

الفصل الأول الإطار العام للدراسة

المقدمة :

خَلَقَ اللهُ الْإِنْسَانَ وَكَرَّمَهُ وَفَضَّلَهُ عَلَي سَائِرِ مَخْلُوقَاتِهِ كَمَا جَاءَ فِي لِقَوْلِهِ تَعَالَى: (ذَا بَدَنِ آدَمَ
وَ الْبَدَنُ وَ حَوَامِلُهُمْ أَهْلُهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَ فَضَّلْنَاَهُمْ عَلَى مَكِّيٍّ لَقَدْ نَأْتَفَضُّ يَلًا) سورة
الإسراء الآية رقم (70)

كما جعل الله سبحانه وتعالى الانسان خليفة في الارض وأمره بإعمارها ، ويتساوى في التعمير الفرد
العادي والفرد المعاق لأن المعاق شخص له دوره الفعال في إعمارها إذا أحسن تأهيله ، ويمثل
المعاقين فئة من المواطنين الذين فرضت عليهم الاقدار ان يكون من ذوي القدرات المحدودة التي
تقل بدرجات متفاوتة لان ذلك لا يقلل من عضويتهم واهميتهم في المجتمع بل لهم الحق في الحياة
والنمو بأقصى ماتمكّنهم قدراتهم وطاقاتهم الخاصة وهم في الواقع جزء من الثروة البشرية التي تحتم
على المجتمع تميمتها والاستفادة منها الي اقصى حد ممكن في سبيل نهضته وتقدمه.

الاهتمام بمشكلة الاعاقة اصبح هاجساً بالنسبة للعالم في مطلع هذا القرن فالإهتمام الذي أولاه
العالم حديثاً بتقديم الرعاية اللازمة وبمختلف جوانبها لفئات المعاقين فهذا إستيقاظ من ثبات طويل
وتصحيح لمجموعة من الاخطاء التي تراكمت به وعرقلة مسيرته الطبيعية عبر قرون عديده من
الزمن .

وقد اهتمت كثير من الدول بما فيها السودان بأمر المعاق وتأهيله وأقامت كثير من المؤتمرات في
العالم بين عام (1978م الى عام 1980م) اما في السودان بدأ العمل بخدمة المعاقين منذ عام
1960م بإنشاء معهد النور للمكفوفين ثم توألت بعد ذلك المؤسسات الحكومية والجمعيات الطوعية
لرعاية وتأهيل المعاقين. (مكي، 1988 م)).

فقد كان العلم النفس السبق في فهم وتحديد المتغيرات المؤثرة علي نوعية حياة الانسان. وهناك
الكثيرين من الدراسات التي اهتمت بتناول هذا المفهوم منها دراسة حسن والحرزي و ابراهيم
(2006) ، الهام (2008)، وشحدة (2013) ، وهذا الاهتمام يعكس اهمية هذا المفهوم وتثابره علي
مختلف الجوانب النفسية . وان ما بلغه الانسان من مقومات العولمة والتقدم والرقي الذي يعكس
مستوي معين من نوعية الحياة لذلك أصبح العالم كلة عبارة عن قرية صغيرة معروفة لذلك كان
لا بد من اعادة النظر الي الخطط والاهداف في مختلف مناحي الحياه.

وهذا مما اثار الباحثه للدراسه عن نوعية حياة هذه الفئة من الافراد في ظل التقدم والتكنولوجيا
وعصر السرعة ، لان هذا المفهوم يعد من المفاهيم الحديثه التي لأقت اهتماماً كبير في العلوم

الطبية والانسانية منها، علم البيئة الصحة، الطب النفسي،الاقتصاد،علم النفس، علم الاجتماع وغيرها .

اهمية الدراسة :

ترجع أهمية هذه الدراسة لمعرفة نوعية الحياة وعلاقتها بمفهوم الذات والتوافق النفسي لدى المعاقين بصريا بمركز بحري حيث يعد مفهوم نوعية الحياة من المفاهيم التي تلغى متزايد في القرن العشرين بين مجموعه من التخصصات أبرزها علم النفس وعلم الاجتماع والسياسة والدراسات البيئية كما يمكن أن تخرج الدراسة بنتائج تفيد العديد من الإتجاهات.

1/ يمكن تقديم إطار نظري يتضمن وجهات نظر متعددة عن المفاهيم الدراسة ومحدداتها وطرق قياسه التعميق فهمها وفتح المجال امام دراسات كثيرة و متنوعة.

2/ الاهتمام بفتة المعاقين بصريا من جميع الجهات والعمل علي تاهيلهم ورعايتهم.

3/ بناء علي النتائج يمكن تقديم ما هو مفيد للعديد من الجهات (وزارة التعليم وسائل الاعلام , مركز التأهيل) .

مشكلة الدراسة :

يواجه مجتمع المعاقين بصريا العديد من المشكلات حيث أن البيئه الثقافيه والإجتماعيه يرافقها العديد من الضغوط التي تعوق نوعية الحياه ، ويمكن أن تحدد مشكلة الدراسة الحاليه في معرفة نوعية الحياة وعلاقتها بمفهوم الذات والتوافق النفسي ، وعليه فإن لدراسه تهتم بالإجابة على التساؤلات التاليه - :

- 1- ما السمة العامة لنوعية الحياة لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين؟
- 2- ما السمة العامة للمفهوم الذات لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين ؟
- 3- ما السمة العامة للتوافق النفسي لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين ؟
- 4- هل توجد فروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا تبعا للنوع؟
- 5- هل توجد فروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا تبعا للعمر؟
- 6- هل توجد فروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا تبعا للمستوى التعليمي؟
- 7- هل توجد فروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا تبعا لدرجه الإعاقة؟
- 8- هل توجد فروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا تبعا لطبيعته الإعاقة؟
- 9- هل توجد علاقة ارتباطية بين نوعية الحياة والتوافق النفسي لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين؟
- 10- هل توجد علاقة ارتباطية طرديه بين نوعية الحياة ومفهوم الذات لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين؟

