

**إستخدام نموذج الحياة فى خدمة الفرد لتخفيف  
الضغوط الاجتماعية 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**

**إعداد**

**نها أبراهيم محمد الجمل**

**أ. د/علياء عفان عثمان**  
أستاذ خدمة الفرد المساعد  
بقسم طرق الخدمة الاجتماعية  
كلية الخدمة الاجتماعية  
جامعة الفيوم

**أ.د/ مصطفى محمد الحسينى النجار**  
أستاذ خدمة الفرد  
بقسم طرق الخدمة الاجتماعية  
كلية الخدمة الاجتماعية  
جامعة الفيوم

### ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغوط الاجتماعية التى تعاني 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 Social 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 –Social pressures – Life model

### أولا : مشكلة الدراسة statement of the problem :-

للتعليم أهمية لا يمكن أنكارها وضرورة للإنسان وقضية أساسية من قضايا المجتمعات وركيزة مهمة من ركائز التنمية والتقدم ، وباتت الدول حريصة كل الحرص أن تولى عنايتها بالعملية التعليمية وعناصرها المتألفة ، والتعليم هو مفتاح التقدم والمدخل الحقيقى لأى تطور ولأى إستراتيجية للتغيير فى المجتمع ، فلا يمكن وضع أى إستراتيجية لتطوير المجتمع دون اعتبار 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 إليهم وقد أدت هذه الجهود إلى إنشاء العديد من المدارس وهى ( مدارس الفصل الواحد ، مدارس المجتمع ، المدارس صديقة الفتيات ، المدارس الصديقة للاطفال فى ظروف صعبة ) وهذا النوع من التعليم يشار إليه 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 إحدى 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 إليهم 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 الأطفال المتسربين من التعليم الاساسى إلى التعليم النظامى (عبد الستار ، ٢٠١٣ ، ص ٧٦ ) .

وبمراجعة مديرية التربية والتعليم بالفيوم تبين أن الأحصاء الخاص بعدد المقيدين في مؤسسات التعليم المجتمعي بمحافظة الفيوم عن العام الدراسي ٢٠٢٠١٢٠١٩ المقيدين في مؤسسات التعليم المجتمعي بمحافظة الفيوم كما يوضحه الجدول التالي

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

إن ضغوط الحياة اليومية لازمت الفرد منذ وجوده على الأرض، وفي كل العصور التي مر بها. وميزت حياته الاجتماعية منذ العصر الحجري إلى الوقت الحاضر، فقد واجه الفرد تحديات الطبيعة ومخاطرها التي سببت له أنواعاً مختلفة من الضغوط، فالفرد كان ولا يزال يعيش في عالم من الضغوط تحيط به وبكل متخذ قرار في أي كيان حياتي وهذه الضغوط متراكمة ومتعددة المصادر، ومختلفة الجوانب والأبعاد، وممتدة التأثير، وعليه في ظل هذه الظروف أن يتخذ القرار المناسب في الوقت المناسب، وبالشكل المناسب، وبالتكلفة المناسبة (Richmond, 2013).

ولحصر مصادر الضغوط النفسية عند اليافعين تم تقسيم هذه المصادر إلى تصنيفات رئيسة يندرج تحت كل تصنيف مجموعة من المصادر أشارت إليها العينة الاستطلاعية، هي كالتالي:

١- **الضغوط الاجتماعية:** يندرج تحتها العلاقة بالأصدقاء والزملاء والجيران، واختلاف الميول والتوجهات، وصراع الأجيال، وصراع القيم، والتفاوت في العادات والتقاليد والثقافات، والطبقات الاجتماعية، وخصوصاً الطبقات الدنيا، وحالات الوفاة.

٢- **الضغوط الشخصية:** يندرج تحتها الضغوط الشخصية الذاتية، سواء جسمية أم عقلية أو نفسية، والتي تنشأ من اختلالات في بنية الجسم، أو من القصور في المجالات المعرفية والاختلالات الوظيفية العقلية، أو اختلالات في مكنيزمات الدفاع

وإشباع الحاجات وسوء التوافق، كما تشمل أحداث الحياة الرئيسية مثل وفاة شخص عزيز.

