جامعة مدينة السادات

كلية التربية

قسم علم النفس

العلاقة بين تقدير الذات والوجود النفسي الأفضل للمعاقين بصرياً

بحث مستل من رسالة مقدمة استكمالًا للحصول على درجة الدكتوراة في التربية

(تخصص: صحة نفسية)

إعداد الباحث

إبراهيم سويلم إبراهيم مصطفى

إشـــــــــراف

الأستاذ الدكتور

عصام جمعة نصار

أســـــتاذ علم النفــس

كلية التربية ـ جامعة مدينة السادات

٢٠٢٣ م ـ ١٤٤٤ هـ

مستخلص البحث باللغة العربية

هدف البحث الحالي إلى فحص العلاقة بين تقدير الذات والوجود النفسي الأفضل لدى المعاقين بصريًا، واستخدم البحث المنهج الوصفي لكونه يتناسب مع طبيعة وأهداف البحث، ويتمثل مجتمع البحث في مدرسة النور للمكفوفين بشبين الكوم – محافظة المنوفية، وتألفت عينة البحث من ١٢٦ طالبًا وطالبة من المعاقين بصرياً منهم ٦٨ طالبًا من الذكور و٥٨ طالبة من الإناث، تتراوح أعمارهم ما بين ١٣ إلى ١٨ عاماً بمتوسط عمر ١٦.٨ عاماً، كما تتحدد بفترة إجراء البحث من خلال تطبيق المقاييس الخاص بالبحث الحالي في النصف الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠٢١ – ٢٠٢٢، وتشمل أدوات البحث مقياس الوجود النفسي الأفضل لرايف (تعريب نعمية شمس' عماد السكري، ٢٠١٣)، ومقياس تقدير الذات (سالمة الحجري ٢٠١١)، ويشتمل البحث على مجموعة من الفصول التي تتمثل في فصل يعرض إطارًا نظريًا يشمل متغيرات البحث مدعم بدراسات سابقة، وفصل لإجراءت الدراسة يشمل مقاييس الدراسة وإجراءت التحقق من الصدق والثبات للمقاييس، وفصل لعرض ومناقشة النتائج التي توصل إليها الباحث، وفصل للمراجع الخاصة بالبحث، وأظهرت نتائج البحث ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى(٠.٠٥) بين الدرجة الكلية لمقياس الوجود النفسي الأفضل والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات، كما أظهرت النتائج أنه لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المراهقين المعاقين بصريًا على مقياس الوجود النفسي الأفضل (الأبعاد والدرجة الكلية) حسب الجنس، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث المعاقين بصريًا لمقياس تقدير الذات.

الكلمات المفتاحية: الوجود النفسي الأفضل – تقدير الذات – المعاقين بصريًا

Abstract

The current research aims to: Find the relationship between self-esteem and the the better psychological well-being to attraction for the visually impaired, The research relied on the use of the descriptive approach that is commensurate with the nature and objectives of the research, The research population is represented by the place where it was conducted, in Al-Noor School for the Blind, in Shebin El-Koum, Menoufia Governorate, and is determined by a sample that consisted. 126 visually impaired students, 68 male students and 58 female students Their ages range from 13 to 18 years, with an average age of 16.8 years, and it is determined by the period of conducting the research on the aforementioned sample through the application of the measures of the current research in the second semester of the academic year (2021-2022), The research tools include the Better psychological well-being Ryff Scale (localization Namiyyah Shams, Imad al-Sukkari, 2013), And the self-esteem scale (Salama Al-Hajri 2011),The results of the research showed that there is a statistically significant positive correlation between the total score of the better psychological well-being scale and the total score of the self-esteem to attraction scale for visually impaired adolescents, and there is no statistically significant difference between the mean scores of the better psychological well-being scale (dimensions and total score) according to sex, and there are statistically significant differences at the significance in favor of visually impaired to sex of the self-esteem scale.

Keywords: psychological well-being – self-esteem - visually impaired

مقدمة

تنبع الحاجة إلى الخدمات الإرشادية للمعوقين بصريًا مثل غيرهم من العاديين، وذلك لمساعدتهم على إشباع احتياجاتهم النفسية ومواجهة المشاكل الخاصة بهم، والتغلب على الآثار النفسية المترتبة على إعاقتهم مثل الصراع والقلق والإحباط والانطواء، وتعديل ردود الفعل للاتجاهات الإجتماعية السلبية التي تحاول عزلهم عن الأفراد العاديين، وتقديم خدمات الإرشاد الأسري والتربوي والمهني المناسبة لهم.

إن الإعاقة البصرية ربما تكون السبب في الشعور بالعجز والدونية، والذي يؤدي إلى عدم القبول المجتمعي وتدني الدرجات العلمية والعجز الجسماني، وضعف التوافق الإجتماعي، وتؤثر تأثيرًا سلبيًا في تطور فهم وتقدير الذات لدى المعاقين بصريًا (حليمة الدقوشي، ٢٠١٣، ١٢).

إن الوجود النفسي الأفضل يعني العيش والحياة الجيدة وهي خليط من المشاعر الجيدة والأداء الفعال، فالوجود الأفضل لا يتطلب من الأفراد الشعور بجودة الحياة في كل الأوقات فخبرات المشاعر المؤلمة من (خيبة الأمل، الفشل، الحزن) جزء طبيعي من حياتنا وأن يكون الفرد قادراً على إدارة هذه المشاعر السلبية أو المؤلمة على المدى الطويل لأن هذه المشاعر السلبية أو المؤلمة على المدى الطويل لأن هذه المشاعر السلبية تكون طويلة الأجل وتتداخل في حياة الفرد اليومية وتسبب له العجزعن أداء وظائفه وأدواره الأساسية في الحياة. (Huppert, 2009,137) ومن أهم النظريات المفسرة للوجود النفسي الأفضل نظرية المقارنة الاجتماعية حيث يرى وود (wood, 1996) أن المقارنة الإجتماعية عملية للتفكير في معلوماتنا عن الآخرين في علاقاتهم بالذات، وأوضح أن هناك ثلاث عمليات أساسية للمقارنة الإجتماعية هي: اكتساب المعلومات الإجتماعية، والتفكير في المعلومات الاجتماعية، والاستجابة للمقارنة، فالمقارنة ليست وسيلة للتعامل مع الأخبار السيئة وإنما أيضاً لتعزيز الوجود النفسي الأفضل (في إيمان غانم، ٢٠١٧: ٥٣).

وفي ضوء ما سبق ذكره من أهمية الوجود النفسي الأفضل بصفة عامة لتحقيق صحة نفسية أفضل وسعادة وتكيف في نواحي الحياة المختلفة، وارتباطه ببعض المتغيرات النفسية بشكل أكبر من غيره، وبالنظر لما له من الأهمية في حياة الأفراد عامة والمعاقين بصرياً خاصة ومع خصائصهم النفسية والاجتماعية والتي تتأثر بشكل مباشر بالإعاقة الخاصة بهم، كما لهم صفات عقلية لا تختلف كثيراً عن صفات أقرانهم الأسوياء، مما دعى الباحث إلى التفكير في العلاقة بين تقدير الذات والوجود النفسي الأفضل لدى المعاقين بصرياً.

مشكلة البحث

من أهم الخصائص الاجتماعية والإنفعالية للمعاقين بصرياً والتي أجمعت عليها بعض البحوث والدراسات في هذا المجال، هي أن هناك انخفاضاً ملحوظاً في مفهوم الذات لدى المعاقين بصرياً مقارنة بالمبصرين، ومحور هذا الانخفاض هو سيطرة وجهة الضبط الخارجي لدى المعاقين بصرياً على وجهة الضبط الداخلي مما يعني عدم ثقة المعاق بصرياً في قدراته واعتماده على الآخرين بشكل كبير بالإضافة إلى نقص في الخبرات الناجحة التي يمر بها ، حيث أن الخبرات الناجحة ضرورية لنمو مفهوم الذات بشكل مباشر، كما إنه من أبرز السلوكيات العصابية التي يعاني منه المعاق بصرياً القلق والعجز عن العمل على مستوى القدرة الفعلية، والتمركز حول الذات، والحساسية الزائدة، والشكاوى الجسدية، والتبعية والاعتماد على الآخرين، كما يعاني المعاقين بصرياً من قصور في التوافق الإجتماعي، كما ينتج لدى المعاق بصرياً سلوكيات الغضب بسبب الصراع الداخلي لديه بين الرغبة في الاستقلال وعدم المقدرة على الاستقلال عن الآخرين واعتماده عليهم في أعمال يعجز عن فعلها بنفسه. (وفاء عقل، ٢٠٠٩: ١٠٩ – ١١١). ويعد الوجود النفسي الأفضل هدفًا أساسيًا لكل شخص لذا كان الاهتمام في السنوات الأخيرة على الموضوعات التي تؤكد على إيجابية الشخصية الإنسانية، ويشدد علماء علم النفس الانساني على ضرورة أن تكون الحياة الداخلية والخارجية للإنسان أكثر عمقًا وتوافقًا مما يجعله أكثر قدرة على التعامل بكفاءة مع أقسى ظروف الحياة المحيطة به (عفراء خليل، ٢٠١٢: ٢٠٩)، فالوجود الأفضل عبارة عن حالة عامة تشمل الفرد بأكمله إلى جانب تمتعه بالصحة بالصحة النفسية والبدنية والمكانة الاجتماعية (جبر محمد، ٢٠٠٤: ١٨).

إن الوجود النفسي الأفضل يتمثل في الإحساس الإيجابي بحسن الحال كما يرصد المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا المرء عن ذاته وحياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق أهدافه الشخصية، واستقلاله في تحديد وجهة ومسار حياته، وإقامته لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها، كما ترتبط بكلاً من الاحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية (Ryff, et al, 2006, 85).

وتكشف نتائج العديد من الدراسات والأبحاث إلى وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين تقدير الذات والوجود النفسي الأفضل مثل دراسة روزنبرج وآخرون (Rosenberg, et al, 1995) والتي تبين أن تقدير الذات يرتبط إيجابيًا بكل من الوجود النفسي الأفضل والصحة النفسية، كما يعد أفضل منبئ بالوجود النفسي الأفضل.

بينما تكشف دراسة راهاردجو (Rahardjo, 2014) إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والوجود النفسي الأفضل، إلا أن الذكور كان لديهم تقدير ذات مرتفع ووجود نفسي أفضل من الإناث، كما

يرى أن من لديه تقدير ذات مرتفع وإيجابي فمن السهل أن يكون لديه وجود نفسي أفضل مقارنة بتقدير الذات المنخفض.

واتساقاً مع ما سبق يمكن بلورة مشكلة البحث الحالي في السؤال الرئيس التالي:

- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الوجود النفسي الأفضل وتقدير الذات لدى المراهقين المعاقين بصريًا؟ ويتفرع من هذا السؤال التساؤلات الفرعية التالية:

١- هل يختلف الوجود النفسي الأفضل (الأبعاد والدرجة الكلية) حسب الجنس لدى المراهقين المعاقين بصريًا؟

٢- هل يختلف تقدير الذات (الأبعاد والدرجة الكلية) حسب الجنس لدى المراهقين المعاقين بصريًا؟

هدف البحث

هدف البحث الحالي إلى:

١- التوصل إلى العلاقة بين تقدير الذات والوجود النفسي الأفضل لدى المعاقين بصريًا.

أهمية البحث

تتحدد أهمية البحث الحالي من خلال جانبين مهمين هما:

أ- الأهمية النظرية:

تكمُن أهمية البحث الحالي في أهمية الجانب الذي تتصدى لدراسته وهو العلاقة بين الوجود النفسي الأفضل والقابلية للاستهواء لدى المعاقين بصريًا.

