

الخصائص السيكومترية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لذوي الإعاقة العقلية البسيطة

إعداد

هالة الشافعي محمد أبو الحمد
إشراف

أ.د. وفاء راوي راشد

أستاذ علم النفس التربوي

بكلية التربية للطفولة المبكرة جامعة المنيا

أ.د. سليمان محمد سليمان

أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ

بكلية التربية جامعة بني سويف

المستخلص

هدف هذا البحث إلى دراسة الخصائص السيكومترية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لذوي الإعاقة العقلية البسيطة، واشتملت عينة البحث على عدد (٣٠) طفل من ذوي الإعاقة العقلية البسيطة الذين تتراوح أعمارهم بين (٩-١٢) عام بمتوسط ذكاء من (٥٠-٧٠). وتمثلت الأدوات في مقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية (إعداد الباحثة)، ويتكون المقياس من (٣٢) مفردة ثلاثية التدرج ما بين (دائماً، أحياناً، نادراً)، تدور تلك المفردات في إطار أربعة أبعاد على النحو التالي: الاقدام، تجنب المواجهة، الدعم الاجتماعي، تحمل المسؤولية.

وأسفرت نتائج البحث عن الآتي:

- (١) حقق المقياس معايير الاتساق الداخلي بالطرق المتبعة في التحقق من الاتساق الداخلي.
- (٢) حقق المقياس معايير الصدق بالطرق المتبعة في التحقق من الصدق.
- (٣) حقق المقياس معايير الثبات بالطرق المتبعة في التحقق من الثبات.

الكلمات المفتاحية:

الخصائص السيكومترية- مقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية - ذوي الإعاقة العقلية البسيطة

Abstract

Psychometric properties to scale methods of Encountering Academic Stress of People with Mild Intellectual Disability Prof/Dr.Soliman Mohamed Soliman

Mrs.Hala El-Shafi'i Mohamed Abo Al-Hamed

The aim of this research is to study Psychometric properties to scale methods of Encountering Academic Stress of People with Mild Intellectual Disability, the research sample included a number (30) child with mild mental disability aged between (9-12) years with average intelligence of (50-70). And the tools adopted on scale methods of Methods of Encountering Academic Stress (Prepared by the researcher) The scale consists of (32) Triple gradient vocabular between (Always, These vocabularies four Dimensions as follows: sometimes, forever) boldness, avoid confrontation, social support, Taking responsibility.

The search results resulted in the following:

1. The scale met standards Internal consistency by the methods used for verification from Internal consistency

2.The scale met standards Honesty through the methods used in Honesty verification

3.The scale met standards Consistency in the methods used in Check stability

key words:

Psychometric properties - scale methods of Encountering academic Stress - with Mild Intellectual Disability

أولاً: مقدمة البحث

يتفاوت الناس في معامل ذكائهم، فالله سبحانه وتعالى نوع بين خلقه فيما أعطاهم من عقل، فهم، رزق، مال، بل جعلهم متدرجين بين النقص والكمال، وعلى هذا تتباين شخصياتهم وتختلف تصرفاتهم.

وإذا كان المعاق عقلياً حُرِمَ من نعمة العقل، إلا أنه إنسان له الحق في الحياة، فإذا كان عنده نقص عقلي لا يمكن علاجه بالمعنى الطبي، إلا أنه من الممكن أن تشكل سلوكه، وندربه على أنواع خاصة من العمل يمكن أن ينجح فيها، فالنجاح في الحياة لا يعتمد على الذكاء فقط بل يعتمد على القدرات المختلفة.

لهذا كان إلزاماً على المجتمع أن يتعرف على هذا الفئة من البشر مبكراً كلما أمكن وهذا ما يحدث الآن في مصر، فعند ولادة طفل جديد تهتم وزارة الصحة بإجراء التحليلات الطبية، من أول يوم في الميلاد، لاكتشاف أي إعاقة عقلية قد تحدث في المستقبل، ولقد تقدم الطب في هذا المجال تقدماً ملحوظاً فأصبحت طرق التشخيص ميسرة وكذلك أساليب العلاج الطبي.

ومن هذا المنطلق زاد الاهتمام برعاية المعاقين، وتأهيلهم حيث أنشئت المدارس ووضعت تشريعات تكفل للمعاقين بعض المزايا والحقوق التي تحقق لهم الاستقرار، كما تضافرت جهود العلماء في سبيل تأهيلهم وتنمية ما تبقى لديهم من قدرات. (إمام، إلهامي عبد العزيز ١٩٩٩، ٤٨)

وتحظى التربية الخاصة في عالم اليوم باهتمام غير مسبوق في التاريخ الإنساني، إذ تُسهم بوصفها مهنة تُعنى بتطوير الكفايات الأكاديمية والاجتماعية والاقتصادية للأطفال والشباب ذوي الاحتياجات الخاصة في التنمية البشرية التي تحتاج إليها المجتمعات المتقدمة والنامية على حد سواء. ولقد شهدت العقود الأربعة الماضية اهتماماً كبيراً بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، وأصبح لسان حال الباحثين والكتّاب والمنظرين يدعو إلى التدخل المبكر معهم، بغرض رعايتهم وتوفير الخدمات الصحية والاجتماعية والتربوية والتأهيلية اللازمة لهم بما يسهم في تحقيق قدر معقول من الكفاءة الذاتية والاجتماعية والمهنية التي تمكنهم من الانخراط في المجتمع عن طريق قدر معقول من التوافق.

ويواجه الأفراد في هذا العصر أشكالاً مختلفة من الضغوط ومن مصادر متعددة؛ كالأسرة والعمل والبحث والضغوط الاجتماعية والانفعالية والمادية وأحداث الحياة الشاقة

ومنغصات الحياة اليومية، الأمر الذي جعل بعض علماء النفس يطلقون عليه عصر القلق والضغوط النفسية.

وتحتل الضغوط الأكاديمية Academic Stress لدى طلاب الأطفال المعاقين عقليا مركزاً متقدماً من بين أشكال الضغوط المختلفة التي يعانون منها، فغالباً ما تكون مرتبطة بالمشكلات الانفعالية، والعدوان، والخجل، والفوبيا الاجتماعية، والمخاوف، وعدم الثقة بالنفس، وقصور الاهتمام بالأنشطة. (سليمان، خالد رمضان ٢٠٠٥، ١٤٣)

وتختلف مصادر الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال المعاقين عقليا، فمنها ما يتعلق بأمر شخصي (ذاتي)، ومنها ما يتعلق بالأساتذة والمقررات الدراسية، أو ما يتعلق بزلاء البحث وإدارة الوقت والاختبارات... وغيرها.

كما تأخذ الضغوط مترتبات بصور متعددة، فقد تكون جسمية أو نفسية أو سلوكية أو اجتماعية، وقد تكون شاملة بحيث تشكل معظم هذا الجوانب، وبما أن الضغوط تحدث تغيرات وتحولات غير طبيعية داخل جسم الإنسان مرتبطة بتأثير الجهاز العصبي للفرد وإفرازات الغدد ووظائف الأعضاء الأخرى، فإن هذه التغيرات غير الطبيعية سيكون لها نتائجها الواضحة على صحة الفرد لاسيما عندما يكون مستوى هذه الضغوط مرتفعاً، حيث من المؤكد أن تتعرض صحة الفرد للكثير من المتاعب التي تظهر مؤشراتنا عليه في شكل اضطرابات وضعف وكسل وربما تطورت هذا الأعراض إلى أمراض أكثر حدة وخطورة (يوسف، محمد عباس ٢٠٠٦، ٧٧)

حيث تؤثر الضغوط الأكاديمية تأثيراً سلبياً على الصحة العامة للأطفال المعاقين عقليا، فقد تكون سبباً وراء إصابتهم بالعديد من الأمراض، منها ارتفاع ضغط الدم، كما تؤثر سلباً على الإنجاز الأكاديمي وتدني الثقة بالذات ومفهوم الذات السلبي. (Lesko & Summerfield, 1989; Zajaciva, Lynch & Espenshada 2005)

ثانياً: مشكلة البحث

ومما سبق يمكن صياغة مشكلة البحث في الأسئلة التالية:

١. ما مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة؟
٢. ما مؤشرات الصدق لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة؟

٣. ما مؤشرات الثبات لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة؟

ثالثاً: أهداف البحث

هدف البحث الحالي إلى ما يلي:

- ١- التعرف على مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة.
- ٢- التعرف على مؤشرات الصدق لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة.
- ٣- التعرف على مؤشرات الثبات لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة.