اهداف الدراره :

تسعى الباحثة من خلال دراستها الحالية لتحقيق عدة اهداف وسوف تستخدم الباحثة الادوات المناسبة للدراره كالاتي :

- 1- التعرف على السمة العامة لنوعية الحياة لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين.
- 2- التعرف على السمة العامة لمفهوم الذات لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين.
- 3- التعرف على السمة العامة لتوافق النفسى لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين
- 4- التعرف على الفروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين تعذى للنوع.
- 5- التعرف على الفروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين تعذى للعمر .
- 6- التعرف على الفروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين تعذى للمستوى التعليمي .
- 7- التعرف على الفروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين تعذى لدرجة الإعاقة.
- 8- التعرف على الفروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا بمركز بحري لتأهيل المكفوفين تعذى لطبيعة الإعاقة.
- 9- التعرف على العلاقة بين نوعية الحياة ومفهوم الذات لدى المعاقين بصريا بمركز تاهيل المكفوفين.
- 10- التعرف على العلاقة بين نوعية الحياة والتوافق النفسى لدى المعاقين بصريا بمركز تاهيل المكفوفين.

فروض الدراره :

تقوم الدراره على الفرضيات التالية :-

- 1- تتسم نوعية الحياة لدي المعاقين بصريا بمركز بحري للمعاقين بصريا بالإرتفاع.
- 2- يتسم مفهوم الذات لدى المعاقين بصريا بمركز بحري للمعاقين بصريا بالإرتفاع.
- 3- يتسم التوافق النفسى لدى المعاقين بصريا بمركز بحري للمعاقين بصريا بالإرتفاع.
- 4- توجد فروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا تعذى للنوع.
- 5- توجد فروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا تعذى للعمر .
- 6- توجد فروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا تعذى للمستوى التعليمي .

- 7- توجد فروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا تعدى لطبيعة الإعاقة.
- 8- توجد فروق في نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا تعدى لدرجه الإعاقة.
- 9- توجد علاقة إرتباطية طرديه بين نوعية الحياة ومفهوم الذات لدى المعاقين بصرياً .
- 10- توجد علاقة ارتباطية بين نوعية الحياة و التوافق النفسى لدى المعاقين بصرياً .

حدود الدراسة :

تمثل حدود الدراسة الحالية في الاتي :-

حدود موضوعية :

تقتصر الدراسة الحالية على دراسة نوعية الحياه وعلاقتها بمفهوم الذات والتوافق النفسى لدي المعاقين بصريا بمركز بحرى لتأهيل المكفوفين .

حدود بشرية :

طبقت ادوات الدراسة علي عينة من المعاقين بصريا بمركز بحرى لتأهيل المكفوفين .
حدود زمانية من العام (2015م-2018 م)

مصطلحات الدراسة :

نوعية الحياة :

يعرف عبد المعطي (2005م) بأنها رقي مستوى الخدمات المادية والإجتماعيه التي تقدم لأفراد المجتمع ، و النزوع نحو نمط الحياة التي تتميز بالرقي ، وهذا النمط من الحياة لا يستطيع تحقيقه سوا مجتمع الوفرة ن ذلك المجتمع الذي إستطاع أن يحل كافة المشكلات المعيشيه لغالبية سكانه .
تعريفاً اجرائياً : من خلال الدرجة التي يحصل عليها المعاق في مقياس نوعية الحياة الذي اعد لهذا القرض .

مفهوم الذات :

يعرف زهران (2005م)الذات بأنها كينونة الفرد وتعمل تدريجياً عن المجال الادراكي تتكون من بنية الذات نتيجة للتفاعل مع البيئة وتشمل الذات المدركة والذات الاجتماعية والذات المثالية وقد تمتص بهم الاخرين وتسعى للتوافق والاتزان والثبات تنمو الذات نتيجة للنضج والتعلم ويصبح المركز الذي ينظم حولة كل الخبرات .

يعرف عماد (2010م) مفهوم الذات بانه المفهوم الذى يكونه الفرد عن نفسه بأعتباره كائن بيولوجيا اى بأعتباره مصدر للتاثير والتاثر فى البيئه المحيطه .

التوافق النفسى :

يستخدم علماء النفس والاجتماع عدة مصطلحات تفيد معنى التوافق النفسى بينها التوافق الشخصى والتوافق الذاتى والداخلي وغيرها .

يعرفه زهران ،(2001م) هو عمليه ديناميكيه كلية مستمرة يحاول بها ألفرد عن طريق تغير سلوكه لتخفيف التوافق بينه وبين نفسه وبين البيئة المحيطة به والوصول إلى حالة الإستقرار النفسى والتكيف الإجتماعى .

اما الشخص الذي يفتقد هذا البعد يعتبر شخص غير راضى عن نفسه ويعانى من حربا تدور رحاها بين جوانب نفسة المختلفة ومستنفد طاقته وحيويته مما تجعله سريع الغضب عاجزاً عن توازن نفسة والسيطرة عليها .

الإعاقة البصرية :

تعدد مفاهيم الاعاقة البصرية لتشمل عدة تعريفات، الغوية والاجتماعية والطبية وقانونية وتربوية وفقاً لرؤية كل علم ومجال إهتمامه .

من الناحية اللغوية :

يركز المفهوم اللغوي للإعاقة البصرية على اطلاق بعض الالفاظ على من فقد بصره ومنها الأعمى ، الضرير ، العاجز وان تلك ورد بعضها في القران الكريم ومنها قوله تعالى **سَلِّمْ عَلَى** الأعمى **وَجَلَّ لِلأعمى رُحْمًا** (سورة الأحزاب الايه (61) الناحية الاجتماعية :

يرتبط التعريف الاجتماعي للإعاقة البصرية بمدى قدرة الفرد على التفاعل الاجتماعي مع الوسط المحيط به وممارسة حياته اليومية بشكل عادى ، واعتماده على نفسة في تلبية احتياجاته (مكى .(1988م)).

