انعدام التلذذ لدى معلمي التربية الخاصة وعلاقته بالضغوط النفسية

إعداد

أ/ ايناس على محمد النجار

باحث وممارسة في الصحة النفسية وعلم النفس الإكلينيكي

ا.م. د/أحمد محمد جادالرب أبوزيد

استاذ مشارك الصحة النفسية والتربية الخاصة

استشاري الصحة النفسية

Drahmedab2020@gmail.com

https://orcid.org/0000-0002-0795-278X

انعدام التلذذ لدى معلمي التربية الخاصة وعلاقته بالضغوط النفسية [1]

أ/ ايناس على محمد النجار
باحث وممارسة في الصحة النفسية وعلم النفس الإكلينيكي

ا.م. د/أحمد محمد جادالرب أبوزيد
استاذ مشارك الصحة النفسية والتربية الخاصة
استشاري الصحة النفسية
Drahmedab2020@gmail.com
https://orcid.org/0000-0002-0795-278X

الملخص:

هدف البحث الحالي إلى التعرف على العلاقة بين انعدام التلذذ المعرفي والانفعالي والاجتماعي والجسدي والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة، وكذلك معرفة الفروق بين بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ المعرفي والانفعالي والاجتماعي والجسدي، وتكونت عينة البحث من ١١٢ من معلمي التربية الخاصة بالقاهرة ومدن الدلتا، وتراوحت أعمارهم من ٣٠-٥٩ عامًا، وتم استخدام مقياس انعدام التلذذ (Abouzaid& Abdelhamid, 2023)، ومقياس الضغط النفسي (Lovibond & Lovibond,1995)، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ المعرفي والانفعالي والاجتماعي والجسدي، كما وجدت علاقة ارتباطية دالة موجبة بين الضغوط النفسية وانعدام التلذذ المعرفي والانفعالي والاجتماعي والجسدي لدى معلمي التربية الخاصة.

الكلمات المفتاحية: انعدام التلذذ - الضغط النفسي - معلمي التربية الخاصة.

[1] بحث مشتق من رسالة دكتوراة في الصحة النفسية للباحث الأول، وإشراف الباحث الثاني.

Anhedonia among Special Education Teachers and its relationship to Psychological Stress [1]

Mss. Enas A. M. Al-Najjar
Researcher and practitioner in mental health and clinical psychology

Dr. Ahmed M. G. Abouzaid
Assistant Professor of Mental Health, (Mental Health Consultant)
Drahmedab2020@gmail.com
https://orcid.org/0000-0002-0795-278X

Abstract:

The current research aims to identify the relationship between cognitive, emotional, social and physical anhedonia and psychological stress among special education teachers, as well as to identify the differences between special education teachers (teachers of intellectual disability, teachers of the deaf, and teachers of the blind) on the scale of cognitive, emotional, social and physical anhedonia. The research sample consisted of 112 special education teachers in Cairo and the Delta cities. aged 30-59 years. The anhedonia scale (prepared by Abouzaid & Abdelhamid, 2023) and the psychological stress scale (prepared by Lovibond & Lovibond, 1995) were used. The results indicated that there were no statistically significant differences between special education teachers (teachers of intellectual disability, teachers of the deaf, and teachers of the blind) on the scale of cognitive, emotional, social, and physical anhedonia. A significant positive correlation was also found between psychological stress and cognitive, emotional, social and physical anhedonia among special education teachers.

Keywords: Anhedonia - Stress - Special Education Teachers**.**

(1)**Research derived from a doctoral thesis in mental health by the first researcher, and supervised by the second researcher.**

انعدام التلذذ لدى معلمي التربية الخاصة وعلاقته بالضغوط النفسية [1]

أ/ ايناس على محمد النجار
باحث وممارسة في الصحة النفسية وعلم النفس الإكلينيكي

ا.م. د/أحمد محمد جادالرب أبوزيد
استاذ مشارك الصحة النفسية والتربية الخاصة
استشاري الصحة النفسية
Drahmedab2020@gmail.com
https://orcid.org/0000-0002-0795-278X

مقدمة:

يعد مصطلح انعدام التلذذ (أنهدونيا) Anhedonia من المصطلحات المهمة في مجال الاضطرابات النفسية، وخاصة اضطرابات القلق والاكتئاب، وبالرغم من ذلك لم يلقى هذا المصطلح الاهتمام الكافي سواء في مجال البحث والممارسة الإكلينيكية، وبرز هذا المصطلح مؤخرًا في مجال سمات الشخصية المرضية في الإصدار الحادي عشر من التصنيف الدولي للأمراض، وفي البيئة العربية يكاد أن يكون هذا المصطلح من المصطلحات النادرة في مجال البحث.

ويطلق انعدام التلذذ على الأشخاص الذين يعانون من فقدان الاستمتاع وانعدام التمتع وفقدان الاهتمام بالأنشطة التي كانوا يستمتعون بها مسبقاً، مثل الاستماع إلى الموسيقى أو قراءة الكتب أو تناول الطعام أو التحدث مع المقربين، ومن الممكن أن يصاب به أي شخص في أي مرحلة من مراحل الحياة، وهو من أبرز الأعراض الدالة على الاكتئاب وقد يترافق مع أعراض أخرى (John et al., 2005).

ويمكن تعريف انعدام التلذذ على أنه فقدان الاهتمام بالأنشطة في معظم الأنشطة أو كلها وترتبط بدافع منخفض للانخراط في أحداث ممتعه، وبالتالي تستدعي مشاركه المسارات العصبية المتعلقة بالسعي للحصول على المكافآت والحصول عليها. (Treadway., 2011).

واشتق مصطلح انعدام التلذذ في الطب النفسي من مصطلح إغريقي يعني عدم القدرة على الاستمتاع بالأنشطة الممتعة عاده مثل التمارين الرياضية أو الهوايات أو الأنشطة الجنسية أو التفاعل الاجتماعي. (Loonen & Ivanova, 2016).

وتم تقديم مصطلح Anhedonia في عام ١٨٩٦ من قبل Ribot المحلل النفسي الفرنسي الذي عرف على انها عدم القدرة على تجربه المتعة وهو شائع في الاضطرابات النفسية وسمات الشخصية وفي عام ١٩٥٦ عرفها Rado انعدام التلذذ بانه عدم القدرة على تجربه مثل هذه المتعة والافتقار الى الدافع لمتابعه الانشاء المجزية من خلال نموذجه عن الانفصام (Di Giannantonio & Martinotti, 2012).

[1] بحث مشتق من رسالة دكتوراة في الصحة النفسية للباحث الأول، وإشراف الباحث الثاني.

واعتبرMeehl أن انعدام التلذذ أحد الأعراض الرئيسة الأربعة لمرض الفصام، وعامل رئيس للقيود الاجتماعية في اضطرابات في الفصام، ولقد صاغ مصطلح Hypohedonia ضعيف الابتعاد للتعزيز الايجابي الموضوع على الرغم من أن الآدب استمر في استخدام مصطلح انعدام التلذذ، وأدى اهتمامه بدراسة انعدام التلذذ في الاضطرابات الذهنية في النهاية إلى ظهور مصطلح انعدام التلذذ الاجتماعي، وهو الافتقار الى المتعة في التفاعلات الاجتماعية (Silvia & Kwapil, 2011).

وهناك عدة أسباب للإصابة بانعدام التلذذ حددها العلماء من خلال الدراسات الطبية الموسعة والتي بينت أن المصابين بانعدام اللذة قد حصلت لديهم مشكلة في نظام المكافآت في الدماغ والمنطقة من الدماغ المسؤولة عن نظام المكافاة جزء من العقد القاعدية (Strauss& Gold 2012) وقد ظهرت الدراسات الحديثة أن هناك أجزاء أخرى من الدماغ لها علاقه بانعدام المتعة ومنها قشره الفصل الجبهي المسؤولة عن التخطيط واللوزة الدماغية المسؤولة عن العواطف والتشارك في صنع القرار والجسم المخطط في الدماغ والذي يضم العقد القاعدية المسؤولة عن نظام المكافاة ذلك إلى جانب انخفاض مستوى الدوبامين في الجسم وهو الهرمون المسؤول عن السعادة والبهجة ويؤثر بشكل مباشر على مناطق المكافئة في الدماغ (Kashdan& Steger,2006) إلى جانب بعض أنواع الالتهابات فقد ربط العلماء بين انعدام اللذة والالتهاب، وقام العلماء بقياس مؤشرات لالتهاب مثل البروتين المناعي "سي ار بي" و"السايتوكاين"، وكان مرتفع لدى المصابين بانعدام اللذة ما تصيب هذه الحالة مدمنين المخدرات وخصوصا المخدرات من نوع ميثا مفيتامين. (Naragon –Gainey et al ,2009).

كما أن هناك نوعان رئيسيان لفقدان الاستمتاع والشعور بالمتعة، وهما فقدان الاستمتاع الاجتماعي والآخر هو البدني، وأبرز أعراض الإصابة بفقدان الاستمتاع وانعدام التلذذ هو الانسحاب من جميع العلاقات الاجتماعية، وعدم الاهتمام بالتواصل الاجتماعي (Abouzaid & Abdelhamid, 2023)، كما أن الاهتمام بجميع الأنشطة التي كانت مفضلة في السابق، حدوث تغير في أنماط النوم فقد يعاني الشخص من الأرق أو النوم المفرط. لشعور بالتعب بشكلٍ غير طبيعي وبشكلٍ دائم، ويعاني المريض من انخفاض طاقته وحيويته ويفقد حماسه للقيام بالأنشطة المتنوعة.، عدم القدرة على التركيز وإيجاد صعوبة في التفكير واتخاذ القرارات ، فقدان اللذة الجنسية (Taqavi et al ,2013).

وغالباً ما يبدأ التشخيص بإجراء فحص جسدي وفحوصات مخبرية لاستبعاد أي من المشكلات الصحية أو نقص الفيتامينات التي قد تؤدي إلى قلة التحفيز لدى الشخص. ومن ثم يقيم الأخصائي النفسي الحالة بناءً على بعض الاستبيانات الخاصة

بالنشاطات الحياتية لمعرفة مدى اهتمام الشخص بالقيام بها في الأيام القليلة السابقة، ومن ضمن هذه الاستبيانات مقياس سميث هاملتون.(Leweke et al,2012) .

ويرتبط انعدام التلذذ بالعديد من مخرجات الصحة النفسية مثل الفصام واضطرابات تعاطي المخدرات والاكتئاب والقلق وضغوط النفسية. (Kirshenbaum et al., 2024; Pizzagalli , 2014).

وأشارت نتائج الأبحاث إلى ان الأحداث الحياتية الضاغطة تؤثر على وظيفة المكافأة، مما يسهم في الشعور بانعدام التلذذ (Auerbach et al.,2014; Kirshenbaum et al., 2024).

كما أشارت نتائج بعض الدراسات إلى معاناة معلمي التربية الخاصة من العديد من مصادر الضغوط في عملهم مثل زيادة أعباء العمل والأدوار المتعددة وسلوك الطلاب والقلق بشأن وجود وظائفهم في هذا الإجهاد، مما يؤثر على جودة العمل لديهم، كما لم يشعر المعلمين بدعم مديريهم وأن مهنتهم لها تأثير سلبي على جودة حياتهم بشكل عام مما قد يؤدي إلى ترك المهنة الشعور بالاحتراق (Hester et al.,2020; Cancio et al., 2018).