رابعاً: أهمية البحث

تتضح أهمية البحث الحالية من خلال ما يأتي:

• الأهمية النظرية:

١. الاهتمام بذوي الإعاقة العقلية البسيطة وهم شريحة كبيرة من ذوي الاحتياجات الخاصة ويحتاجون إلى الرعاية والاهتمام من خلال دراسة خصائصهم وإمكاناتهم.
٢. كشف أهمية أساليب مواجهة الضغوط لدى ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل عام وذوي الإعاقة العقلية بشكل خاص.

• الأهمية التطبيقية:

١. قد يفتح البحث الحالي المجال أمام الباحثين لإجراء دراسات أخرى وصفية وتجريبية تتناول تحسين أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية، وهو من الموضوعات الحديثة التي بدأ الاهتمام بها يتزايد.
٢. ينبه هذا البحث إلى ضرورة عمل برامج تدريبية وجلسات لرفع مستوى قدرة ذوي الإعاقة العقلية البسيطة على مواجهة الضغوط الأكاديمية.
٣. تعدد الفئات التي قد تستفيد من الأدوات التي تتضمنها البحث الحالية، كما يمكن الاستفادة من نتائج البحث الحالية في مراكز التربية الخاصة والمؤسسات التي تهتم بتقديم الخدمات والرعاية لذوي الإعاقة العقلية.

خامسا: محددات البحث

(أ) **الحدود المكانية:** تم تطبيق البحث الحالي بالمدرسة التجريبية الابتدائية ومؤسسة الوفاء لذوي الاحتياجات الخاصة بمحافظة المنيا

(ب) **الحدود الزمنية:** تم تطبيق البحث الحالية خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤

(ج) **الحدود البشرية:** تكونت عينة البحث الأساسية من (٣٠) من الأطفال ذوي الاعاقة العقلية البسيطة، تتراوح أعمارهم بين ٩-١٢ عام وتتراوح نسبة ذكائهم من (٥٠-٧٥) درجة

(د) **الحدود المنهجية:** استخدمت المنهج الوصفي للتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الاعاقة العقلية البسيطة.
الإطار النظري:

الضغوط النفسية أمر طبيعي في حياة الإنسان، ويمكن لأي عرض أن يكون لفترة قصيرة مؤشراً على ضغوط نفسية طبيعية تزول من تلقاء نفسها، وتعود من جديد للظهور كلما تطلب الموقف ذلك، ومن الطبيعي أن يكون الأطفال قلقين ومضطربين أمام المواقف والحوادث التي قد تصادفهم بين الحين والآخر، ولا يزال هذا القلق والضيق شيء طبيعي لديهم، أما عندما نلاحظ استمرار هذا الأعراض لفترة زمنية طويلة ومتزايدة، فإنها تصبح آنذاك دلائل على ضغط نفسي مزمن وضار. (طنجور، وإسماعيل محمد ٢٠٠١، ٧٤)

وتتنوع وتتعدد الضغوط التي قد يتعرض لها الأطفال في بداية حياتهم التعليمية، ولاسيما الضغوط الأكاديمية التي أصبحت سمة من سمات الحياة الأكاديمية تسير التغيرات المتزايدة في المعرفة والمناهج الدراسية، ويعاني الكثير من المتعلمين في مراحل تعليمهم الأولى من الضغوط الأكاديمية المرتبطة بصورة مباشرة بتدني التحصيل الدراسي بمواد معينة، وربما يرجع ذلك إلى قلة خبرتهم بأساليب مواجهة تلك الضغوط وكيفية التغلب عليها (الطيب، عصام على وحسني، غادة محمد ٢٠١٧، ٤)

يواجه الأطفال الكثير من التحديات أثناء سعيهم لتحقيق الإنجاز الأكاديمي، وهذا يجعلهم يتعرضون للكثير من الضغوط، وتعد الضغوط الأكاديمية من أهم مصادر الضغوط النفسية لدى الأطفال كصعوبة التعامل مع أقرانهم والمعلمة وصعوبة التحصيل الدراسي

وضعف القدرة على التركيز وعدم القدرة على أداء الواجبات المنزلية والفشل في التقييمات، وتعد الضغوط الأكاديمية ظاهرة واسعة الانتشار بين الطلاب في كل المراحل التعليمية خاصة في مرحلة رياض الأطفال والتعليم الأساسي ولها تأثير على انفعالات وتحصيل الأطفال وتوافقهم الدراسي والاجتماعي وتقدير الذات لديهم (García, Pérez & Tomás, 2018, 7) وفيما يلي سوف تقوم الباحثة بإلقاء الضوء على الضغوط الأكاديمية وأساليب مواجهتها لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة.

أولاً: تعريف الضغوط الأكاديمية

تم استخدام مصطلح الضغط (Stress) ليشير إلى الشدة أو الكرب وكان ذلك في بداية القرن السابع عشر، حيث اشتق من الكلمة اللاتينية (Stringegel) والتي تعني الضيق، وفي القرنين الثامن عشر والتاسع عشر استعمل هذا المصطلح ليشير إلى القوة والإجهاد، وأن معظم المصادر تجمع على الاهتمام بموضوع الضغوط في القرن العشرين والتي ترتبط بدراسات عالم الغدد الكندي (هانز سيللي، ١٩٥٦) الذي اكتشف أن الغدد التي تفرز مادة الأدرينالين هي المستجيب الأول للضغوط، ومن هنا اعتبر أن للضغوط تأثير كبير في مجريات الحياة. (جميل، سرى أسعد وخلف، عائشة مطر ٢٠٢٢، ٤٤٩)

ويذكر (عبد المعطى، وحسن مصطفى ٢٠٠٦، ١٦) أن كلمة الضغوط Stress مشتقة من الكلمة الفرنسية القديمة distress والتي تشير إلى معنى الاختناق والشعور بالضيق أو الظلم، وقد تحولت في الإنجليزية إلى distress إشارة إلى الشيء غير المحبب أو غير المرغوب.

وتعرف الضغوط بشكل عام بأنها: نتاج التفاعلات بين الأفراد وبيئاتهم بصورة تفوق قدراتهم على التكيف الشخصي والاجتماعي مما يؤدي إلى ظهور الإجهاد الذهني والجسمي والانفعالي. (بيومي، جيهان سيد ٢٠٠٩، ٣١٥)

كما تعرف الضغوط بأنها: ردود أفعال سيكولوجية وفسولوجية تجاه بعض الأحداث الموجودة في البيئة، وهي أحداث ومواقف تجعل الأفراد يشعرون بالشد والتوتر والضغط أو الانفعالات السلبية مثل القلق والغضب فهي حالة من عدم السرور يتمثل في الاستشارة الانفعالية والفسولوجية تجاه المواقف التي تعد خطراً أو تهديداً بالنسبة لهم ولسعادتهم. (سواسي، وأمنة ٢٠٢٠، ٢٥)

والضغوط الأكاديمية تعد أحد أنواع الضغوط التي قد يعاني منها ذوي الإعاقة العقلية البسيطة تناولها العلماء والباحثون بالبحث والنقصي ووضع التعريفات التي توضح هذا المفهوم. فتعرف الضغوط الأكاديمية بأنها: ظاهرة سيكولوجية متعددة الأبعاد تنتج عن مختلف العلاقات النفس اجتماعية والظروف البيئية التي يتفاعل معها المتعلم ويدركها على أنها مصدر للتوتر والقلق النفسي. (عبد الرزاق، ومحمد مصطفى ٢٠١٢، ٤٩٩)

وتعرفها (سناري، وهاله خير ٢٠١٤، ٢١٣) على أنها: حالة من التوتر ناشئة عن المتطلبات أو التغييرات الدراسية، التي تستلزم نوعا من إعادة التوافق لدى الفرد وينتج عنها آثار جسمية ونفسية واجتماعية، كما أنها قد تؤدي إلى اختلال في الوظائف النفسية والسيكولوجية لدى الفرد، مثل الضغوط الناتجة عن نتائج البحث، الضغوط الشخصية (الذاتية) والضغوط المتعلقة بالأساتذة، وبالمقررات الدراسية، وبزملاء البحث وإدارة الوقت، وبالاختبارات، وضغوط تتعلق بالبيئة المادية.