ب- الأهمية التطبيقية:

يُمكن أن توفر نتائج البحث الحالي البيانات والمعلومات التي تُساعد في التخطيط السليم للتصدي للمشكلات الخاصة بالتوافق الجتماعي والتوافق الانفعالي لدى المعاقين بصرياً، ووضع الإستراتيجيات والسياسات الخاصة برعاية المعاقين بصريًا بهدف توفير حياة أفضل لهم وإتاحة الفرصة للنمو بشكل مناسب للإعاقة الخاصة بهم وانخراطهم في المجتمع، ومشاركتهم في الحياة الاجتماعية بكافة جوانبها، وتمتعهم بصحة نفسية أفضل.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بحدود بشرية، ومكانية، وزمانية على النحو التالي:

أ- **الحد البشري** : يتحدد بعينة التي تألفت من ١٢٦ طالبًا وطالبة من المعاقين بصريًا منهم ٦٨ طالبًا من الذكور و٥٨ طالبة من الإناث، تتراوح أعمارهم ما بين ١٣ إلى ١٨ عامًا بمتوسط عمر ١٦.٨ عامًا.

ب-**الحد المكاني:** يتحدد بمكان إجراءُ البحث بمدارس النور للمكفوفين بشبين الكوم – بمحافظة المنوفية.

ت- **الحد الزماني:** يتحدد بفترة إجراء الدراسة على العينة السابق ذكرها من خلال تطبيق المقاييس الخاص بالدراسة الحالية في النصف الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠٢١ – ٢٠٢٢ بداية من يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٢/٣/١ حتي يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٢/٣/٣٠ لمدة أربع أسابيع حسب المخطط الموضوع لتطبيق المقاييس على العينة.

أدوات البحث:

١- مقياس الوجود النفسي الأفضل لرايف (تعريب نعمية شمس' عماد السكري، ٢٠١٣)

٢- مقياس تقدير الذات (سالمة الحجري ٢٠١١)

مصطلحات البحث:

الوجود النفسي الأفضل psychological well-being:

الوجود النفس الأفضل هو التقييم الإيجابي للذات والحياة، والشعور المستمر بالنضج والتطور في الشخصية، والإيمان بأن الحياة لها معني، والتمتع بعلاقات جيدة مع الآخرين، والقدرة على إدار البيئة المحيطة به بفاعلية، والشعور بتفرد الذات (Ryff, 1995, 99- 104)، ويُعرف إجرائيًا: الوجود النفسي الأفضل بأنه: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الفرد على مقياس الوجود النفسي الأفضل المستخدم في البحث.

تقدير الذات: Self - Esteem

هو الحكم الذاتي العام للفرد على نفسه ويشمل الجوانب العقلية والجسمية والاجتماعية والانفعالية (فؤاد حسين،٢٠٠٧: ١٠)، ويُعرف إجرائيًا: تقدير الذات بأنه: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الفرد على مقياس تقدير الذات المستخدم في البحث.

الإعاقة البصرية Visually Impaired:

تعرف الإعاقة البصرية بأنها حالة من الضعف في حاسة البصر بحيث يحد من قدرة الفرد على استخدام حاسة بصره (العين) بفعالية واقتدار، الأمر الذي يؤثر سلبًا في نموه وأدائه، وتشمل هذه الإعاقة ضعفًا أو عجزًا في الوظائف البشرية (سعيد العزة، ٢٠٠١: ١٧٥).

أدبيات البحث

يقوم الباحث في هذا الجزء من البحث بعرض المتغيرات المعنية بالبحث الحالي وهي الوجود النفسي الأفضل من خلال عرض التعريفات والمفاهيم، والنظريات الخاصة بالمتغير مع التدعيم لها ببعض الدراسات السابقة، كما يعرض المتغيرات المرتبطة به المعينة بالدراسة وهي تقدير الذات، وعرض تعريفات هذه المتغيرات والمفاهيم والنظريات المفسرة لكل متغير منها، كما يتم التعرض للمعاقين بصريًا من خلال تعريفات الإعاقة والصفات والخصائص الخاصة بالمعاقين بصريًا وعرض بعض الدراسات السابقة المرتبطة بمتغيرات الدراسة لدى المعاقين بصرياً.

أولاً: الوجود النفسي الأفضل Psychology Well- Being:

يعتبر الوجود النفسي الأفضل المفهوم المحوري والرئيسي في علم النفس الإيجابي لما له من مكانة بارزة في تاريخ الفكر الإنساني، كمايعد مفهوم الوجود النفسي الأفضل من المفاهيم المعقدة نسبياً إذ تسهم فيه مجموعة متنوعة من المكونات حيث تعددت التعريفات التي تتناول ذلك المفهوم (إيمان غانم، ٢٠١٧: ٣٥).

وتعددت الرؤى التي تناولت الوجود النفسي الافضل فالبعض يرى أنه يعني انخفاض الشعور بالضيق والتوازن بين الوجدان الموجب والسالب، والرضاعن الحياة، والبعض تناوله باعتباره الوظيفة الإيجابية أو الأداء الإيجابي، وهناك من تناوله في ضوء إنخفاض الشعور بالإكتئاب وحسن التعامل والتعايش مع الضغوط أي انخفاض الصحة النفسية، وهناك من تناوله على أنه تمتع الفرد بالإمكانات الإيجابية التي تؤدي إلى صحة نفسية أفضل كالأمل والهدف في الحياة وتفرد الذات (Moe, 2012, 1-2).

تعريف الوجود النفسي الأفضل:

الوجود النفسي الأفضل بأنه "هو التقييم الإيجابي للذات والحياة، والشعور المستمر بالنضج والتطور في الشخصية، والإيمان بأن الحياة لها معني، والتمتع بعلاقات جيدة مع الآخرين، والقدرة على إدار البيئة المحيطة به بفاعلية، والشعور بتفرد الذات" (Ryff, 1995, 99- 104).

الوجود النفسي الأفضل على أنه عبارة عن الأداء النفسي الأمثل والخبرة في الحياة (Ryan& Deci, 2001, 142). فالوجود النفسي الأفضل أنه "هو الشعور باعتدال المزاج والحياة الهادفة وارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام وذلك لما يتعرض له من مصادر السعادة الشخصية المتمثلة في العناية بالصحة العامة والرضا عن الذات وتقدير الذات والمستوى الاقتصادي ومصادر السعادة الاجتماعية والمساندة الاجتماعية" (سحر القطاوي، ٢٠٠٦: ١٧). وهو تقييم الفرد العام لحياته وعلى حالته الرجدانية كما يعتبر جانباص رئيسياً من جوانب الصحة للفرد والجماعة (Stone, et al, 2010, 9985).

ويتبنى الباحث تعريف رايف (Ryff, 1995) للوجود النفسي الأفضل بأبعاده الستة حيث تعرفه بأنه (الوجود النفس الأفضل هو التقييم الإيجابي للذات والحياة، والشعور المستمر بالنضج والتطور في الشخصية، والإيمان بأن الحياة لها معني، والتمتع بعلاقات جيدة مع الآخرين، والقدرة على إدارة البيئة المحيطة به بفاعلية، والشعور بتفرد الذات) (Ryff, 1995, 99- 104).

أبعاد الوجود النفسي الأفضل كما تذكرها رايف (Ryff, 1995)

١- الاستقلالية Autonomy:

وتشير إلى استقلالية الفرد وقدرته على اتخاذ القرار، ومقاومة الضغوط الاجتماعية، وضبط وتنظيم السلوكالشخصي أثناء التفاعل مع الآخرين.

٢- التمكن البيئي Environmental Mastery :

تشير إلى قدرة الفرد على التمكن من تنظيم الظروف والتحكم في كثير من الأنشطة، والاستفادة بطريقة فعالة من الظروف المحيطة، وتوفير البيئة المناسبة، والمرونة الشخصية.

٣- النمو الشخصي Personal Growth:

تشير إلى قدرة الفرد على تنمية وتطوير قدراته وزيادة فعاليته وكفاءته الشخصية في الجوانب المختلفة، والشعور بالتفائل في الحياة.

٤- العلاقات الإيجابية مع الآخرين Positive Relations With Others:

تشير إلى قدرة الفرد على تكوين وإقامة صداقات وعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين على أساس من: الود، والتعاطف، والثقة المتبادلة، والتفهم، والتأثير، والصداقة، والأخذ والعطاء.

٥- الأهداف في الحياة Purpose In Life:

تشير إلى قدرة الفرد على تحديدأهدافه في الحياة بشكل موضوعي، وأن يكون له هدف ورؤية واضحة توجه أفعاله وتصرفاته وسلوكياته مع المثابرة والإصرار على تحقيق أهدافه.

٦- تقبل الذات Self- Acceptance:

وتشير إلى القدرة على تحقيق الذات والاتجاهات الإيجابية نحو الذات والحياة الماضية وتقبل المظاهر المختلفة للذات بما فيها من جوانب إيجابية وأخرى سلبية.

مفهوم الوجود النفسي الأفضل:

إن الافراد ذوي الوجود النفسي الافضل المرتفع قادرون على الالتصاق والتمسك بالخصائص أو المواصفات الايجابية وهم يقفون على أرض صلبة ينطلقون منها لخلق حياة قوية راقية معتمدين على

انفسهم. ويكون الوجود النفسي مرتفعا عندما يكون الفرد راضيا عن حياته يشعر بالمرح ويتخلص من الانفعالات السلبية كالحزن والغضب ويكون الوجود النفسي منخفض عندما يكون الفرد غير راض عن حياته ولا يشعر بالمرح وتنتابه الانفعالات السلبة كالغضب والقلق ويرتبط الجانب المعرفي والجانب الوجداني للوجود النفسي الافضل بدرجة كبيرة إذ يدرك الأفراد ما يحدث لهم سواء كان إيجابياً أوسلبياً وبناءً عليه تكون ردة فعلهم إيجابية أو سلبية (عفراء خليل، ٢٠١٢: ١٤٦).

الوجود النفسي الأفضل هو حالة موضوعية تشمل على أبعاد متعددة مثل صحة الطفل، وتنمية السلوك، والعواطف، والتحصيل، والعوامل التي تؤثر عليه مثل تربية الطفل، والبيئة، والوضع الاجتماعي والاقتصادي. (Axford, Jodrell& Hobbs, 2014, 2699)

إن الأحداث والتجارب اليومية لها تأثير كبير على احساس الأفراد بالوجود النفسي الأفضل حتى أن الأشخاص الأكثر مرونة قد يصبح لديهم شعور بالكآبة والحزن إذا كانت تجاربهم اليومية سلبية ومزعجة باستمرار. كما أن التعرض للضغوط المرتبطة بالعمل على مدى فترات طويلة من الزمن يكون له تأثير سلبي على إحساس الأفراد بالسعادة والاستقرار النفسي، وكما أن الفترات السلبية القصيرة قد تكون مفيدة في بناء المرونة النفسية، إلا أنه في المقابل فالإجهاد المستمر ليس مفيداً لشعور الفرد بالوجود النفسي الأفضل، بل أنه قد يؤدي إلى الشعور المنخفض بالوجود النفسي الأفضل (Chandola, et al, 2008, 640-648).

الوجود النفسي الأفضل مهم جدًا للأفراد سواء كان في التواصل المجتمعي أو في العمل أو في التعامل مع أزمات الحياة بشكل عام، هذا بالإضافة إلى أهمية الوجود النفسي الأفضل في الوقاية من الاضطرابات النفسية والمشكلات السلوكية (Shyu Yeaing,2019, 19).

الوجود النفسي الافضل يتمثل في الإحساس الإيجابي بحسن الحال كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا المرء عن ذاته وعن حياته بشكل عام وسعيه المتواصل لتحقيق أهدافه الشخصية واستقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته واقامة علاقات اجتماعية ايجابية والاستمرار فيها، كما يرتبط بالاحساس العام بالسعادة والطمأنينة النفسية (Ryff, et al., 2006, 85-95).

كما أن الأشخاص الذين يعانون من إعاقة بصرية ينخفض لديهم مستوى الوجود النفسي الأفضل، كما أن أوقات الفراغ تؤثر على الوجود النفسي الأفضل فالذين يعانون من إعاقة بصرية ولا يشغلون أوقات الفراغ لديهم بشكل إيجابي فإنهم غير راضين عن صحتهم النفسية، كما أن شغل أوقات الفراغ بشكل إيجابي يعزز لديهم الوجود النفسي الأفضل، كما أنه من خلال رفع مستوى الوجود النفسي الأفضل لديهم أصبح وقت الفراغ بمثابة مساحة للتفكير الإيجابي والتفاعل الاجتماعي بشكل أكثر فاعلية، وفي حال انخفاض مستوى الوجود النفسي الأفضل لديهم يؤدي ذلك إلى زيادة الإحساس بالوحدة وعدم الرغب

في التواصل الاجتماعي وزيادة الأفكار السلبية لديهم بشكل عام (Issahaku Adam, 2022, 568-584).