لذا ترى الباحثة أن تعرض معلمي التربية الخاصة للعديد من الضغوط مثل التعامل مع الطلاب المعاقين والزملاء والأعمال التدريسية والإدارة وأولياء الأمور يزيد من شعورهم بانعدام التلذذ، لذا اهتم البحث الحالي بالتعرف على انعدام التلذذ وعلاقته بالضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة.

مشكلة البحث:

راجعت الباحثة الأدبيات المتعلقة بانعدام التلذذ، وقد لاحظت أن المتغير تمت دراسته على عينات إكلينيكية وعينات لإكلينيكية، وتمت دراسة علاقته مع العديد من المتغيرات، فتوصل Carlton et al. (2021) ضمن إجراءات بحثه إلى وجود علاقة بين اليقظة العقلية وانعدام التلذذ وتم اثبات أن التحسن في اليقظة العقلية فقط كانت بمثابة وسيط لتحسين حالة انعدام التلذذ الاجتماعي ، ووصفت دراسة Shankman et al (2010) انعدام التلذذ كعرض رئيس في المزاج الاكتئابي وقد تضمنت قائمة بيك للاكتئاب الإصدار الثاني مقياس فرعي لانعدام التلذذ مما يجعل انعدام التلذذ قائم على العديد من اضطرابات الاكتئاب.

واكدت نتائج بحث كل من Loonen and Ivanova (2016) أن ذوى اضطراب الاكتئاب الرئيس لديهم قصور في السرور والشعور بالسعادة، وأكد Hallford et al(2020) أن الأفراد المكتئبين يجدون صعوبة في توقع المتعة والسرور وتم استخدام التفكير في المستقبل لتحسين المتعة لدى المكتئبين، وبينت دراسة Taylor et al. (2022) ان انعدام التلذذ بمثابة حاجز أما التعافي من اضطراب القلق الإكلينيكي وقد يتزايد الاعتراف بانعدام التلذذ كأحد الأعراض

البارزة لدى العديد من الأفراد الذين يعانون من القلق المتزايد وقد يحافظ انعدام التلذذ على القلق ويحد من الاستجابة للعلاج .

كما تزداد حالة انعدام التلذذ بزيادة الضغوط التي يتعرض لها الفرد، حيث إن التعرض المستمر للضغوط والإجهاد يؤثر على الدوائر العصبية فيؤدي إلى تقليل هرمون الدوبامين وباستمرار الوقت قد يؤثر على الحوافز والتفاعلات الاجتماعية مما يتجلى في سلوكيات انعدام التلذذ. (Kirshenbaum et al., 2024)

وقد لاحظت الباحثة عدم وجود دراسة عربي تناولت انعدام التلذذ لدى معلمي التربية الخاصة، ونظرًا لما يعانيه معلمي التربية الخاصة من ضغوط ومشكلات ربما تكون عامل مهمة في معاناتهم من انعدم التلذذ.

لذلك تلخصت مشكلة البحث الحالي في الإجابة على السؤال التالي: ما الفروق بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ؟ وما العلاقة بين انعدام التلذذ والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة؟

أسئلة البحث:

تتلخص أسئلة البحث في السؤالين التاليين:

السؤال الأول: ما الفروق بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ؟ ويتفرع هذا السؤال إلى أربعة أسئلة فرعية كما يلي:

أ. ما الفروق بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ المعرفي؟

ب. ما الفروق بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ الانفعالي؟

ت. ما الفروق بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ الاجتماعي؟

ث. ما الفروق بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ الجسدي؟

السؤال الثاني: ما العلاقة بين انعدام التلذذ والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة؟ ويتفرع هذا السؤال إلى أربعة أسئلة فرعية كما يلي:

أ. ما العلاقة بين انعدام التلذذ المعرفي والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة؟

ب. ما العلاقة بين انعدام التلذذ الانفعالي والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة؟

ت. ما العلاقة بين انعدام التلذذ الاجتماعي والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة؟

ث. ما العلاقة بين انعدام التلذذ الجسدي والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

١. الفروق بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ المعرفي.
٢. الفروق بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ الانفعالي.
٣. الفروق بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ الاجتماعي.
٤. الفروق بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ الجسدي.
٥. العلاقة بين انعدام التلذذ المعرفي والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة.
٦. العلاقة بين انعدام التلذذ الانفعالي والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة.
٧. العلاقة بين انعدام التلذذ الاجتماعي والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة.
٨. العلاقة بين انعدام التلذذ الجسدي والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة.

أهمية البحث:

تنبع أهمية البحث من الأهمية على المستويين النظري والتطبيقي.

الأهمية النظرية:

١. تنبع أهمية البحث من أهمية **متغيرات البحث** وهي انعدام التلذذ والذي يعد من المتغيرات الرئيسية التي تسهم في تشخيص القلق والاكتئاب وله أثار نفسية خطيرة على الفرد لذا لابد من دراسته والتعرف على خطورته ومدي تأثيره على المعلمين.

٢. **الضغوط النفسية:** وما لها من تأثيرات سلبية على صحة المعلمين وعلى أداء طلابهم، لذا التعرف عليها والكشف عنها يسهم في كيفية مواجهتها والتغلب عليها.
٣. **معلمي التربية الخاصة** وما يقع عليه من أعباء ومتطلبات وضغوط تثقل على كاهله مما يعوقه عن أداء عمله.

الأهمية التطبيقية:

١. الاستفادة من نتائج البحث الحالي في عقد ورش عمل وندوات توعوية للمعلمين عن خطورة الضغوط النفسية وانعدام التلذذ وتأثيراتها على الصحة النفسية والجسدية لديهم مما يعوقهم عن أداء عملهم على أكمل وجه.
٢. توفير مقياس عن الضغوط النفسية تمكن الباحثين من استخدامه في أبحاث مستقبلية يناسب البيئية العربية.
٣. الاستفادة من نتائج البحث الحالي في تصميم برامج إرشادية تسهم في خفض انعدام التلذذ والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة.

مصطلحات البحث:

تم في البحث الحالي الاعتماد على المصطلحات التالية:

انعدام التلذذ Anhedonia

يعرف بأنه انخفاض المتعة (التلذذ) استجابة للمنبهات الممتعة، والتي تظهر في ثلاثة مستويات هي: الرغبة، والجهد، والتجربة. ويتكون انعدام التلذذ من أربعة مقايس فرعية هي:

- انعدام التلذذ المعرفي :Cognitive Anhedonia ويعرف بأنه: عدم قدرة الفرد على الاستمتاع بقدراته المعرفية، أثناء ممارسة المهام والأنشطة في الحياة اليومية؛ والتي تقاس من خلال عدم الرغبة في النشاط الممتع، أو بذل جهد للحصول عليه، أو معايشة التجربة الممتعة كما ينبغي. ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المستخدم في البحث الحالي.
- انعدام التلذذ الانفعالي :Emotional Anhedonia ويعرف بأنه: عدم قدرة الفرد على الاستمتاع الانفعالي أثناء ممارسة المهام والأنشطة في الحياة اليومية؛ والتي تقاس من خلال عدم الرغبة في النشاط الممتع، أو بذل جهد للحصول عليه، أو معايشة التجربة الممتعة كما ينبغي . ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المستخدم في البحث الحالي.
- انعدام التلذذ الاجتماعي :Social Anhedonia ويعرف بأنه: عدم قدرة الفرد على الاستمتاع الاجتماعي أثناء ممارسة المهام والأنشطة في الحياة

اليومية؛ والتي تقاس من خلال عدم الرغبة في النشاط الممتع، أو بذل جهد للحصول عليه، أو معايشة التجربة الممتعة كما ينبغي، على سبيل المثال رفض المشاركة الاجتماعية مع الأخرين، أو التمتع بالاندماج مع الأقران . ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المستخدم في البحث الحالي.

- انعدام التلذذ الجسدي Physical Anhedonia: يعرف بأنه عدم قدرة الفرد على الاستمتاع الجسدي أثناء ممارسة المهام والأنشطة في الحياة اليومية؛ والتي تقاس من خلال عدم الرغبة في النشاط الممتع، أو بذل جهد للحصول عليه، أو معايشة التجربة الممتعة كما ينبغي، على سبيل الاستمتاع بتذوق فاكهة معينة أو رغبته فيها، أو الحرص على شرائها. (Abouzaid, & Abdelhamid, 2023a) ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المستخدم في البحث الحالي.

الضغط النفسي: psychological stress

عرفت منظمة الصحة العالمية (٢٠٢٣) الضغط بأنه حالة من الحذر أو التوتر العقلي الناجم عن موقف صعب، والضغط هو استجابة بشرية طبيعية تدفعنا إلى مواجهة التحديات والتهديدات في حياتنا، كل شخص يعاني من الضغط إلى حد ما، ومع ذلك، فإن الطريقة التي نستجيب بها للضغط تحدث فرقًا كبيرًا في رفاهيتنا بشكل عام. ويؤثر الضغط على العقل والجسم معاً، فالقليل منه قد يكون مفيداً ويساعد في أداء الأنشطة اليومية، ولكن الكثير منه قد يسبب مشاكل صحية جسدية ونفسية معًا. ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المستخدم في البحث الحالي.

حدود البحث: يتم البحث الحالي وفق الحدود التالية:

- **الحدود الموضوعية:** اقتصر البحث الحالي على تناول متغيرات: انعدام التلذذ والضغوط النفسية.
- **الحدود البشرية:** تم تطبيق أدوات البحث على عينه من معلمي التربية الخاصة.
- **الحدود المكانية:** تم التطبيق في مدارس التربية الخاصة.
- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق البحث في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤م

الإطار النظري والدراسات السابقة:

انعدام التلذذ:

ظهر مصطلح انعدام التلذذ في الأدبيات النفسية للإشارة إلى فقدان الاهتمام او الاستماع بالأنشطة المعتادة، وظهر أكثر في اضطرابات طيف الفصام والاضطرابات المرتبطة به، وكسمة من سمات الاكتئاب، وبعض أنواع القلق، وكذلك تعاطي المخدرات، وهو كمتغير منبئ بنتائج سلبية على المدي الطويل، كما يرتبط بنتائج العلاج غير الفعالة.

وتم في عام ١٩٨٠ ادراج مصطلح Anhedonia الطبعة الثالثة من دليل تشخيص الاضطرابات العقلية واحصائها (APA,1980) واسند دورا مركزيا لانعدام التلذذ في النسخة الرابعة(APA,2000) تم الحفاظ على انعدام التلذذ كأحد الاعراض الرئيسية لتشخيص الاكتئاب الرئيس وعرفته على أنه فقدان الاهتمام أو المتابعة (APA,2013) وذكر مصطلح انعدام التلذذ في دليل تشخيص الاضطرابات العقلية وإحصائها الخامس في عده سياقات فتم ذكرها في الاعراض السلبية في اضطرابات في الفصام واضطرابات الذهان وتم تعريفها على انها انخفاض القدرة على تجربه المتعة من المنبهات الايجابية او التظاهر في تذكر المتعة التي سبق تجربتها وكسمه تشخيصيه اساسيه لاضطرابات لاكتئاب الرئيس وتم تميز الاعراض عن الاعراض الجسدية بانعدام التلذذ وانخفاض المزاج كعرض من الانسحاب من المنشطات في الاضطرابات المرتبطة بالمنشطات اقعرت في السمات المرضية المقترحة لاضطراب الشخصية التجنبية وتم تعريفها في سياق سمات الشخصية كجانب من الانفصال على انها لافتقار الى التمتع بتجارب الحياه او المشاركة فيها او بذل الطاقة من اجلها والعجز في القدرة على الشعور بالمتعة والاهتمام بالأشياء. (APA,2013).

