الضغوط النفسية لأمهات كل من الأطفال ذوي صعوبات التعلم

إعداد

الباحثة / رانيا علي ربيع[1]

إشـــــراف

أ.د. خالد عبد الرازق النجار

أستاذ علم النفس ورئيس قسم العلوم النفسية كلية التربية للطفولة المبكرة

جامعة القاهرة

أ. م. د. عزة عبد المنعم رضوان

أستاذ مساعد بقسم العلوم النفسية

كلية التربية للطفولة المبكرة

جامعة القاهرة

المقدمة

تعتبر الأسرة هي البيئة الأولى التي تتلقى الطفل وتؤثر في تكوين شخصيته بشكل صحيح، وكل أسرة تكون لها تآملات في طفلها قبل ولادته؛ حيث يتمنى كل والدين أن يرزقا بطفل صحيح البدن ويتمتع بالذكاء والفطنة، وغالبا ما يصاب أفراد الأسرة بالصدمة نتيجة ميلاد الطفل المعاق، ثم تنتقل من الصدمة للإنكار ومنه لقبول الأمر الواقع ومنه للبحث عن الخدمات المساعدة وطرق تقديم الدعم للطفل.

وغالبا ما تقابل الأسرة العديد من المعوقات في التعامل مع طفلها ذوي صعوبات التعلم وفي سبل تقديم الدعم له، وتختلف تلك المعوقات باختلاف نوع الاعاقة التي يعاني منها الطفل.

وتؤثر تلك المعوقات ومدى تغلب أفراد الأسرة عليها أو تأقلمهم معها بشكل كبير على طرق تواصلهم مع طفلهم ومدى توافقه مع مجتمعه، وتختلف طبيعة الضغوط التي يتعرض لها أفراد الأسرة بإختلاف نوع وطبيعة الإعاقة التي يعاني منها أطفالهم.

[1] **باحثة دكتوراة بكلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة القاهرة.**

مشكلة الدراسة:

تكمن المشكلة في ظهور بدايات تلك المشكلة في مرحلة رياض الأطفال؛ حيث يعاني الأطفال الصغار من صعوبات تعلم نمائية سواء صعوبات انتباه أو إدراك أو ذاكرة، وهو ما يكون البداية الفعلية لإصابتهم بصعوبات التعلم الأكاديمية سواء صعوبات القراءة أو الكتابة أو الحساب، على الرغم من تمتعهم بذكاء متوسط أو أعلى من المتوسط، وتتضح صعوبات التعلم النمائية لدى أطفال رياض الأطفال في إصابتهم بأيٍ من تلك المشكلات؛ عدم القدرة على التفكير بشكل سليم، فيعانون من صعوبات في التعرف والتذكر والملاحظة والتصنيف والمقارنة بصورة تعيقهم عن إنجاز المهام بشكل سليم فيترتب على ذلك عدم قدرتهم على حل أي من المشكلات التي تواجههم، وتتزايد تلك الصعوبات إلى صعوبات أكثر حدة وتؤثر بالسلب في حياتهم.

وتتحمل الأمهات العديد من الضغوط المرتبطة بظروف طفلها، إضافة لتحملها نظرة المجتمع لطفلها، وتتحدد مشكلة الدراسة في التساؤل التالي:

- ما طبيعة الضغوط النفسية التي يتعرض لها كل من أمهات الأطفال ذوي صعوبات التعلم؟
- هل توجد فروق جوهرية بين أمهات أطفال صعوبات التعلم وأمهات الأطفال العاديين في الضغوط النفسية التي يتعرضن لها؟

أهداف البحث:

١. تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على الضغوط النفسية لدى أمهاتالأطفال ذوي صعوبات التعلم

أهمية البحث:

١- ترجع أهمية البحث من أهمية المتغيرات التي يتناولها حيث أنه يسعي إلى معرفة مدى الضغوط النفسية التي تتعرض لها أمهات الأطفال.

٢- تلقي الضوء على فئة هامة وهم الأطفال ذوي صعوبات التعلم.

٣- يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة في وضع البرامج الإرشادية اللازمة من قبل المتخصصين لتقليل الضغوط النفسية لديهم.

التعريف الإجرائي لمصطلحات البحث:

١ – الضغوط النفسية:

تعرف إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها الأم على بنود مقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة والتي تقاس من خلال الأبعاد التالية (أعراض نفسية عضوية، ومشاعر يأس واحباط، ومشكلات معرفية ونفسية للطفل، ومشكلات أسرية وإجتماعية، والقلق على مستقبل الطفل، ومشكلات الأداء الاستقلالى للطفل، وعدم القدرة على تحمل أعباء الطفل، والدرجة الكلية).

٢. **أمهات الأطفال ذوي صعوبات التعلم:** تعرفهم الباحثة بأنهم " أمهات الأطفال الذين لدديهم اضراب في عملية أو أكثر من العمليات المعرفية، ويظهرونهؤلاء الأطفال
انخفاضاًفيالتحصيلالدراسيعنزملائهمالعاديين،معأنهميتمتعونبذكاء متوسطأوفوقالمتوسط.

حدود الدراسة

حدود مكانية

تم اختيار عينة الدراسة من الأمهات من الأماكن التالية:

- مدرسة عبد العليم عرفه بشبين الكوم المنوفية.

الحدود البشرية

تكونت عينة الدراسة من:

تتكون عينة البحث من ١٠أمهاتللأطفال ذوي صعوبات التعلم، و١٠ أمهات للأطفال العاديين.

شروط اختيار العينة

تم اختيار العينة وفق الشروط التالية:

١. متوسط عمر الأمهات ٣٥ سنة.
٢. ألا يعاني أطفالهن من إعاقات أخرى.

الحدود الزمنية

تم تطبيق الدراسة في مدة زمنية ٦ أسابيع.