بينما تعرفها (Sarita, 2015, 386) بأنها: المواقف النفسية غير السارة التي تحدث بسبب التوقعات التعليمية المرتفعة من الآباء والمعلمين والزملاء، وأفراد الأسرة، وكثرة الضغوط من الآباء لزيادة مستوى تحصيل أبنائهم.

ويرى (Soon, & Yunjin 2017, 124) أن الضغط الأكاديمي يتمثل في المشكلات التي يواجهها المتعلمون ويعانون منها، كالصعوبة في التركيز والتذكر بشكل ملائم، وشروء الذهن لديهم.

كما تعرفها (عفيفي، ومنال أحمد ٢٠١٨، ٣٣) بأنها: حالة من التوتر والضييق التي يتعرض لها الطلاب في مختلف المراحل الدراسية، لعدم ملاءمة مطالب البيئة المحيطة التي يعيش فيها هؤلاء الطلاب وقدراتهم.

وعرفت (خليفة، وشيماء أحمد ٢٠٢٣، ٣٢٩) الضغوط الأكاديمية بأنها: مصادر ضاغطة يتعرض لها الطلاب ومنها صعوبة توافر المراجع العلمية، والإحباط المرتبط بالفشل الأكاديمي، والطموح المبالغ فيه والذي يتعارض مع القدرات العقلية والمادية للطالب، وضيق الوقت، فضلاً عن بعض الضغوط المتعلقة ببعض الأساتذة أو المعلمين.

ومن خلال التعريفات السابقة للضغوط بشكل عام والضغوط الأكاديمية بشكل خاص تستخلص الباحثة ما يلي:

- ١) ظاهرة الضغوط الأكاديمية متعددة الأبعاد تنتج عن العلاقات النفسية الاجتماعية والمعرفية والبيئية.
- ٢) تعبر الضغوط الأكاديمية عن سلسلة من الأحداث الخارجية التي يواجهها الطفل نتيجة تفاعله مع بيئة التعلم.
- ٣) تؤثر الضغوط الأكاديمية في سلوك الطفل سلباً فتسبب له حالة من انخفاض الدافع للتعلم، وسوء التوافق، التوتر والقلق، وتصاحبها بعض التغيرات الفسيولوجية.
- ٤) يختلف تأثير الضغوط الأكاديمية من طفل لآخر، حسب إدراكه لمصادر تلك الضغوط بناءً على خبراته السابقة والمهام بأساليب مواجهة الضغوط تلك الضغوط.
- وفي ضوء التعريفات السابقة تعرف الباحثة الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة بأنها: حالة من التوتر ناشئة عن المتطلبات أو التغيرات الدراسية، التي تستلزم نوعاً من إعادة التوافق لدى الفرد، وينتج عنها آثاراً جسدية ونفسية واجتماعية، كما أنها قد تؤدي إلى اختلال في الوظائف النفسية والفسيولوجية لدى الفرد، مثل الضغوط الناتجة عن نتائج البحث، والضغوط الشخصية (الذاتية)، والضغوط المتعلقة بالأساتذة، وبالمقررات الدراسية، وبزملاء البحث، وبإدارة الوقت، وبالاختبارات، وضغوط تتعلق بالبيئة المادية، وهي الدرجة التي يحصل عليها الطفل المعاق عقلياً على مقياس الضغوط الأكاديمية (إعداد الباحثة).

ثانياً: تعريف ذوي الإعاقة العقلية البسيطة

تشير الإعاقة العقلية البسيطة إلى حالة معينة من الأداء تبدأ قبل ١٨ عاماً، وهي حالة تتميز بقصور في كل من الأداء الفكري والسلوك التكيفي، حيث يعاني ذوي الإعاقة العقلية البسيطة من صعوبات في التكيف مع المحيطين، كما يظهر لديهم قصور في الأداء الفكري مقارنة بأقرانهم في نفس المرحلة العمرية والخصائص السنوية. (Shree, & Shukla 2016,)

وقد تم تعريف ذوي الإعاقة العقلية البسيطة بتعريفات عديدة، حيث يذكر فرانسيس (Francis, 2002, 49) أن مصطلح الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة يعبر عن " الفئة التي تتراوح معدلات ذكائهم من (٧٠-٥٠) وهم حالات التأخر العقلي البسيط الذي يمتاز بعدم استطاعته مواصلة البحث وفقاً للمعدلات والمناهج العادية ويمتلكون المقدرة على التعلم بدرجة ما إذا ما توافرت لهم خدمات تربوية خاصة داخل بيئة تعليمية ملائمة، وغالباً لا يستطيعون

البدء في اكتساب مهارات القراءة والكتابة والهجاء والحساب قبل سن الثامنة وربما الحادية عشر."

كما عرف البحيري (البحيري، ٢٠٠٢، ٨) ذوي الإعاقة العقلية البسيطة بأنهم فئة يعانون من قصور في المهارات التكيفية اليومية، متمثلاً في نسبة الذكاء والتي تتراوح ما بين (٥٠-٧٥) درجة، ويحتاج المعاق إلى الدعم والمساعدة والمساندة المستمرة من قبل مانحي الرعاية لتخفيف حدته على المستوي الذهني والاجتماعي.

ويذكر (Hord, & Xin 2015, 118) أن الطفل ذو الإعاقة العقلية البسيطة طفل تتراوح درجة ذكائه بين (٥٠ : ٧٠) درجة، ولديه تأخر في بعض المهارات المعرفية؛ مثل اللغة والتعبير ومهارات القراءة والكتابة والتعامل مع النقود والشراء والأرقام والحساب والزمن إضافة إلى الصعوبة في توجيه الذات، ويعاني ضعفاً في بعض المهارات الشخصية والاجتماعية، ويميل إلى السذاجة، كما يعاني من ضعف القدرة على حل المشكلات الاجتماعية واتباع القواعد والالتزام بالقوانين، وإمكانية التعرض للخطر، وتدني مهارته العملية الحياتية بشكل عام كالعناية الشخصية والتنقل والسفر واستخدام الأدوات بشكل مناسب.

وعرف (جابر، جابر عبد الحميد كفاقي، علاء الدين ١٩٩٣، ٢٨٣) ذوو الإعاقة العقلية البسيطة بأنهم: أطفال يتميزون بانخفاض مستوى الأداء العقلي والوظيفي ويتراوح معامل الذكاء لديهم ما بين (٥٠ - ٧٠) ويحتاجون إلى برامج تعليمية خاصة، وذلك وفق النظم والأساليب المستخدمة للتعرف عليهم.

وعرفهم (السيد، ومؤمن أحمد ٢٠٢١، ٥١) بأنهم: الأطفال الذين لديهم نسبة ذكاء تتراوح ما بين (٥٠-٧٠) درجة ولديهم نمو غير كاف للقدرات العقلية مما لا يساعد على التعلم المعتاد وعدم النضج الاجتماعي وعجز الفرد عن تفهم المواقف الاجتماعية الأخرى ومسايرتها كما أنهم يمكنهم التعلم عند توفير البيئة المناسبة لمعدلات نموهم العقلي.

ووصفهم (عبد الفتاح، ورضا توفيق ومحمد، بسمة أحمد ٢٠٢٢، ٦٠٩) بأنهم الأطفال القابلين للتعلم والذين تتراوح درجة ذكائهم ما بين (٥٠ : ٧٠) درجة، ويمكنهم الاستفادة من البرامج التعليمية والتدريبية المقدمة لهم بشرط مراعاة خصائصهم وقدراتهم وإمكاناتهم.