ويعرف انعدام التلذذ على أنه فقدان لاهتمام بالأنشطة في معظم الأنشطة او كلها وترتبط بدافع منخفض للانقراض في احداث ممتعه وبالتالي تستدعي مشاركه المسارات العصبية المتعلقة بالسعر للحصول على المكافآت والحصول عليها. (Techanturia et al 2012).

ويشير انعدام التلذذ الى صعوبة الشعور بالمتعة كرد فعل للتجارب التي قد تثير استجابة ممتعه او فقدان المتعة او عدم التفاعل مع المنبهات الممتعة وهي سمه تشخيصيه اساسيه لاضطرابات الاكتئاب. (Who 1992, APA 2013 ,2022).

واشتق مصطلح انعدام التلذذ في الطب النفسي من مصطلح اغريقي عدم القدرة على الاستمتاع بالأنشطة الممتعة عاده مثل التمارين الرياضية والهوايات او الانشطة الجنسية او التفاعل الاجتماعي (Loonen & Ivanova,2016) وتم تقديم مصطلح انعدام التلذذ في عام ١٨٩٦ من قبل Ribot المحلل النفسي الفرنسي الذي عرفها على انها عدم القدرة على تجربه المتعة، وهو شائع في الاضطرابات

النفسية وسمات الشخصية وفي عام ١٩٥٦ عرف Radoانعدام التلذذ بانه عدم القدرة على تجربه مثل هذه المتعة والافتقار الى الدافع لمتابعه الانشطة المجزية من خلال نموذجه عن الفصام (Di Giannantonio& Martinotti,2012).

واعتبر Meehl 1962 متأثرا بنموذج رادو رزق احد الاعراض الرئيسية الأربعة لمرض الفصام وعامل رئيس للقيود الاجتماعية في اضطرابات في الفصام ولقد صاغ مصطلح Hypohedinia كاثر ضعيف عزيزي الايجابي الموضوعي على الرغم من ان الادب استمر في استخدام مصطلح انعدام التلذذ وادى اهتمامه بدراسة انعدام التلذذ في الاضطرابات الذهنية في النهاية الى ظهور مصطلح انعدام التلذذ الاجتماعي وهو الافتقار الى المتعة في التفاعلات الاجتماعية واقترح Meehl أن انعدام التلذذ الاجتماعي كان المظهر الاساسي لطبيعة مستمرة من الفصام وهو انعكاس لمزيد من العوامل متعددة الجينات والدخول واشار عام ١٩٦٢ Meehl وايضا Rado 1956 الى ان انعدام التلذذ كان مركزا للعجز الاجتماعي في نمط الفصام(Silvia& KWAPIL2011).

ونظرًا لأهمية مفهوم انعدام التلذذ في مجال علم الطب النفسي بدا الباحثون بتطوير ادوات قياس ومن هذه الادوات تلك التي طورها تشابمان وزملائه عام ١٩٧٦ والتي ميز فيها بين انعدام التلذذ الاجتماعي والجسدي والتي تعتبر من أكثر الادوات انتشارا وفائدة في تقييم انعدام التلذذ (Chapman et al.,1976) ، وظهر في مجال البحث العديد من الأدوات الأخرى مثل مقياس Fawcett-Clark Pleasure (Fawcett et al,1983) ومقياس Snaith –Hamilton Pleasure، ومقياس السرور Temporal Experience ، ومقياس تقدير انعدام التلذذ متعدد الأبعاد Dimensional Anhedonia Rating Scale.(Rizvi et al,2015).

وقد ظهر انعدام التلذذ في أدبيات علم النفس والطب النفسي من خلال انعدام التلذذ الاجتماعي والجسدي، ويعبر ذلك التصنيف عن مفهوم ضيق أو محدد لانعدام التلذذ، وانتقد Diener et al (1998) المفهوم المحدد لانعدام التلذذ؛ حيث ذكر أنه لا يمكن اختزال السعادة في مذهب اللذة الجسدية، حيث يمكن اشتقاقها من تحقيق الأهداف أو النتائج القيمة في مجالات متنوعة. وفي الآونة الأخيرة ركز علماء النفس الذين تبنوا وجهه نظر التلذذ(المتعة) على مفهوم واسع لمذهب المتعة الذي يتضمن تفضيلات وملذات العقل والجسد. (Kubovy,1999).

<u>وفيما يتعلق بالبحوث التى فحصت "انعدام التلذذ ":</u>

هدف بحث أبو زيد وعبد الحميد (٢٠٢٣) إلى فحص دراسة انعدام التلذذ في الاضطرابات النفسية والتعرف على الجوانب التطبيقية في الادبيات لمفهوم انعدام

التلذذ وتضمن قائمة انعدام التلذذ، انعدام التلذذ كوسيط بين اليقظة العقلية وكل من القلق والاكتئاب ، اليقظة العقلية كوسيط علاجي ، مدخل خفض انعدام التلذذ القائم على اليقظة العقلية) وتم التوصل إلى بعض النتائج المهمة التي تؤكد على أن مفهوم انعدام التلذذ عاملا مهما في الاضطراب النفسية، وأن انعدام التلذذ يعمل كوسيط بين اليقظة العقلية وكل من القلق والاكتئاب وان انعدام التلذذ بناء متعدد الابعاد(المعرفي، الانفعالي، الاجتماعي، الجسدي) ويتضمن ثلاث مستويات (الرغبة، الجهد، التجربة) وتم التوصل إلى مدخل علاجي جديد تحت خفض انعدام التلذذ القائم على اليقظة العقلية ، وتمت مناقشة ذلك في ضوء الادبيات العالمية.

وتبين من بحث كل من Abouzaid ,and Abdelhamid (2023) أن انعدام التلذذ لعب دورا وسيطا بين اليقظة العقلية وكل من القلق والاكتئاب، وتم تدعيم هذه النتائج بنتائج بعض البحوث والأطر النظرية فكانت اليقظة العقلية عازل محتمل لاكتئاب وتمثل دورا مهما فيه.

وتوصل Carlton et al (2021)، ضمن اجراءات بحثه إلى وجود علاقة بين اليقظة العقلية وانعدام التلذذ، وتم اثبات أن التحسن في اليقظة العقلية فقط كانت بمثابة وسيط لتحسين حالة انعدام التلذذ الاجتماعي.

وتوصل Vinckier et al. (2017) إلى أن تحسين انعدام التلذذ أقوى مؤشر على التحسن في الأداء النفسي والاجتماعي بالإضافة إلى ذلك أكدت اختبارات الوساطة أن الارتباط بين تحسين أعراض الاكتئاب وتحسين الأداء الاجتماعي كان مدعوما بشكل كبير بتحسين انعدام التلذذ بمرور الوقت، وكان الانفصال متوقعا بشدة من خلال استمرار انعدام التلذذ.

وتوصل كل من Thomas and Garland (2017)إلى أن اليقظة العقلية كانت مرتبطة بالقدرة على التلذذ لدى عينة من ذوي الألم المزمن (ن=١١٥ مريضا) ويمكن أن تساعد اليقظة في زيادة الاستمتاع بالتجارب المتعة وينطبق هذا على سبيل المثال على الاستمتاع بالطعام والذي يكون أعلي مع الانتباه اليقظة.

الضغط النفسي:

شاع استعمال مفهوم الضغط Stress في مطلع القرن السابع عشر الذي يعني الضغط أو الإجهاد وكما هو معروف أن هذا اللفظ اشتق من الكلمة اللاتينية Stringege التي تعني الضيق أو الشدة، والبعض الأخر يشير الى أن اشتقاق هذا اللفظ من الكلمة الفرنسية Destese والتي تعني الشعور بالاختناق (Maclean & et. al, 2013).

ولقد بدأت الأبحاث المتخصصة بدراسة الضغط النفسي في العشرينيات من القرن الماضي على يد العالم الفسيولوجي كانون (Canon) الذي فسر الضغط النفسي على أنه سبب محتمل من أسباب الاضطرابات الجسمية، ويعد سيلاي (Selye) من الرواد في مجال بحوث الضغط النفسي، إذ رأى أن لدى معظم

الأفراد ردود فعل للعوامل الضاغطة تتمثل في استجابات لاتكيفية، يمكن أن تؤدي بدورها إلى أعراض جسمية وانفعالية، كالألم والقلق والإحباط (الصقر، ٢٠١٧).

لذلك فالضغط النفسي من المتغيرات الهامة في علم النفس التي حظيت بقدر كبير من اهتمام علماء النفس كمحاولة منهم لفهم وتحديد المفهوم ومدى تأثيره على الفرد، لم يكن هناك صورة متفق عليها بين الباحثين في تحديد مفهوم الضغط النفسي: فهناك البعض من الباحثين ينظرون إلى الضغط النفسي على كونه مثيراً يتعرض له الشخص فيشير (شحاتة والنجار ،٢٠٠٣) إلى أن الضغط النفسي على أنه عوامل خارجية ضاغطة على الفرد، سواء بكليته أو جزء منه، وبدرجة توجد لديه إحساسا بالتوتر، أو تشويها في تكامل شخصيته وحينما تزداد حدة هذه الضغوط فإن ذلك قد يفقد الفرد قدرته على التوازن ويغير نمط سلوكه عما ه عليه إلى نمط جديد.

بينما ينظر البعض إلى الضغط النفسي على أنه تكوين فرضي وليس شيئاً ملموساً واضح المعالم فهو كالحمل الذي يقع على كاهل الكائن الحي وغالباً ما يستدل على وجوده من خلال استجابات(جسمية، انفعالية ، معرفيه، سلوكية) وهو العنصر المجدد للطاقة التكيفية لكل من العقل والجسم ، فإذا كانت هذه الطاقة يمكنها احتواء المتطلبات وتستمتع بالاستثارة المتضمنة فيها فان الضغط يكون مقيت ومفيدا، أما إذا كانت لا تستطيع بالاستثارة المتضمنة فيها فإن الضغط يكون مقبولا ومفيدا أما غذا كانت لا تستطيع ووجود الاستثارة يضعفها فان الضغط لا يكون مقبولا وغير مفيد، ويصاحب ذلك ردود افعال كالضيق والتوتر والقلق والتغيرات الفسيولوجية (Bernsten, et al., 2008).

