مجلة علوم إنسانية
JOURNAL OF HUMAN SCIENCES
مجلة دورية محكمة تعنى بالعلوم الإنسانية
مجلة علوم انسانية WWW.ULUM.NL السنة السابعة: العدد 42: صيف 2009 -7th Year: I July

مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال كما يدركها الأطفال وكما يدركها المعلمون

أ. علي هاشم جاوش الباوي
مدرس علم نفس الطفل- الكلية التربوية المفتوحة- واسط- العراق
alihashem29@yahoo.com
2008

ملخص البحث

لقد ورثت الطفولة العراقية شأنها شان بقية شرائح المجتمع العراقي الضعيفة، تركة ثقيلة ورهيبة، كان في مقدمتها الأزمات الاقتصادية – الاجتماعية، التي طالت انعكاساتها عموم شرائح المجتمع العراقي، وشكلت الضغوط النفسية من بينها هماً يوميا باعتراف المصادر الرسمية0

وأكدت تقارير دولية نشرت عشية سقوط النظام السابق، وجود 5 ملايين و300 ألف طفلا يتيما وقرابة 900 ألف من ذوي الاحتياجات الخاصة، من المعاقين جسديا وعقليا0

أما الحروب التي مر بها العراق ، فقد خلفت تأثيرات خطيرة على حياة الأطفال وصحتهم ونفسيتهم وسلوكياتهم، ذلك لان التعرض، خاصة طويل الأمد، للصدمات والقلق والضغط من جراء الحرب، يترك بصماته على البناء النفسي للطفل، ومصادر النظام السابق نفسها كشفت في مطلع عام 1995 فقدان 9و12 % من مجموع الأطفال العراقيين لآبائهم، و3و9 % لأمهاتهم، و5و36% لأفراد من عوائلهم، وقد ازدادت هذه المؤشرات كثيرا عقب الحرب الأخيرة عام 2003 0

واستنادا إلى مجموعة من علماء نفس الطفل، لهم خبرة عقد من الزمن في حروب أوغندا وموزمبيق والسودان، فان (الأطفال العراقيين هم الأكثر معاناة بين أطفال الحروب، الذين تم وصفهم)0

ومع أن جميع المعنيين وغيرهم يدركون، وهم على دراية تامة بواقع الأوضاع الصحية والنفسية في العراق، وبما تستلزمه من إجراءات جدية وعاجلة، إلا أن الكلام والوعود الكثيرة لم تقترن سوى بأفعال بسيطة، ودون المستوى المطلوب (تقرير منظمة اليونيسيف ، مكتب بغداد ، 2005)0

وبما أن أطفال العراق مروا ويمرون بخبرات الضغط النفسي بسبب تعرضهم لصدمات نفسية كثيرة، كان لها الأثر السيئ في صحتهم النفسية وتكيفهم مع تطورات الحياة ونهوض المجتمع نحو الأفضل فانه من المهم أن يكون الأفراد المهمين لدى الطفل ومنهم المعلمون على وعي بمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال بهدف الوقاية منه، والحد من تكرار الأحداث المثيرة له0

وهناك مؤشرات تدل على أن خبرة الضغط النفسي لدى الأطفال غير مدركة من قبل المعلمين، وقد تبين في ضوء الدراسات ذات الصلة أن عدم فهم الجماعة المرجعية لدى الطفل لمصادر الضغط النفسي وشدته لدى الأطفال يزيد من معاناتهم، ويقلل من فرص تقديم المساعدة لهم، وهذا بدوره يشكل مصدرا للضغط النفسي0

وتأتي أهمية هذه الدراسة من أن نتائجها يمكن أن تلفت نظر المربين إلى أهمية وضع البرامج الوقائية والإرشادية، كما يمكن أن تساعد في توفر أفضل سبل الاتصال بين الأطفال والمعلمين وبالتالي تحسين الصحة النفسية لدى الاطفال0

وإزاء ذلك يسعى البحث الحالي إلى معرفة مستوى الضغوط النفسية لدى الاطفال0

وفي ضوء ما تقدم تحددت فرضيات البحث بآلاتي:

1. تشيع الضغوط النفسية بين الأطفال بدرجة عالية0
2. لا توجد فروق ذات دلالة بين الأطفال والمعلمين في تقدير مستوى الضغط النفسي لدى الاطفال0
3. يوجد اتفاق بين الأطفال والمعلمين في ترتيب مصادر الضغط النفسي من حيث الشدة لدى الاطفال0

وقد اقتصر البحث الحالي على الأطفال التلاميذ (الذكور والإناث) بعمر (11 – 12) سنة في مدينة الكوت / المركز، الدارسين في المدارس الابتدائية، وكذلك الهيئة التعليمية في المدارس نفسها للعام الدراسي 2006 / 2007 0

وفيما يتعلق بالإطار النظري، فقد وضع الباحث خلفية نظرية تناولت بعض الأدبيات المتعلقة بمصادر الضغط النفسي، والحروب وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى الأطفال، والتأثيرات غير المباشرة للحرب على الأطفال، وبعض الدراسات التي تناولت مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال وآثار الضغط النفسي لدى الأطفال وإدراك الكبار للضغط النفسي لدى الاطفال0

وتحقيقا لفرضيات البحث الحالي، فقد تطلب الأمر إعداد قائمة لاستكشاف الضغوط النفسية لدى الأطفال، حيث تم عرض القائمة على لجنة من المتخصصين في ميدان علم النفس لإبداء آرائهم حول صلاحيتها للقياس، وفي ضوء ذلك تم الحصول على (36) فقرة تؤلف القائمة0

أما الثبات فقد تم استخراجه بطريقة التجزئة النصفية وقد بلغ (61و0) ثم صحح بمعادلة سبيرمان براون فبلغ (76و0)0

ثم طبقت القائمة على عينة من الأطفال بلغت (145) تلميذا وتلميذة بواقع (80) ذكور و (65) اناث0

وقد تم اختيار العينة على وفق الاختيار العشوائي البسيط من تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر (11 – 12) سنة، كما شارك في هذا البحث (120) معلم ومعلمة، من اللعاملين في المدارس الابتدائية التي اختيرت منها عينة التلاميذ نفسها0

وقد توصلت نتائج البحث إلى ماياتي:

أولا – تشيع الضغوط النفسية بين الأطفال بدرجة عالية0

ثانيا – أن أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال هي:

1. طلاق الوالدين0
2. الاستهزاء0
3. صوت الانفجارات0
4. الشعور بالمرض0
5. مرض أحد أفراد الاسرة0
6. صوت الاطلاقات النارية0
7. قلة توفر بعض الحاجات الضرورية0
8. الحصول على درجات ضعيفة في المدرسة0
9. وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة0
10. الشتم0

ثالثا – أن شعور الأطفال بمستوى الضغط النفسي لديهم أعلى من شعور المعلمين بمستوى الضغط النفسي لدى الاطفال0

رابعا – لا يوجد اتفاق بين تقديرات الأطفال وتقديرات المعلمين في ترتيب مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال من حيث الشدة0

وفي ضوء النتائج قدم الباحث بعض التوصيات والمقترحات0

مجلة علوم إنسانية
JOURNAL OF HUMAN SCIENCES
مجلة دورية محكمة تعنى بالعلوم الإنسانية
مجلة علوم انسانية WWW.ULUM.NL السنة السابعة: العدد 42: صيف 2009 -July I Year: 7th

المبحث الأول

مشكلة البحث وأهميته:

لقد ورثت الطفولة العراقية، شأنها شأن بقية شرائح المجتمع العراقي الضعيفة، تركة ثقيلة ورهيبة، كان في مقدمتها الأزمات الاقتصادية – الاجتماعية، التي طالت انعكاساتها عموم شرائح المجتمع العراقي، وشكلت الضغوط النفسية من بينها هماً يومياً باعتراف المصادر الرسمية، حيث ازدادت من 8و24% قبل عام 1989 إلى 62% في عام 2002 0

وأكدت تقارير دولية، نشرت عشية سقوط النظام السابق ، وجود 5 ملايين و 300 ألف طفلا يتيما، وقرابة 900الف من ذوي الاحتياجات الخاصة، من المعاقين جسديا وعقليا، وأكثر من مليون ونصف المليون أرملة، عدا مئات الآلاف من المطلقات 0 وكانت اغلب تلك النساء يقمن بإعالة أطفالهن ، الذين شكلوا نحو 7 ملايين طفلا، وجميع هؤلاء يعيشون بمستوى مادي متردد جدا ودون الحد الأدنى للمستوى المعيشي0

أما الحروب التي مر بها العراق، فقد خلفت تأثيرات خطيرة على حياة الأطفال، وصحتهم، ونفسيتهم، وسلوكيتهم0 ذلك أن التعرض، خاصة طويل الأمد، للصدمات والقلق والضغط من جراء الحرب، يترك بصماته على البناء النفسي، وأحيانا الجسدي، للطفل 0 فالحرب لاتشوّه الجسد فحسب بل وتشوّه الطاقات العقلية والنفسية أيضا 0 ومصادر النظام السابق نفسها كشفت في مطلع عام 1995 فقدان 9و12% من مجموع الأطفال العراقيين لآبائهم، و 3و9% لأمهاتهم، و 5و36% لأفراد من عوائلهم 0 وقد ازدادت هذه المؤشرات كثيرا عقب الحرب الأخيرة في عام 2003 0

وكانت محنة الأطفال صارخة حينما أشارت السيدة سناء فرنسيس – مديرة مشروع الرعاية النفسية للأطفال آنذاك، بان الغالبية من الأطفال العراقيين يعانون من مشكلات نفسية كبيرة وخطيرة، مما اثر سلباً على استيعابهم لدروسهم، وبالتالي على مستواهم الدراسي (منظمة اليونيسيف ، مكتب بغداد ،2005)0

كما أن حصاد الحرب الأخيرة والأوضاع الاستثنائية وآثارها النفسية المدمرة ضاعفت من مستويات المعضلة النفسية والعقلية، التي كانت سائدة في العراق عشية الحرب، مسببة ازدياد أعداد العراقيين الذين يعانون من حالات الصدمة، والانهيار، والخوف، والقلق، والاكتئاب الشديد، والضغط النفسي، والكوابيس، والتبول اللاإرادي، وغيرها، أضعاف ما كانت عليه 0 وقد حذر أطباء متخصصون ووكالات إغاثة دولية من احتمال إن تمتد آثار ذلك لسنوات طويلة وسط المجتمع، وناشدوا جميع المعنيين بالمشكلة حماية أطفال العراق من كل ما يؤثر سلبا عليهم من الناحية النفسية والجسدية، منطلقين من عمق تداعيات الصدمة والأزمة النفسية، التي يصاب الأطفال بها أثناء الحرب، والتي ستؤثر على نموهم، وتنعكس على شخصياتهم وسلوكهم وتدوم لفترات طويلة، ومن نتائجها جنوح الأطفال، والسلوك العدواني، والعنف، وانتشار الجرائم0