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولا صعوبات التعلم

كذلك فإن مصطلحصعوباتالتعلميشيرإلىالأفراد – الأطفالخاصة – الذينيتصفونبقدرةعقلية متوسطةأو فوق المتوسطة إلاأنتحصيلهمالدراسيالفعلييختلفعنالمتوقعمنهم،بناءًعلىتلك القدرةالعقلية . علاوةعلىأنهمقديعانونقصورًافيواحدة أو اكثرمنالعملياتالعقليةالنمائية (الانتباهأو الإدراكأو الذاكرة)،وتعرفحينئذٍبصعوباتالتعلمالنمائية، أو يعانونصعوبةفيالقراءة أو الكتابةأو التهجيأو الحساب،وتعرفحينئذٍبصعوباتالتعلمالأكاديمية .

هذامعاستبعادكافةحالاتالإعاقةالجسميةوالتخلفالعقليوالحرمانالبيئيوالاضطراباتالنفسيةالشديدة. (فضة، سيد،٢٠١٠: ٨٩٢)(نبهان، ٢٠٠٨: ١٧)

الأسباب والعوامل المساهمة في صعوبات التعلم

يقسم ويستوود العوامل التي تؤدي إلي صعوبات التعلم إلى نوعين:

صعوبات تعلم نتيجة لعوامل ذاتية(Intrinsic)

قد تكون أسباب صعوبات التعلم لدى الطالب تتعلق بمحدودية قدرته على التعلم نتيجة لوجود إعاقات أو اضطرابات معينةمثل عسر القراءة (Dyslexia) أو عسر تعلم الرياضيات (Dyscalculia) أو نتيجة وجود إعاقات عقلية معينة.

صعوبات تعلم نتيجة لعوامل خارجية(Extrinsic)

قد يكون سبب تأخر الطالب دراسياً وقله تحصيله الأكاديمي ناتجاً عن عوامل خارجية لها علاقة ببيئة التعلم. فقد يكون المنهاج صعباً أو أنه أعلى من مستوى فهم الطالب وإدراكه. كما أن طريقه التدريس نفسها قد تكون عاملاً هاماً ومؤثرا في مدى فهم الطلبة واستيعابهم للمنهاج.

(الشرمان،٢٠١٥: ١٧٠)

وهناك أسباب اخرى لصعوبات التعلم نجدها فيما يلي:

العوامل العضوية والبيولوجية:

من المحتمل أن تكون صعوبات التعلم التي يعاني منها الفرد والتي تظهر لديه هذه الصعوبة في التركيز لما يتعلمه؛ بسبب تشتت الانتباه عائده إلي تلف الدماغ، أو ما يصيب الدورة الدموية من مشاكل، أو بسبب

بعض العمليات الكيميائية التي تحدث في الجسم بشكل غير طبيعي، الأمر الذي يؤثر علي الجهاز العصبي عند الجنين خلال فترة الحمل. ومن العوامل المهمة أيضاً التهاب السحايا أو التهاب الخلايا الدماغية، والحصبة الألمانية، ونقص الأكسجين وصعوبات الولادة، أو الولادة المبكرة، أو تعاطي العقاقير.

وإن ضعف سند العلاقة السببية بين التلف الدماغي وصعوبات التعلم قاد بعض المختصين في المجال الطبي إي تفضيل استخدام مصطلح خلل وظيفي بسيط في الدماغ بدلاً من مصطلح التلف الدماغي البسيط، ويشار في هذا المجال إلي ثلاثة مؤشرات سلوكية وعصبية هي: الضعف في التآزر البصري الحركي، والإفراط في النشاط، وعدم انتظام النشاط الكهربائي في الدماغ.

(سليمان، ٢٠١١: ١١٠)(شريف، ٢٠١٤: ٢١٦)

العوامل الجينية :

معظم الدراسات تشير إلي أن انتشار صعوبات التعلم توجد بين عائلات محددة. وقد أشارت الدراسات التي أجريت على العائلات والتوائم. إلي أن العامل المهم في حصول الصعوبة يعود إلي العامل الوراثي. وأن نسبة ٢٥% – ٤٠% من الأطفال واليافعين يعانون من صعوبات انتقلت إليهم عن طريق عامل الوراثة فقد يعاني الأخوة والأخوات داخل العائلة من صعوبات مماثلة، وقد توجد عند العم والعمة، والخال والخالة أو عند أنبائهم وبناتهم. (كوافحة، ٢٠٠٣: ١١٠) (Smith, Tyler, 2010: 168)

العوامل البيئية:

إن تأثير الاتجاهات الوالدية الخاطئة التي ينشأ في ظلها الطفل في جو من التدليل الزائد والحنان المفرط أو الصرامة الشديدة، تخلق علاقة غير سوية بين الوالدين والطفل، الأمر الذي يتيح فرصاً للاستقلال والاعتقاد على الذات، وفقدان الثقة بالنفس وذلك إجمالاً يساهم في ظهور صعوبات التعلم، إضافة إلى ذلك نوع العلاقة داخل الأسرة التي تجعل لكل طفل خصائصه والتى يجب مراعاتها عند التعامل معه، والقصور في ذلك يؤدي إلى صعوبات عند التعلم. (العزة، ٢٠١٣: ٤٩) (Smith, Tyler, 2010: 169)

وهنا نذكر دور الوالدين تجاه طفلهما ذي صعوبات التعلم :

القراءة المستمرة عن صعوبات التعلم والتعرف على أسس التدريب والتعامل المتبعة للوقوف على الأسلوب الأمثل لفهم المشكلة.

التعرف على نقاط القوة والضعف لدى الطفل بالتشخيص من خلال الأخصائيين أو معلم صعوبات التعلم.

إيجاد علاقة قوية بينهما وبين معلم الطفل أو أي أخصائي له علاقة به.

الاتصال الدائم بالمدرسة لمعرفة مستوى الطفل.

لا تعط الطفل العديد من الأعمال في وقت واحد وأعطه وقتاً كافياً لإنهاء العمل.

