي يعمل معها أو المنظمة بصورة عامة " (حريم ، 2003 : 101) .
* **عرفها حمداش ، 2004** بأنها : خلاصة تفاعل عوامل بعضها متعلق بظروف وخصوصيات ومكونات العمل (المنظمة) والبعض متعلق ببيئته ، والبعض الآخر متعلق بخصائص وشخصية وقيم الأفراد أنفسهم " (حمداش ، 2004 : 18) .

وفي ضوء ما تقدم يمكن تعريف مصادر الضغوط النفسية نظرياً بأنها :

تلك المصادر التي تؤدي إلى شعور معلم التربية الخاصة بالإجهاد والضيق والتوتر وعدم الارتياح وتتمثل في مجموعة المثيرات أو المتغيرات في مجالات البيئة الدراسية والسياسات الإدارية والدور الوظيفي والعلاقات مع الآخرين وحاجات الفرد وسماته الشخصية .

أما التعريف الإجرائي لـ ((مصادر الضغوط النفسية)) :

فهي تلك الأسباب المؤدية إلى شعور معلم التربية الخاصة بالضغط وكما تعكسها الدرجة التي يحصل عليها المستجيب في ضوء إجابته عن الفقرات الواردة في أداة البحث .

3- التربية الخاصة :

* **عرفتها اليونسكو** " على أنها التربية التي تستهدف داخل صفوف خاصة ومجموعات ومؤسسات خاصة ، أطفال يمثلون حالات استثنائية ، وفي العديد من البلدان ، تعتبر التربية الخاصة على أنها من اختصاص التعليم المدرسي والجامعي المطلق الذي توضع في إطاره مناهج خاصة بالأطفال اليافعين المصابين بإعاقات جسدية أو عقلية أو نفسية ، وتكون متكيفة مع احتياجاتهم،أو تعتمد فيه طرائق تعليمية خاصة " (عبيد ، 2000 : 19).
* **عرفها الروسان 2001** " على أنها مجموعة البرامج المتخصصة والتي تقدم لفئات من الأفراد غير العاديين وذلك من اجل مساعدتهم على تنمية قدراتهم إلى أقصى حد ممكن وتحقيق ذواتهم ومساعدتهم على التكيف " (الروسان ، 2001 : 117) .

* **عرفة كار ، 2001** " على أنها جميع الجوانب التربوية التي تنطبق على الأطفال غير العاديين (الاستثنائيين) سواء أكان جسميا أم عقليا وسواء كانوا مقصرين دراسيا أم معوقين او متفوقين " (كار ، 2001 : 171) .

3- معلمو التربية الخاصة :

* هم الكادر التعليمي المعد إعدادا خاصا لتعليم تلاميذ فئات التربية الخاصة من (بطيئي التعلم وضعاف السمع البصر وذوي الصعوبات التعليمية ومشكلات النطق البسيط) . وهم خريجو قسم التربية الخاصة / كلية التربية الأساسية جامعة المستنصرية أو البصرة أو الموصل ، وقسم العلوم التربوية والنفسية في كلية التربية / ابن رشد وكلية التربية للبنات / جامعة بغداد ، أو خريجو دورات تدريبية في مجال التربية الخاصة / وزارة التربية وتختلف بذلك عن معلمة الصف الاعتيادي في طريقة تعليمها للتلاميذ بطيئي التعلم بإتباعها طرق وبرامج التربية الخاصة (حساني ، 2005 :37) .

ولأغراض البحث الحالي يعرف الباحثان معلمي التربية الخاصة بأنهم أولئك المعلمون والمعلمات الذين يمارسون مهنة التعليم في صفوف التربية الخاصة في المدارس الابتدائية .

خلفية نظرية :

يعد سيلي (Selye , 1956) عالم الغدد الصماء في جامعة مونتريال الأب المؤسس لبحوث الضغوط والرائد الأول الذي قدم مفهوم الضغوط إلى الحياة العلمية وذكر أن للضغوط دوراً مهماً في إحداث معدل عال من الإنهاك والانفعال الذي يصيب الجسم . فأية إصابة جسمية أو حالة انفعالية غير سارة كالقلق والإحباط والتعب أو الألم لها علاقة بتلك الضغوط (الهنداوي ، 1990 : 29 ؛ السلطاني ، 1994 : 16) .

وتشير الأدبيات إلى أن الضغوط موجودة في المدارس الأهلية والحكومية منذ الستينات والسبعينات من القرن الماضي ، ولكن ازدادت في الثمانينات وأصبح العامل المؤدي إلى الاحتراق النفسي لدى المعلمين . فلو أخذنا أي عينة عشوائية من المعلمين فإننا نرى لديها انطباعاً سائداً بالشعور المتزايد والشديد بالمرارة والإحباط وانخفاض العزم ، وإذا وجدوا أشخاصا يقدمون لهم الإسناد الاجتماعي ويمكنهم الوثوق بهم فإنهم سيقضون ساعات طوال في التنفيس عن مشاعرهم ويعبرون بشكل كبير عن مستويات عالية من الضغوط التي يعانونها في مهنتهم (Cobb and Kinchington , 1999 : 1-3) .

ومن خلال الجمعية الأمريكية لعلماء النفس (A. P. A.) بدأت كلمة (Stress) تحقق شعبية في مجال العلوم السلوكية ، وبدأت تظهر الاتفاق في الآراء بين الباحثين والمهتمين على

استخدام كلمة الضغوط النفسية للتعبير عن تلك الحالات التي تسبب الإجهاد والإعياء عند المصابين بها وحل هذا المصطلح بدلا عن معاني أخرى تترادف معه للدلالة على المضمون نفسه مثل القلق (Anxiety) والشعور بالمعاناة العاطفية (Emotional distress) والصراع (Conflict) وتهديد الأنا (Ego-threat) والإحباط (Frustration) وعدم الشعور بالأمن (Lack of security) والتوتر (Tension) والإثارة (Arousal) (الحمداني ، 2002 : 14) .

