

الفصل السادس

الخلاصة والتطبيقات

أولاً: خلاصة الدراسة:

مقدمة:

تعتبر الضغوط النفسية في العصر الحديث من أكثر المشكلات التي تواجه الانسان وتشكل تهديدا وتحديا لحياته، وخاصة أصحاب المهن المختلفة والعاملين فيها، حيث يترتب على حدوث الضغوط النفسية الحاق ضرر نفسي وجسمي وتدني في مستوى الاداء وضعف في الانتاج.

ومعلم التربية الخاصة كواحد من الاخصائيين العاملين مع ذوي الحاجات الخاصة يتحمل عبئا كبيرا ويؤدي دورا متميزا في عملية التدريب والتعليم والتوجيه، وهو بذلك يواجه ضغوطا متعددة تشكل تهديدا جسديا ونفسيا ومعرفيا، فمنهم من يعاني من الاحباط والقلق والاكتئاب، ومنهم من يعاني من مشكلات صحية نتيجة لعملهم في ظروف صعبة مع هذه الفئات.

ونتيجة لما تواجهه معلمات التربية الخاصة في الاردن من ضغوط نفسية ومهنية ناجمة عن طبيعة عملهن والمعاناة مع الطلبة الصم والمتخلفين عقليا وأسرهم، وتأثير ذلك على التكيف والتوافق النفسي والمهني والاجتماعي، اضافة الى صعوبة المهام الملقاة على عاتق المعلمات، كل ذلك أدى الى آثار سلبية انعكست على أداء معلمات التربية الخاصة رغم ما يقدم لهن من برامج اصلاح وتطوير مستمر.

ومن هنا كانت مشكلة الدراسة الحالية وهي فاعلية برنامج في الارشاد النفسي الجماعي في تخفيف الضغوط النفسية لدى معلمات التربية الخاصة في الاردن، وأثر ذلك على بعض المتغيرات السلوكية لدى الاطفال الصم والأطفال المتخلفين عقليا.

ولهذا تسعى الدراسة الحالية للإجابة على التساؤلات التالية:

١- ما مدى فعالية برنامج الإرشاد النفسي الجماعي في تخفيف الضغوط النفسية وتحسين كل من: الاتجاه نحو المهنة ومفهوم الذات لدى معلمات التربية الخاصة في الأردن واثر ذلك على بعض المتغيرات السلوكية لدى الأطفال الصم والمتخلفين عقليا؟

٢- هل يمكن أن يستمر تأثير البرنامج الإرشادي النفسي الجماعي في خفض الضغوط النفسية وتحسين كل من: لاتجاه نحو المهنة ومفهوم الذات لدى معلمات التربية الخاصة في الأردن بعد (٧) شهور من المتابعة؟

الطريقة والاجراءات

تكونت عينة الدراسة بصورتها النهائية من (٦٠) معلمة من معلمات التربية الخاصة في الاردن، وكذلك (٦٠) طالبا وطالبة من الصم والمتخلفين عقلياً، وقسمت عينة الدراسة على النحو التالي:-

أ.المعلمات: المجموعة التجريبية الأولى(١٥) معلمة صم، والمجموعة الضابطة الأولى (١٥) معلمة صم، وكذلك المجموعة التجريبية الثانية(١٥) معلمة تخلف عقلي، والمجموعة الضابطة الثانية(١٥) معلمة تخلف عقلي

ب.الطلبة: المجموعة التجريبية الأولى(١٦) طالب وطالبة صم، والمجموعة الضابطة الأولى(١٦) طالب وطالبة صم، وكذلك المجموعة التجريبية الثانية(١٤) طالب وطالبة متخلفين عقلياً، والمجموعة الضابطة الثانية(١٤) طالب وطالبة متخلفين عقلياً

أدوات الدراسة:

وتتمثل فيما يلي:-

- ١.قائمة الضغوط النفسية للمعلمين - طلعت منصور وفيولا البيلوي(١٩٨٩)
- ٢.مقياس الاحتراق النفسي للمعلم - علي السيد سليمان (١٩٩٤)
- ٣.مقياس مفهوم الذات -تنسي- صفوت فرج وسهير كامل (١٩٨٥)
- ٤.مقياس الاتجاه نحو مهنة التدريس - لورنس بسطا ذكري
- ٥.مقياس السلوك التكيفي للمتخلفين عقلياً - عبدالله زيد ومحمد وليد البطش
- ٦.مقياس وولكر للاضطرابات السلوكية - ميادة الناطور
- ٧.البرنامج الارشادي النفسي الجماعي - اعداد الباحث

الاساليب الاحصائية:

استخدم الباحث الاساليب الاحصائية الملائمة للدراسة الحالية والتي تمثلت في معاملات الارتباط، المتوسطات الحسابية، الانحراف المعياري واختبار الدلالة (ت) (t-test).

النتائج:

يمكن ايجاز نتائج الدراسة الحالية على النحو التالي:-

أ.النتائج المتعلقة بمعلمات الصم:

أ.الضغوط النفسية:

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس القبلي والقياس البعدي في الضغوط النفسية لدى معلمات الصم (ت ١) لصالح القياس البعدي.

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس البعدي لدى معلمات الصم (ت ١، ض ١) في الضغوط النفسية لصالح معلمات الصم(ت ١).

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس البعدي والقياس التتابعي في متغيرات (العبء المهني، نقص الدافعية، الضيق المهني، المظاهر الانفعالية والسلوكية والفسولوجية للضغوط) لدى معلمات الصم(ت ١) لصالح القياس التتابعي باستمرار التحسن عند مستوى الدلالة (٠,٠١)، أما متغير صعوبات ادارة الوقت فقد كان دالا عند مستوى (٠,٠٥).

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس التتابعي لدى معلمات الصم (ت ١، ض ١) على مقياس الضغوط النفسية بأبعاده السبع لصالح أفراد المجموعة التجريبية.

ب.الاتجاه نحو المهنة:

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في مقياس الاتجاه نحو المهنة لدى معلمات الصم (ت ١) لصالح القياس البعدي.