وضح له طريقة القيام بالعمل بأن تقوم به أمامه واشرح له ما تريد منه.

تنبه لعمر الطفل عندما تطلب منه مهمة معينة حتي تكون مناسبة لقدراته.

لا تقارن الطفل بإخواته أو أصدقائه خاصة أمامهم.

دعه يقرأ بصوت مرتفع كل يوم لتصحيح أخطائه. (نبهان، ٢٠٠٨: ٢٦)

العوامل التربوية:

للعوامل التربوية بأنواعها المختلفة دور كبير في ظهور صعوبات التعلم، ومن أهمها عدم ملائمة المادة التعليمية لقدرات الطلاب، والنقص في إتقان مهارات التعلم، والتركيز على بعض المهارات دون الأخرى، وعدم إثراء البيئة التعليمية.

ويرى البعض بأن غالبية الطلبة يعانون من صعوبات التعلم بسبب التعليم السيئ وقلة الفرص التربوية، ومحدودية المصادر التربوية، والنقص في الإعداد الجيد للمعلمين.(بطاينة، الجراح، ٢٠٠٧: ١٩٦)

فالمدرسةعاملقديساعدأويزيدمنصعوباتالتعلملمافيهامنمتغيراتكالمدرسبأساليبه

غيرالتربويةوالطرقالتعليميةالقديمةوالمناهج،إناالأساليبغيرالتربويةالتييتبعهاالمدرسون

كأسلوبالقسوةوالشدةوالعقابالقسريأوالتذبذبأوالتهاون،أواالأساليبغيرالعلميةالتي

تسودهاالفوضىوالتذبذبوالتلونلهادورفيخلقأفرادقلقينخائفينالأمرالذييؤثرسلبافينموهمنمواحقيقايتناسبمعمتطلباتالعصر ،

وللطرقالتدريسيةوللوسائلالتعليميةدورهافيخلق

حالةمنالتفاعلالحقيقيبينالمعلموالمتعلمين،وفيغرسحالةمنالانتماءإليالصفبشكل خاصوالمدرسةبشكلعام .

ولاننسأننذكروسائلالتقييموأهميتهافيرؤيةالفردلنفسهمن خلالجعلهفاعلاأوغيرفاعل .

وأخيرلابدمنالتنبيهبأندخولالأطفالإليالمدرسةفيسناقل

منأقرانهموخاصةإذاكانواغيرمهيئينأوقدراتهمالعقليةضمنالمعدلقديؤديإليصعوباتتعلم.(أبو رزق، ٢٠١٠: ٤٤)

وقد أشارت دراسة (cahill&bulanda,2009)إلى التعرف على أثر مقرر يتضمن مجموعة من الأنشطة والتقييمات في تحسين عادت العقل ومهارات تحديد الذات لدى تلاميذ ذوي صعوبات التعلم، تكونت العينة من ثلاثة من ذوي صعوبات التعلم وتوصلت إلى اكتساب التلاميذ عادات عقل إيجابية فى مواجهة المهام.

الخصائص العامة للأطفال ذوي صعوبات التعلم

إن التلاميذ الذين يعانون من صعوبات في التعلم ليسوا مجموعة متجانسة، وبالتالي فإن من الصعب الحديث عن مجموعة من الخصائص يتصف بها كل طالب يعاني من صعوبات التعلم.

لذلك يجدر النظر إلى الخصائص التي ستتم الاشارة إليها كمجموعة متجانسة ، وهذا يعني أن بعض تلك الخصائص يمكن ملاحظتها لدى الطالب الذي يعاني من صعوبات التعلم، بينما قد لا ينطبق البعض الآخر على نفس الطالب.

الخصائص المعرفية

تتضح المعوقات لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم في مظهرين بوضوح ما بين المهارات الإدراكية وقدرة الطفل على الإنجاز في المهارات الأكاديمية سواء القراءة أو الكتابة أو الحساب. (German, 2001: 19)

ومن مظاهر الصعوبات الخاصة بالقراءة ما يلي:

حذف أو إضافة أو إبدال بعض الكلمات.

إعادة قراءة بعض الكلمات أكثر من مرة عند قراءة الجملة.

قلب وتبديل الأحرف وقراءة الكلمات بطريقة عكسية.

صعوبة في التمييز بين الأحرف المتشابهة كتابة والمختلفة لفظاً عند القراءة.

صعوبة في تتبع مكان الوصول إلى القراءة وصعوبة في الانتقال إلى السطر الذي يليه.

السرعة الكبيرة أو البطء المبالغ فيه في القراءة.

مظاهر الصعوبات الخاصة بالكتابة فتتمثل فيما يلي:

كتابة الجملة أو الكلمات أو الأحرف بطريقة معكوسة.

كتابة الكلمات أو الأحرف بشكل معكوس.

كتابة أحرف الكلمات ترتيب غير صحيح عند نسخها.

الخلط في الكتابة بين الأحرف المتشابهة.

عدم الالتزام بالكتابة على الخط بشكل مستقيم.

قد ينسى أدواته وكتبه أو ينسى أن كمل واجباته.

مظهر الصعوبات الخاصة بالحساب فتتركز حول الارتباك في تمييز الاتجاهات وتشمل:

صعوبة الربط بين الرقم ورمزه الذي يدل عليه أثناء الكتابة عند سماع صوت الرقم.

صعوبة في تمييز الأرقام ذات الاتجاهات المتعاكسة.

صعوبة في استيعاب المفاهيم الخاصة الأساسية في الحساب.

قد يصعب عليه تعلم المراحل المتتابعة التي يحتاجها لحل المشكلات الرياضية، وقد لا يجد طرقاً مختلفة لحل المشكلة فلا يجد غير طريقة واحدة لحلها.