٣- **الضغوط الدراسية:** ويندرج تحتها المناهج التعليمية، والمعلمون، والاختبارات والنظام المدرسي، والعقوبات والزملاء، وكثافة الطلاب، واكتظاظ الفصول، والنشاط المدرسي، والواجبات والأعمال المنزلية، وتوقعات الأهل، والإخفاق الدراسي.

٤- **الضغوط الأسرية:** يندرج تحتها المعاملة الوالدية، حيث إن الضغوط الأسرية تشكل بعواملها التربوية ضغطاً على اليافعين، فمعظم الأسر يحكمها سلوك تربوي متعلم، ينتج منه التزام، وإلا اختل تكوين الأسرة في رأيهم، وتندرج هنا أيضاً المشاحنات مع الوالدين، والغيرة من الإخوة، والرغبة في الانفصال عن الآباء، وتنتج الضغوط هنا من أسباب متعددة داخل الأسرة مثل مرض أحد أفراد الأسرة أو غياب أحد الوالدين عن الأسرة، أو الطلاق.

٥- **الضغوط الصحية:** كالأزمات العضوية أو التغيرات الفيزيولوجية التي تحدث للفرد، وتسبب له إعاقة في الوصول إلى الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها إما على نحو دائم، وإما مؤقتاً كالإعاقات الجسمية، أو العمليات الجراحية، أو الصداع، أو ارتفاع معدل ضربات القلب، أو أعراض الدورة الدموية.

ولا بد من الإشارة إلى أن مصادر الضغوط النفسية لدى اليافعين بكافة أشكالها (الاجتماعية - الشخصية - الدراسية - الأسرية - الصحية) تزايدت بشكل ملحوظ خلال الفترة الحالية في ظل الظروف الصعبة التي مر بها المجتمع السوري، حيث أن الأزمة الحالية تركت آثاراً واضحة عديدة منها تغير مكان السكن - الانتقال إلى مدرسة أخرى - تغير أو غياب الأصدقاء - الجيران - الأقارب، شكل العلاقة مع الوالدين الذين هم بدورهم يتعرضون لضغوط مختلفة تؤثر بالتالي على علاقة الوالدين مع الأبناء حيث تصبح العلاقة متوترة ومشوشة، وهذا من شأنه أن يزيد من حدة الضغوط التي تتعرض لها فئة اليافعين.

## يتضح مما سبق ما يلي:

- إن مصادر الضغوط كثيرة ومتنوعة، تشمل كل مجالات الحياة وأحداثها، وهي ظاهرة من الظواهر الإنسانية المعقدة التي تتجلى في مضامين بيولوجية ونفسية واقتصادية واجتماعية.
- إن الوقائع الحياتية على اختلافها تكتسب معناها في إدراك الفرد لنواتجها، لأنها تحدث على مستوى ذات الفرد.
- إن الأحداث الطبيعية والاجتماعية لا تمثل ضغوطاً في ذاتها، وإنما هي تصبح ضغوطاً عندما تمنع الفرد من تحقيق هدف يسعى إلى تحقيقه أو معنى يحاول أن يتمثله، وتكون الضغوط هنا هي الشعور بالوطأة والانسغاط الناتج من وجود مواضيع بيئية تمنع الفرد من تحقيق أهدافه، ويكون معناها أيضاً المطالب التي تفوق أو تتجاوز قدرة الشخص على تحملها أو مواجهتها.

إن الضغوط لا تنشأ من بنية المجتمع والوظيفة التي تؤديها هذه البنية، ولا تكون نشأتها من عوامل مجتمعية وتواصل وحيوية ثقافية وحضارية وسياسية واقتصادية مهنية فقط، وإنما تنشأ أيضاً من عوامل فردية ذاتية، وتكون إما جسمية وإما نفسية، وإما عقلية.