الناحية الطبية :-

بأنها الحالة التى يفقد فيها الكائن الحى القدرة على الرؤية بالعضو المخصص لهذا الغرض وهو العين ويعجز عن وظيفته إذا أصابه خلل .

الناحية التربوية:

أورده المعاطية (2000م) التعريف الذى أقرته هيئة اليونيسكو التابعة لجمعية الأمم المتحدة بأن الكفيف هو الشخص الذى يعجز عن إستخدام بصره فى الحصول على المعرفة ، كما أنه يعجز نتيجة لذلك عن تلقى العلم .

التعريف المهنى :-

يذكر مصطفى قمش وآخرون (2000م) هو الشخص الذى يستدعى ضعف قوته البصرية التدريب بمهنة ما مناسبة لظروفه ثم يمارسها بإتقان فانه يعد كفيفا مهنيا .

المعاق :-

هو فرد يعاني من عجزاً واضحاً اضعف حاداً في الكلام اوالتحدث اوالحركة اوالسمع اوالتفكير او والتكيف اوالتعامل مع الاخرين اوالذي يعاني من اضطرابات عقلية اوانفعالية بحيث تميزه عن العاديين من الناس بشكل واضح وملحوس . أو هو الشخص الذى تبلغ إعاقته البصريه درجة من ألحدة تحتم عليه ألقراءة بطريفة برأيل أما ضعيف البصر فهو ألذى يستطيع بوجه عام قراءة ألحروف الكبيرة تحت أفضل ألظروف ألممكنه .(قمش ، وآخرون (2000م) .

مركز بحرى لتاهيل المكفوفين :-

نبذة تعريفية :

المركز مؤسسة تعليمية تعنى بتوفيرالتأهيل الإلجتماعي والتعلیم الأكاديمي والتدريب المهني للمكفوفين من الجنسين بهدف دمجهم في المجتمع وتقديم خدماته مجاناً .

تاسس فى عام 1986م من قبل منظمة نيروجية ، يضم عدد من المعلمين المبصرين والمكفوفين بمؤهلات مختلفة (لأنوى، دبلوم، بلاريوس، جامعى، فوق الجامعى) بالاضافة للمتعاونيين والخدمة الإلجتماعية ويضم عدد من الطلاب نظاميين وغير نظاميين

يضم المركزعدة فئات من الطلبة وهم :-

1- للمكفوفين الذين فاتتهم فرص التعلیم ويحتاجون لمحو أميتهم في مجال التعلیم بالإضافة للتأهيل الإلجتماعي.

2- للمكفوفين الذين بدأوا الدراسة الأكاديمية في معهد للمكفوفين أو المدارس العادية ولم يستطيعوا مواصلته او يرغبون في التعلیم المهني.

3- طلاب الثانويات والجامعات الذين درسوا في مدارس عادية أو خلوي عن طريق الإستماع ويرغبون في تعلم القراءة والكتابة بطريفة (برايل).

4- طلاب الثانويات والجامعات الذين درسوا في معهد المكفوفين ولكن يرغبون في التعلیم والتأهيل في المواد التي لاتوجد في تلك المعاهد مثل الحركة والتنقل بإستعمال العصا البيضاء والكمبيوتر وأعمال المطبخ وتنمية الحواس ونشاطات الحياة اليومية.

5- المكفوفين ذوي المهن وفقدوا بصرهم حيث يتم إعادة تأهيلهم للرجوع لمهنتهم نفسها أو لمهنة أخرى مشابهة تناس بقدراتهم.

يقدم المركز خدماته للطلبة المكفوفين الذين يلتحقون بالمركز كطلبة نظاميين بالإضافة لخدمات غير مباشرة للمكفوفين بالجامعات المختلفة والمدارس العادية الأخرى وللمركز فروع بمدني وكسلا .

(<http://kfif-sd.net/>)

الفصل الثاني

المبحث الأول

نوعية الحياة

مقدمه :

يختص هذا الفصل بتقديم تصور نظري واضح للمفاهيم التي تعنى بها الدراسة الراهنة، وذلك لتوضيح حدود ومعالم كل مفهوم عن غيره من المفاهيم النفسية الأخرى ، وكذلك ليكون هذا الإطار النظري ركيزة أساسية تنطلق منها عمليات لتصميم بعض الاختبارات النفسية التي تجسد مفاهيم الدراسة الراهنة.

نوعية الحياة Quality Life :

يعد مصطلح نوعية الحياة Quality Life من المفاهيم الحديثة التي واجهت إهتمام كبير في العلوم الطبيعية والإنسانية.

ومن بين العلوم التي اهتمت بنوعية الحياة علم النفس Psychology حيث تم تكيف هذا المفهوم في مختلف الاتجاهات النفسية النظرية منها والتطبيقية فقد كان لعلم النفس السبق في فهم وتحديد المتغيرات المؤثرة في نوعية الحياة.

وما بلغه الإنسان اليوم من مقومات التقدم و الرقي والتحضر التي تعينه بلا شك على مستوى معيشا من نوعية الحياة ويقصد بنوعية الحياة بشكل عام نوعية خصائص الإنسان من حيث تكوينه الجسمي والنفسي ودرجة توافقه مع الآخرين ، وتكوينه الإجتماعي والأخلاقي.

مفهوم نوعية الحياة :

في معجم علم النفس والطب النفسي :-

النوع:- هو طبيعة وخصائص إحساس أي كائن آخر، يجعله فريد .(عبد الحميد، كفاي، 1993م) .

لغة:- النوع اخص من الجنس وهو كل ضرب من كل شي-الحياة ضد الموت (ابن منظور 2000م).

اما الحياة فهي الحالة الفعلية التي يكون الكائن حياً قادر للقيام بالوظائف المختلفة التي تربطه بالحياة كالنمو والتكيف مع البيئة (عبد الحميد ، كفاي، 1989م) .

إصطلاحاً : إن هذا المفهوم قد استخدم للتعبير عن عدة مواضيع فهو يستخدم تارة للتعبير في الواقع في مستوى الخدمات المادية والإجتماعية وتارة أخرى للتعبير عن إدراك الأفراد للمدى قدرة

هذه الخدمات فى إشباع حاجاتهم ونجد أن العلماء لم يتطيعو الوصول إلى تعريف محدد و إلى مفهوم نوعية الحياة ويرون فى ذلك بإستثناء الذاتية التي يصعب قياسها بدقة.

