مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية العدد 61 الجزء الاول يناير 2023
الموقع الاليكتروني: https://jsswh.journals.ekb.eg بريد إليكتروني: jsswh.eg@gmail.com

الضغوط الحياتية وعلاقتها بفعالية الذات لدي المراهقين المعاقين حركيا

Life stresses and its relationship to self-efficacy among physically handicapped

دكتورة إيمان صلاح محمد السيد

مدرس بقسم العمل مع الافراد والاسر

كلية الخدمة الاجتماعية – جامعة حلوان

ملخص الدراسة :

استهدفت الدراسة تحديد العلاقة بين الضغوط الحياتية وفعالية الذات لدى المعاقين حركيا وتحديد الفروق بين متوسط درجات الذكور والاناث في عينة الدراسة لكل من الضغوط الحياتية وفعالية الذات كما استهدفت الوصول الى مؤشرات لدور الاخصائي الاجتماعي للتخفيف من الضغوط الحياتية وزيادة فعالية الذات لدي المعاقين حركيا ، وتم اختيار عينة غرضية قوامها (100) مفردة من المعاقين حركيا (44ذكور ، 56 من الاناث) وتوصلت نتائج الدراسة الى أنه توجد علاقة عكسية دالة احصائيا عند مستوى معنوية (0.01) بين أبعاد فعالية الذات ككل وابعاد الضغوط الحياتية ككل للمعاقين حركيا كما توصلت ايضا الى وجود فروق جوهرية دالة احصائيا عند مستوى معنوية (0.01) بين متوسط درجات كل من(الذكور والاناث) من عينة الدراسة على مقياس الضغوط الحياتية ومقياس فعالية الذات لصالح الإناث ، كما توصلت الدراسة الحالية إلي مؤشرات لدور الأخصائي الاجتماعي في التخفيف من الضغوط الحياتية وتنمية فعالية الذات لدي المعاقين حركيا في ضوء العلاج المعرفي السلوكي وكذلك النظرية الأيكولوجية.

الكلمات المفتاحية : الضغوط الحياتية – فعالية الذات – المعاقين حركيا

Abstract

The study aimed to determining the relationship between life stresses and self-efficacy among the physically disabled, and determining the differences between the average scores of males and females in the study sample for each of the life stresses and self-efficacy. An objective sample of (100) individuals with physical disabilities (44 males, 56 females) was selected. The results of the study concluded that there is a statistically significant inverse relationship at a significant level (0.01) between the dimensions of self-efficacy as a whole and the dimensions of life stresses as a whole for the physically disabled. There are significant statistically significant differences for at the level of significance (0.01) between the mean scores of (males and females) of the study sample on the life stresses scale and the self-efficacy scale for the females The current study also found indications for the role of the social worker in alleviating life stresses and developing self-efficacy for the physically disabled in the light of cognitive-behavioral therapy as well as the ecological theory.

Keywords: life stresses, self-efficacy, the physically handicapped.

أولا: مشكلة الدراسة

تعد فترة المراهقة من أهم الفترات التي يمر بها الإنسان في حياته الطبيعية ، لما يتخللها من تغيرات وتحولات بيولوجية وعقلية واجتماعية ووجدانية فهي مرحلة يبدأ فيها النضج لجوانب متعددة من الشخصية لذا فهي فترة عمرية لها أهميتها وخطورتها(**حمداوي ،2015، ص. 44)**.

كما أن مرحلة المراهقة تعد مرحلة اتخاذ قرارات تتعلق بأسلوب الحياة، وتحديد الأهداف، والتوجه إلي تحقيقها، والبحث عن مصادر جديدة للمعني والإنجاز **(Bizuneh, 2021, p. 132)** .

ويمر الأسوياء بمرحلة المراهقة كما يمر بها أيضا المعاقين حيث سلط الضوء تجاه الاهتمام بالمراهقين الذي يعانون من اعاقات مختلفة ومنها الاعاقات الحركية ، حيث يواجهون في هذه المرحلة تحديات وصعوبات وضغوط حياتية تؤثر علي نوعية حياتهم من حيث صورة الجسم ، وتشكيل الهوية ، والتصورات الذاتية الاجتماعية ، والجنس والعدوان ، والعنف ، والرياضة، والرفاهية **(Venkatesan, 2022,pp: 269-270)**.

حيث أن الامم لا ترتقي وتنمو الا بالاهتمام بالمعاقين باعتبارهم احد الركائز الهامة في المجتمع للنهوض به ، لذا اكد تقرير الإعاقة والتنمية الصادر من منظمة الامم المتحدة علي تحقيق أهداف التنمية المستدامة لهم من أجل الأشخاص وبالتعاون معهم ، فالمساهمات الدولية لرعاية ذوي الاعاقة اصبحت ذات اولوية قصوي في مراجعات تقدم الدول وتطورها والاهتمام بعنصرها البشري ، مع تعظيم الدور الذي تقوم به منظمات المجتمع المدني ، والمؤسسات البحثية ، ومنظمات المعاقين لتحقيق رؤية وخطة التنمية المستدامة لعام 2030 على المستوى العالمي **(United Nations. Department of Economic and Social Affairs, 2020, p 29).**

وتمثل الإعاقة تحديًا في أي مرحلة من مراحل الحياة وتتجلي صعوبة الإعاقة خلال مرحلة المراهقة حيث أظهرت نتائج دراسة **(Yavuz, Demir, Kayalab, 2015)** وجود تغييرات كبيرة في مختلف الجوانب التنموية للمعاقين مثل الجوانب الجسدية والعاطفية والاجتماعية والتعليمية خلال فترة المراهقة . كما يعانى المراهقون المعاقون حركيا من ما يطلق عليه ضغوط الأقران التي تؤثر عليهم نفسيا واجتماعيا ، ومن الضغوط الاجتماعية المرتبطة بالوالدين والذي ينتج عنها إضطراب المراهق فيما يتعلق بهويته نحو ذاته .

وبالإضافة للضغوط الحياتية الاجتماعية يعاني المعاقين حركيا من الضغوط النفسية التى تتنوع ايضا بين الاحباط والاكتئاب الذي يلازمهم نتيجة اعاقتهم والمتعلقة بالنظرة الدونية والعجز النفسي لعدم قدرتهم على قضاء احتياجاتهم بأنفسهم **(بشير , كروم ,2021 , ص. 109)**.

وبينت دراسة **سعد (2020)** تنوع الضغوط الحياتية التي يتعرض لها المعاقين حركيا ما بين (الضغط النفسي -الضغط الاجتماعي - الضغط التربوي) ، كما ان الذكور أكثر عرضه من النساء للإعاقات الحركية حيث بلغت نسبتهم (66.7٪) وذلك نتيجة للحوادث والاصطدامات عن النساء ، مما يؤدي غالبًا إلى إعاقة حركية.

واستنتجت دراسة **محمود (2018).** وجود فروق بين الذكور والإناث علي أبعاد الضغوط الحياتية(الأسرية – التعليمية – الاجتماعية – النفسية) لصالح الذكور .

ويجد الكثير من المعاقين حركيا صعوبة في تجنب الضغوط في حياتهم اليومية ، وفي الآونة الأخيرة أصبح العيش في المجتمع العام ذو صعوبة بالغة للأشخاص ذوي الإعاقة ، حيث يعانون من صعوبات في التكيف والتوافق مع الاقران او تبادل الشعور بالرضا عن الحياة ، مما يترتب عليه القصور النفسي والشعور بالدونية ، وايضا فقدانه الثقة بالنفس لشعورهم الدائم بالعجز ، ونظرة الشفقة من الاخرين ، كما يعاني المعاقون حركيا من ضغوط تعليمية تتمثل في عدم اهتمام المدارس بهم بسبب إعاقتهم وضعف رغبتهم في التعليم نتيجة التجاهل لهم في الرعاية والتعليم و كل هذه الاعراض تمثل محصلة مباشرة للضغوط الحياتية.

(Yoshimasa, Shinichi , Yoshiharu ,2017, p. 305)

يستخدم المعاقين حركيا أوقات الفراغ كطريقة للتعامل مع التوتر ومواجهة الضغوط والحصول علي الدعم الاجتماعي، من خلال المشاركة في الأنشطة الاجتماعية التي تعد أقوى مؤشر لاستراتيجيات المواجهة وتلقي الدعم الاجتماعي ، والتي تعتبر وسائل مهمة لتطوير القدرة على التعامل مع الضغوط الحياتية، الا أن (أوقات الفراغ والتكيف والدعم الاجتماعي) لا علاقة لهم بمواجهة الضغوط الحياتية لدي المعاقين حركيا حيث يفتقدون الدعم الاجتماعي ، كما يعانوا من عدم القدرة على شغل وقت الفراغ. **(Han, Kim, & Kim, 2019,p. 940)**

أيضا اوضحت نتائج دراسة **شـــيري وأونـــلا (2021) Chinyere , Onalu** ان المعاقين يواجهون كثيرا من التحديات والضغوط الحياتية مثل شعورهم بالاكتئاب والدونية كضغوط نفسية ، والعزلة والإقصاء الاجتماعي كضغوط اجتماعية ، مما يقلل من فـــرص تحسين نوعية حياتهم ويسهم فى ضعف الامل للاندماج الاجتماعي، وتـــرتبط ضـــغوطهم الحياتية بنقص الدعم الاجتماعي وضعف القدرة علي التكيف ، مما يوضح اهمية الحاجـــة إلى الدعم الاجتماعي الوظيفي ويستلزم تغيير المفاهيم السلبية حول الإعاقة.

وأيضا تشير نتائج دراسة **عبدالوهاب , (2017). والعابد (2018)** إلي وجود فـــروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب المعاقين جسديًا والطلاب العاديين في كل من الضائقة النفسية وانخفاض نوعية الحياة للمعاقين لصالح المعاقين جـــسديًا, وأظهـــرت النتائج انخفاضًا في نوعية حياة المعاقين جسديًا فأوضحت النتائج علاقة ارتباط عكسية بين الضغط النفسي ونوعية الحياة لدى الطلاب ذوي الإعاقات الجسدية كذلك وجـــود فـــروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب المعاقين جسديًا والطلاب العاديين في كل من الضغوط النفسية والصلابة النفسية .