تتنوع الضغوط التي يتعرض لها الفرد وتتفاعل هذه الضغوط مع شخصية الفرد ومخططه المعرفى وخبراته السابقة وعمره وجنسه وظروفه العامة والخاصة ، وينتج عن هذه الضغوط بعد أن تتفاعل مع الفرد إستجابات مختلفة وقد تأخذ هذه الإستجابات أشكالاً ، حيث تتمثل فى التالى ( حدادى ، ٢٠٢٠ ص ٣٤ : ٣٥ ) :

## ١- الأعراض الفسيولوجية :-

- أ- العرق الزائد
- ب- إرتفاع ضغط الدم
- ت- تغيرات فى الهضم ، الغثيان ، القيء والاسهال
- ث- توتر عضلى على شكل رجفة وتقلصات
- ج- الإنهاك العصبى

## ٢- الأعراض الإنفعالية :-

- أ - الصدمة الإنفعالية
- ب - نوبات غضب شديدة
- ت - نوبات إكتئاب
- ث - الشعور بالقهر
- ج - فساد فى العادات والأحوال المقضية على الصحة والمظهر

## ٣- الأعراض المعرفية :-

- أ - الإختلاط فى التفكير
- ب - عدم القدرة على التركيز
- ت - الإنحراف عن الوضع السوى
- ث - الإنحطاط فى قوة الذاكرة
- ج - صعوبة فى إتخاذ القرارات

## ٤ - الأعراض السلوكية :-

- أ - تغيرات فى الشهية
- ب - الإفراط فى التدخين
- ت - القلق المتميز بحركات عصبية
- ث - قضم الأظافر

هناك نظرية تدعى " زملة التكيف العام "General Adaption Synndrom وهذه النظرية تقول أن هناك ثلاث إستجابات محتملة عندما يتعرض الانسان للضغوط هى كالتالى ( رمضان ، ٢٠١١ ، ص ١٣١):

- ١- إستجابة التحذير :- وهى الإستجابة الأولى لضغط ما وهى تتضمن إستجابة ( قاتل أو هرب ) ويستعد الجسم لفعل واحدة منهما مما يعمل على زيادة خفقان القلب والتنفس ويفرز الجسم الأدرينالين بكثرة بالإضافة إلى إستجابات فسيولوجية أخرى .

٢- **المقاومة والتكيف** :- إذا استمرت مسببات الضغوط لبعض الوقت فأنا نتعود عليه نوعاً ما ولكن تستمر أعراضه على الجسم .

٣- **الأرهاق** :- وأخيراً يبدأ الضغط المستمر في إرهاق قدرة الجسم على التكيف ويصبح الجسم غير قادر على الإستجابة بكفاءة وعادة ما يصاب بالمرض الجسمي ، ويتضح أن جميع الأفراد يتعرضون للضغوط بشكل أو بآخر ولكنهم لا يتعرضون جميعاً لمخاطرها بنفس الدرجة وذلك لأن تأثير هذه الضغوط ومستوى تهديدها يختلف من فرد لآخر تبعاً لنمط الشخصيه وتبعاً لقدرات الفرد وخبراته وكيفية إدراكه للضغوط الواقعه عليه ، كما أن إستجابة الفرد للضغوط يعتمد على مداها قصيرة كانت أم طويلة ، وأن تأثير الضغوط يتوقف على مدى إستمرارها فإذا إستمرت لمدة قصيرة فأن الفرد سيتعامل معها دون أن تسبب له أى تأثيرات نفسية أو بدنية ، أما إذا إستمرت لمدة طويلة فإنها ستعرضه إلى مخاطر كبيرة تهدد صحته وتشعره بالألم وعدم الأرتياح ، أن إستجابة الأفراد للضغوط تكون على ثلاث أنواع هى كالتالى : ( السلطاني ، ٢٠٢١ ، ص ٨٧ : ٨٨ ) :

