إستخـــدام نمـــوذج الحـــــياة فى خدمة الفرد لتخفيف الضغوط النفسية للفتيات فى مدارس الفصل الواحد

بحث مستخلص من رسالة دكتوراه بعنوان

إستخدام نموذج الحياة فى خدمة الفرد لتخفيف الضغوط الحياتية للفتيات فى مدارس الفصل الواحد

إعـــداد

نها أبراهيم محمد الجمل

أ.د/ مصطفى محمد الحسينى النجار

أستاذ خدمة الفرد
بقسم طرق الخدمة الاجتماعية
كلية الخدمة الاجتماعية
جامعة الفيوم

أ .د/علياء عفان عثمان

أستاذ خدمة الفرد المساعد
بقسم طرق الخدمة الاجتماعية
كلية الخدمة الاجتماعية
جامعة الفيوم

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغوط النفسية التى تعانى منها فتيات مدارس الفصل الواحد وقد استخدمت الدراسة منهج نمط الدراسات التجريبية حيث سعت إلى التعرف على أثر متغير مستقل على متغير تابع على عينه (١٠) طالبات بمدارس الفصل الواحد ،والخدمة الاجتماعية بصفه عامة وخدمة الفرد بصفه خاصة تعمل على التصدى للمشكلات بأساليبها المختلفة ومداخلها العلاجية للتعامل معها من خلال هذه الدراسة سنعرض التدخل المهنى مع فتيات مدارس الفصل الواحد فى ضوء نموذج الحياة

الكلمات المفتاحية : مدارس الفصل الواحد . الضغوط النفسية . نموذج الحياة .

Study Summary

The study aimed to identify the psychological pressures suffered by girls of one-classroom schools The study used the approach of the pattern of experimental studies, where it sought to identify the impact of an independent variable on a dependent variable on his eye (10) students in one-classroom schools, and social service in general and individual service in particular working to address problems with different methods and therapeutic approaches to deal with them Through this study we will present professional intervention with girls of one-classroom schools in the light of the life model.

Keywords: One-classroom schools- Psychological stress- Life model

أولا : مشكلة الدراسة statement of the problem :

للتعليم أهمية لا يمكن أنكارها وضرورة للأنسان وقضية أساسية من قضايا المجتمعات وركيزة مهمة من ركائز التنمية والتقدم ، وباتت الدول حريصة كل الحرص أن تولى عنايتها بالعملية التعليمية وعناصرها المتألقة ، والتعليم هو مفتاح التقدم والمدخل الحقيقى لأى تطور ولأى أستراتيجية للتغيير فى المجتمع ، فلا يمكن وضع اى استراتيجية لتطوير المجتمع دون أعتبار التعليم أحد أهم أليتها الأساسية ، حيث يقع العبء الأكبر على التعليم فى أكساب الأفراد القدرات والمعارف والعلوم التى تساعدها على التعامل مع مستجدات القرن الحادى والعشرين (محمد ، ٢٠١٢ ، ص ٤٢٨) .

قامت الدولة بتوفير أنواع مختلفة من المدارس حيث قامت وزارة التربية والتعليم بالتعاون مع العديد من الشركاء بأصدار العديد من المبادرات للوصول إلى الأطفال الذين يصعب الوصول أليهم وقد أدت هذه الجهود إلى أنشاء العديد من المدارس وهى (مدارس الفصل الواحد ، مدارس المجتمع ، المدارس صديقة الفتيات ، المدارس الصديقة للاطفال فى ظروف صعبة) وهذا النوع من التعليم يشار الية بأسم التعليم المجتمعى (وزارة التربية والتعليم ،٢٠٠٦ ، ص ٧)

لا يزال التعليم الأساسى قاصرا عن أستيعاب جميع التلاميذ الذين يبلغون سن الألزام. ومن هنا ظهرت فكرة مدرسة الفصل الواحد كجهد تربوى يصب فى مجرى علاج ظاهرة تسرب الاناث من التعليم النظامى ، حيث لوحظ أن نسب تسرب الأناث أعلى بكثير من نسب تسرب الذكور (١١ : ٤٦) . وتعد تجربة الفصل الواحد فى مصر أحدى التجارب لمحاربة الأمية وتهتم الدولة حاليا بمشروع الفصل الواحد لضمان نجاح هذه التجربة وقد أثبت نجاحه وقبوله من

ناحيتين ، أولهما انه يوفر تعليم ذا جودة عالية لأولئك الذين لا تصل أليهم الخدمة التعليمية والمحرومين والمتسربين من التعليم وأطفال الشوارع ، كما أنه يناسب الأسر الفقيرة التى تعتمد على أطفالها فى زيادة دخلها ، كما ان هذا النوع من التعليم يعتبر السبيل لعودة الاطفال المتسربين من التعليم الاساسى إلى التعليم النظامى (عبد الستار ، ٢٠١٣ ، ص ٧٦) .

وبمراجعة مديرية التربية والتعليم بالفيوم تبين أن الأحصاء الخاص بعدد المقيدين فى مؤسسات التعليم المجتمعى بمحافظة الفيوم عن العام الدراسى ٢٠١٩\٢٠٢٠المقيدين فى مؤسسات التعليم المجتمعى بمحافظة الفيوم كما يوضحه الجدول التالى :

الفصل	العدد
الفصل الواحد	٦٦٥٦
متعددة	١٤٥٢
الصغيرة	٣٤٧
الصديقة	١٨٨١
الاجمالى	١٠٣٣٦

ولما كانت الضغوط النفسية ظاهرة حتمية الوجود في حياة الإنسان عامة، لاسيما في الأوقات الراهنة، ولدى اليافعين خاصةً كونهم إحدى شرائح المجتمع الذين يواجهون يومياً كثيراً من الضغوط المتمثلة في ضغوط أكاديمية، وأسرية، واجتماعية، وشخصية، إضافة إلى ما تفرضه طبيعة المرحلة العمرية من مطالب وتحديات عليهم، تجعلهم أكثر عرضة للضغوط النفسية لذلك يمكن

القول: إن الضغوط النفسية تولد نتيجة إخفاق الفرد في التكيف مع المطالب المفروضة عليه في معظم الأحيان، وهذا يجعله أكثر عرضة للإصابة بالمشكلات النفسية والجسمية والمعرفية، مع الإشارة إلى أنه ليس ضرورة أن تكون جميع الآثار المحتملة للضغوط سلبية، بل يمكن أن تكون إيجابية حيث تدفع الفرد إلى تحقيق ذاته، وإلى السرعة في الإنجاز والأداء، وهذا الازدياد بموضوع الضغوط النفسية دفع الباحثين إلى زيادة الاهتمام بدراستها، ومحاولة معرفة مصادر التنبؤ بها، واستراتيجيات التعامل معها، وذلك استناداً إلى عدد من السمات الشخصية، التي يتحلى بها الفرد، والتي يمكن أن تساهم في تحديد طرائق تواصله مع البيئة المحيطة على نحو كبير (عبيدة، ٢٠٠٨، ٤٣).