وهناك من ينظر إلى الضغط النفسي علاقه خاصه بين المتطلبات البيئية والقدرة على التعامل معها فهو مجموعه من ردود الافعال الشخصية للفرد سواء كانت نفسيه او جسميه نتيجة تعرضه لأحداث او ظروف معينه يدركها على انها غير مريحه او مزعجه او على الاقل تحتاج الى نوع من التكيف او اعاده التكيف ويكون الضغط صادرا من داخل الفرد او من البيئة فيشعر الفرد باختلال في العلاقة مع البيئة حيث يمكن ان تكون هذه العلاقة مرهقه او قد تكون اعلى في مستوى قدراته قد يؤدي الى اثار سلبيه كالمرض والاضطراب وسوء التوافق من العمليات التي تشكل هذه العلاقة معه فعندما يواجه الفرد موقفا ضاغطا فانه يقيم التهديد المحتمل فضلا عن المصادر التعامل معه ويشعر الفرد هنا بالضغط عندما يتجاوز التهديد المصادر المتاحة لمواجهته (Lazarus&Folkman,1984).

وعرف كل من قشقوش والحمدي (٢٠٠٠) الضغوط بأنها شعور الشخص بحالة من التوتر والشد الانفعاليين، نتيجة تعرضه ومعايشته لظروف ومواقف

وأحداث ذات تأثير صادم يستلزم جهد لإعادة التكيف أو التوافق مع الواقع الذي يعيشه.

وعرفها عبد الجبار (٢٠٠٢) بأنها كل موقف يؤدي إلى تأجيل أو تعطيل أو منع اشباع أحد الدوافع فطرية أو المكتسبة، الأمر الذي يؤدي إلى شعور الفرد بالإحباط وهكذا يقع فريسه للضغوط.

وتشير الضغوط النفسية الى تغيرات داخلية أو خارجية من شأنها تؤدي الى استجابة فعليه حادة ومستمرة وتمثل الأحداث الخارجية من ظروف عمل أو التلوث البيئي أو السفر أو الإحداث الطارئة مثل مشكلات الطلاق أو وفاة احد أفراد العائلة فهذه الضغوط البيئية من الضغوط المهمة التي تحتل في الآونة الأخيرة مكانها البارز في اعلى قائمه من مسببات الأمراض بشقيها العضوي والنفسي من الإحصائيات الأمريكية تؤكد أن حوالي ٨٠% من الإفراد الذين يعانون من أمراض النفسية سببتها الضغوط التي تؤثر بشكل سلبي على حياتهم، إما الإحداث الداخلية النفسية أو التغيرات العضوية فتتمثل الإصابة بالمرض أو الأرق أو تغيرات هرمونية زيادة أو نقصان عن المعدل الطبيعي (Verkuil & et. al, 2010) .

وتعتمد الضغوط على التجربة الشخصية للفرد، فقد تكون أحيانا دافعا له للعمل، عندما تكون إيجابية ومفيدة، أو قد تكون سببا لمشاعر القلق والانزعاج عندما تكون سلبية وضارة انطلاقا من أن الشعور بالتوتر الناتج عن الضغوط عبارة عن استجابة حيوية كيماوية لموقف فيه تهديد محتمل يتعرض له الفرد باستمرار. وبالتالي يعتمد التعامل مع الضغوط على مقدرة الفرد على الاستجابة لها .(McStay, et al., 2014).

وأوضح Topper et al. (2017) أن الضغوط تمثل المحددات المؤثرة أو الجوهرية للسلوك في البيئة وإنها صفة أو خاصية لموضوع بيئي أو شخصي تيسر أو تعوق جهود الفرد للوصول الى هدف معين وأنها ترتبط بالأشخاص أو الموضوعات التي لها دلالات مباشرة وتتعلق لمحاولات الفرد لإشباع متطلبات حاجته فضغط الموضوع هو القوه التي تتوافر لدى الموضوع وتؤثر في رفاهية الشخص بطريقة أو بأخرى.

لذا تعد الضغوط النفسية حالة يتعرض لها الناس جميعاً لكنها تختلف من شخص الى أخر ولكنهم لا يتعرضون لها الجميع بالنسبة لمخاطرها بالدرجة نفسها لان تأثير الضغط يختلف من فرد الى أخر، ولاختلاف الناس في طريقة إدراكهم لتلك الضغوط. (Stange & et. al, 2014).

واهتمت نظريات علم النفس بتفسير طبيعة الضغط النفسي والانفعالات المتعلقة بها وأثر تلك الانفعالات على الصحة النفسية ومن اهمها نظريه التحليل النفسي فقد ذكر علماء مدرسه التحليل النفسي ان الضغوط التي يعاني منها الفرد في كل موقف

او سلوك هي تعبير عن صراع ما بين نزاعات ورغبات متعارضة او متباينة سواء بين الفرد والمحيط الخارجي ام داخل الفرد نفسه.

- النظرية السلوكية لقد فسر السلوكيون ان الضغوط النفسية تنطلق من عمليه التعلم التي من خلالها يتم معالجه معلومات المواقف الخطرة التي يتعرض لها الفرد والمثيرة للضغط وتكون هذه المثيرات مرتبطة شرطيا مع مثيرات حياديه اثناء الازمه او مرتبطة بخبره سابقه حيث يصنفها الفرد على انها مخيفه ومقلقه،
- ونظريه هانز سيلي تشير النظرية الى ان الضغوط النفسية بمثابة متغير مستقل وهو استجابة لعامل ضابط كما يربط بين التقدم او الدفاع ضد الضغط وبين التعرض المستمر المتكرر للضغطة وقد حدد ثلاث مراحل للدفاع وتسمى مراحل التكيف العام وهي مرحله حاله المقاومة ومرحله الاجهاد
- نظريه سبيلبرجر وفيها يربط بين الضغط النفسي والقلق حيث يعتبر الضغط النفسي الناتج عن ضغط معين يسبب حالة القلق
- نظريه مواري ينظر للضغط النفسي على أنه المؤثرات الأساسية وهذه المؤثرات توجد في بيئة الفرد فبعضها مادي يرتبط بالموضوعات والأخرى بشري يرتبط بالأشخاص.
- نظريه التوافق بين الفرد والبيئة وتفترض هذه النظرية ان الشعور بالضغوط النفسية يزداد عندما تتسع الفجوة بين الفرد والبيئة وبالتالي فمقدار الضغط يتفاوت بحسب مستوى التحدي الذي واجهه الفرد ومقدار امكاناته للتكيف (النوايسة ،٢٠١٣).

وتعد الضغوط النفسية نواتج لضغوطات اخرى تؤثر على الفرد كما تعد ضغوط النفسية العامل المشترك مع جميع انواع الضغوط الاخرى مثل الضغوط الاجتماعية ضغوط العمل والضغوط الاقتصادية والضغوط الاسرية والضغوط الدراسية ومن اشكال هذه الضغوط النفسية الضغوط التي تظهر بشكل المفاجئة (وهذه الضغوط يمكن اكتشافها وتجاوزها مع الوقت)، الضغوط المستمرة او المتواصلة والتي تنتج عن خطر يهدد جسم الفرد على مدى السنين مثل ضعف مناعة الجسد، أو وجود أمراض مزمنة (النوايسة ، ٢٠١٣) ، ضغوط طبيعية(من صنع الطبيعية ولا دخل للإنسان فيها) ضغوط إنسانية اجتماعية (من صنع البشر أو ناتجة عن أخطائهم مثل الضغوط الخاصة بالعمل – الضغوط المادية) (غانم، ٢٠٠٣).

وفيما يتعلق بالضغوط النفسية لدى المعلم، عرفها المشعان (٢٠٠٠) بأنها ما يتعرض له المعلم من مشكلات في محيط عمله تسبب له ضعف القدرة على أداء العمل بكفاءة، بل يمكن أن تسبب له اعراضا مرضية أو تؤدي إلى غيابة عن عمله أو تركة.

ويعتقد أنه على اختلاف مستويات المعلمين في المدارس أيا كان نوعها، ونشاطها، أو حجمها يتعرضون لضغوط عديدة، وإن البيئة الداخلية أو الخارجية هي مصدر هذه الضغوط، كما أثبتت هذه الدراسات أن السلطة الممنوحة للمدرسين لا تتناسب مع المسؤوليات المنوطة بهم، والضغوط التي تواجههم، والتي ينعكس أثرها على نوعية القرارات التي يتخذونها ودرجة فاعليتها (أبو سيف، ٢٠١٨).

وتزداد الضغوط النفسية لدى معلمات التربية الخاصة، أكثر منها لدي معلمات الأطفال العادين، مثل العبء المهني، وضعف الراتب، وسلوك التلاميذ المعاقين، وعدم ملاءمة المنهج للمعاقين، والإدارة التعليمية، وسوء العلاقة الاجتماعية بين المعلمين بالإضافة غلى غموض الدور والنظرة الدونية للمجتمع لمعلمي التربية الخاصة (العنزي، ٢٠١٩) ويحتاج معلمي التربية الخاصة دعم إضافي لمواجهة الضغوط التي تواجههم مثل تطوير المناهج، وتسهيل المهارات الأكاديمية، والتعليم الفردي. (Jenna,2019).

وفيما يتعلق بالبحوث التي فحصت "الضغوط النفسية" لدى معلمي التربية الخاصة:

هدفت دراسة الخالدي (٢٠٢٣) إلى الكشف عن مستوى الضغوط المهنية لدى معلمي التربية الخاصة في مدينة مكة المكرمة في ظل بعض المتغيرات، ومدى وجود فروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة في ضوء بعض المتغيرات، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي وتم تطبيقها على عينة عشوائية طبقية مكونة من (٢٠٢) معلماً، وجمعت البيانات باستخدام مقياس الضغوط المهنية للمسافر (٢٠١٦) وتم تحليل البيانات باستخدام عدد من الأساليب الإحصائية، من أهمها: المتوسطات الحسابية، ومعامل ارتباط بيرسون، واختبارT-TEST واختبارANOVA، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: -مستوى الضغوط المهنية وفي الأبعاد الخمسة (الضغوط المتعلقة بطبيعة العمل مع الأطفال، وبأولياء الأمور، وبخصائص الأطفال، وببيئة العمل، وبالعلاقة المهنية بالزملاء والمدراء) كان بدرجة متوسطة. -عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α ≤٠,٠٥في مستوى الضغوط المهنية لدى معلمي التربية الخاصة بمدينة مكة المكرمة تعزى لاختلاف التخصص، وعدد سنوات الخبرة، وعدد الدورات التدريبية. وفي ضوء النتائج أوصت الدراسة بتوفير البيئة التعليمية المحفزة لمعلمي التربية الخاصة لخفض مستوى الضغوط المهنية لديهم.