- ١ - **الإستجابة الفعالة** : وتؤدى هذه الاستجابة إلى تغير أو تعديل هذه الضغوط للوصول إلى درجة التوافق التى تشعره بالراحة .
  - ٢ - **الإستجابة المعرفية أو السلوكية** :- وفيها يتميز تصرف الفرد باللامبالاة والإكتئاب .
  - ٣ - **الإستجابة التجنبية** :- وفيها يبتعد الفرد عن مواجهة الضغوط أى الإنسحاب .
- وخدمة الفرد كطريقة من طرق الخدمة الاجتماعية تهتم بمشكلات الأفراد ومعاناتهم نتيجة لتعرضهم للضغوط المجتمعية التى تؤثر سلبيا على كيانهم المجتمعى ، وأدائهم لوظائفهم الاجتماعية المختلفة ومع تزايد هذه المشكلات وتعقيدها ، ومن هنا تبرز أهمية الخدمة الاجتماعية المدرسية بصفة عامة وخدمة الفرد بصفة خاصة فى المجال المدرسى

ويعتبر نموذج الحياة The Life Model أحد نماذج الممارسة العامة فى الخدمة الاجتماعية حيث يعتمد على المنظور الأيكولوجى الذى يركز على العلاقة بين الإنسان وبيئته ، ويركز على المشكلات التى يواجهها نسق العمل 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 العمل 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 الاعتماد على تكتيك علاجى معين فهو يستفيد من معطيات النظريات البيئية كنظرية الأنساق البيئية ( Payne , 1997 , p 11 ) . ويرى نموذج الحياة أن العملاء يمكنهم التكيف بأستمرار من خلال التعامل مع العديد من الجوانب المختلفة لبيئاتهم وكلاهما يؤثر فى الآخر ، ومن ثم فأى خلل يواجهه 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 الاجتماعية 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 وبيئته ، والمشكلات التى يتعرض لها العميل فى حياة نتيجة تعرضه لضغوط مختلفة . ودراسة ( محمد ، ٢٠٠٧ ) التى أثبتت فاعلية نموذج الحياة فى التخفيف من حدة الضغوط النفسية ، الأقتصادية ، 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 إلى فاعلية نموذج الحياة فى التخفيف من حدة الضغوط النفسية والاجتماعية والاقتصادية التى تعانى منها زوجات المسجونين ومساعدتهم على تحمل المسؤولية والتأقلم مع الوضع الحالى .

كما أشارت دراسة ( محمد ، ٢٠١١ ) إلى الأثر الأيجابى الذى أحدثته 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 الاجتماعية كأبعاد أساسية للمساندة الاجتماعية .

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

وأشارت 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 الواحد والتمثلة 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 ، إقامة برامج ثقافية .

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

يوميّاً 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 عليه الدراسات التالية :-

حيث أوضحت دراسة ( collis 1992 ) أن الصلابة النفسية كانت حاجز مخففاً من تأثير الضغوط وبينت نتائج الدراسة أيضاً أن الذكور أكثر ميلاً نحو الانحراف الاجتماعى والتمرد والكتب من الإناث وتكونت هيئة الدراسة من (٢٢٣) من الشباب التي 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 ، والتي تؤثر سلباً على مستوى التحصيل الدراسى والقدرة على تحمل المسؤولية لدى طلاب المدارس، وذلك من خلال قدرة النموذج على مواجهة الضغوط الصحية والاجتماعية والأسرية والسلوكية التي تؤثر سلباً 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 ) طالباً يتراوح أعمارهم بين ( ١٣ - ١٨ ) عاماً .

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 الأكتئاب ، وقدرة النموذج على تخفيف الضغوط الاقتصادية لمريضات الأكتئاب .

وفى إطار 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 .

### ثانياً : أهمية الدراسة Study Importance :

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

٢- إمكانية الاعتماد على معطيات نموذج الحياة فى التخفيف من الضغوط الاجتماعية من خلال زيادة قدرتهم على حل المشكلات ومقاومة الضغوط وتحمل المسؤولية .