من الصعب حصر مصادر الضغوط النفسية ومسبباتها في تصنيف معين نتيجة كثرتها، وتعددها واختلافها من فرد إلى آخر، ومن مرحلة عمرية إلى أخرى، حيث إن لكل مرحلة ظروفها، كما تختلف مصادر الضغوط من بيئة إلى أخرى، لأن البيئة الاجتماعية والثقافية تؤدي عملاً هاماً فيها.

ويشير كوبر ومارشال (Cooper & Marshal) إلى وجود سبعة مصادر رئيسة للضغوط، ستة منها خارجية، ومصدر واحد فقط داخلي، هي:

١) ضغوط مصدرها العمل.
٢) ضغوط مصدرها تنظيمات الدور.
٣) ضغوط مصدرها مراحل النمو.
٤) ضغوط مصدرها التنظيمات البيئية والمناخ.
٥) ضغوط مصدرها العلاقات الداخلية في التنظيمات البيئية.
٦) ضغوط تنشأ من المصادر والتنظيمات العليا.
٧) ضغوط تنشأ من المكونات الشخصية للفرد (العازمي، ٢٠٠٩).

وقد تحدث كل من جيردانو وداسك Girdano Everly & Dusek عن أسباب الضغوط أو مصادرها عامة، حيث صنفوا هذه الأسباب في ثلاث فئات رئيسة، هي:

١- **عوامل نفسية اجتماعية:** تركز على أسلوب الحياة، وما يتضمنه من عوامل مثل درجة التكيف، والتعب الزائد، والإحباط والحرمان.

٢- **عوامل البيئة العضوية (الحيوية):** تتضمن عوامل مثل الاتزان العضوي وعدمه، ودرجة الانزعاج وطبيعة التغذية، والحرارة والبرودة.

٣- **عوامل شخصية:** تتمثل في إدراك الذات والقلق وإلحاح الوقت، والشعور بفقدان السيطرة على الأمور، والغضب، والعدوانية (الظفيري، ٢٠٠٧).

ومن هذا المنطلق فإن الخدمة الاجتماعية المدرسية توجة الطلاب الذين يعانون من مشكلات معينة ، عن طريق تعاملهم مع الأخصائى الأجتماعى ، لتقديم المساعدة المطلوبة ، والتى يمكن أن يستفيد منها الأخصائى عند العمل بمدارس الفصل الواحد للتعامل مع مشكلات فتيات هذه المدارس (ناجى وأخرون ،٢٠٠٥ ، ص ٨٠) :-

١- ضبط السلوك والارتقاء بمستوى التفاعل الاجتماعى والتعامل الجماعى داخل وخارج البيئة المدرسية .

٢- إحداث التغيير والتجديد الذى يجعل من المدرسة وسيلة لتنمية القيادات الاجتماعية وتصبح المدرسة قوة دافعة للمجتمع .

٣- المساهمه فى عملية التنشئة الاجتماعية .

٤- تكوين الشخصية السويه وتوجيه الفكر الطلابى الوجهه التى تساعدهم على تحقيق التعامل مشكلاتهم.(حسن ، ٢٠٠٢ ، ص٨٠)

وخدمة الفرد كطريقة من طرق الخدمة الأجتماعية تهتم بمشكلات الأفراد ومعاناتهم نتيجة لتعرضهم للضغوط المجتمعية التى تؤثر سلبيا على كيانهم المجتمعى ،وأدائهم لوظائفهم الأجتماعية المختلفة ومع تزايد هذه المشكلات وتعقيدها ، ومن هنا تبرز أهمية الخدمة الأجتماعية المدرسية بصفة عامة وخدمة الفرد بصفة خاصة فى المجال المدرسى

ويعتبر نموذج الحياة The Life Model أحد نماذج الممارسة العامة فى الخدمة الأجتماعية حيث يعتمد على المنظور الأيكولوجى الذى يركز على العلاقة بين الأنسان وبيئتة ، ويركز على المشكلات التى يواجهها نسق العميل فى الحياة (أحداث الحياة الضاغطة ، التفاعلات بين الأفراد ، المعوقات البيئية) كنتيجة للتعامل مع البيئة التى يعيش فيها ، و هذا النموذج يستخدم مناهج متكاملة فى الممارسة مع نسق العميل لإطلاق القدرات المتاحة وتقليل الضغوط البيئية وتدعيم النمو لتحقيق التوافق الاجتماعى مع ذاته وأسرته ومجتمعه (شحاتة ، ٢٠٠٩ ،ص ١٢٢)

وقد أثبت نموذج الحياة فاعليته فى العديد من الدراسات والبحوث سواء مع الأطفال بشكل عام والأطفال المعرضين للخطر بشكل خاص ، ويعتمد نموذج الحياة على النظرة الحرة فى المساعدة دون الأعتماد على تكنيك علاجى معين فهو يستفيد من معطيات النظريات البيئية كنظرية الأنساق البيئيه (Payne , 1997 ,p 11) . ويرى نموذج الحياة أن العملاء يمكنهم التكيف بأستمرار من خلال التعامل مع العديد من الجوانب المختلفة لبيئاتهم وكلاهما يؤثرفى الأخر ، ومن ثم فأى خلل يواجة الناس يؤثر على تفاعلاتهم الأمر الذى يزيد من أزماتهم فى مراحل الحياة ، ولذلك يركز هذا النموذج على ضرورة الحد من التأثيرات الناتجة عن هذه الضغوط (السنهورى ، ٢٠٠١ ، ص ٢٥٠) .

جاءت دراسة (Hermann 2002) لتشير نتائجها الى قدرة نموذج الحياة على التخفيف من مستويات وحدة الأكتئاب المرتفعة ، وتعديل البيئة الأجتماعية والأسرية ، والأستفادة من المؤسسات فى تقديم الخدمات الصحية والأقتصادية لهؤلاء الأطفال.

و أشارت دراسة (شومان، ٢٠٠٤) إلى فعالية نموذج الحياة ، والذى يعتمد على المنظور الأيكولوجى مرتكزا على علاقة الفرد وبيئتة ، والمشكلات التى يتعرض لها العميل فى حياتة نتيجة تعرضة لضغوط مختلفة .

ودراسة (محمد ، ٢٠٠٧) التى أثبتت فاعلية نموذج الحياة فى التخفيف من حدة الضغوط النفسية ، الاقتصادية ، الاجتماعية لدى المعيلات لأسر من الأرامل والمطلقات ، وذلك من خلال مساعدتهن على التأقلم مع الواقع الجديد ، وتجنب ذكريات الماضى المؤلمة وقدرتهن على بدء حياة جديدة.

كما جاءت نتائج (عزام ، ٢٠٠٨) لتشير ألى فاعلية نموذج الحياة فى التخفيف من حدة الضغوط النفسية والاجتماعية والاقتصادية التى تعانى منها زوجات المسجونين ومساعدتهم على تحمل المسؤلية والتأقلم مع الوضع الحالى.

كما أشارت دراسة (محمد ، ٢٠١١) إلى ألأثر الأيجابى الذى أحدثة برنامج التدخل المهنى بأستخدام نموذج الحياة فى خدمة الفرد فى تنمية أساليب مواجهة الضغوط الحياتية (السلوكية ، المعرفية ، الانفعالية ، الروحانية) للطالبة المتزوجة .