هدفت دراسة **أبو زيد (٢٠٢٢)** إلى التعرف على الدور الوسيط للتجنب التجريبي بين الاحتراق النفسي وكل من القلق والاكتئاب لدى معلمي التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، وتكونت العينة من ١٥٠ معلما من معملي التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بالمملكة العربية السعودية، وتم استخدام مقياس التجنب التجريبي إعداد Gamez et al. (2014) وترجمة عبد الحميد (٢٠٢١)، ومقياس الاحتراق النفسي إعداد/ الباحث الأول، ومقياس بيك للقلق ترجمة وتقنين/ الباحث الأول، ومقياس بيك للاكتئاب النسخة الثانية ترجمة غريب (٢٠٠٠)، وأشارت نتائج البحث إلى أن الاحتراق النفسي يفسر (٥٦,٧%) من التباين في القلق لدى معلمي ذوي صعوبات التعلم، كما أن الاحتراق النفسي يفسر (٣٤,٣%) من التباين في الاكتئاب لدى معلمي ذوي صعوبات التعلم، كما يفسر التجنب التجريبي (٤٣,٢%) من التباين في القلق لدى معلمي ذوي صعوبات التعلم، كما أن التجنب التجريبي يفسر (٣١,٣%) من التباين في الاكتئاب لدى معلمي ذوي صعوبات التعلم، كما تم التوصل إلى نموذج بنائي يفسر العلاقات بين متغيرات البحث لدى معلمي ذوي صعوبات التعلم، حيث وجد تأثير مباشر للاحتراق النفسي على التجنب التجريبي بنسبة ٥٧,٨%، وتأثير مباشر للاحتراق النفسي على القلق بنسبة ٥٦%، وتأثير مباشر للتجنب التجريبي على القلق بنسبة ٣٣,٤%، ووجد تأثير غير مباشر للاحتراق النفسي على القلق في وجود التجنب التجريبي كمتغير وسيط بنسبة ١٩,٣%. كما ووجد تأثير مباشر للاحتراق النفسي على الاكتئاب بنسبة ٣٩,٤%، وتأثير مباشر للتجنب التجريبي على الاكتئاب بنسبة ٣٣,٢%، وتأثير غير مباشر للاحتراق النفسي على الاكتئاب في وجود التجنب التجريبي كمتغير وسيط بنسبة ١٩,٢%.

وهدفت دراسة مزارة (٢٠٢١) التعرف على مصادر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة بالجزائر ولتحقيق هذا الهدف تم إتباع المنهج الوصفي، وتم تطبيق مقياس مصادر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة لإيهاب الببلاوي (٢٠٠٤)، وقد طبق المقياس على عينة متكونة من (٦٤) معلم ومعلم، وبعد التحليل الإحصائي توصلت النتائج إلى وجود العديد من مصادر ضغوط العمل وهي: - ضغوط مرتبطة بمجال العمل في التربية الخاصة وجاءت في الرتبة الأولى وبدرجة مرتفعة بمتوسط حسابي مرتفع قدره (٦,١٠). -ضغوط ترتبط بالتلاميذ المعاقين في الرتبة الثانية بدرجة متوسطة بمتوسط حسابي قدره (٥,٧٢). -ضغوط ترتبط بالمناخ الاجتماعي في الرتبة الثالثة بدرجة منخفضة بمتوسط حسابي قدره (٥,٦٠). -عدم وجود فروق في مصادر الضغوط لدى المعلمين تعزى لمتغير الجنس. أوصى البحث بضرورة تزويد المراكز النفسية البيداغوجية للمعاقين بالإمكانات المادية من

أجل تـأمين بيئـة تعليميـة ناجحـة، مـع تخفيـف المسؤوليات والأعبـاء التدريسية علـى المعلمين، وإجراء لهم دورات تدريبية حول استراتيجيات مواجهة ضغوط العمل.

وهدفت دراسة **على (٢٠٢١)** إلى بحث إمكانية وجود ارتبـاط بين رأس المـال النفسي والضغوط المهنيـة والانـدماج الـوظيفي، إلـى جانـب بحـث الفروق تبعـا النـوع الاجتماعي في متغيرات البحث، وكذلك تقصي الدور الوسيط الذي يلعبـه رأس المـال النفسي في العلاقة بين الضغوط المهنية والاندماج الوظيفي، وذلك لـدى عينـة مكونـة من (١٧١) معلمـا ومعلمـة للتربيـة الخاصـة، باستخدام الأدوات التاليـة: مقيـاس رأس المـال النفسـي إعداد: Luthans, et al. (2007)، وترجمـة وتطـوير: الباحثـة، ومقيـاس الضـغوط المهنيـة لـدى معلمـي التربيـة الخاصـة إعـداد: الباحثـة ومقيـاس الانـدماج الـوظيفي إعداد: Schaufeli, et al. (2002)، وترجمـة وتطـوير: الباحثة، وقد تم التوصل للنتائج الآتية: وجود ارتباط موجب بين رأس المـال النفسـي، والانـدماج الـوظيفي، وأيضـا وجـود ارتبـاط عكسـي بـين الضـغوط المهنيـة، وكـل مـن رأس المال النفسي والاندماج الوظيفي لدى أفراد العينة، كمـا تـم التوصـل إلـى وجـود فروق دالـة إحصـائيا عنـد مستوى دلالـة (٠,٠٥) فـي الضـغوط المهنيـة ترجـع للنـوع الاجتمـاعي لصـالح الـذكور، وأمكـن التنبـؤ بـرأس المـال النفسـي مـن خـلال الضـغوط المهنية، كمـا أمكـن التنبـؤ بالانـدماج الـوظيفي مـن خـلال كـل مـن رأس المـال النفسـي والضغوط المهنية لدى أفراد عينة البحث، وأيضا تم التوصل إلـى توسط رأس المـال النفسي العلاقة بين الضغوط المهنية والاندماج الوظيفي لدى معلمي التربية الخاصة.

وهدفت دراسة **عاشور وسالم(٢٠٢١)** إلى الكشف عن أثر كـلا مـن مستوى الحكمـة (مرتفـع- منخفض) والنـوع (ذكـور- إنـاث) فـي الضـغوط النفسية (مصـادر- مظـاهر) وأساليب اتخاذ القرار (العقلاني- الحدسي- المعتمد- التجنبـي- العفوي) لـدى معلمي التربية الخاصـة، على عينة قوامها (١١٧) معلما ومعلمـة مـن معلمـي مـدارس المكفوفين والصم والتربيـة الفكريـة بمحافظـة القليوبيـة لعـام (٢٠١٧ -٢٠١٨)، طبـق عليهم مقياس الحكمة، قائمة الضغوط النفسية للمعلمين، مقياس أساليب اتخـاذ القرار، وكشـفت النتـائج عـن: (١) يوجـد تـأثير دال إحصـائيا لمسـتوى الحكمـة فـي الضـغوط النفسـية (مصـادر- مظـاهر). (٢) لا يوجـد تـأثير دال إحصـائيا للنـوع فـي الضـغوط النفسية (مصـادر -مظـاهر). (٣) يوجـد تـأثير دال إحصـائيا للتفاعل بـين (الحكمـة× النوع) في مظاهر الضغوط النفسية، في حين لا يوجد تأثير دال إحصائيا للتفاعل فـي مصادر الضغوط النفسية. (٤) يوجد تأثير دال إحصائيا لمستوى الحكمـة فـي أسـاليب اتخـاذ القـرار (العقلانـي- المعتمـد- التجنبـي)، بينمـا لا يوجـد تـأثير دال إحصـائيا فـي أساليب اتخاذ القرار (الحدسي- العفوي). (٥) لا يوجد تـأثير دال إحصـائيا للنـوع فـي أساليب اتخاذ القرار (العقلاني- المعتمد- التجنبي- العفوي)، في حين يوجـد تـأثير دال إحصائيا في الأسلوب الحدسي. (٦) لا يوجد تأثير دال إحصائيا للتفاعل بين (الحكمـة ×النوع) في أساليب اتخاذ القرار (العقلانـي- الحدسـي- المعتمـد- التجنبـي)، فـي حـين

كان التفاعل دال في الأسلوب العفوي. وبناء على النتائج توصل الباحثان إلى بعض الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

وهدفت دراسة **الكفاوين** (٢٠٢١) التعرف إلى مصادر الضغط النفسي لدى معلمي التربية الخاصة وعلاقتها بالتنظيم الذاتي لديهم، ولتحقيق أهداف هذه الدراسة تم اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي، كما تم تطوير مقياس لمصادر الضغط النفسي مكونة من (٤) أبعاد) واختيرت عينة الدراسة بالطريقة القصدية وتكون من (٣٣٢) معلم ومعلمة. وقد تم التحقق من دلالات صدقه وثباته كما تم تطوير أيضاً مقياس للتنظيم الذاتي مكون من (٤٠) فقرة وقد تم التحقق من دلالات صدقه وثباته. واختيرت عينة الدراسة بالطريقة القصدية وتكون من (٣٣٢) معلم ومعلمة. وأظهرت نتائج الدراسة ما يلي: أنّ المتوسط الحسابي لمصادر الضغط النفسي ككل (٤,٠١) وبتقدير مرتفع، وأنّ أعلى الأبعاد هو (البعد الاقتصادي) كان تقديره مرتفع بوسط حسابي قدره (٤,١٠)، بينما جاء البعد الذاتي بمتوسط حسابي (٣,٨٨) وتقديره مرتفع وهو أدنى متوسط حسابي بين الأبعاد. وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين مصادر الضغط النفسي لدى معلمي التربية الخاصة والتنظيم الذاتي، وأوصت بضرورة توعية المعلمين والتربويين والقيادات التربوية بأهمية تخفيض مصادر الضغط النفسي في العملية التدريسية والتربوية وما تنعكس منه من خلال ممارستها في تقدم الطلبة في التعلم.

وأجرى عبد الرحمن والغامدي (٢٠٢٠) دراسة تهدف الى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني والضغوط المهنية واساليب مواجهتها لمعلمه التربية الخاصة مسار الاعاقة العقلية والتعرف على الفروق بين معلمه التربية الخاصة في المعاهد الفكرية وبرامج الدمج بالمدارس كائل وجداني والضغوط المهنية واساليب المواجهة شملت عينه البحث ١٢٠ معلمه من معلمه التربية الخاصة اعاقه عقليه وتم تطبيق مقياس الذكاء الوجداني عثمان ورزق ٢٠٠١ ومقياس المعلمين لعسكر واخرون طبق على البيئة السعودية ثلاثة ومقياس اساليب مواجهه الضغوط المهنية للمعلمين من اعداد الباحثين واشارت النتائج الى وجود علاقه ارتباطيه موجبه بين الذكاء الوجداني والضغوط المهنية والدرجة الكلية لها كما انه لا توجد خروج ذات دلاله احصائية بين معلمي التربية الخاصة اعاقه عقليه بالمعهد الفكرية وبرامج الدمج بالمدارس في متوسطات درجات كل من الذكاء الوجداني والضغوط المهنية واساليب المواجهة وهناك علاقه ارتباطيه موجبه بين الذكاء كما اشارت ايضا الى امكانيه التنبؤ لأبعاد الذكاء الوجداني بأساليب مواجهه الضغوط المهنية لدى معلمي التربية الخاصة ولا توجد علاقه ارتباطيه موجبه بين ابعاد الذكاء الوجداني والدرجة الكلية له ابعاد اساليب المواجهة المساندة الاجتماعية والتجنب

وأجرى العنزي(٢٠١٩) دراسة هدفت الى التعرف أهم مصادر الضغوط النفسية التي يعاني منها معلمي مدارس التربية الخاصة في دوله الكويت قوامها ٢٢٢ معلما ومعلمه على مقياس مصادر الضغوط النفسية من اعداد الباحث وقد اوضحت النتائج أن أهم مصادر الضغوط النفسية تتمثل في كثره اعباء العمل المطلوبة منه وتكليفه بأكثر من عمل في وقت واحد وتأخر الترقيات وضياع الوقت والاعمال المطلوبة في اليوم الدراسي اكثر من الوقت المحدد لذلك كما اظهرت النتائج وجود خروج في كافه مصادر الضغوط النفسية تعزي الاختلاف نوع المعلم في اتجاه المعلمات كما لم توجد خروج بين مصادر الضغوط النفسية للمعلمين تعزل الاختلاف سنوات الخبرة

وهدفت دراسة كل من Rafsanjani, and Rahmawati, (2019) إلى التعرف على العلاقة بين التعرض للضغوط والرفاهية النفسية لدي المعلمين وتكونت العينة من ٣٢٥ معلمًا، من المدارس الثانوية في مالانج، وكشفت النتائج أن التعرض للتوتر في الفصل وخارجه له تأثير سلبي على حماس العمل، كان له تأثير إيجابي على الإرهاق العاطفي. وهذا يوضح أن التعرض للتوتر له تأثيرات كبيرة على الرفاهية النفسية للمعلمين.