أما اليوم فيستخدم الضغط النفسي (Stress) على نطاق واسع في مجال الطب والأحياء وعلم النفس والإرشاد والصحة النفسية إلا انه ينطوي على معنى واحد فهي تشير إلى المثيرات الخارجية التي يمكن أن تسبب ضغطا على الفرد الذي يتعرض لها آو أي شيء يمكن ان يهدد الكائن الحي ويعد خطرا أما بصورة مباشرة أو غير مباشرة من خلال ما ترمز إليه من معان (Myers , 1991 : 518) .

وتناولت عدد من الدراسات والأبحاث في مجال علم النفس مفهوم الضغوط من مختلف وجهات النظر العلمية ، وقد صنف الباحثان هذه المفاهيم والتعريفات إلى مجموعات من المواقف والعوامل التي يواجهها الفرد ويستجيب لها على النحو الأتي :

أ-منبهات لمواقف البيئة :

وتندرج تحت هذا النوع مجموعة المفاهيم والتعريفات منها الضغط الذي عرفه سارفينو (Sarafino) بأنه " منبه بيئي ، وقد يكون حدثاً Event واحداً أو مجموعة الظروف يدركها الفرد على أنها مهدد ما ويؤذيه ، ينتج عنها مشاعر التوتر وتدعى هذه بالضواغط ، كما إن الضغط يمكن أن يكون استجابة تتمثل برد فعل الإنسان على الضواغط وهو يمثل حالة التوتر لديهم (Sarafino , 1990 : 76) .

ب- استجابات لعوامل فسيولوجية وظيفية :

وتندرج تحت هذا النوع مجموعة من التعريفات ، فقد عرف أبو غزالة الضغط بأنه " عبارة عن تأثير داخلي فسيولوجي يخلق حالة من عدم التوازن النفسي أو الجسمي داخل الفرد وينجم عن عوامل تنشأ من البيئة المحيطة بالفرد مثل القلق ، الغضب ، والشعور بالاكتئاب سواء كانت هذه البيئة عائلية أم بيئة عمل أم بيئة اجتماعية عامة " (أبو غزالة ، 1999 : 125) ،

ج- استجابات لحاجات نفسية واجتماعية

وتندرج تحت هذا النوع مجموعة من التعريفات ، منها تعريف السمادونى (1993) الضغط بأنها حالة نفسية تنعكس في ردود الفعل الداخلية والسلوكية ، والناشئة عن التهديد الذي

يدركه الفرد عندما يتعرض للمواقف أو الأحداث الضاغطة في البيئة المحيطة (عمر ، 2002 : 108)

وفي ضوء ما تقدم يمكن تصنيف اتجاهات الباحثين إلى ثلاثة اتجاهات يمكن من خلالها تشكيل إطار عام لها ، وذلك على النحو الآتي :

الاتجاه الأول : المثيرات أو الأحداث الخارجية الموجودة في البيئة المحيطة بالفرد :

يميل أصحاب هذا الاتجاه إلى قصر مصادر الضغوط ومسبباتها على المثيرات والأحداث المختلفة الموجودة في البيئة المحيطة للفرد مثل وفاة شخص عزيز أو الكوارث الطبيعية من زلازل وغيرها أو الحروب والإرهاب . دون الأخذ بالاعتبار القوى الذاتية للفرد أو ردود أفعاله التي يبديها تجاه هذه المثيرات التي ينتج عنها مجموعة من التغيرات النفسية والجسمية .

الاتجاه الثاني : إدراك الفرد للحدث وتقديره له :

يركز أصحاب هذا الاتجاه على استجابة الفرد للمصادر المسببة للضغوط دون وضع اعتبار لتفاعل الخصائص الذاتية للفرد مع بيئة العمل ، لأنهم يقيسون النتيجة التي تنجم عن حالة الضغوط والتي تتمثل في الاستجابة التي يتخذها الإنسان نحو المثير أو المسبب للضغط .

الاتجاه الثالث : الاستجابة النفسية للحدث ومثيرات البيئة :

يرى أصحاب هذا الاتجاه وجوب حدوث تفاعل بين مثيرات الضغوط واستجابة الفرد لها ، ينشأ بسببها لدى الفرد حالة من التغيرات الداخلية وردود الفعل الفسيولوجية والنفسية ، تدفعهم إلى سلوك غير طبيعي في أدائهم لعملهم (المشعان ، 2001 : 211 ؛ عليان ، 2002: 335 ؛ www.Kfnl.gov.Sa) .

ويرى (جودة و اليافي ، 2002 : 75) أن الباحثين الذين اجتهدوا في وضع تصانيف لمصادر الضغوط النفسية سلكوا ثلاثة مسارات هي:

أولاً : الأنموذج الثنائي :

يصنف مصادر الضغوط النفسية في مجموعتين رئيستين هما:

1- مصادر الضغوط التنظيمية : وهي التي تتعلق بمحيط العمل والمتغيرات المرتبطة به ، مثل عبء الدور ، وغموض الدور ، وصراع الدور ، وعوائق الترقية والتقدم المهني ، والمشاركة في صنع القرار .

2- مصادر الضغوط الشخصية : وهي التي تتعلق بشخصية المعلم واعتقاداته ومدى توافقه مع التغيرات الحاصلة في حياته ومدى قدرته على التحكم فيها والاستجابة لها (ابو طالب ، 2000: 188) .