(بطانية، أمين،٢٠٠٦: ٤٧) (مجيد،٢٠٠٨: ٧٦)(شريف ،٢٠١٤ :٢٢٤)

الخصائص اللغوية

حيث يعاني هؤلاء الطلبة من صعوبة في الاستقبال وفهم اللغة، وفي التعبير عن النفس، وقد تكون الصعوبات اللغوية هي أظهر السمات وأكثرها وضوحاً عند من يعاني من الصعوبات التعلم. بالإضافة إي عدم وضوح بعض الكلام نتيجة حذف أو إبدال أو تشويه أو إضافة أو تكرار بعض الحروف. الأمر الذي يجعلهم يجدون صعوبة في الاتصال مع الأخرين، وأيضاً يجدون صعوبة في القدرة على استرجاع بعض الكلمات المختزنة في الذاكرة والتي تم استخدامها ويحاولون استعادتها من جديد. (بركات، ٢٠٠٨: ١٥٥) ويتضح لديهم صعوبة في فهم وتنفيذ الأوامر وإدراك الأصوات وأيضاً لديهم قصور واضح في اللغة الاستقبالية والتعبيرية، كذلك فإن الأطفال ذوي صعوبات التعلم يوجد لديهم مشاكل في الطلاقة اللفظية ومستوى أقل دلالة للذكاء اللفظي عند أداء اختبار الذكاء. (German, 2001: 19)(Frederickson & cline, 2015: 376)

الخصائص الحركية

يظهر الأطفال ممن لديهم صعوبات في التعلم مشكلات في الجانب الحركي في كل من الحركات الكبيرة والحركات الدقيقة وفى مهارات وفى مهارات الإدراك الحركي.

حيث يعاني هؤلاء الأطفال من اضطرابات في التوازن الحركي أو المشي أو البقاء في مكان واحد أو المسك في الأشياء بالطريقة المألوفة عند الأطفال العاديين المماثلين لهم في عمرهن الزمني، كما أنهم يتصفون بالقهرية والعدوان والحركة الزائدة وسرعة الانفعال.(عبد العزيز،٢٠٠٥: ٢٨١)(James, 2008: 52-53)

الخصائص الاجتماعية والسلوكية

الأطفال ذوي صعوبات التعلم لديهم احتمالية أقوى للإصابة بالاضطرابات السلوكية والوجدانية أكثر منها لدى العاديين لذا يجب مراعاة ذلك عند وضع برامج تأهيل لهؤلاء الأطفال. (Kostelnik, Onaga, Smith, Tyler, 2010: 165)(Rohde& Whiren, 2002: 94)

,بعض الطلبة ذوي صعوبات التعلم يعانون من نشاط حركي زائد، فهم مشحونون بالحركة ولديهم صعوبة في التركيز على ما هو مهم من المثيرات، أو تركيز انتباهه لفترة كافية من الوقت.

وهناك من الطلاب الذين يعانون من الخمول وقلة النشاط، يبدون طيبين ومسايرين، لا يتسمون بالفضول أو اللهفة أو الاستقلالية، فالدافعية عندهم منخفضة ، وهذا النوع من صعوبات التعلم أقل شيوعاً. (يحيى، ٢٠٠٥: ٢٤٣)

وتتفق تلك الخصائص مع دراسة (Lowenthal, 2002) بعنوان "الخصائص الشاملة للأطفال ذوي صعوبات التعلم في مرحلة الروضة" حيث هدفت إلى تحديد أهم الخصائص المميزة للأطفال ذوي صعوبات في مرحلة الروضة، وتكونت العينة من (٥٧١) طفلاً بالروضة، وقد أوضحت نتائج الدراسة أن لدى الأطفال الذين يعانون من مشكلات في التعلم اضطرابات سلوكية مما يدل على وجود خصائص لصعوبات التعلم في مرحلة الروضة ترتبط بالجانب الاجتماعي والانفعالي والمعرفي والحركي، حيث تشمل تلك الخصائص الاندفاعية والنشاط الزائد الذي لا يتناسب مع العمر الزمني للطفل، وعدم الانتباه والتشتت، والتأخر في اكتساب اللغة، ووجود صعوبة سمعية وبصرية للمثيرات، وقصور في الذاكرة سواء قصيرة المدى أو طويلة المدى، ووجود مشكلات اجتماعية وانفعالية، وصعوبة في المهارات الحركية.

أساليب معالجة الأطفال الذين يعانون من صعوبات في التعلم:

التعرف على مختلف مظاهر المقدرة، والعجز عند الطالب، فإن الأخطاء التي يقع بها الطفل ، لها أهمية خاصة، حيث أن تحليل هذه الأخطاء يفدينا كثيرا في بيان جوانب الضعف، وفى تعرف نمط الأخطاء التي يقع بها الطفل، وبالتالي تفيدنا في رسم البرنامج العلاجي.

تجنب أي احتمال يؤدى إلى فشل الطفل، نبدأ ببطء مواصلين التشجيع والإطراء على الأشياء التي يفهمها جيداً، والهدف هو إزالة التوتر.

أن يكون لدى المعلم المهارات الأساسية القبلية اللازمة لكل مهارة، فينبغي أن يتقن الطفل المهارات القبلية اللازمة قبل أن نبدأ بتعليمه مهارات أخرى أكثر تعقيداً.

استخدام طريقة التعليم الفردي – قدر الإمكان– مع الطفل.

تزويد الأطفال ببرنامج يومي/ أسبوعي شامل يوضح المهام والواجبات، التي على الطفل إنجازها خلال ذلك الأسبوع؛ لأن كثيرا من هؤلاء الأطفال يجدون صعوبة في تنظيم أوقاتهم.

التعاون مع معلم التربية الرياضية في المدرسة؛ بحيث يتم التركيز مع هذا الطفل على ألعاب التوازن والألعاب التي لها قواعد ثابتة، والألعاب التي تقوي العضلات، والحركات الكبيرة، والألعاب التي تعتمد على الاتجاهات.

تشجيعه ومدحه على الأشياء التي يعملها بصورة صحيحة، ركز دائماً على النقاط الإيجابية فى انجازه، وأشعره بتقديرك للجهد الذي بذله.