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس البعدي لدى معلمات الصم (ت ١) و (ض ١) في مقياس الاتجاه نحو المهنة لصالح معلمات الصم (ت ١).

-عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس البعدي والقياس التتابعي في الاتجاه نحو المهنة لدى معلمات الصم (ت ١).

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس التتابعي لمعلمات الصم (ت ١) ومعلمات الصم (ض ١) في مقياس الاتجاه نحو المهنة لصالح معلمات الصم (ت ١).

ج. مفهوم الذات:

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس القبلي والقياس البعدي على مقياس مفهوم الذات لدى معلمات الصم (ت ١) ممن تلقين البرنامج الارشادي لصالح القياس البعدي.

-وجود فروق دالة احصائيا بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة (معلمات الصم) في مفهوم الذات في القياس البعدي لصالح أفراد المجموعة التجريبية.

-عدم وجود فروق دالة احصائيا بين القياس البعدي والتتابعي في مفهوم الذات لدى معلمات الصم (ت ١).

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس التتابعي لدى أفراد المجموعة التجريبية والضابطة (معلمات الصم) في مقياس مفهوم الذات لصالح أفراد المجموعة التجريبية.

٣.النتائج المتعلقة بالطلبة الصم (للمجموعة الأولى):

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في مقياس الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال الصم (ت ١) لصالح القياس البعدي.

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس البعدي على مقياس الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال الصم المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح أطفال الصم المجموعة التجريبية.

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس البعدي والتتبعي على مقياس الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال الصم (ت ١) لصالح القياس البعدي.

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة (الأطفال الصم) على مقياس الاضطرابات السلوكية في القياس التتبعي لصالح أطفال المجموعة التجريبية (الصم).

٣.النتائج المتعلقة بمعاملات المتخلفين عقليا:

أ.الضغوط النفسية:

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس القبلي والقياس البعدي في الضغوط النفسية لدى معلمات المتخلفين عقليا (ت ٢) لصالح القياس البعدي.

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة (معلمات المتخلفين عقليا) في مقياس الضغوط النفسية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس البعدي والقياس التتبعي في الضغوط النفسية لصالح القياس البعدي في الابعاد (الأول، الثالث، الرابع، السادس والسابع) لدى معلمات المتخلفين عقليا المجموعة التجريبية.

في حين لا توجد فروق دالة احصائيا بين القياس البعدي والتتبعي في بعدي نقص الدافعية والمظاهر الانفعالية لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية (معلمات المتخلفين عقليا) (٠,٠١)، (٠,٠٥).

-عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة (معلمت المتخلفين عقليا) في الضغوط النفسية (العبء المهني، نقص الدافعية، الضيق المهني، المظاهر الانفعالية والسلوكية والفسولوجية) في القياس التتابعي، في حين توجد فروق دالة احصائيا في بعد صعوبات ادارة الوقت (٠,٠٥).

ب.الاتجاه نحو المهنة:

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في الاتجاه نحو المهنة ايجابيا لدى أفراد المجموعة التجريبية (معلمت المتخلفين عقليا) لصالح القياس البعدي.

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس البعدي لدى أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة (معلمت المتخلفين عقليا) في الاتجاه نحو المهنة لصالح المجموعة التجريبية.

-عدم وجود فروق دالة احصائيا بين القياس البعدي والتتابعي في الاتجاه نحو المهنة لدى أفراد المجموعة التجريبية (معلمت المتخلفين عقليا).

-وجود فروق دالة احصائيا بين نتائج القياس التتابعي في الاتجاه نحو المهنة لدى أفراد المجموعة التجريبية والضابطة (معلمت المتخلفين عقليا) لصالح أفراد المجموعة التجريبية.

ج.مفهوم الذات:

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي على مقياس مفهوم الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية (معلمت المتخلفين عقليا) لصالح القياس البعدي.

-وجود فروق دالة احصائيا بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة (معلمت المتخلفين عقليا) في مفهوم الذات في القياس البعدي لصالح أفراد المجموعة التجريبية.

-عدم وجود فروق دالة احصائيا بين نتائج القياس البعدي والقياس التتابعي في مفهوم الذات لدى معلمت المتخلفين عقليا (المجموعة التجريبية).

-وجود فروق دالة احصائيا بين القياس التتابعي في مقياس مفهوم الذات لدى أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) من معلمات المتخلفين عقليا لصالح أفراد المجموعة التجريبية.

٤.النتائج المتعلقة بالأطفال المتخلفين عقليا (للمجموعة الثانية)

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي على مقياس السلوك التكيفي لدى الأطفال المتخلفين عقليا (ت ٢) لصالح القياس البعدي.

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس البعدي لدى أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) في مقياس السلوك التكيفي لصالح أطفال المجموعة التجريبية.

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس البعدي والتتابعي في السلوك التكيفي لدى أفراد المجموعة التجريبية من الأطفال المتخلفين عقليا لصالح القياس التتابعي.

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة من الأطفال المتخلفين عقليا على مقياس السلوك التكيفي في القياس التتابعي لصالح أطفال المجموعة التجريبية.

٥.نتائج فروض المجموعتين (معلمات الصم ومعلمات المتخلفين عقليا):

-عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات أفراد معلمات الصم (ت ١) ومعلمات المتخلفين عقليا (ت ٢) في الضغوط النفسية (الابعاد السبع) بعد انتهاء تطبيق البرنامج الارشادي لكلا المجموعتين.

-عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات أفراد معلمات الصم (ت ١) ومعلمات المتخلفين عقليا (ت ٢) في بعدي مستقبل المهنة ونظرة الشخص نحو المهنة بعد تطبيق البرنامج مباشرة، في حين توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس لنفس المجموعتين في بعدي النظرة نحو السمات الشخصية للمعلم ونظرة المجتمع نحو المهنة لصالح معلمات المتخلفين عقليا.

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس البعدي في مفهوم الذات لدى أفراد المجموعتين التجريبية (معلمات الصم ومعلمات المتخلفين عقليا) لصالح معلمات الصم.

-عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياس التتابعي لدى أفراد المجموعتين (ت١، ت٢) معلمات الصم ومعلمات المتخلفين عقليا في الضغوط النفسية، بأبعاده المختلفة لصالح معلمات الصم، باستثناء بعد نقص الدافعية حيث توجد فروق دالة احصائيا بين المجموعتين لصالح معلمات المتخلفين عقليا.

-عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات أفراد معلمات الصم (ت١) ومعلمات المتخلفين عقليا (ت٢) في أبعاد مستقبل المهنة ونظرة الشخص نحو المهنة ونظرة المجتمع نحو المهنة في القياس التتابعي، في حين توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات نفس المجموعتين، في بعد النظرة نحو سمات شخصية المعلم في القياس التتابعي لصالح معلمات المتخلفين عقليا.

-وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الصم ومعلمات المتخلفين عقليا (ت١، ت٢) في مفهوم الذات في القياس التتابعي لصالح معلمات الصم.

ثانياً:التوصيات

في ضوء ما أشارت اليه نتائج الدراسة الحالية، يمكن الإشارة الى ضرورة ايلاء موضوع الضغوط النفسية بشكل عام وموضوع المعلم وخاصة معلم التربية الخاصة في مرحلة الاعداد واثاء الخدمة في مهنة التدريس سواء مع العاديين أو مع ذوي الحاجات الخاصة كل الاهتمام، وذلك بوضع استراتيجية متكاملة ومستمرة لتأهيله وتدريبه في المؤسسات والجهات القائمة على تقديم الخدمات الشاملة للأفراد ذوي الحاجات الخاصة من خلال ما يلي:-

١. التركيز على الجوانب المهنية والصحية والنفسية والاجتماعية ذات العلاقة بمعلمي التربية الخاصة وتهيئة متطلبات هذه الجوانب بصورة ملائمة ومناسبة باستمرار.

- ٢- تدريب معلمات التربية الخاصة على نمط التعامل والتفاعل السليم وبناء علاقة إيجابية بين الزملاء مما يسهم في التقليل من آثار الضغوط التي تحدث داخل الجماعة.
- ٣- وضع إستراتيجية عمل تبني على أساس المكاشفة والصراحة وإجراء الحوار والنقاش حول أمور العمل لتخليص المعلمات من آثار الانفعالات والتوترات التي تحدث معهن.
- ٤- توفير آلية تنظيمية لاستغلال الوقت بشكل منظم وإدارة الوقت بصورة تخفف من الأعباء التي يتحملها معلم التربية الخاصة للتفرغ بشكل كامل لتدريس وتدريب وتأهيل الأطفال المعوقين.
- ٥- إعطاء المعلم الذي يعمل مع ذوي الحاجات الخاصة الفرصة الكافية والحرية المطلقة لممارسة الدور المطلوب منه فيما يخص الإعاقة وطريق التعامل معها وتهيئة الفرصة لنمو الطفل.
- ٦- تقديم الدعم النفسي لمعلمة التربية الخاصة باستمرار وخاصة عند مواجهتها أية صعوبات أو مشكلات وتقديم المساعدة المناسبة لها.
- ٧- توفير آلية عمل لتدريب معلمات التربية الخاصة على فئات إرشادية وعلاجية مختلفة وأساسية في عملها مع المعوقين.
- ٨- بناء المزيد من الحقائق الإرشادية والعلاجية النفسية المتخصصة لمعلمات التربية الخاصة وتدريبهن على تلك البرامج لمساعدتهن أثناء مواجهة الضغوط النفسية.
- ٩- منح معلمات التربية الخاصة مزيد من الفرص الكافية للتعبير عن النفس ومناقشة المشكلات مع الإدارة والمشرفين والزملاء والأهالي لبناء علاقة أكثر إيجابية ومنحهن مزيد من الثقة بالنفس.
- ١٠- ضرورة إعطاء معلمات التربية الخاصة فرصة بأن تعمل مع أكثر من فئة من المعوقين وعدم الاستمرار في العمل مع فئة واحدة فترة طويلة.

١١. العمل على ايجاد وتفعيل عنصر المشاركة لمعلم التربية الخاصة في وضع واتخاذ القرارات التربوية مع الادارة والمشرفين.

١٢. ايجاد برامج ارشادية مستمرة تساعد معلم التربية الخاصة على مواجهة الضغوط النفسية أثناء عمله وتبصيره بالأساليب المناسبة للتعامل مع تلك الضغوط.

ثالثاً: البحوث المقترحة:

في ضوء ما جاء في هذه الدراسة سواء في اطارها النظري أو نتائجها، فإنه يمكن اقتراح مجموعة من الموضوعات التي يمكن أن تكون بحوث مستقبلية ناتجة عن ما يواجهه ميدان التربية الخاصة من قضايا ومشكلات، ويمكن ايجاز هذه البحوث بالعناوين التالية:-

-الضغوط النفسية لمعلمي التربية الخاصة العاملين مع المتخلفين عقليا.

-الضغوط النفسية لمعلمي التربية الخاصة العاملين مع الصم.

-الضغوط النفسية لمعلمي التربية الخاصة العاملين مع شديدي ومتعددي الاعاقة.

-الضغوط النفسية لمعلمي التربية الخاصة العاملين مع المضطربين سلوكيا.

-الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات والاتجاه نحو المهنة.

-دراسة مقارنة للضغوط النفسية بين معلمي التربية الخاصة في كافة مدارس ومراكز

المملكة.

-فاعلية برنامج ارشادي جماعي في تخفيف الضغوط النفسية لدى معلمي المكفوفين في

الأردن.

-فاعلية برنامج ارشادي جماعي في تخفيف الضغوط النفسية لدى المشرفين على حالات

شديدي ومتعددي الاعاقة.

-أثر الضغوط النفسية على مستوى أداء المعلم وتحصيل الطلبة.

-فاعلية العلاج السلوكي المعرفي في تخفيف الضغوط النفسية على معلمات التربية الخاصة.