وفيما يلي بعض التعاريف التي تناولت نوعية الحياة:

1/ ويرى جود (Good1990) أن جودة الحياة نتاج لتفاعلات فريدة بين الفرد والمواقف الحياتية ، وعرفها بأنها درجة استمتاع الفرد بإمكانياته المهمة فى حياته أو بمعنى آخر إلى أي حيرى الفرد حياته الجيدة و أن جودة الحياة مفهوم يعكس موافق الحياة المرغوبة لدى الفرد فى ثلاثة مجالات رئيسية للحياة هي الحياة الأسرية المجتمعية والعمل والصحة .

2/ وذكر جون الكسندر Jon Alexandar المذكور فى هناء الجوهري (1999م) نوعية الحياة يقصد بها التجارب من ضرورات الحياة التي توفر أساليب الراحة ، فهي تطور نفوس الأفراد بما هو إنساني، أي أن نوعية الحياة يجب أن تتجاوز عن الحاجات الضرورية إلى الحاجات الكمالية التي تشعر الإنسان بالسعادة فى الحياة.

3/ ذكرى سعاد موسى (2000) إن نوعية الحياة هي مستو و الاحتياجات الشخصية و إشباع تلك الاحتياجات بما فى ذلك الحاجات السياسية كالتقوية للحفاظ على الصحة والتعليم.

4/ أما (stewart-Brown2000) يشير إلى ان جودة الحياة هي : حالة كلية ذاتية توجد عندما يتوازن داخل الشخص مدى واسع من المشاعر منها الحيوية والإقبال على الحياة ، الثقة فى الذات ، الصراحة والأمانة مع الذات ومع الاخرين ، البهجة والمرح ، السعادة ، الهدوء، والإهتمام بالآخرين .

5/ يعرفها كار و ثوميسو karr & thomson بأنها العلاقات الايجابية والانشطة التجديدية كالإحساس بالأمان ومعنى الحياة والتي تتعلق بالمقدرة على الاهتمام بالنفس والقيام بالمهام باستقلالية . (مها عبدالرحمن .(2002).

6/ أما والكي وروك 1992 المذكور فى هدى خليفة (2004) فيعرفان نوعية الحياة بأنها الاحساس الذي يشعر به الفرد عن جودة حياته و معيشته و يترتب على ذلك إحساسه بالرضا وعدم الرضا واحساسه بالسعادة او بالشقاء والاحساس بالسعادة سببها رضاء الفرد عن حياته و المعيشية التي يحبها .

الملاحظ من التعريفات السابقة أنه لا يوجد إتفاق بين الباحثين حول تعريف موحد للمفهوم نوعية الحياة ، إلا إنه يمكن القول بأنه مفهوم وأسع متعدد الواجهه يشمل إشباع الحاجات ، ونشاطاته الهادفه فى الحياة التي يحقق بها التوافق النفسي للفرد .

مفاهيم ذات صلة بنوعية الحياة :

هنالك تداخل فى العلاقة بين مفهوم نوعية الحياة وبعض المفاهيم الأخرى. مثل:-

1/ معنى الحياة :

هو إدراك الأمر، التماسك، إدراك الهدف من وجود الإنسان، متابعة وتحقيق القيم ومصاحبة ذلك بمشاعر الإثبات والحيوية (حسين، 2004م).

2/ طريقة الحياة :

هو ذلك المفهوم الذي يعبر عن الكل الذي يكامل بين مفاهيم أسلوب الحياة، جودة الحياة، نوعية الحياة، (ناهد صالح، 1990م).

3/ الرضا عن الحياة :

يذكر كل من رضوان و هريدي (2001م)المذكورين في (منتصر كمال الدين 2000) أن الرضا في الحياة يعني درجة تقبل الفرد لذاته، وبما حقق من إنجازات في حياته الحاضرة والماضية، ويفصح هذا التقبل عن نفسه في توافق الفرد مع ذاته والآخرين وجوانب الحياة المختلفة ونظرة المتفائلة نحو المستقبل.

ويقرر دينر وآخرون 2003م, Diner al أن الحكم على مستوى الرضا عن الحياة يعتمد على مقارنة الفرد لظروفه بالمستوى المثالي الذي يفترضه لحياته، وهذا يعني أن الحكم على مدى رضا الفرد عن شؤنه الحالية يعتمد على مقارنته بمستوى مثالي يضعه الفرد نصب عينيه، وهذا المستوى المثالي ليس إجباريا بل هو علامة مميزة للصحة النفسية، حيث أنه يرتبط بالحكم الشخصي للفرد ولا يرتبط ببعض الحقائق التي يعتقد أنها مهمة .

ويرى شين جونسو shine&gohnsom المذكور في هدى خليفة (2004) ان الرضا عن الحياة هو تقدير عام لنوعية حياة الشخص حسب المعايير التي انتقاها لنفسه و يتفق معه في ذلك عبد الخالق (2008) و الديب (1988) .

حيث ترى الباحثة أن الرضا عن الحياة هو تقييم الفرد لنوعية حياته التي يعيشها في ضوء ما لديه من مشطر، واتجاهات، وقدرته على التعامل مع البيئة المحيطة به، وإشباع حاجاته بصورة مرضية بناء على معايير الذاتية .

وتناول ابن القيم العامل النفسي كأحد المتغيرات النفسية التي تشكل أهمية بالغة في حياة

الفرد إذا رضيت نفسه بما حدث لها، ويحدده ابن القيم بأنه الرجوع للنفس إلى ربها قال تعالى: (يَا

أَيُّهَا النَّفْسُ الْطَّيِّبَةُ طَيِّبِي ذَرِيَّةً بِكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً) (سورة الفجر 27-28).