مما سبق يرى الباحث أن الوجود النفسي الأفضل لا يعني السعادة في الحياة حيث أن السعادة شعور مستقر دائم ينبع من داخل الأفراد بينما الوجود النفسي الأفضل شعور دينامي يتغير باستمرار نتيجة تقييم الأداء الذاتي للفرد وتقييم العلاقات والتفاعلات مع الآخرين وظروف حياتهم وبيئتهم، كما أنه ليس كجودة الحياة حيث أن جودة الحياة ترتبط بالظروف المحيطة بالفرد ورقي مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم في المجتمع، بينما يتفق مع تعريف رايف (Ryff, 1995) للوجود النفسي الأفضل بأبعاده الستة حيث ترى بأنه التقييم الإيجابي للذات والحياة، والشعور المستمر بالنضج والتطور في الشخصية، والإيمان بأن الحياة لها معني، والتمتع بعلاقات جيدة مع الآخرين، والقدرة على إدارة البيئة المحيطة به بفاعلية، والشعور بتفرد الذات).

خصائص الأفراد المرتفعين والمنخفضين في الوجود النفسي الأفضل:-

قدمت رايف وسنجر (Ryff & Singer, 2008, 25-26) وصفاً لخصائص الأفراد المرتفعين والمنخفضين في الوجود النفسي الأفضل حسب الأبعاد الستة لديهم وهي كالتالي:-

جدول (١) خصائص الأفراد المرتفعين والمنخفضين في الوجود النفسي الأفضل

الأبعاد	مرتفعي الوجود النفسي الأفضل	منخفضي الوجود النفسي الأفضل
الإستقلالية	- استقلال الفرد بذاته. - اتخاذ القرار بنفسه. - مقاومة الضغط الاجتماعي. - التفكير والتفاعل بطرق محددة. - الضبط الداخلي للذات. - تقييم الذات بمعيار ذاتي.	- التركيز على تقيمات الآخرين له. - المثول لأحكام الآخرين في اتخاذ القرارات المهنية. - التأثر بالضغوط الاجتماعية في قراراته وأفكاره.
التمكن من البيئة	- الاحساس بالتمكن. - الضبط والتحكم في الأنشطة. - العمل بفاعلية على استخدام الإحتياطات المناسبة. - القدرة على اختيار وإيجاد بيئة مناسبة للحاجات والقيم الشخصية.	- الصعوبة في إدارة شئون الحياة. - الشعور بعدم القدرة على أو تحسين البيئة المحيطة. - عدم الوعي بالفرص المناسبة. - قلة السيطرة على المحيطة.
النمو	- الشعور بالنمو المستمر للشخصية.	- الإحساس بنقص النمو الشخصي.

الشخصي	– الإنفتاح على الخبرات بشكل جيد. – الشعور بالتفاؤل بشكل عام. – التغير في التفكير كانعكاس للمعرفة الذاتية والفاعلية الذاتيه. – الشعور بالتحسن المستمر للذات والسلوكيات بمرور الوقت.	– عدم القدرة على التحسن بمرور بمرور الوقت. – قلة الاستمتاع بالحياة. – الشعور بالضجر والضيق. – الشعور بعدم القدرة على اكتساب اتجاهات وسلوكيات جديدة.
العلاقات الإيجابية مع الآخرين	– الدفء والرضا والثقة في العلاقات مع الآخرين. – الإهتمام بسعادة الآخرين فقط. – القدرة على التفهم والتأثير والصداقة والأخذ والعطاء في العلاقات الإنسانية.	– عدم الثقة بالذات وقلة العلاقات مع الآخرين. – الصعوبة في تكوين العلاقات. – عدم السعي لتكوين علاقات جديدة مع الآخرين.
الأهداف في الحياة	– الإحساس بالتوجه والأهداف في الحياة. – الشعور بمعنى الحياة في الوقت الحاضر والماضي. – الثقة والموضوعية في تحديد أهداف الحياة.	– نقص الشعور بمعنى الحياة. – قلة الاهداف في الحياة. – نقص التوجه الذاتي. – عدم القدرة على تحديد أهداف. – لا يوجد لديه وجهات نظر أو معتقدات تضفي للحياة معنى.
تقبل الذات	– الإتجاهات الموجبة نحو الذات. – تقبل المظهر المتعدد للذات بما تشمله من إيجابيات وسلبيات. – الشعور الإيجابي عن الحياة الماضية.	– الشعور بعدم الرضا عن الذات. – الشعور بخيبة الأمل نحو الحياة الماضية. – الأنزعاج المستمر من الآخرين.

النظريات المفسرة للوجود النفسي الأفضل:

توجد عدة نظريات تفسر الوجود النفسي الأفضل منها:-

١- نظرية المقارنة الاجتماعية.

٢- نظرية تحديد الذات.

٣- نظرية المواجهة.

نظرية التحديد الذاتي (Self-determination theory)

بدأت بوادر هذه النظرية في الثمانينات حيث كانت هناك مقارنات بين الدافع الداخلي والدافع الخارجي ومن خلال الفهم المتراكم لهذه المقارنات وللدور الذي يلعبه الدافع الداخلي بدأت تتشكل نظرية التحديد الذاتي في التسعينات على يد الباحثان إدوارد ديسي، وريتشاد راين (Edward Deci, Richard Ryan, 1985) ومن ثم بدأت تطبيقات هذه النظرية تظهر جلياً عام ٢٠٠٠. هي نظرية تشرح الدافعية والإتجاهات الشخصية، وهي تهتم بوصف النمو للتوجهات الطبيعية والحاجات النفسية لدى الأفراد. تصف النظرية تحديدا الأسباب وراء اختيارات الناس ودوافعهم لأداء النشاط من دون أي تدخلات خارجية أو مقاطعة للرغبات الداخلية الخاصة بهم . نظرية التحديد الذاتي تهتم بوصف سلوك الأفراد من خلال قياس مدى ارتباط أداء السلوك بالتحفيز الداخلي واختياراتهم الذاتية لأداءهذا السلوك، ومن أبرز ما جاء في النظرية هو شرح الفروق المتمثلة في الدافع الداخلي والدافع الخارجي ضمن سلسلة تبدأ من أقل مستوى من الدافعية وتسمى الدافع اللاإرتباطي وتنتهي إلى أعلى مستوى من الدافعية وتسمى الدافع الداخلي، والرغبة في أن يكون المرء عاملًا سببيًا في حياته ويتصرف بانسجام مع ذاته المتكاملة **(Deci, Vansteenkiste, 2004, 1).**

تفرض نظرية تحديد الذات أن جميع الأفراد بغض النظر عن عمرهم، وجنسهم، ووضعهم الاقتصادي، والاجتماعي، وجنسياتهم، وخلفياتهم الثقافية يمتلكون ميولاً كامنة للنمو، مثل الدوافع الذاتية، والحاجات النفسية، والفضول وهذه الميول تمثل الأساس في المشاركة والأداء الإيجابي مع الآخرين، كما تهتم النظرية أيضًا بتطور الفرد ووظائفه الشخصية في سياق اجتماعي، وتعتبر نموذجًا للدافعية الإنسانية والشخصية، كما تشير أيضًا إلى أن الأفراد لديهم الميل إلى استيعاب المعرفة من خلال التنشئة الاجتماعية، كما أولت النظرية اهتمامًا كبيرًا بالدافعية الاجتماعية (محمد عبدالعزير، وعدنان العتوم، ٢٠١٧: ٢١٢-٢١٩).

ترى نظرية التقرير الذاتي أن هناك ثلاث حاجات داخلية رئيسية لها دورًا أساسيًا في حث الفرد على القيام بالسلوك وهى: (١) الكفاءة (٢) الاختيار الذاتي (٣) العلاقات بالآخرين وتتعلق بمدى الإشباع الذي يوفره القيام بالسلوك للحاجات الاجتماعية للفرد (كاشف زايد، وأيرون فريز، ٢٠١٥: ٣٤٠). ويرى ريان (Ryan, 2009) أنه من خلال نظرية تحديد الذات تم تحديد ثلاث قواعد للحاجات النفسية الفطرية (الاستقلال، الترابط، الكفاءة) من خلال النظريات التالية:

نظرية التقييم المعرفي: و تتعلق بالسياقات الاجتماعية والتفاعلات الشخصية.

نظرية تكامل الكائنات: حيث تتناول مختلف عمليات الدوافع الخارجية حيث تركز على الاستمرارية الداخلية والتي تمتد من التنظيم الخارجي حتى الاستدماج.

نظرية التوجهات السببية: تصف الفروق الفردية في كيفية توجيه الناس إلى الجوانب المختلفة للبيئة في تنظيم السلوك (Ryan, 2009, 2).

ثانيًا:- تقدير الذات: Self – Esteem

يعد مفهوم الذات حجر الزاوية في الشخصية إذ أن وظيفته الأساسية هي السعي لتكامل واتساق الشخصية، ليكون الفرد متكيفًا مع البيئة التي يعيش فيها، وجعله بهوية تميزه عن الآخرين فهو يسعى الى وحدة و تماسك الشخصية والذي يميز الفرد عن الآخرين، فهو يسعى إلى وحدة وتمساك الشخصية والذي يميز الفرد عن غيره، وتتجلى أهميته في كونه المحدد للسلوك الإنساني (مليكة بن دربال، ٢٠١٦: ١٨).

كل فرد ينظر إلى نفسه بطريقة ما، فالبعض يرون أنفسهم أقل من الآخرين، وبالتالي ينعكس ذلك على سلوكهم، فنجدهم لا يتصرفون بحماس وإقبال نحو غيرهم من الناس، والبعض الآخر يقدرون أنفسهم حق قدرها وبالتالي ينعكس ذلك على سلوكهم نحو غيرهم، فنجدهم يتصرفون أفضل مع غيرهم وبالتالي فان تقدير الفرد لذاته هو الحكم الذي يصدره الشخص على نفسه وبنفسه وتبعا لذلك الحكم يختلف سلوك الافراد بعضهم عن بعض(دراسات نفسية ، ٢٠٠٤).

مفهوم الذات

تمثل الذات بأنها تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه ويعمل على الحفاظ عليه ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته، وهو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات النجاح والفشل والقبول وقوة الشخصية. فيمكن القول أن مفهوم الذات يشمل كل ما يملكه الفرد بصوره المركبة والمؤلفة من تفكيره عن نفسه وتحصيله وخصائصه الجسمية والعقلية والانفعالية ورؤية الآخرين له كذلك رؤيته بما يتمنى أن يكون عليه (مليكة بن دربالة، ٢٠١٦: ١٩).

الذات هو مجموع الطرق التي يرى الفرد نفسه من خلالها (مايسه جمعة، ٢٠٠٧: ٣٤).

والذات هو مصطلح نفسي يعبر عن مفهوم افتراضي يشمل جميع الأفكار والمشاعر والاتجاهات التي يكونها الفرد عن نفسه، ويشمل المعتقدات والقيم والقناعات والطموحات المستقبلية التي تتأثر بحد كبير بالنواحي الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية (منى العامرية، ٢٠١٤: ٩).