-فاعلية التدريب على مهارات المواجهة في خفض مستوى الضغط النفسي لدى معلمات الشلل الدماغي.

-فاعلية برامج الاسترخاء والتمارين الرياضية على خفض مستوى الضغط النفسي لدى معلمات التربية الخاصة.

-أثر تخفيف الضغوط النفسية لدى معلمات التربية الخاصة على سلوك الاطفال المتخلفين عقليا ممن لديهم اضطرابات سلوكية.

-مقارنة فاعلية اسلوبين من أساليب الارشاد النفسي الجماعي في تخفيف الضغوط النفسية على معلمات المتخلفين عقليا (دراسة مقارنة).

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

١. إجلال سرى (١٩٩٠): التوافق المهني لدى مدرسي ومدرسات المواد المختلفة في التعليم الإعدادي والثانوي، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، عدد (١٤) ٣٥٣.
٢. احمد شكري (١٩٨٩): إعداد معلم التربية الخاصة ومتطلباته في الوطن العربي، المجلة العربية للتربية، تونس، عدد (١)، ٣٤-٨.
٣. ارثر سنايدر (١٩٨٨): كيف نتعايش مع التوتر العصبي، ترجمة (دار الشيخ، الدار العربية للعلوم، مؤسسة الرسالة)، الطبعة الأولى، لبنان.
٤. السيد إبراهيم السمدوني (١٩٩٥): الإنهاك النفسي لمعلمي التربية الخاصة، دراسة تنبئية في ضوء بعض المتغيرات الشخصية والمهنية، مجلة التربية المعاصرة، العدد (٣٦)، ٣٢٢.
٥. ألفت الحقي (١٩٩٥): الاضطراب النفسي، التشخيص و العلاج، الجزء الأول، مركز الإسكندرية للكتاب-الإسكندرية.
٦. باترسون س.هـ (١٩٩٠): نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي، الجزء الثاني، دار القلم، الكويت.
٧. بيتر هانسن (١٩٩٦): ضغط العمل طريقك الى النجاح، ترجمة عبد الكريم عقل، مكتبة جرير، الرياض، ٧-١.
٨. جابر عبد الحميد جابر (١٩٩٠): معجم علم النفس في الطب النفسي، ج(٣)، القاهرة، دار النهضة العربية.
٩. جابر عبد الحميد جابر وعلاء الدين كفاي (١٩٩١): معجم علم النفس والطب النفسي، ج(٤)، القاهرة، دار النهضة العربية.
١٠. جابر عبد الحميد جابر (١٩٨٦): نظريات الشخصية، القاهرة، دار النهضة العربية.

١١. جابر عبد الحميد جابر واحمد خيرى كاظم (١٩٩٦): مناهج البحث فى التربية وعلم النفس، القاهرة، دار النهضة العربية.
١٢. جمال الخطيب (١٩٨٨): المظاهر السلوكية غير التكيفية الشائعة لدى الأطفال المتخلفين عقليا، دراسة مسحية، مجلة دراسات، المجلد السادس عشر، العدد (٨).
١٣. جمال الخطيب و آخرون (١٩٩٢): إرشاد أسر الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، عمان، الطبعة الأولى، دار حنين.
١٤. جمال الخطيب ومنى الحديدي (١٩٩٤): مناهج وأساليب تدريس فى التربية الخاصة، عمان، الطبعة الأولى، دار المعارف.
١٥. جميل الصمادي (١٩٨٩): السمات الشخصية التي تميز بين معلمات التربية الخاصة الفعالات وغير الفعالات، مجلة دراسات (أ)، الجامعة الأردنية، المجلد السادس عشر، عدد (٦)، ١٦٤-١٧٨.
١٦. حامد زهران (١٩٨٠): التوجيه والإرشاد النفسى، القاهرة، عالم الكتب، الطبعة الثانية.
١٧. حامد زهران (١٩٨٥): التوجيه والإرشاد النفسى، القاهرة، عالم الكتب، الطبعة الثالثة.
١٨. حمدي الفرماوي (١٩٩٠): مستوى ضغط المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات، المؤتمر السنوي الثاني للطفل المصري "تنشئته ورعايته"، ٤٢٧.
١٩. حمدي الفرماوي ورضا أبو سريع (١٩٩٣): الضغوط النفسية تغلب عليها وابدأ الحياة، الطبعة الأولى، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
٢٠. خوله يحيى (١٩٩١): الرضا الوظيفي عند المعلمات العاملات في مراكز التربية الخاصة في مدينة عمان، مجلة دراسات، مجلد (٢١) عدد (٣)، الجامعة الأردنية.
٢١. خوله يحيى (١٩٩٤): الضغوط النفسية و الدعم الاجتماعي لدى آباء وأمهات الأطفال المعاقين في مدينة عمان، مجلة دراسات، الجامعة الأردنية، مجلد (٢) عدد (٥).
٢٢. دلاس، لابين، وجرين (١٩٨١): مفهوم الذات، أسسه ونظرياته وتطبيقاته، (مترجم) بيروت، دار النهضة العربية.