حيث لا ترجع النفس إلا إذا كانت راضية بما نالته فيحصل لها الرضا. أي أن الفرد يكون

شاعراً بالرضا حال استواء حالته من الغنى والفقر والراحة والتعب والعافية والسقم ذلك لأنه ما دام

قد حدث هذا فإنه يعتبره إرادة الله تعالى، فعلى الإنسان أن لا يسخط على وضعه وأن لا يطلب

غير تلك الحالة التي أقامه الله فيها .

كما تناول ابن القيم الآثار المترتبة على الأساس بالرضا حيث اعتبره ليس نهاية المطاف إنما هو دافع لمزيد من الأعمال التي من شأنها أن تحقق إستمرارية الإحساس بالرضا وهو بذلك يؤكد أن الرضا هو وسيلة الإنسان لتحقيق الأمن والإطمئنان (بنينهبل اهيم ، 2004م). ويتضح من ذلك أن هذه المفاهيم مازالت من المفاهيم التي تحتاج إلى المزيد من الدراسات في بيئتنا السودانية .

جودة الحياة :

يعرف مفهوم نوعية الحياة في ضوء المعين أو الإدراك الذي يحمله الشخص اتجاه صياغات حياته المختلفة وهنا يستخدم أحياناً مسمى جودة الحياة أو المعيشة للإشارة إلى الجانب الذاتي من التقييم للحياة بما يمكن أن يعكسه من معنى السعادة والرضا من منظور شخصي ويضيف فريق آخر إلى هذا المعنى الذي يشمل الحياة المختلفة في المجتمع، وفي هذه الحالة يطلق على هذا الجانب الموضوعي من الحياة جودة المعيشة. (هبه جمال الدين ، 1999م).

4/ أسلوب الحياة :

يرى وليم ليندر المذكور في حسين (2004م) أن أسلوب الحياة هو النسق أو المنظومة التي تشير إلى نمط الحياة المميز للفرد ويشمل الأنماط التي تنمو وتتشأ من خلال ديناميات الحياة في المجتمع.

وهناك من يرى أن أسلوب الحياة يعد أحد المكونات الأساسية التي يعتمد عليها في بناء مؤشرات نوعية الحياة تلي يستند عليها في تغيير وإدراك الناس للحياة ومدى رضائهم أو سخطهم بما تحققه الحياة لهم من إشباعات وما تسببه من احباطات.

النظريات النفسية:-

هنالك العديد من النظريات والدراسات في علم النفس التي تناولت نوعية الحياة من جهات مختلفه فمن هذه النظريات:-

اولا: نظرية التحليل النفسي :

الأب البشري لهذه النظرية هو فرويد ويرى أن الشخصية تتكون من ثلاثة أنظمة وهي (الهو، the Id ، الأنا ego ، الأنا الأعلى the super ego) ولكل منها وظائف وخصائصه ومكوناته ومبادئه التي تعمل وفقاً لها إلا أنها جميعاً تتفاعل فيما بينها تفاعلاً وثيقاً وأن سلوك الإنسان هو في الأغلب محصلة تفاعل هذه الأنظمة الثلاثة .

1/الهو :

هي الذات الغير شعورية التي لا تقيم وزناً لمعايير المجتمع حيث تتضمن الغرائز الجنسية والعدوانية وتعيش دائماً مبدأ اللذة. الفورية لدوافعها الهمجية التي تخالف الأعراف والمعايير السائدة في المجتمع .

2 / الأنا :

تعمل على مبدأ الواقع Reality Principle فهي الذات الواقعيه لانها تتعامل مع البيئه الخارجيه على أساس مراعات الواقع وتحترم قيم ومعايير المجتمع وتعمل على كبح جماح الهوى حيث تقف بالمرصاد لأفعال الهو. حتى لا تخرج إلى عالم الواقع.

3- الانا الاعلى supper ego :

ويسمى الضمير وهو يقع بين الشعور واللاشعور ويعد السلطة الضابطة التي تتكون من امتصاص القيم والمعايير والتقاليد التي يتمتع بها الفرد من خلال عملية التنشئة الاجتماعيه ويتضمن supper ego الشعور المثالي للشخصى عن ذاته ' والذي يطمح إلى أن يحققه ويلعب دور الرقيب بالنسبه لتحقيق الاتزان النفسى عند الانسان .

فيعتبر supper ego الجانب الخفى للشخصية حيث يعمل على كف كل من رغبات الهو كالجنس-العدوان (المطيرى،2005م) .

يربط فرويد التوافق النفسى بقوة الأنا حيث يكون المنفذ الرئيسى فهو يتحكم ويسيطر على الهو والأنا الأعلى ويعمل كوسيط بين العالم الخارجى ومتطلباتهم ، أما سوء التوافق النفسى فى الشخصية يمكن داخل الفرد نتيجة لأختلال قيام الفرد بوظائفه النفسية عبر مسارين :

1- تعلم غير ملائم فى مراحل الطفولة الأولى .

2- إختلال الحركة المتوازنة بين منظمات النفس الهو والأنا الأعلى . (محمد، 2000م)

فيرى فرويد أن توازن هذه الانظمة مهم جدا حيث تؤدى الى تكامل الشخصية أما اذا إختل احدهم فان ذلك يؤدى الى إختلال فى التوافق والصحة النفسية .

التعليق على نظرية فرويد :

رغم الانتقادات التي وجهت لهذه النظرية الا انه يعتبر من الرواد الذين اكتشفوا الجانب الخفى من النفس البشريه الذات اللاشعوريه وكيفية استخدامها للوسائل الدفاعيه النفسيه للحفاظ على توازن الشخصية وسلامتها .

وترى الباحثة أن الإنسان الذي يستطيع أن يوازن بين الأنظمة الثلاثة يتمتع بنوعية حياة

جيدة.