مفهوم تقدير الذات (self –esteem)

فتقدير الذات هو تقييم الشخص لنفسه في حدود طريقة إدراكه لآراء الآخرين فيه (محمد غيث، ٢٠٠٦: ص ٣٧٥). فتقدير الذات هو الأساس في شعور المرء الكفاءة الذاتية وقيمته الذاتية، والتقدير المرتفع للذات يصنع الجانب الأعظم من شخصية وقدرات المرء، كما أنه يمكن المرء من الوصول بامكانته وقدراته إلى أعلى مستوى وبلوغ أهدافه المرجوة، فتقدير الذات متطلب أساسي للسلوك البناء بوجه عام في

الحياة (Ranjit & Robert, 2005, 14). وهو نظرة الفرد لنفسه، نظرة تتضمن الثقة بالنفس بدرجة كافية، وتتضمن كذلك إحساس الفرد بكفاءته وجدارته واستعداده لتقبل الخبرات الجديدة (خليل المعايطة، ٢٠٠٠: ٨٩). ويعرفه كوبر سميث بأنه تقييم يضعه الفرد لنفسه بنفسه ويعمل على الحفاظ عليه، ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته، وهو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات الفشل ةالنجاح والقبول وقوة الشخصية. (في عايدة محمد، ٢٠١٠: ٧٦) وهو الرؤية الخاصة بكل فرد اتجاه نفسه وأحكامه حول إمكانياته، كفاءاته، قدراته، ويختلف تقدير الذات من فرد لآخر، ويتضمن تقدير الذات إتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته (مليكة بن دربال، ٢٠١٦: ٢٩).

وتقدير الذات هو عملية وجدانية من خلالها يستطيع الفرد أن يقيم الصورة التي ينظر فيها إلى نفسه، من معتقدات وقيم، ومشاعر وأفكار واتجاهات، تتضمن قبوله لذاته، أو عدم قبوله، واحساسه بأهميته، وجدارته وشعوره بالكفاءة في المواقف الاجتماعية المختلفة (حكيمة باكيني، سارة رمضاني، ٢٠١٧: ٤٣).

ويري رانجيت سينج وربرت دبليو أن تقدير الذات هو تقييم المرء الكلي لذاته إما بطريقة إيجابية وإما بطريقة سلبية، كما أنه يشير إلى إيمان المرء بنفسه وبأهليتها وقدرتها واستحقاقها للحياة، فو في الأساس شعور المرء بكفاءة ذاته وقيمتها (Ranjit & Robert, 2005, 2).حيث أن تقدير كل شخص لذاته يؤثر في أسلوب حياته، وطريقة تفكيره، وعمله، ومشاعره نحو الآخرين، ويؤثر في نجاحه ومدى انجازه لأهدافه في الحياة فمع إحترام الشخص وتقديره لذاته تزداد إنتاجيته وفاعليته في حياته العملية والاجتماعية، فلا يجب أن تكون إخفاقات وعثرات الماضي عجلة تقودنا للوراء بل العكس يجب أن يكون ماضينا أساسًا في الخبرة المكتسبة في كيفية التعامل مع القضايا والأحداث حيث يعتمد على مستوى تقديرنا لذاتنا وعلى تجاربنا الفردية (أمل الملا، ٢٠٠٨: ٢٢).

العوامل التي تؤثر في تكوين تقدير الذات:

يعتبر تقدير الذات مصدرًا فعالًا ومؤثرًا في مواجهة الضغوط التي يتعرض لها الأفراد، حيث أن الأفراد الذين لديهم تقدير ذات عال يكونوا أكثر مرونة في مواجهة الأحداث الضاغطة، لأنهم أقل عرضة لمظاهر التهديد الذاتية المرتبطة بالأحداث الضاغطة (سالمة الحجري، ٢٠١١: ١١).

فهناك نوعان من العوامل المؤدية إلى تكوين تقدير ذات مرتفع أو منخفض هما:

١. **عوامل تتعلق بالفرد نفسه:**

فلقد ثبت أن درجة تقدير الذات لدى الطفل تتحدد بقدر خلوه من القلق وعدم الاستقرار النفسي بمعنى أنه إذا كان الفرد متمتعًا بصحة نفسية جيدة ساعد ذلك على نموه نموًا طبيعيًا ويكون تقديره لذاته مرتفعًا،

وأما إذا كان الفرد من النوع القلق غير المستقر، فإن فكرته عن ذاته تكون منخفضة، وبالتالي ينخفض تقديره لذاته (فاروق عبد الفتاح، ١٩٨٧ : ٢١).

٢. عوامل تتعلق بالبيئة الخارجية

إن العوامل التي تؤثر في تقدير الفرد لذاته كثيرة منها ما يتعلق بالفرد نفسه مثل استعداداته وقدراته والفرص التي يستطيع أن يستغلها بما يحقق له الفائدة ومنها ما يتعلق بالبيئة الخارجية وبالأفراد الذين يتعامل معهم فإذا كانت البيئة تهيئ للفرد المجال والانطلاق والإنتاج والإبداع فان تقديره لذاته يزداد ،أما إذا كانت البيئة محبطة وتضع العوائق أمام الفرد بحيث لا يستطيع أن يستغل قدراته واستعداداته ولا يستطيع تحقيق طموحاته، فإن تقدير الفرد لذاته ينخفض، وكذلك فإن نمو تقدير الذات لا يتأثر بالعوامل البيئية والموقفية فحسب ولكنه يتأثر بعوامل دائمة مثل ذكاء الفرد وقدراته العقلية وسمات شخصيته والمرحلة العمرية والتعليمية التي يمر بها (فاروق عبد الفتاح، ١٩٨٧: ٢١).

تقدير الذات لدى المعاقين بصريًا:

إن قبول الآخرين يعتمد على قبول الذات وإذا كان لدى الفرد المعاق مشكلة في قبول الذات فإنه سوف يواجه مشكلات في قبول الآخرين له والتي تعتبر من أهم من الإعاقة ذاتها، وعلى هذا تتشكل فكرة المعاقعن ذاته والذي يحدد بدجة كبيرة تقدير المعاق لذاته (إبراهيم فرج، ٢٠٠٦: ١٣).

إن كف البصر يغير ويعيد تنظيم الحياة العقلية للفرد بأكملها، كما أن عدم التكيف الاجتماعي لدى فاقدي البصر يعود إلى أن المجتمع هو الذي يسبب هذه المشاكل وليس فاقدو البصر بأنفسهم، كما أن فقد البصر المبكر قد يطبع صاحبه بسمات ضعف الثقة وعدم الشعور بالأمن ومن ثم العزلة والانطواء (سالمة الحجري، ٢٠١١: ١٩). حيث أشارت نتائج دراسة (Knight, 2001) إلى أن هناك انخفاض في مستوى تقدير الذات لصالح الذكور لحصولهم على مستوى أعلى في العزلة الاجتماعية من الإناث. كما أن كف البصر المفاجئ يصيب صاحبه بالسلوك العدواني بل قد يؤدي إلى الميول الانتحارية، وخاصة إذاانقطع الأمل في الشفاء.

فيحتاج المعاق بصريًا إلى جهد مضاعف وإثبات كفاءة وقدرة ذاتية مضاعفة مقارنة بالشخص العادي، وذلك لأن نظرة المجتمع للمعاق تتسم غاليًا بنوع من الشفقة والرعاية الزائدة وذلك لعدم التأكد من قدرته على أداء الوظائف الموكلة إليه مهما كانت بسيطة (هناء المؤمني، ٢٠٠٦: ٢٤). كذلك فإن التعايش المستمر للمعاق مع الإحباطات المستمرة الناتجة عن الإعاقة البصرية ستؤثر سلبًا على نظرته لنفسه وأفكاره ومعتقداته حول مستقبله، وهذا ما أشارت إليه دراسة (إبراهيم كيلاني، ٢٠٠٨) أن هناك علاقة ارتباطيةعكسية بين درجات الأفراد ذوي التقدير المنخفض للذات وقلق المستقبل لديهم، وكشفت دراسة (ميرفت سلامة، ٢٠٠٨) أن هناك فروقًا بين الجنسين من المكفوفين في بعض المتغيرات مثل مفهوم

الذات والمخاوف، وأن هناك فروقًا بين المكفوفين والمبصرين في متغيرات مثل مفهوم الذات ةالقلق والمخاوف. كما كشفت دراسة شيرلي ونيس (Shirley& Nes, 2005) أنه لا يوجد اختلاف بين المبصرين والمعاقين بصريًا في مستوى تقدير الذات والتعاطف مع الآخرين. كما كشفت دراسة (Lifshitz& Weisse, 2007) أنه لا توجد إختلافات بين المبصرين والمعاقين بصريًا في مفهوم الذات ونوعية الصداقة والعلاقات مع الآخرين. وكشفت نتائج دراسة (AL–Zyoudi, 2007) أنه يوجد لدى المراهقين ضعاف البصر بعض الاختلافات حسب الجنس، حيث أن الإناث لديهم انخفاض في مفهوم الذات الاجتماعي والسلوك الذاتي العائلي والسلوك الذاتي الأخلاقي عن الذكور، بينما أظهر الإناث مستوى عالى في مفهوم الذات الجسدي.

ثالثًا:- المعاقين بصريًا: (Visual Impairment)

تعريف الاعاقة البصرية:

ظهرت تعريفات متعددة للإعاقة البصرية بعضها ركز على الجوانب القانونية والبعض الآخر ركز على الجوانب التربوية فمنها: يوضح (جمال الخطيب، مني الحديدي،٢٠٠٩) أن الإعاقة البصرية تعرف من زاويتين أساسيتين وهما: (الزاوية القانونية والزاوية التربوية):

فيعتمد التعريف القانوني (الطبي) على حدّة البصر (Visual Acuity)، وحدة البصر هي القدرة على التمييز بين الأشكال (كقراءة الأحرف أو الأرقام أو الرموز). بعبارة أخرى: حدة البصر هي قدرة العين على أن تعكس الضور بحيث يصبحح مركزًا على الشبكية، وحدة الإبصارة العادية هي ٢٠/٢٠. فأن نقول إن حدة إبصار الشخص ٦٠/٢٠ مثلاً يعني أن الشخص لا يرى إلا عن بعد ٢٠ قدم ما يراه الناس الآخرون عن بعد ٦٠ قدم. وتبعًا لمستوى حدة البصر، يعتبر الإنسان مكفوفًا (قانونيًّا) إذا كانت حدة الإبصار لديه أضعف من ٢٠٠/٢٠، كذلك يتضمن التعريف القانوني للإعاقة البصرية تحديد مجال الإبصار (Field of vision) ومجال الإبصار هو المساحة الكلية التي يستطيع الإنسان العادي رؤيتها في لحظة ما دون أن يحرك مقلتيه. ومجال الإبصار يقاس بالدرجات وهو يبلغ حوالي (١٨٠) درجة عند الإنسان الذي يتمتع بقدرات بصرية طبيعية، فإذا كان مجال البصر يساوي (٢٠) درجة أو أقل فالإنسان مكفوف قانونيًّا.

– أما من الناحية التربية فالإنسان المكفوف هو الذي فقد بصره بالكامل أو الذي يستطيع إدارك الضوء فقط ولذلك فإن عليه الاعتماد على الحواس الأخرى للتعلم. وهذا الشخص يتعلم القراءة والكتابة عن طريق بريل، وما ينبغي التنويه إليه هنا هو أن المكفوفين قانونيًّا غالبًا ما يكون لديهم شيء من القدرة على الإبصار أو ما يسمى بالبصر المتبقي (Residal Vision)، وأما ضعاف البصر فهم من الناحية القانونية الأشخاص الذين تتراوح حدة إبصارهم ما بين ٧٠/٢٠ إلى ٢٠٠/٢٠ في العين الأقوى بعد

التصحيح، ومن الناحية التربوية، فالضعف البصري هو عدم القدرة على تأدية الوظائف المختلفة بدون اللجوء إلى أجهزة بصرية مساعدة تعمل على تكبير المادة المكتوبة (جمال الخطيب، مني الحديدي،٢٠٠٩، ١٦٦-١٦٧).

الإعاقة البصرية حالة من الضعف في حاسة البصر بحيث يحد من قدرة الفرد على استخدام حاسة بصره (العين) بفعالية واقتدار، الأمر الذي يؤثر سلبًا في نموه وأدائه، وتشمل هذه الإعاقة ضعفًا أو عجزًا في الوظائف البشرية (سعيد حسني، ٢٠٠١: ١٧٩).