ومن خلال العرض السابق للتعريفات التي تناولت ذوي الإعاقة العقلية البسيطة تستنتج إجماع أغلب التعريفات السابقة على ما يلي:

- تتراوح درجة ذكاء ذوي الإعاقة العقلية البسيطة بين (٥٠ : ٧٠) درجة

- يعاني ذوي الإعاقة العقلية البسيطة من تأخر في بعض المهارات المعرفية، والمهارات الشخصية والاجتماعية، وتدني مستوى المهارات العملية الحياتية بشكل عام.
- يحتاج ذوي الإعاقة العقلية البسيطة إلى برامج تعليمية خاصة.
- يمكن لذوي الإعاقة العقلية البسيطة الاستفادة من البرامج المقدمة لهم شريطة أن تراعي تلك البرامج قدراتهم وإمكاناتهم.

ثالثاً: مصادر الضغوط الأكاديمية

- تتنوع وتتعدد مسببات الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة، وذلك بسبب تعدد مصادر تلك الضغوط، حيث يذكر (Wilks, 2008, 107) أن للضغوط الأكاديمية ثلاث مكونات رئيسية، وهي:
- **الإحباط الأكاديمي:** ويقصد به حالة ناتجة من خلال عدم فهم المتعلم للأهداف الأكاديمية المطلوبة.
 - **القلق الأكاديمي:** ويقصد به الخوف من عدم تحقيق الأهداف الأكاديمية المرجوة.
 - **الصراع الأكاديمي:** ويقصد به أن يجد المتعلم نفسه تحت مظلة مطالب كثيرة مع ضيق الوقت، ولا يستطيع الوفاء بها.
- وتذكر (البحيرى، عبد الرقيب أحمد ٢٠١٩، ٣٢) أن مصادر الضغوط الأكاديمية تختلف من متعلم إلى آخر، وذلك طبقاً لمدى إدراكه للموقف الذي يتعرض له، حيث أن المتعلم يدرك الموقف الذي يمر به كضغط عندما يشعر أن متطلباته تفوق قدرته على مواجهة الموقف أو التعامل معه، وتسبب شدة الضغوط الأكاديمية التي يتعرض لها الطالب عدة تأثيرات سلبية، فالطفل الذي يعيش في الضغوط بشكل متكرر تجعله يختلف عن الآخرين في الجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية.
- وتصنف مصادر الضغوط إلى ما يلي:

١. الإحباط:

- وهو حالة من اليأس وخيبة الأمل وعدم القدرة على تحقيق الأهداف قد تصل بالفرد إلى حد الاستسلام والانطواء وعدم الرغبة في مواصلة التحصيل الأكاديمي نتيجة لخبرات فشل سابقة.
- (البحيرى، عبد الرقيب أحمد ٢٠١٩، ٣٩)

القلق:

وهو حالة من التوتر وعدم الاستقرار، ويرتبط القلق وبخاصة قلق الامتحان بطبيعة شخصية الطفل،

وحساسيتها، وثقته بنفسه، وقدرته على التنافس، ويرتبط أيضاً بالظروف الشخصية، والضغوط التي يتعرض لها الطفل من قبل الأهل والمجتمع، فقلق الأهل، وتضخيمهم للنتائج المرتبطة بالامتحان يسبب المزيد من الضغوط للطفل، والأطفال ذوي الاضطرابات بشكل عام لديهم قلق امتحان، ولديهم اضطرابات في الشخصية، وسوء توافق نفسي عن العاديين. (Lufi, & Darliuk 2005, 241)

٢. الطموح المبالغ فيه:

هو وضع أهداف غير واقعية نتيجة للثقة بالنفس بشكل مفرط، والمبالغة في تقدير القدرات قد يعيق الأداء الأكاديمي ويجعل الشخص غير قادر على تقييم إمكانياته بشكل صحيح والنتيجة هي الفشل في تحقيق الأهداف. (البحيرى، عبد الرقيب أحمد ٢٠١٩، ٥٤)

ضغوط إدارة الوقت:

يعد ضغط الوقت أحد المصادر الأساسية للضغوط الأكاديمية، حيث يكون الطفل مثقلاً بالأعباء والمهام والتكليفات المختلفة في أوليتها، وفي فترات إعدادها، ومواعيد إنجازها، لذا فالاستخدام غير المناسب للوقت لإنجاز مهمة معينة يبعث القلق، ويعوق الأداء، ويهدد تقدير الطفل لذاته، وعلى النقيض نجد أن التحكم في الوقت وسيلة للتخلص من الشعور بالضغوط الأكاديمية، والأطفال ذوي الاضطرابات يكون لديهم مستويات الشعور بالضغوط الأكاديمية أعلى مقارنة بأقرانهم العاديين. (عبد المعطي، حسن مصطفى والأدغم، إيمان عبد الباسط وعبد الفتاح، فاتن فاروق ٢٠٢٠، ١٥٦)

٣. ضغوط المعلمين (علاقة الطفل بالمعلمين):

ويقصد به توتر العلاقة بين المعلم والمتعلم نتيجة التعامل غير المناسب مع المتعلم أو قلة إدراك المتعلم بطريقة التواصل مع المعلم كما أن بعض المعلمين لا يقدمون أي مساعدات علمية أو إرشادية للمتعلم. (البحيرى، عبد الرقيب أحمد ٢٠١٩، ٧١)

كما أن بعض المعلمين قد يأخذهم الحماس خلال عملية التعلم ويتشددون على الأطفال لإكسابهم المعرفة ويهملون الجانب الانفعالي والمشاعر والتي يمكن أن تسبب التوتر العاطفي،

ومشكلات التعلم لدي الأطفال والشعور بمواقف غير مألوفة مثل التوتر والقلق. (Lin, & Chen 2009, 159)

٤. ضغوط الأقران (ضغوط علاقة التلميذ بزملائه)

قد يكون زملاء الطفل أو أقرانه مصدرًا للضغوط، ففي بعض الأحيان قد يمارس بعض الطفل ضغوطاً على زملائه بهدف إخضاعهم لمعاييره ورغباته مما يؤثر على زملائه سلبياً، فيقومون بتأجيل أداء الواجبات المدرسية، أو العزوف عن أداء الأنشطة اللامنهجية المنظمة، كالنواهي، والألعاب، أو التقرب لأحد الأقران المتميزين. (النواهي، فاطمة عبد الرحمن ٢٠١١، ٦٦)

وفي هذا الصدد صنفت دراسة (عبد المعطى، وآخرون ٢٠٢٠، ١٥٠) مصادر الضغوط التي قد يتعرض لها الأطفال وذوو الاضطرابات إلى: ضغوط علاقة الطفل بزملائه، وضغوط علاقة الطفل بالمعلمين، وقلق الامتحان، وضغوط إدارة الوقت. وتوصلت دراسات (Bedewy, & Gabriel 2015) ويزرش وآخرون (Wuthrich, et al 2020) إلى أن مفهوم الضغوط الأكاديمية متعدد الأبعاد وله مصادر عديدة منها المرتبطة بتوقعات الآباء والمرتبطة بالمادة العلمية وحجمها والمرتبطة بالاختبارات والمرتبطة بإدارة الوقت، وجودة العلاقة مع المعلمات والتعامل مع الأقران وأيضاً القلق من الامتحانات والخوف من الفشل.