ثانيا : النظرية السلوكية :

اهتمامها الرئيسي هو السلوك ويشير (الزغبى، 2002م) إلى أن اصحاب هذه النظرية يرون أن معظم سلوكيات الإنسان متعلمة فيولد ولديه استعدادات داخلية، ويرى اسكنر skenner أن سلوك الفرد يكون بمثابة إستجابات لمثيرات محددة موجودة في البيئة وتركز على كيفية تعلم السلوك وتعديله وأن السلوك يرتبط بموقف معين في الغالب ويمكن تفسيره بالعوامل الوراثية والبيئية

ويرى السلوكيون أن جميع ألوان السلوك مكتسبة حسب قواعد النظام التي يتعلمها الفرد من والديه فالاطفال يتعلمون النطق الصحيح للكلمات من خلال الاستجابات الناتجة التي يتم تدعيمها من قبل الوالدين والمحيطين، فالسلوك عندهم يرتبط بموقف معين ويتجدد جزئيا تبعا على الحالات البيئية ويرون أن الانسان قادر على الإستفادة من المدى الهائل للخبرات والطاقت المعروفة .

وبصورة أكثر تحديدا تعتقد هذه النظرية أن البيئة هي التي تتحكم في الفرد وبالتالي في احتياجاته فاذا منحا البيئة تعزيزاً جيداً كان هذا دافعا قويايؤدي إلى مزيد من النجاح والعطاء والعكس صحيح أن معظم رواد هذه المدرسة مثل اسكنر واطسون اتفقا على ان تغيير البيئه المحيطة هي الأساس في الوصول الى نوعية الحياة المرغوبة فالفرد يتم التحكم فيه من خلال البيئة المحيطة به . (هدى خليفه، 2004م) .

أن بعض علماء المدرسة السلوكية إختلفو في حدوث عملية التوافق النفسى ، مثل واطسون وسكنر ، أن عملية التوافق النفسى تتم دون قصد وبصورة آلية عن طريق الاثباتات البيئية ، فى حين يرى باندورا وماهونى ، أن بعض عمليات التوافق تتم بصورة قصدية واعية تماما ، ويرون أن السلوك التوافقى هو الذى يؤدي إلى خفض التوتر الناتج عن إلحاح دافع معين والفرد يتعلمه ، ويميل إلى تكراره فى المواقف المماثلة ، كما يرون أن الشخصية ليست جاهزه للعادات والمهارات والسلوكيات التى إكتسبها الفرد ، والسلوك المتوافق هو القدرة على التنبؤ بالنتائج المترتبة على السلوك والقدرة على ضبط الذات .

أما سوء التوافق النفسى عند السلوكيين يتمثل فى عدم قدرة الفرد على ملاحظة النتائج غير المرغوبة التى تترتب على سلوك معين ،كما يتضمن صعوبة ضبط الذات وهذه القدرات فى جميع الأحوال مهارات او سلوكيات متعلمة ، وهى قابلة للتغيير فى أى وقت من عمر الإنسان (عبدالله، 2006م) .

وتلاحظ الباحثة أن أصحاب هذه النظرية يرون أن التوافق النفسى يقوم على مبدأ المثير والاستجابة لأن سلوك الفرد متعلم او مكتسب من خلال تفاعله مع البيئة الاجتماعية التى يعيش فيها .

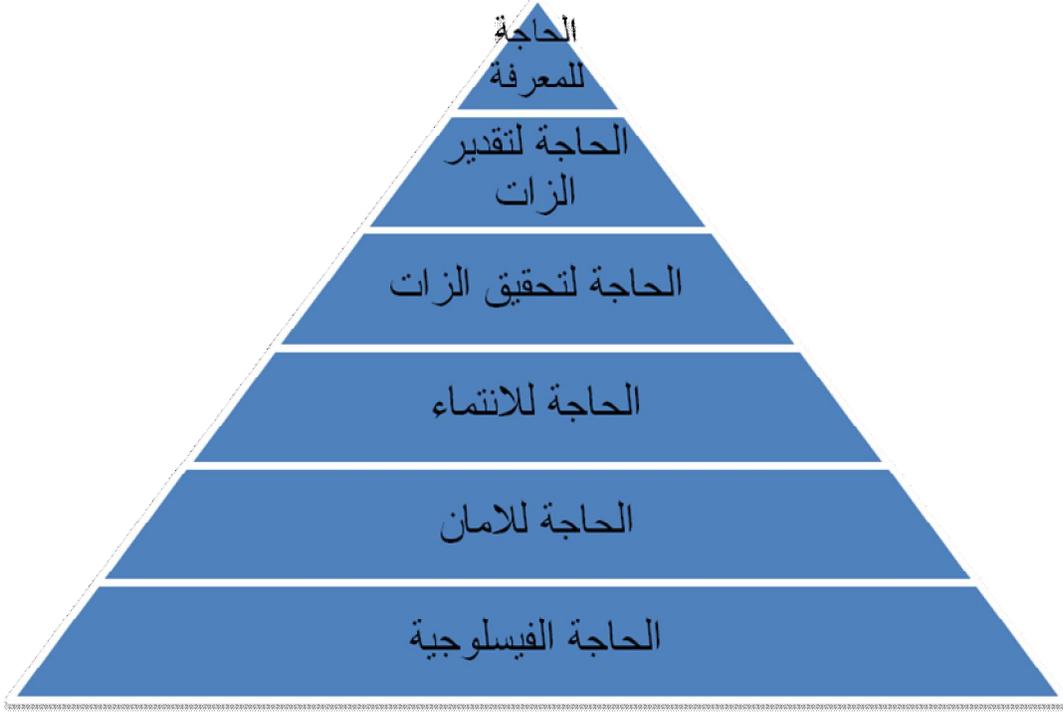
وايضا تضيف الباحثة أن الوصول إلى نوعية الحياة المرغوبة مرتبط بالبيئة المحيطة لأنها تتحكم في الفرد وبالتالي إحتياجاته.

ثالثا : نظرية ماسلو للحاجات :

لقد قام ببلورة هذه النظرية مجموعة من العلماء الذين عارضت آرائهم كل من المدرستين التحليلية والسلوكية واجتمعوا على أن هناك سمات تميز الإنسان من الحيوان كالحرية والابداع ويؤكدون على أن الانسان يجاهد لكي يحقق ذاته كإنسان وكان في مقدمتهم كل من كارل روجوز وبراهاام ماسلو وجوردوين البورث .