ثانياً : الأنموذج الثلاثي :

يرجع أصحاب هذا الاتجاه بشكل عام مسببات الضغوط النفسية الى ثلاثة مصادر رئيسة هي العوامل المتعلقة بالفرد ، والعوامل المتعلقة بالمنظمة ، العوامل المتعلقة بالبيئة . فقد صنف كل من سزليجي و وليس (Szilagy & Wallace) مصادر الضغوط النفسية إلى ثلاث أصناف ، أو مجاميع رئيسية :

1- الأسباب التنظيمية : ويندرج ضمنها (زيادة أو نقص عبء العمل ، والمحفزات ، وتقييم الأداء ومدى موضوعيته ، وطبيعة العمل ، وأساليب التنظيم ، وغموض الدور ، وتعارض الدور ، والمستقبل الوظيفي) .

2-الأسباب الوظيفية : ويندرج ضمنها (بيئة العمل المادية ، والمسؤولية عن الغير ، احتياجات السلامة المهنية ، ومحدوديات الوقت ، وضعف التغذية الراجعة ، ومحدوديات المشاركة في صنع القرار .

3-الأسباب الشخصية : ويندرج تحتها عدة أسباب: (المشكلات الأسرية ، والمشكلات الاقتصادية ، وعوامل الضغط الوسيطة، والنمط السلوكي الشخصي)(حتاملة ، 2002 : 204).

ثالثاً : الأنموذج متعدد الأبعاد :

إذ تبنى جيمس كويك وجونثان كويك (J.D. Quick & J.C. Quick , 1984) أنموذجا متعدد الأبعاد في تصنيف مصادر الضغوط والذي لا يختلف كثيراً عن سابقه إلا انه يصنف هذه المصادر التنظيمية للضغط إلى أربع مجموعات رئيسة وهي :

- مطالب المهمة : ترتبط هذه المطالب بالأنشطة المحددة التي يجب القيام بها لأداء عمل معين ، وتكشف الدراسات أن نوع العمل الذي يقوم به الفرد وما يتضمنه من واجبات ومسؤوليات وأعباء تعتبر من المحددات الهامة لمقدار ونوع الضغط .
- مطالب الدور : يقصد بالدور مجموعة التوقعات السلوكية التي يتوقعها الآخرون من الشخص القائم بدور معين ، ويتعرض الفرد في المؤسسة لمجموعة من التوقعات تأتي إليه مجموعة الدور التي ينتمي إليها ، وكثيراً ما تكون هذه التوقعات متضاربة فتخلق له صراعاً نفسياً تتوقف حدته على قوة هذه الضغوط وعلى قوة شخصيته . وتشمل صراع الدور ، والدور المؤدى ، والدور المدرك ، والعبء الزائد ، وغموض الدور .
- المطالب البيئية أو الفيزيقية : تتمثل في الظروف البيئية التي يعمل فيها الفرد منها : تلوث الجو ، والضوضاء ، الحرارة والبرودة ، والإضاءة المبهرة أو الخافتة ، وذبذبة الصوت ، وسوء تصميم أماكن العمل ، والترددات ، ومخاطر العمل مثل الحوادث في المهنة.

- المطالب الشخصية : وتشمل انسجام وتعارض المكانة ، والعبء الاجتماعي ، والتفاعل الاجتماعي ، وأسلوب القيادة ، وضغوط الجماعة (يوسف بار ، 2005 : 27) .

وأكدت الدراسات المبكرة في موضوع مصادر الضغوط النفسية والتكيف لها ضرورة التعرف إلى حوادث أساسية شديدة التأثير (كموت احد أفراد الأسرة أو ترك العمل) ، ثم انتقل تركيز الدراسات على أهمية تثمين الحوادث من قبل الفرد ومن ثم الحكم عليها بأنها ايجابية أو سلبية أو محايدة ، وعند الحكم عليها بأنها سلبية ، يحكم عليها الفرد بأنها مؤذية أو مهددة أو مثيرة للتحدي ، بينما ركزت الدراسات الأكثر حداثة على عملية التكيف اليومية نحو الحوادث الضاغطة أي منغصات الحياة اليومية المتكررة (ملكوش و يحيى ، 1994 : 233).

ولحداثة موضوع مصادر الضغوط النفسية في مجال التربية الخاصة من الناحية النظرية والعملية ، فالتعريف بمصادر الضغوط النفسية تنبثق معه مشكلة تصنيفها ووضعها في اطر تبين أنواعها حسبما يدركها العاملون في صفوف التربية الخاصة ، لاسيما مع قلة وجود قاعدة يبنى عليها ، فان الأمر يقتضي الاستعانة بالتصانيف النظرية الأخرى التي وردت في الأدبيات والدراسات السابقة والتي تناولت مصادر الضغوط في منظمات إدارية ومؤسسات تربوية أخرى رأى الباحثان أنها ذات علاقة ببيئة صفوف التربية الخاصة ، وذلك لمحاولة رسم إطار خاص لمصادر الضغوط النفسية في مجال التربية الخاصة ، بجانب استطلاع مصادر الضغوط النفسية الفعلية من نتائج المسح الميداني للدراسة الحالية التي أدلى بها معلمو ومعلمات التربية الخاصة في المدارس الاعتيادية على مستوى العراق . لاسيما بعد أن اتضح انه لا يوجد تصنيف واحد متفق عليه بين الباحثين لمسببات الضغوط النفسية .

وفي ضوء ما تقدم من عرض نظري لبعض الأدبيات ووجهات النظر المتعلقة بتفسير الضغوط ومصادرها ، يمكن القول بأن هناك عدة مصادر للضغوط والتي يمكن إجمالها أو تلخيصها في أنموذج نظري أُعتمد عليه في بناء أداة البحث الحالي ولغايات هذه الدراسة أخذت المتغيرات الآتية :

1- البيئة الدراسية :(البيئة الصفية ، خصائص التلاميذ ، المدرسة ، المنهج) .
2- الجانب الشخصي :(قدرات الفرد وحاجاته ، السمات الشخصية) .
3- السياسات الإدارية :(الإدارة ، الإشراف) .
4- الدور الوظيفي :(غموض الدور ، صراع الدور ، عبء الدور)
5- العلاقات مع الآخرين :(العلاقات مع الهيئة التعليمية ، العلاقة مع أولياء الأمور) .