ويؤدي التعرض لضغوط الحياة المبكرة إلي زيادة خطر الإصابة لدي المعاقين حركيا في المراحل العمرية التالية مثل تعطيل الجهاز المناعي وخلل في العمليات العصبية الكامنـــة مما يؤدي إلي خلل في الأداء الاجتماعي والعاطفي ، ويزيد من مخاطر سوء تكـــيفهم .) **Yuan, Justin, 2022 ,p 172)**

ونظرا لأن النظرية الايكولوجية في تحليلها للضغوط الحياتية تهتم بالتأثير المتبـــادل بـــين الفرد والبيئة المحيطة ، فالتحولات في نمط الحياة والعلاقات الاجتماعية وأنماط المشاركة يمكن أن تساهم في تغيير دوافع واتجاهات وقيم الفرد مما يتطلب اعتماد الممارسة المهنية على نظرة أكثر شمولية في التعامل مع المشكلات المعاصرة , حيـــث تنظـــر النظريـــة الأيكولوجية الى الانسان علي أنه نتاج حتمي لبيئته، فمنها انبعث وفيها يعيش واليها سيعود مهما كانت قدراته ومواهبه او عجزه وقصوره، ولذلك لا يمكن دراسة السلوك البـــشرى بمعزل عن البيئة التي يعيش فيها **(Adolph, , 2019, p188) .**

ترجع الضغوط الحياتية لتفاعل المعاق حركيا مع بيئته حيث اتفقت نتائج دراسة كلا من **Dockerty, Colleen, Justin Varney, and ، BARNEY, KEITH. (2018)** **Rachel Jay Webster(2015)** علي أن حياة الشخص المعاق مليئة بالضغوط التي

يواجهها في حياته واغلبها تتعلق بإعاقته ، ونوعيتها وكيفية التكيف معها , كما ان المعاق حركيا كثيرا ما يشتت تفكيره في معرفة الطريق للحياة ، ويعجز عن وضع اهداف يصل اليها بسبب اعاقته ، ويشك في قدرته علي تحقيق الهدف ، كما ابرزت نتائج الدراسة وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين المرونة وتخطي الضغوط الحياتية لدي المعاقين حركيا ، باعتبارها الوسيلة الهامة لعدم الاستسلام ووضع اهداف للحياة والمحاولة ، والاستعانة بالآخرين في رحلة تحقيق الأهداف ، كما توصلت إلي وجود علاقة بين الضغوط التي يتعرض لها المعاقون وبين العنف المنزلي , حيث ان المعاق يعاني بشدة من سوء المعاملة المتكررة عن غير المعاقين والتي قد تشمل الإكراه الشديد أو السيطرة أو الإساءة من قبل مقدمي الرعاية.

وتزيد الضغوط الحياتية لدي المراهقين المعاقين نتيجة لضعف الدعم المقدم لهم في البلدان منخفضة ومتوسطة الدخل بالإضافة إلي عجزهم عن الوصول إلى الخدمات التعليمية والصحية، فضلاً عن ضعف حقوقهم في الدعم النفسي والاجتماعي ، والحماية من العنف ، والتنقل وفرص المشاركة داخل مجتمعاتهم ، والمهارات والدعم اللازمين ليصبحوا مستقلين اقتصاديًا أثناء انتقالهم إلى مرحلة البلوغ **(Jones ,2018, p.239)**.

ومن ناحية اخري فإن فعالية الفرد وقدرته على التعامل مع أحداث الحياة قد احتلت جانباً مهماً من كتابات الفلاسفة والمفكرين وعلماء النفس، ولفعالية الذات علاقة بإنجاز الفرد في المجالات المختلفة، وتعتبر فعالية الذات مثيراً ودافعا للفرد لمواجهة ضغوطاته ومشكلاته ويسهم ذلك في تحقيق أهدافه ، فسلوك الإنسان يعتمد بشكل أساسي على معتقداته وفعاليته وتوقعاته عن مهاراته والتكيف مع أحداث الحياة السلوكية المطلوبة للتعامل الناجح **(Hohlfeld, Harty, & Engel ,2018, p. 16)**.

وتعد فعالية الذات احدى الموجهات للسلوك، فالشخص الذي يمتلك إيمان بقدراته يكون أكثر نشاطاً وتقديراً لذاته، وهي بمثابة مرآة معرفية للفرد، وتشعره بقدرته على التحكم في البيئة حيث تعكس معتقداته عن ذاته وقدرته على التحكم في معطيات البيئة من خلال الأفعال والوسائل التكيفية التي يقوم بها، والثقة بالنفس في مواجهة ضغوط الحياة. **(Brailovskaia, Bieda, , Zhang & Margraf, 2016, p.116)**

وتعد فعالية الذات من الموضوعات الهامة التي تسهم في نجاح الأفراد وانجازهم للمهمات المختلفة التي يقومون بها، إذ تعمل على زيادة الجهد والطاقة والتركيز والمثابرة عند مواجهة المشكلات والعقبات والمواقف الصعبة، مما يدفع الفرد للتعامل معها والتغلب عليها**(Jennifer, Elaine, Smith,2019, p. 415)**

ويشير المدخل المعرفي السلوكي في تحليله لفعالية الذات انها تتأثر بأنماط التفكير, فقد تصبح معينات أو معيقات ذاتية وأن إدراك الأفراد لفعالية الذات يؤثر على أنواع الخطط التي يضعونها، وتؤثر على كل من المبادأة والمثابرة في الأداء **Payne , Malcolm, 2014, p. 215).**

وتعتبر فعالية الذات من العوامل المهمة المفسرة لسلوك الأفراد المعاقين، كما تعد احد الاسباب التي تعرقله نحو بذل الجهود المناسبة للأداء والوصول إلى المستوى الأفضل حيث اشارت نتائج دراسة **بالعروسي (2017)** ، إن مستوى الفعالية الذاتية بين المعاقين جسديًا منخفض, كما بينت النتائج انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الفعالية الذاتية لأفراد العينة تعزى لمتغير الجنس " ذكور واناث" مما يدل على ان فعالية الذات منخفضة لدي الذكور والاناث معا ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الفعالية الذاتية لأفراد العينة تعزى لمتغير العمر.

في حين ابرزت نتائج دراسة **صالح (2015)** عدم وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين فعالية الذات وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الأطفال المعاقين .

وتلعب فعالية الذات دورا هاما لدي ذوي الاعاقة في النواحي الجسدية ، حيث ابرزت نتائج دراسة كل من : **Kristina , Okey charles ogu(2016) Karin Bertills(2019) , Cripe(2018)** وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين فعالية الذات وممارسة النشاط البدني لدي ذوي الإعاقة , كما ابرزت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الفعالية الذاتية نتيجة للجنس ، وان الفعالية الذاتية ترتبط ارتباطًا وثيقًا بالاستعداد للمشاركة ولها تأثيرات على مشاركة المراهقين ذوي الإعاقة ، كما بينت النتائج وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين المهارات الوظيفية والفعالية الذاتية الخاصة بالتربية البدنية للطلاب ذوي الإعاقة وقد لوحظ أنهم يشاركون بشكل كبير في دروس التربية البدنية مثل أقرانهم.

وتتعلق فعالية الذات بالجوانب المهنية والتعليمية للمعاقين حركيا , والتي تتصل بشكل مباشر بقبول الفرد للعملية التعليمية وتزيد من تأهيله للعمل , فقد ابرزت نتائج دراسة **ÅSA ANDERSÅN(2017)** وجود علاقة بين الفعالية الذاتية وإعادة التأهيل المهني لدي الشباب ذوي الاعاقة , كما أوضحت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الفعالية الذاتية والانتقال للتعليم , وكذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين فعالية

الذات والتأهيل المهني او الالتحاق للتعليم على متغير الجنس " ذكور واناث " مما يشير إلي ان فعالية الذات تسهم وتدعم بشكل كبير الانتقال الى العمل او التعليم لدي الشباب ذوي الإعاقة.

كما توصلت دراسة بوين **Bowen, Kimberly (2021)** إلي أن مستوى الفعالية الذاتية لدي الطلاب ذوي الإعاقة الذين يشاركون في التعلم القائم على العمل جاء بمستوي متوسط ، ومستوى الفعالية الذاتية لدي الطلاب ذوي الإعاقة الذين لا يشاركون في التعلم القائم على العمل جاء بمستوي متوسط , وبينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الفعالية الذاتية للطلاب ذوي الإعاقة وغير ذوي الإعاقة الذين شاركوا أو لم يشاركوا في التعلم القائم على العمل .

وتؤثر الفعالية الذاتية في الإبداع لدي الطلاب المعاقين , كما أظهرت النتائج ان الطلاب ذوي صعوبات التعلم يعانوا من ضعف في الابداع مما يقلل من فعالية الذات لديهم , واشارت نتائج دراسة جنيفر وسميث **(Jennifer& Smith,2019)** أن الطلاب الموهوبين أوضحوا تصورات أعلى بكثير من الفعالية الذاتية الإبداعية عن الطلاب في التعليم العام والطلاب الذين يعانون من اعاقات.

ويشار الى فعالية الذات علي أنها أحد المكونات الأساسية في شخصية الإنسان وكذلك عامل بناء رئيسي في أداء سلوكه تجاه الضغوط ومواجهتها وتحدد محاور فعالية الذات في عدد من المؤشرات تتمثل في (درجة الفعالية والمثابرة، الثقة بالنفس ، البدء ، الوصول إلى المعرفة). حيث تعد فعالية الذات لدي الطلاب المعاقين عاملا من عوامل مواجهة التحديات والمشكلات الحياتية المختلفة لديهم وهي في نفس الوقت نتيجة اذا زاد معدل الدعم الاجتماعي والنفسي لهؤلاء الطلاب **(T-Kay, Nagy,2019, p. 108)**

وتتأثر الفعالية الذاتية بتشخيص الإعاقة لدي المراهقين , حيث ابرزت نتائج دراسة سينأيد وودس **Sinead & Woods(2022)** وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين فعالية الذات الأكاديمية وبين تشخيص الاعاقات , كما أنه لا توجد علاقة بين نوع الاعاقة المستهدف تشخيصها والفعالية الذاتية والثقة بالنفس , وأظهرت نتائج الدراسة تأثير تشخيص الاعاقات على الفعالية الذاتية لدي الذكور والاناث دون فروق .