اعتماد مبدأ المراجعة دائماً للدروس السابقة، فهذا سيساعده على زيادة قدرته على التذكر.

تشجيعه على العمل ببطء، وإعطائه وقتاً إضافياً في الاختبارات.

تشجيعه على استعمال وسائل ومواد محسوسة في العمليات الحسابية.

تقليل المشتتات الصفية قدر الإمكان. (مجيد، ٢٠٠٨: ٨٤)

إن صعوبات التعلم تعد من الإعاقة التي تؤثر في مجالات الحياة المختلفة وتلازم الإنسان مدى الحياة وعدم القدرة على تكوين صداقات وحياة اجتماعية ناجحة وهذا ما يجب أن يدركه الوالدان والمعلم والأخصائي وجميع من يتعامل مع الطفل. فمعلم الطفل عليه ان يعرف نقاط الضعف والقوة لديه من أجل إعداد برنامج تعليمي خاص به إلى جانب ذلك على الوالدين التعرف على القدرات والصعوبات التعليمية

لدى طفلهما ليعرفا أنواع الأنشطة التي تقوى لديه جوانب الضعف وتدعم القوة وبالتالي تعزز نمو الطفل وتقلل من الضغط وحالات الفشل التي قد يقع فيها. (نبهان، ٢٠٠٨: ٢٦)

وقد أضافت دراسة (Dunn, 1999) إلى دمج الأطفال ذوي صعوبات التعلم في فصول المدارس العادية وتوفير فرصة لتكوين صداقات متبادلة وقبول الأقران . هذه دراسة بحثية نوعية محدودة لستة معلمين في الصف ، وثلاثة مديرين ، و ٩١ من طلاب الصف الثالث والرابع والخامس، أشارت النتائج إلى أن الأطفال الذين يعانون من صعوبات التعلم في الصفوف الثالث والرابع والخامس في المدارس الثلاث كان لكل منهم صديق واحد على الأقل في الفصل الدراسي العادي. من بين الطلاب ذوي صعوبات التعلم ، حقق الذكور ذوي صعوبات الرياضيات أعلى درجات الصداقة ومؤشرات الأقران. أعلى من باقي الأطفال ذوي صعوبات التعلم.

ومن أهم الاستراتيجيات التي تستخدم مع الأطفال ذوي صعوبات التعلم أسلوب الهدايا سواء المادية أو المعنوية وأسلوب تقديمها للطفل يعتبر أكبر دافع له للانتقال لمرحلة مهارية أعلى وإكمال الأنشطة بشكل فعال.(Kostelnik, Onaga, Rohde& Whiren, 2002: 77)

وهناك بعض الأساليب للتعامل مع الأطفال ذوي صعوبات التعلم نذكر منها ما يأتي:

- استخدام لغة جسد هادئة واثقة.
- دعهم يعلموا أنك على وعي بالسلوكيات الغير مقبولة لديهم وكيفية التعامل معها.
- عمل علاقة وثيقة قائمة على تبادل الحوار معهم.
- تحويلها وصرفها في محاولة لحل السلوكيات.

(Martin, 2015)

ولذلك ترى الباحثة ضرورة التعامل مع ذوي صعوبات التعلم من خلال استخدام أساليب خاصة في التعامل لتخفيف حدة هذه الصعوبات.

ثانياً: الضغوط النفسية

لقد تعددت النظريات المفسرة للضغوط النفسية إذ يعتبر من المواضيع التي حازت على اهتمام الباحثين في علم النفس والعلوم الإنسانية عموماً، لما لها من أهمية على صحة الفرد

وسوف نحاول في السطور القليلة القادمة التعرف على مفهوم الضغوط النفسية ومصادرها وأنواعها.

عرفها كلا من (كوافحه ويوسف، ٢٠٠٧: ١٧٩) بأنها "حالة من عدم الاتزان والارتباك تؤدي بصاحبها إلى القيام بردود أفعال عقلية وانفعالية غير مرغوبة مما يعرضه للتوتر والضيق والقلق والحزن والأسي".

يعرفه (Walker, 2001:37) بأنها "مواجهة الشخص صعوبات ومشكلات تفوق قدرته على التحمل والتكيف ويمكن أن يؤثر الضغط على صحة الإنسان وسلامته لأنه يحلق داخل الفرد ردود فعل نفسية قصيرة وطويلة الأجل.

ويشير إليه (خليفة وعيسى، ٢٠٠٨: ١٣٢) بأنها "عبارة عن "سلسلة من الأحداث الخارجية التي يواجهها الفرد نتيجة للتعامل مع البيئة ومتطلباتها مما يفرض عليه سرعة التوافق في مواجهة الأحداث لتجنب الآثار النفسية والاجتماعية السلبية والوصول إلى تحقيق التوازن".

فالضغوط هي عملية التفاعل بين الفرد والمواقف الضاغطة لمواجهة الأحداث والاضطرابات التي يمر بها، والتي تسبب له نوعاً من التغيرات السلوكية والجسمية.
(Semin & Fielder 1996: 174)

أسباب الضغوط النفسية:

إن مسببات الضغط بصفة عامة يمكن تصنيفها إلى مسببات داخلية تتعلق بوظائف الأعضاء أو داخلية نفسية كالطبيعة الشخصية للفرد ومسببات خارجية، إذ أن ما يسبب الضغط يختلف من شخص لآخر فمثلاً تلعب العوامل الاجتماعية دوراً كبيراً في حدوث الضغط النفسي لدى الأفراد ويختلف من حيث شدته ومصدره طبقاً للوسط الاجتماعي الذي ينشأ فيه الفرد، كالفقر والبطالة وقلة الرفاهية وقلة الخدمات والضغط السكاني وكذلك العوامل النفسية والانفعالية والصحية وطبيعة الأحداث التي يواجهها الفرد وأنماط الشخصية والخلافات الأسرية والخبرات المؤلمة هي جميعها عوامل تسهم في إحداث الضغط النفسي لدى الأفراد.