٢٣. رأفت ياخوم (١٩٩١): الضغوط النفسية لمعلمي التعليم الثانوي العام والفني بمحافظة المنيا، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، مجلد (٤) عدد (٤)، كلية التربية، جامعة طنطا. ٢٦١-٣٨٤
٢٤. سعيد بن مانع (١٩٩٦): حل المشكلات، الطبعة الأولى، مطابع بهادر، مكة المكرمة.
٢٥. سعيد عبد الله الديبس (١٩٩٤): الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة وعلاقتها بوجه الضبط، بحث مقبول للنشر، حولية كلية التربية، جامعة قطر.
٢٦. شوقيه إبراهيم السمدوني (١٩٩٣): الضغوط النفسية لدى معلمات التربية الخاصة وعلاقتها بتقدير الذات، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق.
٢٧. صفاء الأعسر (١٩٦١): التوتر النفسي العام وعضوية الشخص في مجتمع تربوي معين، مجلة التربية الحديثة، أبويك، ١-٣٠.
٢٨. صفاء الأعسر (١٩٦٧): دراسة تجريبية لخفض مستوى القلق، رسالة دكتوراه، غير منشورة، جامعة عين شمس، كلية البنات.
٢٩. صفوف فرج وسهير كامل (١٩٨٥): مقياس تنسي لمفهوم الذات، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ١-١٤.
٣٠. طلعت منصور و فيولا البلاوي (١٩٨٩): قائمة الضغوط النفسية للمعلمين، دليل للتعرف على الصحة النفسية للمعلمين، كراسة تعليمات، مكتبة الأنجلو، القاهرة.
٣١. طلعت منصور (١٩٧٨): التعلم الذاتي وارتقاء الشخصية، القاهرة، مكتبة الانجلو.
٣٢. عبد الله محمود سليمان (١٩٨٦): الإرشاد النفسي تطوره و مفاهيمه وتميزه، الرسالة الرابعة والثلاثون، حولية كلية الآداب، الحولية السابعة.
٣٣. عبد الرحمن الطريري (١٩٩١): المؤشرات السلوكية الدالة على الضغط النفسي من خلال بعض المتغيرات، حولية كلية التربية، جامعة قطر، السنة الثامنة، عدد (٨).
٣٤. عبد الرحمن العيسوي (١٩٩٤): أمراض العصر، الأمراض النفسية والعقلية والسيكوسوماتية، دار المعارف الجامعية، الإسكندرية، الطبعة الثانية.

٣٥. عبد الستار إبراهيم (١٩٩٤): العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث، القاهرة، دار الفجر للنشر والتوزيع.
٣٦. عبد السلام عبد الغفار (١٩٨١): مقدمة في الصحة النفسية، القاهرة، مكتبة النهضة العربية.
٣٧. عبد المطلب أمين القريطي (١٩٩٦): سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة.
٣٨. عبد المنعم الحفني (١٩٩٥): الموسوعة النفسية، علم النفس في حياتنا اليومية، الطبعة الأولى، مكتبة مدبولي، القاهرة.
٣٩. علي كمال (١٩٩٤): العلاج النفسي قديماً وحديثاً، الطبعة الأولى، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، الأردن.
٤٠. عواطف حسين (١٩٩٣): الفعالية الذاتية وعلاقتها بضغطات الحياة اليومية، الكتاب الجامعي، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد (٣٣)، ٤٦١.
٤١. فاروق الروسان (١٩٨٩): سيكولوجية الأطفال غير العاديين، مقدمة في التربية الخاصة، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، مطبعة العمال، الطبعة الأولى.
٤٢. فاروق الروسان (١٩٩٦): سيكولوجية الأطفال غير العاديين، مقدمة في التربية الخاصة، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، مطبعة العمال، الطبعة الثانية.
٤٣. فاروق صادق (١٩٨٢): سيكولوجية التخلف العقلي، عمادة شؤون المكتبات، جامعة الملك سعود، الرياض.
٤٤. فايزة الفاعوري (١٩٩١): الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن، رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية.
٤٥. فتحي السيد عبد الرحيم (١٩٨٢): إطار سلوكي لمعلم التربية الخاصة من الأعداد الى الممارسة، المجلة العربية للتربية، السنة الثالثة، العدد الأول.
٤٦. ماهر محمد عمر (١٩٨٤): المرشد النفسي المدرسي، دار النهضة، القاهرة، الطبعة الأولى.

٤٧. ماهر محمد عمر (١٩٨٧): التوجيه والإرشاد النفسي للأطفال غير العاديين، حولية كلية الآداب، جامعة الكويت، ٨ (٤٣).
٤٨. محمد الخطيب (١٩٨٩): العلاقة بين القلق و التحصيل الدراسي لدى المراهقين الفلسطينيين و تصميم برنامج إرشادي لتخفيف ظاهرة القلق، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس.
٤٩. محمد بخيت (١٩٩٤): الضغوط النفسية وعلاقتها بتحقيق الذات، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.
٥٠. محمود عطا حسين عقل (١٩٩٦): الإرشاد النفسي والتربوي "النظرية، الواقع، الممارسة"، الطبعة الأولى، دار الخريجي للنشر والتوزيع، الرياض.
٥١. محمد محروس الشناوي (١٩٩٦): العملية الإرشادية والعلاجية، الطبعة الأولى، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
٥٢. محمد محروس الشناوي (١٩٩٤): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، الطبعة الأولى، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
٥٣. محمود الدبابسة (١٩٩٣): مستويات الاستفاد النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في الأردن و علاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، كلية الدراسات العليا.
٥٤. مختار حمزة (١٩٨٢): مشكلة الآباء والأبناء، الطبعة الثالثة، جدة، دار البيان العربي.
٥٥. مصطفى حسن أحمد (١٩٩٦): الإرشاد النفسي لأسر الأطفال غير العاديين، دلال للطباعة والنشر، الطبعة الأولى، القاهرة.
٥٦. مشيرة اليوسفي (١٩٩٠): ضغوط الحياة الموجبة والسالبة وضغوط عمل المعلم كمتبئ للتوافق، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، جامعة المنيا، عدد (٤) مجلد (٣)، ٢٧٧-٢٩٨.
٥٧. ممدوحة محمد سلامة (١٩٩١): المعاناة الاقتصادية وتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة، مجلة الدراسات النفسية (١)، (٣)، ٢٢.

٥٨. موسى جبريل (١٩٩٤): تقديرات الأطفال لمصادر الضغط النفسي لديهم وعلاقتها بتقديرات آبائهم و أمهاتهم، مجلة دراسات، الجامعة الأردنية.
٥٩. نبيل محمد الفحل (١٩٩٦): دراسة مقارنة لمدى فعالية أسلوبين من أساليب الإرشاد النفسي الجماعي (أسلوب مجموعات المواجهة مقابل أسلوب التحكم الذاتي) في تحسين مفهوم الذات لدى المسنين. رسالة دكتوراه، جامعة القاهرة.
٦٠. هانم عبدالمقصود وحسين طاحون (١٩٩٣): الضغوط النفسية للمعلمين وعلاقتها ببعض المتغيرات (دراسة عبر ثقافية في كل من مصر والسعودية)، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، العدد السابع عشر، الجزء الثاني، (٢٩٥).
٦١. وفاء عبد الجواد (١٩٩٤) فعالية برنامج إرشادي في خفض الضغط النفسي لدى عينة من المعلمين، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس.