ويؤكد الخبراء أنه بعد فترات طويلة على التئام الجروح العضوية لدى الأطفال والمراهقين الذين عانوا من الحروب، تبقى الصدمات النفسية شاهدا لا تمحوه الأيام 0 وفي بعض الحالات تنتقل الصدمات النفسية من جيل إلى آخر، من الأم إلى الطفل حسب ما أوضح أطباء نفسيون ومسؤولون في المجال الإنساني، وتؤكد ليزا اوس رونغرت من منظمة (أطباء بلا حدود) غير الحكومية، أن تصرفات الطفل (النابعة من الخوف) تنعكس على علاقته بوالدته ما يعيد صدمتها إلى الواجهة، وأحيانا تعود الصدمة، التي تكون مكبوتة منذ الطفولة، لتبرز خلال فترة المراهقة0 (Craig,1996,p.486)

وأوضح لاشال، خلال المؤتمر الـ12 للجمعية الأوربية لعلم نفس الطفل والمراهق، الذي عقد في باريس، أن الحرب تؤدي إلى تدمير الأماكن الآمنة، مثل المنزل العائلي، والى تغيير العادات الاجتماعية،

وإبراز العنف وعدم السيطرة على الانفعالات، ومن شان ذلك التسبب بالخوف، والغضب، وتنمية الميل إلى العنف، وفقدان القيم، أو تحويرها، و (سيطرة المشاعر على الانفعالات) لدى المراهقين0

واستنادا إلى مجموعة من علماء نفس الطفل، لهم خبرة عقد من الزمن في حروب أوغندا وموزنبيق والسودان، فان (الأطفال العراقيين هم الأكثر معاناة بين أطفال الحروب، الذين تم وصفهم)0

وقد حذر تقرير لممثل وكالة إنسانية دولية عملت في العراق من أن المستقبل قاتم بالنسبة للأطفال الذين ينمون في ظل الظروف الحالية، فهم يحصلون على تعليم محدود، وفاتتهم ثورة المعلوماتية، فيما يبدأ الكثير منهم العمل اعتبارا من عمر الثانية عشر عاما، ونبه هانز فون سبونيك – المنسق السابق لبرنامج الممم المتحدة الإنساني – في تقرير له إلى أن الوضع القائم في العراق سوف يؤدي إلى ظهور جيل من الشباب أكثر تطرفا وعنفا من أي وضع سابق معروف ، فهؤلاء الشباب يشعرون بالمرارة والغضب ، ويحسون أن العالم قد تخلى عنهم0(تقرير منظمة اليونيسيف ، مكتب بغداد ، 2005)

ولعل الادهى، أن الحرب عام 2003، والآلة الحربية الرهيبة التي استخدمت خلالها، وتميزت بدمارها الهائل وفتكها الرهيب، وبما تركته من مشاهد وذكريات وآثار مأساوية لا تنسى، لم تضع بعد كل التضحيات والخسائر، حدا نهائيا لمآسي الشعب العراقي ولم تخلصه من دوامة الصدمات والتوترات والخوف والرعب، ولبقية أسباب وعوامل الاضطرابات النفسية والأمراض العقلية0

في الواقع أن الحالات المرضية المذكورة تفاقمت أكثر أيام الحرب وبعدها، حتى يومنا هذا، في ظل السياسات الخاطئة للقوات المتعددة الجنسيات، وضعف قوات حفظ الأمن العراقية، وضعف ردع المجرمين، كل هذا شجع استمرار العبث بأمن المواطنين، وتصاعد العمليات الإرهابية، واستشراء العنف وجرائم القتل الجماعي، عبر القصف العشوائي، والتفجيرات، والعمليات الانتحارية، التي نشرت الخوف والرعب إلى جانب الموت، وأصبح ضحيتها الأولى الأطفال 0

لقد اهتم الدارسون بشكل أساسي بالضغط النفسي لدى الكبار وآثاره على تكيفهم النفسي وصحتهم الجسدية، ولكن منذ سنوات قليلة بدأ الاهتمام بدراسة العلاقة بين أحداث الحياة والضغط النفسي لدى الاطفال0

إذ يتعرض بعض الأطفال لمواقف مؤلمة ومفاجئة وشديدة قد يجد فيها تهديدا لحياته وسلامته الجسدية والنفسية أو سلامة أي شخص ممن يحبه أو تربطه به علاقة وثيقة ويسبب له ضغطا نفسيا شديدا، فيغدو عاجزا أو غير قادر على الهروب منه وهو أمر يحمل آثاره معه في مراحل حياته المختلفة ليصبح أكثر استعدادا للإصابة بالاضطرابات النفسية والسلوكية أو يتأثر بالحوادث الضاغطة المستقبلية ، وأنماط هذه المواقف عديدة منها : الحروب ، الكوارث الطبيعية ، جرائم العنف ، مشاهد الخراب والتدمير ، الحرائق ، الإساءة الجنسية ، سوء المعاملة ، الحوادث00 فالمعاناة غالبا ما تكون فردية ويكون الطفل المستهدف الرئيس فيها ، فتظهر لديه ردود أفعال تتضمن جملة أفكار وانفعالات وسلوكيات تتمثل في (الاستثارة الفسيولوجية ، تجنب النشاطات والفعاليات ، وبرود العواطف ، وأحلام مفزعة ، ونوبات غضب ، وصعوبة التركيز ، واستجابات رعب ، وفرط التيقظ)0 والتي يعبر بها عن غضبه إزاء نفسه وإزاء الراشدين الذين يتوقع إنهم وجدوا أساسا لحمايته من الأذى ، فيصبح العالم مخيفا له ، إذ يتغير حوله بشكل مفاجئ من مصدر أمن إلى مصدر تهديد0 (Woolfolk,1998,p.102)

وتختلف ردود أفعال الأطفال واستجاباتهم حيال المواقف الضاغطة تبعا لعمر الطفل وبيئته والمساندة الأسرية والاجتماعية التي يتلقاها، ومهارات المواجهة التي طورها لنفسه0

كما أن هناك ردود أفعال مباشرة يمكن أن تلاحظ خلال أيام وتستمر عددا من الأسابيع أو الأشهر، وهناك ردود أفعال غير مباشرة وممتدة يظهر تأثيرها بعد سنوات عدة، خلال مراحل عمرية لاحقة وقد تأخذ طابعا زمنيا، وكان هناك اعتقاد سائد بان تعرض الطفل إلى موقف ضاغط لا يترك أثره فيه لأنه سرعان ما ينسى حدوثه لكونه أكثر مرونة من الكبير، إلا أن واقع الحال يشير إلى خطا هذا الاعتقاد فهو

ليس أكثر مرونة من الراشد ولا ينسى أسرع منه بل وسائل الدفاع اللازمة ومهارات التعامل مع المواقف الضاغطة لم تنم لديه بعد بشكل مناسب، كما انه لا يحدّث عما تعرض له لكونه غير قادر على التعبير بشكل صحيح عما أصابه 0 بخاصة انه قد يشعر بالذنب تجاه ما تعرض له ويحمل نفسه مسؤولية ذلك لأنه خائف من لوم الآخرين له، فضلا عن إدراكه أن البالغين الذين أساءوا إليه تجب طاعتهم وان تهديداتهم يمكن تنفيذها 0 وهو أمر يتطلب العمل على مساعدة الطفل على مواجهة مثل هذه الصدمات أن أمكن في البداية وقبل أن تؤدي إلى ظهور الاضطرابات لديه وذلك بعرضه على المختصين لطلب المساعدة النفسية0

ولكون الطفل يمثل المستقبل المتطور في حياة الأمم والشعوب، بدأت تظهر مراكز خاصة في عدد من دول العالم تعرف بمراكز علم نفس الأزمات بعضها خاصة بالأطفال وبعضها بالراشدين، التي بدورها وفرت الخطط العلاجية للتعامل مع الأطفال الذين يتعرضون لصدمة الطفولة0

ومع أن جميع المعنيين، وغيرهم يدركون، وهم على دراية تامة بواقع الأوضاع الصحية والنفسية في العراق، وبما تستلزمه من إجراءات جدية وعاجلة، إلا أن الكلام والوعود الكثيرة لم تقترن سوى بأفعال بسيطة، ودون المستوى المطلوب0

وبما أن أطفال العراق مروا ويمرون بخبرات الضغط النفسي بسبب تعرضهم لصدمات نفسية كثيرة نتيجة الحصار الظالم الذي فرض على العراق والذي تزامن مع الحروب التدميرية وكان لها الأثر السيئ في صحتهم النفسية وتكيفهم مع تطورات الحياة ونهوض المجتمع نحو الأفضل، فانه من المهم أن يكون الأفراد المهمين لدى الطفل ومنهم المعلمين على وعي بمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال بهدف الوقاية منه، والحد من تكرار الأحداث المثيرة له0

وهناك مؤشرات تدل على أن خبرة الضغط النفسي لدى الأطفال غير مدركة من قبل المعلمين 0 وقد تبين في ضوء الدراسات ذات الصلة أن عدم فهم الجماعة المرجعية لدى الطفل لمصادر الضغط النفسي وشدته لدى الأطفال يزيد من معاناتهم، ويقلل من فرص تقديم المساعدة لهم، وهذا بدوره يشكل مصدرا للضغط النفسي0

وتأتي أهمية هذه الدراسة من أن نتائجها يمكن أن تلفت نظر المربين إلى أهمية وضع البرامج الوقائية والإرشادية، كما يمكن أن تساعد في توفير أفضل سبل الاتصال بين الأطفال والمعلمين وبالتالي تحسين الصحة النفسية لدى الاطفال0

فرضيات الدراسة:

1. شيوع الضغوط النفسية بين الأطفال بدرجة عالية0
2. لا توجد فروق ذات دلالة بين الأطفال والمعلمين في تقدير مستوى الضغط النفسي لدى الاطفال0
3. يوجد اتفاق بين الأطفال والمعلمين في ترتيب مصادر الضغط النفسي من حيث الشدة لدى الاطفال0

حدود الدراسة:

تقتصر الدراسة الحالية على تلاميذ المرحلة الابتدائية والمعلمين في المدارس الابتدائية في محافظة واسط (المركز) للعام الدراسي 2006 / 2007 0

تحديد المصطلحات:

- الضغط النفسي:

لقد عرف العلماء الضغط النفسي باتجاهات مختلفة، الأول: يعرفه باعتباره مثيرا، حيث عرفه:

- هو لمز (Holmes, 1982): بأنه حادث مثير يلقي مطالب صعبة على الفرد0

(Holmes, 1982, p.68)

- ويعرفه تولور (Tolor , 1986) : بأنه أي تغير يلقي عبئا على قدرات التكيف لدى الفرد (Tolor , 1986 , p. 48)

والاتجاه الثاني يعرف الضغط النفسي استنادا إلى نتائجه ، وضمن هذا الاتجاه ، يعرفه :

- سيلاي (Silai , 1977) : بأنه استجابة فسيولوجية نتجت عن أحداث مزعجة0

(Silai , 1977 , p. 20)

