

## أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالسعادة لدى الراشدين

### المصابين بالتلعثم

هبة أبو الحمد علي آدم (\*)

قد يكون البحث عن السعادة من إحدى الإشكاليات الوجودية، التي طرأت على أذهان البشر منذ بدء الخليقة؛ إذ اختلف في مفهومها ومسبباتها الفلاسفة والعلماء، فمنهم من يراها تكمن في اللذات الحسية وإشباعها، ومنهم من يرى مسبباتها تكمن في التفكير والوعي العقلي، ومنهم من يجدها مزيجاً بين الحسي والفكري معاً. ويُظهر التراث النظري كثيراً من محاولات علماء النفس تحديد ما السعادة؛ فمنهم من ذهب إلى أنها حالة انفعالية فقط متمثلة في الشعور بالفرح والبهجة والرضا (VandenBos, 2015)، ومنهم من ذهب إلى أنها حالة انفعالية وعقلية معاً، فهي ليست شعوراً مؤقتاً بالرضا أو اعتدال المزاج فقط، وإنما أيضاً الإدراك والشعور المستمر بالرضا والراحة النفسية (مايكل أرجايل، ١٩٩٣).

كما اهتم العلماء والباحثون أيضاً بدراسة العوامل التي لها ارتباط بتدني شعور الأفراد بهذه المشاعر الإيجابية، واعتبر بعضهم أن هذه العوامل هي أحد أبعاد السعادة المتمثلة في غياب المعاناة النفسية، وذلك من خلال دراسة العلاقة العكسية بين المعاناة النفسية ومسبباتها والشعور بالرضا الشامل (سيد البهاص، ٢٠٠٩)، ومن أهم هذه العوامل الضغوط، ويُعد اضطراب التلعثم أحد الأوجه المسببة للضغوط، خاصة لدى الراشدين المُصابين بالتلعثم، حيث وجود صعوبات في نمو مهارات التواصل اللفظي نمواً سوياً لديهم، قد يؤدي إلى إعاقة النمو والتوافق النفسي والاجتماعي للمتلعثم بوجه عام (إيناس عبد الفتاح، ١٩٨٨).

فالتلعثم هو "اضطراب ارتقائي في طلاقة الكلام، يظهر من خلال التوقف أو التكرار أو إطالة بعض الأصوات أو المقاطع أو الجمل لا إرادياً في أثناء الكلام، وعادة ما يصاحب ذلك حالة من المُعاناة والمُجاهدة"، وبالرغم من أن نسبة انتشار التلعثم لا تتجاوز ١% بين أفراد المجتمع، فهو اضطراب يظهر بشكل كبير في مرحلة الطفولة في سن ٢ إلى ٣ سنوات، لكن أكثر من ٧٥% من هؤلاء الأطفال يتعافون بشكل طبيعي خلال عدة أشهر من ظهور الاضطراب، ويصبح لديهم طلاقة طبيعية في الكلام، وفي حالة استمرار الاضطراب لديهم لمدة تتجاوز السنتين منذ بداية ظهوره، يكون التعافي الطبيعي وبدون تدخل تأهيلي أقل حدوثاً، وخاصة إذا استمر الاضطراب مع الطفل حتى سن السابعة (Kent, 2014).

(\*) هذا البحث مستل من رسالة الماجستير الخاصة بالباحثة، وهي بعنوان: [الذكاء الوجداني كمتغير مُعدّل في العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والسعادة لدى الراشدين المُصابين بالتلعثم]، وتحت إشراف أ.د. بانسيه مصطفى حسان - كلية الآداب - جامعة سوهاج & أ.م. د. أحمد محمود موسى - كلية الآداب - جامعة سوهاج.

بالتالي، نتيجة استمرار هذا الاضطراب في طلاقة الكلام مع الطفل حتى سن الرشد دون التعافي منه، يجعل من الأحداث الحياتية التي يتعرضون لها، أحداث مسببة للضغط بشكل أكبر، حيث أن التلعثم لا يغير إدراك الأحداث الحياتية على أنها ضاغطة، إنما يجعل الحدث الضاغط أقوى تأثيرًا لديه مقارنة بغير المُصابين بالتلعثم (Figliomeni, 2015).

كما تتضح الفروق بين المُصابين بالتلعثم، وغير المُصابين بالتلعثم في إدراك الأحداث بأنها أكثر ضغطًا من خلال النظر في العوامل المسببة للأحداث الضاغطة، والتي تنقسم إلى عوامل داخلية ترتبط بقدرات الشخص النفسية والمعرفية، وعوامل خارجية ترتبط بالبيئة والعوامل الديموجرافية (محمد بلقاسم، حاج شتوان، ٢٠١٦)؛ فالتلعثم يرتبط بشكل سلبي بكل من هذه العوامل، وخاصة العوامل الداخلية، ويدعم ذلك نتائج عدد من الدراسات التي أجريت على المراهقين والراشدين المُصابين بالتلعثم، والتي توصلت إلى أن اضطرابهم يرتبط سلبًا بالشعور بالقلق، وعدم الاستقرار الانفعالي والثقة بالنفس، وتقدير الذات، والخجل (Dits, 2014)، وتخفض لديهم القدرة على التوافق والخوف من الفشل والانسحاب من العلاقات الاجتماعية، مقارنة بغير المتلعثمين (Klompas & Ross, 2004)، وبالإضافة إلى أن المُصابين بالتلعثم كونهم يعانون بشكل أكبر من العوامل السابقة، يجعلهم أكثر تأثرًا وشعورًا بالضغط نتيجة الأحداث الحياتية التي يتعرضون لها، فهم أيضًا أقل رضا عن حياتهم، حيث أن لديهم تقدير منخفض لجودة حياتهم بشكل عام، ومستوى أعلى من القلق والاكتئاب (Pietraszek, et al., 2017).

#### مشكلة الدراسة:

في ضوء ما سبق، فإن مشكلة الدراسة أمكن تحديدها في السؤال التالي:  
هل توجد علاقة ارتباطية بين أحداث الحياة الضاغطة والسعادة لدى عينة الدراسة؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى محاوله الفهم والكشف عن العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والسعادة لدى عينة الدراسة.  
أهمية الدراسة:

#### أولاً: الأهمية النظرية:

- إن أهمية الدراسة الحالية من الناحية النظرية ظهرت في عدة جوانب، هي:
- ١- يمكن لنتائج هذه الدراسة- عن العلاقة بين المتغيرات الحالية - إثراء المكتبة العربية والأجنبية بمعلومات جديدة، خاصة في مجال دراسة هذه الفئة التي لم تحظ بالعناية والاهتمام لدى الباحثين.
  - ٢- تقديم مقياس للتراث النظري في المكتبة العربية؛ لقياس أحداث الحياة الضاغطة الناتجة عن التلعثم لدى الراشدين المُصابين بالتلعثم .

### ثانياً: الأهمية التطبيقية :

- ١- يمكن لنتائج الدراسة الحالية مساعدة الأخصائيين النفسيين القائمين على رعاية الراشدين المُصابين بالتلعثم في التعرف على الضغوط التي تواجههم نتيجة اضطرابهم.
- ٢- استخدام الأخصائيين النفسيين لنتائج مقياس أحداث الحياة الضاغطة الذي تقدمه الدراسة الحالية يساعدهم على التعرف إلى أكثر الأحداث ضغطاً لدى المتلعثم؛ لوضع خطة للتدخل والتأهيل.

### مصطلحات الدراسة:

#### أولاً: أحداث الحياة الضاغطة<sup>١</sup>

عرفها "هولمز، وراهي" بأنها "الأحداث التي تتطلب إعادة التوافق، أي التغيير في نمط الفرد المعتاد للحياة، سواء أكانت هذه الأحداث إيجابية أم سلبية، وبالتالي تسهم في حدوث الضغوط بأشكال مختلفة لدى الأفراد (Holmes & Rahe, 1967, 241).

أيضاً عرفت "زينب شقير" أحداث الحياة الضاغطة بأنها "الأحداث الخارجية والداخلية التي يتعرض لها الفرد في حياته، وينتج عنها ضعف قدرته على إحداث استجابة مناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية وفسولوجية تؤثر في جوانب الشخصية الأخرى (في: فاطمة الزهراء محمد، ٢٠١٣، ٧).

وعرفت الباحثة أحداث الحياة الضاغطة إجرائياً: بأنها "هي الأحداث أو المواقف الخارجية والداخلية التي يتعرض لها الفرد في حياته دون إرادته، وترتبط بتلعثمه، وتسبب له توتراً، أو صراعاً، أو تمثل له تهديداً، وتتطلب منه سرعة التوافق وإحداث استجابات مناسبة لها لتجنب الاضطرابات الانفعالية والفسولوجية، وهذه الأحداث قد تختلف في نوعها (إيجابيه أو سلبية) ومدة التعرض لها (مؤقتة أو دائمة)، ومصدرها (داخلية أو خارجية)، وتتمثل في الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس أحداث الحياة الضاغطة.

ثانياً: السعادة<sup>(٢)</sup>.

عرفها "مايكل أرجايل" بأنها "انعكاس لدرجة الرضا عن الحياة، أو بوصفها انعكاساً لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة، وشدة هذه الانفعالات (مايكل أرجايل، ١٩٩٣، ٥).

وانتهت الباحثة إلى تعريف السعادة إجرائياً: بأنها "هي درجة شعور الفرد بالبهجة والسرور والرضا عن ذاته والآخرين والحياة، وهي الدرجة التي يحصل عليها الفرد على قائمة أكسفورد للسعادة".

1-Stressful life events

(2) Happiness.

### ثالثاً: التلعثم<sup>(٣)</sup>

عرفته "موسوعة اضطرابات التواصل" بأنه "اضطراب يظهر لدى الأطفال في سن ما بين سنتين إلى أربع سنوات، وهو اضطراب في التواصل، ومن مظاهره المميزة: التكرار، والإطالة للأصوات والكلمات (Kent, 2004, 333).