وأكدت نتائج (حامد ، ٢٠١٦)على فاعلية نموذج الحياة وقدرته على تحقيق المساندة الاجتماعية ، والانفعالية ، والاجرائية ، والمعلوماتية للأطفال مجهولى النسب بمؤسسات الرعاية ألأجتماعية كأبعاد أساسية للمساندة ألأجتماعية .

وجاءت دراسة (سعد ،٢٠١٧) مؤكده فاعلية نموذج الحياة فى تحسين نوعية البيئة الاسرية ، البيئة المدرسية والاجتماعية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا القابلين للتعلم ، وأثبتت فاعليته فى تحسين مستوى تقبل الذات لدى العميل .

وتناولت دراسة (محمود ، ٢٠٠٠) تناولت تطوير مدارس الفصل الواحد للفتيات فى محافظة بنى سويف فى ضوء أحتياجاتهم وتوصلت الى ضرورة تصميم منهج مخصص لدارسات الفصل الواحد يراعى حاجتهن المهنية والثقافية والاقتصادية والاجتماعية والدينية

واشارت دراسة (حسن ، ٢٠٠٢) إلى أهمية التدخل المهنى للخدمة الاجتماعية لمواجهة مشكلات فتيات مدارس الفصل الواحد وأكدت على وجود علاقة إيجابية بين التدخل المهنى للخدمة الاجتماعية والتعامل مع مشكلات فتيات مدارس الفصل الواحدوالمتمثلة فى مشكلات(التسرب ، ضعف التكيف مع النظام التعليمى ، ضعف الوعى البيئى) . وقد وضع الباحث نموذج لدور الاخصائى الاجتماعى بمدارس الفصل الواحد.

واقترحت دراسة (أبو العلا ، ٢٠٠٤) التى تناولت تكامل الخدمات الاجتماعية لتنمية الفتاة الريفية فى مدارس الفصل الواحد التالى الاعلان عن تلك المدارس ودور الخدمة الاجتماعية فيها ، أقامة برامج ثقافية .

ولما كانت الضغوط النفسية ظاهرة حتمية الوجود في حياة الإنسان عامة، لاسيما في الأوقات الراهنة، ولدى اليافعين خاصةً كونهم إحدى شرائح المجتمع

الذين يواجهون يومياً كثيراً من الضغوط المتمثلة في ضغوط أكاديمية، وأسرية، واجتماعية، وشخصية، إضافة إلى ما تفرضه طبيعة المرحلة العمرية من مطالب وتحديات عليهم، تجعلهم أكثر عرضة للضغوط النفسية لذلك يمكن القول: إن الضغوط النفسية تولد نتيجة إخفاق الفرد في التكيف مع المطالب المفروضة عليه في معظم الأحيان، وهذا يجعله أكثر عرضة للإصابة بالمشكلات النفسية والجسمية والمعرفية، مع الإشارة إلى أنه ليس ضرورة أن تكون جميع الآثار المحتملة للضغوط سلبية، بل يمكن أن تكون إيجابية حيث تدفع الفرد إلى تحقيق ذاته، وإلى السرعة في الإنجاز والأداء، وهذا الازدياد بموضوع الضغوط النفسية دفع الباحثين إلى زيادة الاهتمام بدراستها، ومحاولة معرفة مصادر التنبؤ بها، واستراتيجيات التعامل معها، وذلك استناداً إلى عدد من السمات الشخصية، التي يتحلى بها الفرد، والتي يمكن أن تساهم في تحديد طرائق تواصله مع البيئة المحيطة على نحو كبير (عبيدة، ٢٠٠٨، ٤٣).

وهذا ما تؤكد علية الدراسات التالية :-

حيث أوضحت دراسة (collis 1992) أن الصلابة النفسية كانت حاجز مخففا من تأثير الضغوط وبينت نتائج الدراسة أيضا أن الذكور أكثر ميلا نحو الأنحراف الأجتماعى والتمرد والكبت من الأناث وتكونت هينة الدراسة من (٢٢٣) من الشباب التى تراوحت أعمارهم بين (١١- ١٦) سنة فى أمريكا .

أكدت دراسة (Herbeat 2000) على فاعلية وقدرة نموذج الحياة مع الحالات الفردية فى التخفيف من حدة الضغوط الناتجة عن الضغوط اليومية ، والتى تؤثر سلبا على مستوى التحصيل الدراسى والقدرة على تحمل المسؤلية لدى طلاب المدارس، وذلك من خلال قدرة النموذج على مواجهة الضغوط الصحية والأجتماعية والأسرية والسلوكية التى تؤثر سلبا على مستوى التحصيل الدراسى للتلاميذ .

وهدفت دراسة (الهلالى ، ٢٠٠٩) إلى معرفة أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب مرحلتى التعليم المتوسط والثانوى الأيجابية منها والسلبية وترتيبها على مدرج أساليب المواجهة وتكونت عينه الدراسة من (٥٤٧) طالبا يتراوح أعمارهم بين (١٣- ١٨) عاما .

وأكدت دراسة (مبروك ، ٢٠١١) على فاعلية نموذج الحياة فى التخفيف من الضغوط الأسرية المصاحبة لحالات الأكتئاب ، وذلك من خلال قدرة النموذج على تخفيف الضغوط النفسية لمريضات الأكتئات ، وقدرة النموذج على تخفيف الضغوط الأقتصادية لمريضات الأكتئات .

وفى أطار ما تم تناوله من أحداث الحياة الضاغطة و نموذج الحياة تتلخص مشكله الدراسة فى إستخدام نموذج الحياة فى تخفيف الضغوط النفسية لفتيات مدارس الفصل الواحد .

ثانيا : أهمية الدراسة Study Importance :

١- تحديد الضغوط النفسية التى تعانى منها فتيات مدارس الفصل الواحد والوقوف عليها يمكن أن يساعد فى وضع برامج للتدخل المهنى ، سواء كانت وقائية أو علاجية للتعامل مع تلك الضغوط ويحقق الاداء أفضل لتلك المؤسسة.

٢- إمكانية الأعتماد على معطيات نموذج الحياة فى التخفيف من الضغوط النفسية من خلال زيادة قدرتهم على حل المشكلات ومقاومة الضغوط وتحمل المسؤلية .

٣- النقص الواضح فى الدراسات والبحوث التى تناولت الضغوط النفسية لفتيات مدارس الفصل الواحد .

ثالثاً: أهداف الدراسة Study Aims:

يتحدد الهدف الرئيسى للدراسة فى : اختبار برنامج التدخل المهنى بأستخدام نموذج الحياة فى خدمة الفرد فى التخفيف من حدة الضغوط النفسية لفتيات مدارس الفصل الواحد . ويتحقق الهدف الرئيسى من خلال مجموعة من الأهداف الفرعية تتحدد فيما يلى :

١- الوقوف على مستوى الضغوط النفسية للفتيات بمدارس الفصل الواحد

٢- أختبار فعالية برنامج التدخل المهنى بأستخدام نموذج الحياة فى خدمة الفرد للتخفيف من حدة الضغوط النفسة لفتيات مدارس الفصل الواحد.