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

### ثالثاً: أهداف الدراسة Study Aims :

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

- ١- الوقوف على مستوى الضغوط الاجتماعية للفتيات بمدارس الفصل الواحد
- ٢- اختبار فعالية برنامج التدخل المهني بأستخدام نموذج الحياة فى خدمة الفرد للتخفيف من حدة الضغوط الاجتماعية لفتيات مدارس الفصل الواحد.
- ٣- التعرف على معدلات أنتشار الضغوط الاجتماعية 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 فإن المشكلات تسمى مشكلات فى الحياة ، وهى تخلق ضغوطاً وأعباءً 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، والاختصاصى الاجتماعى الذى يستخدم هذا الاسلوب يركز على المشكلات فى الحياة وهى التحولات فى الحياة والتفاعلات بين الافراد والمعوقات البيئية (السكرى ، ٢٠٠٠ ، ص ٣٥).

يعرف أيضاً بأنه أسلوب فى ممارسة الخدمة الاجتماعية ، يستخدم المنظور البيئى تعبيراً عن التركيز على المواجهة بين العميل والبيئة و الاختصاصى الاجتماعى ، ويركز أيضاً على المشكلات المتنوعة ، مثل ضغوط الحياة ، وصعوبات البيئة الاجتماعية(الميزر ، ٢٠٠٨ ، ص ٨٣ )

وهناك من يرى نموذج الحياة بأنه منهج متكامل للممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية مع الافراد والجماعات لاستثمار مناطق القوى وتقليل الضغوط البيئية واستعادة النمو الشخصى للعميل.( 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 والتغيرات فى المكانات والأدوار وما يتبعه من غموض الدور والتوقعات المرتبطة 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 التكيف والبعض الآخر لا يدركون الحاجة إلى التغيير ، فيحدث التوتر الذى يعوق عمليات المساعدة ويتضح فى سلوكيات الانسحاب ، الاختلاف الوظيفى ، إلقاء المسؤولية على الآخرين .
- **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 الاجتماعيين مساعدة العملاء على التكيف 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 العملاء على التعامل مع مواقف الحياة الضاغطة بطريقة أكثر كفاءة وفاعلية من خلال مساعدتهم على تغيير مفاهيمهم ومشاعرهم أو سلوكياتهم السلبية .
- ٦- تحسين التبادلات والتعاملات بين الفرد والبيئة حتى يتكيف ويتواءم كل منهما مع احتياجات ومطالب الآخر .

## ٢- مفهوم الضغوط الاجتماعية Life Stress :-

الجوانب الاجتماعية هي أساس التماسك الاجتماعى والتفاعل بين أفراد المجتمع . فمعايير المجتمع تحتم على الفرد الالتزام الكامل بها ، والخروج عنها يعد خروجاً عن العرف والتقاليد الاجتماعية فالضغوط الاجتماعية يكون لها تأثير على جوانب الانسان وقد توجد فى شكل ضعف العلاقات الاجتماعية مع الآخرين وحرمان أو إحباط ( الهادى ، ٢٠٠٥ ، ٤٤ ) .

وتعرف الضغوط الاجتماعية بأنها : هي أى مثيرات أو تغييرات فى البيئة الداخلية أو الخارجية بهذه الدرجة من الشدة والدوام بما يتقل القدرة التكيفية للفرد إلى حده الأقصى والتي فى ظروف معينه يمكن أن تؤدي إلى أختلال السلوم وعدم التكيف ( حسين ، ١٩٩٩ ، ٦٠ )

كما تعرف بأنها نوع من التأثيرات الذى يمارسه بعض أفراد المجتمع على أقرانهم فيؤدى إلى الفاعلية فى تكوين معتقدات هؤلاء وتعين طبيعه قيمهم ( أبو مصلح ، ٢٠١٠ ، ٣٠٩ ) .