أما الدليل التشخيصي والإحصائي للأمراض العقلية (الإصدار الخامس) حدد التلعثم ومحكات تشخيصية؛ بأنه "أحد اضطرابات التواصل التي تظهر في مرحلة الطفولة، وهو اضطرابات في الطلاقة الطبيعية، وتوقيت الكلام بشكل لا يتناسب مع عمر الفرد، ومهاراته اللغوية، ويستمر مع مرور الوقت، ويؤدي إلى القلق من التحدث، أو قيود في التواصل الفعال، والمشاركة الاجتماعية، أو الأداء الأكاديمي أو المهني، سواء بشكل فردي أو في أي مجموعة، كما أنه لا يُعزى إلى مشكلات بجهاز الكلام أو عجز حسي، ولا بسبب عطب عصبي (مثل السكتة الدماغية، والأورام، والرضوض) أو حالة طبية أخرى American Psychiatric Association, 2015, 45-46).

وانتهت الباحثة إلى تعريف التلعثم إجرائياً بأنه "اضطراب ارتقائي في طلاقة الكلام، يظهر من خلال التكرار أو الإطالة أو التوقف لبعض الأصوات أو المقاطع أو الجمل لا إرادياً في أثناء الكلام، وعادة ما يصاحب ذلك حالة من المُعاناة والمُجاهدة، ويتم تشخيصه من قِبل طبيب التخاطب".

### الأطر النظرية المفسرة لمفاهيم الدراسة

#### أولاً: أحداث الحياة الضاغطة.

فيما يأتي عرض للعوامل التي قد تكون سبباً في جعل الأحداث الحياتية التي يواجهها الفرد أحداثاً ضاغطة:

#### (١) العوامل المسببة لأحداث الحياة الضاغطة :

يمكن تحديد العوامل المسببة للحدث الضاغط إلى عوامل خارجية خاصة بالبيئة التي يعيش بها الفرد، وعوامل داخلية خاصة بالفرد نفسه، وبطريقة تعامله مع الأحداث الحياتية التي يتعرض لها، حيث إن طبيعة استجاباته وشخصيته وأساليب تفكيره، تحدد إدراكه للأحداث بأنها ضاغطة أو غير ضاغطة.:

- أ- **عوامل داخلية:** تتمثل في: عدم القدرة على التفاعل الاجتماعي، وانخفاض الطموح، وضعف المهارات الاجتماعية، والضغط الانفعالية، وعدم القدرة على المواجهة، والضغط الصحية والأمراض المزمنة، وفقدان الأمن، والشعور بالخوف، والخجل.
- ب- **عوامل خارجية:** تتمثل في: المستوى الاجتماعي، والتعليمي، والاقتصادي للفرد (محمد بلقاسم، حاج شتوان، ٢٠١٦)

(3) Stuttering

وفيما يلي عرض لبعض التصنيفات التي حددها الباحثون لأنواع أحداث الحياة الضاغطة

## (٢) أنواع أحداث الحياة الضاغطة :

يمكن تصنيف أحداث الحياة الضاغطة وفقاً لعدة محكات، يمكن إجمالها فيما يأتي:

- ١- من حيث مدة التعرض لها: أحداث حياة ضاغطة (مؤقتة / مزمنة).
- ٢- من حيث الشدة: أحداث حياة ضاغطة (عادية/ حادة / شاذة).
- ٣- من حيث الأثر: أحداث حياة ضاغطة (إيجابية / سلبية).
- ٤- من حيث المصدر: أحداث حياة ضاغطة (مفاجئة/ شخصية / اجتماعية / بيئية).

كما يظهر مدى تداخل هذه المحكات معاً، وصعوبة التعامل مع أي منها تعاملاً مستقلاً، فالحدث الواحد يمكن تصنيفه وفقاً لأكثر من محك في الوقت ذاته.

فيما يلي عرض لأنواع أحداث الحياة الضاغطة التي قد يتعرض لها الراشدين المُصابين بالتلعثم - عينة البحث الحالي- والتي ترتبط باضطرابهم:

- ١- الأحداث الاجتماعية الضاغطة: هي الأحداث التي يتعرضون لها في علاقاتهم الاجتماعية، كالتعامل مع الزملاء، أو الأصدقاء، أو التعامل المباشر مع الآخرين في المحيط الاجتماعي لهم.
- ٢- الأحداث الدراسية أو الأكاديمية الضاغطة : وهي الأحداث التي يتعرضون لها في البيئة المدرسية، مثل التفاعل مع الزملاء، والمعلمين من خلال الأنشطة التفاعلية بالمدرسة، أو من خلال الاختبارات الدراسية، خاصة الاختبارات الشفوية.
- ٣- الأحداث الأسرية الضاغطة : وهي الأحداث التي يتعرضون لها في أثناء وجودهم مع الأسرة وتفاعلهم مع الوالدين والإخوة، وتعد الاتجاهات الوالدية من العوامل المرتبطة بإدراك الفرد للأحداث من حوله على أنها ضاغطة أم لا.
- ٤- الأحداث الشخصية الضاغطة : هي الأحداث التي يتعرضون لها في حياتهم عامة، أو الأحداث اليومية التي يمرون بها، ويتم إدراكها على أنها أحداث ضاغطة نتيجة عوامل شخصية وانفعالية.

## (٣) النظريات المفسرة للضغوط.

بانتهاج العرض لمسببات أحداث الحياة الضاغطة وأنواعها، توضح الباحثة، فيما يلي عرضاً لأهم الاتجاهات والنظريات المفسرة للضغوط، التي انقسم العلماء والباحثون في مجال دراستها وتفسيرها إلى ثلاثة اتجاهات مختلفة، هي:

**الاتجاه الأول:** يتعلق بطبيعة المثبرات التي يتعرض لها الفرد من مواقف أو أحداث خارجيه، تمثل تهديداً أو احتياجاً، فينظر إلى الضغوط على أنها مثبرات.

**الاتجاه الثاني:** يتعلق بطبيعة الاستجابة، حيث يشير إلى الضغوط باعتبارها استجابة الفرد للمثيرات البيئية التي تهدده.

**الاتجاه الثالث:** يتعلق بالنموذج التفاعلي<sup>(4)</sup> وهو النظر إلى الضغوط من خلال طبيعة التفاعل بين الفرد والحدث (آمال عبدالحليم، ٢٠٠٦)، وهو يعد أقرب هذه الاتجاهات لتفسير طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة الحالية؛ لأنه لا يمكن النظر إلى الضغوط ودراستها من حيث التركيز على المثيرات الخارجية أو الداخلية فقط، أو التركيز على الاستجابة لهذه ضغوط أو المثيرات فقط، وإنما بالنظر إلى العلاقة التفاعلية بين الفرد والبيئة والأحداث الحياتية التي قد تكون مسببة للضغوط، ومن أهم نظريات هذا الاتجاه:

### **نظرية "لازاروس" للتقدير المعرفي:**

يرى "لازاروس" أن العلاقة بين الفرد والبيئة علاقة دينامية، حيث يقوم الفرد بتقييم الأحداث والمواقف الحياتية على أنها تمثل ضغطاً عندما تتجاوز حدود قدراته، وتتعرض سعادته ورفاهيته للخطر، كما يفترض أن الضغوط عملية نشطة تتكون من سوابق سببية، وعمليات وسيطة، وتأثيرات. **والسوابق السببية** هنا هي المثيرات الضاغطة التي يتعرض لها وهي نوعان: مثيرات شخصية، مثل: الالتزامات، ومثيرات بيئية، مثل: العادات والتقاليد، والقيود الثقافية، **والعمليات الوسيطة** هي تقييم القدرات والإمكانات لمواجهة المثيرات الضاغطة، **والتأثيرات** هي نتيجة المرحلتين السابقتين، وهي إما تأثيرات مباشرة مثل التغيرات الفزيولوجية، أو تأثيرات طويلة الأمد مثل التغيرات التي تتعلق بسعادة الفرد ورفاهيته النفسية وعلاقاته الاجتماعية (Schwarzer & Schulz., 2003).

وبناءً على ذلك قدم "لازاروس" نظرية (التقدير المعرفي) في تفسير الضغوط، و قدم مفهومين أساسيين لنظريته، هما: **التقييم المعرفي** (وهو تقييم الفرد لأهمية الحدث بالنسبة لرفاهيته)، و**التوافق** (وهو جهود الفرد في التفكير والعمل على إدارة الموقف).

وأشار "لازاروس" إلى أن التقييم هو عامل رئيس لفهم الأحداث الخاصة بالضغوط، حيث تقييم الفرد للحدث هو ضروري لفهم الفروق الفردية في إدراك مدى حدث معين وشدته في بيئات متساوية لدى أفراد مختلفين، وتقييم الفرد للموقف الضاغط يعتمد على عدة عوامل، منها: العوامل الشخصية، والعوامل الخارجية الخاصة بالبيئة الاجتماعية، والعوامل المتصلة بالموقف نفسه، و قدم "لازاروس" ثلاثة أنواع من التقييمات:

١- **تقييم أولي:** وهو تقييم الفرد للموقف على أنه مهدد لسعادته أم لا، بناء على خصائصه الشخصية وقيمه وأهدافه.

(4) Transactional model

٢- **تقييم ثانوي:** وهو قيام الفرد بتقدير ما يمكنه القيام به وتقييمه؛ للتغلب على الموقف أو تحسين فرصه للاستفادة منه، وذلك عن طريق تقييم أساليب المواجهة المختلفة

٣- **إعادة التقييم:** هو يعتمد على ردود الفعل اللاحقة للمرحلتين السابقتين، وأحياناً يؤدي هذا إلى تغيير التقييم الأولى؛ حيث يرى الفرد الموقف على أنه فرصة لإثبات ذاته، وعلى ذلك يصبح الموقف خبرة ممتعة ومثيرة للاهتمام (De Villiers, 2003; Krohne, 2002).

بعد الانتهاء من عرض الجزء الخاص بأحداث الحياة الضاغطة، تعرض الباحثة فيما يلي بعض العناصر الخاصة بالسعادة من حيث مكوناتها، ومختلف الاتجاهات النظرية في تفسيرها.