رابعا: الآثار السلبية للضغوط الأكاديمية

للضغوط الأكاديمية تأثير سلبي على الحالة النفسية والسيولوجية لدى الأطفال، وبالتالي تؤثر على جودة حياتهم ونقص الدافعية الأكاديمية لديهم (Rosiek, et al 2016, 212)، وتسهم الضغوط الأكاديمية في إحداث بعض الاضطرابات السلوكية، إضافة إلى إعاقة تكيف الطفل مع ذاته، ومع المجتمع الذي يعيش فيه، وذلك نظراً لما لها من تأثير خارجي وداخلي على حياته اليومية، والتي قد ينتج عنها ضعف القدرة علي إحداث الاستجابة المناسبة للموقف وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية فسيولوجية تؤثر سلباً عليه من جانب أو أكثر من جوانب حياته. (Glozah, 2013, 145)

ويذكر (إبراهيم، لطفى عبد الباسط ١٩٩٤، ٢٩٢) أن الضغوط الأكاديمية تخلف آثاراً سلبية عديدة، وبخاصة على الجانب الفسيولوجي والنفسي للطفل، فالأحداث الضاغطة التي يتعرض لها الطفل تحدث تغييرات في وظائف الأعضاء، وخلل في إفراز الغدد كارتفاع نسبة

الكولسترول في الدم واضطرابات في الهضم، كما أجمعت معظم الدراسات علي أن الضغوط الأكاديمية لها آثار سلبية علي الطفل وتظهر علي هيئة اختلال الآليات الدفاعية وانهيائها، حيث يكون الفرد سريع الانفعال تحت الضغوط كما يتميز بالشعور بالقلق وعدم الراحة مع فقدان الثقة بالنفس ، وتؤثر الضغوط الأكاديمية أيضاً علي النواحي الاجتماعية وتشمل إنهاء العلاقات والعزلة والانسحاب مع انعدام القدرة علي تحمل المسؤولية والفشل في أداء الواجبات، وهناك آثار معرفية للضغوط الأكاديمية تؤثر علي البناء المعرفي للطفل، ومن ثم فإن العديد من الوظائف العقلية تصبح غير مرتفعة وتظهر هذا الآثار في : نقص الانتباه وصعوبة التركيز ، وتدهور الذاكرة ، وفقدان القدرة علي التقويم المعرفي ، واضطراب التفكير .

وقد أشارت دراسات عديدة إلى الآثار السلبية للضغوط الأكاديمية على الأطفال مثل دراسة (Maxwell, et al 2015) التي أوضحت أن الضغوط الأكاديمية من المفاهيم الأكثر تأثيراً سلبياً على سلوك الطفل، فهي تعوقه عن التكيف النفسي ، وعن التقدم في المجالات الحياتية المختلفة وعدم القدرة على الرضا والسعادة وجودة الحياة ولديه، وربما تدفعه إلى اليأس والاستسلام لأحلام اليقظة والشرد، ودراسة (Misra, & Castillo 2004) التي أوضحت أن الضغوط الأكاديمية تتمثل في المهام والواجبات الكثيرة المفروضة على المتعلم، والقاعات مكدسة الأعداد من الأطفال، إضافة إلى إدارة الوقت ومحاولة احراز أعلى الدرجات وهما من أكبر مصادر الضغط الأكاديمي.

وأشارت نتائج دراسة (البحيرى، عبد الرقيب أحمد ٢٠١٩، ٢١٠) إلى ان الضغوط الأكاديمية هي متغيرات وسيطة لها أسباب سابقة ونتائج سلوكية وتمثل خبرة عاطفية غير سارة، وترتبط غالباً ببعض المتغيرات السلبية كالخوف والقلق والانزعاج والغضب والاكنتاب.

خامساً: أساليب واستراتيجيات مواجهة الضغوط الأكاديمية

أن التوافق الأكاديمي يعتبر من أقوى المؤشرات المتعلقة بصحته النفسية، فالطفل الذي يقضي فترة طويلة في بيئة الروضة وتكيفه مع جو الروضة ينعكس هذا بصورة إيجابية على تحصيله الأكاديمي، ويسهم في تحديد مدى استعداده لتقبل الاتجاهات والقيم التي تعمل على تطويرها للطلاب، وتعتبر مشاركة الطلاب في برامج الأنشطة المختلفة والتوافق الأكاديمي لهم له أثر إيجابي يظهر من خلال حصولهم على نتائج دراسية أفضل (النادي، هبه فتحى ٢٠٢٣، ١٧٥).

وقد تعددت المصطلحات التي استخدمت للتعبير عن أساليب المواجهة، فأطلق عليها سلوكيات المواجهة Coping Behavior، وأطلق عليها جهود المواجهة Coping Efforts، وترجمت بميكانزمات المواجهة Coping Mechanisms، ومهارات المواجهة Coping Skills، وأفعال المواجهة Coping Reactions، بالإضافة إلى استراتيجيات المواجهة Coping Strategies. (السهي، عبد الله بن حميد ٢٠١٠، ٣٠)

ويعبر مصطلح أساليب مواجهة الضغوط عن مجموعة الحيل والأساليب التي يستخدمها الفرد للتعامل مع الضغوط والمشكلات التي تواجهه، سواء أكانت هذا الأساليب إيجابيه أو سلبية، وتهدف إلى خفض التوتر والصراع الذي يصاحب هذا المشكلات أو الأحداث الضاغطة، أي هو استجابة الفرد لما يمر به من ضغوطات. وذهب (الصادق، عادل محمد وعبد الغنى، ناهد حيدر محمد ٢٠١٨، ٥٠٩)

ويمكن إجمال أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية فيما يلي (البحيرى، عبد الرقيب أحمد ٢٠١٩، ١٤٥)

طلب الدعم:

يقصد به عملية الإرشاد النفسي التي تقوم بها المعلمة لتنمية الجانب المعرفي والمهني للطفل ثم تعليمه كيفية حل المشكلات التي تعوق تقدم تحصيله، كما يُعد الإرشاد النفسي من أهم العوامل الأساسية في تحسين مستوى التوافق النفسي لدى الأفراد في محاولة التغلب على الضغوط والمشكلات التي تعترض طريق الطفل وذلك من خلال ما يلي:

- مساعدة الطفل في الوصول إلى الطرق المختلفة التي يستطيع عن طريقها اكتشاف إمكانياته وقدراته وكيفية استخدامها وأيضاً تعليمه الطرق التي تجعله طفلاً سعيداً بالنسبة لنفسه وللمجتمع الذي يعيش فيه بمعنى أن السعادة لدى الفرد ينتج عنها اطمئناناً كبيراً ورضاً أكبر عن الحياة.
- مساعدة المسترشد على فهم وتحليل إمكانياته واستعداداته وقدراته وميوله والفرص المتاحة أمامه، ومشكلاته وحاجاته، لمساعدته على اتخاذ القرارات لتحقيق التوافق.
- التهيئة المناسبة للبيئة التي ينمو فيها الطفل ثم إتاحة المناخ النفسي الملائم لنمو الشخصية وضرب المثل الصالح والقوة لباقي الأطفال.
- تعديل سلوك الطفل حتى يصبحوا أكثر فاعلية وتوافقاً من الناحية النفسية.

– إحداث تغيير في السلوك الذي يمكن للمعلمة من خلالها أن تعيش حياة مرضية أكثر إنتاجا كما يحددها هو وفي نطاق حدود المجتمع الذي يعيش فيه

١. الإرشاد الأكاديمي:

ويقصد به الخدمات الإرشادية التي يقوم بها المرشد لتنمية الطالب معرفيا ومهنيا وحل المشكلات التي تعيق تقدم تحصيله الدراسي.

كما صنف (Lazarus, 2010, 669) أساليب المواجهة إلى قسمين رئيسيين على

النحو التالي:

١. أساليب المواجهة المركزة على المشكلة (Problem Focused Coping):

وهي تتضمن مجموعة من الأساليب التي يتم استخدامها للتعامل مع الأحداث الضاغطة بشكل مباشر بهدف استبعادها أو التقليل من حدتها لاستبعاد أو تقليل شدتها، حيث يتم استخدام هذا الأساليب عندما يدرك الفرد أنه قادر على حل المشكلة وأن بمقدوره حل المشكلة وإحداث تعديل أو تغيير في المواقف الضاغطة من أجل التغلب على مصدر المشكلة، وتتمثل هذا الأساليب في: (التخطيط لحل المشكلة - المواجهة - طلب المساعدة - كبح مصدر المشقة - قمع النشاطات المتعارضة).