(العزيز وأبو السعود، ٢٠٠٩: ٣٣)

ويوجد العديد من مصادر الضغوط النفسية، وهي:

- **المضايقات اليومية:** أو ما تسمى ضغوط الحياة اليومية، وهي ضغوط قد ينظر لها العابر على أنها مضايقات عادية لكن تكرارها واستمراريتها هو ما يمثل الضغط الحقيقي، ومنها:

١. المضايقات المنزلية: وهي المرتبطة بأعباء الإهتمام بمتطلبات المنزل.
٢. المضايقات الصحية: وهي المرتبط بالجوانب الصحية سواء لنفسها أو لأحد أفراد الأسرة.
٣. مضايقات ضغط الوقت: وهي المرتبطة بكثرة المهام وضيق الوقت.
٤. مضايقات الأمور الداخلية: وهي المرتبطة بالضغط الداخلي والأفكار المتصارعة داخل النفس.
٥. المضايقات البيئية: وهي المرتبطة بالجرائم ومشكلات الجيران وضوضاء المرور.
٦. المضايقات المالية: وهي المرتبطة بتوافر النقود لاشباع الاحتياجات الضرورية.
٧. مضايقات المستقبل: وهي المرتبطة بالأمان الوظيفي والخوف من الغد.

(سعد، ٢٠١٦ : ٤٥-٤٦)

أنواع الضغط النفسي:

تتعدد الضغوط النفسية تبعاً لتعدد مدارس علم النفس، وتخصص علماء النفس ويثير الخطيب (٢٠٠٣) إلى الأنواع التالية:

- ضغوط غير حادة: وينتج عنها استجابات طفيفة مع مجموعة علامات الضغط وأعراضه التي من السهولة ملاحظتها.
- ضغوط حادة: وينتج عنها استجابات شديدة القوة لدرجة أنها تتجاوز قدرة الفرد على المواجهة، وتختلف هذه الاستجابات من شخص لآخر، ولا يثير بالضرورة إلى وجود أمراض عقلية أو جسمية وإنما هي استجابات عادية تثير إلى ضرورة التدخل.

٢. ضغوط متأخرة: وهي لا تظهر دائماً أثناء وقوع الحدث إنما تظهر بعد فترة.
٣. ضغوط بعد الصدمة: وهي ناتجة عن حوادث عنيفة وشديدة وعالية وتترك آثارها على الكائن الحي بشكل طويل المدى. (العزيز وأبو السعود، ٢٠٠٩: ٢٧-٢٨)

آثار الضغوط النفسية:

أولاً: الآثار الفسيولوجية (Physiological Effect)

وتشمل فقدان الشهية وارتفاع ضغط الدم والإنهاك الجسمي والصداع والحساسية الجلدية واضطرابات عملية الهضم.

ثانياً: الآثار النفسية (Psychological Effect)

وتشمل التعب والإرهاق والملل وانخفاض الميل للعمل والاكتئاب والأرق والقلق وانخفاض تقدير الذات.

ثالثاً: الآثار الاجتماعية (Social Effect):

وتشمل العزلة والانسحاب وانعدام القدرة على قبوله وتحمل المسئولية والفشل في أداء الواجبات اليومية المعتادة.

رابعاً: الآثار السلوكية (Behavior Effect)

كالارتجافات واللعثمة في الكلام وتغيرات في تعبيرات الوجه وكذلك اضطراب عادات النوم ونقص الميول والحماس.

خامساً: الآثار المعرفية (Cognitive Effect)

وتشمل اضطرابات وتدهور في الانتباه والتركيز والذاكرة وصعوبة في التنبؤ وزيادة الأخطاء وسوء التنظيم والتخطيط. (أحمد، ٢٠١٤: ٣٨)

النظريات المفسرة للضغوط النفسية:

لقد تعددت النظريات المفسرة للضغوط النفسية فيرى هانزسيلي أن الضغوط تتكون من تلك المجموعة من ردود الفعل التي أطلق عليها عرض التكيف العام، فالجسم عادة يقابل التحدي للبيئة ويتكيف مع الضغوط، ووفقاً لسيلي فإن عرض التكيف العام يتكون من ثلاث مراحل وهي مرحلة الإنذار (التنبيه) ومرحلة المقاومة، ومرحلة الاستنزاف (الانهاك).

(عبد المعطي، ٢٠٠٦، ٢٩)

بينما يرى فرويد بأن الأنا يعمل على حفظ الذات من العوامل والمثيرات الداخلية والخارجية المهددة له إما بالعدول عنها أو الهروب منها أو التكيف معها فالزيادة في الضغط النفي تولد الإحساس بالألم وانخفاضه يؤدي الإحساس باللذة والأنا بطبيعته يسعى دائماً لتحقيق اللذة وتجنب الألم فحسب التحليل النفسي ينظر للضغط من منظور نفسي داخلي حيث يتم التأكيد على أهمية ودور العمليات اللاشعورية وميكانيزمات الدفاع في تحديد السلوك السوي واللاسوي للفرد فالصراع والتفاعل المتبادل بين مكونات الجهاز النفسي الثلاث "الهو، الأنا، الأنا الأعلى" وعدم القدرة على تحقيق التوازن بين متطلبات الهو ومتطلبات الواقع الخارجي ينتج عنها

الضغط النفسي ويتأثر إدراك الفرد للموقف الضاغط بتجاربه الداخلية فالقلق والخوف أو أي انفعالات سلبية أخرى تكون مصاحبة للمواقف الضاغطة التي يمر بها الفرد يتم تفريغها بصورة لا شعورية عن طريق الكبت أو الأفكار وغيرهما من ميكانيزمات الدفاع.