### ثانياً: السعادة

#### (١) مكونات السعادة:

أشار "مايكل أرجايل" (١٩٩٣) أن للسعادة ثلاثة مكونات أساسية، هي: **التأثير الإيجابي**، وهو المكون المعرفي للسعادة، **والرضا**، **غياب الوجدان السلبي** أو **الضيق**.

وضح "كمال إبراهيم" (٢٠٠١) أيضاً أن للسعادة ثلاثة جوانب أساسية متداخلة ومتكاملة معاً، ولا يمكن الفصل بينها، هي: **جانب معرفي:** يظهر فيما يدركه الشخص من سعادة ورضا. **جانب وجداني:** يظهر فيما يشعر به الشخص من متعة، وسرور. **جانب نزوعي** (أو نفسي حركي): يظهر فيما يعبر به الشخص عن سعادته سواء بالكلام فيقول: "أنا سعيد أو راضٍ... إلخ)، أو بالحركات وتعبيرات الوجه مثل (الابتسام).

اتضح مما سبق، أنه على الرغم من اختلاف العلماء والباحثين في تحديد مكونات السعادة بدقة، فإنهم اتفقوا على أن الجانب المعرفي والجانب الانفعالي من مكونات السعادة الأساسية. فعند تقييم الفرد لمدى الرضا عن حياته التي يعيشها، يعتمد في تقييمه على سؤالين، هما: كيف نشعر في أغلب الأوقات؟، وما مدى حصولنا على ما نريد من الحياة؟ وتعد هذه التقييمات هي مكونات السعادة الأساسية، فالسؤال الأول يعبر عن المكون العاطفي، ويسمى اللذة، والثاني هو المكون المعرفي ويسمى الرضا (Michalos, 2014).

بعد توضيح إسهامات العلماء والباحثين المتعددة في تحديد مكونات السعادة، فيما يلي عرض للاتجاهات النظرية التي حاولت تفسير الشعور بالسعادة:

#### (٢) الاتجاهات والنظريات المُفسرة السعادة :

١- **النظرية الإنسانية:** يعد "ماسلو" و"كارل روجرز" أول من وضعوا النظرية الإنسانية؛ حيث اهتم "ماسلو" بالجوانب الإيجابية للشخصية، والحاجات الإنسانية وأهميتها، وأهمية إشباعها في تحقيق السعادة لدى الفرد. صنف "ماسلو" الحاجات في شكل هرمي، قاعدته الحاجات الفسيولوجية، ثم الحاجة إلى الأمن، ثم الحاجة

إلى الانتماء والحب، ثم الحاجة إلى التقدير، ثم الحاجة إلى تحقيق الذات، وأن الفرد لا يستطيع إشباع الحاجات الأعلى إلا بعد إشباعه الحاجات الأساسية. وتتوقف سعادة الفرد على إشباع الحاجة الملحة لديه؛ فالشخص الجائع سعادته في الحصول على الخبز أو الغذاء، وهناك أشخاص لا يحقق إشباع الحاجات الفسيولوجية لديهم سعادة، وإنما يهدفون إلى مستويات أعلى من الحاجات، ليحصلوا عليها؛ فيجدوا سعادتهم في الحب والانتماء والتقدير وتحقيق الذات، أو غيرها وفقاً لما يضعه لنفسه من أهداف، ويشعر الفرد بالإحباط والحزن عندما لا يستطيع إشباع حاجاته، بغض النظر عن نوع هذه الحاجات (في: سهير سالم، ٢٠٠١؛ نشوه كرم، ٢٠١٠).

## ٢- المنظور البيئي:

يرى مؤيدو هذا الاتجاه أن الشعور بالسعادة يقتضي توفير بيئة آمنة للطفل، وإذا لم تتوافر هذه البيئة فقد يسبب ذلك ظهور مشكلات سلوكية كالعدوان، أو الانطواء، وتكون معظم سلوكياته شديدة العدائية اتجاه نفسه والآخرين، وهذه السلوكيات ما هي إلا تعبيرات انفعالية سلبية نتيجة المعاناة والضغط (كريماني محمد، ١٩٩٥). ومع تقدم عمر الطفل يزداد محيطه الاجتماعي وتفاعله مع البيئة المحيطة، ويظهر ارتباط الشعور بالسعادة بأحداث الحياة الأساسية والمهمة في حياة الفرد، سواء كانت أحداث إيجابية أم سلبية، ويشير أصحاب هذا النموذج إلى أن مستوى شعور الفرد بالسعادة يمكن أن يتغير باختلاف مراحل العمرية، حيث إن السعادة تتأثر بأحداث الحياة وتقلباتها، سواء أكانت جيدة أم سيئة (أحمد عبد الخالق، وآخرون، ٢٠٠٣).

**الخلاصة،** يمكن القول بأنه لا يوجد اتجاه أو نظرية واحدة اتفق عليها جميع الباحثين والعلماء لتفسير السعادة، وفي الوقت نفسه لا يمكن تفسيرها من خلال أي من الاتجاهات أو النظريات السابقة، وإغفال باقي الاتجاهات، لذا يمكن القول بأن السعادة حالة شعورية مركبة، تحدث نتيجة التفاعل بين جميع العوامل النفسية والشخصية والاجتماعية، التي تم عرضها في الاتجاهات النظرية السابقة. وبعد الانتهاء من عرض النقاط الخاصة بمتغير السعادة، فيما يلي عرض لأنواع التلعثم وأهم النظريات المُفسرة له.

## ثالثاً: التلعثم.

### (١) أنواع التلعثم :

قدم العلماء والباحثون محاولات عديدة للتمييز بين أنواع التلعثم، وفيما يلي عرض لبعض هذه المحاولات:

يرى العلماء أن التلعثم يأخذ شكلين أساسيين من حيث شدة الأعراض المصاحبة، هما: **التلعثم الاهتزازي**<sup>(٥)</sup>: هو تكرارات لبعض المقاطع الصوتية، أو الكلمات التي غالباً ما تكون في بداية الجملة، بصورة لا إرادية، وقد ينطق



المُصاب كلمة في موقف معين بشكل طبيعي، في حين لا يستطيع ذلك في موقف آخر، ويكون العسر في ذلك بسبب تشنج في عضلات جهاز النطق عند محاولة الكلام، في المواقف الصعبة، مثل التحدث أمام الغرباء (صادق يوسف، ٢٠١٣) **التلعثم التشنجي**<sup>(٦)</sup>: هو أكثر شدة من التلعثم الاهتزازي، ومن أعراضة التوقف اللاإرادي والمفاجئ عن الكلام، مما يؤدي إلى حبسة في الكلام قد تطول أو تقصر، وغالبًا ما يحدث هذا التوقف عند قيام المُصاب بالإجابة عن الأسئلة بحيث يُعتقد أنه لم يفهم السؤال أو يرفض الإجابة رفضًا نهائيًا، لذا يُسمى أيضًا بالتلعثم الكفي<sup>(٧)</sup> (عفرأ سعيد، ٢٠٠٠).

كما يُصنف التلعثم من حيث الشدة أيضًا، إلى:

**تلعثم بسيط**: يمثل أقل من ١-٢% من الكلام، مع توتر بسيط، وعدم وجود حركات جسمية مصاحبة، و**تلعثم متوسط**: يمثل ٥-٨% من الكلام، مع ظهور توتر واضح، وحركات مصاحبة بالوجه والجسم أحيانًا، و**تلعثم شديد**: يمثل ١٢-٢٥% من الكلام، مع وجود توتر، وحركات جسمية مصاحبة واضحة، و**تلعثم شديد جدًا**: يمثل ٢٥% فأكثر من الكلام، ويصاحبه توتر، وحركات بالجسم والوجه واضحة جدًا (فاطمة الزهراء محمد، ٢٠١٣).

## (٢) النظريات المُفسرة للتلعثم:

يمكن تصنيف الأسباب والنظريات الأكثر شيوعًا المُفسرة لظهور التلعثم

إلى:

### (أ) النظريات السلوكية.

ومنها نظرية الصراع.

#### \*نظرية الصراع:

ترى هذه النظرية أن التلعثم يحدث نتيجة للصراع بين رغبتين متعارضتين هما: الكلام ونقيضه الصمت، وأن صراع (التواصل/ أو التجنب) هو أساس الاضطراب فالمُصاب بالتلعثم دائمًا في صراع بين رغبته في الكلام تحقيقًا للتواصل مع البيئة الاجتماعية من حوله، وبين رغبته في التجنب خوفًا وقلقًا من الكلام، وهذا الخوف والقلق موجود مسبقًا من التجارب السلبية السابقة مع التلعثم، مما يعني أن كلاً من الكلام أو التجنب يمثل خبرة للمتلعثم، إما إيجابية أو سلبية (Ambrose, 2004). فإذا تبنى الكلام وتحقق التواصل والتفاعل اللفظي – وبالتالي حدوث التلعثم – مما يؤدي إلى شعوره بالمعاناة نتيجة الخجل والذنب، بينما إذا تخطى المُصاب عن التواصل وتبنى التجنب، فهو بذلك يتجنب أيضًا المعاناه من الاحباط والذنب بشكل مؤقت، ولكن مع استمرار تجنب التواصل يؤدي إلى الشعور بالقلق والاحباط، أي أنه وفقًا ووفقًا للنظرية الشرطية فإن الصمت

(٢) Tonic Stuttering

(3) Inhibition Stammering

يصبح بمنزلة إشارة تعمل على استثارة القلق لدى المتلعثم (سهير محمود، ٢٠٠٠).

### (ب) النظريات الاجتماعية / البيئية : \*نموذج (الحاجات/ القدرات)<sup>(٨)</sup>:

قدم " ستاركويزر " Starkweather " هذا النموذج في محاولة منه لوضع إطار لفهم التلعثم، من خلال تحديد كل من العوامل البيئية (الخارجية)، والعوامل البيولوجية (الداخلية) وتأثيرهم في طلاقة الكلام. ويقصد بالعوامل الخارجية هنا: العوامل الأكثر قابلية للسيطرة والتحكم، وتشمل: مواقف الوالدين، والأسرة، والمحيط الاجتماعي للطفل اتجاه التلعثم، ومدى توقعهم لطلاقة الكلام لديه.