٢. أساليب المواجهة المركزة على الانفعال (Emotion Focused Coping):

وتتضمن الأساليب وجدانية تعبر عن رؤية الفرد للموقف الضاغط وتستخدم عندما يدرك الفرد أنه لا يستطيع احداث أي تغيير أو تعديل في الموقف الضاغط وبالتالي يحاول السيطرة على الاضطرابات الانفعالية من أجل التأقلم مع الظروف بما فيها من مشكلات وضغوط، وتشمل الأساليب الآتية:

- الهروب والتجنب
- التحكم الذاتي
- الابتعاد
- تقبل المسؤولية
- إعادة التأويل الايجابي
- التوجه للدين

سادسا: الخصائص الأكاديمية والتربوية للأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة:

يعاني ذوي الإعاقة العقلية البسيطة من عدم القابلية للتعلم، ويرجع ذلك إلى شعورهم بتدني مستوى ذكائهم وبإعاقتهم العقلية، وكذلك شعورهم بنقص القدرات والمهارات العقلية الضرورية كالقدرة على الفهم والتخيل والتفكير والإدراك، وعدم القدرة على التعلم، وضعف القدرات اللغوية، وضعف القدرة على الانتباه وسهولة تشتتتهم، وهذا ما يفسر عدم مآبرتهم أو

مواصلتهم التعليم إذا استغرق الموقف التعليمي فترة زمنية متوسطة؛ الأمر الذي يجعل فرص التعلم وتطوير المهارات والقدرات محدودة. (عبد الجواد، ميرفت والمصري، أمانى ٢٠١٨، ٥)

كما أن الخصائص الأكاديمية والتربوية لدى ذوي الإعاقة العقلية البسيطة تقوم على أساس القصور في الاستعدادات التحصيلية، والقدرة على التعلم والتدريب خلال السنوات الدراسية وفي ضوء معاملات الذكاء المختلفة أيضاً، فهم يتصفون بالأداء المنخفض والمتأخر في الاختبارات والأنشطة والمهارات المدرسية والتحصيلية، فالأطفال المعاقين عقلياً في سن السادسة يكونون غير مستعدين للقراءة والكتابة والحساب إلا إذا توافرت لديهم قدرات خاصة وهؤلاء الأطفال لا يتمكنون من اكتسابهم لهذا المهارات إلا عند بلوغهم سن الثامنة أو أكثر، ونظراً لمعدل النمو العقلي المنخفض فإن الطفل المعاق غير قادر علي أن ينهي المقرر لسنة دراسية في الوقت المحدد، وإنما يحتاج إلي سنتين أو أكثر، كما أنهم يحتاجون إلي مساعدات فعالة للتغلب علي المشكلات الدراسية التي يعانون منها وأنهم بحاجة إلي مقررات دراسية تتفق مع قدراتهم المحدودة بالإضافة إلي طرق التدريس المناسبة لتلك المناهج لابد أن تختلف بالضرورة مع مثيلاتها من طرق التدريس للطفل العادي خاصة أن الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم غالباً ما يعانون من تأخر واضح في نمو القدرات اللغوية والكلام.

ومن خلال ما سبق يتضح تعدد الخصائص التي يمكن من خلالها تمييز ذوي الإعاقة العقلية عن غيرهم من الأطفال، وقد تتداخل الخصائص بين الفئات المصنفة من درجة إلى أخرى داخل الإعاقة العقلية، وقد تظهر خصائص الإعاقة في جانب واحد (العقلي أو الانفعالي أو التربوي الأكاديمي)؛ وقد يجمع المعاق عقلياً بين صفات عديدة في جوانب عديدة من تلك الجوانب.

وفي هذا الصدد أشار بوردمان وآخرون (Boardman, et al 2018, 29) إلى أنه قد تظهر لدى كل فئة من فئات الإعاقة العقلية صفات وخصائص قد تختلف نوعاً وكماً عن مواصفات الفئات الأخرى، كالقدرة العقلية والقدرة على التكيف الاجتماعي؛ وإن كانت بمستوى ضعيف أو متدني لدى جميع فئات الإعاقة العقلية مقارنة بالأفراد الأسوياء، حيث نجد بعض فئات الإعاقة العقلية قابلين للتعلم الأكاديمي إلى حد ما في حين أن فئات أخرى لا تملك تلك القابلية، كما أن هناك بعض الفئات قادرة على إنشاء العلاقات الاجتماعية المقبولة، في حين فئات أخرى لا تملك تلك القدرة.

أداة البحث: مقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية (موجه للمعلمة) (إعداد: الباحثة)

مبررات إعداد المقياس:

من خلال الاطلاع على الدراسات والمقاييس الخاصة بأساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية مثل (نشوة عمار، ٢٠١٠)، و (نبيلة أبو حبيب، ٢٠١٠)، و (مصطفى الأسطل، ٢٠١٠)، (خالد العبدلي، ٢٠١٢)، ، وجد نقص في المقاييس التي تقيس اساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية -في حدود علم الباحثة- ، بالإضافة إلى أن مقاييس اساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية المتاحة، وجدت الباحثة عدم وضوح تحديد الأبعاد بها، كما أنها لا تطابق في نفس الوقت فئة الدراسة الحالية وخصائصها، وذلك في الدراسات العربية والأجنبية، وبناءً على ما سبق تم إعداد مقياس بأساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية الذي يتناسب مع الطلاب ذوي الاعاقة العقلية البسيطة.

الهدف من المقياس:

يهدف المقياس إلى التعرف على الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلاب ذوي الاعاقة العقلية البسيطة في مواجهة الضغوط الأكاديمية المختلفة.

خطوات إعداد المقياس:

- ١- الاطلاع على بعض المراجع والدراسات والبحوث العربية والأجنبية التي تناولت اساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية، للتعرف على مفهومها وأبعادها.
- ٢- الاطلاع على بعض المراجع والمصادر التي تناولت بناء الاختبارات والمقاييس مثل (سليمان، خالد رمضان ٢٠٠٥).
- ٣- تحديد مفردات المقياس وصياغتها بصورة تتناسب مع عينة الدراسة بحيث يكون موجه للمعلمة.
- ٤- وضع المقياس في صورته الأولية.
- ٥- التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس.

وصف المقياس:

يتكون المقياس من (٣٢) مفردة ثلاثي التدرج ما بين (دائماً، أحياناً، نادراً)، تدور تلك المفردات في إطار ٤ أبعاد على النحو التالي: الاقدام، تجنب المواجهة، الدعم الاجتماعي، تحمل المسؤولية.

تصحيح المقياس:

يتم تقدير الدرجات (٣- ٢- ١) على الترتيب، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى اساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية، وتشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض مستوى اساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية.

نتائج البحث:

نتائج السؤال الأول: ما مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الاعاقة العقلية البسيطة؟
الاتساق الداخلي لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية:

جدول ١: معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية والدرجة الكلية (ن=٣٠)

٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	رقم المفردة
.632	.663	.759	.621	.754	.763	.842	.579	معامل الارتباط
دالة عند مستوى .٠١	مستوى الدلالة							
١٦	١٥	١٤	١٣	١٢	١١	١٠	٩	رقم المفردة
.748	.651	.789	.832	.746	.641	.671	.517	معامل الارتباط
دالة عند مستوى .٠١	مستوى الدلالة							
٢٤	٢٣	٢٢	٢١	٢٠	١٩	١٨	١٧	رقم المفردة
.659	.742	.782	.766	.733	.657	.567	.762	معامل الارتباط
دالة عند مستوى .٠١	مستوى الدلالة							
32	٣١	٣٠	٢٩	٢٨	٢٧	٢٦	٢٥	رقم المفردة
.578	.623	.667	.821	.774	.644	.651	.741	معامل الارتباط
دالة عند مستوى .٠١	مستوى الدلالة							

(ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٦١ وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٠.٤٦٣
يتضح من جدول ١ ما يلي:

- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية لها ما بين (517.0 : 842.0) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 01، و 05،

جدول ٢: معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه (البعد الأول) (ن=٣٠)

معامل الارتباط	رقم العبارة
.٧٤١**	١
.٨٢٣**	٢
.٧٧١**	٣
.٧٣٥**	٤
.٧٢٦**	٥
.٦٦٥**	٦
.٧١٥**	٧
.٨٥٤**	٨

(ر) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = ٠.٣٦١ و عند مستوى دلالة (0.01) = 0.463
* دالة عند مستوى دلالة (0.05) ** دالة عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من جدول ٢ ما يلي:

- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات البعد الأول والدرجة الكلية له ما بين (665.0 : 854.0) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً وهذا يدل على صدق الاتساق الداخلي للاختبار.