- ويعرفه زمباردو (Zimbardo , 1985) : بأنه نمط الاستجابة المحددة أو غير المحددة التي يقوم بها الكائن لحادث يخل بتوازنه ويرهق أو يتجاوز قدراته على التكيف0

(Zimbardo , 1985 , p. 112)

والاتجاه الثالث يميل إلى الاهتمام بتقييم الفرد للأحداث ، وضمن هذا الاتجاه ، يعرف :

- تايلور (Taylor, 1975) : الضغوط النفسية بأنها عملية تقييم الأحداث كمواقف مهددة ، والاستجابة لها عبر تغيرات معرفية وانفعالية وفسيولوجية0

(Taylor , 1975 , p. 96)

- ويرى لازاروس (Lazarus , 1981) : أن الضغط النفسي هو علاقة بين الفرد وبيئته ، يقيمها الفرد بأنها مرهقة ، وأنها فوق قدراته وتعرض وجوده للخطر0

(Lazarus , 1981 , p. 75)

- ويرى برودسكي (Brodsky , 1990) : أن الضغط النفسي هو تقييم الأحداث بأنها مهددة ، أو أنها يمكن لن تكون باعثة على الألم ، وهو يشمل الاستجابات التالية للتهديد سواء أكانت نفسية أم جسدية 0(Brodsky , 1990 , p. 75)

ويعرف الباحث، الضغط النفسي بأنه:

الحالة الوجدانية التي يخبرها الطفل والناتجة عن أحداث وأمور تتضمن تهديدا لإحساسه بالحياة السوية ، وتشعره بالقلق فيما يتعلق بمواجهتها0

ويعرفه إجرائيا:

بأنه مستوى شعور الطفل بشدة الضغط النفسي كما تعكسه درجته الكلية على فقرات قائمة الضغوط النفسية التي أعدها الباحث لهذا الغرض0

مجلة علوم إنسانية
JOURNAL OF HUMAN SCIENCES
مجلة دورية محكمة تعنى بالعلوم الإنسانية
مجلة علوم انسانية WWW.ULUM.NL السنة السابعة: العدد 42: صيف 2009 -July 7th Year: I

المبحث الثاني

خلفية نظرية:

يواجه الأفراد في الحياة المعاصرة المليئة بالتغيرات زيادة وتنوعا في مصادر التوتر والضغط النفسي التي يتعرض لها الأفراد في مختلف الأعمار (Kasl , 1983 , p. 61) مما جعل العلماء والدارسين يولون موضوع الضغط النفسي اهتماما متزايدا يبين آثاره الخطيرة على الصحة النفسية والصحة الجسدية 0(Holdin , 1985 , p.143)

وقد وجد العاملون في ميدان الصحة النفسية أن الضغط النفسي يسهم في كثير من الأمراض الجسدية لدى الأفراد ومنها اضطرابات القلب ، والقرحة ، وارتفاع ضغط الدم (Krantz and Raisen , 1986 , p. 4) كما تبين وجود علاقة بين الضغط النفسي ومشكلات الصحة النفسية مثل القلق (Pervin , 1984 , p.46) والاكتئاب ومحاولات الانتحار (Hultsch and Deutsche , 1981 , p. 220) وانخفاض الإنجاز الأكاديمي (Hays and Orrel , p.79) وانخفاض الأداء في العمل 0(Keinan ,1987, p.641-642)

وفيما يتعلق بالأطفال تبين وجود علاقة بين أحداث الحياة المثيرة للضغط النفسي واضطرابات الصحة الجسدية ، مثل آلام البطن المزمنة (Green Wood , 1972 , p. 155) واضطرابات الجهاز التنفسي ، وبدايات السكري (Bradley and Tom , 1986 , p.92) كما تبين وجود آثار للضغط النفسي على الصحة النفسية لدى الأطفال وعلى تكيفهم (Vinokur and Selzer , 1975 , p.332) حيث تبين وجود علاقة للضغط النفسي مع كل من القلق والاكتئاب (Sweeney and et al, 1982 , p.138) وسوء التكيف المدرسي والمشكلات السلوكية وفقدان الشهية(Beech and et al , 1982 , p.12)0

أما فيما يتعلق بمصطلح الضغط النفسي (Stress) فانه كثيرا ما يتم استخدامه بالتناوب مع مصطلح القلق 0 ويرى لازاروس انه على الرغم من تداخل المفهومين فان القلق هو نتاج للضغط النفسي (Lazaros , 1981 , p.90) وكانت دراسات سيلاي (Silai) بشكل خاص منطلقا لزيادة الاهتمام بهذا الموضوع ، فقد أكدت تجاربه وجود آثار للضغط النفسي على العمليات الفسيولوجية ، وقدم سيلاي نموذجا من ثلاث خطوات تتضمنها الاستجابة للضغط النفسي أطلق علها اسم متلازمة التكيف العام Adaptation Syndrome General 0 ويرى سيلاي أن الضغط النفسي استجابة تتكون من ثلاث مراحل : الأولى ، مرحلة التحذير أو الصدمة (Alarm Stage) وفيها تنشط العضوية لمواجهة التهديد ، وتقوم بإفراز الهرمونات ويتسارع النبض ، والتنفس ، ويصبح فيها الشخص في حالة أهبة واستعداد للقتال أو الهرب0 والمرحلة الثانية ، مرحلة المقاومة حيث تعمل العضوية على مقاومة التهديد0 والمرحلة الثالثة ، مرحلة الإنهاك وتحدث عند الفشل في التغلب على التهديد واستمرار الضغط النفسي لفترة طويلة ، مما ينجم عنه استهلاك العضوية لمصادرها الفسيولوجية مما يؤدي إلى الانهيار جسميا أو انفعاليا(Silai , 1977 , p. 20) 0

مصادر الضغط النفسي :

ينشا الضغط النفسي لدى الأفراد نتيجة أحداث تتضمن إعاقة واقعية أو متخيلة لحاجات الفرد أو أهدافه0 وتأخذ هذه الإعاقة أشكالا منها الإحباط الناتج عن إعاقة إشباع حاجة ما ، والصراع ، ويعود إلى وجود حاجات متضاربة لدى الفرد (Davidson and cooper , 1983 , p.57) 0 كما ينشا الضغط النفسي عن الشعور بالتهديد ويرجع هذا الشعور إلى توقع العجز في التعامل مع موقف ما في المستقبل ،

ويختلف عن الإحباط بأنه لم يصبح أمرا واقعيا وإنما متخيل أو متوقع مستقبلا ، ويكون التهديد اشد خطرا إذا تعلق بتقدير الفرد لذاته (Hultsch and Deutsch , 1981 , p.231) كما أن الملل مصدر للضغط النفسي فعندما تخلو الحياة من مثيرات مناسبة يشعر الإنسان بالتوتر (Glass and Singer , 1972 , p. 5)

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

أولا : الرفض Rejection : ويتضمن رفضا لمطالب الطفل وحاجاته بطريقة فظة0

ثانيا : إيذاء المشاعر وإهمالها Denial of emotion : ويتمثل في سلوك البرود Coldness ، وعدم الاهتمام ، وإهمال التواصل0

ثالثا : الإذلال (الحط من القدر) Degradation : ويأخذ أشكالا مثل إذلال الطفل بحضور الآخرين ، أو وصفه بالغباء أو مقارنته بالاخرين0

رابعا : الإرهاب Terrorization : ويعني إجبار الطفل على مشاهدة العنف الذي يمارس ضد الاخرين0

خامسا : العزل Isolation : ويتمثل في عدم السماح للطفل باللعب مع أقرانه ، وإقفال الحجرة عليه ، أو حرمانه من الأشياء التي يحبها0

سادسا : الاستغلال : ويتمثل في الحصول على فوائد من خلال استغلال ضعف الطفل0
(Craig, 1996, p.481)

وتؤدي أحداث الحياة دورا مهما في الضغط النفسي ولاسيما تلك التي تتضمن تغيرات مفاجئة مثل التغير في الوضع الاقتصادي، أو في العلاقات مع الآخرين (Dohrenwend, 1973, p. 28) وفيما يتعلق بالأطفال تؤكد الدراسات أن معظم مصادر الضغط النفسي ذات أساس اجتماعي انفعالي Krantz (and Raisen, 1997, p.89)0

وتقع أهمية أحداث الحياة المثيرة للضغط النفسي في نطاق الأسرة والمدرسة، كما تعود إلى عوامل أخرى في البيئة (Hultsch and Deutsch , 1981 , p. 66) وفي كل الأحوال يرجع الضغط النفسي إلى تقييم الطفل للحدث والى توقعاته لما يمكن أن ينتج عنه (Shillinglaw, 1999, p.95) 0

وفيما يتعلق بالأسرة تؤدي دورا مهما في إحداث الضغط النفسي لدى الأطفال، ويصبح الأمر أكثر خطورة إذا أدى الصراع الأسري إلى انفصال الوالدين (Prino et al, 1994)0 ويرى شيلدز (Shields et al., 1994) أن ذلك يعود إلى شعور الطفل بالتهديد ولاسيما فيما يتعلق بفقدان الحب ، كما يكوّن لدى الطفل شعورا مستمرا بالخسارة وتوقع الخسارة مستقبلا (Shields, et al, 1994 , p. 57) ويشير لوثر (Luther et al.. 1997) إلى أن انفصال الوالدين اكبرماساوية لدى الأطفال حتى من وفاة أحدهما ، كما أن وفاة أحد الإخوة مصدر للضغط النفسي ، حيث يؤدي الأمر إلى شعور مزدوج بالخسارة ، الأول ناجم عن الوفاة ، والثاني ناجم عن حالة الأسى لدى الوالدين مما يقلل من دعمهما للطفل
(Luther et al.. 1997 , p. 42)

أما فيما يتعلق بالمدرسة فان صعوبات التعلم، والخوف من الامتحانات، والعقاب المدرسي، هي من أهم مصادر الضغط النفسي فضلا عن الفشل في الامتحانات والخوف من نقد المعلمين، وصعوبات التكيف مع قوانين المدرسة، ومشاكل التكيف مع الأقران، هي من مصادر الضغط النفسي ايضا0

ومن مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال، الحرمان المادي، وإعاقة إشباع الحاجات الأساسية، وكذلك الانتقال إلى مسكن آخر، وهذا الأمر غالبا ما يرافقه الانتقال من المدرسة، وترك الأقران، ومواجهة تحديات جديدة (Woolfolk , 1998 , p. 88)0

مجلة علوم إنسانية
JOURNAL OF HUMAN SCIENCES
مجلة دورية محكمة تعنى بالعلوم الإنسانية
مجلة علوم انسانية WWW.ULUM.NL السنة السابعة: العدد 42: صيف 2009 -7th Year: I July

الحروب وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى الأطفال:

تشكل الحروب والنزاعات المسلحة دائما عبئا ثقيلا على المواطنين من أفراد المجتمع المدني الموجودين في المناطق المتضررة من الحروب، والأطفال هم أكثر المتضررين فيها بسبب طبيعتهم الجسمية والعقلية والنفسية، ففي حالة وجودهم في منطقة العمليات الحربية المكثفة والتي تجبر الأسرة على الرحيل من تلك المناطق إلى منطقة أخرى أكثر أمانا فقد يحدث أن تتفرق الأسرة أو قد ينفصل الطفل عن أبويه وإخوانه وأخواته أو تتسبب الحرب في تهدم بيت الأسرة والمدرسة وساحة لعب الأطفال فيها وربما يفقد أحد أفراد أسرته وأصدقائه، كل هذه الأمور وأمور تتعلق بمشاهدة جثث الموتى والدمار والدماء والحرائق يضاف إلى ذلك نقص في الماء والدواء والغذاء، كل هذه المشكلات التي يتعرض لها تشكل حتما مصادر للضغط النفسي ويكون حتما هو المتضرر الأول فيها لان ضغوطا نفسية من هذا النوع تؤثر على مستقبل الطفل وصحته ومستقبله الدراسي وذلك لما تحمله هذه الضغوط من ردود فعل مؤلمة0

ومن المعروف أن الحرب تؤثر على المجتمع والمجموعات السكانية بصورة مباشرة وغير مباشرة، أن التأثيرات المباشرة للحرب وكما أشارت لها الدراسات ذات الصلة، تتمثل بالموت والإصابة والإعاقة والتهجير القسري والآثار الاقتصادية والمادية إلى جانب الحالات والاضطرابات النفسية، وصعوبات التكيف واضطرابات الحياة العامة، وانخفاض مستوى التعليم جراء إقفال أو هدم المدارس، وتدمير الحرب للبيئة الأولية لتطور الطفل في المجتمع وهي المدرسة (خاصة في مناطق التماس) ومعاناتها من الخسائر في ساعات التعلم وتلف معداتها وإيقاف المشاريع المتعلقة بتحسينها وتوسيعها ووقف النشاطات غير المنهجية وضعف المعلمين وانخفاض الاهتمام الشخصي بالتلاميذ ورعايتهم 0

التأثيرات غير المباشرة للحرب على الأطفال :

بات واضحا أن المجتمعات التي تخوض الحرب وتتعرض لها قد تتأثر بشكل غير مباشر بمعضلات تتصل بأوضاع الحرب ، وفيما يتعلق بتأثيراتها على الأطفال ، وتفيد نتائج الدراسات في هذا المجال إلى أن ظروف بيئة الحرب وظروف المدارس أثنائها وعدم وجود عناية بالأطفال وبؤس خدماتها تساعد في تفاقم حجم مشكلات الطفولة ونموها غير الطبيعي ، حيث لم يبق لأطفال الحرب من ملاذ إلا التخلف عن أترابهم عقليا وعاطفيا واجتماعيا ، ومما يزيد سوء هذه المشكلات أيضا هو تدني دخل عوائلهم وغياب أحد الوالدين0

ويشير نيومان (Newman , 1978) إلى أن هناك ارتباطا وثيقا بين التعرض المباشر للكوارث ونمو الأطفال وتطورهم (Newman , 1978 , p. 306)0

وفيما يتعلق بالصدمات التي تتعرض لها العائلة ، فقد أظهرت إحدى الدراسات المتخصصة وجود علاقة وثيقة بين الحوادث التي تصيب العائلة وصحة الطفل العامة

0(Beautrais,Ferguson,Shannon,1982,p.774)

وتشير دراسة آبتير (Apter , 1982) إلى أن الأطفال عرضة لتأثير التجارب العنيفة التي تواجههم لان ليس لديهم أساليب دفاعية محددة كما لدى البالغين لمواجهة الحوادث التي تهددهم ، لذا يختلف رد الفعل النفسي عند الأطفال عن ردود البالغين تجاه هذه التجارب (Apter , 1982 , p.46)0

وأشارت دراسات أخرى إلى أن انفصال الأطفال عن والديهم ومغادرتهم لمنازلهم نتيجة لظروف الحرب كان المسبب الأكبر للمشكلات النفسية لدى هؤلاء الأطفال (Bodman , 1944 , p.293) (Gerard , 1943 ,p.493) (Janis , 1951 , p.82) (Mons , 1951 , p.625)0

كما توصلت دراسات أخرى إلى أن وضع الأطفال الاتكالي يمليه ضعفهم وقلة خبرتهم ، فهم مرتبطون بالبالغين من اجل البقاء على قيد الحياة بكل ما في الكلمة من معنى ، وكل تهديد لرخاء والديهم

وسعادتهم تهديدا لبقائهم أيضا (Alcock , 1954 , p.372) (Bodman , 1944 , p.293) (Goghill , 1942 , p.429) (Burbury , 1941 , p.660)

وأوضحت دراسة جانيس (Janis , 1951) أن الأطفال الذين تعرضوا للغارات الجوية أو القصف خلال الحرب العالمية الثانية ، كانوا أكثر عرضة من الراشدين للمعاناة من الاضطرابات العاطفية ، كما أوضحت أن العوامل الأكثر أهمية في التنبؤ بالمشكلات النفسية لدى الطفل كانت مدى الانفعال العاطفي الذي يبديه الأهل أمام أطفالهم وتفاوت واقعية التهديد بالموت وذلك حسب قرب القصف ومدى مشاهدة الطفل للدم والإصابات الناتجة عن الغارات الجوية (Janis , 1951 , p.67)0

كما كشف المسح الذي قام به بودمان أيضا (Bodman , 1944) أن الخوف الأكبر للأطفال البريطانيين الذين نجوا من الغارات الجوية لم يكن جراء ضعفهم بل من فقدان والديهم ، كما ساهم أمر انفصالهم عن والديهم وابتعادهم عنهم ، في عمق اضطراباتهم (Bodman , 1944 , p.293)0

أما الدراسات اللبنانية التي ركزت على ردود الفعل السلوكية والعاطفية للأطفال بعد تعرضهم لظروف الحرب كدراسة (Day and Sadek , 1982) ودراسة (Day and Ghandour , 1984) التي استقصت عدوانية وقلق الأطفال ، أفادت أن الأطفال في لبنان ابدوا قلقا كبيرا جراء تعرضهم القريب للمعارك ، وأظهرت أيضا أن التعرض للقصف زاد من الشعور العدواني لدى الأطفال الذكور والإناث على السواء ، ومن جانب آخر أشارت كلا الدراستين أن التعرض للعنف من خلال الأفلام التلفزيونية زاد في مدى السلوك العدواني عند الذكور عن أقرانهم الإناث (Day and Sadek , 1982 , p.350) (Day and Ghandour , 1984,p.7)0

كما تعد المشكلات السلوكية في الطفولة هي أفضل منبئ للسلوك المعادي للمجتمع في البالغ لاحقا (Wolfgang , Figlio , Sellen , 1972 , p.96) (Robins , 1978 , p.611) وأشارت نتائج الدراسة التي أجراها (Pritchard and Rosenzwerg , 1943) التي شملت (800) طفل من مدينة برستول الإنكليزية التي تعرضت للقصف ، إلى أن (4%) من أفراد العينة تميز بالانفعال واضطرابات سلس البول والصداع والغثيان والدوار إضافة لانخفاض أوزانهم وكثرة أثارتهم وانفعالهم (Pritchard and Rosenzwerg , 1943 , p.36)0

وتوصلت دراسة (Freud and Burlingham , 1973) إلى انه كلما كانت تظهر على العائلة ردود فعل قلقة غير طبيعية أثناء الغارات الجوية كلما ظهرت على الأطفال أعراض سلس البول(Freud and Burlingham, 1973, p.136)0

تتفق هذه الدراسة أيضا مع ما جاءت به الدراسات السابقة، حيث تشير إلى أن الظروف المؤثرة في الطفل والناتجة عن التصرف إزاء القصف الجوي هي اقل إذا ما قورنت بالعوامل الأخرى التي تواجه الأطفال والناتجة عن نقلهم من المدن أو المدارس المعرضة للقصف إلى مدن آمنة، حيث أن نموذج تشويه حياة الطفل وضعف تكيفه الاجتماعي نتيجة فقدان الأسرة أو أحد الأقرباء وعدم الاستقرار المنزلي يجعل هذا المؤثر كبيرا حتى بعد نهاية الحرب وفي زمن السلم (Dahl and Others, 1976, p.118)0

تأسيسا على ما تقدم يبدو أن هناك فئة من هذه الدراسات تشير إلى أن تأثيرات الحرب خاصة النفسية والعصبية منها، قد تستمر وربما تظهر بشكل واضح وتتجلى بإصابتهم باضطرابات نفسية من قبيل الكآبة والقلق فضلا عن الأمراض النفسجسمية بعد نهاية الحرب، كما أن الظروف الناتجة عن الحرب والتي تتعلق بغياب الأب وضعف العناية وهجرة العائلة، لها تأثيرها على عملية التنشئة الاجتماعية للطفل الأمر الذي يؤدي به لبعض الإصابات النفسية أو ممارسته لأنماط سلوكية منحرفة من قبيل العدوان والسرقة والجنوح0

دراسات تناولت مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال:

أجرى (بيك وآخرون، 1985) دراسة استهدفت تعرف أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال، وقام بتصنيف هذه المصادر ضمن سبعة مجالات هي: فقدان أحد أفراد الأسرة، مجيء طفل جديد، مشكلات أسرية، مشكلات بين الإخوة، مشكلات تتعلق بالبيئة، الإيذاء الجسدي، أحداث مفاجئة0 وقام الباحث بإجراء مقارنة بين مجموعتين من الأطفال الأولى يعاني أفرادها من سوء تكيف، والثانية ضابطة 0 وتوصلت الدراسة إلى أن المشكلات في نطاق الأسرة هي العامل الأكثر تمييزا بين المجموعتين (Beck, Emery, Greenberg, 1985 p.84)0

وتوصلت دراسة أخرى إلى أن أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال هي الحرمان والتهديد والخلافات الزوجية والقسوة في التعامل مع الأطفال وإهمال الوالدين والعقاب المدرسي (Dawud et al, 1991, p.65)0

وفي دراسة أخرى استهدفت تبين مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال من وجهة نظر التلاميذ في المدرسة الابتدائية، تبين أن أهم مصادر الضغط النفسي كانت وفقا للترتيب التالي: العقاب، المعلم، المطالب المدرسية، المشكلات مع الزملاء (الروسان، 1995، ص101)0

وتوصلت دراسة أخرى استهدفت تعرف مصادر الضغط النفسي لدى المراهقين، إلى أن أهم هذه المصادر: الامتحانات المدرسية، الواجبات المدرسية، الواجبات البيتية، ضعف القدرة على التركيز، الخوف من المجهول (شيفر وميلان ، 1989 ، ص64)0

وتوصل ستروبل (Strubbel, 1997) في دراسة أجراها على عينة من المراهقين في مرحلة المراهقة المبكرة إلى أن أهم مصادر الضغط النفسي، هي الامتحانات والدرجات المدرسية والمظهر الشخصي وبعض المشكلات التي تتعلق بالنمو (Strubbel, 1997, p.32)0