أما العوامل الداخلية: فتشير إلى حد كبير إلى العوامل الوراثية، وإلى الحالة الانفعالية والمعرفية لدى الفرد، حول قدرته على التحدث بطلاقة. ويشير هذا النموذج إلى أن التلعثم يحدث نتيجة تجاوز متطلبات البيئة الاجتماعية من طلاقة الكلام لقدرات الطفل الفعلية، من حيث الإدراك اللغوي والحركي، وقدراته الانفعالية التي تحدد طلاقته في الكلام، ويؤخذ في عين الاعتبار هنا أن قدرات الطفل العادية في طلاقة الكلام قد يُنظر إليها بأنها مناسبة وعادية في البيئات المنغلقة، أو ذات المستويات العادية من متطلبات الكلام، في حين ينظر لهذه القدرات نفسها بأنها غير كافية في البيئات الأكثر انفتاحًا وتطلبًا لطلاقة الكلام.

كذلك أشار النموذج إلى أن التلعثم قد يُعزز ويزداد شدة أو يقل بواسطة ردود فعل الآخرين، فمن خلال دعمهم وتشجيعهم للطفل للتحدث بهدوء، واستخدام كلمات وألفاظ بسيطة للتعبير عن نفسه، قد تبدأ مظاهر التلعثم تقل بالتدرج حتى تنتهي، أو قد تزداد وتستمر بسبب السخرية أو التمر والعقاب ( Starkweather, 2002).

**من خلال العرض السابق، يظهر مدى تباين وتعدد النظريات التي حاولت تفسير التلعثم، ولا يمكن الجزم بأن أحد هذه النظريات هي الأدق وإهمال باقي النظريات، حيث أن التلعثم اضطراب معقد جداً، لذلك تركز التوجهات النظرية الحالية على أشكال تفاعلية بين عوامل عديدة يمكن أن تُفسره، ولا تنطوي هذه العوامل على العوامل الوراثية والبيئية فحسب، بل تشمل أيضاً جوانب مختلفة من مراحل النمو الكلي للفرد (Kent, 2004).**

### الدراسات السابقة

فيما يلي عرض لعدد من الدراسات السابقة في محورين رئيسيين، يليها تعقيب عام على هذه الدراسات.

## المحور الأول: دراسات تناولت العلاقة بين الضغوط والسعادة.

دراسة "كينج وآخرين" King, et al.,2014". استهدفت دراسة العلاقة بين السعادة والضغوط والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من ٤٨٥ طالباً جامعياً (٢٩٤ طالباً، ١٨٩ طالبة). وأُستخدِم مقياس السعادة الشخصية " لسيلجمان وآخرين ٢٠٠٥"، ومقياس إدراك الضغوط" لكوهين وآخرين ١٩٨٣"، ومقياس المساندة الاجتماعية. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين السعادة والمساندة الاجتماعية، وعلاقة ارتباطية سالبة بين الضغوط، وكل من المساندة الاجتماعية والسعادة، حيث إن الطلاب ذوي مستوى السعادة المنخفض أظهروا مستويات عالية من الضغوط، وانخفاض التقارب الوجداني مع الآخرين.

وهدفت دراسة " أحلام نبيلة بوشكيمة، ٢٠١٦". إلى بحث السعادة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من ٤٠٠ طالب (١٤٢ طالباً، ٢٥٨ طالبة) من أعمار وتخصصات دراسية مختلفة من جامعة يحيى فارس بالمدينة. وأُستخدِم كل من مقياس السعادة النفسية من إعداد الباحثة، ومقياس أحداث الحياة الضاغطة لزينب شقير. وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين السعادة النفسية، وأحداث الحياة الضاغطة.

وهدفت دراسة " سيلفا، وفيغيريدو براغا-Silva & Figueiredo- Braga,2018" إلى بحث العلاقة بين الضغوط والسعادة والقلق والاكتئاب لدى طلاب كلية الصيدلة. وتكونت عينة الدراسة من (٤١٠ طالب)، (٢٠٠ من طلاب السنة الأولى والثانية، (٢١٠) من طلاب السنة الثالثة والرابعة. وأُستخدِم مقياس إدراك الضغوط، ومقياس القلق والاكتئاب، ومقياس السعادة. وظهرت النتائج وجود فروق بين طلاب السنة الأولى والثانية، وطلاب السنة الثالثة والرابعة في كل من إدراك الضغوط والقلق والاكتئاب لصالح طلاب السنة الثالثة والرابعة. كما توجد علاقة ارتباطية سالبة بين السعادة وكل من إدراك الضغوط والقلق والاكتئاب.

كما هدفت دراسة "وان. Kwon, 2019" إلى دراسة الامتنان كمتغير مُعدّل في العلاقة بين الضغوط والسعادة لدى طلاب التمريض. وتكونت عينة الدراسة من ٢٧٥ طالباً (٥٦ طالباً، ٢١٩ طالبة). تتراوح أعمارهم ما بين (١٩-٢٥) عاماً. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الضغوط، وكل من السعادة والامتنان، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين السعادة والامتنان. كما أن الامتنان يمكن أن يُعدّل في العلاقة بين الضغوط والسعادة، فكلما زاد التصرف بالامتنان خفف ذلك من الإرتباط بين الضغوط والسعادة لدى طلاب كلية التمريض.

### المحور الثاني: دراسات تناولت متغيرات ذات صلة لدى المتلغمين.

استهدفت دراسة بلود وآخرين **Blood, et al, 1997** معرفه العلاقة بين ضغوط الحياة والتلغم، وتكونت عينة الدراسة من (٢٤) طالباً جامعياً (١٢) من المُصابين بالتلغم، و(١٢) من الأسوياء. شاركوا في البحث على مدار ٢٢ يوماً، وتم الحصول على تقرير ذاتي من أفراد العينة عن الضغوط اليومية والحياتية التي يتعرضون لها وذلك من خلال تدريب الطلاب على كيفية تقييم ذاتهم وتحديد مستويات الضغوط اليومية التي يشعرون بها. وأشارت النتائج إلى زيادة شدة التلغم في الأيام التي يتعرضون فيها لضغوط أكبر، وقد تبين أن اختلاف شدة التلغم من يوم إلى يوم لدى المُصابين به، قد يكون متعلقاً بمسببات الضغوط اليومية والمتعددة لديهم. وأشارت النتائج أيضاً إلى عدم وجود فروق بين المُصابين بالتلغم والأسوياء في مقدار الضغوط التي يتعرضون لها.

أيضاً هدفت دراسة **"كوادوت، وآخرين Koedoot, et al, 2011"** إلى دراسة العلاقات بين شدة التلغم وجودة الحياة، لدى المُصابين بالتلغم، كذلك بحث الفروق في شدة التلغم، وجودة الحياة لدى مجموعتين من الراشدين المُصابين بالتلغم المجموعة الأولى تخضع للعلاج، والمجموعة الثانية لم تخضع للعلاج. وتكونت عينة الدراسة من (٩١) راشداً مُصاباً بالتلغم. كما أُستخدم مقياس شدة التلغم، ومقياس جودة الحياة. وأشارت النتائج إلى أن التلغم المتوسط والحاد له تأثير سلبي على جودة الحياة عامة، وأن العلاقة بين شدة التلغم وجودة الحياة تتأثر بأساليب مواجهه التي يتبعها أفراد العينة، كما أشارت أيضاً النتائج إلى وجود فروق بين المجموعتين في شدة التلغم لصالح المجموعة الأولى، وفروق في جودة الحياة لصالح المجموعة الثانية.

وانتهت دراسة **"كسيب وآخرين Kasbi, et al., 2015"** التي قامت بدراسة العلاقة بين جودة الحياة، وشدة التلغم لدى الراشدين المُصابين بالتلغم بمدينة مشهد بإيران، والتي أجريت على (٧٨) راشداً مُصاب بالتلغم (٦١) من الذكور، ١٧ من الإناث) و (٧٨) راشداً غير مُصاب، وتشابهت المجموعتان في: السن، والنوع، ودرجة التعليم، وتراوح أعمارهم بين (١٨ - ٣٢ عاماً). ومن خلال مقياس جودة الحياة ومقياس شدة التلغم أنهت الدراسة إلى وجود فروق بين المجموعتين في متوسطات درجات جودة الحياة، والصحة العامة والانفعالية، والوظائف الجسمية والاجتماعية لصالح غير المتلغمين. كما يؤثر التلغم سلباً في أبعاد جودة الحياة بشكل عام.

كذلك هدفت دراسة **"كارتر، وآخرون Carter, et al., 2017"** إلى دراسة العلاقة بين الكفاءة الذاتية وجودة الحياة لدى الراشدين المتلغمين. واستخدام مقياس الكفاءة الذاتية للمتلغمين الراشدين ومقياس جودة الحياة، ومقياس شدة التلغم. تكونت عينة الدراسة من (٣٩) مُصاب بالتلغم، تتراوح أعمارهم ما بين

(١٨-٧٧) عاماً. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الكفاءة الذاتية وجودة الحياة، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين شدة التلغم وجودة الحياة. **تعقيب عام على الدراسات السابقة..**

حاولت الباحثة فيما سبق عرض أكثر الدراسات صلة بمتغيرات البحث الحالي، والتي يمكن من خلالها الاستفادة في عدة نقاط مهمة:  
١- فيما يخص العلاقات الارتباطية بالدراسة:

\* اتفقت معظم الدراسات على وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين السعادة والضغط، وعدد قليل اهتم بدراسة العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والسعادة، وتندر الدراسات التي اهتمت بدراسة أحداث الحياة الضاغطة المرتبطة بأحد الاضطرابات أو الاعاقات وعلاقتها بالسعادة، وهذا ما ركزت عليه الدراسة الحالية وهو دراسة العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة المرتبطة باضطراب التلغم والسعادة.  
٢- فيما يخص عينة الدراسة:

\* معظم الدراسات التي تناولت العلاقات بين متغيرات الدراسة الحالية كانت لدى عينة من الأسوياء الراشدين والمراهقين، لذا حاولت الباحثة في الدراسة الحالية الاهتمام بدراسة متغيرات الدراسة لدى عينة إكلينيكية تندر الدراسات فيها وهم الراشدين المُصابين بالتلغم.  
\* الدراسات لدى الراشدين المُصابين بالتلغم اعتمد معظمها على دراسة علاقة التلغم بالمتغيرات الأخرى كالضغط أو الرضا عن الحياة، وذلك في حدود اطلاع الباحثة.  
\* معظم الدراسات التي اهتمت بدراسة الراشدين المُصابين بالتلغم هي دراسات أجنبية؛ حيث تندر هذه الدراسات في البيئة العربية؛ وذلك لصعوبة الوصول لعدد كبير من الراشدين المُصابين بالتلغم .