كما أن الكفيف من المنظور الاجتماعي هو الشخص الذي لا يستطيع أن يجد طريقة دون قيادة أو مساعدة من الغير فى البيئة غير المعروفه له كما أنه تمنعه إعاقته البصرية الكلية أو الجزئيه من التفاعل والحد من قيامه بالوظائف السلوكيه المختلفه وإدراك الإشارات والإيماءات الإجتماعية التي تمكنه من تحقيق التواصل غير اللفظي بصورة جيدة ويعتمد فى تواصله مع الغير بصفه اساسيه على اللغه واللمس (عادل عبد الله: ٢٠٠٤، ٦٢).

إن المعاق بصريًا هو الشخص الذي لا يستطيع قراءة الكلمة المطبوعة، والذي تتدخل إعاقته البصرية بقدرته القصوي ويكون غير قادر على التعلم والتحصيل بدون تعديلات فى طرق تقديم الخبرات التعلميه، أو طبيعة المواد المستخدمه أو بيئة التعلم (راضي الوقفى، ٢٠٠٤: ٣٦١).

أسباب الإعاقة البصرية

تعددت الأسباب التي تؤدي إلى الإصابة بالإعاقة البصرية فهناك عدة أسباب منها:

- أسباب ما قبل الولادة: وتشمل العوامل الوراثية والبيئية وإصابة الأم الحامل ببعض الأمراض.
- أسباب أثناء الولادة نفسها: العوامل الوراثية: فكثيرًا ما تظهر تأثيراتها منذ الولادة وغذا حدث ذلك فهي تسمى بالعوامل الولادية (Congenital)، وتشمل نقص الأكسجين والولادة المبكرة.
- أسباب ما بعد الولادة: وتعرف العوامل غير الوراثية المسببة للإعاقة البصرية بالعوامل المكتسبة (Adventitious)، وتشمل زيادة نسبة الأوكسجين في حاضنات الأطفال الخدج والأمراض التي تصيب العين والإصابات الناجمة عن الحوادث (منى الحديدي، ٢٠٠٤: ١٨٠).

سمات وخصائص المعاق بصريًا:

نظرا للاختلافات في درجة الإعاقة البصرية وفي أنواعها ومسبباتها، وفي الظروف البيئية المحيطة بالمعاق بصرياً مثل الجهات الأسرية والاجتماعية، وطبيعة الخدمات التربوية والتأهيلية، والاجتماعية والنفسية التي تقدم للمعاق بصريا، فإنه من الصعب أن نحدد خصائص معينة يمكن أن يندرج تحتها جميع المعاقين بصريا بفئاتهم ودرجاتهم المختلفة، ذلك لأنهم ليسوا على مجموعة متجانسة، وهناك بعض الاعتبارات التي يجب أن تراعى عند تحديد خصائص المعاقين بصريًا وهذه الاعتبارات هي:

١- الربط بين الخصائص والمسببات.
٢- الربط بين الخصائص وأساليب التعامل مع المعاقين بصرياً.
٣- شمولية البحوث والدراسات في مجال الإعاقة البصرية.

كما أنه يمكن حصر هذه الخصائص للمعاقين بصرياً في خصائص انفعالية، تعليمية، عقلية، لغوية، حركية، وخصائص اجتماعية (كمال سيسالم، ١٩٨٨: ٥٦).

أولاً: الخصائص العقلية للمعاقين بصريًا:

تشير الدراسات أنه لا توجد فروق كبيرة بين ذكاء المعوقين بصريًا والأفراد العاديين على الجانب اللفظي من مقياس وكسلر لذكاء الأطفال (Wicc-R)، وكذلك الحال على مقياس ستانفورد – بينيه للذكاء، كما أن المعدل العام لذكاء هؤلاء الأطفال المعوقين بصرياً هو ضمن المعدل الطبيعي للفرد العادي (تيسير كوافحة، عمر عبدالعزير، ٢٠١٠: ٨٩).

ويذكر (عادل عبدالله، ٢٠٠٥: ٢١٢ – ٢١٥) أن هناك مكفوفين موهوبين لهم بعض الخصائص والتي تميزهم عن غيرهم من أقرانهم المكفوفين من أهمها ما يلي:

١- ارتفاع مستوى إنجازهم مقارنة بأقرانهم في نفس عمرهم الزمني والذين يعيشون في نفس البيئة ويتحدد هذا الإنجاز في المجالات العقلية والإبتكارية أو الإبداعية والفنية.
٢- يتميزون بقدرة غير عادية على القيادة تمكنهم من إدارة المواقف المختلفة بشكل مثير للانتباه.
٣- يتميزون في مجالات دراسية أو أكاديمية معينة وهي تلك التي لا تعتمد على التناول اليدوي.
٤- تعد ذاكرتهم قوية.
٥- دافعيتهم للتعلم مرتفعة.
٦- تعتبر مهارتهم لحل المشكلات مرتفعة بدرجة كبيرة.
٧- يمتازون بالمثابرة.
٨- لا يجدون أي صعوبة في التعلم باستخدام طريقة برايل.
٩- قدرتهم على التركيز عالية.

ثانيًا: الخصائص الإنفعالية للمعاقين بصريًا:

مشكلة التكيف لدى الكفيف مع إعاقته يتدخل فيها مجموعة من العوامل فقد تأتي من جانب المبصرين كما تأتي من جانب المكفوفين مما قد يجعل من الصعب أن يتقبل كلا منهما الآخر وأن يتفاهم معه (سيد صبحي، ١٩٧٩: ٢٤-٢٥).

فإن الخصائص الإنفعالية للمعاقين بصريا تتلخص فى الآتي:

١- أن المعاقين بصريا تسيطر علىهم مشاعر القلق وعدم الثقة بالنفس والشعور بالإغتراب.

٢- إنعدام الأمن والإحساس بالفشل والإحباط وإنخفاض احترام الذات وإختلال صورة الجسم.

٣- الشعور بقلة التوافق الشخصي والإجتماعي وتقبل الآخرين والشعور بالإنتماء للمجتمع من المبصرين.

٤- أكثر إنطواء واستخدام للحيل الدفاعية فى سلوكهم كالكبت والتبرير والتعويض والإنسحاب.

٥- أكثر عرضة من المبصرين للاضطرابات الإنفعالية (مجدي عزيز، ٢٠٠٢ : ٥٠١).

كما يذكر (عادل عبد الله، ٢٠٠٤: ١١٣) أن من الخصائص الإنفعالية للمعاقين بصريًا:

١- تؤثر الإعاقة سلبًا على مفهومهم لذواتهم وعلى صحتهم النفسية.

٢- سوء التوافق الشخصي.

٣- الشعور بالعجز والدونية الاحباط والتوتر.

٤- فقدان الشعور بالأمن والطمأنينة.

٥- تنتشر الاضطرابات النفسية كثيراً بينهم ويعد القلق هو الأكثر شيوعًا.

٦- اختلال صورة الجسم وعدم الثقة بالنفس.

٧- كثرة استخدام الحيل الدفاعية المختلفة.

ثالثًا: الخصائص الاجتماعية للمعاقين بصريًا:

تؤثر الإعاقة تأثيرا واضحا في سلوك الأفراد المعاقين بصريًا، حيث توجد لديهم صعوبات كبيرة في عملية التفاعل الاجتماعي، وفي اكتساب المهارات الاجتماعية اللازمة لتحقيق الاستقلال عن الآخرين، وذلك نظرا لنقص خبراتهم الاجتماعية وقلة الفرص الاجتماعية المتاحة لهم في الاحتكاك بالآخرين، والاتصال بالعالم الخارجي المحيط بهم، وكلما كانت الاتجاهات الاجتماعية نحو المعاقين بصرياً إيجابية، كلما سهلت عليهم فرص التفاعل الاجتماعي مع الآخرين، وتمت لديهم درجة أكبر من الثقة بالذات وبالآخرين (أحمد الزعبي،٢٠٠٣: ١٧٨).

ويذكر (عادل عبد الله، ٢٠٠٤: ١١٣) أن من الخصائص الاجتماعية للمعاقين بصريًا:

١- يجد صعوبه فى تطور التعلق خوفا من الغرباء .

٢- يعاني من قصور فى المهارات الإجتماعية اللازمه لتحقيق الاستقلالية والشعور بالإكتفاء الذاتي .

٣- إبتعاد وجه المعاق بصريا عن المتحدث وتوجيه أذنه تجاه المتحدث .

٤- عدم القدره على استخدام الإشارات الإجتماعية الخاصه بالتواصل غير اللفظي.

٥- القصور فى الإستثاره الإجتماعية والتفاعل الإجتماعي نتيجة إعتمادهم على الحركه والاستمتاع بالمشاهده

٦- السلبية والإعتمادية .

١- تأخر الآخرين فى تلبية حاجتهم والإهمال وعدم الاهتمام مما يؤثر فى علاقتهم بالمحيطين .
يبدي إهتمام بنفسه أكثر من اهتمامه بغيره فى الأنشطه المختلفه .

افتراضات البحث:

الفرض الأول: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والوجود النفسي الأفضل لدى المراهقين المعاقين بصريًا.

الفرض الثاني: لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس الوجود النفسي الأفضل (الأبعاد والدرجة الكلية) حسب الجنس لدى المراهقين المعاقين بصريًا.

الفرض الثالث: لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات تقدير الذات (الأبعاد والدرجة الكلية) حسب الجنس لدى المراهقين المعاقين بصريًا.

إجراءات البحث

تقديم:

يتناول الباحث في هذا الجزء من البحث أهم الإجراءات التي تمت في البحث، ويتضمن في طياته الحديث عن منهج الدراسة، وعينتها، وأدواتها، وأساليب المعالجة الإحصائية التي تم استخدامها للتأكد من صدق أدوات الدراسة، وثباتها للحصول على نتائج الدراسة.

منهج البحث:

اعتمد البحث على استخدم المنهج الوصفي الذي يتناسب مع طبيعة وأهداف البحث والتي تهدف إلى التحقق العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات والوجود النفسي الأفضل لدى المراهقين المعاقين بصريًا.

مجتمع وعينة البحث:

يتكون مجتمع البحث من طلاب مدرسة النور للمكفوفين – محافظة المنوفية، وتألفت عينة البحث من ١٢٦ طالبًا وطالبة من المعاقين بصريًا منهم ٦٨ طالبًا من الذكور و ٥٨ طالبة من الإناث، تتراوح أعمارهم ما بين ١٣ إلى ١٨ عامًا بمتوسط عمر ١٦.٨ عامًا.

أدوات البحث:

يتطلب إجراءات لمتغيرات الدراسة أدوات قياس تتصف بالصدق، وتتميز درجاتها بالثبات، بحيث يُمكن الاستناد إلى نتائجها في التحقق من صحة فرض البحث، وتتمثل أدوات البحث في:

١- مقياس الوجود النفسي الأفضل لرايف (تعريب نعمية شمس، عماد السكري، ٢٠١٣)

٢-مقياس تقدير الذات (سالمة الحجري، ٢٠١١)

أولاً: مقياس الوجود النفسي الأفضل:-

يُعد الوجود النفسي الأفضل من المتطلبات الأساسية التي تقتضيها الدراسة الحالية لدى عينة الدراسة، وعليه فقد قام الباحث بالاستعانة بمقياس الوجود النفسي الأفضل لرايف (تعريب نعيمة شمس، عماد السكري، ٢٠١٣) لمناسبة لعينة البحث الحالي ولإجراءاته.

١- تحديد مكونات المقياس:

يتحدد المقياس من ستة أبعاد أساسية يقوم عليها المقياس هي:-

١- بُعد تقبل الذات.

٢- بُعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين.

٣- بُعد الأهداف في الحياة.

٤- بُعد النمو الشخصي.

٥- بُعد التحكم البيئي.