62. Abbott, K,S. (1984): Perceived stress of special education teacher and regular education teachers based on task-oriented” role-oriented and environment oriented stress. **Dissertation Abstract International**, 47, (05 A),. 1536.
63. Abush, R. & Bukeael, E.J. (1984): Job stress in midlife working women: Relationships among personality type job characteristics and job tension: **Journal of Counselling Psychology**, 31, 36-44.
64. Adams, (1988): “Behavior of principals and it’s effect on teacher brunout” **Ph.D, Thesis**, the University of Wisconsin, Madison.
65. Appley, M,H & Trumbulle, R. (1986): **Development of the stress concept** in M.H Appley and R,Trumball (eds), Dynamics of stress: plen WM Press, New York, 13-16. المراجع الأجنبية
66. Areenich T.(1982): A study of factors influencing the burnout syndrome as perceived by North Dakota public school classroom teachers, **Dissertation Abstract International**, Vol, 42, 4 , 4212-A.
67. Attwater E, (1990): **Psychology of Adjustment: Personal growth in changing world**, New York, Cliffs Printice-Hill , 109-116.
68. Barringer, M.D. (1987): “The journey of a teacher birding gaps, travelling new roads”. In the future of special education proceedings of **The Council For Exceptional Children**, Sympos, 160-179.
69. Beck, A,T. (1976): **Cognitive therapy and the emotional disorders**,. New York: International University Press.
70. Beck, A,T.et, al. (1985): **Anxiety disorders and phobias**. New york: Basic Books.
71. Beck, A.T & Freeman, A. (1990): **Cognitive therapy of personality disorders**. New York: Guilford.
72. Bensky, Jeffry,. et, al, (1980): Public law 94-142 and stress a problem for educator. J. **Exceptional Children**, Sept, 24-29.

73. Berriale, J, F. (1984): "Exploratory Study" burnout and non-burnout teachers.
Ph.D Dissertation International Fordhalm University, U.S.A.
74. Bersani, J,R. et, al. (1985): Perceived stress and satisfaction of direct-care staff members in community residences for mentally retarded adult,
American Journal of Mentall Deficiency. Vol., 90.,(3). 289-295.
75. Borg, M. G. & Riding, R. (1993): Teacher stress and cognitive style,
British Journal of Educational Psychology, (63). 271-281.
76. Brawn, J. (1981): **Being a consoler, group counseling**. California Publishing Company.
77. Brawn, S.D. (1980): Coping skills training: an evaluation of a psychology educational program community mental health setting: **Journal of Counseling Psychology**, 27, 4, 340-345.
78. Breaten, S, L. (1990): Role-related stress in special education teachers of students with emotional and behavioral disorders, **Dissertation Abstract International**, Vol.53. No, 3. 355-A.
79. Burns R.B (1979): **The self- concept**, London, longman (2ed's).
80. Burns, B. M. (1984): The general academic self – concept nomological "New York" **A Review of Educational Research**, 54 (3). 427-450.
81. Charles, W,E.& Ronald, G.N. (1988): **Stress Management**, Corgi Book, London, (2 ed's).
82. Cohen, S. (1988): Psychosocial processes and "stress": A theoretical formulation. **International Journal of Health Services**, 4, 471-297.
83. Colin, F. & Windy, D. (1993): **"Dictionary of Counseling"**. Whurr Publishers Ltd, Un. 4.

84. Cook, J, E. & Leffingwell, R.J. (1982): "Stresses and remediation techniques for special education's". Exceptional Children, 49, 54-59.
85. D'zarilla, T.J. (1986): Problem Solving Therapy: A social competence approach to clinical intervention. New York: springier.
86. Davis, R.V. (1987): Group versus; individual decision making: An Experimental Analysis: Social Work With Groups. Vol. 10. 2. 95-110.
87. Davis, R.V. et, al (1989): Psychology of human relations and work adjustment: Mc Graw-Hill Book Co.
88. Dixon, W.A. (1991): Problem-solving appraisal, stress, hopelessness. and suicide education in college population. Journal of Counseling Psychology, Vol. 38,1, 51-56.
89. Edwards, P,B. & Bloland, P,A. (1980): The leisure counseling and consultation. Personal and Guidance Journal, Vol, 58,6.
90. Ellis, A. (1991): The revised ABC rational emotive therapy. Journal of Rational Emotive and Cognitive- Behavior Therapy.9.(3).
91. Ettingoff, A. (1984): Teacher stress as a function of pupils behaviors and characteristics regular versus special education. Dissertation Abstract International, 46,1. 104A.
92. Farber, B.A. (1991): Crisis in education stress and Burnout the american teacher. San Francisco: Jossey-Bass.
93. Feldman, R,S. (1989) "Adjustment: Applying psychology in a complex world" University of Masschusetts, Mc Craw-Hill, New york, 187-197.
94. Fimian M,J (1983): An analysis of the relationship among personal and professional variables and perceived stress of mainstream and special

- education teachers. **Dissertation Abstract International**, Vol. 43. 3. 2590-A.
- 95.Fimian M,J (1984): The development of on instrument to measure occupational stress in teachers: The teacher stress inventory. **Journal of Occupational Psychology** Vol. 5.. 2. 277-293.
- ✓96.Fimian M,J. & Santoro, J.M. (1983): Sources and manifestations of occupational stress as reported by full-time special education teachers. **Exceptional Children (CEC)** Vol. 49. 540-543.
- 97.Fimian, M,j. (1982): Special education teacher stress research “state of art paper presented as part of a symposium” “ stress and in educational organizations” **At the Annual Meeting of The American Educational Research Association**, New York,.
- 98.Fimian, M. J.(1987): Teacher stress: An expert appraisal” **Psychology in the Schools**. 24, 5-14.
- / 99.Fimian, M.J. (1986): Social support and occupational stress. in special education teachers, **The Council for Exceptional Children**, Vol, 52. 5. 436-442.
- ✓100.Fimian, M.J., Pietson, D & Mchardy, R. (1986): “Occupational stress reported by teachers of learning disabled and non learning disabled handicapped students”. **Journal Learning Disabilities**, 9, 3, 154-158.
- 101.Fontana, D. & Abouserie, R. (1993): Stress levels, gender and personality factors in teachers: **British Journal of Educational Psychology**, 63261-270.
- 102.Forman, S.G (1990): Rational emotive theory contributions to teacher stress management. **School Psychology Review**. 19,3.315-521.