جدول ٣: معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه (البعد الثاني) (ن=٣٠)

معامل الارتباط	رقم العبارة
.٦٤١**	١
.٧٥٩**	٢

.٧٨٦**	٣
.٦٣٢**	٤
.٧٤٦**	٥
.٧٦٦**	٦
.٦٦٢**	٧
.٧٢١**	٨

(ر) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = ٠.٣٦١ و عند مستوى دلالة (0.01) = 0.463
* دالة عند مستوى دلالة (0.05) **دالة عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من جدول ٣ ما يلي:

- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات البعد الأول والدرجة الكلية له ما بين (0.632: 0.786) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً وهذا يدل على صدق الاتساق الداخلي للاختبار.

جدول ٤: معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات أساليب مواجهة الضغوط

الأكاديمية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه (البعد الثالث) (ن = ٣٠)

معامل الارتباط	رقم العبارة
.٦٥٢**	١
.٧٨٦**	٢
.٦٣٣**	٣
.٦٣٩**	٤
.٧٧٨**	٥
.٧٥٤**	٦
.٥٨٩**	٧
.٧٧٤**	٨

(ر) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = ٠.٣٦١ و عند مستوى دلالة (0.01) = 0.463
* دالة عند مستوى دلالة (0.05) **دالة عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من جدول ٤ ما يلي:

- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات البعد الأول والدرجة الكلية له ما بين (589.0: 786.0) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً وهذا يدل على صدق الاتساق الداخلي للاختبار.

جدول ٥: معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه (البعد الرابع) (ن=٣٠)

معامل الارتباط	رقم العبارة
.٧٥٩**	١
.٦٢٨**	٢
.٦٦١**	٣
.٧٣٣**	٤
.٦٩٧**	٥
.٦٦٩**	٦
.٨٤٥**	٧
.٨٣١**	٨

(ر) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = ٠.٣٦١ و عند مستوى دلالة (0.01) = 0.463
* دالة عند مستوى دلالة (0.05) **دالة عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من جدول ٥ ما يلي:

- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات البعد الأول والدرجة الكلية له ما بين (628.0: 845.0) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً وهذا يدل على صدق الاتساق الداخلي للاختبار.

جدول ٦: معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية والدرجة الكلية (ن=٣٠)

رقم البعد	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع
معامل الارتباط	.٨٢١**	.٨٤٣**	.٧٥٩**	.٧٦٣**

- (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = ٠.٣٦١ و عند مستوى دلالة (0.01) = 0.463

- * دالة عند مستوى دلالة (0.05) **دالة عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من جدول ٦ ما يلي:

- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية والدرجة الكلية بين (٠.٨٤٣، ٠.٧٥٩) وهي معاملات ارتباط دالة عند مستوى دلالة ٠.٠١، وهذا يدل على صدق الاتساق الداخلي للمقياس.
- نتائج السؤال الثاني: ما مؤشرات الصدق لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة؟

صدق المحكمين:

تم إعداد المقياس في صورته المبدئية، ثم عرضه على مجموعة من السادة المتخصصين من أعضاء هيئة التدريس في مجال التربية الخاصة، قوامها (١٠) محكمين وذلك للحكم على مدى ملاءمة المقياس لقياس ما وضع من أجله، والجدول رقم (١) يوضح النسبة المئوية لآراء المحكمين على مفردات المقياس.

جدول ٧: يوضح النسبة المئوية لآراء السادة المحكمين على عبارات مقياس أساليب

مواجهة الضغوط الأكاديمية (ن = ١٠)

رقم المفردة	تكرارها	النسبة المئوية	رقم المفردة	تكرارها	النسبة المئوية	رقم المفردة	تكرارها	النسبة المئوية
١	٩	%٩٠	١٣	١٠	%١٠٠	٢٥	١٠	%١٠٠
٢	١٠	%١٠٠	١٤	١٠	%١٠٠	٢٦	١٠	%١٠٠
٣	١٠	%١٠٠	١٥	١٠	%١٠٠	٢٧	١٠	%١٠٠
٤	١٠	%١٠٠	١٦	٩	%٩٠	٢٨	٩	%٩٠
٥	١٠	%١٠٠	١٧	١٠	%١٠٠	٢٩	١٠	%١٠٠
٦	١٠	%١٠٠	١٨	١٠	%١٠٠	٣٠	١٠	%١٠٠
٧	١٠	%١٠٠	١٩	١٠	%١٠٠	٣١	٩	%٩٠
٨	١٠	%١٠٠	٢٠	١٠	%١٠٠	٣٢	١٠	%١٠٠
٩	١٨	%١٠٠	٢١	١٨	%١٠٠			
١٠	١٦	%٩٤	٢٢	١٨	%١٠٠			
١١	١٨	%١٠٠	٢٣	١٨	%١٠٠			
١٢	١٨	%١٠٠	٢٤	١٨	%١٠٠			

يتضح من جدول رقم (٧):

- تراوحت النسبة المئوية لآراء الخبراء حول عبارات المقياس بين (٩٠% : ١٠٠%) وتم قبول نسبة موافقة على العبارات التي تزيد عن ٨٠%.

- نتائج السؤال الثالث: ما مؤشرات الثبات لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة؟
- ثبات الفا لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية:
- جدول ٧: ثبات الفا لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية (ن=٣٠)

ثبات الفا	
٠,٨٨٧	البعد الأول
٠,٨٥٧	البعد الثاني
٠,٨٤٢	البعد الثالث
٠,٧٩٨	البعد الرابع
٠,٩٣٢	الدرجة الكلية للمقياس

يتضح من جدول ٧ ما يلي:
تراوحت قيم معامل الثبات لألفا بين (٧٩٨،، ٩٣٢) مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات

توصيات ورقة العمل:

- ١- اعداد مقياس أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لفئات أخرى من الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.
- ٢- تنمية قدرات الطلبة المعاقين عقليا على استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط الأكاديمية.
- ٣- مراعاة قدرات الطلاب من ذوي الإعاقة العقلية في اعداد البرامج والأنشطة التدريسية المناسبة لهم.