ومن خلال العرض السابق , وفي إطار ما أظهرته الدراسات والبحوث العلمية من نتائج مرتبطة بالضغوط الحياتية للمعاقين حركيا , وكذلك الدراسات والبحوث التي تناولت فعالية الذات لدي المعاقين , يمكن صياغة مشكلة الدراسة في تساؤل مؤداه : ما العلاقة بين الضغوط الحياتية وفعالية الذات لدي المراهقين المعاقين حركيا ؟

ثانيا : أهمية الدراسة :

1) الاهتمام بالمعاقين عامة والمعاقين حركيا خاصة من أولويات توجهات واهتمام الدول والحكومات والمنظمات الدولية .
2) تمثل زيادة نسبة الاعاقة الحركية في المجتمع المصري 12.8% لعام 2021

جدول(1) يوضح تزايد اعدادونسب الإعاقات عامةوالاعاقةالحركيةفي مصر(2020: 2021)

المعيار	2020	2021
أعداد ذوي الإعاقة في مصر	8.996 مليون شخص	9.021 مليون شخص
نسب الإعاقة بصفة عامة من اجمالي عدد السكان	%11.1	%12.3
نسبة الاعاقات في الفئة العمرية من 15 الى 29 عام	%17.2	%18.6
نسبة الإعاقة الحركية في الفئة العمرية من 15 الى 29 عام	%11.4	%12.8

(الجهاز المركزي للتعبئة العامة والاحصاء : مصر في ارقام , الاعاقات , 2021)

3) تأثير الضغوط الحياتية في مرحلة المراهقة علي الجانب الصحي والنفسي والاجتماعي والتعليمي للمعاقين حركيا وإهمال دراسة هذه الضغوط يقلل من إنتاجية المعاقين حركيا.

ثالثا : أهداف الدراسة :

1- تحديد العلاقة بين الضغوط الحياتية وفعالية الذات لدى المراهقين المعاقين حركيا ويتحقق هذا الهدف من خلال :
أ- تحديد مستوى الضغوط الحياتية لدى المراهقين المعاقين حركيا.
ب- تحديد مستوى فعالية الذات لدى المراهقين المعاقين حركيا.
2- تحديد الفروق بين متوسط درجات الذكور والاناث المعاقين حركيا على مقياس الضغوط الحياتية .
3- تحديد الفروق بين متوسط درجات الذكور والاناث المعاقين حركيا على مقياس فعالية الذات
4- الوصول الى مؤشرات لدور الاخصائي الاجتماعي للتخفيف من الضغوط الحياتية وزيادة فعالية الذات لدي المعاقين حركيا .

رابعا :مفاهيم الدراسة :

1- الضغوط الحياتية : Life stresses

هي مجموع الأحداث أو التجارب التي تسبب إجهادًا شديدًا للفرد او مجموع الافراد ، يتبعها عدد من الاعراض النفس جسمية السلبية , مثل الفشل في الوظيفة ، والانفصال الزواجي ، وفقدان الشخص المحبوب **(Lovalo, 2015, p. 154)**.

كما حدد **(Levine, & Scotch, 2017, p.15)** الضغوط الحياتية بانها : حالة من الاجهاد والتوتر الجسمي والنفسي التي تصيب الفرد عند تعرضه لأحداث ومواقف تستلزم منه مطالب تكيفية قد تكون فوق احتماله وامكانيته وقد تؤدي ضغوط الحياة الشديدة مثل الانفصال ، والإهمال ، والشعور بالوحدة لفترات طويلة ، والعزلة الاجتماعية ، والطلاق , إلى اكتئاب حاد وطويل الأمد وربما أمراض نفسية ، وقد تم توثيق الصلة بين الإجهاد والتوتر والعديد من الاضطرابات النفسية.

كما تعرف الضغوط الحياتية بانها حالة من شعور الشخص بأن المتطلبات المفروض عليه إنجازها تفوق إمكانياته كشخص أو كمجتمع يعيش فيه مما يجعله يعيش حالة من الخوف **(Slavich,2016, p.384)**.

وتعرف الضغوط الحياتية نظريا : بأنها تلك المواقف المهددة التي يتعرض لها المراهق المعاق حركيا في حياته اليومية ويستجيب لها عبر تغييرات فسيولوجية ، وانفعالية ومعرفية وسلوكية تكشف عن ضعف قدرته على الموائمة بين ما لديه من امكانيات وما تطلبه البيئة المحيطة من افعال ومنها (الضغوط الاجتماعية ، والضغوط النفسية ، الضغوط التعليمية ، الضغوط الاقتصادية)

كما تعرف الضغوط الحياتية اجرائيا: الدرجة التي يحصل عليها عينة البحث على مقياس الضغوط الحياتية للمعاقين حركيا والتي تتضمن ابعاده في :

أ- **الضغوط الاجتماعية:** وهي المواقف المتنوعة والمرتبطة بسوء العلاقات الاجتماعية للمراهقين المعاقين حركيا ونظره المجتمع إليهم , مما يشعرهم بالخجل والعزلة الاجتماعية.

ب- **الضغوط النفسيّة :** هي مشاعر الذنب والخوف والتهديد والعجز والخجل وضعف الثقة بالنفس التي تصيب المراهقين المعاقين حركيا .

ج- **الضغوط التعليمية :** وهي الأحداث التي يواجه فيها المراهقون المعاقون مواقف تمثل تحديا لهم ولقدراتهم يعجزوا عن مواجهتها مثل عدم ملائمة المناهج التعليمية او عجزهم في التعامل مع المناخ التعليمي او ضعف تطبيق معدلات رعايتهم بالمدارس , كذلك التجاهل من جانب إدارة المدرسة .

2- **الضغوط الاقتصادية:** وهي الأحداث التي يشعر بها المراهقين المعاقين حركيا مثل عدم كفاية الموارد المتاحة لإشباع حاجاتهم ، كذلك زيادة الأعباء الاقتصادية، وعدم القدرة على توفير اجهزتهم التعويضية او إصلاحها , وتراكم الديون المالية والعجز عن سدادها .

2- **فعالية الذات : self-efficacy**

تعرف فعالية الذات بأنها توقع قدرة الفرد على أداء مهمة محددة وهي تعني كذلك ادراك الفرد واستبصاره لإمكاناته وحسن استخدامها **Schunk&**) . **DiBenedetto,2016 , p. 41)**

كما ان فعالية الذات هي ثقة الفرد الكامنة في قدراته، أو المواقف ذات المطالب الكثيرة وغير المألوفة، أو هي اعتقاد الفرد في قواه الشخصية، مع التركيز على الكفاءة في تفسير السلوك دون المصادر أو الأسباب الأخرى للتفاؤل**(Huang ,2016, p. 121)** .

وحددها **(مرسي ،2015, ص. 27)** على أنها مجموعة الاحكام الصادرة عن الفرد ، والتي تعبر عن معتقداته حول القيام بسلوكيات معينة ، ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة المعقدة ، وتحدي الصعاب ، ومدى انجاز المهام المكلف بها.

وتعرف فعالية الذات في الدراسة الحالية : بأنها قدرة المراهق المعاق حركيا في التغلب على ما يواجهه من صعاب مما يولد لدية المبادرة وبذل الجهد والمثابرة لتحقيق اهدافه .

مما سبق تعرف **فعالية الذات اجرائيا** بانها : الدرجة التي تحصل عليها عينة الدراسة على مقياس فعالية الذات والتي تتمثل ابعاده في الاتي :

- **بعد المبادأة**: وتعني قدرة الفرد على البدء في السلوك أو الفعل والقدرة على حل المشكلات .
- **بعد المثابرة**: قدرة الفرد على التخطيط وتنفيذ هذه الخطط، وانجاز المهام والتمسك بالعمل حتى الانتهاء منه.
- **بعد المجهود**: بذل المجهود للقيام بالعمل ومحاولة تحقيقه .

الموجهات النظرية للدراسة :

1) النظرية الايكولوجية في تفسير الضغوط الحياتية:

تركز النظرية الايكولوجية فى الخدمة الاجتماعية على النطاق البيئى الذي يعيش فيه الإنسان فلا مجال للتفكير فى السلوك الإنسانى الفردى أو عرقلة نمـــو الأنـــساق المختلفة بمعزل عن تفاعلها مع بيئاتها. **(López, & Montes ,2015 , p. 700)**

وتتطلع النظرية الايكولوجية الي افتراض عجز الانسان بسبب مرض أو عاهة أو إحباط فإن اقتصر علي العلاج النفسي أو الذات وحدها فأنه سيبقى عاجزا أو قاصـــرا امام الضغوط الحياتية , طالما رفضت البيئة منحه فرصة للحياة أو للعمل أو للـــزواج والغذاء والصحة وغيرها.**(López& Montes, 2015 , p. 701)**

فالإنسان من خلال رؤية المدخل الإيكولوجي هو عضو في العديد من الأنساق ويمارس العديد من الأدوار ويتعرض للعديد من الضغوط، وذلك في أثناء سعيه لإشباع حاجاته وتلبية رغباته، وقد يفشل الإنسان بدرجة ما في إشباع حاجاته الشخصية أو حاجات من يعولهم ويرعاهم ويحمي مصالحهم مما يجعله في حالة من السعي لاستعادة التوازن وإشباع الحاجات وحل المشكلات وتخفيف الضغوط **(جبل,٢٠١٨ ، ص .٤١)**.

2) المدخل المعرفي السلوكي في تفسير فعالية الذات :

تمثل فعالية الذات مجموعة الأحكام الصادرة عن الفرد والتي تعبر عن معتقداته حول قدرته على القيام بسلوكيات معينة، ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة، وتحدي الصعاب، ومدى مثابرته للإنجاز ويشترك مفهوم فعالية الذات في تأكيده على تحديد الفرد لأهدافه وتنظيم أفكاره ومعتقداته عما يمتلك من إمكانات وقدرات من أجل تحقيق هذه الأهداف.