103. Fransella, F. (1987): Psychology for occupational therapist, "Psychology for professional groups" **Journal of the British Psychological Society**. London, Macmillan, Publishing, Co, Inc.
104. Frieseon, D. & Sarros, J. (1989): "Sources of burnout among educators" **Journal of Organizational Behavior**. 10, 179-188.
105. George, M.J. & Baumeister, A.A (1981): "Employee withdrawal and Job satisfaction in community residential facilities for mentally retarded persons". **American Journal of Mental Deficiency**, 85, 6, 639-647.
106. Green, J. G. & Wetherd, C. E. (1984): Learnd helplessness: A piece of the burnout pazzel, **Exceptional children**, April. Vol. 51 312-316.
107. Hallahan, D, P. & Kauffman, J, M (1985): **Exceptional children introduction to special education**, Englewood Cliffs, New Jersey, Pr, Hall, Inc.
108. Heward, W, L. & Orlansky, M, D. (1988): **Exceptional Children** (3rd, ed), Columbus, Ohio, Charles E. Merrill publishing company, ohio.
109. Holt, P. (1985): A study of interaction of levels of occupational stress degree of burnout and personalities hardness in female elementary teachers. **Dissertation, Abstract, International**, 37, 8, 62-A.
110. Jenkins, S & James, F. C. (1991): "Teacher stress": Issues and international review". **Educational Research**, 29, 23-29.
111. Jill, C. S & Collen, W. C. (1989). :Multicultural experiences for special educator". **Teaching Exceptional Children**, fall, 60-64.
112. Kanfer, F. H. & Goldstein, A. P. (1984): "**Helping People Change**": A Text Book of Method, Pergamon Press, Mc, 287.
113. Kyriacou, C. (1987): Teacher stress and burnout: An international review, **Educational Research**, 29, 132-146.

114. Kyriacou, C. & Sutcliffe, J. A. (1978): A model of teacher stress, **Educational Studies** Vol. 4. 1-6.
115. Landon, T. & Massinger, J. (1989): Teacher tolerance ratings on problem behaviors". **Behavioral Disorders** 14, 4, 236-249.
116. Lazarus R.S. (1966): **Psychology stress and coping process**, Mc Crow Hill Book Co. New York. 150-161.
117. Lazarus R.S & Folkman, S. (1984): **Stress, appraisal, and coping**, New York: Springer.
118. Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1988): Coping as a mediator of emotion. **Journal of Personality and Social Psychology**" Vol. 54,.3. 466-475.
119. Lazarus, A. (1984): **The costs and benefits of denial**. In B.S. Dohrenwend & B.P. Dohrenwend (ed's), Stressful life events and their contexts (131-156) New Brunswick, NJ: Rutgers university Press.
120. Lazarus, A. (1990): **Behavior therapy and beyond**. Mc Graw-Hill New York.
121. Lazarus, R. S. (1984): Psychological . stress and coping in a ging. **American Psychologist**, 38, 245-254..
122. Lazarus, R. S. (1995): Psychological stress in the workplace. In R. Crandall & P.L. Perrewe (eds), **Occupational Stress** 3-14.
123. Litt M. & Turk, D. (1985): Sources of stress and satisfaction In experienced high school teachers, **Journal of Educational Research**, (78). 178-185.
124. Loux L.& Vossell, G.(1983): **The theoretical and methodological issues in achievement – related stress and anxiety research**, In:

- Heinz, W.k and Anxiety, Hemisphere Publishing Corporation.&
Loux, L.(6eds): Achievement Stress.
- 125.Lundervold, D. (1986): The effects of behavioral relaxation and self-
instruction training: A case study, **Rehabilitation Counseling
Bulletin**, 30 (1), 124-128.
- 126.Lupi, M.H (1983): Stress management workshop for promoting coping
behavior in special educational teacher. **Dissertation Abstract
International**. 44, 6, 755 (A).
- 127.Maslach, C.& Jackson, S,E. (1981): The measurement of experimental
burnout, **Journal of Occupational Behavior**, Vol.2. 99-113.
- 128.Maslach, C. (1978): The client note in staff burnout. **Journal of Social
Issues**, 34, 4, 111-124(A).
- 129.Matteson, M.T. & Invancevich J.H.(1987): **Controlling work stress**,
San Francisco, Jossey-Bass.
- 130.Mc Afce, J.K. (1987): "Emerging issues in special education tort liability
implications for special education and teacher trainers" **Teacher
Educational and Special Education**, 10, 3, 47-57.
- 131.Mc Knab, A. & Mehring, T,A. (1984): Attrition in special education,
Rotes and reasons, Paper presented at the annual convention of **The
Council of Exceptional Children**, Washington, D.C.
- 132.McIntyre, T.C. (1984): The relation between locus of control and teacher
burnout. **Journal of Educational Psychology**, 54, 235-238.
- 133.Meichenbaum, D.H. & Deffenbacher, J. L. (1985): Stress inoculation
training, **Counseling Psychologist**. 16. 1, 69-95.
- 134.Meichenbaum, D.H. (1991): **Coping with stress**, New York, Plenum
press.