٣- التعرف على معدلات أنتشار الضغوط النفسية لدى فتيات الفصل الواحد.

رابعاً : مفاهيم الدراسة Study Concepts:

١- مفهوم نموذج الحياة The Life Model :-

ينظر نموذج الحياة إلى مشكلة الانسان وحاجاته كنتيجة للتفاعل بين الناس وبيئاتهم فى نطاق كلى ، لذا فأن المشكلات تسمى مشكلات فى الحياة ، وهى تخلق ضغوطاً وأعباءاً على الإنسان ، وتعكس المشكلات والاحتياجات عدم قدرة البيئة على إشباع هذه الحاجات ، لذا فإن أهتمام النموذج تتركز على دورة حياة الفرد ودورة حياة الأسرة ، وفى الأطار الأيكولوجى (المرشد ، مزاد عبد الرحمن ، ٢٠١٦، ص ٨٥).

كما يعرف بأنه أحد نماذج الخدمة الاجتماعية والذى يستخدم من قبل الاخصائيين الاجتماعيين بغرض تحسن مستوى ونوعية الحياة للعملاء من خلال الملائمة بين الأفراد وبيئاتهم (Turner,2017, p 299)

يعرف نموذج الحياة بأنه أسلوب فى ممارسة الخدمة الاجتماعية يستخدم المنظور الايكولوجى كتعبير عن التركيز على المواجهة بين العميل وبيئته، والاخصائى الاجتماعى الذى يستخدم هذا الاسلوب يركز على المشكلات فى الحياة وهى التحولات فى الحياة والتفاعلات بين الافراد والمعوقات البيئية .(السكرى ، ٢٠٠٠ ، ص ٣٥)

يعرف أيضا بأنه أسلوب فى ممارسة الخدمة الاجتماعية ، يستخدم المنظور البيئى تعبيرا عن التركيز على المواجهة بين العميل والبيئه و الاخصائى الأجتماعى ، ويركز أيضا على المشكلات المتنوعة ، مثل ضغوط الحياة ، وصعوبات البيئة الأجتماعية (الميزر ، ٢٠٠٨ ، ص ٨٣)

وهناك من يرى نموذج الحياة بأنه منهج متكامل للممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية مع الافراد والجماعات لاستثمار مناطق القوى وتقليل الضغوط البيئيـــــة واســـــتعادة النمـــــو الشخصـــــى للعميـــــل (Barker , 2003 , p 377)

بؤرة أهتمام نموذج الحياة (سليم ، نشوى محمد ، ٢٠٢٢،ص ٢٠١):-

يرى أنه أثناء التبادلات التى تحدث بين الفرد وبيئته غالباً تحدث اضطرابات بين قدرات وحاجات الافراد وطلبات البيئة ، هذه الاضطرابات تحدث مشكلات فى الحياة تنتج من خلال الضغوط الناشئة والتى تتمثل فى التالى :

-**تحولات الحياة** : وهى تتضمن التغيرات التطورية والتغييرات فى المكانات والأدوار وما يتبعه من غموض الدور والتوقعات المرتبطه به .

- **الضغوط البيئية** : حيث أن البيئة التى يمكن أن تتدخل وتدعم تحولات الحياة فإنها قد تكون مصدر المتاعب والتوتر .
- **عمليات سوء التكيف** : أنماط سوء التكيف فى الاتصالات و العلاقات بين الأفراد تكون فى التعامل مع تحولات الحياة والقضايا البيئية ، هناك بعض الأسر والجماعات تكون مرنة يشكا كاف لتغيير أنماطهم من أجل تحقيق التكييف والبعض الأخر لا يدركون الحاجة إلى التغيير ، فيحدث التوتر الذى يعوق عمليات المساعدة ويتضح فى سلوكيات الانسحاب ، الاختلاف الوظيفى ، إلقاء المسؤلية على الاخرين .

- **أهداف نموذج الحياة (شاهين، ٢٠١٠، ص ٨٤٥-٨٥٥) :-**

يسعى نموذج الحياة إلى تحقيق هدف رئيسى هو تحسين مستوى التوافق بين الأفراد و البيئة التى يعيشون فيها وبصفة خاصة بين الاحتياجات الإنسانية والموارد البيئية ، ويتضمن هذا الهدف مجموعة من الأهداف الفرعية التالية :-

- ١- العمل على إزالة أوالتخفيف من حدة مواقف الحياة الضاغطة والأضرار المترتبة عليها من خلال مساعدة العملاء على استثمار الموارد الشخصية والطبيعية المتاحة للوصول إلى التوافق الناجح الفعال .
- ٢- التأثير على البيئة الاجتماعية والمادية حتى تكون أكثر استجابة لاحتياجات الأفراد .
- ٣- توضيح وإبراز عمليات الحياة عنقرب حتى يتسنى للأخصائيين الأجتماعيين مساعدة العملاء على التكييف الفعلى مع الأنساق الاجتماعية المحيطة .

- ٤- العمل على بناء وتنمية قدرة الأفراد وتحرير طاقاتهم الداخلية وتجنب تصنيف العملاء إلى المسميات التى ينظر إليها على أنها تلوم الأفراد على مشاكلهم .
- ٥- تحسين قدرة العملاءعلى التعامل مع مواقف الحياة الضاغطة بطريقة أكثر كفاءة وفاعلية من خلال مساعدتهم على تغيير مفاهيمهم ومشاعرهم أوسلوكياتهم السلبية .
- ٦- تحسين التبادلات والتعاملات بين الفرد والبيئة حتى يتكيف ويتواءم كل منهما مع احتياجات ومطالب الآخر .

٢- مفهوم الضغوط النفسيه Life Stress:-

تعود بداية ظهور هذا المصطلح إلى بدايات القرن السابع عشر، ولكنه برز على نحو واضح في هذا العصر، وأصبح يشير إلى عملية مواجهة مشاق الحياة والمشاعر السلبية التي تثيرها هذه المشاق.

فقد استعير مصطلح الضغوط النفسية من الفيزياء، حيث تعرف الضغوط فيزيائياً بأنها ضغط أو جهد شديد يقع على البدن (علي، ٢٠٠٢، ١٦)

ويجمع الكثير من الباحثين في مجال الضغوط على وجود أربعة مجالات أساسية في تعريف الضغوط:

<u>المجال الأول- الضغوط النفسية بوصفها مثيرات:</u>

في هذا المجال ينظر إلى الضغوط النفسية على أنها مثيرات، حيث يجري التركيز على الحدث الضاغط كعامل مستقل يختلف تأثيره من شخص إلى آخر، ويصنفها لازروس وكوهين (Lazarus & Cohen) في ثلاث فئات، هي التغيرات الحياتية الكبرى أو الرئيسة، وهي عادة مزلزلة وتؤثر في أعداد كبيرة من الأشخاص، ثم أحداث

الحياة الكبرى التي تؤثر في شخص واحد أو عدد قليل من الأشخاص، ثم منغصات الحياة اليومية(Lazarus &Flokman, 1984, p.12).