أما براهاام ماسلو يشير إلى أن التوافق يرتبط بالذات وأن الكائن الحي ينشط ليحقق اشباعاً لحاجاته حيث يندفع الكائن الحي إلى اشباع الحاجات الأولية أو الفيسولوجية فإذا اشبعها اختفت من مجال دافعيته وافسحت المجال للمستوى الثاني من الدوافع ، فإذا اشبع هذا المستوى ايضاً إنتغي وفسح المجال للمستوى الثالث وهكذا ، ويرى ماسلو أن سلوك الانسان محكوم بالدوافع غير المشبعة لأنها دوافع تظل تعمل وتوجه سلوك الفرد ، فالفرد الذي يبحث عن الاحترام والتقدير من الآخرين قد أشبع دوافع الجوع ولو لم يشبع هذا الدافع الأخير لما في التقدير والاحترام ولعرف همه إلى البحث عن طريق الطعام أولاً ، ويرى ماسلو أن الشخص المتوافق يتفق بالتلقائية وتقبل الذات و إدراك الواقع مع الاستقلال والعلاقات القوية مع عدد من الأصدقاء.

ف نجد أن لب موضوع نوعية الحياة يتمثل في دراسة ماسلو للحاجات الإنسانية التي وضعها على شكل هرمي وتتمثل في الآتي:



توجد لدى الكائن العضوي مجموعتان أساسيتان من الحاجات هما:

1/ الحاجات الأساسية : وهي الحاجات اللازمة لبقاء الفرد لذلك يجب أن يشبعها قبل أن يتقدم نحو تحقيق الذات .

2/ حاجات النمو : وهي ثانوية قد تظهر بعد اشباع الحاجات الأساسية الفسولوجيه بدرجة معقوله ، يتطلع فى التأكيد راغبا بأن هذه الحاجات سوف تجد إشباعا فيما بعد ومن هنا كانت جهود الافراد من أجل ضمان الأمن من كل جوانب الحياة، الأمن الاقتصادي والغذائي وغيره. لذلك يجب أن تشبع الحاجات الأساسية أولاً قبل الانتقال إلى الحاجة التي تليها وتترتب هذه الحاجات في شكل تنظيم هرمي في المجموعات التالية:

1. الحاجات الفيزيولوجية : هي الحاجات الأساسية للمحافظة على بقاء الفرد على الحياة مثل الجوع - العطش - الجنس - النومالخ.

2. حاجات الأمن أو الضمان : وهي تتمثل في رغبة الفرد هي الحماية من المخاطر والتهديد كما تشمل حاجات الفرد إلى الحرية وتظهر بعد أشباع الحاجات الفيسولوجية.

3. الحاجات الاجتماعية او الحاجة إلى الانتماء هي رغبة الفرد في بناء علاقات ودية مع الآخرين والقبول من جانب الأقران ، والانتماء للأسرة والمجتمع.
 4. الحاجات التقدير أو المكانة: وهي الثقة بالنفس الاستقلال الوضع الاجتماعي، التقدير، الاحترام .
 5. حاجات تحقيق الذات : الاستمرار في تنمية الذات والأبداع والخلق، وهذه نجدها في قمة المدرج الهرمي حيث توجد حدود مثلى لاشباع كل منها بحيث إذا تجاوز الشخص إنتقل الاشباع الى تخمه ضارة. (عبد الخالق، (2008م).
- تمثل نظريتي روجرز وماسلو أهم النظريات في هذا المجال حيث إتفقا على أن التوافق النفسي والصحة النفسية بشكل عام ترتبطان بتحقيق الذات ، فالشخص المتمتع بالصحة النفسية والتوافق النفسي يحقق الإمكانيات الموجودة لديه .
- وقد أتى ماسلو Maslow بنظرية تحقيق الذات من خلال بصمة للأشخاص حقق امكاناتهم وذواتهم إلى اقصى حد واكتشف تميزهم بمجموعة من الخصائص منها:
1. أن لهم اتجاهاً واقعياً .
 2. يستطيعون التركيز على المشكلات التي تواجههم والتفكير بالمشكلة بطريقة منطقية .
 3. أن لديهم ذخيرة عظيمة للابداع والابتكار .
 4. أنهم يتمتعون بالاستقلالية الذاتية.
 5. لديهم تقبل ، وإحترام لذواتهم ، والآخرين ، وللطبيعة ، ولديهم قدرة على الإستمتاع بالحياة .
 6. يميلون الى البساطة والتلقائية .
 7. لديهم القدرة على التجديد لذا لا يعانون من الملل .
- وترى الباحثة أن النظرية الأنسانية تتميز بالاجابية فهي تنظر إلى الانسان ككائن فاعل يتسطيع حل مشكلاته وتحقيق التوازن وأنه ليس عبداً للمجتمعات البيولوجية كالجنس والعدوان ، وعليه فإن التوافق في ضوء هذه النظرية يقصد به كمال الفاعلية وتحقيق الذات

أبعاد نوعية الحياة :

يتضمن مفهوم نوعية الحياة أربعة أبعاد رئيسية هي: الذات، الإنجاز الشخصي، العلاقات والمحيط وكل بعد من هذه الأبعاد الرئيسية يشمل عدد من الأبعاد الفرعية.

أولاً: الذات Self :

يتضمن هذا البعد أبعاد الصحة، اعتبار الذات، فلسفة الحياة، المستوى المعيشي.