ويفسر المدخل المعرفي السلوكي شخصية الفرد وفعالية ذاته تجاه المواقف والاحداث ، معتمدًا على مراقبته لذاته وتقييمها وتعزيزها إيجابيًا كما ينطوي مفهوم فعالية الذات على مجموعة من الأساليب المعرفية والسلوكية التي توظف بهدف مساعدة الأفراد على تحقيق أهدافهم والوصول لأعلى مستويات التوافق النفسي والاجتماعي لذلك فإن تنمية فعالية الذات تستلزم التعرف على المعارف وتصنيفها وتعديل هذه المعارف والافكار من خلال منحى معرفي سلوكي يهدف إلى التدريب على الملاحظة المستمرة للذات، وتفعيل دور المراقبة الذاتية للسلوك **(الالوسي, 2014 , ص. 133)**.

ويقوم الافتراض الأساسي للمدخل المعرفي السلوكي على أن المعارف تؤثر على الانفعالات والسلوك والتي تعكس فعالية الذات واتجاهاتها لدي الفرد , وبالتالي فان

اكساب الفرد مهارات تعديل السلوك، وتوليد أفكار إيجابية وبناء الثقة بالفعالية الذاتية والتخلص من الأفكار اللاعقلانية والاتجاهات الانهزامية ومن ثم يحقق الفرد أعلى مستويات التوافق النفسي والاجتماعي يعتمد في المجمل على تعديل المعارف والأفكار وما ترتيب عليها من سلوك.

(Jalali, Farghadani, & Ejlali-Vardoogh, 2019, p. 425)

ويهدف المدخل المعرفي السلوكي إلى تعديل السلوك اعتماداً على الافتراض بأن الانفعال والسلوك يتحددان بدرجة كبيرة من خلال أفكار ومعتقدات الإنسان تجاه العالم المحيط به، وبالتالي فإن المدخل المعرفي السلوكي يركز على مساعدة الأفراد على مراقبة وضبط الأفكار والمعتقدات غير السوية والخاطئة لاستبدالها أو تعديلها لتكون أكثر واقعية وبالتالي يكون تفاعلها وتأثيرها على الانفعال والسلوك أكثر إيجابية **(Ngai, Wong, Chung, (Leung, & Tarrant, 2019, p. 1165)**.

سادسا: الاجراءات المنهجية للدراسة

1- نوع الدراسة والمنهج المستخدم

تنتمي هذه الدراسة الى الدراسات الوصفية التحليلية، حيث سعت الى تحديد العلاقة بين الضغوط الحياتية وفعالية الذات لدى المراهقين المعاقين حركيا، كما اعتمدت على منهج المسح الاجتماعي بطريقة العينة الغرضية.

2- فروض الدراسة:

3- **الفرض الرئيس الاول للدراسة :** توجد علاقة عكسية ذات دلالة احصائية بين فعالية الذات والضغوط الحياتية للمعاقين حركيا .

ينبثق من هذا الفرض عدة فروض فرعية تتمثل في الاتي :

1- توجد علاقة عكسية ذات دلالة احصائية بين فعالية الذات والضغوط الاجتماعية للمعاقين حركيا .

2- توجد علاقة عكسية ذات دلالة احصائية بين فعالية الذات والضغوط النفسية للمعاقين حركيا .

3- توجد علاقة عكسية ذات دلالة احصائية بين فعالية الذات والضغوط التعليمية للمعاقين حركيا .

4- توجد علاقة عكسية ذات دلالة احصائية بين فعالية الذات والضغوط الاقتصادية للمعاقين حركيا .

الفرض الرئيس الثاني للدراسة :

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الاناث على مقياس الضغوط الحياتية للمعاقين حركيا لصالح الذكور.

الفرض الرئيس الثالث للدراسة

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الاناث على مقياس فعالية الذات للمعاقين حركيا لصالح الذكور .

1- **أدوات الدراسة : تمثلت ادوات الدراسة في الاتي :**

(أ) مقياس الضغوط الحياتية للمراهقين المعاقين حركيا إعداد الباحثة

وصف المقياس : يتكون المقياس من (28) بندا لقياس الضغوط الحياتية للمراهقين المعاقين حركيا وتتمثل ابعاده في (الضغوط الاجتماعية ، الضغوط النفسيّة ،الضغوط التعليمية ، الضغوط الاقتصادية) ، وتم الاعتماد على الاطار النظري للدراسة الحالية وكذلك الدراسات السابقة المرتبطة بالضغوط الحياتية لهذه الفئة في اعداد بنود المقياس مثل دراسة سعد (2020) ، دراسة العابد (2018)، دراسة عبدالوهاب (2017)، دراسة رقبان (2016)

جدول رقم (1) ابعاد مقياس الضغوط الحياتية للمراهقين المعاقين حركيا

م	الأبعاد	أرقام العبارات	المجموع
1	الضغوط الاجتماعية	7-1	7
2	الضغوط النفسيّة	14-8	7
3	الضغوط التعليمية	21-15	7
4	الضغوط الاقتصادية	28-22	7
الاجمالي			28

طريقة تصحيح المقيـــاس : للمقياس خمس استجابات (مطلقا ، نادرا ، احيانا ، كثيــرا ، كثيرا جدا) أوزانهم على التوالي (1،2،3،4،5) وتقع الدرجات بين (28: 140) حيث تعبر الدرجة (28) عن الحد الادنى من الضغوط الحياتية والدرجــة (140) عــن الحــد الاعلى من الضغوط الحياتية للمعاقين حركيا .

وقد تم التحقق من الصدق Validityوالثبات Reliability وذلك كما يلى:-

أ- صدق المقياس:-

- **الصدق الظـــاهري :** قامت الباحثة بعرض المقياس علي عدد (5) من أساتذة الخدمــة الاجتماعية ، وذلك لتحكيم المقياس وإبداء الرأي في مدي ملائمة كل عبارة من حيث

الصياغة وارتباطها بالبعد المراد قياسه وتم الاعتماد على نسبة 80% على الاقل موافقة على العبارة الواحدة .

- **صدق الاتساق الداخلى :-** قامت الباحثة بتطبيق المقياس مرة واحدة على عينة مكونة من (31) من المراهقين المعاقين حركيا وتم إجراء حساب معاملات الارتباط على النحو التالى:-

- الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد المقياس و المجموع الكلى لدرجات المقياس كما هو موضح بالجدول التالى :-

جدول رقم(2) صدق الاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس الضغوط الحياتية للمراهقين المعاقين حركيا ودرجة المقياس ككل

م	الأبعاد	معامل الارتباط	الدلالة
1	الضغوط الاجتماعية	0.605	**
2	الضغوط النفسيّة	0.811	**
3	الضغوط التعليمية	0.664	**
4	الضغوط الاقتصادية	0.776	**
5	أبعاد المقياس ككل	0.714	**

**** معنوي عند (0.01) * معنوي عند (0.05)**

يوضح الجدول رقم (2) أن قيم معامل الارتباط الناتجة تراوحت بين (0.605) و(0.811) وجميع هذه المعاملات مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية (0.01) مما يشير إلى صدق المقياس بدرجة مناسبة حيث يمكن الاعتماد على نتائجة.

ب - ثبات المقياس :

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس من خلال طريقة إعادة الاختبار ، معامل ألفا كرونباخ.

1- طريقة إعادة الاختبار :

طريقة إعادة الاختبار : قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بإستخدام ألفا كرونباخ و طريقة إعادة تطبيق الاختبار Test- Test-R حيث تم التطبيق على عينة قوامها (31) مفردة من خارج عينة الدراسة الأساسية ، ثم إعادة تطبيق الاختبار مرة أخرى على نفس العينة بفاصل زمني (15يوم) من تاريخ التطبيق الأول وتم حساب معامل الارتباط بمعامل سبيرمان ، في التطبيقين الأول والثاني علي الأبعاد الفرعية ، وكذلك الدرجة الكلية على المقياس **وجاءت النتائج علي النحو التالي :**

جدول رقم (3) ثبات مقياس الضغوط الحياتية للمراهقين المعاقين حركيا

م	المتغيرات	قيمة معامل سبيرمان للثبات	قيمة ألفا كرونباخ للثبات
1	الضغوط الاجتماعية	**0.651	0.866
2	الضغوط النفسيّة	**0.766	0.799
3	الضغوط التعليمية	**0.716	0.811
4	الضغوط الاقتصادية	**0.714	0.855
5	أبعاد المقياس ككل	**0.712	0.833

يوضح الجدول رقم (3) أن معاملات الثبات دالة إحصائيا عند مستوي معنوية (0.01) مما يشير إلي أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات ، ويمكن الاعتماد علي نتائجه .

تصحيح المقياس : يحتوي المقياس علي خمس استجابات مطلقا = 1 ، نادرا = 2 ، أحيانا=3 ، كثيرا=4، كثيرا جدا=5، ولتحديد طول خلايا المقياس (الحدود الدنيا والعليا) ، تم حساب المدي = أكبر قيمة – أقل قيمة (5-1=4) ، تم تقسيمه علي عدد خلايا المقياس للحصول علي طول الخلية (5/4=0.8) وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلي أقل قيمة في المقياس أو بداية المقياس وهي الواحد الصحيح وذلك لتحدد الحد الاعلي لهذه الخلية وبهذا أصبح طول الخلايا كما يلي :

جدول رقم (4) يوضح مستويات المتوسطات الحسابية

إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين 1 - 1.8	مستوى منخفض جدا
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين أكثر من 1.9 – 2.6	مستوى منخفض
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين أكثر من 2.7 : 3.4	مستوى متوسط
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين أكثر من 3.5 : 4.2	مستوى مرتفع
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين أكثر من 4.3 : 5	مستوى مرتفع جدا

(ب) **مقياس فعالية الذات العامة** ، اعداد / نهاد عبدالوهاب محمود 2016

1- **وصف المقياس :** يتكون المقياس من (20 بند) لقياس فعالية الذات العامة والتي تشتمل علي ثلاثة أبعاد رئيسية هي : بعد المبادأة ، وبعد المثابرة ، وبعد المجهود .