المجال الثاني– الضغوط النفسية بوصفها استجابات:

يعد هانزسيلي واحداً من الذين يعدون الضغوط استجابة للظروف البيئية، حيث ينظر إلى الضغوط ضمن هذا المجال أنها رد فعل الفرد لمثير ضاغط في البيئة، ومن ثم يمكن تعريف الضغوط النفسية وفقاً لهذا المجال بأنها الاستجابة الفيزيولوجية، والسيكولوجية التي يقوم بها الفرد في مواجهة حدث أو حالة خارجية ((Davison & Neal, 1994, p.191.

المجال الثالث– الضغوط النفسية كعلاقة تفاعلية:

يركز هذا المجال على أهمية التواصل بين العمليات الداخلية التي يقوم بها الفرد عند مواجهته للمثيرات الخارجية، وضمن هذا المجال عرف Taylor تايلور الضغوط بأنها: عملية تقويم للأحداث، هل هي مؤذية أو مهددة، أو مثيرة للتحدي؟، وتكون الاستجابة لهذه للأحداث على نمط تغيرات انفعالية وسلوكية وفيزيولوجية ومعرفية (Taylor, 1999, p.169)

المجال الرابع– الضغوط النفسية بوصفها حالة وجدانية:

يركز هذا المجال على أن الضغوط النفسية ترجع أسبابها إلى اضطراب الحالة الوجدانية، حيث أشار كل من (Kellowy & Borling) إلى أن الضغوط النفسية هي محصلة التواصل الدائم بين كل من الفرد وعناصر البيئة المختلفة المحيطة به وقد تصل به إلى حالة وجدانية تؤثر على نحو واضح في طاقاته الجسمية والانفعالية (مريم، ٢٠٠٥، ٥٤).

التعريف الاجرائى للضغط النفسى :

هو الأثر النفسى ذو القيمة السالبة الذى تتجه الصعوبات والمعوقات المادية والمعنويه المتكررة التى تواجه الفتيات بمدارس الفصل الواحد والتى تعيق قدرتها

على تحقيق أهدافها وإشباع حاجاتها ، ويتم التعرف عليها من الدرجة التى تحصل عليها الطالبهمن خلال تطبيق مقياس الضغط النفسى الذى صمم من قبل الباحثه.

٣- مفهوم مدارس الفصل الواحد One class schools :

هى مدارس تنشأ فى المناطق التى لا تصل أليها الخدمات التعليمية مثل العزب والنجوع لمواجهة خطر عدم وصولها للفتيات فى الشريحة العمرية من (٨ - ١٤) سنه وذلك لسد منابع الأمية التى تفشت ببعضهن بصورة تنذر بخطر حقيقى (ابو النصر ، ٢٠٠١ ، ١٤٤).

كما تعرف بانها : مدرسة ذات فصل واحد تعمل بمحاذاة المدرسة الأبتدائية ، تضم فتيات فاتتهن فرصة التعليم ومازلن فى سن الألزام أو متسربات من التعليم وتضم صفوف دراسية مختلفة فى مكان واحد وتقوم بالتدريس فيها معلمات فقط (بهجت ، ٢١٢ ، ٢٠) .

ويعرفه مسارع حسن الراوى بأنه : كل أنواع التعليم المجتمعى التى يمكن تقديمها خارج أطار المؤسسات التعليمية التقليدية لرفع وتحسين كفاءات أفراد يمارسون عملا بالفعل يخضع لاجراءات تنظيمية وأدارية معينة تهدف لتحقيق أهداف تربوية محددة مرتبطة ببرنامج تربوى ومنهاج مختار ، ومعلم معد مهنيا خاصا لتدريس هذا المنهج وقد تكون خاضعه لأشراف حكومى أو غير خاضعه للحكومة بل تخضع لجمعيات أهلية وهيئات دولية ويحدد أرتباطها بالدولة فلسفة الحكم التى تسود الدولة (الراوى ، ٢٠٠٠ ، ص٢٣٠) .

وقد سمح لخريجى هذه المدارس بمواصلة الدراسة بالمرحلة الاعدادية والثانوية ، وتم رفع سن القبول لهن حتى سن (١٨) سنه للمرحلة الأعدادية و (٢٠) سنة للمرحلة الثانوية تمكينا لهن من الاستمرار ، وتمتاز هذه المدارس بتوفير

بيئة تعليمية مرنة تناسب ظروف المجتمع وأحتياجات الدارسات ،وإمداد الدراسات للمشاركات فى التنمية الشاملة والدخول لسوق العمل ، وقد أستهدفت دراسة هبه الصباحى أحمد (٢٠٠١ م) التعرف على دور مدارس الفصل الواحد فى تنمية الفتاه الريفية وتوصلت إلى عدة نتائج منها : تلعب مدرسة الفصل الواحد دورا مهما فى تنمية الفتاة الريفية ثقافيا وأجتماعيا وأسريا وأقتصاديا وتلبية المدرسة للأحتياجات التعليمية لهؤلاء الفتيات (أحمد ، هبه الصباحى ، ٢٠٠١ ، ص ٤٦) .

خامسا : فروض الدراسة :

الفرض الرئيسي :

تسعى الدراسة إلى التحقق من الفرض الرئيسى التالى :

" ممارسة نموذج الحياة فى خدمة الفرد مع فتيات مدارس الفصل الواحد يؤدى إلى تخفيف حدة الضغوط النفسية عندهن "

ويتفرع عن هذا الفرض الرئيسى مجموعة من الفروض الفرعية وهى : -

١- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات القياس القبلى للمجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس الضغوط النفسية

٢- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية لمقياس الضغوط النفسية لفتيات مدارس الفصل الواحد لصالح القياس البعدى .

٣- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات القياسين البعدى والقبلى لحالات المجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس الضغوط النفسية لصالح المجموعة التجريبية .

سادساً : الإجراءات المنهجية للدراسة :

١- **نوع الدراسة :** تنتمى هذه الدراسة اتساقاً مع أهدافها إلى نمط الدراسات التجريبية حيث سعت إلى التعرف على أثر متغير مستقل (برنامج التدخل المهنى بأستخدام نموذج الحياة فى خدمة الفرد) على متغير أخر تابع وهو (الضغوط النفسية لدى فتيات مدارس الفصل الواحد) .

٢- **المنهج المستخدم :** المنهج التجريبى باستخدام تصميم الحالة الفردية (أ ب) لتقييم نتائج التدخل المهنى على المشكلة المستهدفة للعميل ، ويتم أرجاع النتيجة الى المتغير التجريبى . ويتم ذلك من خلال مرحلتين المرحلة الاولى وهى مرحلة خط الأساس (أ) ، وبتتم من خلال قياس الضغوط الحياتية لفتيات مدارس الفصل الواحد دون تدخل من قبل الدارسة . أما المرحلة الثانية وهى مرحلة التدخل المهنى فتبدأ بعد مرحلة خط الأساس. ويتضمن هذا التصميم تقديم التدخل المهنى لمرحلة واحدة فقط مرحلة (ب) حيث يوضح التغيير فى الضغوط الحياتية والمرتبطة بعملية التدخل المهنى .