وأجرى جيمس وهيتفي (James and Hatife, 1999) دراسة هدفت إلى معرفة العوامل التي تسبب الضغط النفسي في المجال الأكاديمي، وتوصلت الدراسة إلى أن أهم هذه العوامل هي ضغط الوالدين والأقران والمدرسة، والخوف من الفشل في الدراسة، وفي ضوء ذلك أكدت الدراسة أهمية مصادر الضغط النفسي التي تنشا عن مصادر خارج نطاق المدرسة مثل الأسرة والأقران والتي تحدث أثرا ضاغطا في المجال الأكاديمي (James and Hatife, 1999, p.69)0

دراسات تناولت آثار الضغط النفسي على الأطفال:

أجرى ايردفيج وآخرون (Eerdevegh et al, 1998) دراسة مقارنة بين عينة من الأطفال الذين عانوا من فقدان أحد أفراد الأسرة وعينة من الأطفال ضابطة، وتوصلت إلى أن مشكلات التكيف بما في ذلك الاكتئاب أعلى لدى المجموعة التي عانت من فقدان أحد أفراد الأسرة، إذ تبين أن 14% من أفراد المجموعة الأولى مقابل 4% من أفراد المجموعة الضابطة يعانون من مشكلات تكيف، منها زيادة في التبول اللاإرادي، وتراجع الأداء المدرسي (Eerdevegh et al, 1998, p.58)0

أجرى كليمان (Kliman, 1996) دراسة هدفت إلى التعرف على آثار الضغط النفسي الناجم عن وفاة أحد الوالدين على الأطفال، وتوصلت الدراسة إلى أن أعراضا مثل الخوف وقلق الانفصال، وفقدان الثقة، وضعف الشهية، تلت وفاة أحد الوالدين، كما أن الطفل غالبا ما طوّر اعتمادية زائدة على الوالد الحي (Kliman, 1996, p.98)0

وأجرى كابلان ودوكلاس (Caplan and Douglas, 1997) دراسة هدفت إلى التعرف على آثار الحرمان الوالدي على الأطفال 0 وتوصلت الدراسة إلى أن 51% من الأطفال الذين يعانون من اكتئاب، عانوا من حرمان والدي قبل سن الثامنة لمدة لا تقل عن ستة اشهر
(Caplan and Douglas, 1997, p.47)

وأجرى فيرجسون وهيروود (Ferguson and Herwood, 1989) دراسة على عينة من (1265) طفلا من مدارس نيوزلندا الابتدائية، كانوا يعانون من ضغط نفسي ناتج عن التفكك الأسري، وتوصلت الدراسة إلى أن الأطفال الذين عانوا من ضغط نفسي ناتج عن انفصال الوالدين، اظهروا سلوكا عدوانيا ومعاناة من القلق والتوتر وسوء تكيف اجتماعي
(Ferguson and Herwood, 1989, p.142)

وأجرى بلوك وآخرون (Block et al, 1998) دراسة تتبعية على عينة من الأطفال من عمر (3سنوات-سن المراهقة) وتوصلت الدراسة إلى أن الأطفال الذين عاشوا في اسر تسودها الخلافات، ولاسيما الذكور منهم اظهروا مشكلات سلوكية وضعفا في ضبط ألذات، كما تميزوا بالاندفاع، والفتور العاطفي (Block et al, 1998, p.65)0

دراسات تناولت أدراك الكبار للضغط النفسي لدى الأطفال :

أجرى (Yamamoto, 1995) دراسة هدفت إلى معرفة ما إذا كان الكبار يدركون شدة الضغط النفسي لدى الأطفال، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة بين تقدير الكبار وتقدير الأطفال لشدة الضغط النفسي لدى الأطفال(Yamamoto, 1995, p, 74)0

وأجرى (Yamamoto and Flesenthal, 1997) دراسة هدفت إلى تبين ما إذا كانت هناك فروق بين تقدير الأطفال لمستوى الضغط النفسي لديهم، وتقدير أفراد عينة من العاملين في مجال الصحة النفسية والجسمية وتقدير عينة من المعلمين لمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال 0 أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين تقدير الأطفال وتقدير الكبار لمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال، إذ مال الكبار إلى التقليل من شدة الضغط النفسي لدى الأطفال (Yamamoto and Flesenthal, 1997, p.84)0

وأجرى كلير (Clair, 1994) دراسة هدفت إلى معرفة ما إذا كانت هناك فروق في تقدير الأطفال وتقدير المعلمين والوالدين لشدة الضغط النفسي لدى الأطفال، أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة بين الوالدين والأطفال في تقدير شدة الضغط النفسي لدى الأطفال بينما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة بين تقديرات الأطفال وتقديرات المعلمين، وهذا يشير إلى أن المعلمين أكثر معرفة بمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال من الوالدين (Clair, 1994, p.65)0

وتوصلت دراسة (Rathus, 1989) التي أجراها على عينة من الأطفال في المدارس الابتدائية إلى نتائج مخالفة للدراسة السابقة، إذ توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة بين أدراك المعلمين وأدراك الأطفال لمستوى الضغط النفسي اقل من تقدير الأطفال لذلك، كما توصلت الدراسة إلى النتيجة نفسها فيما يتعلق بتقدير المرشدين للضغط النفسي لدى الأطفال الذكور، بينما تبين انه لا توجد فروق ذات دلالة بين المرشدات والأطفال والإناث في تقدير الضغط النفسي لدى الأطفال الإناث (Rathus, 1989, p.57)0

مجلة علوم إنسانية
JOURNAL OF HUMAN SCIENCES
مجلة دورية محكمة تعنى بالعلوم الإنسانية
مجلة علوم انسانية WWW.ULUM.NL السنة السابعة: العدد 42: صيف 2009 -July I Year: 7th

المبحث الثالث
إجراءات البحث

1 – مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث الحالي من جميع تلاميذ المرحلة الابتدائية في عمر (11- 12) سنة، وأعضاء الهيئة التعليمية العاملين في المدارس الابتدائية في محافظة واسط (المركز)0

2 – عينة البحث:

تم اختيار (6) مدارس ابتدائية بالطريقة العشوائية البسيطة من مدارس الكوت / المركز، (3) مدارس ذكور، و (3) مدارس أناث0

ثم اختار الباحث بطريقة عشوائية من قائمة أسماء التلاميذ في الصف السادس الابتدائي ، وبنسبة (30%) من العدد الكلي لتلاميذ ذلك الصف في كل مدرسة، وقد بلغ عدد التلاميذ الذين اختيروا عشوائيا (145) تلميذا، بواقع (80) ذكور، و (65) اناث0

كما شارك في هذه الدراسة (120) معلم ومعلمة، من الموجودون في المدارس الابتدائية التي اختيرت منها عينة التلاميذ نفسها0

3- أداة البحث:

قائمة مصادر الضغط النفسي:

أجرى الباحث مراجعة للأدبيات ذات الصلة، ومنها بشكل خاص أدوات القياس، وتوصل إلى أن هذه الأدوات لا تفي بالغرض المطلوب لأسباب عديدة منها: أن هذه الأدوات التي تم الإطلاع عليها هي مقاييس أجنبية تحتوي على فقرات لا تتناسب والثقافة السائدة في المجتمع، بمعنى آخر: أنها مشبعة بثقافة المجتمع الذي أعدت فيه، كما أن هذه المقاييس لا تحتوي على المنبهات الدالة على الضغوط النفسية بمجتمعنا في الوقت الحاضر، لذا فان الاعتماد عليها سوف يقلل من دقة قياس الظاهرة وللأسباب المشار إليها في أعلاه، قام الباحث بإعداد قائمة للضغوط النفسية Chack List تتضمن الأحداث الضاغطة في الوقت الحاضر ، وذلك بتوزيع استبيان استطلاعي (ملحق1) على مجموعة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي بواقع (50) تلميذا ، طلب فيه الباحث ذكر الضغوط النفسية التي يواجهونها في الظروف الحالية ، وبعد الحصول على فقرات القائمة أجرى لها الباحث صياغة لغوية بحيث تكون واضحة وقادرة على إيصال ما هو مطلوب منها ، بكونها أحداثا ضاغطة (ملحق2) 0

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

- لا يضايقني ويعطى الدرجة (1)0
- يضايقني قليلا ويعطى الدرجة (2)0
- يضايقني كثيرا ويعطى الدرجة (3)0

وبهذا يمكن الحصول على الدرجة الكلية للضغوط النفسية عن طريق جمع الدرجات التي يحصل عليها الفرد على جميع فقرات القائمة البالغة (36) حدثا ضاغطا، وبذلك فان الدرجة العالية تشير إلى شدة الضغوط، والعكس صحيح، أن الدرجة الواطئة التي يحصل عليها الفرد، تشير إلى أن الضغوط التي يتعرض لها بسيطة 0 وبذلك تتراوح الدرجات على قائمة الضغوط من (36 – 108) بوسط فرضي مقداره (72)0

الصدق:

تم استخراج الصدق الظاهري لقائمة الضغوط من خلال عرضها على مجموعة من المختصين في ميدان علم النفس، حيث طلب منهم بيان مدى صلاحية ووضوح كل فقرة من فقرات القائمة في قياس الضغط النفسي لدى الأطفال كما يدركونها هم وكما يدركها المعلمون، واقتراح التعديلات المناسبة، وأعتمد معيار اتفاق ثمانية محكمين على صلاحية الفقرة ووضوحها لتبقى ضمن القائمة0

الثبات:

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

لقد بلغ معامل الارتباط للفقرات الزوجية والفردية (0،61) وبعد ذلك تم تصحيحه بمعادلة سبيرمان براون، إذ بلغ (0،76) بالنسبة للاطفال0 وبالنسبة للمعلمين بلغ (0،64) وبعد التصحيح بلغ (0،78)0

الإجراءات:

بعد أن تم اختيار أفراد العينة تم تطبيق أداة الدراسة، وسبق ذلك تهيئة التلاميذ للإجابة، وتوضيح التعليمات، والتأكد من فهم التلاميذ لطريقة الاجابة0

وكانت المرحلة التالية إجابة المعلمين على نفس أداة الدراسة بهدف معرفة تقديرهم لمستوى الضغط النفسي لدى التلاميذ، حيث طلب منهم تقييم التلميذ وذلك من حيث شدة الضغط النفسي لديه على كل فقرة من فقرات أداة الدراسة وقد تم تطبيق الأداة من قبل الباحث شخصيا0

الوسائل الإحصائية التي استخدمت في البحث :

1. المتوسط الحسابي0
2. الانحراف المعياري0
3. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين0
4. معامل ارتباط بيرسون0
5. معادلة سبيرمان – براون0
6. الوسط المرجح بحسب معادلة فشر (Fisher)0

مجلة علوم إنسانية
JOURNAL OF HUMAN SCIENCES
مجلة دورية محكمة تعنى بالعلوم الإنسانية
مجلة علوم انسانية WWW.ULUM.NL السنة السابعة: العدد 42: صيف 2009 -7th Year: I July