2- **صدق المقياس** : قامت معدة المقياس بالتحقق من صدق المقياس كالأتي :

أ- **الصدق التلازمي** : بلغت قيمة معامل الارتباط بين المقياس والمحك (0.19) وهو معامل دال عند مستوي معنوية (0.05) .

ب- **الصدق العاملي** : تم استخدام التحليل العاملي كأسلوب أمثل للتحقق من صدق التكوين أو الصدق البنائي للأداة والذي أسفر عن ثلاثة عوامل أساسية وهي :

- **العامل الأول** " المبادأة" وعددها (5) عبارات وهي العبارات أرقام (17،2،6،7،8) ، وتضم العبارات مفردات راوحت تشبعاتها ما بين (0.409إلي 0.815)
- **العامل الثاني** "المثابرة" ويضم (11) عبارة وهي العبارات أرقام (1،4،5،11،12،14،15،16،،18،19،20) وتضم العبارات مفردات راوحت تشبعاتها ما بين (0.494إلي 0.841).
- **العامل الثالث** "المجهود" ويضم (4) عبارات وهي العبارات أرقام (3،9،10،13) وتضم العبارات مفردات راوحت تشبعاتها ما بين (0.518إلي 0.809).

ج- **التجانس الداخلي** : تم حساب معامل الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية للمقياس وتراوحت معاملات ارتباط درجة البند بالدرجة الكلية للمقياس مابين (0.31 ، 0.62) وهي معاملات متوسطة إلي مرتفعة دالة عند مستوي معنوية (0.01).

3- **ثبات المقياس** : تم حساب ثبات المقياس ككل باستخدام ألفا كرونباخ وبلغ هذا المعامل (0.82) الأمر الذي يشير إلي قياس جميع مفردات المقياس لنفس المضمون .

4- **طريقة التصحيح** : يعتبر المقياس من نوع مقياس " ليكرت" حيث يعطي المبحوث فرصة لتحديد درجة موافقته علي البند من بين عدة درجات تتكون من خمس مستويات هي : لا مطلقا = 1 ، نادرا = 2 ، أحيانا=3 ، كثيرا=4، كثيرا جدا=5 ، وذلك باستثناء البنود أرقام (2-4-5-6-7-10-11-12-14-16-17-19) فتم تصحيحها بشكل عكسي .

وقد قامت الباحثة بإعادة تقنين للمقياس علي الدراسة الحالية للتحقق من الصدق Validityوالثبات Reliability كالتالي :-

أ- إعادة صدق المقياس:-

- **صدق الاتساق الداخلى :-** قامت الباحثة بالتأكد من صدق مقياس فعالية الذات العامة من خلال صدق الاتساق الداخلي بتطبيق المقياس مرة واحدة على عينة مكونة من (31) من المراهقين المعاقين حركيا وتم إجراء حساب معاملات الارتباط على النحو التالى:-

جدول رقم(7) صدق الاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس فعالية الذات العامة ودرجة المقياس

م	الأبعاد	معامل الارتباط	الدلالة
1	المبادأة	0.730	**
2	المثابرة	0.946	**
3	المجهود	0.833	**
أبعاد المقياس ككل		0.836	**

يوضح الجدول رقم (7) أن قيم معامل الارتباط الناتجة تراوحت بين (0.730) و(0.946) وجميع هذه المعاملات مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية (0.01) مما يشير إلى صدق المقياس بدرجة مناسبة حيث يمكن الاعتماد على نتائجة.

ب – إعادة ثبات المقياس :

قامت الباحثة بإعادة حساب ثبات المقياس وذلك باستخدام طريقة إعادة الاختبار ، معامل ألفا كرونباخ.

1- طريقة إعادة الاختبار :

طريقة إعادة الاختبار : قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بإستخدام طريقة إعادة تطبيق الاختبار Test- Test-R حيث تم التطبيق على عينة قوامها (31) مفردة من خارج عينة الدراسة ، ثم إعادة تطبيق الاختبار مرة أخرى على نفس العينة بعد فاصل زمني (15 يوم) من تاريخ التطبيق الأول وتم حساب معامل الارتباط بمعامل سبيرمان بين التطبيقين الأول والثاني علي الأبعاد الفرعية ، وكذلك الدرجة الكلية علي المقياس .

جدول رقم (8) ثبات مقياس فعالية الذات العامة

م	المتغيرات	قيمة معامل سبيرمان للثبات ودلالته	قيمة ألفا كرونباخ للثبات
1	المبادأة	**0.675	0.815
2	المثابرة	**0.959	0.856
3	المجهود	**0.857	0.789
أبعاد المقياس ككل		**0.830	0.820

يوضح الجدول رقم (8) أن معاملات الثبات دالة إحصائيا عند مستوي معنوية (0.01) مما يشير إلي أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات ويمكن الاعتماد علي نتائجها .

درجة تصحيح المقياس : يحتوي المقياس علي خمس استجابات لا مطلقا = 1 ، نادرا = 2 ، أحيانا=3 ، كثيرا=4، كثيرا جدا=5، ولتحديد طول خلايا المقياس (الحدود الدنيا والعليا) ، تم حساب المدي = أكبر قيمة – أقل قيمة (5-1=4) ، تم تقسيمه علي عدد

خلايا المقياس للحصول علي طول الخلية (5/4=0.8) وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلي أقل قيمة في المقياس أو بداية المقياس وهي الواحد الصحيح وذلك لتحدد الحد الاعلي لهذه الخلية وبهذا أصبح طول الخلايا كما يلي :

جدول رقم (9) يوضح مستويات المتوسطات الحسابية

إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين 1 - 1.8	مستوى منخفض جدا
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين أكثر من 1.9 – 2.6	مستوى منخفض
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين أكثر من 2.7 : 3.4	مستوى متوسط
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين أكثر من 3.5 : 4.2	مستوى مرتفع
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين أكثر من 4.3 : 5	مستوى مرتفع جدا

4-مجالات الدراسة :

أولا المجال البشري :

أ- اطار المعاينة : بلغ اطار المعاينة من المعاقين حركيا المترددين على جمعية التأهيل الاجتماعي للمعاقين (250) معاق حركيا .

ب- العينة : تكونت عينة الدراسة من (100) معاق حركيا من المراهقين الذين يترددون على الجمعية للعام (2022) ونوعها عينة غرضية وذلك لتردد هؤلاء المبحوثين على الجمعية خلال هذه الفترة لتلقى الخدمات بها .

شروط عينة الدراسة :

1- ان يكون المعاق من المراهقين في المرحلة العمرية (20:15) عام
2- أن يكون من طلاب الثانوية العامة أو المرحلة الجامعية
3- ان يكون مبتور احد الاطراف
4- الا يعاني من أي اعاقة اخرى غير الاعاقة الحركية
5- ان يقيم مع اسرته الطبيعية
6- ان يوافق على التعاون مع الباحثة

ثانيا المجال المكاني : أجري البحث الحالي بجمعية التأهيل الاجتماعي للمعاقين بعين حلوان

ثالثا المجال الزمني : استغرق اجراء الدراسة سته اشهر بشقيها النظري والعملي في الفترمن بداية مايو 2022حتى نهاية أكتوبر 2022 .

جدول (10) " وصف خصائص عينة الدراسة " ن=100

م	النوع	ك	النسبة المئوية
1	ذكر	44	%44
2	أنثي	56	%56
م	السن	ك	النسبة المئوية
1	أقل من 16 سنه	26	%26
2	16 سنه – 18 سنه	23	%23
3	18 سنه –لاقل من 20 سنه	21	%21
4	20 سنه	30	%30
م	محل الاقامة	ك	النسبة المئوية
1	حي	4	%4
2	قرية	23	%23
3	مدينة	26	%26
4	محافظة	47	%47
م	مصادر دخل الاسرة	ك	النسبة المئوية
1	عمل الأم	7	%7
2	عمل الأب	27	%27
3	معاش الأب	38	%38
4	معاش الأم	13	%13
5	الإخوة	10	%10
6	مساعدة الأقارب	5	%5
م	دخل الاسرة	ك	النسبة المئوية
1	أقل من 1000 جنيه	12	%12
2	من 1000 لأقل من 2000	44	%44
3	من 2000 لأقل من 3000	27	%27
4	من 3000 فأكثر	17	%17
م	نوع السكن للأسرة	ك	النسبة المئوية
1	إيجار قانون قديم	17	%17
2	إيجار قانون جديد	20	%20
3	مستقل	10	%10
4	مشترك	8	%8
5	تمليك	45	%45
م	المرحلة الدراسية	ك	النسبة المئوية
1	المرحلة الثانوية	72	%72
2	المرحلة الجامعية	28	%28

يوضح الجدول رقم (10) أن نسبة الاناث اكبر من الذكور حيث بلغت نسيتهم 56%، وأعلى نسبة لعينة الدراسة من المرحلة الإعدادية والثانوية حيث بلغت نسبتهم 36%،

وجاءت النسبة الاعلى منهم ايضا ممن ينفقون من معاش الاب بنسبة 38% ومعظم افراد العينة تنحصر دخول اسرهم ما بين 1000 لأقل من 2000 جنيه وكانت نسبتهم 44%، وهذا يؤكد انهم من اصحاب الدخول المنخفضة مما يشير إلي انهم يعانون من ضغوط اقتصادية ايضا وهذا يتفق مع ما أشارت الية دراسة **رقبان (2016)** ان هناك علاقة ارتباطية سالبة بين المشكلات الاقتصادية للمعاقين حركيا وجودة الحياه لديهم وكذلك وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المتغيرات الاقتصادية والمشكلات التي تواجه المعاق حركيا وجودة الحياة لديهم ايضا ، كما تزيد الضغوط الحياتية لدي المراهقون المعاقين نتيجة لضعف الدعم المقدم لذوي الإعاقة في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل لتحقيق إمكاناتهم الكاملة**(Jones,2018, p.239)**

سابعا : نتائج الدراسة :

المحور الأول : مستوي أبعاد الضغوط الحياتية للمعاقين حركيا

جدول رقم (11) مستوي أبعاد الضغوط الحياتية للمعاقين حركيا ن=100

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتيب
1	الضغوط الاجتماعية	2.22	0.97	منخفض	4
2	الضغوط النفسية	2.79	0.84	متوسط	2
3	الضغوط التعليمية	2.63	0.98	متوسط	3
4	الضغوط الاقتصادية	2.91	1.47	متوسط	1
الأبعاد ككل		2.62	0.76	مستوى متوسط	

يوضح الجدول رقم (11) أن مستوى أبعاد الضغوط الحياتية للمعاقين حركيا متوسط حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.62) ، ومؤشرات ذلك وفقا لترتيب المتوسط الحسابي : حصل كل من بعد الضغوط الاقتصادية علي الترتيب الأول بمتوسط حسابي (2.91) ، يليه بعد الضغوط النفسية حيث حصل علي الترتيب الثاني بمتوسط حسابي (2.79)، يليه بعد الضغوط التعليمية حيث حصل علي الترتيب الثالث بمتوسط حسابي (2.63)، وأخيرا بعد الضغوط الاجتماعية حيث حصل علي الترتيب الرابع بمتوسط حسابي (2.22).