٣- فيما يخص أدوات الدراسة:

\* اتفقت الدراسة الحالية في استخدام قائمة أكسفورد للسعادة مع معظم الدراسات السابقة، فهي من أكثر الأدوات استخداماً في الدراسات العربية والأجنبية التي هدفت لدراسة السعادة.  
\* اختلفت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات الأجنبية التي هدفت لدراسة الضغوط لدى الراشدين المُصابين بالتلغم التي استخدمت المقابله الشخصية، والتقرير الذاتي؛ للتعرف إلى أنواع الضغوط وشدها، أما الدراسات العربية فاستخدمت مقياس ضغوط أحداث الحياة لزيب شقير، وهو يهدف لقياس الضغوط الحياتية عامة، وتحاول الباحثة هنا دراسة أحداث الحياة الضاغطة المرتبطة بالتلغم، لذا صممت مقياساً يتناسب مع أهداف الدراسة الحالية وخصائص عينتها.

## فروض الدراسة

بناءً على العرض السابق لكل من مشكلة الدراسة، والإطار النظري والدراسات السابقة، صاغت الباحثة فرض الدراسة الأساسي على النحو الآتي:  
توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين أحداث الحياة الضاغطة والسعادة لدى عينة الدراسة.

## الإجراءات المنهجية للدراسة

فيما يلي وصفاً للمنهج المتبع في الدراسة، والطريقة التي تم بها اختيار العينة، وخطوات إعداد الأدوات وتقنياتها، والأساليب الإحصائية المستخدمة للتحقق من صدق الأدوات وثباتها، وأساليب التحليل الإحصائي المستخدمة لمعالجة البيانات.  
أولاً: منهج الدراسة:

اعتمدت الباحثة على استخدام المنهج الوصفي (الأسلوب الارتباطي المقارن)، لأنه المنهج المناسب لطبيعة هذه الدراسة، من خلال جمع البيانات وتصنيفها، وتحليلها، واستخراج النتائج، وعقد عدد من المقارنات بينها (طارق عبد الوهاب، ومصطفى سليمان، ٢٠١٥).  
ثانياً: عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (٣٠) راشداً من المُصابين بالتلعثم، حيث تم اختيارهم بطريقة قصدية من المترددين على بعض العيادات الطبية الخاصة بالتخاطب بمحافظة سوهاج، وتم تشخيص هؤلاء الأفراد إكلينيكيًا (طبيب أمراض التخاطب) بوصفهم مصابين بالتلعثم الارتقائي، وقد تم اختيارهم وفق عدد من الضوابط والشروط تمثلت فيما يأتي:

- ١- أن تشمل العينة الجنسين الذكور والإناث إذا أمكن ذلك.
- ٢- الخلو من الأمراض المزمنة، أو أي زُملات مرضية بخلاف التلعثم.
- ٣- أن يجيد المفحوص القراءة والكتابة، (اجتاز مرحلة التعليم الأساسي على أقل تقدير)؛ لضمان قدرة المفحوص على الإجابة عن أدوات الدراسة.
- ٤- يتراوح سن أفراد العينة ما بين ١٦ : ٤٠ عاماً.
- ٥- تراوحت شدة الاضطراب لديهم ما بين بسيط ومتوسط.

## جدول (٤-١) وصف عينة الدراسة وفق البيانات الديموجرافية

النوع	العدد	النسبة المئوية	الحالة الاجتماعية		التعليم		العمر المتوسط	الانحراف المعياري
			أعزب	متزوج	متوسط	جامعي		
الذكور	٢٠	٦٦.٦٧%	١٧	٣	٦	١٤	٢٢.٦٠	٧.٧٠
الإناث	١٠	٣٣.٣٣%	٥	٥	٨	٢	٢٦.٧٠	٧.٧٥
المجموع	٣٠	١٠٠%	٢٢	٨	١٤	١٦	٢٣.٩٧	٧.٨٣

ثالثاً: أدوات الدراسة:

تمثلت أدوات الدراسة فيما يلي:

- ١- مقياس الأحداث الضاغطة (إعداد/ الباحثة).
  - ٢- قائمة أكسفورد للسعادة (إعداد/ أراجيل، ومارتن، ولو Argyle, Marten & Lu, 1995 ترجمة/ أحمد عبدالخالق ٢٠٠١).
- [١] مقياس أحداث الحياة الضاغطة لدى المتعلمين: (إعداد/ الباحثة)
- أ- خطوات إعداد المقياس

قامت الباحثة بالخطوات الآتية في إعداد المقياس :

١- الاطلاع على الدراسات السابقة المتعلقة بالضغوط وأحداث الحياة والضاغطة، وأيضاً التراث النظري الذي تناول الضغوط لدى المتعلمين.

٢- الاطلاع على عدد من المقاييس المستخدمة في الدراسات السابقة منها:

- مقياس مواقف الحياة الضاغطة (زينب شقير، ٢٠٠٢)
- مقياس الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية لطلاب الجامعة (نشوة كرم، ٢٠١٠).

٣- خبرة الباحثة في التعامل مع الراشدين المُصابين بالتلعثم من خلال عملها كأخصائية تخاطب بعيادة طبية متخصصة في علاج مشكلات الكلام والنطق لدى الأطفال والراشدين.

٤- راعت الباحثة في المقياس الآتي:

- أ- مراعاة الطبيعة العمرية للعينة وخصائص اضطرابهم.
- ب- مراعاة أن تعبر البنود عن الأحداث الضاغطة المرتبطة بالتلعثم وتم تقسيمها إلى ثلاثة أبعاد: الأحداث الاجتماعية، والأحداث الأسرية، والأحداث الشخصية، وتم استبعاد كل من الضغوط الناتجة عن الأحداث الدراسية والمهنية، على الرغم من أهميتها؛ بسبب المدى العمري للعينة (١٦ : ٤٠ عاماً) وهذا قد يكون غير مناسب لهذه الأحداث.

٥- تم صياغة التعريفات الإجرائية لكل من أحداث الحياة الضاغطة، ووضع التعريفات لكل بعد من الأبعاد الفرعية (الأحداث الاجتماعية الضاغطة، والأحداث الأسرية الضاغطة، والأحداث الشخصية الضاغطة).

٦- تم صياغة عبارات المقياس وعددها (٤٨) موزعة على ثلاثة أبعاد: البعد الأول الأحداث الاجتماعية الضاغطة، والبعد الثاني الأحداث الأسرية الضاغطة، والبعد الثالث الأحداث الشخصية الضاغطة.

٧- تم عرض المقياس على السادة المحكمين من أساتذة علم النفس والصحة النفسية والمختصين في مجال ذوي الاحتياجات الخاصة؛ لإبداء آرائهم حول مدى صحة صياغة الفرض، ومناسبة العبارات لما وضعت لقياسه.

- ٨- تم تعديل العبارات من حيث: تعديل صياغة البند، وحذف البنود التي لم يتم الاتفاق عليها، وإضافة البنود التي اقترحها المحكمون. وبناء على ذلك أصبح الشكل النهائي للمقياس مكون من (٤٩) بنداً، البعد الأول: الأحداث الإجتماعية الضاغطة (١٧) بنداً، والبعد الثاني: الأحداث الأسرية الضاغطة (١٤) بنداً، والبعد الثالث: الأحداث الشخصية الضاغطة (١٨) بنداً.
- ٩- تم صياغة المقياس في شكله النهائي ومراجعتة من قبل مشرفي الرسالة في صورته النهائية.

#### ب- وصف المقياس:

يتكون المقياس في صورته النهائية من ٤٩ عبارة تقيس الضغوط المرتبطة بالتلثم، الناتجة عن الأحداث الحياتية للمتلعثمين الراشدين. وفق ثلاثة أبعاد كما موضح بجدول رقم (٤-١٩).

جدول (٤-١٩) أبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة والقدرات المكونة لها

م	الأبعاد	عدد الفقرات	أرقام الفقرات
١	الأحداث الإجتماعية الضاغطة	١٧	٢-٤-٧-١٠-١٢-١٤-١٥-١٩-٢١-٢٣-٢٤-٢٥-٢٧-٢٩-٣٣-٤٠-٤٨
٢	الأحداث الأسرية الضاغطة	١٤	٣-٦-١٧-٢٢-٢٦-٢٨-٣٠-٣٢-٣٦-٣٨-٤٢-٤٣-٤٥-٤٦
٣	الأحداث الشخصية الضاغطة	١٨	١-٥-٨-٩-١١-١٣-١٦-١٨-٢٠-٣١-٣٤-٣٥-٣٧-٣٩-٤١-٤٤-٤٧-٤٩

#### طريقة التصحيح:

يتم التصحيح بمقياس متدرج من أربع استجابات، وهي: (لا تنطبق أبداً، تنطبق أحياناً، تنطبق بدرجة متوسطة، تنطبق كثيراً)؛ حيث يتم تقدير الاستجابة بـ "تنطبق كثيراً بـ (أربع درجات)، والاستجابة بـ تنطبق بدرجة متوسطة تُعطى (ثلاث درجات)، وتُقدر الاستجابة بـ تنطبق أحياناً بـ (درجتين)؛ وتُقدر الاستجابة بـ لا تنطبق أبداً (درجة واحدة)، والدرجة الكلية للمقياس (١٩٦)، والحد الأدنى للاستجابة (٤٩ درجة)، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع إدراك الضغوط لدى المتلثم، والدرجة المنخفضة على انخفاض مستوى إدراك الضغوط لديهم.