٣-أدوات الدراسة : تعتمد الدراسة على الأداة التالية :

مقياس الضغوط النفسية لفتيات مدارس الفصل الواحد إعداد الباحثة .

٤- مجالات الدراسة :

أ- المجال المكانى :

مدرسة الحرية للفصل الواحد . بمحافظة الفيوم .

مدرسة منشأه عبدالله للفصل الواحد . بمحافظة الفيوم .

ب – المجال البشرى :

عدد ١٠ طالبات بالمدرستين من سن ١٢ الى ١٥ سنة ممن حصلن على اعلى درجات على مقياس الضغوط النفسية .

سابعا : برنامج التدخل المهنى : –

أولا : الأسس التى يرتكز عليها برنامج التدخل المهنى :

١– الإطار النظرى للخدمة الاجتماعية .

٢– نتائج الدراسات السابقة ، سواء العربية أو الأجنبية المرتبطة بهذه الدراسة.

٣– نموذج الحياة والذى يعتمد على نظرية الأنساق الإيكولوجية والذى يركز على العلاقة بين الإنسان والبيئة

٤– مقابلات الباحثة مع بعض الخبراء والمتخصصين .

٥– القياس القبلى وتفسيرة وتحليله .

ثانيا : أهداف التدخل المهنى :

يتحدد الهدف العام لبرنامج التدخل المهنى فى إستخدام نموذج الحياة فى خدمة الفرد للتخفيف من حدة الضغوط النفسية التى تعانى منها فتيات مدارس الفصل الواحد .

ثالثا : مراحل التدخل المهنى وفقا لنموذج الحياة :

المرحلة الاولى وتشتمل على :–

١– **مرحلة الاستعداد :** تقوم الدارسة فى هذه المرحلة بأعداد نفسها للتعامل مع الأطفال فى هذا السن ، ومحاولة فهم مشاعرهم وأحتياجاتهم ومشكلاتهم

وأهتماماتهم الذاتية ، وأختيار عينة الدراسة وتطبيق مقياس الضغوط الحياتية عليهم ، وقيام الدارسة بالتعاقد الشفوى مع الفتيات حول الخطوات التى سوف يتم أتخاذها وأدوار كل من الدارسة والأطفال ، وفترة التدخل المهنى .

٢- **إكتشاف نوعية الضغوط** : فى هذة الخطوة قامت الدارسة بتطبيق مقياس الضغوط الحياتية لفتيات مدارس الفصل الواحد ممن تنطبق عليهم شروط العينة وتم تحديد أهم الضغوط الحياتية التى تواجههم (نفسية ، إجتماعية ، إقتصادية) وكذلك تحديد أدوار كل من الدارسة وفتيات مدارس الفصل الواحد والأساليب العلاجية المناسبة التى تساهم فى تحقيق الهدف من البرنامج العلاجى .

٣- **التعاقد** : قامت الدارسة فى هذه الخطوة بالأتفاق الشفهى مع فتيات مدارس الفصل الواحد وتم تحديد أهم الضغوط التى تواجهم والمهام التى سوف سنقوم بها وعدد المقابلات التى سوف تنعقد وتحديد الفترة الزمنية اللازمة للتدخل المهنى .

٢- **مرحلة التقدم (التغيير)** : حيث تقوم الباحثة بتنفيذ برنامج التدخل ومساعدة الفتيات على فهم ذاتهم ومعرفة نقاط القوة لديهم وزيادة قدرتهم على حل المشكلات ومقاومة الأحداث الصادمة وتحمل المسؤلية وزيادة الشعور بالرضا عن ذاته والتوافق مع التغيرات المختلفة المصاحبة لتحولات الحياة ، بالإضافة لتعديل البيئة الاجتماعية لهؤلاء الفتيات من خلال أزالة المعوقات والضغوط البيئية ومساعدة الطفل على التوافق والتكيف وتحسين العلاقات داخل المدرسة ، وذلك من خلال تخفيف الضغوط الحياتية لديهن ، وذلك بتطبيق أساليب واستراتيجيات وأدوار وأدوات نموذج الحياة .

٣- **مرحلة الانهاء** : حيث تقوم الدارسة فى هذه المرحلة بالانفصال التدريجى وذلك من خلال التمهيد لفتيات مدارس الفصل الواحد ، وذلك من خلال التباعد فى المقابلات والأنشطة المختلفة الخاصة بالتدخل ، ويتم فى هذه المرحلة تقويم البرنامج من خلال تطبيق المقياس ومعرفة التغيرات التى حدثت ومدى فاعلية برنامج التدخل المهنى بأستخدام نموذج الحياة .

رابعا : الأساليب العلاجية :

(أ) العلاقة المهنية . (ب) الإفراغ الوجدانى .

(ج) الأتصال . (د) التوضيح .

(هـ) لعب الدور . (و) التدعيم .

(ى) الأستكشاف . (ز) الأقناع .

(ل) التبصير . (م) التوجيه الذاتى .

خامسا : التكنيكات المستخدمة فى التدخل المهنى :

١- **دعم تقدير الذات** : من خلال تدعيم ثقة الفتيات بنفسهم وتغيير نظرة الاطفال المتدنية لأنفسهم وتعزيز كل سلوك أيجابى للفتاه تجاه نفسها وتجاه الأخرين .

٢- **تيسير أستفادة العميل من الموارد** : كأستفادة من الضمان الاجتماعى والجمعيات الأهلية وغيرها .

٣- **الأساليب المعرفية** : من خلال أمداد الفتيات بالمعارف التى تجعلهم على معرفة بالمشكلات والمواقف ، وتعديل الأفكار والمعتقدات غير المنطقية ، وفهم تحولات الحياة .

٤- **لعب الدور** : ويساعد فى عملية النمو والتعلم من خلال تكرار القيام بالسلوك المطلوب .

٥- **تحسين أساليب الاتصال** : ويتم ذلك بين الفتيات وزملائهم .

٦- **الإفراغ الوجدانى** : من خلال تشجيع الفتيات على التعبير عما يجيش بصرهم من مشاعر وخبرات وتجارب سلبية تؤثر علية ومساعدتهم علي كيفية التخلص منها مستقبلا.

سادسا : أدوار الأخصائى الاجتماعى فى برنامج التدخل المهنى :-

١- **دور الممكن** : من خلال قيام الأخصائى بتقوية الدافعية والثقة بالنفس للفتيات.

٢- **دور المعلم** : من خلال تعليم الفتيات كيفية أستبدال الأفكار الغير منطقية عن أنفسهم ، وتعليمهم كيفية التعامل مع الضغوط الناتجة عن أحداث الحياة الضاغطة من خلال أكسابهم المهارات الازمة لذلك .

٣- **دور الوسيط** : وذلك من خلال قيام الاخصائى الاجتماعى بالتوسط بين الفتيات بعضهم البعض وبين المدرسة لتقريب وجهات النظر والأستفادة من الخدمات المختلفة .

٤- **دور مقدم التسهيلات** :من خلال قيام الأخصائى الأجتماعى بتسهيل حصول الفتيات على الموارد والخدمات المتنوعة داخل وخارج المؤسسة .