المحور الثاني : مستوي أبعاد فعالية الذات للمعاقين حركيا

جدول رقم (12) مستوي أبعاد فعالية الذات للمعاقين حركيا ن=100

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتيب
1	المبادأة	3.26	0.509	متوسط	2
2	المثابرة	3.33	0.575	متوسط	1
3	المجهود	3.05	0.71	متوسط	3
الأبعاد ككل		3.26	0.455	مستوى متوسط	

يوضح الجدول رقم (12) أن مستوى أبعاد فعالية الذات للمعاقين حركيا متوسط حيث بلغ المتوسط الحسابي (3.26) ومؤشرات ذلك وفقا لترتيب المتوسط الحسابي :

حصل بعد المثابرة علي الترتيب الأول بمتوسط حسابي (3.33) ، حصل بعد المبادأة علي الترتيب الثاني بمتوسط حسابي (3.26) ، وأخيرا بعد المجهود حيث حصل علي الترتيب الثالث بمتوسط حسابي (3.05).

ثامنا : اختبار فروض الدراسة :

اختبار الفرض الأول للدراسة وفروضه الفرعية : " توجد علاقة عكسية ذات دلالة احصائية بين فعالية الذات بأبعادها المختلفة (المبادأة – المثابرة- المجهود) والضغوط الحياتية بأبعادها المحتلفة (الاجتماعية- النفسية- التعليمية- الاقتصادية) للمعاقين حركيا "

جدول رقم (13)" العلاقة بين فعالية الذات والضغوط الحياتية بأبعادهم المختلفة للمعاقين حركيا "

م	الأبعاد / الأبعاد	الضغوط الحياتية				
		الضغوط الإجتماعية	الضغوط النفسية	الضغوط التعليمية	الضغوط الاقتصادية	أبعاد الضغوط الحياتية ككل
1	المبادأة	-**0.263	-**0.268	-0.119	-0.089	-*0.228
2	المثابرة	-**0.518	-*0.233	-**0.317	-0.100	-**0.367
3	المجهود	-0.156	0.065	-0.104	0.095	-0.030
	أبعاد فعالية الذات ككل	-**0.483	-*0.216	-**0.286	-0.065	-**0.328

*** دالة عن مستوى معنوية 0.05 ** دالة عند مستوى معنوية 0.01**

يوضح الجدول رقم (13) أنه توجد علاقة عكسية دالة احصائيا عند مستوى معنوية (0.01) بين أبعاد فعالية الذات ككل وابعاد الضغوط الحياتية ككل للمعاقين حركيا ، فكلما زادت فعالية الذات انخفضت الضغوط الحياتية لديهم ، مما يجعلنا نقبل الفرض الرئيسي الاول للدراسة الذي مؤداه توجد علاقة عكسية ذات دلالة احصائية بين فعالية الذات والضغوط الحياتية للمعاقين حركيا "وعلى الرغم من وجود علاقة عكسية بين ابعاد فعالية الذات ككل وابعاد الضغوط الحياتية ككل الا ان الدراسة توصلت الى عدم وجود علاقة دالة بين فعالية الذات والضغوط الاقتصادية للمعاقين حركيا .

الفرض الرئيس الثاني للدراسة : توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الاناث على مقياس الضغوط الحياتية للمعاقين حركيا

جدول رقم (14) الفروق بين متوسطات درجات (الذكور، الإناث) علي مقياس الضغوط الحياتية للمعاقين حركيا

الأبعاد	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	Sig	مستوي الدلالة
الضغوط الاجتماعية	الذكور	44	15	6.39	**22.87	دالة
	الإناث	56	15.93	7.11		
الضغوط النفسية	الذكور	44	19.98	6.45	**33.19	دالة
	الإناث	56	19.16	5.42		
الضغوط التعليمية	الذكور	44	16.95	6.63	**26.63	دالة
	الإناث	56	19.52	6.96		
الضغوط الاقتصادية	الذكور	44	19.30	8.03	**19.83	دالة
	الإناث	56	21.27	11.76		
الأبعاد ككل	الذكور	44	71.23	22.36	**34.18	دالة
	الإناث	56	74.82	20.73		

يوضح الجدول رقم (14): وجود فروق جوهرية دالة احصائيا عند مستوى معنوية (0.01) بين الطلاب المعاقين حركيا من الذكور والاناث على مقياس الضغوط الحياتية للمعاقين حركيا لصالح الاناث . **مما يجعلنا نقبل الفرض الرئيسي الثاني للدراسة .**

الفرض الرئيس الثالث للدراسة : توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الاناث على مقياس فعالية الذات للمعاقين حركيا.

جدول رقم (15) الفروق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث علي مقياس فعالية الذات للمعاقين حركيا

الأبعاد	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	Sig	مستوي الدلالة
المبادأة	الذكور	44	15.95	2.37	**63.98	دالة
	الإناث	56	16.59	2.67		
المثابرة	الذكور	44	36.25	6.55	**57.86	دالة
	الإناث	56	36.89	6.19		
المجهود	الذكور	44	12.05	2.76	**42.99	دالة
	الإناث	56	12.34	2.92		
ابعاد فعالية الذات ككل	الذكور	44	64.25	8.28	**71.53	دالة
	الإناث	56	65.82	9.72		

يوضح الجدول رقـم (15): وجود فروق جوهرية دالة احصائيا عند مستوى معنويـة (0.01) بين الطلاب المعاقين حركيا من الذكور والاناث لصالح الإناث على مقياس فعالية الذات للمعاقين حركيا **مما يجعلنا نقبل الفرض الرئيسي الثالث للدراسة.**

تاسعا : مناقشة النتائج :

- **استهدفت الدراسة الحالية تحديد مستوى الضغوط الحياتية لدى المعاقين حركيا ، حيث اوضحت نتائج الدراسة أن مستوى الضغوط الحياتية لدى المعاقين حركيا متوسط** وترتيب تلك المؤشرات وفقا للمتوسط الحسابي كالتالي **:** بعد الضغوط الاقتصادية ، يليه بعد الضغوط النفسية ، يليه بعد الضغوط التعليمية ، وأخيرا بعد الضغوط الاجتماعية ، ويتفق ذلك مع دراسة **سعد (2020)** ان الضغوط الحياتية التى يتعرض لها المعاقين حركيا تتعدد وتتنوع ما بين (الضغط النفسي - الضغط الاجتماعي - الضغط التربوي) ، كما أشارت دراسة يوشيمسا وشينشي (2017) **Yoshimasa, Shinichi** أن الاشخاص الذين يعانون من إعاقات جسدية لديهم صعوبة في التكيف والتوافق مع الاقران او تبادل الشعور بالرضا عن الحياة ، الامر الذي يسبب للكثير منهم القصور النفسي والشعور بالدونية ، مما يفقدهم ايضا الثقة بالنفس ، ويعاني المعاقون حركيا من الضغوط التعليمية والتى تتمثل في عدم اهتمام المدارس بهم كمعاقين وضعف رغبتهم فى التعليم نتيجة تجاهل رعايتهم وتعليمهم ، كما اوضحت نتائج دراسة **شيري أونلا (2021) Chinyere Onalu** ان الأشخاص ذوو الإعاقة الحركية يواجهون الكثير من التحديات التى تتمثل في معاناتهم من الاكتئاب والدونية كضغوط نفسية ، والعزلة والإقصاء الاجتماعي كضغوط اجتماعية ، مما يزيد من ضغوطهم الحياتية ، ويقلل فرص تحسين نوعية الحياة ويسهم فى خفض الامل في الاندماج الاجتماعي ، كما اتفقت نتائج دراسة كلا من **BARNEY. (2018) ، Dockerty, and Rachel Jay- (2015)** ان حياة الشخص المعاق مليئة بالضغوط التي يواجهها في حياته كما ان المعاق حركيا كثيرا ما يشتت تفكيره في معرفة الطريق للحياة ، ويعجز في وضع اهداف يصل اليها بسبب اعاقته ، لوجود بعض الشك في قدرته علي تحقيق الهدف ، **ويتفق ذلك مع ما ورد بالاطار النظري للدراسة** حيث تتنوع الضغوط الحياتية التي يعانيها المعاقين حركيا ، منها الضغوط النفسية ما بين الاحباط والاكتئاب الذي يلازمهم نتيجة اعاقتهم والمتعلق بالنظرة الدونية والعجز النفسي لعدم قدرتهم على قضاء

احتياجاتهم بأنفسهم **(بشير , كروم ,2021 , ص 109)** كما تزيد الضغوط الحياتية لدي المراهقون المعاقين حركيا نتيجة لضعف الدعم المقدم لذوي الإعاقة في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل لتحقيق إمكاناتهم الكاملة. يتجاوز ذلك عجزهم في وصولهم إلى الخدمات التعليمية والصحية ، فضلاً عن ضعف حقوقهم في الدعم النفسي والاجتماعي ، والحماية من العنف ، والتنقل وفرص المشاركة داخل مجتمعاتهم ، والمهارات والأصول والدعم اللازمين ليصبحوا مستقلين اقتصاديًا أثناء انتقالهم إلى مرحلة البلوغ **(Jones,2018, p239)** .