٦- بُعد الاستقلالية.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: الصدق:

تحقق الباحث من صدق المقياس من خلال التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس كالتالي:

أ- الاتساق الداخلي للمقياس:

إعتمد الباحث عند التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس على حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة، والمحتوى الذي تنتمي إليه، وارتباط الدرجة الكلية لكل محتوى بالدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد تطبيقة على عينة استطلاعية مكونة من (٣٠) فردًا من المعاقين بصريًا، وكانت النتائج كما يوضحها جدول(٢) التالي:-

جدول (٢) قيم معامل ارتباط بيرسون بين درجات الفقرات والأبعاد التي تنتمي إليها، وبين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لمقياس الوجود النفسي الأفضل (ن = ٣٠)

البعد الأول		البعد الثاني		البعد الثالث		البعد الرابع		البعد الخامس		البعد السادس	
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	** 0.866	٢	** 0.793	٣	* 0.784	٤	* 0.763	٥	* 0.530	٦	* 0.646
٧	* 0.763	٨	** 0.826	٩	* 0.745	١٠	* 0.769	١١	** 0.865	١٢	* 0.730
١٣	* 0.745	١٤	* 0.745	١٥	* 0.756	١٦	* 0.780	١٧	* 0.612	١٨	* 0.763
٩	* 0.709	٢٠	**0.872	٢١	** 0.867	٢٢	** 0.866	٢٣	* 0.707	٢٤	** 0.865
٢٥	** 0.780	٢٦	** 0.843	٢٧	* 0.709	٢٨	* 0.533	٢٩	* 0.756	٣٠	* 0.533
٣١	* 0.709	٣٢	* 0.748	٣٣	* 0.763	٣٤	** 0.825	٣٥	** 0.843	٣٦	** 0.826
٣٧	* 0.730	٣٨	* 0.70	٣٩	** 0.826	٤٠	* 0.730	٤١	** 0.866	٤٢	* 0.730
٤٣	** 0.826	٤٤	** 0.826	٤٥	**0.872	٤٦	* 0.616	٤٧	* 0.730	٤٨	* 0.589

٤٩	* 0.612	٥٠	* 0.533	٥١	** 0.816	٥٢	** 0.867	٥٣	** 0.843	٥٤	* 0.756
٥٥	** 0.825	٥٦	** 0.825	٥٧	* 0.730	٥٨	* 0.730	٥٩	* 0.769	٦٠	** 0.865
٦١	* 0.681	٦٢	* 0.492	٦٣	** 0.843	٦٥	* 0.709	٦٥	* 0.610	٦٦	* 0.759
٦٧	* 0.611	٦٨	* 0.745	٦٩	* 0.715	٧٠	** 0.826	٧١	** 0.865	٧٢	* 0.769
٧٣	* 0.769	٧٤	* 0.654	٧٥	** 0.826	٧٦	* 0.533	٧٧	* 0.683	٧٨	** 0.867
٧٩	* 0.730	٨٠	** 0.826	٨١	* 0.756	٨٢	** 0.826	٨٣	* 0.745	٨٤	* 0.709

البعد	معامل الارتباط
البعد الأول	** 0.826
البعد الثاني	** 0.826
البعد الثالث	** 0. 861
البعد الرابع	** 0.825
البعد الخامس	** 0.822
البعد السادس	** 0.843

*** دالة عند مستوى الدلالة 0.05 ** دالة عند مستوى الدلالة 0.01**

تشير نتائج الجدول رقم (٢) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس، تتراوح ما بين (0.492 – 0.961)، وهي معاملات ارتباط مرتفة، مناسبة ودالة عند مستوى 0.05 أو 0.01 مما يشير إلى اتساق الفقرات مع الأبعاد التي تنتمي إليها، واتساق الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس.

وهذه المؤشرات تُساعد على الوثوق بدرجات هذا المقياس لأغراض البحث الحالي.

ثبات المقياس:

اعتمد الباحث في حساب ثبات الدرجات للمقياس على طريقتين هما معامل الإستقرار بإعادة التطبيق، طريقة ألفاكرونباخ كالآتي:

أ- معامل الإستقرار بإعادة التطبيق:

حيث قام الباحث بتطبيق المقياس على (٣٠) فردًا من المعاقين بصريًا، وإعادة التطبيق مرة أخرى بعد مرور أسبوعين، ثم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين، وقد كانت قيمة معامل الارتباط بيرسون 0.810 وهي قيمة مرتفعة تشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات تكفي للحكم على صلاحيته للتطبيق.

ب- طرية ألفا كرونباخ

كما قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ باستخدم البرنامج الإحصائي SPSS والتي تستخدم للحصول على الثبات عندما تتكون الأداة من عدة أبعاد، وقد بلغت نسبة الثبات للمقياس ككل على ألفا كرونباخ (0.739) كما بالجدول رقم (٣).

جدول رقم (٣) حسابات قيم ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة من مقياس الوجود النفسي الأفضل

أرقام العبارات	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.741	.694	.732	.775	.741	694	.741	.694	.694	.761	.741	.732
أرقام العبارات	١٣	١٤	١٥	١٦	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.745	.765	.731	.696	.761	.721	.785	.731	.688	.694	.694	.694
أرقام العبارات	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨	٢٩	٣٠	٣١	٣٢	٣٣	٣٤	٣٥	٣٦
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.671	.668	.729	.715	.741	.758	.668	.749	.745	.748	.648	.758
أرقام العبارات	٣٧	٣٨	٣٩	٤٠	٤١	٤٢	٤٣	٤٤	٤٥	٤٦	٤٧	٤٨
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.695	.765	.751	.786	.763	.721	.742	.681	.760	.654	.674	.685
أرقام العبارات	٤٩	٥٠	٥١	٥٢	٥٣	٥٤	٥٥	٥٦	٥٧	٥٨	٥٩	٦٠
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.785	.765	.731	.696	.761	.721	.755	.721	.748	.694	.694	.694
أرقام العبارات	٦١	٦٢	٦٣	٦٤	٦٥	٦٦	٦٧	٦٨	٦٩	٧٠	٧١	٧٢
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.766	.765	.731	.686	.763	.721	.775	.721	.768	.694	.684	.733
أرقام العبارات	٧٣	٧٤	٧٨	٧٩	٨٠	٨١	٨٢	٨٣	٨٤			
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.685	.765	.731	.796	.761	.721	.775	.721	.748			

كما تم حساب قيم ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد مقياس الوجود النفسي الأفضل جدول رقم (٤)

جدول رقم(٤) حساب قيم ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الوجود النفسي الأفضل

الأبعاد	قيمة "ألفا"
بُعد تقبل الذات.	0.729
بُعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين.	0.722
بُعد الأهداف في الحياة.	0.741

بُعد النمو الشخص	0.698
بُعد التحكم البيئي.	0.728
بُعد الاستقلالية.	0.712

تبين من جدول (٣،٤) أن جميع قيم ألفا كرونباخ انخفضت بعد حذف الفقرات أوالأبعاد من المقياس مما يعني أن جميع الفقرات للمقياس ضرورية وينخفض ثبات المقياس بحذفها، وهذا يعني تمتع الأداة بدرجة عالية من الثبات تكفي للحكم على صلاحية الأداة للتطبيق.

وبذلك تحقق الصدق والثبات للمقياس مما جعله صالحًا للتطبيق على عينة البحث الحالية.

ثانياً: مقياس تقدير الذات:-

يُعد تقدير الذات من المتطلبات الأساسية التي يقتضيها البحث الحالي لدى عينة الدراسة، وعليه فقد قام الباحث بالاستعانة بمقياس تقدير الذات للمعاقين بصريًا (سالمة الحجري، ٢٠١١) لمناسبة لعينة البحث وإجراءاته.

١- تحديد مكونات المقياس:

يتحدد المقياس من خمسة أبعاد أساسية يقوم عليها المقياس هي:-

١- البعد العقلي .
٢- البعد الجسمي .
٣- البعد الانفعالي .
٤- البعد الاجتماعي .
٥- البعد الأخلاقي .

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: الصدق:

تحقق الباحث من صدق المقياس من خلال التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس كالتالي:

- **الاتساق الداخلي للمقياس:**

إعتمد الباحث عند التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس على حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة، والمحتوى الذي تنتمي إليه، وارتباط الدرجة الكلية لكل محتوى بالدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد تطبيقة على عينة استطلاعية مكونة من (٣٠) فردًا من المعاقين بصريًا، وكانت النتائج كما يوضحها جدول(٢) التالي:-

جدول (٥) قيم معامل ارتباط بيرسون بين درجات الفقرات والأبعاد التي تنتمي إليها، وبين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات (ن = ٣٠)

البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	0.657 **	١٣	0.793 **	٢٨	0.748 **	٤٣	0.657 *	٥٦	0.530 *
٢	0.522 *	١٤	0.721 *	٢٩	0.745 *	٤٤	0.610 *	٥٧	0.734 **
٣	0.590 *	١٥	0.745 *	٣٠	0.756 **	٤٥	0.711 **	٥٨	0.744 **
٤	0.561 *	١٦	*0.657	٣١	0.732 *	٤٦	0.712 **	٥٩	0.707 **
٥	0.612 **	١٧	0.712 *	٣٢	0.709 *	٤٧	0.654 *	٦٠	0.756 **
٦	0.610 **	١٨	0.748 *	٣٣	0.763 **	٤٨	0.657 *	٦١	0.676 *
٧	0.632 **	١٩	0.709 *	٣٤	0.658 *	٤٩	0.611 *	٦٢	0.683 **
٨	0.598 *	٢٠	0.709 *	٣٥	*0.633	٥٠	0.616 *	٦٣	*0.730 *
٩	0.612 **	٢١	0.657 *	٣٦	0.681 *	٥١	0.570 *	٦٤	0.666 *
١٠	0.561 *	٢٢	0.712 *	٣٧	0.730 *	٥٢	0.632 *	٦٥	0.711 **
١١	0.681 **	٢٣	0.544 *	٣٨	0.767 **	٥٣	0.681 *	٦٦	0.681 **
١٢	0.611 **	٢٤	0.745 *	٣٩	0.715 *	٥٤	0.712 **	٦٧	0.709 **
	0.610 **	٢٥	0.654 *	٤٠	0.710 *	٥٥	0.561 *		
	0.632 **	٢٦	0.709 *	٤١	0.732 *				
		٢٧		٤٢	0.745 *				

البعد	معامل الارتباط
البعد الأول	0.654 **
البعد الثاني	0.734 *
البعد الثالث	0. 732 *
البعد الرابع	0.646 *
البعد الخامس	0.711 **

*** دالة عند مستوى الدلالة 0.05 و ** دالة عند مستوى الدلالة 0.01**

تشير نتائج الجدول رقم (٥) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس، تتراوح ما بين (0.522 – 0.793)، وهي معاملات ارتباط مرتفة، مناسبة ودالة عند مستوى 0.05 أو 0.01 مما يشير إلى اتساق الفقرات مع الأبعاد التي تنتمي إليها، واتساق الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس.

وهذا يؤكد تمتع المقياس بدرجة مناسبة من الاتساق الداخلي، مما يعزز صدق المقياس، وصلاحيتة لأغراض الدراسة الحالية.

ثبات المقياس:

اعتمد الباحث في حساب ثبات الدرجات للمقياس على طريقتين هما معامل الإستقرار بإعادة التطبيق، طريقة ألفاكرونباخ كالآتي:

أ- معامل الإستقرار بإعادة التطبيق:

حيث قام الباحث بتطبيق المقياس على (٣٠) فردًا من المعاقين بصريًا، وإعادة التطبيق مرة أخرى بعد مرور أسبوعين، ثم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين، وقد كانت قيمة معامل الارتباط بيرسون 0,822 وهي قيمة مرتفعة تشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات تكفي للحكم على صلاحيته للتطبيق.

ب- طرية ألفا كرونباخ

كما قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ باستخدم البرنامج الإحصائي SPSS والتي تستخدم للحصول على الثبات عندما تتكون الأداة من عدة أبعاد، وقد بلغت نسبة الثبات للمقياس ككل على ألفا كرونباخ (0.709) كما بالجدول رقم (٦).