دراسات سابقة:

اطلع الباحثان على العديد من الدراسات السابقة التي تخص موضوع الضغوط النفسية والمهنية ومصادرها ، وفيما يأتي تقديم عرض موجز لبعض تلك الدراسات بغية الاستفادة مما ورد فيها من مؤشرات .

1- **اهتمت دراسة آدمز (Adams , 1999)** بالضغوط المهنية لدى المعلمين وعلاقته بالخصائص الشخصية ، وتم جمع البيانات من عينتين من المعلمين في المدارس المهنية في جنوب شرق الولايات المتحدة الأمريكية . وتمت معالجة البيانات إحصائيا باستخدام نموذج الانحدار المتعدد لفحص تأثير كل متغير من متغيرات الشخصية في تفسير الضغوط لدى المعلمين ، وقد أظهرت النتائج أن المتغيرات الشخصية تفسر نسبة 55% من تباين الضغوط لدى المعلمين . وتبين أن الأعراض المرضية واحترام الذات والاستعداد آو التهيؤ للدور هي العوامل (المصادر) المهمة في تفسير الضغوط (Adams , 1999 , 1-14) .

2- **واستهدفت دراسة المشعان (2000)** التعرف إلى مصادر الضغوط في العمل لدى المعلمين الكويتيين وغير الكويتيين في المرحلة المتوسطة ، وتكونت العينة من (745) معلما ومعلمة . فأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين المعلمين الكويتيين وغير الكويتيين في مصادر ضغوط العمل ، إذ أن المعلمين الكويتيين أكثر تعرضا لضغوط العمل من غير الكويتيين ، كما توجد فروق دالة بين المعلمين والمعلمات ، وكذلك لا توجد فروق دالة في مصادر ضغوط العمل تبعاً للفئة العمرية والخبرة(المشعان ، 2000: 203-239) .

3- **وسعت دراسة انطونيو (Antoniou , 2000)** التعرف إلى مصادر الضغوط والاحتراق المهني لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة في اليونان ومعرفة الطريقة التي يتبعونها للتكيف مع تلك الضغوط . إذ تألفت العينة من (110) معلم تربية خاصة يعملون في مدارس خاصة. فأشارت النتائج الى أن معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة اظهروا مستويات عالية من الضغط ، وتبين أن مصادر الضغط تتمثل في : (عدم وجود أي تقدم مع التلاميذ ، قلة اهتمام التلاميذ ، كثرة العمل ، عدم وجود الدعم من الحكومة ، قلة المصادر والتجهيزات ، عدد التلاميذ متزايد ، تدريس تلاميذ يصعب التعامل معهم ، قلة التعاون بين الزملاء) . كما بينت النتائج عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية فيما يخص متغير الجنس ، بينما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة تعزى إلى متغيرات العمر والحالة الاجتماعية وسنوات الخبرة (Antoniou , 2000 : 1-14) .

4- **واستهدفت دراسة الدليمي (2005)** التعرف على الضغوط النفسية التي تواجه معلمات التربية الخاصة البالغ عددهن(296) معلمة في مدينة بغداد . فأظهرت النتائج أن الضغوط

النفسية التي تعاني منها المعلمات تترتب تنازليا ، إذ لوحظ إن هناك (20) فقرة تمثل ضغوطا نفسية لدى معلمات التربية الخاصة بحاجة إلى وضع حلول ومعالجات لها واحتلت فقرة (ينظر إلى معلمة التربية الخاصة على أنها معلمة للمعوقين) المرتبة الأولى، واحتلت الفقرة (قلة توافر الأثاث والتجهيزات في الصف الخاص) المرتبة الثانية ، (الدليمي ، 2005 : 125-127) .

إن هذه الدراسات وغيرها التي تناولت مصادر الضغوط إن دل على شيء فإنما تدل على أهمية هذا المتغير وتأثيره على المعلم والمؤسسة التربوية .

منهجية وإجراءات البحث:

أولاً : مجتمع البحث

تكون مجتمع البحث من معلمي ومعلمات التربية الخاصة في العراق للعام الدراسي 2004-2005 الموجودين في المدارس الابتدائية التابعة إلى مديريات التربية في جميع المحافظات ، والبالغ عددهم (861) معلماً ومعلمة للتربية الخاصة(*) .

ثانياً : عينة البحث

تم اختيار العينة على مرحلتين : المرحلة الأولى تم اختيار ست مديريات عامة للتربية في محافظات (نينوى ، وبغداد ، والبصرة) ، وفي المرحلة الثانية تم اختيار الأفراد (المعلمين والمعلمات) الموجودين في المدارس الابتدائية التابعة لتلك المديريات ، وبناءا على ذلك تكونت العينة من (391) معلماً ومعلمة موزعين على المديريات الست في محافظات نينوى وبغداد والبصرة ، وكما هو موضح في الجدول (1) .

(*) حصل الباحثان على أعداد معلمي ومعلمات التربية الخاصة في العراق من مقررة اللجنة المسؤولة على مدارس التربية الخاصة في وزارة التربية / المديرية العامة للتعليم العام / مديرية التربية الخاصة .