## وتعرف الضغوط الاجتماعية أجرائياً فى هذه الدراسة بأنها :

- ١- مجموعه من المثيرات والمتغيرات المتكررة التى تحدث فى البيئة الداخلية أو البيئة الخارجية بدرجات نسبيه لفتيات مدارس الفصل الواحد ز
- ٢- تؤدي إلى إختلال فى السلوك وعدم التوافق البيئى
- ٣- كما تؤدي إلى خلل فى الجوانب الاجتماعية والنفسية على مستوى الانساق  
المتعددة ( الفرد - الجماعة - المجتمع )

### ٣- مفهوم مدارس الفصل الواحد One class schools :

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

كما تعرف بانها : مدرسة ذات فصل واحد تعمل بمحاذاة المدرسة الابتدائية ، تضم فتيات فانتهن فرصة التعليم ومازلن فى سن الألبام أو متسربات من التعليم وتضم صفوف دراسية مختلفة فى مكان واحد وتقوم بالتدريس فيها معلمات فقط (بهجت ، ٢٠١٢ ، 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 ارتباطها بالدولة فلسفة الحكم التى تسود الدولة (الراوى ، ٢٠٠٠ ، ص ٢٣٠).

وقد سمح لخريجى هذه المدارس بمواصلة الدراسة بالمرحلة الاعدادية والثانوية ، وتم رفع سن القبول لهن حتى سن (١٨) سنة للمرحلة الاعدادية و (٢٠) سنة للمرحلة الثانوية تمكينا لهن من الاستمرار ، وتمتاز هذه المدارس بتوفير بيئة تعليمية مرنة تناسب ظروف المجتمع وأحتياجات الدارسات ، وإمداد الدارسات 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 لأحتياجات التعليمية لهؤلاء الفتيات (أحمد ، هبه الصباحى ، ٢٠٠١ ، ص ٤٦).

خامسا : فروض الدراسة :

الفرض الرئيسى :

تسعى الدراسة إلى التحقق من الفرض الرئيسى التالى :

" ممارسة نموذج الحياة فى خدمة الفرد مع فتيات الواحد يؤدي إلى تخفيف حدة  
الضغوط الاجتماعية عندهن "

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

١- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس القبلى

للمجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس الضغوط الاجتماعية.

٢- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلى والبعدى

للمجموعة التجريبية لمقياس الضغوط الاجتماعية لفتيات مدارس الفصل

الواحد لصالح القياس البعدى .

٣- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلى والبعدى

لحالات المجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس الضغوط الاجتماعية

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 المهني

بأستخدام نموذج الحياة فى خدمة الفرد ) على متغير آخر تابع وهو ( الضغوط

الأجتماعية لدى فتيات مدارس الفصل الواحد ) .

٢- المنهج المستخدم : المنهج التجريبي باستخدام تصميم الحالة الفردية ( أ ب )

لتقييم نتائج التدخل المهني على المشكلة المستهدفة للعميل ، ويتم أرجاع النتيجة الى

المتغير التجريبي . ويتم ذلك من خلال مرحلتين المرحلة الاولى وهى مرحلة خط

الأساس ( أ ) ، ويتتم من خلال قياس الضغوط الحياتية لفتيات مدارس الفصل

الواحد دون تدخل من قبل الدارسة . أما المرحلة الثانية وهى مرحلة التدخل المهني

فتبدأ بعد مرحلة خط الأساس. ويتضمن هذا التصميم تقديم التدخل المهني لمرحلة

واحدة فقط مرحلة (ب) حيث يوضح التغيير فى الضغوط الحياتية والمرتبطة بعملية التدخل المهنى .

**أدوات الدراسة : تعتمد الدراسة على الأداة التالية :**

١- مقياس الضغوط الاجتماعية لفتيات مدارس الفصل الواحد .

**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 الاجتماعية.

**سابعاً : برنامج التدخل المهنى : -**

**أولاً : الأسس التى يركز 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 وتفسيره وتحليله .

ثانياً : أهداف التدخل المهنى :

يتحدد الهدف العام لبرنامج التدخل المهنى فى إستخدام نموذج الحياة فى خدمة

الفرد للتخفيف من الضغوط التى تعانى منها فتيات مدارس الفصل الواحد ، ويمكن

تحقيق الهدف العام من خلال تحقيق الأهداف الفرعية التالية :

١- العمل على تخفيف الضغوط الاجتماعية لفتيات مدارس الفصل الواحد .

٢- العمل على تخفيف الضغوط النفسية لفتيات مدارس الفصل الواحد .