المبحث الرابع
نتائج البحث

أولاً –

لقد بلغ المتوسط لدرجات الأطفال على قائمة الضغوط النفسية (09و81) وبانحراف معياري مقداره (84, 18)، ولغرض معرفة درجة شيوع الضغوط النفسية لدى الأطفال، تم تقسيم أفراد العينة إلى ثلاثة مجموعات بموجب الدرجات التي حصلوا عليها، وهي:

1. تم حساب متوسط العينة الذي مقداره (09, 81) + الانحراف المعياري الذي مقداره (84, 18) فبلغ ناتج ذلك = (93, 99) وعلى هذا فأن الفرد الذي تكون درجته مساوية لـ (93, 99) أو أكثر يعد ضمن المجموعة العليا في الضغوط النفسية، وقد بلغ عدد أفراد هذه المجموعة (69) فرد 0
2. تم حساب متوسط العينة الذي مقداره (09, 81) – الانحراف المعياري الذي مقداره (84, 18) فبلغ ناتج ذلك = (25, 62) وعلى هذا فأن الفرد الذي تكون درجته مساوية لـ(25, 62) أو أقل يعد ضمن المجموعة الدنيا في الضغوط النفسية، وقد بلغ عدد أفراد هذه المجموعة (30) فرد0
3. كل فرد يحصل على درجة تتراوح مابين (26, 62 – 98) يعد ضمن المجموعة المتوسطة في الضغوط النفسية، وقد بلغ عدد أفراد هذه المجموعة (48) فرد0 والجدول(1) يوضح ذلك0

الجدول (1) يوضح حدود الدرجات العليا والمتوسطة والدنيا والنسبة المئوية التي حصلت عليها كل مجموعة على قائمة الضغوط النفسية0

مستويات الضغوط النفسية	حدود الدرجة	عدد الأطفال ضمن كل مجموعة	النسبة المئوية
الأطفال الذين سجلوا درجة عالية على قائمة الضغوط النفسية0	93, 99 فأكثر	69	%47
الأطفال الذين سجلوا درجة معتدلة على قائمة الضغوط النفسية0	بين 26, 62 – 98	46	%32
الأطفال الذين سجلوا درجة منخفضة على قائمة الضغوط النفسية0	25, 62 فأقل	30	%21

يتضح من الجدول (1) أن نسبة كبيرة من الأطفال تتعرض للضغوط النفسية بدرجة عالية 0 وبذلك فأن الفرضية الأولى قد تحققت0

ولغرض الكشف عن نوع الضغوط الشائعة بين الأطفال، فقد تم استخدام الوسط المرجح بحسب معادلة (فيشر) ، ويوضح الجدول (2) الضغوط النفسية العشرة التي احتلت قمة الترتيب لدى الأطفال ، ولمعرفة بقية الفقرات الإطلاع على الملحق (3)0

الجدول (2) يوضح الضغوط النفسية العشرة التي احتلت قمة الترتيب لدى الاطفال0

4	شعورك بالمرض0	2و92
5	مرض أحد أفراد الاسرة0	2و91
6	صوت الاطلاقات النارية0	2و90
7	قلة توفر بعض الحاجات الضرورية0	2و88
1	طلاق الديك0	2و85
8	حصولك على درجات ضعيفة في المدرسة0	2و87
2	الاستهزاء0	2و84
9	وجود التلاميذ المشاكسين في المدرسة0	2و86
3	صوت الانفجارات0	2و83
10	الشتم0	2و83

الترتيب التنازلي للفقرات — الضغوط النفسية — درجة الحدة

مجلة علوم إنسانية
JOURNAL OF HUMAN SCIENCES
مجلة دورية محكمة تعنى بالعلوم الإنسانية
مجلة علوم انسانية WWW.ULUM.NL السنة السابعة: العدد 42: صيف 2009 -7th Year: I July

ثانياً :

- لا توجد فروق ذات دلالة بين الأطفال والمعلمين في تقدير مستوى الضغط النفسي لدى الاطفال0

للتحقق من هذه الفرضية أستخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وظهر أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (2 ,29) وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (1 ,96) بدرجة حرية(263) وعند مستوى دلالة (0 ,05) تبين أنها دالة إحصائيا 0 والجدول(3) يوضح ذلك0

الجدول (3) الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات الأطفال ومتوسط درجات المعلمين في تقدير مستوى الضغط النفسي لدى الاطفال0

المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	الجدولية	مستوى الدلالة
الأطفال	145	81 ,09	18 ,84	2 ,29	1 ,96	0 ,05
المعلمين	120	75 ,5	20 ,85			

يتضح من الجدول (3) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0 ,05) بين تقديرات الأطفال وتقديرات المعلمين لمصادر الضغط النفسي لدى الأطفال 0 وبالنظر إلى المتوسطات يتضح أن تقدير الأطفال لمستوى الضغط النفسي لديهم أعلى من تقدير المعلمين لمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال 0 إذ بلغ متوسط تقدير الأطفال (81 ,09) بينما بلغ متوسط تقدير المعلمين (75 ,5)0 وبذلك فان الفرضية الثانية لم تتحقق0

ثالثاً:

- يوجد اتفاق بين الأطفال والمعلمين في ترتيب مصادر الضغط النفسي من حيث الشدة لدى الاطفال0

للتحقق من هذه الفرضية، تم استخراج درجة حدة كل فقرة، لاستجابات الأطفال والمعلمين على قائمة مصادر الضغط النفسي، والجدول (4) يوضح ذلك0

الجدول (4) يوضح مصادر الضغط النفسي التي احتلت قمة الترتيب لدى الأطفال و المعلمين0

الترتيب التنازلي	الضغوط النفسية	
	الأطفال	المعلمين*
1	طلاق والديك0	طلاق والديه0
2	الاستهزاء0	قلة اهتمام والديه به0
3	صوت الانفجارات0	ضرب الآخرين له0
4	شعورك بالمرض0	صعوبة المواد الدراسية0
5	مرض أحد أفراد الاسرة0	تشاجر والديه أثناء وجوده0
6	صوت الاطلاقات النارية0	طرده من المدرسة0
7	قلة توفر بعض الحاجات الضرورية0	تفضيل أحد الوالدين لإخوته عليه0
8	حصولك على درجات ضعيفة في المدرسة0	صوت الانفجارات0
9	وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة0	موت أحد أفراد اسرته0
10	الشتم0	تحيز أحد المعلمين ضده0

يلاحظ من الجدول (4) أن مصادر الضغط النفسي التي احتلت قمة الترتيب من حيث تقدير الأطفال وتقدير المعلمين غير متشابهة، إذ أن اثنان فقط من اصل عشرة مصادر كانت ضمن المصادر

العشرة الأولى لدى الأطفال والمعلمين، والتي هي (طلاق الوالدين) و (صوت الانفجارات) 0 وبذلك فان الفرضية الثالثة لم تتحقق0

- لمعرفة بقية الفقرات الإطلاع على الملحق (4)0

الاستنتاجات:

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

أولاً: تشيع الضغوط النفسية بين الأطفال بدرجة عالية0

ثانياً: أن أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال هي:

1. طلاق الوالدين0
2. الاستهزاء0
3. صوت الانفجارات0
4. الشعور بالمرض0
5. مرض أحد أفراد الاسرة0
6. صوت الاطلاقات النارية0
7. قلة توفر بعض الحاجات الضرورية0
8. الحصول على درجات ضعيفة في المدرسة0
9. وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة0
10. الشتم0

ثالثاً: أن شعور الأطفال بمستوى الضغط النفسي لديهم أعلى من شعور المعلمين بمستوى الضغط النفسي لدى الاطفال0

رابعاً: لا يوجد اتفاق بين تقديرات الأطفال وتقديرات المعلمين في ترتيب مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال من حيث الشدة0

مناقشة النتائج:

أشارت نتائج البحث إلى أن الطفل في مجتمعنا، يعيش حياة مليئة بالضغوط التي أخذت تثقل كاهله وتزيد من أعبائه الحياتية، ولعل حروب النظام السابق، قد خلفت تأثيرات خطيرة على حياة الأطفال وصحتهم، ونفسيتهم، وسلوكياتهم، ذلك لان التعرض خاصة طويل الأمد، للصدمات والقلق، والضغط من جراء الحرب يترك بصماته على البناء النفسي للطفل0

كما أن الحصار الاقتصادي لاسيما في عقد التسعينات عندما اشتدت قسوته على العوائل العراقية، وجدت نفسها عاجزة عن تلبية متطلباتها ومتطلبات أبنائها مما شكل مصدرا للضغوط النفسية على الأطفال، والتي جعلت كل طفل في العراق يعاني من ضغط نفسي على مستوى أو اخر0

وعند استعراض مصادر الضغط النفسي الأساسية لدى الأطفال، يلاحظ أن بعضها يتعلق بما يجري في نطاق الأسرة، مثل طلاق الوالدين ومرض أحد أفراد الأسرة ومرضه هو تعد من أهم مصادر الضغط النفسي0

وبعضها يتعلق بالمشكلات الكثيرة التي تهدد الحياة في الشوارع من قبيل صوت الانفجارات والاطلاقات النارية، وذلك لانعدام الأمن والاستقرار وكذلك نتيجة الآلة الحربية الرهيبة التي استخدمت خلال الحرب، وتميزت بدمارها الهائل وفتكها الرهيب وبما تركته من مشاهد وذكريات وآثار ماساوية0

كما بينت نتائج الدراسة أن الاستهزاء بالطفل وشتمه التي احتلت مركزا متقدما في مصادر الضغط النفسي، ويعود سبب ذلك إلى انه يمس مفهوم ألذات لدى الأطفال وكرامتهم وان أي تقييم سلبي للطفل يشكل مصدرا للضغط النفسي لديه0

كما أظهرت نتائج الدراسة أن بعض الأحداث التي تحصل في المدرسة تشكل مصادر أساسية للضغط النفسي ومن هذه الأحداث الحصول على درجات ضعيفة في المدرسة، وهذه تتصل بالدور الذي يقوم به الطفل وعادة تكون المشكلات التي تتصل بالدور الذي يقوم به الطفل مصادر للضغط النفسي، كما أن وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة يشكلون مصدرا للضغط النفسي لدى التلاميذ الآخرين بسبب التهديد والإساءات التي يوجهونها لهم0

ومن جهة أخرى بينت نتائج البحث وجود فروق ذات دلالة بين تقديرات الأطفال وتقديرات المعلمين لمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال 0 حيث كان تقدير الأطفال أعلى من تقدير المعلمين لمستوى الضغط النفسي لدى الأطفال، وهذا يعني أن المعلمين لا يقدرون مستوى الضغط النفسي لدى الأطفال تقديرا مناسبا 0 وينبني على هذا أن عدم إدراك المعلمين لشدة الضغط النفسي لدى الأطفال يزيد من مستوى معاناتهم ويقلل من فرص تقديم المساعدة لهم0