وهدفت دراسة **شراب (٢٠١٨)** إلى التعرف إلى علاقة الصمود النفسي بضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة في محافظات غزة، مع التعرف على الفروق في كل من مقياسي الصمود النفسي وضغوط العمل، والتي تعزى لمتغيرات: النوع، مسار الإعاقة التي يتعامل معها، وقطاع العمل الذي يعمل فيه. وقد تألفت عينة الدراسة من (٩٧) معلما ومعلمة، اختيروا بطريقة قصدية من المجتمع الأصلي، والمتمثل في مدرسة التربية الخاصة التابعة لجمعية الهلال الأحمر الفلسطيني، ومدرسة جمعية الأمل للصم، ومدرستي الرافعي للصم، والنور والأمل للمكفوفين، اللتين تتبعان لوزارة التربية والتعليم العالي الفلسطينية، للعام الدراسي ٢٠١٥- ٢٠١٦. ولتحقيق هدف الدراسة، استخدم الباحث مقياس الصمود النفسي من إعداد (Oshio, Kaneko, Nagamine, & Nakaya, 2003)ترجمة و تعريب (شاهين، ٢٠١٣)، ومقياس ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة في محافظات غزة من إعداد (أبو مصطفى والزين، ٢٠٠٩) وقد تمت المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج الرزم الإحصائية (spss)لإجراء التحليلات والإحصاءات التالية: المتوسطات الحسابية، النسب المئوية، التكرارات، معامل ارتباط بيرسون، اختبار Mann- Whitney Test، اختبار Kruskal Wallis Test وقد بينت نتائج الدراسة ما يلي: امتلاك عينة الدراسة مستوى متوسطاً من الصمود النفسي، ومستوى مرتفعاً لضغوط العمل، ووجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي، تبعاً لمتغيري النوع لصالح الذكور، ولقطاع العمل لصالح المعلمين العاملين في القطاع الحكومي، ولم تظهر الدراسة أي

فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير مسارات الإعاقة التي يتعامل معها معلمو التربية الخاصة. وجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس ضغوط العمل، تبعاً لمتغير الإعاقة التي يتعامل معها المعلمون لصالح المعلمين العاملين مع مسار الإعاقة العقلية، ولم تظهر الدراسة أي فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغيري النوع وقطاع العمل، وتوجد علاقة ارتباطية عكسية وقوية بين الصمود النفسي وضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة.

وهدفت دراسة Cancio et al. (2018) إلى التعرف على مصادر الضغوط لدي معلمي التربية الخاصة، وتكونت عينة الدراسة من ٢١١ معلمًا للتربية. وتم استخدام مقياس الضغوط ومهارات المواجهة. أبلغ معلمو التربية الخاصة عن الإجهاد في وظائفهم. يمكن أن تتسبب زيادة أعباء العمل، والأدوار المتعددة، والضغوط على إنجاز الطلاب، وسلوك الطلاب، والقلق بشأن وجود وظائفهم في هذا الإجهاد. بشكل عام، تشير النتائج إلى أن معلمي التربية الخاصة يعانون من إجهاد مرتبط بالعمل يتداخل مع جودة عملهم.

وهدفت دراسة كل من Skaalvik and Skaalvik (2018) إلى بناء نموذج معادلة بنائية للكشف عن أثر متغيرات (ظروف وبيئة عمل المعلمين، ومتطلبات، الوظيفة، والموارد الوظيفية) على كلا من (الضغوط المهنية، والرضا الوظيفي والدفع إلى ترك مهنة التدريس) بين معلمي التربية الخاصة بمدارس النرويج ، وبلغ عدد عينة الدراسة (٣٤٦) معلما في ثلاث مقاطعات في وسط النرويج ، وتم تحليل البيانات عن طريق استخدام التحليل العاملي التوكيدي وتحليل سيم للسمات الكامنة ، وقد اتفقت نتائج الدراسة مع نتائج التوقعات المستمدة من نموذج موارد الطلب الوظيفي ، وأشارت نتائج التحليلات الاحصائية لنتائج الدراسة إلى أن الارتفاع في درجة تعرض المعلمين للضغوط المهنية ترجع إلى بعد ى متطلبات الوظيفة والموارد الوظيفية.

وهدفت دراسة عطا الله وآخرون (٢٠١٦) إلى التعرف على الاحتراق النفسي لدي معلمي التربية الخاصة وعلاقته بجودة الحياة، وتكونت العينة من ١٠٠ معلمًا معلمة بمصر، وتم استخدام مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي للمعلمين ترجمة وتعريب الوابلي١٩٩٥، مقياس جودة الحياة لمنظمة الصحة العالمية ١٩٩٨ ترجمة وتعريب حسانين ومحمد ٢٠١١، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سالبة بين الاحتراق النفسي وجودة الحياة لدى معلمي التربية الخاصة، كما أن الاحتراق النفسي يفسر ١٩ % من التباين في جودة الحياة لدى معلي التربية الخاصة.

وهدفت دراسة Herbet (2011) إلى تقصي العلاقة بين رأس المال النفسي والضغوط المهنية والاندماج الوظيفي لدى عينة مكونه من (٢٠٩) موظفا من احدي الشركات بجنوب افريقيا وذلك باستخدام مقياس (CBI) للاحتراق اعداد

Kristensen ,et al (2005) ، ومقياس الاندماج الوظيفي (UWES-9 إعداد Schaufrli & Bakker (2003 ومقياس الضغوط المدرجة (PSS) إعداد Cohen,et al (1983)، ومقياس رأس المال النفسي (PCQ-24) إعداد Luthans,et al (2007)، وقد توصلت إلى وجود علاقة عكسية جالة بين رأس المال النفسي وكلا من الضغوط المهنية ، والاحتراق وكذلك وجود علاقة عكسية دالة بين الضغوط المهنية والاحتراق والاندماج الوظيفي إلى جانب وجود علاقة طردية بين رأس المال النفسي والاندماج الوظيفي لدى عينة الدراسة.

ويتضح من نتائج البحوث أن انعدام التلذذ عامل مهم في الاضطرابات والمشكلات النفسية، وتم فحصه في العديد من البحوث من خلال بعديه انعدام التلذذ الاجتماعي والجسدي، ما عدا دراسة كل من أبوزيد وعبد الحميد (٢٠٢٣) التي اعتمدت على أربعة أبعاد لانعدام التلذذ (المعرفي والانفعالي والاجتماعي والجسدي) وذلك من خلال قائمة انعدام التلذذ والتي تم الاعتماد عليها في البحث الحالي، كما أن البحوث التي فحصت الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة متعدد ومتنوعة، ولكن لم تدرس في ضوء علاقتها بانعدام التلذذ.

فروض البحث: تلخصت فروض البحث فيما يلي:

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ المعرفي.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ الانفعالي.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ الاجتماعي.
٤. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ الجسدي.
٥. لا توجد علاقة بين انعدام التلذذ المعرفي والضغوط النفسية وانعدام التلذذ (المعرفي- الانفعالي-الاجتماعي- الجسدي) لدى معلمي التربية الخاصة.

منهجية البحث وإجراءاته:

منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن لتحقيق أهداف البحث للكشف عن الفروق بين معلمي التربية الخاصة في انعدام التلذذ المعرفي والانفعالي والاجتماعي والجسدي، والعلاقة بين انعدام التلذذ والضغوط النفسية.

عينة البحث:

تكونت عينة البحث من عينتين ؛**العينة الأولي** وهي العينة الاستطلاعية وتكونت من ٥٠ من معلمي ذوي الإعاقة الفكرية والصم والمكفوفين والتي تراوحت أعمارهم بين ٣٠- ٦٠بمتوسط عمري ٤٢,٠٦٦ وانحراف معياري ٩,٤٠٣ **والعينة الثانية هي العينة الأساسية** : تكونت من ١١٢ من معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين)، تراوحت أعمارهم من ٣٠ – ٥٩، بمتوسط عمري ٤١,٦٤٢ عام ، وانحراف معياري ٨,٨١٥، وذلك بمعاهد ومدراس التربية الخاصة بالقاهرة ومدن الدلتا في العام الدراسي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤م، بواقع ٤٧ معلم الإعاقة الفكرية، ٣٤ معلم الإعاقة السمعية والصم، ٣١ معلم مكفوفين.

أدوات البحث:

قائمة انعدام التلذذ (Abouzaid& Abdelhamid, 2023)

تكونت القائمة من ٦٩ عبارة موزعة على أربعة أبعاد هي: انعدام التلذذ المعرفي والانفعالي والاجتماعي والجسدي، حيث يتكون انعدام التلذذ المعرفي من ١٨ عبارة وكل من انعدام التلذذ الانفعالي والاجتماعي والجسدي يتكون من ١٧ عبارة، ويتم تصحيحها بتدرج ثلاثي ١-٣ ، وتم التأكد من الخواص السيكومترية لها عن طريق الاتساق الداخلي وتراوحت القيم بين ٠,٨٦٦-٠,٩٣٢، وصدق البناء مع مقياس انعدام التلذذ الاجتماعي والجسدي المختصر Winterstein et al.,(2011)، وتراوحت قيم معاملات الارتباط بيهم من ٠,٨١٢-٠,٩٠١، وصدق التحليل العاملي الاستكشافي والتحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الأولي والثانية والثالثة، وتم حساب الثبات من خلال معامل الفا واوميجا وكانت قيم معاملات الثبات أعلي من ٠,٧ مما يشير إلى تمتع المقياس بقيم ثبات عالية.

وفي البحث الحالي تم حساب الصدق من خلال:

صدق المحك مع مقياس بيك للاكتئاب وكانت قيم معاملات الارتباط كما في جدول١

جدول١ *معاملات الارتباط بين مقياس انعدام التلذذ ومقياس الاكتئاب(ن=٥٠)*

المتغير	*الاكتئاب*
انعدام التلذذ المعرفي	٠,٤٧٤**
انعدام التلذذ الانفعالي	٠,٤٥٩**
انعدام التلذذ الاجتماعي	٠,٤٥٢**
انعدام التلذذ الجسدي	٠,٤٩٣**

الدرجة الكلية	**٠,٥٠٠

** دالة عند مستوي٠,٠١

يتضح من نتائج الجدول ١ تمتع المقياس بدرجة صدق مناسبة في البحث الحالي.