٣- العمل على تخفيف الضغوط الاقتصادية لفتيات 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 أتحاذاها وأدوار كل من الدارسة والأطفال ، وفترة التدخل المهنى .

٢- إكتشاف نوعية الضغوط : فى هذه 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 بالأنفاق الشفهى مع فتيات مدارس الفصل الواحد وتم تحديد أهم الضغوط التى تواجههم والمهام التى سوف سنقوم بها وعدد المقابلات التى سوف تتعقد 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 المسؤولية وزيادة الشعور بالرضا عن ذاته والتوافق مع التغيرات المختلفة المصاحبة لتحولات الحياة ، بالإضافة لتعديل البيئة الاجتماعية لهؤلاء الفتيات من خلال إزالة المعوقات والضغوط البيئية ومساعدة الطفل على التوافق والتكيف وتحسين العلاقات داخل المدرسة ، وذلك من خلال تخفيف الضغوط الحياتية لديهم ، وذلك بتطبيق أساليب واستراتيجيات وأدوار وأدوات نموذج الحياة .

٣- مرحلة الإنهاء : 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 التي حدثت ومدى فاعلية برنامج التدخل المهني بأستخدام نموذج الحياة .

رابعاً : الأساليب العلاجية :

- (أ) العلاقة المهنية .
- (ب) الإفرغ الوجداني .
- (ج) الأتصال .
- (د) التوضيح .
- (هـ) لعب الدور .
- (و) التذعيم .
- (ى) الأستكشاف .
- (ز) الأقتناع .
- (ل) التبصير .
- (م) التوجيه الذاتى .

خامساً : التكنيكات المستخدمة فى التدخل المهني :

- ١- دعم تقدير الذات : من خلال تذعيم ثقة الفتيات بنفسهم وتغيير نظرة الاطفال المتدنية لأنفسهم وتعزيز كل سلوك أيجابي للفتاه تجاه نفسها وتجاه الآخرين .
- 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 الأتصال : ويتم ذلك بين الفتيات وزملائهم .
- ٦- الإفرغ الوجداني : من خلال تشجيع الفتيات على التعبير عما يجيش بصرهم من مشاعر وخبرات وتجارب سلبية تؤثر عليه ومساعدتهم علي كيفية التخلص منها مستقبلاً.

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 اللازمة 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 الاجتماعى بتسهيل حصول الفتيات على الموارد والخدمات المتنوعة داخل وخارج المؤسسة .

سابعاً : مهارات برنامج التدخل المهنى :

المهارة فى الأستماع والأنصات للفتيات ، والمهارة فى إقامة العلاقة المهنية ،  
والمهارة فى بناء وفتح قنوات اتصال 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 ، إدارة الوقت ) .

نتائج الدراسة :

الفرض الرئيسى: 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 يسمى  
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 الاجتماعية لطلاب لطالبات الفصل الواحد

مستوي الدلالة	قيمة z	متوسط الرتب		مجموع الرتب		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	القياسات
		السالبة	الموجبة	السالبة	الموجبة				
دالة عند ٠,٠١	٢,٨٠٣	٠	٥,٥٠	٠	٥٥	١٠,٥٧	٧٧,٥٠	١٠	القياس القبلي
						٩,٢٨	١٠٦,٨٠	١٠	القياس البعدي

يتبين من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية 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. إبراهيم، محمد على.(٢٠١٧). تقويم برنامج التعليم المجتمعى بمدارس الفصل الواحد لمواجهة التسرب الدراسى ، رسالة دكتوراة ، جامعة حلوان ، كلية الخدمة الاجتماعية ، قسم تنظيم المجتمع .
٢. أبو العلا، محمد أحمد.(٢٠٠٤). تكامل الخدمات الاجتماعية لتنمية الفتاه الريفية فى مدار الفصل الواحد ( دراسة وصفية مطبقة على مركز الفيوم ) ، رسالة ماجستير ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة الفيوم ، قسم التنمية والتخطيط.
٣. أبو النصر، سميحة محمود.(٢٠٠١). مدارس الفصل الواحد لتعليم 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 ، العدد ٤ .
٥. الراوى، مسارع حسن.(٢٠٠٠). دراسات حول محو الامية وتعليم الكبار فى الوطن العربى ، المكتبة المصرية .
٦. السكرى، أحمد شفيق.(٢٠٠٠). قاموس الخدمة الاجتماعية والخدمات الاجتماعية ، الاسكندرية ، دار المعرفة الجامعية .
٧. السنهورى، أحمد محمد.(٢٠٠١). الممارسة العامة المتقدمة للخدمة الاجتماعية وتحديات القرن الحادى والعشرون ، القاهرة ، دار النهضة العربية.
٨. الصاوى، محمد وجية.(١٩٩٨). رؤية علاجية لظاهرة الرسوب والتسرب فى التعليم الأساسى ، الندوة القومية حول الرسوب فى التعليم الأساسى والتسرب فيه ، 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