- **اشارت نتائج الدراسة الحالية أن مستوى فعالية الذات لدى المعاقين حركيا متوسط**

ومؤشرات ذلك وفقا لترتيب المتوسط الحسابي **:** حصل بعد المثابرة علي الترتيب الأول ، يليه بعد المبادأة ثم بعد المجهود ، ويتفق ذلك مع دراسة بـــوين **Bowen, Kimberly (2021)** ان مستوى الفعالية الذاتية لدي الطلاب ذوي الإعاقة الذين يشاركون في الـــتعلم القائم على العمل جاء بمستوي متوسط . كما جاء ان مستوى الفعالية الذاتية لدي الطـــلاب ذوي الإعاقة الذين لا يشاركون في التعلم القائم على العمل جاء بمستوي متوسط , كما ان الطلاب ذوي الصعوبات يعانوا من ضعف في الابداع بما يخفض لديهم فعاليـــة الـــذات , وأكدت نتائج دراسة جنيفـــر وســـميث (2019) **Jennifer, Smith** أن الطـــلاب ذوي المواهب والموهوبين أبلغوا عن تصورات أعلى بكثير من الفعالية الذاتية الإبداعيـــة مـــن الطلاب في التعليم العام والطلاب الذين يعانون من اعاقات حركية .

بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة العروسي **(2017)** عن فعالية الذات العامة لدي المعاقين حركيا في ضوء متغيري الجنس والعمر والتـــي توصـــلت الـــى إن مستوى الفعالية الذاتية بين المعاقين جسديًا جاء منخفض **.**

ويتفق ذلك مع ما ورد في الاطار النظري للدراسة حيث تعتبر فعالية الذات مثيراً ودافعا للفرد لمواجهة ضغوطاته ومشكلاته، ويسهم ذلك في تحقيق أهداف الفرد، فسلوك الإنسان يعتمد بشكل أساسي على معتقداته عن فعاليته وتوقعاته عن مهاراته والتكيف مع أحـــداث الحياة **(Hohlfeld, Harty, & Engel, 2018, p. 16)**.

أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة عكسية دالة احصائيا بين فعالية الذات والضغوط الحياتية لدي المعاقين حركيا أي كلما زادت فعالية الذات انخفضت الضغوط

الحياتية لديهم ، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة **عبدالوهاب , (2017). والعابد (2018)** في أن هناك علاقة ارتباط سلبية بين الضغط النفسي ونوعية الحياة لدى الطلاب ذوي الإعاقات الجسدية. كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب المعاقين جسديًا والطلاب العاديين في كل من الضغوط النفسية والصلابة النفسية ، وكذلك دراسة **صالح (2015)** التي أشارت إلي عدم وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين فعالية الذات وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الأطفال المعاقين ، بينما اشارت نتائج دراسة كل من اوكي، اوجو وكرستينا: **Kristina , Okey , ogu(2016) (2018) , (2019)** وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين فعالية الذات وممارسة النشاط البدني لدي ذوي الإعاقة الحركية وتوصلت الى وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين المهارات الوظيفية والفعالية الذاتية الخاصة بالتربية البدنية للطلاب ذوي الإعاقة ، وكذلك دراسة (2017) **ÅSA ANDERSÉN** وجود علاقة بين الفعالية الذاتية وإعادة التأهيل المهني لدي الشباب ذوي الاعاقة الحركية ، وتتصل الضغوط الحياتية بتفاعل المعاق حركيا مع بيئته ، حيث اتفقت نتائج دراسة كلا من **BARNEY, KEITH. (2018) ، Dockerty, Colleen, Justin Varney, and Rachel Jay-Webster(2015)** على وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين المرونة تخطي الضغوط الحياتية لدي المعاقين حركيا ، باعتبارها الوسيلة الهامة لعدم الاستسلام ووضع اهداف للحياة والمحاولة ، والاستعانة بالآخرين في رحلة تحقيق الأهداف. **ويتفق هذا مع ما ورد في الاطار النظري** حيث تعد فعالية الذات لدي الطلاب المعاقين عاملا من عوامل مواجهة التحديات والمشكلات الحياتية المختلفة لديهم **(Teresa ,T-Kay, Nagy,2019, p. 108)**

وفعالية الذات تعتبر احدى الموجهات للسلوك، فالشخص الذي يمتلك إيمان بقدراته يكون أكثر نشاطاً وتقديراً لنفسه، وذلك بمثابة مرآة معرفية للفرد، وتشعره بقدرته على التحكم في البيئة؛ حيث تعكس معتقدات الفرد عن ذاته وقدرته على التحكم في معطيات البيئة من خلال الأفعال والوسائل التكيفية التي يقوم بها، والثقة بالنفس في مواجهة ضغوط الحياة . **(Brailovskaia, Bieda, Zhang, & Margraf,2016, p116)**

والاعاقة الحركية في حد ذاتها تعد أحد مصادر الضغوط التي يواجها الشخص المعاق ونظرا للعلاقة الدائرية بين الأنساق التي تقوم عليها النظرية الايكولوجية فإن الضغوط الجسدية للمعاق حركيا وهي بمثابة ضغوط خارجية يمكنها أن تؤدي الى ضغوط داخلية متمثلة في الضغوط النفسية التي يعاني منها مثل الاحباط والاكتئاب والتي يترتب عليها هي ايضا ضغوط خارجية اخرى مثل (الضغوط الاجتماعية ، والاقتصادية ،

والتعليمية) وهكذا، **وتفسر النظرية الايكولوجية** العلاقة بين المعاق والبيئة الاجتماعية المحيطة به لذا من الاهمية تحديد الضغوط الحياتية للمعاقين حركيا لما لها من مشكلات قد تؤثر على التوافق النفسي والاجتماعي لهم وكذلك على مستوى فعالية ذواتهم .

ووفقا للمدخل المعرفي السلوكي فإن المعارف تؤثر على الانفعالات والسلوك والتي تعكس فعالية الذات واتجاهاتها لدي الفرد , وبالتالي فان اكساب الفرد مهارات تعديل السلوك، وتوليد أفكار إيجابية، وبناء الثقة بالفعالية الذاتية، والتخلص من الأفكار اللاعقلانية والاتجاهات الانهزامية ، ومن ثم يحقق الفرد أعلى مستويات التوافق النفسي والاجتماعي الذي يعتمد في المجمل على تعديل المعارف والأفكار وما يترتب عليها من سلوك ، مراقبة وضبط الأفكار والمعتقدات غير السوية والخاطئة لاستبدالها أو تعديلها لتكون أكثر واقعية وبالتالي يكون تفاعلها وتأثيرها على الانفعال والسلوك أكثر إيجابية ، لذلك فإن تنمية فعالية الذات تستلزم التعرف على المعارف وتصنيفها وتعديل هذه المعارف والافكار من خلال منحى معرفي سلوكي يهدف إلى التدريب على الملاحظة المستمرة للذات، وتفعيل دور المراقبة الذاتية للسلوك.

- وتوصلت الدراسة الى وجود فروق جوهرية دالة احصائيا عند مستوى معنوية (0.01) بين الطلاب المعاقين حركيا من الذكور والاناث لصالح الإناث على مقياس الضغوط الحياتية للمعاقين حركيا

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة **محمود (2018)** التي توصلت إلى وجود فروق بين الذكور والإناث علي أبعاد الضغوط الحياتية(الأسرية – التعليمية – الاجتماعية – النفسية)

وكذلك دراسة **سعد (2020)** التي توصلت إلى وجود فروق بين الذكور والإناث علي أبعاد الضغوط الحياتية (الضغط النفسي - الضغط الاجتماعي - الضغط التربوي) حيث ان الذكور أكثر عرضه للإصابة من الإناث للإعاقات الحركية بنسبة (66.7٪) وذلك لأن الرجال أكثر تعرضا للحوادث والاصطدامات من النساء .

- كما توصلت الدراسة إلي وجود فروق جوهرية دالة احصائيا عند مستوى معنوية (0.01) بين الطلاب المعاقين حركيا من الذكور والاناث على مقياس فعالية الذات للمعاقين حركيا حيث **اختلفت نتائج الدراسة الحالية** مع نتائج دراسة **العروسي (2017)** التي توصلت لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الفعالية الذاتية لأفراد العينة تعزى لمتغير النوع " ذكور واناث" وكذلك دراسة كلا من اوكي، اوجو

وكرستينا: **Okey , ogu(2016) , Kristina , Cripe(2018) (2019)** , عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الفعالية الذاتية مرتبطة بالنوع ، وايضا نتائج دراسة **ÅSA ANDERSÉN(2017).** عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين فعالية الذات والتأهيل المهني او الالتحاق للتعليم على متغير النوع " ذكور واناث " وكذلك نتائج دراسة سينأيد وودس **Sinead , Woods(2022)** التي أظهرت تأثير تشخيص الاعاقات على الفعالية الذاتية لدي الذكور والاناث دون فروق .

مؤشرات لدور الاخصائي الاجتماعي في زيادة فعالية الذات والتخفيف من الضغوط الحياتية لدي المعاقين حركيا .

أولا فيما يتعلق بفعالية الذات لدي المعاقين حركيا :

1- **استخدام الاخصائي لأساليب معرفية :** من خلال التعرف على الافكار اللاعقلانية لدي المعاق حركيا واعادة البناء المعرفي من خلال توليد أفكار أكثر إيجابية وتشجيعهم على سرد افكارهم المرتبطة بفعالية الذات لديهم .

2- **استخدام الاخصائي لأساليب انفعالية :** من خلال تعديل الانفعالات السلبية للمعاقين حركيا والمرتبطة بأفكارهم اللاعقلانية من خلال تعليمهم كيفية التحكم في انفعالاتهم السلبية وضبط ذاتهم وتوليد أحاديث ذات أكثر إيجابية .