بالإضافة إلى ذلك اظهر البحث عدم وجود اتفاق في ترتيب مصادر الضغط النفسي بين الأطفال والمعلمين، إذ كان هناك اتفاق في اثنان من اصل عشرة مصادر أساسية للضغط النفسي، ويمكن تفسير هذا الاختلاف بقلة الفهم الواقعي للأطفال وقلة فرص التفاعل معهم، ما أدى إلى عدم فهم تلك المصادر أو تقدير مستواها ما ساهم في مزيد من الضغط النفسي لدى الاطفال0

التوصيات:

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

1. أن الواجب الوطني والإنساني يوجب اخذ الضغوط النفسية التي مر ذكرها في نتائج البحث وتداعياتها بنظر الاعتبار0
2. استحداث مركز متخصص بالمشكلات النفسية والعصبية التي تعتري الطفولة في المحافظة بالتعاون مع وزارة الصحة والتربية والتعليم العالي والعمل والشؤون الاجتماعية لتشخيص وعلاج الأمراض النفسية والعصبية للأطفال دون سن الـ (18)0
3. ضرورة تولي مسؤولية الطفل من قبل شرائح المجتمع كافة بالاهتمام والرعاية0
4. قيام المؤسسات التربوية المسؤولة عن رعاية الطفل كوزارة التربية ومؤسسات وزارة العمل والشؤون الاجتماعية بحملات توعية عن تشخيص ورصد الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال والعمل على معالجتها من خلال المراكز الصحية والمستشفيات0
5. الاتصال بوسائل الإعلام لإعداد ندوات تلفزيونية خاصة لغرض توجيه الانتباه لنتائج الضغوط النفسية على شخصية الأطفال وصلتها بالجوانب الانفعالية والاجتماعية والشخصية والتحصيلية والعقلية0
6. الاهتمام بالإرشاد التربوي وشموله المراحل الدراسية كافة بدءا برياض الأطفال لغرض تزويد الأطفال والتلاميذ والطلبة بالمعلومات الكافية التي تساعدهم قدر الإمكان على تجنب الاحباطات والتوترات والصراعات النفسية 0

7. العمل على إيجاد مستوى عال من الوعي لدى المؤسسات الصحية والتربوية ومؤسسات المجتمع المدني من اجل حثها على إظهار المزيد من الحساسية تجاه حاجات الأطفال الذين يعانون من مشكلات نفسية0
8. التوسع في رياض الأطفال وتطويرها كما ونوعا لدورها الفاعل في الرعاية النفسية القائمة على اللعب حيث تتيح للطفل فرصة التعبير عن مشاعره والتخلص من آلامه التي ربما تؤدي دورا هاما في التخلص من حالة القلق والاكتئاب التي يعيشها الأطفال أو المشكلات السلوكية التي يعانون منها0
9. العمل على بذل الجهود من أجل الحد من ظاهرة أطلاق العيارت النارية0

المقترحات:

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

1. إجراء بحث حول مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال يأخذ بنظر الاعتبار متغير جنس الأطفال (ذكور، إناث)0

المصادر:

1- الروسان، أيوب (1995): اثر العقاب البدني والنفسي على مفهوم الذات لدى طلبة الصفين الخامس والسادس الأساسي في مدارس لواء بني كنانة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية 0 الاردن0
2- شيفر، شارلز وميلمان، هوارد (1989): مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها، ترجمة نسيمة داود ونزيه حمدي، منشورات الجامعة الأردنية، عمان 0
3- تقرير منظمة اليونيسيف التابعة للأمم المتحدة ، مكتب بغداد ، 2005 0
3- Kasl, Puruing the link between stressful life experiences and disease: A time for Reappraisal. In: Cooper, c. (Ed): Stress Research Issues for Eignties. (Chichester: John Wiley and Sons.
4- Mehrens, w.and Lehman, I. Measurement and Evaluation in Education and Psychology, 3rd ed. (New York: Hold Rinehart and Winston).
5- Rathus, S. A., Nevid, J. S (1998): Adjustment and Growth: The Challenges of Life. New York: Holt, Rinehart and Winston.
6- Dahl, B. and others: Second general effects of War in duced separation comparing the adjustment of child in recruite and non – recruited families. E R I C vol. 11, N 6, Jun.
7- Beck, A. T., Emery, G., Greenberg, R. L (1985): Anxiety Disorders and Phobias: A cognitive Perspective. New York, Basic Book Inc.
8- Dawud, Samia et al (1991): Effect of Domestic Violence on children s, Adjustment in School. Paper Presented at the Biennial Meeting of the Society for Research in children Development.
9- Newman, C. J (1978): Children of disaster: Clinical observation at Buffalo creek. American Journal of Psychiatry. 133, (3).
10- Beautrais, A. L., Ferguson, D. M and Shannon, F. T (1982): Family Life events and behavioural Problems in Preschool – aged children pediatrics, 70 (5).
11- Apter, S. I (1982): Troubled children, troubled system. New York, pramon.

12- Bodman, F. M (1944): Children Psychology in War – time Britain. Journal of Educational Psychology. 35.
13- Gerard, M. W (1943): Psychological of Preadolescent Children in War – time: Psychological effects of War on the small children and mother. American Journal of Ortho – Psychiatry. 13.
14- Janis, I (1951): Air War and emotional Stress. New York, Mc Graw Hill.
15- Mons, W. E (1951): Air raids and the Small Child. British Medical Journal. 2.
16- Alcock, T (1954): Conguering War Strain in children. American Journal of Psychiatry. 102.
17- Burbry, W. M (1941): Effect of evacuation and raids on children British Medical Journal. 11.
18- Coghill, H. D (1942): The effect of War on the behaviour of children Virginia Medical Monthly, 6.
19- Day, R. C and Sadek, S (1983): The effect of Benso s relaxation response on the anxiety levels of Lebanese children under Stress. Journal of experimental child Psychology. 34.
20 – Day, R. C. And Chandour, M (1984): The effect of television Mediated aggression on the behaviour of Lebanese children, Journal of experimental child Psychology, 38.
21- Robins, L. N (1978): Study childhood Predictors of adult antisocial behaviour: replication from longitudinal Studies. Psychological Medicine. 8 .22- Wolfgang, M. W., Figlio, R. M and Sellen, T (1972): Delinquency as a birth cohort. Chicago, Univ. Of Chicago Press.
23- Pritchard, R. and Rosenzweg, S (1943): The effect of War Upon childhood and youth. The Journal of Social Psychology, vol. 37.
24- Freud, A. and Burlinham, D (1973): War and children. Commotion Green Wood Publisher.
25- Craig, G. J (1996): Human Development. New Jersey: Prentice Hall.
26- Dohrenwend, B. S (1975): Social Status and Stress full life Events. Journal of Personality and Social Psychology. Vol .28, No. 2.
27- Krantz, D. S. and Raisen, S. E (1988): Environmental Stress, Reactive and ischemic Heart Disease: British Journal of Medical Psychology. Vol. 61, part. 1.
28- Hultsch, D, and Deutsch, M (1981): Adult Development and Aging: A life – span perspectives. (New York: Mc Graw – Hill Book Company.
29- Shillinglaw, R. Dillingham, R (1999): Protective Factors Among Adolescents from Violent Families: Why Are Some Youth Exposed to child A buse And or Interparental Violence Less Violent than others? (Risk Factor. Self Esteem). DAI – B, 59 /07: 3714.
30- Prino et al (1994): The Effect of Child Physical Abuse and Negiect on Aggressive Withdrawn and Prosaical Behaviour.
31- Shields, A. M., Cicchetti, D. and Ryan, R. M (1994) : The Development of Emotional and Behavioural Self – Regulation and Social Competence Among Maltreated School – age Children . Development and Psychopathology, 6.
32- Luther, S. S., Burack, J. A., Cicchetti, D., Weisz, J. R (1997): Development Psychology Perspectves on Adjustment Risk and Disorders. London: Cambridge University Press.
33- Woolfolk, A. E (1998): Educational Psychology. Boston: Allyn and Bacon.
34- Glass, D. C. and Singer, J. E (1972): Urban Stress: Experiments on Noise and Social Stressors. (New York: Academic Press.

35- Davidson, M. And Cooper, C (1983) Stress and the Woman Manager. (Oxford: Martin Robertson).
36- Hays, N. And Orral, S (1987): Psychology: An introduction. (London: UX Limited).
37- Keinan, G (1987): Decision Making under Stress: Scanning of Alternatives under controllable Threast, Journal of Personality and Social Psychology. Vol 52, No. 3.
38- Green Wood, J (1979): Managing Executive Stress: A systems Approach. (New York: John Wiley and Sons).
39- Bradley, C. and Cox, T (1986): Stress and Health. In: Cox, T. (Ed). Stress. (London: Mc Millan).
40- Vinokur, A. And Selzer, M (1975): Desirable versus Undesirable Life Events: Their Relationship Stress and mental Distress. Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 32, N. 2.
41- Sweeney, P. D. and et al (1982): Pleasant Events, UN Pleasant Events and Depression. Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 45, No. 1.
42- Beech, H. R. and et al (1982): A behavioural approach to the management of Stress: A practical Guide to Techniques. (Chichester: John Wily and Sons).
43- Holmes, M (1982): Children in conflict. Harmon's Worth, England: Penguig.
44- Tolor, H. A (1988): The Psychological effects of the civil disturbance son children. The Northern Teacher, winter.
45- Zimbardo, G. E (1985): The relationship of age, Sex and Personality to Social attitudes in children. British Journal of Social and Clinical Psychology, 17.
46- Taylor, L., (1975): Young People and civil conflict in Northern Ireland. Belfast: D. H. S. S.
47- Lazarus, P. C. L (1981): Alienation and its Psychological correlates. Journal of Social Psychology, 126.
48- Brodsky, G. D., (1990): Manual for the children s Scale of Social Attitudes. London: Children s Studies Limited.
49- Holding, D. (1985): Stress and Fatigue in Human Performance. (Chichester): John Wily.
50- Pervin , G (1984) : Healthy Personality , 4th , ed , N . Y, Mc Millan Publishing.
51- Silai, A. T (1977): The Social Desirability Variable in Personality Assessment and Research, New York: Holt, Rinehart, Winston.
52- Strubbel, L. T (1977): Current Uses of Corporal Punishment in American Public School. Journal of Educational Psychology. 76 (3) .
53- James, R. and Hatife, S (1999): School Maladjustment in Young Children: Teacher Ratings in Rochester. Compared School Psychology International, 7.
54- Eerdevegh, C, and et al (1998): Multiple Stressors and Social – Emotional Functioning in Elementary School Children. D A I – B. 59 / 61: 419.
55- Kliman, D. A (1996): The Relation of Child Behaviour to Family Violence and Maternal Stress. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 53 (5).
56- Caplan, k. And Douglas, S (1997): Anxiety Disorders of Childhood. New York: Guilford Press.
57- Ferguson, B. and Her Wood, F (1989): A comparison of Teacher Referral and Pupil Self – Referral Measures Relative to Perceived School Adjustment and Anxiety. School Psychology International. 5 (2).