- 135.Mikail, A. (1985): **Stress apsychophysiological conception**, In Alan, Monat and Richard, S. Lazarus (ed's) Stress and coping, Columbia University New York.
- 136.Minner, & Lepich, J. (1993): The occupational stress of first-year urban and rural special educational teacher. **Journal of Rural Special Education** Quarterly, 12, 3, 33-35.
- 137.Morganett,R,S, (1990): Skills for living: Group counseling activities for young adolescents. **Research press**, Chompaion, Illinois.
- 138.Muhlen K,A. et. al. (1975): "Perception of life change events by the elderly" **Nursing Research**, Vol,24, 727.
- 139.Patrick,J, S., et, al, (1983):Stress reduction for professionals working with aggressive adolescents, **The Council for Exceptional Children**, Vol.49.349-353.
- 140.Patterson C. H. (1985): "**Theories of counseling and psychotherapy**", (4ed), New York: Harber & Row .
- 141.Patterson,C.H.(1974): "**Relation ship counseling and psychotherapy**" Harpery Row Publisher, New York.
- 142.Powell, T.J & Enright, S.J. (1990): **Anxiety and stress management**. New York, Routledge.
- 143.Pullis, M. (1992): An analysis of the occupational stress of teachers of the behaviorally disorders source, effects, and strategies for coping, **Journal of Behavioral disorders**, 7, 3, 191-201.
- 144.Pratt, J. (1978): Perceived stress, Among teacher. The effects of age and background of children taught, **Educational Review**. 30(1). 3-14.
- 145.Rao, S. Marayna, (1984): "**Counseling Psychology**" New Delhi TATA Mc Grow Hill, Inc (ed's)

146. Rogers, C. (1951): **Client Centered Therapy**: Ist^t current implication, and therapy. Boston: Houghton. Co..
147. Rogers, C. (1970): **Encounter group**; first published in the U.S.A. 14-39.
148. Robert, L. (1997): Progressive relaxation and guided imagery as audio cassette interventions to reduce teacher stress. **Dissertation Abstracts International**, Vol. 57, 15, April
149. Ross, C. (1990): Religion and psychological distress. **Journal of the Scientific Study of Religion**, 29 (22), 236-245.
150. Russell, T. & Wiley, S. (1993): Occupational stress levels among rural teacher in the areas of mental retardation, learning disabilities and emotional conflict. **Journal Offural Special Education Quarterly**, 12, 2, 30-40.
151. Rutter, M. (1981): "Stress coping and development some issues and some questions", **Journal of Child Psychology Psychiat**, Vol. 22, 323-326.
152. Ryan, N.(1989): Stress – coping strategies identified for school age children's perspective, **Research In Nursing and Health**, Vol, 12..2 .110-120.
153. Schwebel, A.B. et, al. (1990): **Personal adjustment and growth: alife – span approach**, 2nd ed, W.M Co. Brown Publishers, New York, 130-178.
154. Scott, C,W. et, al. (1997): Student groups conducted by teachers, the teachers as counselors program. **Journal Specialists In Group Work**, 22(1) 43-51.
155. Selye, H. (1976): **Stress in health and disease**, Boston: Butter worth.
156. Selye. H. (1976): "**The stress of life**" Mc Gorw Hill Co. New York.
157. Selye. H. (1983): "**The stress concept**: Past present, and future" InC. cooper (ed's) stress research: Issues for the 80's (1-20), New York: wiley.

158. Shaw, S. et, al. (1983): "**Stratigies for dealing with burnout among special educators**" In contemporary issues in special education, Mc Graw – Hill Book Co.
159. Shertzer, B. & Stone, S. (1981): **Fundamentals of guidance**. Boston: houghton macifflin Co.
160. Solman, R. & Feld, M. (1989): Occupational stress: Perception of teachers in catholic schools, **Journal of Educational Administration**, 27, 55-68.
161. Sowa, C. J. (1992): Understanding Clients, perception of stress, **Journal of Counseling & Development**, 71, 179-183.
162. Spielberger, C.D. (1979): **Understanding stress and anxiety**, London. Thaper & Rew.
163. Stephen, N. (1984): Stress and professional burnout capstone, **Journal of Education**, Vol.5.32.
164. Suttely, D.C. & Donnelly, G. F. (1981): **Coping with stress**, aspen publishing, London, 5.
165. Sutton, G.W & Huberty, J. (1984): "An evaluation of teacher sress and job satisfaction". **Education**, 105, 2, 189-192.
166. Taylor, S. (1986): **Health psychology**, Random House Co. New York.
167. Thomas, W.R (1984): Occupational stress among exceptional education teachers, Paper printed at the annual convention of **The Council for Exceptional Children**, Washington, D. C.
168. Trindall. C. (1989): ""Stress in teaching and teacher across main stream and special education". **Education Research**. 31, 52-58.

169. Vilma, J.E & Martha, E. K (1985): "Occupational stress in special. education" : A challenge for school health professional". **Journal School Health**, 55, 7, 258-261.
170. Wagenaar, J & Laforge, J. (1994): Stress counseling theory and practice: A cautionary review. **Journal of Counseling & Development**, Vol. 73. 13-32.
171. Wallace G. & kauffman, J. (1985): "**Teaching student with learning and behavioral problems**" Columbus, Ohio, Charles. E. Merrill.
172. Wallace, G. R. & Kass, S. E. (1986): Teacher stress & self-concept. paper presented of the annual. **Meeting of the American Educational Research Association**, San Francisco.
173. Weiskopf, P.E.(1980): Burnout: Among teachers of exceptional. children "**J. Exceptional Children**, 47, 18-23.
174. Witmer, J.M. (1986): Stress coping: further consideration, **J. Counseling Psychologist**, 14 (4) . 562-566.
175. Ysseldyke, J. & Algozzine, B. (1990): **Introduction to special education** (2 ed's) Boston, Houghton Mifflin.
176. Zabel, R. H. & Zabel, M. K. (1983): **Burnout a critical issue for educators, in contemporary issues in special education**, Rex. E. S. & Lynn. M, N. Mc Grow Hill & Book Co.