3- **استخدام الاخصائي لأساليب سلوكية :** من خلال استخدام بعض التكنيكات لمساعدة المعاقين حركيا على زيادة فعالية الذات لديهم من خلال أسلوب التدعيم الايجابي واسلوب النمذجه وتقديم نماذج ايجابية يقتدي بها ، وتحفيزهم على السلوكيات السوية لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي مع البيئة المحيطة بهم.

ثانيا فيما يتعلق بالتخفيف من الضغوط الحياتية لدي المعاقين حركيا:

1- **دور المساعد أو المعين : (Enabler)** تشجيع المعاق حركيا على الحديث والتعبير عن نفسه وعن مشاعرة تجاه المواقف والضغوط التي تواجهه في حياته ، وتشجيعهم على النشاط الذاتي لخدمة انفسهم والتصرف باستقلالية في المواقف المختلفة ، معاونة العملاء على اتخاذ القرارات اللازمة لمواجهة الضغوط الحياتية المختلفة .

2- **دور المعالج : (Therapist)** تصميم برامج علاجية تتضمن اساليب عقلانية وانفعالية وسلوكية تمكن المعاق حركيا من التوافق النفسي والاجتماعي مع اعاقتهم والتخفيف من الضغوط الحياتية ، وتعديل حديث الذات لديهم من خلال اساليب معرفية (كالمناقشة المنطقية – والاقناع - والتشجيع – والمواجهة)، واقناع العملاء بالتخلي عن افكارهم اللاعقلانية المرتبطة بإعاقتهم لزيادة فعاليتهم الذاتية وكذلك استخدام الاسرة كداعم لهم ايضا .

3- دور المعلم :(Teacher) هو تزويد المعاقين حركيا بالمعلومات والمعارف والافكار والمهارات التي تمكنهم من مواجهة الضغوط الحياتية المختلفة وتعينهم على اتخاذ قرارات هامة في حياتهم من خلال الندوات والشرح والتوضيح.

4- دور المستشار :(Consultant) زيادة وعيهم بالمؤسسات والجمعيات الموجودة بالمجتمع والتي تقدم خدمات للمعاقين حركيا والاستفادة منها في تقديم المساعدات لهم .

المراجع المستخدمة :

الالوسي, احمد إسماعيل (2014). وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية في علم النفس الاجتماعي , عمان, مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع

بالعروسي ، الزهرة(2017) . فعالية الذات العامة لدي المعاقين حركيا في ضوء متغيري الجنس والعمر- دراسة استكشافية بولاية الوادي, رسالة ماجستير, جامعة الشهيد حمة لخضر بالوادي، الجزائر .

بشير , كروم (2021)0 فعالية برنامج مقترح لخفض بعض الضغوط النفسية لدي الأطفال المعاقين حركيًا, مجلة التكامل في بحوث العلوم الاجتماعية والرياضية , مج 5, ع 1 , 2021

جبل، عبد الناصر عوض أحمد (٢٠١٨). نظريات ونماذج مختارة في خدمة الفرد، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء (2021) .مصر في أرقام , إصدار مارس.

حمداوي، جميل (2015).مرحلة المراهقة وخصائصها ، عمان ، دار المسيرة .

سعد ، على عبدالله محمد(2020) . فعالية برنامج التدخل المهني من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية وتخفيف الضغوط الحياتية لدى المعاقين حركيا, مجلة مستقبل العلوم الاجتماعية, ج1.

صالح، رباب عبد الكريم بندارى (2015).فعالية الذات وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الأطفال المعاقين عقليا، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة حلوان .

العابد , عفاف (2018). الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدي المعاقين حركيًا - دراسة ميدانية بولاية الوادي, رسالة ماجستير, كلية العلوم الاجتماعية , جامعة الشهيد حمه لخضر

عبدالوهاب , شرين عبدالوهاب أحمد(2017). الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات الجامعة المعاقات حركياً, مجلة كلية التربية, مج70, ع2.

محمود ، دعاء غنيم(2018). الضغوط الحياتية لدي المراهقين المكفوفين(دراسة مقارنة) مجلة جامعة الفيوم, ج3 , ع 9.

مرسي, سامي عبدالسلام (2015). الفعالية الذاتية لدى ذوي الإعاقة السمعية , القاهره , مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع .

رقبان ، نعمة مصطفى (2016) . المشكلات التي تواجه المعاق حركيا وعلاقتها بجودة الحياة ، مجلة بحوث التربية النوعية ، ع 41 ، جامعة المنصورة .

Adolph, K. E. (2019). An ecological approach to learning in (not and) development. Human Development, 63(3-4), 180-201.

ÅSA ANDERSÉN(2017). Self-efficacy, Vocational Rehabilitation and Transition to work, Digital Comprehensive Summaries of Uppsala Dissertations from the Faculty of Medicine.

BARNEY, KEITH. (2018) . Resilience: How to Cope With Life's Pressures, Disappointments, or Losses." Brown Bag, Spring, , VOL . 18 , NUM; 2.

Bizuneh, S. M. (2021). Resilience in Adolescence, Disability, and Gender. Illness, Crisis & Loss, 10541373211040644.

Bowen, Kimberly (2021). the difference in self-efficacy scores among students who participate in work-based learning and those who do not based on their disability status in community college programs, Doctor of Philosophy, Liberty University, Lynchburg.

Brailovskaia, J., Bieda, A., Zhang, X. C., & Margraf, J. (2016). The effects of daily stress on positive and negative mental health: Mediation through self-efficacy. International Journal of Clinical and Health Psychology, 16(1), 110-124

Chinyere Onalu and Nneka Nwafor (2021) Social Supports Available to Persons with Disabilities , Nigeria, INTECHOPEN LIMITED.

Dockerty, Colleen, Justin Varney, and Rachel Jay-Webster(2015) . Disability and Domestic Abuse. Risks, Impacts and Response." Public Health England Recuperado de./government/uploads/system/uploads/attachment.

Han, A., Kim, J., & Kim, J. (2019). Coping Strategies, Social Support, Leisure Activities, and Physical Disabilities. American journal of health behavior, 43(5), 937-949.

Hohlfeld, A. S., Harty, M., & Engel, M. E. (2018). Parents of children with disabilities: A systematic review of parenting interventions and self-efficacy. African journal of disability, 7(1), 1-12.

Huang, C (2016). Achievement goals and self-efficacy: a meta-analysis. Educational Research Review, New York, Maldives Publishing Corporation, 5th Edition, pp. 119-137.

Jalali, Z. M., Farghadani, A., & Ejlali-Vardoogh, M. (2019). Effect of cognitive-behavioral training on pain self-efficacy, self-discovery, and perception in patients with chronic low-back pain: A quasi-experimental study. Anesthesiology and Pain Medicine.

Jennifer, Elaine Smith(2019). Creative Self-Efficacy: Students in General Education, with Learning Disabilities, and with Gifts and Talents, The Graduate College The University of Nevada, Las Vegas, Vol ; 21.

Jones, N (2018). Adolescents with disabilities: Promoting resilience and achieving inclusive development. "Adolescents with Disabilities: Promoting Resilience and Achieving Inclusive Development," Journal of Psychological and Social Sciences, University of Pennsylvania, No. 25, pp. 233-246

Karin, Bertills(2019) Self-efficacy and participation of students with and without disabilities in school-based Physical Education, Doctoral Thesis in Disability Research, Jönköping University, 2019

khalaf , Mohamed Abdelhakim(2020). Examining the Self-Efficacy among Social Workers at Special Education Schools: A Comparative Study between Males and Females, Egyptian Journal of Social Work (EJSW) Vol 10, Issue 1, June .

Kristina, Cripe(2018). examination of the relationships between youth adaptive sports participation factors and physical activity self-efficacy.

Levine, S, & Scotch, N.A. (2017). social pressures. In Social Stress, Routledge. 3rd ed. (pp. 1-16).

Lovalo, W.R. (2015). Stress and Health: Biological and Psychological Interactions., 2nd Edition, Sage Publications Foundation.

Martín-López, B., & Montes, C. (2015). Restoring the human capacity for conserving biodiversity: a social–ecological approach. Sustainability Science, 10(4), 699-706.

Ngai, F. W., Wong, P. W. C., Chung, K. F., Leung, K. Y., & Tarrant, M. (2019). Randomized controlled trial of telephone-based cognitive-behavioral therapy on parenting self-efficacy and satisfaction. Translational Behavioral Medicine, 9(6), 1163-1168.

Okey charles ogu(2016) . disability types, self-efficacy, and attitude to participate in physical activity in children with disabilities: a pilot study, 2016

Payne , Malcolm(2014). Modern Social Work Theory, Oxford University Press Fourth Edition, 2014, p 261.

Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2016). Handbook of motivation at school -Self-efficacy theory in education. In (pp. 34-54)..

Sinead , Woods(2022). The Impact of Diagnosed Disabilities on Academic Self-Efficacy and Self-Esteem, National College of Ireland, March 2022

Slavich GM. Life Stress and Health(2016). A Review of Conceptual Issues and Recent Findings. Teach Psychol. 2016 Oct;43(4):346-355.

Teresa ,T-Kay, Nagy(2019) . Increasing Self-Efficacy in Providing Inclusive Practices to Students with Diverse Learning Needs, For the Degree of Doctorate of Education, Governors State University,2019.

United Nations. Department of Economic and Social Affairs. (2020). Disability and Development Report: Realizing the Sustainable Development Goals By, for and with Persons with Disabilities: 2018. UN.

Venkatesan, S. (2022). Adolescence and Disability. In Adolescence in India (pp. 245-270). Springer, Singapore.

Yavuz, M, Demir, T. Kayalab, L (2015). Depression and anxiety levels and characteristics of self-concept of disabled adolescents. Turkish Journal of Psychiatry, 28, 81-89.

Yoshimasa ,M , Shinichi, D, Yoshiharu ,T (2017).Stress of persons with physical disabilities using wheelchairs Paperback , LAP LAMBERT Academic Publishing , April 26, 2017.

Yuan, Justin P (2022). Early life stress, systemic inflammation, and neural correlates of implicit emotion regulation in adolescents." Brain, Behavior, and Immunity , VoL;105 , 169-179.