الجدول (1) توزيع عينة البحث على المديريات العامة للتربية

ت	اسم المديرية	عدد معلمي ومعلمات التربية الخاصة		
		ذكور	اناث	المجموع
1	مديرية تربية نينوى	25	45	70
2	مديرية تربية الرصافة الأولى	18	84	102
3	مديرية تربية الرصافة الثانية	37	42	79
4	مديرية تربية الكرخ الأولى	20	41	61
5	مديرية تربية الكرخ الثانية	11	18	29
6	مديرية تربية البصرة	23	27	50
	المجموع	**134**	**257**	**391**

وقد أستبعد (20) معلمة تربية خاصة ممن جرى تطبيق الأداة عليهن لأغراض الثبات ، وبذلك فقد أصبحت العينة التي طبق عليها البحث (371) معلم ومعلمة تربية خاصة ، ويمثلون نسبة (43.08%) من مجتمع البحث .

ثالثا أداة البحث

اعتمد البحث على استبانة مصادر الضغوط لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة التي أعدها الباحثان ، ولقد صمم الاستبيان على وفق أسلوب ليكرت Likart ، وذلك بوضع مدرج من خمس نقاط أمام كل فقرة تتدرج من (بدرجة كبيرة جدا ... إلى لا إطلاقا) .وتكونت الأداة بصيغتها النهائية من (65) فقرة مقسمة الى (5) مجالات . وتم التحقق من صدقها باعتماد الصدق الظاهري والصدق المنطقي عن طريق الخبراء(*) إذ طُلِبَ منهم تحديد مدى صلاحية الفقرات .ولغرض التحقق من ثبات الأداة اُستخدِمَت طريقة إعادة الاختبار على عينة عشوائية مكونة من (20) معلمة من معلمات التربية الخاصة ، ثم احتسب معامل ارتباط

(*)

أ.د. شذى عبد الباقي العجيلي/علم النفس التربوي/جامعةبغداد/كلية التربية–ابن رشد

أ.د. فاضل محسن الازيرجاوي/علم النفس التربوي/جامعة بغداد/ كلية التربية للبنات

أ.د. قاسم حسين صالح/ علم النفس التربوي/ جامعة بغداد/كلية التربية –ابن رشد

أ.د. ليلى عبد الرزاق الاعظمي/علم النفس التربوي/جامعة بغداد/كلية التربية –ابن رشد

أ.م.د. كامل عبد الحميد عباس/علم النفس التربوي/جامعة الموصل/كلية التربية

أ.م.د. ثابت محمد خضير/علم النفس التربوي/جامعة الموصل/ كلية التربية الاساسية

(بيرسون) بين درجات الأفراد في التطبيق الأول والثاني حيث بلغ (0.83) وتعد هذه القيمة مؤشرا جيدا على ثبات الأداة .

رابعا: الوسائل الإحصائية

تمت معالجة البيانات إحصائيا باستخدام معامل ارتباط بيرسون ، والاختبار التائي لعينة واحدة ، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، وتحليل التباين الأحادي ، واختبار شيفيه ، والوسط الموزون وبالاستعانة ببرنامج (SPSS) . (الزعبي والطلافحة ، 2000) .

نتائج البحث ومناقشتها:

- الهدف الأول:

لما كان الهدف الأول في البحث يسعى إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة في العراق ، عليه تم تحليل البيانات الواردة ، ولأجل ترتيب مصادر الضغوط تبعاً لتأثيرها ، فقد استخدم الباحثان الوسط الموزون لأن عدد الفقرات لتلك المصادر غير متساوية العدد في الأداة ، وكما موضح في الجدول (2).

وعليه يمكن القول بأن هناك ثمانية مصادر للضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات صفوف التربية الخاصة ، حيث يعد مصدر الضغط مصدراً مؤدياً إلى الضغوط النفسية إذا زاد قيمة متوسطه عن (2) درجة ، على اعتبار أن القيمة ما بين (3.2) تمثل مصدر ضغط على الأداة المستخدمة في الدراسة بناء على رأي عدد من المحكمين ذوي الاختصاص .

واحتلت المرتبة الأولى من بين تلك المصادر البيئة الصفية وكان متوسطها(2.89) درجة، وفي المرتبة الثانية جاءت خصائص التلاميذ وبلغ متوسطها (2.88) درجة ، أما في المرتبة الثالثة فكان العلاقة مع أولياء الأمور بمتوسط قدره (2.73) درجة ، وجاء المنهج الدراسي في المرتبة الرابعة من بين المصادر المؤدية الى الضغوط النفسية وبمتوسط بلغ (2.66) درجة ، واحتلت المرتبة الخامسة خصائص المدرسة بمتوسط قدره (2.35) درجة ، بينما جاء صراع الدور في المرتبة السادسة من بين مصادر الضغوط وكان متوسطه (2.34) درجة ، في حين جاء في المرتبة السابعة غموض الدور وبمتوسط بلغ (2.31) درجة ، وأخيراً احتل عبء الدور المرتبة الثامنة من بين مصادر الضغوط النفسية وكان متوسطه (2.17) درجة .

أما المصادر الخمسة المتبقية فلم يكن لها تأثير واضح ذلك لأن متوسطاتها كانت أقل من (2) درجة ، بعبارة أخرى يمكن القول بأن تأثيرها ضعيف في هذا الصدد .