## (١) صدق المقياس:

### (أ) الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

للتحقق من الصدق التمييزي للمقياس، تم ترتيب درجات العينة (ن = ٣٠) ترتيباً تنازلياً، ثم قارنت الباحثة درجات المجموعتين المتطرفتين في الأداء (الرُّبيع الأعلى، والرُّبيع الأدنى) على أبعاد المقياس الثلاثة، حيث تم تحديد (٨) استثمارات تمثل الأفراد ذوي الدرجات الأعلى، و(٨) استثمارات تمثل الأفراد ذوي الدرجات الأدنى، وفيما يأتي توضيح لهذه النتائج:

جدول (٤-٢٨) المتوسطات (م) والانحرافات المعيارية (ع) لمقياس أحداث الحياة الضاغطة

وقيم (ت) للرُّبيع الأعلى (ن = ٨) والرُّبيع الأدنى (ن = ٨)

الاختبار	المقياس	م	ع	قيمة (ت)	الدلالة
الأحداث الاجتماعية الضاغطة	الرُّبيع الأعلى	٥٥.١٢	٤.٨٢	** ١١.١٧	دال عند مستوى ٠.٠١ في اتجاه الرُّبيع الأعلى
	الرُّبيع الأدنى	٢٥.٨٧	٥.٦٢		
الأحداث الاجتماعية الضاغطة	الرُّبيع الأعلى	٣٩.٧٥	٥.١٢	** ٧.٩٦	دال عند مستوى ٠.٠١ في اتجاه الرُّبيع الأعلى
	الرُّبيع الأدنى	٢٣.١٢	٢.٩٥		
الأحداث الأسرية الضاغطة	الرُّبيع الأعلى	٦٠.٥٠	٥.٠٤	** ١٣.١٤	دال عند مستوى ٠.٠١ في اتجاه الرُّبيع الأعلى
	الرُّبيع الأدنى	٢٩.٠٠	٤.٥٣		
المقياس الكلي	الرُّبيع الأعلى	١٥٣.٧٥	١٤.٦٧	** ١١.١٧	دال عند مستوى ٠.٠١ في اتجاه الرُّبيع الأعلى
	الرُّبيع الأدنى	٧٨.٨٧	١١.٩٩		

\* دال عند مستوى ٠.٠٥ \*\* دال عند مستوى ٠.٠١

يتضح من الجدول (٤-٢٨) وجود فروق دالة إحصائية بين درجات الرُّبيع الأعلى والرُّبيع الأدنى على مقياس الذكاء الوجداني وأبعاده الفرعية، بما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق.

### (ب) صدق المحكمين :

تم عرض المقياس في صورته الأولية المكونة من ٤٨ بنداً، مقسمة على ٣ أبعاد فرعية، ثم عرض المقياس على (١١) مُحكمًا من أساتذة علم النفس، والصحة النفسية والمختصين في مجال ذوي الاحتياجات الخاصة؛ الإبداء آرائهم حول مدى صحة صياغة البنود ومناسبتها لما وضعت لقياسه. وبناء على ذلك، تم تعديل صياغة بعض البنود والالتزام باقتراحات الاساتذة المحكمين، وأصبح الشكل النهائي للمقياس مكون من (٤٩) بنداً، البعد الأول: الأحداث الاجتماعية الضاغطة (١٧) بنداً، والبعد الثاني: الأحداث الأسرية الضاغطة (١٤) بنداً، والبعد الثالث: الأحداث الشخصية الضاغطة (١٨) بنداً.

## (٢) ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس وأبعاده الفرعية، باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ، ومعامل ثبات القسمة النصفية (وتصحيح الطول باستخدام معادلة سبيرمان - براون)، ضمن حزمة البرامج الإحصائية المعروفة باسم SPSS، وذلك على عينة الدراسة (٣٠) وكانت معاملات الثبات كالاتي:

جدول (٢٩-٤) معاملات ثبات مقياس أحداث الحياة الضاغطة وأبعاده الفرعية

معاملات الثبات		معامل ثبات ألفا كرونباخ	الأبعاد الفرعية
معامل ثبات القسمة النصفية	معامل ثبات ألفا كرونباخ		
بعد تصحيح الطول	قبل تصحيح الطول		
٠.٩٨٤	٠.٩٦٩	٠.٧٦٤	الأحداث الاجتماعية الضاغطة
٠.٨٩٥	٠.٨١٠	٠.٧٣٥	الأحداث الأسرية الضاغطة
٠.٩٦٨	٠.٩٣٩	٠.٧٦٣	الأحداث الشخصية الضاغطة
٠.٩٦٠	٠.٩٢٤	٠.٩٧٠	المقياس الكلي

تُعد معاملات الثبات الموضحة بالجدول (٢٩-٤)، معاملات ثبات جيدة، ومطمئنة للتطبيق.

### معامل الاستقرار (طريقة إعادة التطبيق):

تم حساب معامل الاستقرار لمقياس أحداث الحياة الضاغطة باستخدام طريقة إعادة التطبيق، على عينة تكونت من (٨) مفحوصين من أفراد العينة، بفاصل زمني من ٥ - ١٠ أيام، وبلغت معاملات الثبات كالاتي:

جدول (٣٠-٤) معامل الاستقرار (إعادة التطبيق) لمقياس أحداث الحياة الضاغطة

م	الاختبار الفرعي	نسبة الارتباط
١	الأحداث الاجتماعية الضاغطة	٠.٩٢٨ **
٢	الأحداث الأسرية الضاغطة	٠.٨٠٧ *
٣	الأحداث الشخصية الضاغطة	٠.٨٨٤ **
٤	المقياس الكلي	٠.٩٠١ **

تُعد معاملات الاستقرار السابقة الناتجة عن ارتباط التطبيق الأول بالتطبيق الثاني، معاملات ثبات مرتفعة ومطمئنة للتطبيق.

## [٢] قائمة أكسفورد للسعادة:

### أ- وصف المقياس:

تتكون القائمة في نسختها الأولى من (٢٩) مجموعة من العبارات، تضم كل مجموعة منها أربع عبارات، ثم ترجم "أحمد عبد الخالق" هذه القائمة بتصريح كتابي من واضعي هذه القائمة، وفي عام (١٩٩٨) أصدر "هيلز وأراجايل Hills & Argyle (1998) نسخة منقحة من القائمة، وهي التي استخدمها أحمد عبد الخالق وآخرون (٢٠٠١)، وتكونت من (٢٩)، بنداً يضم كل بند أربع عبارات فيكون مجموعها (١١٦) عبارة.

ثم قام "أحمد عبد الخالق" بإجراء تعديلاً في القائمة واختيار العبارة (د) فقط من كل بند وهي العبارات ذات الشدة الأقوى، فأصبحت القائمة في شكلها النهائي مكونة من (٢٩) بنداً فقط، ثم وضع بدائل خماسية أمام كل عبارة

### طريقة التصحيح:

يتم تصحيح القائمة بمقياس متدرج من خمس استجابات، هي: (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، مطلقاً)؛ حيث يتم تقدير الاستجابة بـ "دائماً بـ (خمس درجات)، والاستجابة بـ غالباً تُعطى (أربع درجات)، وتُقدر الاستجابة بـ أحياناً بـ (ثلاث درجات)؛ وتُقدر الاستجابة بـ نادراً (درجتين)، وأخيراً تُقدر الاستجابة مطلقاً (درجة واحدة)؛ وهكذا تكون الدرجة الدنيا (٢٩) والعليا (١٤٥)، ولا تحتوي القائمة على بنود سلبية، وتشير الدرجة العليا إلى درجة مرتفعة من إدراك الشعور بالسعادة.

### (١) صدق المقياس:

#### (أ) الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

للتحقق من الصدق التمييزي لقائمة أكسفورد للسعادة، تم ترتيب درجات العينة (ن=٣٠) ترتيباً تنازلياً، ثم قامت الباحثة بمقارنة درجات المجموعتين المتطرفتين في الأداء (الرابع الأعلى، والرابع الأدنى)، حيث تم تحديد (٨) استمارات تمثل الأفراد ذوي الدرجات الأعلى، و(٨) استمارات تمثل الأفراد ذوي الدرجات الأدنى، وفيما يلي توضيح لهذه النتائج:

#### جدول (٤-٣) المتوسطات (م) والانحرافات المعيارية (ع) لقائمة

#### أكسفورد للسعادة

#### وقيم (ت) للرابع الأعلى (ن=٨) والرابع الأدنى (ن=٨)

الاختبار	المقياس	م	ع	قيمة (ت)	الدلالة
قائمة أكسفورد للسعادة	الرابع الأعلى	٩٧.٢٥	٥.٧٧	٩.٦٧ **	دال عند مستوى ٠.٠١ في اتجاه الرُّبُوع الأعلى
	الرابع الأدنى	٥٨.٥٠	٩.٧٥		

\* دال عند مستوى ٠.٠٥ \*\* دال عند مستوى ٠.٠١

يتضح من الجدول (٤-٣٣) وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات الرُبيع الأعلى والرُبيع الأدنى على قائمة أكسفورد للسعادة، بما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق.

#### (٢) ثبات المقياس:

تم حساب ثبات قائمة أكسفورد للسعادة، باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ، ومعامل ثبات القسمة النصفية (وتصحيح الطول باستخدام معادلة سبيرمان - براون)، ضمن حزمة البرامج الإحصائية المعروفة باسم SPSS، وذلك على عينة الدراسة (٣٠) وكانت معاملات الثبات كالتالي:

#### جدول (٤-٣٤) معاملات ثبات قائمة أكسفورد للسعادة

معاملات الثبات		معامل ثبات ألفا كرونباخ	الأبعاد الفرعية
معامل ثبات القسمة النصفية	معامل ثبات ألفا كرونباخ		
بعد تصحيح الطول	قبل تصحيح الطول	٠.٩٠٩	قائمة أكسفورد للسعادة
٠.٨٦٦	٠.٧٦٤		

تُعتبر معاملات الثبات الموضحة بالجدول (٤-٣٥)، معاملات ثبات جيدة، ومطمئنة للتطبيق.