جدول رقم (٦) حسابات ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة من تقدير الذات

أرقام العبارات	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.731	.688	.694	.775	.741	694	.745	.765	.731	.696	.761	.721
أرقام العبارات	١٣	١٤	١٥	١٦	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.695	.765	.694	.694	.694	.732	.671	.668	.729	.749	.741	.671
أرقام العبارات	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨	٢٩	٣٠	٣١	٣٢	٣٣	٣٤	٣٥	٣٦
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.758	.668	.749	.745	.748	.648	.758	.741	.694	.694	.761	.741
أرقام العبارات	٣٧	٣٨	٣٩	٤٠	٤١	٤٢	٤٣	٤٤	٤٥	٤٦	٤٧	٤٨
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.763	.694	.775	.731	.785	.765	.731	.715	.760	.654	.674	.685
أرقام العبارات	٤٩	٥٠	٥١	٥٢	٥٣	٥٤	٥٥	٥٦	٥٧	٥٨	٥٩	٦٠
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.763	.721	.766	.765	.731	.686	.766	.751	.786	.765	.731	.696

أرقام العبارات	٦١	٦٢	٦٣	٦٤	٦٥	٦٦	٦٧
ألفا كرونباخ إذا تم حذف العبارة	.685	.731	.686	694	.765	.731	.765

كما تم حساب قيم ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد مقياس تقدير الذات جدول رقم (٧)

جدول رقم(٧) حساب قيم ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس تقدير الذات

الأبعاد	قيمة "ألفا"
البعد العقلي.	0.701
البعد الجسمي.	0.722
البعد الانفعالي.	0.711
البعد الاجتماعي.	0.698
البعد الأخلاقي.	0.723

تبين من جدول (٦،٧) أن جميع قيم ألفا كرونباخ انخفضت بعد حذف الفقرات أوالأبعاد من المقياس مما يعني أن جميع الفقرات للمقياس ضرورية وينخفض ثبات المقياس بحذفها، وهذا يعني تمتع الأداة بدرجة عالية من الثبات تكفي للحكم على صلاحية الأداة للتطبيق.

وبذلك تحقق الصدق والثبات للمقياس مما جعله صالحًا للتطبيق على عينة البحث الحالية.

عرض ومناقشة فرضيات البحث ونتائجها

يتناول هذا الجزء اختبار فروض البحث التي تمت صياغتها بهدف التأكد من صحة أو عدم صحة الفروض، ثم عرض وتفسير النتائج التي حصل عليها الباحث من خلال الأساليب الإحصائية المناسبة.

تحليل البيانات ومناقشة النتائج

اختبار صحة الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه: "لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والوجود النفسي الأفضل (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى المراهقين المعاقين بصريًا." وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات العينة في مقياس الوجود النفسي الأفضل ودرجاتهم في مقياس تقدير الذات، وجدول (٨) يبين نتيجة هذا الإجراء :

جدول(٨) **معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الوجود النفسي الأفضل ودرجات تقدير الذات لدى عينة البحث**

تقدير الذات / الوجود النفسي	البعد العقلي	البعد الجسمي	البعدالانفعالي	البعد الاجتماعي	البعد الاخلاقي	الدرجة الكلية
تقبل الذات	**٠.٦٨٣	**٠.٤٦٠	**٠.٣٥٢	**٠.٤١٣	**٠.٣٥٩	**٠.٥٨٧
العلاقات مع الآخرين	**٠.٧١٠	**٠.٤٢٧	**٠.٢٧٥	**٠.٣٧١	**٠.٤١٥	**٠.٥٧٨
الأهداف من الحياة	*٠.٢٣٠	**٠.٣٤٧	**٠.٣١٦	**٠.٢٧٧	**٠.٣٣١	**٠.٣٧٨
التحكم البيئي	*٠.٢٣٧	**٠.٣٥٣	*٠.٢٢٨	*٠.٢٢١	*٠.٢٠٨	*٠.٢١٩
الاستقلالية	**٠.٧٩٣	**٠.٤٥٨	**٠.٣٩٦	**٠.٣٦٥	**٠.٤٦٢	**٠.٦٤١
الدرجة الكلية	**٠.٤٢٩	**٠.٣٤٣	**٣٧٤.	**٠.٤١٩	**٠.٢٥٦	*٠.٢٤١

داله عند ٠.٠٥ ** دالة عند ٠.٠١

يتضح من جدول (٨) وجود علاقة ارتباطيه موجبة داله إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين تقدير الذات وكل من: البعد العقلي، والبعد الجسمي، والبعد الانفعالي، والبعد الاجتماعي، والبعد الأخلاقي، والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة داله إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين العلاقات الإيجابية مع الآخرين وكل من: البعد العقلي، والبعد الجسمي، والبعد الانفعالي، والبعد الاجتماعي، والبعد الأخلاقي، والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة داله إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين الأهداف من الحياة وكل من: البعد الجسمي، والبعد الانفعالي، والبعد الاجتماعي، والبعد الأخلاقي، والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة داله إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين النمو الشخصي وكل من: البعد العقلي، والبعد الانفعالي ، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة داله إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين التحكم البيئي والبعد الجسمي ، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة داله إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين الاستقلالية وكل من: البعد العقلي، والبعد الجسمي، والبعد الانفعالي، والبعد الاجتماعي، والبعد الأخلاقي، والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة داله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين الدرجة الكلية لمقياس الوجود النفسي الأفضل وكل من: البعد العقلي، والبعد الجسمي، والبعد الانفعالي، والبعد الاجتماعي، والبعد الأخلاقي، والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات.

بينما يتضح من الجدول وجود علاقة ارتباطيه موجبة داله إحصائيًا عند مستوى (٠.٠٥) بين الأهداف من الحياة والبعد العقلي، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة داله إحصائيًا عند مستوى (٠.٠٥) بين النمو الشخصي وكل من: البعد الجسمي، والبعد الاجتماعي، والبعد الأخلاقي، والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة داله إحصائيًا عند مستوى (٠.٠٥) بين الدرجة الكلية لمقياس الوجود النفسي الأفضل والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات، وعليه فقد تم رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل. وهذا ما يتفق مع دراسة كلا من (إيمان غانم، ٢٠١٧)، ودراسة راهاردجو (Rahardjo, 2014)، ودراسة دراسة ويسوكي وآخرون (Wysocki et al, 1987)، ودراسة عبدو والعمودي (Abdo& Alamudin,

2007)، و دراسة (غادة أحمد، ٢٠٠٧)، ودراسة لي جي (Lee, J.K. 2022) ، ودراسة تيمكوفا وآخرون (Timkova, et al. 2021) حيث أنها جميعًا تثبت وجود علاقة إرتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الوجود النفسي الأفضل وتقدير الذات، وكذلك نتائج البحث الحالي أثبت تواجد العلاقة الارتباطية الإيجابية بين الوجود النفسي الأفضل وتقدير الذات لدى المراهقين المعاقين بصريًا.

اختبار صحة الفرض الثاني: وينص الفرض الثاني على أنه "لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس الوجود النفسي الأفضل (الأبعاد والدرجة الكلية) حسب الجنس لدى المراهقين المعاقين بصريًا"، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب الفروق بين متوسطات درجات العينة من الذكور والإناث على مقياس الوجود النفسي الأفضل باستخدام اختبار "ت" (T-test) للمجموعات المستقلة وكانت النتائج كما يوضحها جدول (٩) التالي:

جدول (٩) نتائج اختبار"ت" للفروق بين متوسطات درجات المراهقين المعاقين بصريًا على مقياس الوجود النفسي الأفضل (الأبعاد والدرجة الكلية) وفقًا للجنس (ذكر – أنثى)

الأبعاد	المجموعات	عدد الأفراد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"
تقبل الذات	ذكور	٦٨	٤١.٣٠	٢.٧٨	٠,٨٠٨
	إناث	٥٨	٤٠.٩٦	١.٧٧	
العلاقات الإيجابية مع الآخرين	ذكور	٦٨	٥٥.٦٠	٢.٩٧	١.٤٩٩
	إناث	٥٨	٥٤.٨١	٢.٩٣	
الأهداف من الحياة	ذكور	٦٨	٥٦.٢٥	٢.٩١	٠,٤٥٦
	إناث	٥٨	٥٦.٠١	٢.٧٨	
النمو الشخصي	ذكور	٦٨	٥٦.٥١	٢.٨٩	١.١٨٢
	إناث	٥٨	٥٧.١٠	٢.٦٥	
التحكم البيئي	ذكور	٦٨	٤١.٥١	٢.٨٢	٠,٨٤١
	إناث	٥٨	٤١.١٣	٢.٠٧٢	
الاستقلالية	ذكور	٦٨	٥٦.٢٣	٣.٢٥	٠,٤٣٢
	إناث	٥٨	٥٦.٤٦	٢.٦٢	
الدرجة الكلية للمقياس	ذكور	٦٨	٣٠٧.٨٢	٨.٥٥	١.١٧١
	إناث	٥٨	٣٠٥.٩٨٨	٩.٠٥٨	

*داله عند ٠.٠٥ ** دالة عند ٠.٠١

يتضح من نتائج جدول (٩) أنه لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس الوجود النفسي الأفضل (الأبعاد والدرجة الكلية) حسب الجنس لدى المراهقين المعاقين بصريًا، حيث بلغت قيمة

"ت" لبعد تقبل الذات ٠,٨٠٨، وبعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين١.٤٩٩، وبعد الأهداف من الحياة ٠,٤٥٦، وبعد النمو الشخصي ١.١٨٢، وبعد التحكم البيئي ٠,٨٤١، وبعد الاستقلالية ٠,٤٣٢ ، والدرجة الكلية للمقياس ١.١٧١

وعليه يتم قبول الفرض الصفري ورفض الفرض البديل لكل الأبعاد والدرجة الكلية على مقياس الوجود النفسي الأفضل للمراهقين المعاقين بصريًا، وهذا ما يتفق مع نتائج دراسات (عفراء خليل، ٢٠١٢)، و (Axford, Jodrell & Hobbs, 2014)، و (Issahaku Adam, 2022).

اختبار صحة الفرض الثالث: ينص الفرض على أنه "لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات تقدير الذات (الأبعاد والدرجة الكلية) حسب الجنس لدى المراهقين المعاقين بصريًا"، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب الفروق بين متوسطات درجات العينة من الذكور والإناث على مقياس تقدير الذات باستخدام اختبار "ت" (T-test) للمجموعات المستقلة وكانت النتائج كما يوضحها جدول (١٠) التالي:

جدول (١٠) نتائج اختبار"ت" للفروق بين متوسطات درجات المراهقين المعاقين بصريًا على مقياس تقدير الذات (الأبعاد والدرجة الكلية) وفقًا للجنس (ذكر – أنثى)

الأبعاد	المجموعات	عدد الأفراد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"
البعد العقلي	ذكور	٦٨	٤٢.٧٩	٢.٧٥	٣.٣١٩**
	إناث	٥٨	٤١.٣٤	٢.٠١	
البعد الجسمي	ذكور	٦٨	٤٧.٦٥	٤.٣٥	٢.٧١٥**
	إناث	٥٨	٤٩.٧٧	٤.٣٩	
البعد الانفعالي	ذكور	٦٨	٥١.٩٧	٢.٢٦	٣.٥٩٧**
	إناث	٥٨	٤٨.٦٥	٦.٧٠	
البعد الاجتماعي	ذكور	٦٨	٤٩.٧٥	٣.٤١	١.١١١
	إناث	٥٨	٥٠.٤١	٣.٢٥	
البعد الأخلاقي	ذكور	٦٨	٤٦.٧٩	٥.٥١	١.٧١١
	إناث	٥٨	٤٥.٢٠	٤.٧٨	
الدرجة الكلية للمقياس	ذكور	٦٨	٢٣٩.٤٢	١٢.٩٧	٢.٥٧٨**
	إناث	٥٨	٢٣٤.٠١	١٠.١٠	

*داله عند ٠.٠٥ ** دالة عند ٠.٠١

يتضح من نتائج جدول (١٠) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الذكور المعاقين بصريًا في الدرجة الكلية للمقياس حيث بلغت قيمة "ت" ٢.٥٧٨ وهي دالة عند مستوى الدلالة ٠.٠١، كما يوجد فروق

ذات دلالة إحصائية لبعدين من أبعاد المقياس هي البعد العقلي حيث بلغت قيمة "ت" ٣.٣١٩ وهي دالة عند مستوى الدلالة ٠.٠١، والبعد الإنفعالي حيث بلغت قيمة "ت" ٣.٥٩٧ وهي دالة عند مستوى الدلالة ٠.٠١ بينما كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإناث في البعد الجسمي حيث بلغت قيمة "ت" ٢.٧١٥ وهي دالة عند مستوى الدلالة ٠.٠١ بينما أظهرت النتائج عدم وجود أي فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في البعد الاجتماعي والبعد الأخلاقي، وعليه فقد تم رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل لوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات بين الذكور الإناث في الدرجة الكلية وثلاثة أبعاد من أبعاد مقياس تقدير الذات هي البعد العقلي والبعد الانفعالي والبعد الجسدي، وهذا ما يتفق مع نتائج دراسات كلاً من (Knight, 2001)، و(Shirley& Nes 2005)، و(Lifshitz& Weisse, 2007)، و(AL-Zyoudi, 2007)، و(إبراهيم كيلاني، ٢٠٠٨)، و(ميرفت سلامة، ٢٠٠٨). حيث أنها تثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعاقين بصريًا من الجنسين في بعض أبعاد تقدير الذات وغيرها من السمات للمعاقين بصريًا.