ثبات المقياس:

تم حساب الثبات من خلال معامل الفا ومعامل اوميجا لأبعاد المقياس والجدول ٢ يوضح ذلك:

جدول ٢ *معامل ثبات الفا واوميجا لمقياس انعدام التلذذ(ن=٥٠)*

المتغير	*معامل الفا*	*معامل اوميجا*
انعدام التلذذ المعرفي	٠,٩٥٢	٠,٩٥٩
انعدام التلذذ الانفعالي	٠,٩٥٠	٠,٩٦٢
انعدام التلذذ الاجتماعي	٠,٧٥٣	٠,٧٥٥
انعدام التلذذ الجسدي	٠,٩٠٤	٠,٩٢٩
الدرجة الكلية	٠,٩٧٥	٠,٩٨٧

يتضح من نتائج جدول ٢ تمتع المقياس بمعاملات ثبات مرتفعة أعلي من ٠,٧ مما يشير إلى مناسبة المقياس لاستخدامه في البحث الحالي.

مقياس الضغط النفسي (Lovibond & Lovibond,1995) ترجمة/ الباحثة

تم تطوير مقياس الضغط القلق الاكتئاب (٢١ عبارة) (Lovibond (DASS-21 and Lovibond, 1995b)، وتكوّن من ٢١ عبارة، لقياس الضغط والقلق والاكتئاب، بواقع ٧ عبارات لكل مقياس فرعي، وهو مشتق من النسخة الأصل تمامًا، وتم حساب كفاءته في العديد من البحوث والدراسات، وتوصلت الكثير من البحوث أن قيم ألفا كرونباخ كانت أكثر من ٠,٧ لجميع المقاييس الفرعية والدرجة الكلية، كما حققت المقاييس صدق مرتفع ودالة عن طريق الصدق التميزي وصدق المحك والصدق التقاربي. وقام معرب المقياس بحساب الصدق عن طريق التحليل العاملي التوكيدي، وصدق المحك مع مقياس بيك للقلق والاكتئاب، وتمتع المقياس بصدق جيد،وتم حساب ثبات المقياس من خلال معامل الفا ومعامل اوميجا ومعامل جتمان وأكبر حد أدني وجميعها كانت أكبر من ٠,٧ مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة ثبات مناسبة.

وفي البحث الحالي تم حساب الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال:

صدق المقياس: تم حساب الصدق عن طريق صدق التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية principal components واعتبر التشبع الملائم الذي يبلغ (٠,٣) فأكثر وفقاً لمحك جيلفورد والذي أشار إلى تشبع 7 عبارات على عامل عام بنسبة ٥٧,٨٦٦% بجذر كامن ٤,٠٥١، ويوضح الجدول ٣ تشبع العبارات والشيوع:

جدول ٣ *نسب التشبع والشيوع لمقياس الضغط النفسي*

العبارة	*التشبع*	*الشيوع*

١	٠,٨٣٢	٠,٦٩٢
٢	٠,٨١٤	٠,٦٦٣
٣	٠,٨٥٥	٠,٧٣٢
٤	٠,٧٠٠	٠,٤٩٠
٥	٠,٧٤٥	٠,٥٥٥
٦	٠,٦١٩	٠,٣٨٣
٧	٠,٧٣٣	٠,٥٣٧
قياس الملائمةKMO	٠,٨٤١	الدلالة
اختبار Bartlett	١٤٦,٢٦٤	٠,٠٠٠

يتضح من نتائج الجدول ٣ تشبع عبارات المقياس على عامل عام للمقياس مما يشير إلى ان المقياس يتمتع بصدق عاملي جيد مما يجعله مناسب لاستخدامه في البيئة العربية.

ثبات المقياس: تم حساب الثبات من خلال معامل الفا للمقياس الذي بلغ٠,٨٧٦، ومعامل اوميجا للمقياس والذي بلغ٠,٨٨٠، مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة صدق عالية تجعله مناسب للاستخدام في البحث الحالي.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث:

تم معالجة المعلومات معالجة كمية باستخدام برنامج SPSS21، وتم التحليل الكمي في هذا البحث باستخدام تحليل التباين الأحادي ومعامل الارتباط.

نتائج البحث ومناقشتها:

نتائج الفرض الأول: والذي ينص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ المعرفي. للتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب قيمة الفروق ودلالاتها بين متوسطات درجات أفراد العينة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ المعرفي والجدول ٤، ٥ يوضح نتائج ذلك:

جدول٤ *المتوسط والانحراف المعياري لمعلمي التربية الخاصة على مقياس انعدام التلذذ المعرفي*

معلمي التربية الخاصة	*العدد*	*المتوسط*	*الانحراف المعياري*
الإعاقة الفكرية	٤٧	٦٤,٤٦٨	١٦,٥١٩
الصم	٣٤	٦٧,٤٤١	٩,٧٥٥
المكفوفين	٣١	٦٢,٤٨٣	١٠,٨١٦
المجموع	١١٢	٦٤,٨٢١	١٣,٢٩٢

جدول٥ *نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب دلالة الفروق على مقياس انعدام التلذذ المعرفي(ن=١١٢)*

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوي الدلالة
انعدام التلذذ المعرفي	بين المجموعات	٤٠٨,٦٠٢	٢	٢٠٤,٣٠١	١,١٦٠	٠,٣١٧
	داخل المجموعات	١٩٢٠٣,٨٢٦	١٠٩	١٧٦,١٨٢		
	التباين الكلي	١٩٦١٢,٤٢٩	١١١			

يتضح من نتائج الجدول ٥ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ المعرفي.

نتائج الفرض الثاني: والذي ينص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ الانفعالي". تم حساب تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب قيمة الفروق ودلالاتها بين متوسطات درجات أفراد العينة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ الانفعالي. والجدول ٦، ٧ يوضح نتائج ذلك:

جدول٦ *المتوسط والانحراف المعياري لمعلمي التربية الخاصة على مقياس انعدام التلذذ الانفعالي*

معلمي التربية الخاصة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
الإعاقة الفكرية	٤٧	٦٠,٣١٩	١٦,٩٢٥
الصم	٣٤	٦٤,٨٨٢	٧,٤٩٨
المكفوفين	٣١	٥٧,٧٠٧	١٢,٢٠٩
المجموع	١١٢	٦٠,٩٨١	١٣,٥٤٨

جدول٧ *نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب دلالة الفروق على مقياس انعدام التلذذ الانفعالي(ن=١١٢)*

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوي الدلالة
انعدام التلذذ الانفعالي	بين المجموعات	٨٦٩,٨٣٥	٢	٤٣٤,٩١٨	٢,٤٣٠	٠,٠٩٣
	داخل المجموعات	١٩٥٠٦,١٢٩	١٠٩	١٧٨,٩٥٥		
	التباين الكلي	٢٠٣٧٥,٩٦٤	١١١			

يتضح من نتائج الجدول٧ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ الانفعالي.

نتائج الفرض الثالث: والذي ينص على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ الاجتماعي". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب قيمة الفروق ودلالاتها بين متوسطات درجات أفراد العينة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ الاجتماعي. والجدول ٨، ٩ يوضح نتائج ذلك:

جدول ٨ *المتوسط والانحراف المعياري لمعلمي التربية الخاصة على مقياس انعدام التلذذ الاجتماعي*

معلمي التربية الخاصة	*العدد*	*المتوسط*	*الانحراف المعياري*
الإعاقة الفكرية	٤٧	٥٤,٢٩٧	٨,٤٥١
الصم	٣٤	٥٦,٧٦٤	٦,٤٢٩
المكفوفين	٣١	٥٦,٢٥٨	١٣,١٥٢
المجموع	١١٢	٥٥,٥٨٩	٩,٤٨١

جدول ٩ *نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب دلالة الفروق على مقياس انعدام التلذذ الاجتماعي(ن=١١٢)*

المتغير	*مصدر التباين*	*مجموع المربعات*	*درجات الحرية*	*متوسط المربعات*	*ف*	*مستوي الدلالة*
انعدام التلذذ الاجتماعي	بين المجموعات	١٣٩,٢٢٤	٢	٦٩,٦١٢	٠,٧٧١	٠,٤٦٥
	داخل المجموعات	٩٨٣٩,٨٨٣	١٠٩	٩٠,٢٧٤		
	التباين الكلي	٩٩٧٩,١٠٧	١١١			

يتضح من نتائج الجدول ٩ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ الاجتماعي.

نتائج الفرض الرابع: والذي ينص على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) في انعدام التلذذ الجسدي. وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب قيمة الفروق ودلالاتها بين متوسطات درجات أفراد العينة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ الجسدي. والجدول ١٠، ١١ يوضح نتائج ذلك:

جدول١٠ *المتوسط والانحراف المعياري لمعلمي التربية الخاصة على مقياس انعدام التلذذ الجسدي*

معلمي التربية الخاصة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
الإعاقة الفكرية	٤٧	٥٧,٢٩٧	١٤,٣٠٤
الصم	٣٤	٦١,٧٦٤	١٠,١٠٨
المكفوفين	٣١	٥٦,٣٥٤	١١,٥٣١
المجموع	١١٢	٥٨,٣٩٢	١٢,٥٠٠

جدول ١١ *نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب دلالة الفروق على مقياس انعدام التلذذ الجسدي(ن=١١٢)*

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوي الدلالة
انعدام التلذذ الجسدي	بين المجموعات	٥٧١,٦٧٠	٢	٢٨٥,٨٣٥	١,٨٥٨	٠,١٦١
	داخل المجموعات	١٦٧٧٣,٠٤٤	١٠٩	١٥٣,٨٨١		
	التباين الكلي	١٧٣٤٤,٧١٤	١١١			

يتضح من نتائج الجدول١١ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ الجسدي.

نتائج الفرض الخامس: والذي ينص على أنه "لا توجد علاقة بين انعدام التلذذ (المعرفي- الانفعالي-الاجتماعي- الجسدي) والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب معاملات الارتباط بين انعدام التلذذ الأبعاد والدرجة الكلية والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة، والجدول ١٢يوضح نتائج ذلك:

جدول١٢ *معاملات الارتباط بين قائمة انعدام التلذذ والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة*

المتغير	الضغوط النفسية
انعدام التلذذ المعرفي	٠,٦١٠**
انعدام التلذذ الانفعالي	٠,٥٦٥**
انعدام التلذذ الاجتماعي	٠,٥٤٣**

انعدام التلذذ الجسدي	٠,٦٧٣**
الدرجة الكلية	٠,٦٨٦**

** دالة عند مستوي ٠,٠١

يتضح من نتائج الجدول ١٢ وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين الضغوط النفسية وانعدام التلذذ المعرفي والانفعالي والاجتماعي والجسدي لدى معلمي التربية الخاصة.

تفسير نتائج البحث:

أشارت نتائج **الفرض الأول** إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ المعرفي. وأشارت نتائج **الفرض الثاني** إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ الانفعالي.