#### معامل الاستقرار (طريقة إعادة التطبيق):

تم حساب معامل الاستقرار لمقياس السعادة باستخدام طريقة إعادة التطبيق، على عينة تكونت من (٨) مفحوصين، من أفراد عينة الدراسة، بفواصل زمني من ٥- ١٠ أيام، حيث بلغ معامل الثبات (٠.٩٦٦) وهو معامل ثبات مرتفع ودال عند مستوى (٠.٠١) ومطمئن للتطبيق.

رابعاً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

للتحقق من صدق أدوات الدراسة وثباتها، والتحليلات الإحصائية لفروض الدراسة، قامت الباحثة بعمل التحليلات الإحصائية باستخدام التحليلات الإحصائية Excel، وحزمة البرامج الإحصائية Statistical Package For Social Sciences المعروفة باسم الـ S.P.S.S، وتم استخدام الطرق والأساليب الإحصائية المناسبة، هي:

- ١- مقاييس النزعة المركزية Central Tendency: ومنها (المتوسط الحسابي Mean، والانحراف المعياري Standard Deviation)، وذلك بهدف وصف البيانات والتعرف إلى مدى اعتدالية التوزيع.
- ٢- معامل الارتباط المستقيم لـ بيرسون: يتم استخدامه للتعرف إلى طبيعة الارتباطات المتوقعة بين متغيرات الدراسة؛ بهدف التحقق من صدق الأدوات والإجابة عن تساؤلات الدراسة.

- ٣- معامل ألفا كرونباخ: يستخدم للتحقق من ثبات أدوات الدراسة.  
 ٤- اختبار " t. test": لمعرفة دلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين: للتحقق من صدق المقارنة الطرفية.  
 ٥- اختبار مان وتني **Mann Whitney**: لمعرفة الفروق بين مجموعتين مستقلتين.

### نتائج الدراسة ومناقشتها

تعرض الباحثة في فيما يلي نتائج الدراسة التي تم التوصل إليها، ومناقشتها في ضوء التراث النظري والدراسات السابقة، التي سبق وتم عرضها.

#### ١- نتائج التحليلات الإحصائية للفرض والذي ينص على:

"توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية سالبة بين أحداث الحياة الضاغطة والسعادة لدى الراشدين المُصابين بالتلعثم".

وللتحقق من صحة الفرض السابق تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس أحداث الحياة الضاغطة، وأبعاده الفرعية: (الأحداث الاجتماعية الضاغطة، والأحداث الأسرية الضاغطة، والأحداث الشخصية الضاغطة)، ومقياس السعادة، وفيما يلي عرض للنتائج التي تم التوصل إليها:

جدول (٥-٤) درجة ارتباط أحداث الحياة الضاغطة وأبعاده الفرعية مع

السعادة

لدى عينة الدراسة (ن = ٣٠)

معاملات الارتباط	الارتباط	
	المتغيرات	
٠.٢٢٥ -	الأحداث الاجتماعية الضاغطة	أحداث الحياة الضاغطة وأبعاده الفرعية
٠.٠٠٤ -	الأحداث الأسرية الضاغطة	
* ٠.٣٦٢ -	الأحداث الشخصية الضاغطة	
٠.٢٣٩ -	المقياس الكلي	

\* دال عند مستوى ٠.٠٥ \*\* دال عند مستوى ٠.٠١  
 درجة الحرية = ٢٨ الدلالة عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٦١ عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٤٦٣

يشير الجدول (٥-٤) إلى وجود ارتباط دال وسالب عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين بُعد الأحداث الشخصية الضاغطة والدرجة الكلية لمقياس السعادة لدى الراشدين المُصابين بالتلعثم، ولم تدل النتائج على وجود ارتباط دال بين بُعدي

الأحداث الاجتماعية والأسرية، والدرجة الكلية لمقياس أحداث الحياة الضاغطة، مع الدرجة الكلية لمقياس السعادة.

### تفسير ومناقشة نتائج الفرض.

تبين من النتائج الإحصائية السابقة عدم تحقق الفرض، بوجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين أحداث الحياة الضاغطة، والسعادة لدى الراشدين المُصابين بالتلغم .

وقد اختلفت هذه النتيجة مع عدد كبير من الدراسات التي تناولت العلاقة بين المتغيرين، وأيضاً مع الأطر النظرية، حيث إن معظم الدراسات السابقة أشارت نتائجها إلى الدلالة الإحصائية للعلاقة الارتباطية السالبة بين أحداث الحياة الضاغطة والسعادة، ومنها دراسة (أحلام نبيلة بوشكيمه، ٢٠١٦ ؛ Kwon, 2019; Kyoung Hwang, & Lee, 2018; Silva & Figueiredo-Braga, 2018; Kumar, 2013).

بينما اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع عدد قليل جداً من الدراسات السابقة، ومنها دراسة (أروى جمال الدين، ٢٠١٧) التي توصلت إلى عدم وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية والسعادة.

أما الدراسات التي تناولت علاقة سمات الشخصية الإيجابية، وأحداث الحياة الضاغطة، فقد اتفقت نتائج بعضها مع الدراسة الحالية، ومنها دراسة (عويد سلطان، ٢٠٠٠)، التي أشارت إلى عدم وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التفاؤل والاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط الأحداث الحياة لدى طلبة الجامعة.

كذلك اتفقت نتائج الدراسة الحالية جزئياً مع نتائج دراسة (Ryu, 2013) حيث توصلت إلى وجود علاقة سالبة غير دالة إحصائياً بين الضغوط الأسرية والرفاهية النفسية، ونتائج دراسة (منار بني مصطفى، وآخرين، ٢٠١٣) أشارت إلى عدم وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين أحداث الحياة الضاغطة والرضا عن الحياة، كذلك عدم وجود علاقة دالة بين كل من بُعد الأحداث الأسرية والأكاديمية، والاجتماعية، والدرجة الكلية لمقياس أحداث الحياة الضاغطة مع الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة.

ويمكن تفسير هذه النتائج بأن عدم دلالة العلاقة السلبية إحصائياً بين أحداث الحياة الضاغطة، لا يعني عدم وجودها، وانعدام العلاقة؛ حيث لا يمكن إنكار تعرض الأفراد وخاصة المُصابين بالتلغم في عصرنا الحالي للضغوط في حياتهم بشكل عام، وارتباط ذلك بتدني مستوى سعادتهم، فالْمُصاب بالتلغم يتعرض لأحداث شخصية واجتماعية وأسرية ضاغطة؛ نتيجة اضطرابه، كما أن التلغم يرتبط بانخفاض جودة حياتهم فقد أشارت نتائج الدراسات السابقة أن المُصابين بالتلغم أقل رضا عن حياتهم، ولديهم تقييم منخفض لجودة حياتهم، مقارنة بغير

المُصابين بالتلعثم ( Carter, 2017; Kasbi, et al., 2015; Plexico, et al., 2019).

كذلك ضعف قوه العلاقة السلبية بين أحداث الحياة الضاغطة والسعادة لدى أفراد العينة، يمكن تفسيره في ضوء النظرية التكيفية، التي تشير إلى أن التكيف هو من العوامل الأساسية للشعور بالرضا والسعادة، وكلما واجه الفرد الضغوط الحياتية المختلفة، وبذل الجهد الفكري أو الجسدي في التعامل معها ومواجهتها كلما شعر بالسعادة وبالرضا عن الحياة بشكل عام، أما عدم بذل الجهد والإستسلام لهذه الضغوطات فهو ما يؤدي بالفرد إلى عدم الشعور بالرضا والسعادة (منار بني مصطفى، وآخرون، ٢٠١٣)، والراشدون المُصابون بالتلعثم -أفراد عينة البحث الحالي- يعانون من التلعثم منذ مرحلة الطفولة، وهذا ربما أكسبهم القدرة على التأقلم والتكيف مع الضغوط الحياتية التي يواجهونها؛ نتيجة اضطرابهم، وأنهم يسعون دائماً إلى الوصول إلى الاستراتيجيات والأساليب المناسبة للتعامل مع هذه الضغوط، ويختلف أيضاً مدى قدرتهم على التعامل بكفاءة من شخص إلى آخر. ونتيجة لذلك وبالرغم من تعرضهم للأحداث الضاغطة، فإن محاولاتهم للتكيف هذه، قد تكون أحد العوامل المؤثرة في قوه العلاقة الإرتباطية السالبة بين أحداث الحياة الضاغطة والسعادة لديهم.

كما أن " لازاروس " في نظريته للتقدير المعرفي، أشار إلى أن التقييم هو عامل رئيسي لفهم الأحداث الخاصة بالضغوط، فتقييم الفرد للحدث ضروري لفهم الفروق الفردية في إدراك مدى حدث معين وشدته في بيئات متساوية لدى أفراد مختلفين، وتقييم الفرد للموقف الضاغط يعتمد على عوامل عديدة منها: العوامل الشخصية، والعوامل الخارجية الخاصة بالبيئة الاجتماعية، والعوامل المتصلة بالموقف نفسه، وأن الفرد يُقيّم الموقف على أنه مهدد لسعادته أم لا، بناءً على خصائصه الشخصية وقيمه وأهدافه، ثم يقوم بتقدير ما يمكنه القيام به وتقييمه؛ للتغلب على الموقف أو تحسين فرصة الاستفادة منه، وإثبات ذاته ( De Villiers, 2002; Krohne, 2003)، وهذا ربما يعني أن افراد العينة الحالية يُعدون الأحداث التي يتعرضون لها نتيجة لتعلمهم هي بمنزلة تحدٍ لهم يحاولون التوافق معها، والتعامل معها بكفاءة؛ للنجاح فيها، ولتحقيق أهدافهم؛ مما يحسن جودة حياتهم، وشعورهم بالسعادة؛ حيث إن مشاعر القصور غالباً ما تكون دافعاً قوياً لتحقيق التفوق وإثبات الذات(سهير سالم، ٢٠٠١).

كما أن الألفه قد تكون أحد العوامل التي تؤثر في قوه العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والسعادة، حيث إن الخبرة الشخصية للفرد بهذا النمط من المواقف الضاغطة التي يتعرض لها تعرضاً مستمراً يُكسبه القدرة على التوافق معها بنجاح (فكري العنتر، ٢٠٠٩).