(عبد العظيم، ٢٠٠٦: ٢٢)

فروض الدراسة

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات رتب درجات أمهاتالأطفال ذوي صعوبات التعلم ومتوسطات رتب درجات أمهات الأطفال العاديين علي مقياس الضغوط النفسية في اتجاه أمهاتأطفال ذوي صعوبات التعلم.

منهج البحث:

يستخدم البحث الحالي المنهج الوصفي المقارن.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من

تتكون عينة البحث من ١٠أمهاتللأطفال ذوي صعوبات التعلم، و ١٠ أمهات للأطفال العاديين

أدوات الدراسة

بطارية قياس الضغوط النفسية وأساليب المواجهة:

تتكون البطارية من مقياسين هما مقياس الضغوط النفسية ويتكون من (٨٠) عبارة تقيس سبعة عوامل للضغوط هى: الأعراض النفسية والسيكوسوماتية، ومشاعر اليأس والاحباط، والمشكلات المعرفية والنفسية للطفل، والمشكلات الأسرية والاجتماعية، والقلق على مستقبل الطفل، ومشكلات الأداء الإستقلالى للطفل، وعدم القدرة على تحمل أعباء الطفل ماديا ومعنويا ويهدف لمعرفة أنواع الضغوط التى يعانى منها آباء وأمهات ذوى الاحتياجات الخاصة، ومقياس أساليب المواجهة: يتكون من (٣٠) عبارة تقيس خمس ابعاد هى: ممارسات وجدانية وعقائدية وممارسات معرفية عامة وممارسات معرفية متخصصة وممارسات تجنبية وممارسات مختلطة

ولقد تم تقنين المقياس على عينة بلغت ٨٩٢، وتميز بدرجة ثبات تتراوح بين ٦٤-٩١، باستخدام الاتساق الداخلى طريقة ألفا كرونباخ، وتم حساب الصدق بطريقة التحليل العاملى وكشف عن تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق (الشخص، السرطاوى، ١٩٩٨ :٣٤-٣٨).

وقد تم حساب الصدق والثبات لهذا المقياس على عينه البحث من خلال:

فقامت الباحثة باستخدام معامل الثبات الفاكرونباخ، لقياس ثبات المحتوى لمتغيرات الدراسة، وقد تبين ان معامل الثبات لإجمالي "مقياس الضغوط النفسية" بلغ (٠,٨٣٧) مما يدل على الثبات المرتفع لعينة الدراسة، الأمر الذي انعكس أثرة على الصدق الذاتي (الذى يمثل الجذر التربيعى لمعامل الثبات) حيث بلغ (٠,٩١٤).وذلك طبقا لعينة الدراسة

جدول (١) معامل الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخAlpha cronbach

البنود	معامل الثبات	معامل الصدق
إجمالي: " مقياس الضغوط النفسية "	**٠,٨٣٧**	**٠,٩١٤**

كما تم حساب صدق الاتساق الداخلي Internal consistency لإجمالي " مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي صعوبات التعلم"، وذلك باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) Pearson correlation لقياسالعلاقة بين كل بعد والدرجة الكلية لاجمالي بعد المقياس المتعلق بها .وهذا مايوضحه الجدول التالي:

جدول رقم (٢) معاملات الارتباط بين كل عبارة وإجمالي مقياس الضغوط النفسية باستخدام معامل ارتباط (بيرسون

مقياس الضغوط النفسية	
البعد	**معامل الارتباط (r)**
١-أعراض نفسية عضوية	**٠,٩٩٠****
٢- مشاعر يأس وإحباط	**٠,٩٧٥****
٣- مشكلات معرفية ونفسية للطفل	**٠,٩٧٧****
٤- مشكلات أسرية واجتماعية	**٠,٦٩٣****
٥- القلق على مستقبل الطفل	**٠,٩٦٩****
٦- مشكلات الأداء الاستقلالي للطفل	**٠,٩٥٧****
٧- عدم القدرة على تحمل أعباء الطفل	**٠,٩٠٢****

يتضح من الجدول السابق: أن علاقة معاملات الارتباط لكل بعد بالدرجة الكلية للمقياس المنتمي إليه دالة عند مستوى معنوية (٠,٠١) فاقل . وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٩٠٢ و ٠,٩٩٠) مما يدل على ان جميع الأبعاد صادقة ومرتبطة مع أداة الدراسة، الأمر الذى يبين صدق أداة الدراسة وصلاحيتها للتطبيق الميداني.

أساليب المعالجة الإحصائية المستخدمة

- مان ويتنيMann-Whitney
- كروسكال واليزKruskal – Wallis

نتائج الدراسة

الفرض الدراسة:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات رتب درجات أمهاتالأطفال ذوي صعوبات التعلم والأطفال العاديين علي مقياس الضغوط النفسية في اتجاه أمهاتذوي صعوبات التعلم

جدول (٣) يوضح الفروق بين المجموعتين باستخدام Mann–Whitney U

الابعاد	أمهاتأطفال صعوبات التعلم ن (١٠)		أمهات الأطفال العاديين ن = (١٠)				
	متوسط	الانحراف	متوسط	انحراف	قيمة Z	الدلالة	النتيجة
أعراض نفسية عضوية	6.85	68.50	14.15	141.50	-2.770	.001	دالة
مشاعر يأس واحباط	6.65	66.50	14.35	143.50	-2.922	.001	دالة
مشكلات معرفية ونفسية للطفل	9.95	99.50	11.05	110.50	-.426	.670	غير دالة
مشكلات اسرية	5.50	55.00	15.50	155.00	-3.794	.001	دالة
القلق علي	10.70	107.00	10.30	103.00	-.152	.879	غير

مستقبل الطفل							دالة
مشكلات الاداء الاستقلالي	5.50	55.00	15.50	155.00	-3.788	.001	دالة
عدم القدرة علي تحمل اعباء الطفل	10.00	100.00	11.00	110.00	-.380	.70	غير دالة
الدرجة الكلية	6.20	62.00	14.80	148.00	-3.253	.001	دالة

عرض وتفسير النتائج

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالةإحصائية بين متوسطات رتب درجاتأمهات الأطفال ذوي صعوبات التعلم وأمهات الأطفال العاديين علي أبعاد مقياس الضغوط النفسية (أعراض نفسية عضوية، ومشاعر يأس واحباط، ومشكلات أسرية، ومشكلات الأداء الاستقلالي، الدرجة الكلية) في اتجاه أمهاتأطفال صعوبات التعلم.