مراجع البحث

أولاً: المراجع العربية

- إبراهيم، لطفي عبد الباسط (١٩٩٤). عمليات تحمل الضغوط في علاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى المعلمين. مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، (٥)، ٩٥-١٢٨.
- إمام، إلهامي عبد العزيز (١٩٩٩). سيكولوجية الفئات الخاصة دراسة في حالة الذاتوية. القاهرة، دار الكتب.
- الإمام، محمد صالح والوالدة، فؤاد عيد (٢٠١٠).^٢ الإعاقة العقلية ومهارات الحياة في ضوء نظرية العقل. عمان: دار الثقافة.
- الإمام، محمد صالح والوالدة، فؤاد عيد (٢٠١٠).^٣ السلوكيات الدالة على نظرية العقل. عمان: دار الثقافة.
- البحيري، عبد الرقيب أحمد. (٢٠٠٢). التخلف العقلي (قضاياها مفاهيمه تطبيقه). مؤتمر التربية الخاصة في القرن الحادي والعشرين تحديات الواقع وآفاق المستقبل، ٧-٨ مايو، كلية التربية، جامعة المنيا، (٤)، ٢-٢٥.
- بيومي، جيهان سيد (٢٠٠٨). استخدام العلاج المتمركز حول العميل في خدمة الفرد لتحسين العلاقات الاجتماعية لدى جليسة الأطفال. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، (٢٥)١، ٣١٣ - ٣٤٠.
- جابر، جابر عبد الحميد، كفاي، علاء الدين (١٩٩٣). معجم مصطلحات علم النفس والطب النفسي. القاهرة، دار النهضة.
- جميل، سري أسعد وخلف، عائشة مطر (٢٠٢٢). الضغوط الأكاديمية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، (٢)٢٩، ٤٤٣-٤٦٦.
- خليفة، شيماء أحمد (٢٠٢٣). الخصائص السيكو مترية لمقياس الضغوط الأكاديمية لدى طلبة الدراسات العليا. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٢)٧٤، ٣٢٩-٣٦٧.
- سليمان، خالد رمضان (٢٠٠٥). فعالية التدريب على التواصل في تعديل السلوك العدوانى لدى الأطفال المعاقين عقليا. (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الزقازيق فرع بنها.
- سناري، هالة خير (٢٠١٤). فعالية الإرشاد الانتقائي في خفض الضغوط الأكاديمية لدى طالبات الجامعة. مجلة دراسات تربوية ونفسية، كلية التربية، جامعة الزقازيق، (٨٣)، ٢١١-٢٧٧.
- السهلي، عبد الله بن حميد (٢٠١٠). أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الشباب من المرضى المترددين على مستشفى الطب النفسي بالمدينة المنورة وغير المرضى. (رسالة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية، جامعة أم القرى، السعودية.

- سواسي، أمنة (٢٠٢٠). الضغوط الأكاديمية وعلاقتها بالتوافق الزوجي (لدى الطالبة المتزوجة). (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الشهيد حمة لخضر بالوادي، الجزائر.
- السيد، مؤمن أحمد (٢٠٢١). فاعلية برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات لدى الأطفال المدمجين ذوي الإعاقة العقلية الطفيفة. (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة المنيا.
- الصادق، عادل محمد وعبد الغني، حنان زكريا وعامر، ناهد حيدر محمد (٢٠١٨). الخصائص السيكومترية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط. *مجلة كلية التربية ببها*، ٧ (١١٦)، ٥٠٥ - ٥١٦.
- طنجور، إسماعيل محمد (٢٠٠١). الضغوط النفسية عند الأطفال. *مجلة الطفولة العربية، الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية*، ٢(٧)، ١٠٧ - ١٥٥.
- الطيب، عصام على وحسني، غادة محمد (٢٠١٧). القيمة التنبؤية للضغوط الأكاديمية والمعتقدات اللاعقلانية بالتكؤ الأكاديمي لدى الطلاب بالمرحلة الجامعية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية، كلية التربية، جامعة فنا*، ٢٧(٩٧)، ١ - ٥٩.
- عبد الجواد، مرفت والمصري، أماني (٢٠١٨). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية اللغة الاستقبالية والتعبيرية لدى الطالبات ذوات الإعاقة العقلية بمدينة الخرج. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية*، ٤(٢)، ١ - ١٨.
- عبد الرزاق، محمد مصطفى (٢٠١٢). الصمود النفسي مدخل لمواجهة الضغوط الأكاديمية لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقليا. *مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين الشمس*، ٣٢(٣٢)، ٤٩٩ - ٥٧٩.
- عبد الفتاح، رضا توفيق ومحمد، بسمة أحمد (٢٠٢٢). فاعلية برنامج تدريبي قائم على نظرية التعلم المستند إلى الدماغ في تحسين عادات العقل لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة. *مجلة كلية التربية - ببها*، ٣٣(١٢٩)، ٥٩٩ - ٦٨٦.
- عبد المعطي، حسن مصطفى (٢٠٠٦). *ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها*. القاهرة، مكتبة زهراء الشرق.
- عبد المعطي، حسن مصطفى والأدغم، إيمان عبد الباسط وعبد الفتاح، فانتن فاروق (٢٠٢٠). الضغوط الأكاديمية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بالمرحلة الابتدائية. *مجلة التربية الخاصة، كلية علوم الإعاقة والتأهيل، جامعة الزقازيق*، ٣٣(٣٣)، ١٤٥ - ١٧٧.
- عفيفي، منال أحمد (٢٠١٨). الإسهام السببي لأساليب التفكير والضغوط الأكاديمية في التنبؤ بالتسويق الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية بجامعة قناة السويس، *مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ*، ١٨(٢)، ٣٣ - ٣٤.
- النادي، هبة فتحى (٢٠٢٣). النمذجة البنائية للعلاقات السببية بين الكماليات العصبية والضغوط الأكاديمية والأسلوب المعرفي. *مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس*، ٧٤(١)، ١٧٨.

- النوايسة، فاطمة عبد الرحمن (٢٠١٣). الضغوط والأزمات النفسية وأساليب المساندة. عمان، دار المناهج للنشر والتوزيع.

- يوسف، محمد عباس (٢٠٠٣). دراسات الإعاقة وذوي الاحتياجات الخاصة. القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر.

ثانيًا: المراجع الأجنبية

- Bedewy, D.E, & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open*, 1-9. DOI: 10.1177/2055102915596714
- Boardman, L., Bernal, J. & Hollins, S. (2018). Communicating with people with intellectual disabilities: a guide for general Psychiatrists, *Advances in Psychiatric treatment*, 20, 27- 36.
- Francis, M. (2002): *Expectation task persistence in children with mental Retardation*, Physical education, adapted physical, activity quarterly.
- García, R. Pérez, F. & Tomás, J. (2018). Development and validation of the questionnaire of academic stress in secondary education: Structure, reliability and nomological validity. *International Journal of Environmental and Public Health*, 15(9), 2-14.
- Glozah, F. (2013). Effects of academic stress and perceived social support on the psychological wellbeing of adolescents in Ghana. *Open Journal of Medical Psychology*, (2), 143-150.
- Hord, C., & Xin, Y. P. (2015). Teaching area and volume to students with mild intellectual disability. *The Journal of Special Education*, 49(2), 118-128.
- Hussain, A; Kumar, A. & Husain, A. (2008). Academic stress and adjustment among high school students, *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34 (2), 70-73.
- Lazarus R. S. (2010). Toward better research on stress and coping. *Am Psychol. Jun*, 55(6), 665-673.
- Lesko, A. & Summerfield, L. (1989). Academic stress and health changes in female college students. *Health Education*, 20 (1), 18-21.
- Lin, Y., & Chen, F. (2009). Academic stress inventory of students at universities and colleges of technology. *World Transactions on Engineering and Technology Education*, 7(2), 157-162.
- Lufi, D., & Darliuk, L. (2005). The interactive effect of test anxiety and learning disabilities among adolescents. *International Journal of Educational Research*, 43(4-5), 236-249.
- Maxwell, E., Ayawo, E., Sylvia, L., & Yao, N. (2015). (2015). Stress and Academic Achievement: Empirical Evidence of Business Students in a Ghanaian Polytechnic, *International Journal of Research in Business Studies and Management*, 2 (4), 78- 98.

- among college students: Comparison of American and international students. *International Journal of stress management*, 11(2), 132.
- Rosiek, A., Rosiek-Kryszewska, A., Leksowski, L., & Leksowski, K. (2016). Chronic stress and suicidal thinking among medical students. *International journal of environmental research and public health*, 13(2), 212.
- Sarita, S. (2015). Academic stress among students: Role and responsibilities of parents. *International Journal of Applied Research*.1(10). 385-388.
- Soon, M. L., & Yunjin, O. (2017). The mediator role of perceived stress in the relationship between academic stress and depressive symptoms among E-Learning students with visual impairments. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 3,123-134
- Wilks, S. (2008). Resilience amid Academic Stress: The Moderating Impact of Social Support among Social Work Students. *Advances in social work*, Vol (2), PP, 106-125.
- Wuthrich, V. M., Jagiello, T., & Azzi, V. (2020). Academic stress in the final years of school: A systematic literature review. *Child Psychiatry & Human Development*, 51, 986-1015.