الجدول (2) ترتيب مصادر الضغوط النفسية تبعاً لقوة تأثيرها

الترتيب	مصدر الضغوط النفسية	الوسط الموزون
1	البيئة الصفية	2.89
2	خصائص التلاميذ	2.88
3	العلاقة مع أولياء الأمور	2.73
4	المنهج الدراسي	2.66
5	خصائص المدرسة	2.35
6	صراع الدور	2.34
7	غموض الدور	2.31
8	عبء الدور	2.17
9	العلاقة مع الزملاء	1.95
10	قدرات الفرد	1.91
11	الإشراف التربوي	1.83
12	سمات شخصية	1.66
13	الإدارة المدرسية	1.65

ويرى الباحثان أن سبب ذلك ربما يعود إلى واقع الصفوف وما تعانيه من نقص في المستلزمات المادية. كما أن عدم الدقة في التشخيص وما يترتب على ذلك من وضع تلاميذ يحملون الخصائص المختلفة والتي ربما لا تنطبق مع توجهات وأهداف صفوف التربية الخاصة ، وضعف تعاون أولياء الأمور نتيجة للنظرة الاجتماعية إلى هذه الصفوف ونقص الوعي وعدم معرفة أولياء الأمور بمهام معلمي التربية الخاصة . فضلاً عن أن المنهج القائم حالياً تم إعداده للتلاميذ الاعتياديين ولم يأخذ بنظر الاعتبار خصوصية تلاميذ بطيئي التعلم ، إذ أظهرت التجارب على تلاميذ بطيئي التعلم أن تعلم التعميمات والمجردات والمفاهيم صعب على هؤلاء التلاميذ (كار ، 2001) ومن ثمّ أصبح من الضروري تكييف المنهج بما يتلاءم مع قدرات التلاميذ في الصفوف الخاصة مما يشكل ضغطاً نفسياً على المعلم جراء تحمله هذه المهمة أو المسؤولية .

وتنسجم هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة فقد أشارت دراسة (نسيمه ، 1995) ودراسة (أبو طالب ، 2000) ودراسة (محمد ، 1996) إلى أن خصائص المدرسة تمثل إحدى المصادر المهمة في الضغوط النفسية التي يعاني منها المعلمون . ويرى (عيسى ، 1996) إن

المعلمين أكثر تعرضا للضغوط النفسية بسبب ما تتسم به هذه المهنة من صراع الدور ، ويحدث صراع الدور غالباً عندما تكون هناك متطلبات متعارضة والتي ينجم عنها ضغوط نفسية .

وكذلك فإن حداثة عهد صفوف التربية الخاصة ، وعدم وضوح المهام المطلوبة من معلمي ومعلمات التربية الخاصة مما يؤدي إلى غموض الدور وما ينجم عن ذلك من ضغوط نفسية لديهم . ويرى الباحثان أن المعلم يشعر بعدم القدرة على أداء عمله بسبب ما يواجهه من أعباء زائدة فيما يقوم به من ادوار وما يواجهه من احباطات ومشكلات فالعبء المهني المرتفع في مهنة التعليم يؤدي إلى زيادة الضغوط النفسية .

ويرى الباحثان أن هذه المصادر للضغوط النفسية جاء ترتيبها منطقياً والتي تعكس بشكل واضح واقع صفوف التربية الخاصة وعمل معلمي ومعلمات هذه الصفوف ، حيث إنّ هناك بعض المظاهر السلبية المتمثلة في تردي أوضاع الصفوف الخاصة من حيث قلة المستلزمات المادية ، وكذلك ضعف تعاون أولياء الأمور مع معلمي ومعلمات الصفوف الخاصة . فضلا عن نقص أو قصور في تحديد مهام معلم أو معلمة التربية الخاصة بشكل واضح مما يؤدي إلى خلق مشكلات في العمل اليومي داخل المدرسة ويترتب على ذلك تعرض المعلم أو المعلمة إلى الضغوط النفسية .

- الهدف الثاني :

ولأجل تحقيق الهدف الثاني في البحث الذي سعى الى التعرف على دلالة الفروق في مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة تبعا لمتغيرات(المحافظة ، العمر ، الجنس ، الحالة الاجتماعية ، التحصيل الدراسي ، عدد سنوات الخدمة بشكل عام ، عدد سنوات الخبرة في صفوف التربية الخاصة) ، فقد تم تحليل البيانات ومعالجتها إحصائياً وعلى وفق الآتي :

الجدول (3) دلالة الفروق في مصادر الضغوط تبعاً لمتغيرات البحث

مصدر الضغط	دلالة الفرق تبعاً لمتغير						
	المحافظة	العمر	الجنس	الحالة الاجتماعية	التحصيل الدراسي	سنوات الخدمة	سنوات الخبرة
	قيمة F	قيمة F	قيمة T	قيمة F	قيمة F	قيمة F	قيمة F
البيئة الصفية	0.447	0.305	0.899	0.262	2.176	0.557	2.414
خصائص التلاميذ	4.788*	0.115	0.124	0.830	1.024	1.787	1.969
العلاقة مع الأبوين	6.805*	0.967	0.599	0.931	0.752	1.647	2.280
المنهج الدراسي	2.744	0.891	1.982*	1.258	0.060	1.627	1.662
خصائص المدرسة	2.516	0.767	2.493*	2.238	0.368	1.660	3.568*
صراع الدور	7.577*	0.138	1.066	1.897	1.205	1.153	1.363
غموض الدور	8.659*	1.500	2.854*	0.320	1.443	0.646	0.837
عبء الدور	7.963*	1.285	0.587	1.127	1.438	1.653	0.680

*** الفرق دال عند مستوى دلالة (0.05) .**

أظهرت نتائج تحليل التباين الأحادي المعروضة في الجدول (3) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) تبعا لمتغير المحافظة في المصادر المتمثلة بخصائص التلاميذ والعلاقة مع أولياء أمور التلاميذ وصراع الدور وغموض الدور وكذلك عبء الدور . في حين تبعاً لمتغير العمر لم تظهر النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر الضغوط .

ويمكن تفسير الفروق التي يعزى لمتغير المحافظة في أن هناك تبايناً بين المحافظات من حيث الإمكانيات في الجوانب الاقتصادية والثقافية والاجتماعية وقد يترتب على ذلك اختلاف في المصادر المؤدية إلى الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة ومعلماتها .