وعدم تحقق الفرض الحالي قد يرجع أيضاً إلى عدد من الأسباب الخاصة بظروف البحث، مثل: طبيعة العينة، حيث لم تُدرس العلاقة بين المتغيرات

بمفهومها الحالي لدى الراشدين المُصابين بالتلعثم من قبل، سواء في الدراسات العربية أو الأجنبية، وذلك في حدود اطلاع الباحثة. وقد يكون وجود عوامل وسيطة كشدة التلعثم سبباً من الأسباب التي أثرت في قوة العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والسعادة، فبالرغم من اقتصار عينة البحث الحالي على المُصابين بالتلعثم، ذوي التلعثم البسيط والمتوسط، فقد تكون هذه الفروق البسيطة في شدة الاضطراب لها تأثير في قوه العلاقة، حيث أشارت نتائج الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية سالبية بين شدة التلعثم وجودة الحياة (Koedoot, et al., 2011; Kasbi, et al., 2015; Carter, et al., 2017).

## المراجع

- ١- أحلام نبيلة بوشكيمة. (٢٠١٦). السعادة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب الجامعة. مجلة دراسات نفسية. (١٣)، ١٣١-١٤٢.
- ٢- أحمد عبد الخالق، تغريد سليمان، سماح أحمد، وسوسن حبيب. (٢٠٠٣). معدلات السعادة لدى عينات مصرية مختلفة في المجتمع الكويتي. مجلة دراسات نفسية، ١٣(٤)، ٥٨١-٦١٢.
- ٣- أروى جمال الدين. (٢٠١٧). الضغوط النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى زوجات المغتربين بقطاع الحاج يوسف شرق. [رسالة دكتوراه غير منشورة]، جامعة الخرطوم. السودان.
- ٤- أمال عبد الحليم. (٢٠٠٦). دراسة مقارنة في علاقة الصفحة النفسية للذكاء بأساليب مواجهة الضغوط بين الأطباء و ضباط الشرطة. [رسالة دكتوراه غير منشورة]، كلية الآداب. جامعة عين شمس.
- ٥- إيناس عبد الفتاح. (١٩٨٨). دراسة نفسية في اضطرابات النطق والكلام [رسالة دكتوراه غير منشورة]، كلية الآداب. جامعة عين شمس.
- ٦- سهير محمود. (٢٠٠٠). اللججة المفهوم -الاسباب- العلاج. القاهرة. دار الفكر العربي.
- ٧- سهير سالم. (٢٠٠١). السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية [رساله ماجستير غير منشوره]. معهد الدراسات التربوية. جامعة القاهرة.
- ٨- سيد البهاص. (٢٠٠٩). العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلبة الجامعة. مجلة الإرشاد النفسي (٢٣)، ٣٢٧-٣٧٨.
- ٩- صادق يوسف. (٢٠١٣). الاضطرابات اللغوية وعلاجها. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات. ٢٩(٢)، ٢٩٣-٣٢٢.



- ١٠- طارق عبد الوهاب، ومصطفى سليمان. (٢٠١٥). *مناهج البحث في علم النفس*. القاهرة. خوارزم العلمية.
- ١١- عفراء سعيد. (٢٠٠٠). *بعض المتغيرات الأسرية والنفسية لدى عينة من الأطفال المضطربين في الكلام*. [رسالة ماجستير غير منشورة]. معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعه القاهرة.
- ١٢- عويد سلطان. (٢٠٠٠). *التفؤل والتشاؤم وعلاقتها بالاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداث الحياة لدى طلاب الجامعة*. مجلة *دراسات نفسية*. ١٠(٤)، ٥٣٢-٥٠٥.
- ١٣- فاطمة الزهراء محمد. (٢٠١٣). *سمات الشخصية وضغوط مواقف الحياة وأساليب مواجهتها دراسة ارتباطية مقارنة بين المُصابين بالتلعثم وغير المُصابين بالتلعثم البالغين*. [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية الآداب. جامعة عين شمس.
- ١٤- فكري العنز. (٢٠٠٩). *منغصات الحياة اليومية لدى المراهقين المواطنين والعرب المقيمين في إمارة أبو ظبي*. مجلة *دراسات عربية*. ٨(٤)، ٦٣٧-٦٨٧.
- ١٥- كريمان محمد. (١٩٩٥). *الاحساس بالسعادة عند الأطفال: دراسة عبر حضارية*. *حولية كلية البنات*. جامعة عين شمس. (١)، ٢٩٠-٣٤٦.
- ١٦- كمال إبراهيم. (٢٠٠١). *السعادة وتنمية الصحة النفسية مسئولية القرار في الإسلام وعلم النفس*. القاهرة، دار النشر للجامعات.
- ١٧- مايكل أرجايل (١٩٩٣). *سيكولوجية السعادة: ترجمة فيصل عبدالقادر يونس*. عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت، (١٧٥) يوليو.
- ١٨- محمد بلقاسم، حاج شتوان. (٢٠١٦). *الضغوط النفسية وعلاقتها بأسباب الغياب المدرسي عند تلاميذ الطور الثانوي، مجلة العلوم النفسية والتربوية*. الجزائر. ١(٣)، ١١٢-١٣٦.
- ١٩- منار بني مصطفى، أحمد الشريفين، ورامي طشطوش. (٢٠١٣). *أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة اليرموك في الأردن*. مجلة *جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات*. ٢(٣٤)، ٢٠٥-٢٥٠.
- ٢٠- نشوه كرم. (٢٠١٠). *فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تنمية أساليب مواجهة الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية*. [رسالة دكتوراه غير منشورة]، معهد الدراسات التربوية. جامعة القاهرة.

- 21- Ambrose, N. G. (2004). Theoretical perspectives on the cause of stuttering. *Contemporary Issues in Communication Science and Disorders*, 31(Spring), 80-91.
- 22- American Psychiatric Association. (2015) Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5 rd ed). Arlington.
- 23- Blood, I.; Wertz, H.; Blood, G.; Bennett, S.& Simpson, K. (1997). The effects of life stress and daily stressors on stuttering. *Journal of speech & Hearing Research*. 40(1), 134-143.
- 24- Carter, A., Breen, L., Yaruss, J. S., & Beilby, J. (2017). Self-efficacy and quality of life in adults who stutter. *Journal of fluency disorders*, 54, 14-23.
- 25- De Villiers, A. (2003). *The development of stress theories and their implications for therapeutic interventions: a review* (Doctoral dissertation, Stellenbosch: Stellenbosch University).
- 26- Dits, C. (2014). *The relationship between stressful life events and the development and maintenance of stuttering*. Eastern Michigan University. ProQuest Dissertations Publishing
- 27- Figliomeni, E. (2015). *Quality of life of people who stutter*. Master of Arts Degree. The University of Toledo. United States of America
- 28- Holmes, T. & Rahe, R. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- 29- Kasbi, F., Mokhlesin, M., Maddah, M., Noruzi, R., Monshizadeh, L., & Khani, M. (2015). Effects of stuttering on quality of life in adults who stutter. *Middle East Journal of Rehabilitation and Health*, 2(1).
- 30- Kent, R. D. (2004). *The MIT encyclopedia of communication disorders*. MIT Press.

- 31- King, K. A., Vidourek, R. A., Merianous, A., & Singh, M. (2014). A study of stress, social support, and perceived happiness among college students. *J Happiness Well-being*, 2(2), 132-44.
- 32- Klompas, M., & Ross, E. (2004). Life experiences of people who stutter, and the perceived impact of stuttering on quality of life: Personal accounts of South African individuals. *Journal of fluency disorders*, 29(4), 275-305.
- 33- Koedoot, C., Bouwmans, C., Franken, M. C., & Stolk, E. (2011). Quality of life in adults who stutter. *Journal of communication disorders*, 44(4), 429-443.
- 34- Krohne, H. (2002). Stress and coping theories. *International Encyclopedia of the Social Behavioral Sciences*, 22, 15163-15170.
- 35- Kumar, D. (2013). The relation of stressful life events and a happy life. *International Journal of Social Science & Interdisciplinary Research*, 2(2), 213-219.
- 36- Kwon, Y. S. (2019). The moderating effect of gratitude disposition in the relationship between stress and happiness in nursing students. *Journal of the Korea Convergence Society*, 10(2), 105-112.
- 37- Kyoung Hwang, Y., & Lee, C. S. (2018). Relationship between Stress and Happiness in Middle School Students: Dual Mediation Effect of Growth Mindset and Self-Esteem. *Medico-Legal Update*, 18(1), 248-253.
- 38- Michalos, A. C. (Ed.). (2014). *Encyclopedia of quality of life and well-being research*. Dordrecht: Springer Netherlands.
- 39- Plexico, L. W., Erath, S., Shores, H., & Burrus, E. (2019). Self-acceptance, resilience, coping and satisfaction of life in people who stutter. *Journal of fluency disorders*, 59, 52-63.

- 40- Pietraszek, M., Łockiewicz, M., & Jankowska, A. (2017). Coping with stress in adults with speech fluency disorders. *Current Issues in Personality Psychology*, 5(2), 143-148.
- 41- Ryu, G. (2013). *The Effect of Work and Family Role Stressors on the Well-being of Public Sector Employees in South Korea: Three Comparative Perspectives of Gender, Role Domain, and Employment Sector* [Doctoral dissertation, Rockefeller College of Public Affairs and Policy, Department of Public Administration and Policy].
- 42- Schwarzer, R., & Schulz, U. (2003). Stressful Life Events Handbook of Psychology. Vol. (9), (pp.27-50). New York: John Wiley&Sons.
- 43- Starkweather, C. W. (2002). The epigenesis of stuttering. *Journal of fluency Disorders*, 27(4), 269-288.
- 44- Silva, R. G., & Figueiredo-Braga, M. (2018). Evaluation of the relationships among happiness, stress, anxiety, and depression in pharmacy students. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*. 10(7), 903-910
- 45- VandenBos, G.(2015).APA dictionary of psychology. Second Edition. *American Psychological Association*. Washington, DC 20002.