بينما لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات رتب درجات أمهاتأطفال صعوبات التعلم وأمهات الأطفال العاديين علي أبعاد مقياس الضغوط النفسية (مشكلات معرفية ونفسية للطفل، والقلق علي مستقبل الطفل، وعدم القدرة علي تحمل اعباء الطفل).

المراجع

١) أحمد (رغدا). (٢٠١٤). الضغوط المهنية وعلاقتها بأساليب المواجهة لدى معلمات رياض الأطفال، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة حلوان.

٢) أبو رزق، (محمد). (٢٠١٠). السمات الشخصية المميزة لذوي صعوبات التعلم وعلاقتها بالانتباه وبعض المتغيرات، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.

٣) الشرمان، (عاطف). (٢٠١٥). تكنولوجيا التعليم المساندة لذوي الاحتياجات الخاصة. دار المسيرة. عمان.

٤) العزة، (سعيد). (٢٠١٣). صعوبات التعلم "المفهوم- التشخيص- الأسباب- أساليب التدريس واستراتيجيات العلاج"، دار الثقافة للنشر والتوزيع. عمان.

٥) العزيز (أحمد) أبو السعود (أحمد). (٢٠٠٩). التعامل مع الضغوط النفسية، عمان : دار الشروق.

٦) بركات، (سري). (٢٠٠٨). الإرشاد النفسي لذوي الاحتياجات الخاصة. دار الزهراء. الرياض.

١) بطاينة، (نور) وأمين، (زليخا). (٢٠٠٦). صعوبات التعلم لذوي الاحتياجات الخاصة. عالم الكتب. الأردن.

٢) بطاينة، (أسامة) والجراح، (بطاينة). (٢٠٠٧). علم نفس الطفل غير العادي. دار المسيرة. عمان.

٣) سعد (أحمد). (٢٠١٦). برنامج إرشادي للتخفيف من حدة الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الشلل الدماغي. ماجستير. كلية التربية للطفولة المبكرة. جامعة القاهرة.

٤) سليمان، (السيد). (٢٠١١). التدريب الميداني لانتقاء ذوي صعوبات التعلم. عالم الكتب. القاهرة.

٥) شريف، (السيد). (٢٠١٤). مدخل إلي التربة الخاصة. دار الجوهرة. القاهرة.

٦) عبد المعطي (حسن). (٢٠٠٦). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها. القاهرة: مكتبة الزهراء.

٧) عبد العزيز، (سعيد). (٢٠٠٥). إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة. دار الثقافة. عمان.

٨) عبد العظيم (طه). (٢٠٠٦) إدارة الضغوط النفسية والتربوية، عمان : دار الفكر.

٩) فضة، (حمدان) وسيد، (سليمان). (٢٠١٠). العلاجالنفسيلذوىصعوباتالتعلم الراشدونوالموهوبون. المؤتمر العلمي الأول. كلية التربية. جامعة بنها.

١٠) كوافحة، (تيسير). (٢٠٠٣). صعوبات التعلم والخطة العلاجية المقترحة. عمان. دار المسيرة.

١١) كوافحه (تيسير) ويوسف (عصام). (٢٠٠٧). تربية الأفراد غير العاديين في المدرسة والمجتمع، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

١٢) مجيد، (سوسن). (٢٠٠٨). اتجاهات معاصرة في رعاية وتنمية مهارات الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. دار صفاء. عمان.

١٣) نبهان، (يحيى). (٢٠٠٨). الفروق الفردية وصعوبات التعلم. دار اليازوري. عمان.

١٤) وليد (خليفة) مراد (عيسى). (٢٠٠٨). الضغوط النفسية والتخلف العقلي في ضوء علم النفس المعرفي، الإسكندرية: دار الوفاء.

١٥) يحيى، (خولة). (٢٠٠٥). البرامج التربوية للأفراد ذوي الحاجات الخاصة. دار المسيرة. عمان.

16) Cahill&bulanda,M.(2009): using transformative learning theorey to enhance professional development. The internet journal of allied health science and practice. Jan, v7, n1, pp1-7.

17) Dunn, Debra Larkin. (1999). Inclusive education: A study of the peer acceptance of children with learning disabilities in upper elementary grades. Ed.D.University of Massachusetts Lowell. United States.

18) Frederickson, Norah& Cline, Tony. (2015). Special educational needs, Inclusion and Diversity, 3edition, congress cataloging- in- publication data.

19) German, Jean. (2001). Emotional Disorders & Learning Disabilities “ in the elementary classroom”. Corwin press, inc, thousand oaks, California.

20) James, Amy. (2008). School success for children with special needs. Library of congress cataloging- in- publication data.

21) Kostelnik. Marjoriej , Onaga. Esther, Rohde. Barbara& Whiren. Aliee (2002). Children with special needs.teachers college press. Columbia university New Yotk and London. P.77.

22) Lowenthel, B. (2002): Precursors of learning disabilities, in the inclusive preschool, US: University of Illinois.

23) Martin, Sarah. (2015). Teahing children & young people with special Educatioal Needs& Disabilities. Sage publication, india.

24) Semin, G and Fielder K. (1996). Applied social psychology. Thousand Oaks: CA: sage Publications

25) Smith, Deborah & Tyler, Naomi. (2010). Introduction to special education, pearson International Edition.

26) Walker, C.M. (2001). Psychological and biographical differences between secondary school teachers experiencing high and low levels of burnout. British Journal of Educational Psychology. 60, pp.37.