وللتعرف على دلالة الفروق في مصادر الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الجنس ، تم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، فأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في ثلاثة مصادر هي: المنهج الدراسي، وخصائص المدرسة ، وغموض الدور وكانت الفروق كلها لصالح مجموعة الذكور . وتنسجم هذه النتيجة مع ما ورد في الأدبيات فقد أشار عدد من الدراسات (عساف ، 1996 ؛ صالح ، 1995 ؛ عودة ، 1998) إلى أن معاناة الذكور من مصادر الضغوط النفسية كان أكثر من معاناة الإناث ويمكن تفسير هذه النتيجة في طبيعة الأدوار والمسؤوليات الملقاة على عاتق الذكور .

وأظهرت نتائج تحليل التباين الأحادي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في أي مصدر من المصادر تبعا لمتغيرات الحالة الاجتماعية ، والتحصيل

الدراسي ، وسنوات الخدمة بشكل عام . ويمكن تفسير هذه النتيجة بان الواقع والظروف المحيطة بالعمل في مجال التربية الخاصة هي التي تحدد طبيعة الضغوط النفسية ومصادرها ، ومن ثمّ فان الأفراد ذوي الخدمة القليلة وذوي الخدمة الطويلة يمكن أن يتعرضون إلى نفس المصادر من الضغوط .

في حين تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مصدر واحد من مصادر الضغوط هو خصائص المدرسة تبعاً لمتغير سنوات الخبرة في صفوف التربية الخاصة . وتنسجم هذه النتيجة مع ما ورد في الأدبيات وقد أشار (العساف ، 2000) إلى أن زيادة الخبرة تؤدي إلى الشعور بزيادة الاطمئنان النفسي والوظيفي والنضج والتكيف مع التلاميذ في الصفوف التربية الخاصة .

التوصيات :

وفي ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج يقدم الباحثان التوصيات الآتية :

1- ضرورة اهتمام المديريات العامة للتربية بواقع الصفوف الخاصة والعمل على تطوير البيئة الصفية من خلال توفير الأدوات والمستلزمات الضرورية لتلك الصفوف .

2- قيام كليات التربية الأساسية بفتح دورات تطويرية لمعلمات التربية الخاصة اللواتي مازلن في الخدمة بهدف تزويدهن بالخبرات الحديثة في مجال التربية الخاصة .

3- ضرورة تعاون إدارات المدارس ومجالس الآباء والمعلمين مع معلمي ومعلمات صفوف التربية الخاصة من اجل تحسين العملية التعليمية في الصفوف الخاصة والحد من معاناة معلمي تلك الصفوف .

المقترحات :

واستكمالا للفائدة المتوخاة من البحث الحالي يقترح الباحثان إجراء الدراسات الآتية :

1. دراسة المشكلات الناجمة عن تعرض معلمي ومعلمات التربية الخاصة لمصادر الضغوط.
2. دراسة الاستراتيجيات المستخدمة من قبل معلمي ومعلمات التربية الخاصة في التعامل مع مصادر الضغوط النفسية .
3. إجراء دراسة مقارنة لمصادر الضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة واقرأنهم من العاملين في الصفوف الاعتيادية .

المصادر :

1. أبو طالب ، تغريد (2000) : مصادر ضغط العمل لدى معلمات رياض الأطفال في منطقة عمان الكبرى ، **دراسات** ، مجلد 27 ، العدد1 ، الأردن ، ص ص187-199 .
2. أبو غزالة ، سميرة علي جعفر (1999) : الضغوط النفسية وعلاقتها بكل من الذكاء وتأكيد الذات ، وبعض السمات المرضية ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة عين شمس، **مجلة التربية** ، العدد 23 ، ج3 ، القاهرة ، مصر ، ص ص 122-141 .
3. بسطا ، لورنس (1990) : ضغوط العمل لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي : مصادرها والانفعالات النفسية السلبية المصاحبة لها ، **دراسات تربوية** ، العدد30 ، السعودية ، ص ص 39-88 . موجودة على الموقع /www.kfnl.gov.Sa
4. جودة ، إيمان و رندة اليافي (2002) : ضغوط العمل وعلاقتها بالتوجه البيروقراطي ، وعدم الرضا الوظيفي ، **مجلة جامعة دمشق للعلوم الاقتصادية والقانونية** ، المجلد 18 ، العدد 1، الأردن ،ص ص 71-120
5. حتاملة ، مازن رزق (2002) : مصادر الضغط لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك ، **مجلة العلوم التربوية والنفسية** ،المجلد 3 ، العدد 4 ، ص201-244.
6. حريم ، حسين (2003) : ضغوط العمل لدى الكادر التمريضي في المستشفيات الخاصة بالأردن ، **المجلة الأردنية للعلوم التطبيقية** ،المجلد 6 ، العدد 1 ، الأردن ، ص 96 .
7. حساني ، عاصمة مجيد (2005) : **دراسة تحليلية عن صفوف التربية الخاصة في العراق (الواقع والطموح)** ، وزارة التربية ، المديرية العامة للتعليم العام ، مديرية التربية الخاصة.
8. حمداش ، نوال (2004) : قراءة في بعض المصادر التنظيمية للإجهاد النفسي ، **مجلة العلوم الإنسانية** ، العدد 21 ، جامعة منتوري ، الجزائر ، 17-39 .
9. الحمداني ، ثامر محمود ذنون (2002) : **الضغوط النفسية لدى مدربي أندية النخبة لكرة القدم** ، وأساليب التعامل معها ، رسالة ماجستير (غير منشورة) جامعة الموصل .
10. حنا الله ، رمزي كامل (1998): **معجم المصطلحات التربوية** ، مكتبة لبنان ، بيروت .
11. الدليمي ، نجية إبراهيم (2005) : **الضغوط النفسية لدى معلمات التربية الخاصة** ، ملخصات وقائع المؤتمر العلمي الحادي عشر ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، الجامعة المستنصرية ، كلية التربية الأساسية .
12. الروسان ، فاروق (2001) : **سيكولوجية الأطفال غير العاديين (مقدمة في التربية الخاصة)** ، ط5 ، دار الفكر للطباعة والنشر ، الجامعة الأردنية ، عمان .
13. السلطاني ، ناجح كريم خلخال (1994) : **الضغوط النفسية التي يتعرض لها المراهق العراقي وعلاقتها بعمره وجنسه ومفهوم الذات ومركز السيطرة** ، أطروحة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية التربية / ابن رشد ، جامعة بغداد.