سابعاً : مهارات برنامج التدخل المهنى :

المهارة فى الأستماع والأنصات للفتيات ، والمهارة فى أقامة العلاقة المهنية ، والمهارة فى بناء وفتح قنوات أتصال مختلفة ، والمهارة فى المناقشة الجماعية ،

والمهارة فى تقدير المشاعر ، المهارات المرتكزة على المعرفة (التفكير الناقد ، حل المشكلات ، التقدير ، البحث) ، المهارات الشخصية (التنظيم ، تحديد الأولويات ، الأبتكار ، أدارة الوقت) .

نتائج الدراسة :

الفرض الرئيسي: توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات طالبات الفصل الواحد علي مقياس الضغوط النفسيه قبل وبعد تطبيق برنامج التدخل المهني باستخدام نموذج الحياة.

تم تطبيق اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Signed Rank Test الذي يسمي اختبار الرتب الاشاري وهو من الاختبارات اللابارامترية التي تستخدم كبديل لاختبار (ت) للعينتين المرتبطتين من البيانات وذلك في حالة عدم تحقيق شروط استخدام اختبار (ت) للقيم المرتبطة وذلك لصغر حجم العينة والجدول رقم ( ) يوضح ذلك .

جدول ( ) قيمة " z" لدلالة الفرق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي علي مقياس الضغوط النفسية لطلاب لطالبات الفصل الواحد

القياسات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الرتب		متوسط الرتب		قيمة z	مستوي الدلالة
				الموجبة	السالبة	الموجبة	السالبة		
القياس القبلي	١٠	٧٧,٥٠	١٠,٥٧	٥٥	٠	٥,٥٠	٠	٢,٨٠٣	دالة عند

القياسات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الرتب		متوسط الرتب		قيمة z	مستوي الدلالة
				الموجبة	السالبة	الموجبة	السالبة		
القيـــاس البعدي	١٠	١٠٦,٨٠	٩,٢٨						٠,٠١

يتبين من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات طالبات الفصل الواحد علي مقياس الضغوط النفسيه قبل وبعد تطبيق برنامج التدخل المهني باستخدام نموذج الحياة في القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية علي مقياس الضغوط النفسيه (ككل) وأبعاده ، حيث أن قيمة (z)2.803 دالة إحصائيا عند مستوي معنوية ٠,٠١ ، وذلك نتيجة تعرض المجموعة التجريبية لبرنامج التدخل المهني وتشير هذه النتيجة إلي قبول الفرض الرئيسي للدراسة الذي ينص علي أنه " توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات طالبات الفصل الواحد علي مقياس الضغوط النفسيه قبل وبعد تطبيق برنامج التدخل المهني باستخدام نموذج الحياة "

المراجع العربية :-

١. إبـراهيم، محمد علـى.(٢٠١٧). تقـويم برنـامج التعلـيم المجتمعـى بمـدارس الفصل الواحد لمواجهة التسرب الدراسى ، رسالة دكتوراة ، جامعة حلوان ، كلية الخدمة الاجتماعية ، قسم تنظيم المجتمع .

٢. أبو العلا، محمد أحمد.(٢٠٠٤). تكامل الخدمات الاجتماعية لتنية الفتاه الريفية فى مدار الفصل الواحد (دراسة وصفية مطبقة على مركز الفيوم) ، رسالة ماجستير ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة الفيوم ، قسم التنمية والتخطيط.

٣. أبـو النصـر، سـميحة محمـود.(٢٠٠١). مـدارس الفصـل الواحـد لتعلـيم الفتيات بمحافظة الاسكندرية ، دراسة ميدانية ، المؤتمر العلمى السادس ، التنمية البشرية ، جامعة طنطا ، كلية التربية .

٤. أحمد، فاطمة محمد بهجت.(٢٠١٢). الخلفية الاجتماعية لدراسات مدارس الفصل الواحد بحث فى قرية مصرية ، المؤسسة العربية للاستشارات العلمية وتنمية الموارد ، مجلد ١٣ ، العدد٤ .

٥. الراوى، مسارع حسن.(٢٠٠٠). دراسات حول محو الامية وتعليم الكبار فى الوطن العربى ، المكتبة المصرية .

٦. السكرى، أحمد شفيق.(٢٠٠٠). قاموس الخدمة الجتماعية والخدمات الاجتماعية ، الاسكندرية ، دار المعرفة الجامعية .

٧. السـنهورى، أحمـد محمد .(٢٠٠١). الممارسـة العامـة المتقدمـة للخدمـة ألأجتماعية وتحديات القرن الحادى والعشرون ، القاهرة ، دار النهضه العربية.

٨. الصاوى، محمد وجية.(١٩٩٨). رؤية علاجية لظاهرة الرسوب والتسرب فى التعليم الأساسى ، الندوة القومية حول الرسوب فى التعليم الأساسى

والتسرب فية ،رؤية علاجية ، جامعة الدول العربية ، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم ، ٢٨ فبراير – ٣ مارس.

٩. الميزر، هند.(٢٠٠٨). تصور مقترح لممارسة نموذج الحياة فى تحقيق المساندة الاجتماعية لامهات الايتام ، بحث منشور فى مجلة الخدمة الاجتماعيـــة والعلـــوم الانســـانية ، عـــدد ٢٤ ، ج ١ ، كليـــة الخدمـــة الاجتماعية ، جامعه حلوان ، القاهرة .

١٠. الهلالى ، عادل عبد الرحمن عبد الله . (٢٠٠٩) . بعض أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب مرحلتى التعليم المتوسط والثانوى بمدينة مكة المكرمة . رسالة ماجستير غير منشورة . جامعة أم القرى .

١١. الهيئة العامة لمحو الامية وتعليم الكبار .(١٩٩٦). تاريخ محو الامية فى مصر ،المركز الاعلامى للدراسات والبحوث القومية وألأستريتيجية ، القاهرة .

١٢. حامد ، أحمد.(٢٠١٦). فاعلية نموذج الحياة فى الخدمة الأجتماعية للأطفال مجهولى النسب بدور الرعاية ألأجتماعية ، بحث منشور بمجلة الخدمـــة الاجتكاعيـــة ، الجمعيـــة المصـــرية للاخصـــائيين الاجتمـــاعيين القاهرة.

١٣. حجـازى، رضـا السـيد محمـود.(٢٠٠٩). مـدارس التعلـيم المجتمعـى وتمكـين المجتمعـات المحليـة ، (المـؤتمر الـدولى السـابع ، التعلـيم فـى مطلـع الالفية الثالثة : الجودة – الاتاحة– التعليم مدى الحياة) ، جامعة القاهرة ، معهد الدراسات التربوية.

١٤. حسـانين ، أحمـد محمد (٢٠٠٠) . العلاقـة بـين قلـق المسـتقبل وقلـق الأمتحان فى علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينه من طلاب

الصف الثانى الثانوى ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، جامعة المنيا – كلية الأداب .

١٥. حسن، محمد محمود.(٢٠٠٢). التدخل المهنى للخدمة الاجتماعية لمواجهة مشكلات فتيات مدارس الفصل الواحد (دراسة تجريبية مطبقة على عينة من مدارس الفصل الواحد بمحافظة الجيزة) ، رسالة دكتوراة ، كلية الخدمة الاجتماعية ، فرع الفيوم ،قسم مجالات الخدمة الاجتماعية.