- الاجتماعية والعلوم الانسانية ، عدد ٢٤ ، ج ١ ، كلية الخدمة 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 وألستراتيجية ، القاهرة .
- ١٢.حامد ، أحمد . ( ٢٠١٦ ) . فاعلية نموذج الحياة فى الخدمة الاجتماعية للأطفال  
مجهولى النسب بدور الرعاية لأجتماعية ، بحث منشور بمجلة الخدمة  
الاجتكاعية ، الجمعية المصرية للاخصائين الاجتماعيين القاهرة .
- ١٣.حجازى ، رضا السيد محمود . ( ٢٠٠٩ ) . مدارس التعليم المجتمعى وتمكين  
المجتمعات المحلية ، ( المؤتمر الدولى السابع ، التعليم فى مطلع الالفية  
الثالثة : الجودة - الاتاحة - التعليم مدى الحياة ) ، جامعة القاهرة ، معهد  
الدراسات التربوية .
- ١٤.حسانين ، أحمد محمد ( ٢٠٠٠ ) . العلاقة بين قلق المستقبل وقلق 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 ، ج ١ .
- ١٧.زيدان ، على حسين وآخرون . ( ٢٠٠٢ ) . النظريات الحديثة فى خدمة الفرد ،  
القاهرة ، جامعه حلوان ، كلية الخدمة الاجتماعية .

١٨. سعد، على. (٢٠١٧). أستخدم نموذج الحياة من منظور الممارسة العامة فى الخدمة الاجتماعية لتحسين نوعية الحياة للاطفال المعاقين القابلين للتعلم ، مجلة الخدمة الاجتماعية المجتمعية للاخصائيين الاجتماعيين ، ٥٧٤ ، ج ٢ ، 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 الزوجية لدى الرجل العقيم ، مجلة الخدمة الاجتماعية ، ع ٢٨ ، ج ٢.
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 الفرد لتنمية المسؤولية الاجتماعية لدى أطفال الشوارع ، بحوث المؤتمرات ، المؤتمر العلمى الدولى العشرون للخدمة الاجتماعية ، مج ١ مارس ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان .
٢٣. عبيد ، ماجد بهاء الدين . ( ٢٠٠٨ ) . الضغط النفسى ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية . عمان . دار صنعاء للنشر والتوزيع .
٢٤. عزام، عوض. (٢٠٠٨). فعالية نموذج الحياة فى تخفيف حدة الضغوط التى تعاني منها زوجات المسجونين ، مجلة الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية ، جامعة حلوان ، ٢٥٤ ، ج ٢.
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 أأفأدة 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 الأجماعية والعلوم الأنسانية ، ع ٣١ ، ج ١٢ ، كلية الخدمة الأجماعية ، 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 الآداب جامعة الملك سعود ، بحوث ومقالات ، مجلة دراسات فى الخدمة الأجماعية ، جامعة حلوان ،
٣٠. ناجى، محمود وآخرون .(٢٠٠٥). خدمة الفرد عمليات مهنية وتطبيقات نوعية ، القاهرة ، مؤسسة الكوثر للطباعة ،
٣١. هانى، أيمن 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 ١٧/١٠/١٩٩٣ 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 clara , 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 n17 ,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.