14. عبيد ، ماجدة السيد (2000) : **تربية الموهوبين والمتفوقين في البلاد العربية** ، ط1 ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
15. العساف ، عبد محمد (1996) : مصادر الإجهاد أو الضغط النفسي لدى مدرسي الجامعات في الوطن المحتل " الضفة الغربية " ، **مجلة جامعة النجاح للأبحاث** ، المجلد الثالث ، العدد 10 ، ص ص 29-57 .
16. العضايلة، علي محمد (1999): دراسة تحليلية لضغوط العمل لدى العاملين في الشركات العامة الكبرى في جنوب الأردن، **مجلة مؤتة**، المجلد 14، العدد7 ،ص ص 113-145.
17. العلوي ، خالد إسماعيل (2001) : تقويم برامج التربية الخاصة بجامعة الخليج العربي ، **المجلة التربوية** ، المجلد 16 ، العدد 61 ، البحرين ، ص ص 197-230 .
18. عليان، ربحي مصطفى وآخرون(2002): ضغوط العمل لدى العاملين في المكتبات الجامعية الحكومية والخاصة في الأردن،**دراسات**، المجلد 29 العدد2،الأردن،ص ص 334-349.
19. عمر ، احمد متولي (2002) : اثر الإرشاد ألوالدي في خفض درجة السلوك العدواني ورفع درجة التوافق لدى الاطفال المساء معاملتهم ، **مجلة كلية التربية** ، جامعة طنطا ، المجلد 1، العدد 31، مصر ،ص ص102-126.
20. عودة ، يوسف حرب محمد (1998) : **ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية** ، رسالة ماجستير (غير منشورة) جامعة النجاح الوطنية ، فلسطين .
21. كار ، شنتماني (2001) : **الاطفال غير العاديين (سيكولوجيتهم وتعليمهم)** ، ترجمة : عدنان إبراهيم الأحمد و مها إبراهيم زحلوق ، ط1 ، مؤسسة الرسالة ، بيروت ، لبنان .
22. محمد، يوسف عبد الفتاح (1999) : الضغوط النفسية لدى المعلمين وحاجاتهم الإرشادية، **مجلة مركز البحوث التربوية** ، السنة الثامنة ، العدد 15 ، ص ص 195-227 .
23. المشعان، عويد سلطان(2000): مصادر الضغوط في العمل لدى المعلمين الكويتيين وغير الكويتيين في المرحلة المتوسطة،**مجلة جامعة دمشق**،المجلد 16،العدد1 ،ص ص 203-241 .
24. معروف ، اعتدال (2003) : **مهارات مواجهة الضغوط** ، **مكتبة الشقري** ، الرياض ، شبكة الحصن للعلوم النفسية والإنسانية ، www.Bafree.net
25. ملكوش ، رياض يعقوب و خوله يحيى (1995) : الضغوط النفسية والدعم الاجتماعي لدى آباء وأمهات الاطفال المعاقين في مدينة عمان ، **دراسات** ، المجلد 22 ، العدد5 ، الأردن ، ص ص 2329-2347 .

26. الهنداوي ، وفيه احمد (1990) : استراتيجيات التعامل مع ضغوط العمل ، **معهد الإدارة العامة(الإداري)** ،العدد 58 ، السنة السادسة عشر، سلطنة عمان ،ص 89-182 .
27. يحيى خوله و رنا نجيب حامد (2001) : مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعوقين عقليا في اليمن ، **مجلة مركز البحوث التربوية** ، جامعة قطر ، السنة العاشرة ، العدد20 ، ص ص 97-124 .
28. يوسف بار ، عبد المنان ملا معمور (2005) : الضغوط النفسية التي تواجه المطوفين والعاملين في مجموعات الخدمات الميدانية في مؤسسات الطوافة بمدينة مكة المكرمة ، **مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية** .
29. Adams , E. (1999) : Vocational Teacher Stress and Internal Characteristics , **Journal of Vocational and Technical Education** , Vol. 16 , No. 1 . pp 1-14 .
30. Antoniou , A.S., Polychroni, F., Walters, B. (2000) : **Sources of stress and professional burnout of teachers of special educational needs in Greece** , a paper presented at(ISEC) International Special Education Greece . pp1-14 .
31. Johnstone.C.P.L.&Freeman ,A.K.(1998):**Psychiatric Studies**,New York Mc Graw Hill .
32. Morrissette, p.J. (2004) : Stress, Sources of stress and ways of coping among psychiatric nursing students , **Journal of Psyshiatric & Mental Health Nursing** , Vol. 11 , Hssue 1 , p 43 , National University of Ireland . Galway , Ireland .
33. Myers, D.G. (1991):**Psychology , Worth publisher Inc**,New York.
34. Oppedal , B. & Roysamb, E. (2004) : Mental health , life stress and social support among young Norwegian adolescents with immigrant and host national background **, Scandinavian Journal of Psychology** , Vol. 45 , Issue . 2 , Blackwell Publishing , U.K , pp 131-144 .
35. Sarafino , E. (1990) : **Psychology , Biopsycho Social Interaction** , New York , John Wiley .
36. Totok , S. (2000) : **Survived the Stress with passion : an ESL thacher's experience .**
37. Worn , H. (1998) : **Oxford word power** , Oxford University Press Britain .