وأشارت نتائج **الفرض الثالث** إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ الاجتماعي. كما أشارت نتائج **الفرض الرابع** إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة (معلمي الإعاقة الفكرية، ومعلمي الصم، ومعلمي المكفوفين) على مقياس انعدام التلذذ الجسدي.

ويمكن تفسير نتيجة الفرض من الأول إلى الرابع في ضوء البيئة التي يعيش فيها معلمي التربية الخاصة حيث يتعرض معلمي الإعاقة الفكرية لنفس الظروف ونفس الضغوط والمؤثرات المادية والاجتماعية والمهنية التي قد يتعرض لها معلمي الصم والمكفوفين مما لا تجعل بينهم فروق في الشعور بانعدام التلذذ.

كما أشارت نتائج **الفرض الخامس** إلى وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين الضغوط النفسية وانعدام التلذذ المعرفي والانفعالي والاجتماعي والجسدي لدى معلمي التربية الخاصة.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج البحوث والدراسات التي أشارت إلى وجود علاقة بين انعدام التلذذ والضغط النفسي (Auerbach et al.,2014; Kirshenbaum et al., 2024)

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في ضوء أدبيات البحث الذي أشارت إلى أن انعدام التلذذ يعد استجابة مرضية للضغط النفسي الذي قد يتعرض له معلمي التربية الخاصة حيث ضغوط التلاميذ والضغوط المالية والتعامل مع الزملاء وإدارة المدرسة وأولياء الأمور وتعدد المسئوليات والمهام التي يجب أن يؤديها فضلا عن تعدد الأدوار الملقاة على عاتقه.

كما يؤكد ذلك ادبيات الضغط النفسي حيث أشار سيلي أن معظم سلوك الأفراد هو رد فعل للعوامل الضاغطة في البيئية التي يعيش فيها والذي يعد استجابات لاتكيفية للضغوط التي قد يتعرض لها حيث تؤثر عليه معرفيًا وانفعاليًا واجتماعيًا وجسديًا والتي تظهر في فقدان الاهتمام والمتعة والشعور باللذة في الحياة التي يعيش فيه.

فزيادة الضغوط على الفرد تؤثر على الدوائر العصبية مما تقلل هرمون الدوبامين المسئول عن الشعور باللذة والسعادة مما ينتج في مشاعر انعدام التلذذ لدى الفرد. كما تؤكد دراسة Gerritsen et al. (2019) إلى أن انعدام التلذذ تزداد بزيادة الضغوط

توصيات البحث:

١. الاهتمام بدراسة انعدام التلذذ والضغوط النفسية وإدراك الدور الذي تلعبه الضغوط النفسية في شعور المعلم بانعدام التلذذ، وتقديم برامج إرشادية تسهم في خفض انعدام التلذذ لدى معلمي التربية الخاصة.

٢. تقديم برامج إرشادية تسهم في خفض حدة الضغوط لدي معلمي التربية الخاصة، لما لها من تأثير سلبي عليهم قد يؤدي بهم إلى ترك المهنة لذا لابد من خفضها والتخفيف من حدتها.

٣. تقديم ورش عمل ودورات توعوية للمعلمين بأهمية الشعور بالسعادة، والبحث عن المتعة، مما ينعكس إيجابيًا على حياته الشخصية والعملية والمهنية خاصة في العملية التعليمية، مما ينعكس ايجابيًا على تحصيل طلابه وعلى تعامله الإيجابي معهم.

مراجع البحث:

أبو زيد، أحمد محمد جاد الرب، عبد الحميد، هبة جابر (٢٠٢٣). ادبيات انعدام ادبيات انعدام التلذذ في الاضطرابات النفسية (نحو مدخل علاجي جديد "خفض انعدام التلذذ القائم على اليقظة العقلية)، *المجلة الدولية للبحوث والدراسات في التربية الخاصة*، ٣ (٥). ١-٤٥.

أبوزيد، أحمد محمد جاد الرب (٢٠٢٢). الدور الوسيط للتجنب التجريبي بين الاحتراق النفسي وكل من القلق والاكتئاب لدى معلمي التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، *مجلة البحث العلمي في التربية*، ٢٣(٦)، ٥٣-١٠١.

الخالدي، أسامة نوار سراج (٢٠٢٣). الضغوط المهنية لدى معلمي التربية الخاصة في مدينة مكة المكرمة في ظل بعض المتغيرات، *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، ٣١، ١، ٢٧٥- ٣٠٨.

شحاتة، حسن، والنجار، زينب (٢٠٠٣). معجم المصطلحات التربوية والنفسية. القاهرة: الدار المصرية اللبنانية

شراب، عبد الله عادل (٢٠١٨). الصمود النفسي وعلاقته بضغوط العمل من وجهة نظر معلمي التربية الخاصة في محافظات غزة، *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، ٧، ٢١، ١٠٢- ١١٥.

عاشور، أحمد حسن محمد، وسالم، رانيا محمد محمد (٢٠٢١) تباين الضغوط النفسية وأساليب اتخاذ القرار بتباين مستوى الحكمة والنوع لدى معلمي التربية الخاصة، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣١، ١١٢، ١-٥٨.

عبد الرحمن، محمد السيد، الغامدي، سامي احمد (٢٠٢٠). الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغوط المهنية وأساليب مواجهتها لدى عينة من معلمي التربية الخاصة بعسير. *مجلة كلية التربية*، جامعة كفر الشيخ، ٢٠(٢)، ١-٤٨.

عطا الله، السيد أحمد بدوي، وزهران، محمد حامد، وإبراهيم، مروة محمد (٢٠١٦). الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة وعلاقته بجودة الحياة، *دراسات تربوية واجتماعية*،٢٢(١). ٨٨٥-٩٢٨.

على، أماني عادل سعد (٢٠٢١): رأس المال النفسي كمتغير وسيط في العلاقة بين الضغوط المهنية والاندماج الوظيفي لدى معلمي التربية الخاصة، *مجلة علوم ذوي الاحتياجات الخاصة*، جامعة بني سويف - كلية علوم ذوي الاحتياجات الخاصة،٣ (٥)، ١٧٣٣- ١٧٩٤.

العنزي، صالح هادي (٢٠١٩): مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي مدارس التربية الخاصة في دولة الكويت في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، *مجلة كلية التربية*، جامعة الازهر، ٣٨، ٨٥٩- ٨٩٦.

الكفاوين، اروي محمد (٢٠٢١). مصادر الضغط النفسي لدى معلمي التربية الخاصة وعلاقتها بالتنظيم الذاتي لديهم. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، ١٢(٣٧)، ٨٨- ١٠٣.

مزارة، نعيمة (٢٠٢١): مصادر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة المتواجدين بالمراكز النفسية البيداغوجية: الجزائر وسط أنموذجا، *مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والانسانية*، المركز الجامعي بلحاج بوشعيب عين تموشنت، ٥ (٢)، ٤٣٩- ٤٧٨.

النوايســة، فاطمــة عبـد الـرحمن (٢٠١٣). *الضــغوط والأزمــات النفســية وأســاليب المساندة*. الأردن: دار المناهج للنشر والتوزيع.

Abouzaid, A. M. G., & Abdelhamid, H. G. (2023). The Factorial Structure of the Anhedonia List and its mediating role between Mindfulness and both Anxiety and Depression among University Students. *Sohag University International Journal of Educational Research*, *8*(8), 319-387.

Auerbach, R. P., Admon, R., & Pizzagalli, D. A. (2014). Adolescent depression: stress and reward dysfunction. *Harvard review of psychiatry*, *22*(3), 139-148.

Bernstein, D.A., Penner, L.A., Stewart, A.C. & Roy, E.J. (2008) Psychology. 8th Edition, Houghton Mifflin Company, Boston.

Cancio, E. J., Larsen, R., Mathur, S. R., Estes, M. B., Johns, B., & Chang, M. (2018). Special education teacher stress: Coping strategies. *Education and Treatment of Children*, *41*(4), 457-482.

Carlton, C. N., Antezana, L., Garcia, K. M., Sullivan-Toole, H., & Richey, J. A. (2021). Mindfulness-based stress reduction specifically improves social anhedonia among adults with chronic stress. *Affective Science*, 1-15.

Di Giannantonio, M., & Martinotti, G. (2012). Anhedonia and major depression: the role of agomelatine. *European Neuropsychopharmacology*, *22*, S505-S510.

Diener, P. S., & Bregman, B. S. (1998). Fetal spinal cord transplants support the development of target reaching and coordinated postural adjustments after neonatal cervical spinal cord injury. *Journal of Neuroscience*, 18(2), 763-778.

Gerritsen, C., Bagby, R. M., Sanches, M., Kiang, M., Maheandiran, M., Prce, I., & Mizrahi, R. (2019). Stress precedes negative symptom exacerbations in clinical high risk and early psychosis: A time-lagged experience sampling study. *Schizophrenia Research*, *210*, 52-58.

Herbet, M. (2011). An Exploration of the relationships between psychological capital (Hope, Optimism, Self-Efficacy, Resilience) Occupational stress, Burnout and Employee Engagement. M.A Stellenbosch University.

Hester, O. R., Bridges, S. A., & Rollins, L. H. (2020). 'Overworked and underappreciated': special education teachers describe stress and attrition. *Teacher Development*, *24*(3), 348-365.

Kirshenbaum, J. S., Pagliaccio, D., Pizzagalli, D. A., & Auerbach, R. P. (2024). Neural sensitivity following stress predicts anhedonia symptoms: a 2-year multi-wave, longitudinal study. *Translational Psychiatry*, *14*(1), 106.

Kubovy, M. (1999). On the pleasures of the mind. Well-being: The foundations of hedonic psychology, 1999, 134-154

Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping* Springer Publishing company. New York

Pizzagalli, D. A. (2014). Depression, stress, and anhedonia: toward a synthesis and integrated model. *Annual review of clinical psychology*, *10*(1), 393-423.

Rafsanjani, M. A., & Rahmawati, E. D. (2019). Stress exposure and psychological well-being: Study on beginning teacher. Journal of Accounting and Business Education, 3(2), 162-169.

Rizvi S. (2015). Anhedonia in major depressive disorder: exploration of a predictive clinical phenotype. Toronto, Canada: University of Toronto; 2015

Silvia, P. J., & Kwapil, T. R. (2011). Aberrant asociality: How individual differences in social anhedonia illuminate the need to belong. *Journal of Personality*, 79(6), 1315-1332

Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2017). Still motivated to teach? A study of school context variables, stress and job satisfaction

among teachers in senior high school. Social Psychology of Education, 20, 15-37.

Tchanturia, K., Davies, H., Harrison, A., Fox, J. R. E., Treasure, J., & Schmidt, U. (2012). Altered social hedonic processing in eating disorders. *The International Journal of Eating Disorders*, 45(8), 962–969. https://doi.org/10.1002/eat.22032.

Thomas, E. A., & Garland, E. L. (2017). Mindfulness is associated with increased hedonic capacity among chronic pain patients receiving extended opioid pharmacotherapy. *The Clinical journal of pain*, 33(2), 166.

Vinckier, F., Gourion, D., & Mouchabac, S. (2017). Anhedonia predicts poor psychosocial functioning: results from a large cohort of patients treated for major depressive disorder by general practitioners. *European Psychiatry*, 44, 1-8.