توصيات البحث:

إنطلاقاً من النتائج التي توصل إليها الباحث من إجراء البحث الحالي يوصي الباحث بالأتي:

١- الاستعانة بنتائج الدراسة الحالية في التخطيط للتصدي للمشكلات الخاصة بالتوافق الاجتماعي الناتجة عن سوء التقدير الذاتي لدى المعاقين بصريًا.

١- عقد ندوات تثقيفية، وتوعوية للمسئولين عن رعاية المعاقين بصريًا في مجالات متعددة مثل الاحتياجات الخاصة بهم في مراحل النمو المختلفة، وخاصة في المجالات النفسية لديهم.

٢- الإهتمام بتوفير أنشطة هادفة تطبق للمعاقين بصريًا تراعي احتياجاتهم النفسية، والعقلية، والبدنية لتحسين الوجود النفسي لديهم.

بحوث مقترحة:

- فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتحسين الوجود النفسي الأفضل لدى المعاقين بصريًا.
- العلاقة بين الوجود النفسي الأفضل والمراقبة الذاتية لدى المعاقين بصريًا.
- الذكاء الإنفعالي وأثره في جودة الحياة النفسية لدى المعاقين بصريًا.
- فاعلية برنامج إرشادي قائم على أبعاد الوجود النفسي الأفضل لتحسين التحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة المتأخرين دراسيًا من المعاقين بصريًا.

المراجع

- إبراهيم محمد كيلاني (٢٠٠٨). تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى المعاقين بصريً، رسالة ماجستير، الأكاديمية العربية المفتوحة، الدانمارك.

- إبراهيم عبدالله فرج (٢٠٠٦). الإعاقة البصرية: المفاهيم الأساسية والاعتبارات التربوية، ط (١)، عمان، الأردن، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- أحمد الزعبي(٢٠٠٣). **التربية الخاصة للموهوبين والمعوقين**، عمّان، الأردن، دار زهران، الطبعة الأولى.
- إيمان فرحات على غانم(٢٠١٧). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية تقدير الذات لدى عينة من الأطفال الأيتام وأثره على وجودهم النفسي الأفضل، **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة المنوفية.
- جبر محمد جبر(٢٠٠٤). تقدير الذات وعلاقته بالوجود الأفضل لدى مرضى السرطان مقارنة بالأصحاء، **مجلة دراسات عربية في علم النفس**، ع (٣)، ص (١١ – ٨٩).
- جمال محمد الخطيب، مني صبحي الحديدي(٢٠٠٩). المدخل إلى التربة الخاصة، الطبعة الأولى، مطبعة دار الفكر.
- حكيمة باكيني، سارة رمضاني (٢٠١٧). تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق الموهوب، **رسالة ماجستير**، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، جامعة الشهيد حمه الخضر بالوادي.
- خليل المعايطة (٢٠٠٠). علم نفس الاجتماع، الطبعة الأولى، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع.
- راضي الوقفي (٢٠٠٤). أساسيات التربية الخاصة، عمان، الاردن، دار جهينة للنشر.
- فؤاد حسين محمد زايد (٢٠٠٧). الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة اليمنين وغير اليمنين الوافدين إلى الجامعات السورية وعلاقته ببعض المتغيرات، **رسالة ماجستير**، كلية التربية جامعة دمشق.
- حليمة سعد الدقوشي (٢٠١٣). دور المدمج الأكاديمي في تحسين بعض مؤشرات الصحة النفسية لدى المعاقين بصرياً في ليبيا، **رسالة دكتوراة**، كلية الآداب، جامعة القاهرة.
- دراسات نفسية (٢٠٠٤). **رابطة الأخصائيين النفسية**، مجلد١٤ ، ع١، يناير (٢٠٠٤).
- سالمة راشد الحجري (٢٠١١). فاعلية برنامج ارشاد جمعي في تنمية تقدير لدى المعاقين بصرياً، **رسالة ماجيستير**، كلية الآداب والعلوم، سلطنة عمان.
- سعيد حسني العزة (٢٠٠١). **التربية الخاصة**، عمان، الأردن الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع.
- سيد صبحي(١٩٧٩). **التوافق النفسي للكفيف المراهق**، المركز النموذجي لرعاية وتوجيه المكفوفين، القاهرة، دار المرجان للطباعة.

- صالح الداهري (٢٠٠٥). **سيكولوجية رعاية الموهوبين المتميزين وذوي الاحتياجات الخاصة**، الطبعة الأولى، الأردن، دار وائل.
- عادل عبدالله محمد (٢٠٠٤). **الأطفال الموهوبون ذوي الإعاقات**، الطبعة الاولى، القاهرة، دار الرشاد.
- عادل عبدالله محمد(٢٠٠٤). **سلسلة ذوي الاحتياجات الخاصة الاعاقة الحسية**، القاهرة، دار الرشاد.
- عايدة محمد العطا (٢٠١٤). تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي والإقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدارس محيلة جبل أولياء، **دراسة ماجستير**، كلية الدراسات العليا، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.
- عفراء إبراهيم خليل (٢٠١٢). المراقبة الذاتية والوجود النفسي الأفضل لدى طلبة الجامعة مرتفعي ومنخفضي القابلية للاستهواء، رسالة ماجستير، **مجلة العلوم التربوية والانسانية** – العراق، ع (٩٢)، ص (١٣٠ – ٢٠٤).

-كاشف زايد، آيرون فريز (٢٠١٥). دوافع ممارسة طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية وفقاً لنظرية تقرير الذات، **مجلة الدراسات التربوية والنفسية**، جامعة السلطان قابوس، م(٩)، ع (٢)، ص (٣٤٠-٣٥٠).

- كمال سالم سيسالم(١٩٨٨). **المعاقون بصريا خصائصهم ومناهجهم**، الطبعة الأولى، الرياض، مكتبة الصفحات الذهبية.
- نعيمة جمال شمس(٢٠١٣). **محاضرات في تنمية الشخصية**، كلية التربية، جامعة المنوفية
- مايسة جمعة (٢٠٠٧). **تعاطي المخدرات بين مشاعر المشقة وتقدير الذات**، الجزائر، دار العربية.
- مجدي عزيز(٢٠٠٢). **مناهج تعليم ذوي الاحتياجات الخاصة في ضوء متطالباتهم الإنسانية والاجتماعية والمعرفية**، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- محمد السيد عبدالرحمن (١٩٩٨). دراسات في الصحة النفسية (التوافق الزواجي فعالية الذات)، مصر، دار قباء للنشر.
- محمد عاطف غيث (٢٠٠٦). **قاموس علم الاجتماع**، مصر، دار المعرفة الجامعية.
- محمد عبدالحميد عبدالعزير، وعدنان يوسف العتوم (٢٠١٧). فاعلية برنامج تدريبي مستند لنظرية التقرير الذاتي لتنمية الدافعية الاجتماعية لطلاب الصف العاشر الأساسي، **مجلة جامعة القدس المفتوحة والدراسات التربوية والنفسية**، المجلد (٥)، عدد (١٧)، ص(٢٠٩-٢٢٥).

- محمد علي كامل (٢٠٠٤). **سيكولوجية الفئات الخاصة**، الطبعة الأولى، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- منى صبحي الحديدي(٢٠٠٤). **مقدمة في الإعاقة البصرية**، الطبعة الأولى، عمان، الأردن، دار الفكر.
- منى عبد الله العامرية (٢٠١٤). أبعاد مفهوم الذات لدى العاملات وغير العاملات وعلاقته بمستوى الضغوط النفسية والتوافق الاسري بمحافظة الداخلية، **رسالة ماجيستير**، جامعة نزوى.
- مليكة بن دربال (٢٠١٦). تقدير الذات لدى الشخصية الوسواسية القهرية (دراسة عيادية)، **دراسة ماجستير**، كلية العلوم الانسانية، جامعة ملاي الطاهر- سعيدة، الجزائر.
- ميرفت عبدالمنعم سلامة (٢٠٠٨). مفهوم الذات وبعض الاضطرابات النفسية لدى الكفيف، القاهرة، دار المعرفة الجامعية للنشر.
- وفاء على سليمان عقل(٢٠٠٩). الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى المعاقين بصرياً، **رسالة ماجستير**، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.

- **Deci, E. L.; Vansteenkiste, M. (2004)**. Self-determination theory and basic need satisfaction: Understanding human development in positive psychology. Research at Psychology. 27: 17–34.

- Diener, E. (2000) Subjective wellbeing: The science of happiness and a proposal for a national index. **American Psychologist**, 55, 34-43.

- Edwards, S., Ngcobo, H., Edwards, D& Palar, K(2005): **Exploring the relation ship Between Physical Activity, Psychological well-being and pysical self perception in different exercise groups**, South afvica journal for research in sport, physical education and recreation, 27(1).

- Huppert, F, A, (2009). **Psychology Well- being**: Evidence Regarding is Causes and Consequences, Psychology: Health and Well- being, 1 (2), 137, -164.

- Issahaku Adam (2022). Leisure and psychological wellbeing of people with visual impairment, **World Leisure Journal**, 64 (4), pp. 568-584.

- Khoshaba, D. M., & Maddi, S. R. (1999). Early experiences in hardiness development. **Consulting Psychology Journal**, 51, 106.

- Knight, J. (2001). **Loneliness and self-esteem of visually impaired and blind adults**, Master Research, Califirnia state University.

- Lifshitz, H,& Weisse, I. (2007). Self-concept, adjustment to blindness, and quality of friendship among adolesents with visual impairment, **Journal of Visual Impaitment& Blindness**, 101 (2), 96-107, New Yourk.

- Rahadjo, w. (2014). Academic Stress on College Students: The Role Of Self-Esteem ans Psychological Well-Being, presented in international Seminar on Global Education ll, Univesiti Kebangsaan Malaysia, Bangi, 24-25 Feb 2014.

- **Rosenberg, M.,Schooler, C., Schonebach, C., and Rosenberg, R. (1995)** Global Self-Esteem and Specific Self-Esteem: Different Concepts. Different Outcomes American Sociological Review, 60(1), 141 – 156.

- **Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000)**. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. American Psychologist. 55(1) 68–78.

- **Ryan, R. (2009)**. Self-determination theory and well-being, Well-Being In Developing Countries, P1-2.

- Ryff, C.D. (1995). **Psychology Well- being in Adult life**. Current Direction in Psychological Science, 4 (4), 99 – 104.

- Ryff, C.D.,Gayle, D. L., Urry,H., Muller, D., Rosenkranz, M.A.,Friedmam, E.m., Davidson. R.J., and Singer, B., (2006**). Psychology Welland III-Being: Do They Have Distinct or Mirrored Biological Correlates**. Psychotherapy Psychosom, 75 (2), 85-95.

- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). **Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. Journal of Happiness Studies**: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being, 9(1), 13–39.

- Shirley, N& Nes, S. (2005). Self-esteem and empathy in sighted and visually impaired preadolescente, **Journal of Visual Impairment& Blindness**, 99 (5), 276-285, New Yourk.

- **Wood, J.V. (1996).** What Is Social Comparison and How Should We Study it?. Personality and Social Psychology Bulletin, 22(5). 520-537.