58- Block, P. et al (1998): Children s Manifest A nxiety Scale. Journal of Educational sociology. 16.
59- Yamamoto, K (1995): Behavioural Individuality in early Children, New York Press.
60- Yamamoto, K and Flesenthal, G (1997): Urban Violens and the Value System of Adolescents (Stress. Gangs) D A I – B 58 / 08.
61- Clair, D. R (1994) : Interadult Violence and Verbal Aggression in the Home Association with Distress Relationship problems , and Trauma syndrome in Inner City High School Students . D A I – B 59 / 08.

بسم الله الرحمن الرحيم
ملحق (1)
استبيان

عزيزي التلميذ / عزيزتي التلميذة 00
تحية طيبة000
هناك العديد من الأمور والأحداث تواجه الأطفال في البيت أو في المدرسة أو في الشارع، ويقولون بأنها تجعلهم يشعرون بالضيق والانزعاج والعصبية 0 لذا نرجو الإجابة عن الأسئلة التالية بكل حرية :

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

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

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

ملاحظة:
لا داعي لذكر أسمك أو اسم المدرسة0

بسم الله الرحمن الرحيم
ملحق (2)
استبيان

عزيزي التلميذ / عزيزتي التلميذة00

مجلة علوم إنسانية
JOURNAL OF HUMAN SCIENCES
مجلة دورية محكمة تعنى بالعلوم الإنسانية
مجلة علوم انسانية WWW.ULUM.NL السنة السابعة: العدد 42: صيف 2009 -July I :Year 7th

هذه بعض الأحداث التي يقول الأطفال عادة أنها تجعلهم يشعرون بالضيق والانزعاج، هل ستشعرك أنت بذلك ؟
للإجابة ضع علامة ( ) لبيان كيف ستشعر أنت إذا تعرضت لنفس الموقف0
والآن سوف أبدا وإياك خطوة فخطوة0

مع احترامي وتقديري لك0

الباحث

ت	العبارات	يضايقني كثيرا	يضايقني قليلا	لا يضايقني
1	معاقبتك بسبب أخطاء بسيطة ارتكبتها0			
2	الانتقال من مدرسة إلى اخرى0			
3	قلة مشاركتك في النشاطات الصفية0			
4	قلة توفر بعض الحاجات الضرورية0			
5	صوت الانفجارات0			
6	طلاق والديك0			
7	حصولك على درجات ضعيفة في المدرسة0			
8	مشاركتك في الأعمال المنزلية0			
9	ضياع شيء يخصك0			
10	شعورك بالمرض0			
11	التقليل من اهميتك0			
12	صعوبة تطبيق التعليمات المدرسية0			
13	منعك من اللعب مع بعض اصدقاءك0			
14	كثرة الواجبات المدرسية0			
15	مرض احد أفراد الاسرة0			
16	موت احد أفراد الاسرة0			
17	صوت الطائرات0			
18	صعوبة المواد الدراسية0			
19	قلة اهتمام والديك بك0			
20	تحيز احد المعلمين ضدك0			
21	تلف شيء يخصك0			
22	المشاجرة مع الأطفال الاخرين0			
23	تشاجر والديك أثناء وجودك0			
24	تفضيل احد الوالدين لإخوتك عليك0			
25	صوت الاطلاقات النارية0			
26	منعك من اللعب0			
27	الضرب من قبل المعلم0			

مجلة علوم انسانية
JOURNAL OF HUMAN SCIENCES
مجلة دورية محكمة تعنى بالعلوم الإنسانية

ملحق (3)

الترتيب التنازلي للضغوط النفسية كما يدركها الأطفال بحسب درجة حدتها0

تسلسل الفقرة في القائمة	الترتيب التنازلي للفقرات	الضغـــــوط النفســـــية	الوسط المرجح
6	1	طلاق والديك0	2و95
34	2	الاستهزاء0	2و94
5	3	صوت الانفجارات0	2و93

7th Year: I July- 2009 السنة السابعة: العدد 42: صيف 2009 WWW.ULUM.NL مجلة علوم انسانية

28	الطرد من المدرسة0		
29	الإلحاح عليك للحصول على درجات عالية جدا0		
30	قلة توفر أماكن للعب أو التسلية0		
31	رؤية الدم من على شاشة التلفزيون0		
32	رؤية المنازل والبنايات المهدمة من على شاشة التلفزيون0		
33	الشتم0		
34	الاستهزاء0		
35	وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة0		
36	ضرب الآخرين لك0		

10	4	شعورك بالمرض0	2و92
15	5	مرض أحد أفراد الاسرة0	2و91
25	6	صوت الاطلاقات النارية0	2و90
4	7	قلة توفر بعض الحاجات الضرورية0	2و88
7	8	حصولك على درجات ضعيف في المدرسة0	2و87
35	9	وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة0	2و86
33	10	الشتم0	2و85
36	11	ضرب الآخرين لك0	2و84
31	12	رؤية الدم من على شاشة التلفزيون0	2و83
20	13	تحيز أحد المعلمين ضدك0	2و80
21	14	تلف شيء يخصك0	2و79
28	15	الطرد من المدرسة0	2و78
32	16	رؤية المنازل والبنايات المهدمة من على شاشة التلفزيون0	2و77
11	17	التقليل من اهميتك0	2و76
23	18	تشاجر والديك أثناء وجودك0	2و75
16	19	موت أحد أفراد الاسرة0	2و69
30	20	قلة توفر أماكن للعب أو التسلية0	2و61
9	21	ضياع شيء يخصك0	2و55
17	22	صوت الطائرات0	2و54
19	23	قلة اهتمام والديك بك0	2و53
22	24	المشاجرة مع الأطفال الاخرين0	2و52
27	25	الضرب من قبل المعلم0	2و51
13	26	منعك من اللعب مع بعض اصدقائك0	2و42
26	27	منعك من اللعب0	2و38
2	28	الانتقال إلى مدرسة اخرى0	2و37
24	29	تفضيل أحد الوالدين لأخوتك عليك0	2و30
1	30	معاقبتك بسبب أخطاء بسيطة ارتكبتها0	2و12
3	31	قلة مشاركتك في النشاطات الصفية0	2و11
18	32	صعوبة المواد الدراسية0	2و09
12	33	صعوبة تطبيق التعليمات المدرسية0	2و07
29	34	الإلحاح عليك للحصول على درجات عالية جدا0	2و04

8	35	مشاركتك في الأعمال المنزلية0	2و02
14	36	كثرة الواجبات المدرسية0	2و00

ملحق (4)

الترتيب التنازلي للضغوط النفسية لدى الأطفال كما يدركها المعلمون

تسلسل الفقرة في القائمة	الترتيب التنازلي للضغوط	الضغوط النفسية	الوسط المرجح
6	1	طلاق والديه0	2و87
19	2	قلة اهتمام والديه به0	2و85
36	3	ضرب الآخرين له0	2و84
18	4	صعوبة المواد الدراسية0	2و83
23	5	تشاجر والديه أثناء وجوده0	2و82
28	6	طرده من المدرسة0	2و81
24	7	تفضيل احد الوالدين لإخوته عليه0	2و79
5	8	صوت الانفجارات0	2و75
16	9	موت احد أفراد اسرته0	2و74
20	10	تحيز احد المعلمين ضده0	2و73
34	11	الاستهزاء0	2و67
11	12	التقليل من اهميته0	2و65
13	13	منعه من اللعب مع بعض اصدقائه0	2و63
25	14	صوت الاطلاقات النارية0	2و62
4	15	قلة توفر بعض الحاجات الضرورية0	2و61
33	16	الشتم0	2و60
27	17	ضربه من قبل المعلم0	2و56
9	18	ضياع شيء يخصه0	2و55
10	19	شعوره بالمرض0	2و54
30	20	قلة توفر أماكن للعب أو التسلية0	2و53
14	21	كثرة الواجبات المدرسية0	2و52
15	22	مرض احد أفراد اسرته0	2و51
21	23	تلف شيء يخصه0	2و50
17	24	صوت الطائرات0	2و49
35	25	وجود التلاميذ المشاكسين داخل المدرسة0	2و84
7	26	حصوله على درجات ضعيفة في المدرسة0	2و46
22	27	المشاجرة مع الأطفال الاخرين0	2و45
26	28	منعه من اللعب في البيت0	2و43
32	29	رؤيته المنازل والبنايات المهدمة من على شاشة التلفزيون0	2و42
1	30	معاقبته بسبب أخطاء بسيطة ارتكبها0	2و41
31	31	رؤيته الدم من على شاشة التلفزيون0	2و40
3	32	قلة مشاركته في النشاطات الصفية0	2و39
12	33	صعوبة تطبيق التعليمات المدرسية0	2و38
29	34	الإلحاح عليه للحصول على درجات عالية جدا0	2و36
2	35	الانتقال من مدرسة إلى اخرى0	2و24

8	36	مشاركته في الأعمال المنزلية0	83و1

سيرة علمية

- الاسم الثلاثي واللقب : علي هاشم جاوش الباوي0
- مسقط الرأس والتولد : العراق | واسط / الكوت – 1965 0

الشهادات التي حصل عليها :

- بكالوريوس من الجامعة المستنصرية / كلية الآداب – قسم علم النفس \ 1989 0
- الماجستير من الجامعة المستنصرية / كلية الآداب – قسم علم النفس \ 2002 0
- اللقب العلمي بدرجة (مدرس) في علم النفس التربوي0
- شهادة كفاءة اللغة الإنكليزية / جامعة بغداد0
- شهادة كفاءة الحاسوب / الجامعة المستنصرية0
- اختبار صلاحية التدريس من جامعة واسط 0

الوظائف التي شغلها :

- مرشد تربوي0
- مدير شعبة الإرشاد التربوي مديرية تربية واسط0
- مدير عام تربية واسط0
- مدرس في معهد إعداد المعلمين0
- حاليا استاذ في الكلية التربوية المفتوحة / واسط0

الدورات التي شارك فيها :

1. دورة للإرشاد التربوي في مديرية الإعداد والتدريب / واسط0
2. دورة للإرشاد التربوي في كلية التربية – واسط0
3. دورة للإرشاد التربوي في معهد التدريب والتطوير التربوي / بغداد0
4. دورة في طرائق التدريس الحديثة في كلية التربية – جامعة واسط 0

الإنجازات العلمية :

- مؤلف كتاب (نظريات الإرشاد النفسي) عام 2007 0
- أكثر من (20) بحث ودراسة في مختلف الموضوعات التربوية والنفسية والارشادية0
- إلقاء محاضرات في علم النفس للدورة التطويرية للمرشدين التربويين في مديرية الإعداد والتدريب عام 2004 0
- إلقاء محاضرات في علم نفس الطفل للدورة التطويرية لمديرات ومعلمات رياض الأطفال في مديرية الإعداد والتدريب عام 2004 0
- إلقاء محاضرات في علم النفس في كلية التربية / جامعة واسط للأعوام الدراسية 2005 / 2006 – 2006 / 2007 0
- نشر مجموعة من البحوث في مجلة جامعة واسط للعلوم الانسانية0