١٦. خطيرى، ميرفت.(٢٠٠٥). التدخل المهنى بأستخدام نموذج الحياة من منظور الممارسة العامة فى الخدمة الاجتماعية ويمكن الام من مواجهه الأثار المترتبة على مرض طفلها ، بحث منشور فى مجلة دراسات الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية ، جامعه حلوان ، ج١ .

١٧. زيدان، على حسين وأخرون .(٢٠٠٢). النظريات الحديثة فى خدمة الفرد ، القاهرة ، جامعه حلوان ، كلية الخدمة الاجتماعية.

١٨. سعد، على.(٢٠١٧). أستخدام نموذج الحياة من منظور الممارسة العامة فى الخدمة الاجتماعية لتحسين نوعية الحياة للاطفال المعاقين القابلين للتعلم ، مجلة الخدمة الاجتماعية المجتمعية للاخصائيين الاجتماعيين ، ٥٧٤ ، ج٢ ، الحادى والعشرون.

١٩. شحاتة، حبيب جمال.(٢٠٠٩). الممارسة العامة منظور حديث فى الخدمة الاجتماعية الاسكندرية ، المكتب الجامعى الحديث.

٢٠. شاهين ، محمد مصطفى محمد (٢٠١٠) . ممارسة نموذج الحياة فى خدمة الفرد لتخفيف الضغوط الزواجية لدى الرجل العقيم ، مجلة الخدمة الآجتماعية ، ع ٢٨ ،ج٢.

٢١. شومان، عبد المنصف .(٢٠٠٤). فعالية نموذج الحياة فى خدمة الفرد فى التخفيف من حدة الضغوط الحياتية لدى المسن ، بحث منشور ، مجلة دراسات فى الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية ، القاهرة ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان.

٢٢. عبد الخافض ، فاتن محمد عامر . (٢٠٠٧) . ممارسة نموذج الحياة فى خدمة االفرد لتنمية المسؤلية الاجتماعية لدى أطفال الشوارع ، بحوث المؤتمرات ، المؤتمر العلمى الدولى العشرون للخدمة الأجتماعية ، مج ١ مارس ، كلية الخدمة الأجتماعية ، جامعة حلوان .

٢٣. عبيد ، ماجد بهاء الدين . (٢٠٠٨) .الضغط النفسى ومشكلاته وأثرة على الصحة النفسية . عمان . دار صنعاء للنشر والتوزيع .

٢٤. عزام، عوض.(٢٠٠٨). فعالية نموذج الحياة فى تخفيف حدة الضغوط التى تعانى منها زوجات المسجونين ، مجلة الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية ، جامعة حلوان ، ٢٥٤ ، ج٢.

٢٥. على، وليد محمد عبد الظاهر.(٢٠٠٨). مؤسسات التعليم الموازى للتعليم الالزامى فى الريف المصرى (دراسة تقويمية) ، رسالة ماجستير ، جامعة الفيوم ، كلية التربية ، قسم أصول التربية .

٢٦. غانم، أكرام عبد الستار محمد.(٢٠١٣). بعض الخبرات الاجنبية فى تطوير التعليم المجتمعى مع أمكانية ألأفادة منها فى مصر ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق.

٢٧. مبروك ، شحاتة محمد .(٢٠١١) . فاعلية نموذج الحياة فى خدمة الفرد فى تخفيف الضغوط الأسرية المصاحبة لحالات الأكتئاب، بحث منشور بمجلة دراسات فى الخدمة الأجتماعية والعلوم الأنسانية ، ع ٣١ ، ج ١٢ ، كلية الخدمة الأجتماعية ، جامعة حلوان ، القاهرة .

٢٨. محمد، سلامة. (٢٠٠٧). العلاقة بين ممارسة نموذج الحياة فى خدمة الفرد وتخفيف حدة الضغوط لدى النساء المعيلات لاسر ، بحث منشور ، المؤتمر العلمى السادس للمعهد العالى للخدمة الاجتماعية ، القاهرة.

٢٩. محمد ، هناء أحمد أمين . (٢٠١١) . العلاقة بين ممارسة نموذج الحياة فى خدمة الفرد وتنمية أساليب مواجهة الضغوط الحياتية للطالبة الجامعية المتزوجة : دراسة مطبقة على طالبات قسم الدراسات الاجتماعية كلية الأداب جامعة الملك سعود ، بحوث ومقالات ، مجلة دراسات فى الخدمة الأجتماعية ، جامعة حلوان

٣٠. ناجى، محمود وأخرون .(٢٠٠٥). خدمة الفرد عمليات مهنية وتطبيقات نوعية ، القاهرة ، مؤسسة الكوثر للطباعة ،.

٣١. هانى، أيمان أحمد.(٢٠١١). الخريطة المستقبلية لمدارس الفصل الواحد للفتيات فى ضوء الأحتياجات المجتمعية المتجددة ، رسالة دكتوراة ، معهد الدراسات التربوية ،جامعة القاهرة.

٣٢. وزارة التربية والتعليم .(١٩٩٣). قرار وزارى رقم (٢٥٥) بتاريخ ١٠/١٧/ ١٩٩٣ بشأن أنشاء مدارس الفصل الواحد لتعليم الفتيات ، المادة الاولى .

٣٣. وزارة التربية والتعليم .(٢٠٠٦). برنامج التعليم المجتمعى ، القاهرة .

٣٤. وزارة التربية والتعليم .(١٩٩٩). القرار الوزارى رقم ٣٠.

٣٥. وزارة التربية والتعليم .(٢٠١٠). الأدارة المركزية للتعليم الاساسى ، الادارة العامة للتعليم المجتمعى ، إدارة الخطة والتنظيم ، القاهرة .

٣٦. يونسيف ووزارة التربية والتعليم .(٢٠١٥). دراسة حول الاطفال غير المقيدين بالمدارس فى مصر.

ثانيا : المراجع الاجنبية :

1- Albert R . Roberts .(2005). crisis intervention handbook : Assesment , treatment , and research (3 ideation) ,

2- Barker Robert .(2003). the social work dictionary ,fourth edition ,nsa , Nasw press ,.

3- Payne Malcom.(1997). modern social work theory, London Macmillan education.

4- Collins clarla , B . (1992) . Hardiness as stress resistance resource, pell paper presented at the Annual meeting of American Psychological . conference (family futures : issues in research and policy) edith cowan university 24-26 western Australia ,pp 1-33 .

5- Herbert, stean: Application of the life model in Cass work, journal Article social wor : v, 3 nl7 ,2000.

6- Hermann timothy.(2002). depressive symptoms in older adults , journal of mental health , v (8).

7- Sarah gilbert and Teri Anther .(2006). handbook of health social work 9 new gersey : john Wiley sons ,ink).

8- Widman k. k ross D. P., Scott c., Sharon D., Raymond B ., Jessica D ., Justina P., Sabina F ., (2004) . Economec stress , parenting and child Adjustment in mixican American and European American Families , child development, vol . 75 , no .6.