1/ الصحة health :

هي أن يتمتع الفرد بالكفاءة الجسمية والنفسية والاجتماعية التامة وليس الخلو من المرض أو القلق, كما عرفتها منظمة الصحة العالمية بأنها حالة من الرفاهية والسعادة والكفاية الجسمية والنفسية والاجتماعية التامة وليس مجرد المرض والهجر أو الضعف. (محمد ، 2004)

2/ اعتبار الذات Self-Regard :

هو الشعور بالرضا عن النفس الذي اكتسبه الفرد من خلال خبرات النجاح التي يمر بها وغالباً يستند في حكمه على نظرة الآخرين له ومن الشعور الذاتي. اما عسكر (1998) يشير إلى الشعور بالفخر والرضا عن النفس الذي يكتسبه الفرد من خلال خبرات النجاح التي يمر بها و غالباً يستند في حكمه علي نظرة الآخرين له ومن الشعور الذاتي. بينما نجد في المجتمعات الاسلامية تتطوي فكرة المرء عن نفسه على الأخذ بالاسباب وربط النجاح و **مَوَالِئُوقِيَّتْ بَلَوْتَشِيُوْنَ لِلّٰهِ اِقْلًا تَعَلَّىي: (شَاءَ اللّٰهُ اِنْ اللّٰهُ كَانَ عَلِيْمًا حَكِيْمًا)** سورة الأنسان الاية (30)

3/ فلسفة الحياة Philosophy of Self :

الفلسفة هي علم دراسة السلوك الإنساني في علاقته بالكون من حوله (مذكور، 1997م). أما الحياة فهي إدراك الأمر والتماسك وإدراك الأهداف من وجود الإنسان ومتابعة وتحقيق الأهداف ذات القيمة ومصاحبة ذلك بمشاعر الحيوية. (روكرو وبنخ) المذكوران في محمد، (2006م).

ويذكر (فرش 1992) انها تتعلق بالنسق الذي يكونه الشخص من قيمه بحكمه واهداف و معتقدات من خلالها يجعل لحياته معني ويحس بالغاية و تساعد في دفع خطة تتعلق بكيف يعيش حياتهو أن يتأقلم مع مشكلاته اليومية وتساعد ايضا في ان يقرر بطريقة افضل في مواقف معينة ويرى إن هذا قد يرتكز علي معتقد ديني او لا يرتكز علي معتقد ديني

4/ مستوى الحياة Standard of Self :

ترى الباحثه أنه يدل على المركز الاقتصادي والاجتماعي للفرد والجماعة ويشير إلى

(1) الظروف الفعلية التي يعيشها الإنسان

(2) الظروف التي يتطلع إليها الإنسان ولكنه لم يحققها بعد.

5/ التدين

هو تصور اعتقادي ينبثق عنه نظام او منهج يحكم كل نشاط الانسان في الحياة الدنيا . (مذكور ، 1997م)

ثانياً : الإنجاز الشخصي Personal of live :

يشمل هذا البعد الترفيه، التعليم، الإبداع، العمل الطوعي، الحب.

الإنجاز: هو حالة داخلية مرتبطة بمشاعر الفرد ونشاطه نحو التخطيط للعمل وتنفيذ هذا التخطيط بما يحقق مستوى محدد من التفوق الذي يؤمن به الفرد . (بلو علام (2004)

1/ الترفيه Recreation :

هو الوقت الذي يقضيه الفرد في ممارسة الهوايات وتتنوع فيه الأنشطة لتناسب حاجات الأفراد والجماعات في فترة وقت الفراغ والإمكانات المادية (زهرا، 2002م).

2/ التعليم Learning :

هو عملية اكتساب معلومات جديدة وأنماط سلوكية وقدرات أو هو تعديل في السلوك وله ثبات نسبي نتيجة للممارسة والخبرة (عبد الحميد، و كفاي ، (2002م).
التعليم غرس المعلومات والمهارات المعرفية من خلال مؤسسات معينة لهذا الغرض كالمدراس، أي تنمية الجانب المعرفي الفعلي.

3/ العمل الطوعي Civic Action :

يعد العمل الطوعي من مميزات الحياة الإجتماعية ويتعلق بمساعدة الآخرين وتشجيعهم في قضاء حاجاتهم وكذلك المشاركة الوجدانية.
وترى الباحثة من خلال خبرتها العملية التي تقوم بمساعدة الآخرين وتشجيعهم لقضاء حاجاتهم تجعلها راضية عن نوعية حياتها.

ثالثاً : العلاقات Relationships :

يتضمن هذا البعد الصداقة، العلاقات مع الأقارب الحب.

1/ الصداقة Friendships :

الصديق هو من يصدقك في مودته وتصدقه في مودتك ولمكانة الصداقه في الاسلام قرنها القرآن الكريم بالقرابة الوكيدة . (محمود، 2005م). أو عاطفة مكتسبة تستند إلى الاختيار والتفضيل وتتميز بالإنجذاب إلى طرف آخر.

2/ العلاقات مع الأقارب Relationships With retentions :

هي علاقة الفرد بوالديه وإخوانه وأقاربه وزيارته لصلته رحمه ومشاركتهم ومساعدتهم في حياتهم.

3/ الحب love :

هو شعور ايجابي سار و هو ذروة التجاوب بين الاشخاص اذا تتحول العلاقات بين الاشخاص من التفضيل الى القرب ثم الإلفة والمودة فالحب ،ومفتاح هذه العملية هو الكشف عن الذات و فشاء أسرارها بشكل متبادل مع الشريك . (عبد الخالق (2008م)

رابعاً : البيئة Environment :

تنقسم إلى:

1/ بيئة جغرافية تشمل جميع مظاهر البيئة التي لا تكون من خلق الإنسان نتيجة للنشاط الإنساني وتتضمن الأرض، المناخ، التوزيع الطبيعي.

2/ بيئة اجتماعية وتتألف من الأشخاص والجماعات المتفاعلة وجميع المظاهر الأخرى للمجتمع، وتشمل المنزل، المجتمع. (غيث، د.ت)

أ_المنزل House :

هو سكن يرتاح فيه الناس فتسكن أرواحهم وتطمئن نفوسهم ويأمنون على حرمتهم وعوراتهم ويلقون عنهم أعباء الحذر والحرص (حسن، 1995م).

ب/ المجتمع Community :

هو العدد الكلي من الأفراد سواء من البشر أو الكائنات الأخرى في منطقة جغرافية معينة (عبد الحميد، كفاي 1993م).

لقد فطر الله الإنسان على الاجتماع فليس بوسع الإنسان أن يعيش وحده وليس هنالك ظاهرة نفسية واحدة يمكن أن تتم دون أن تكون لها صلة بأفراد المجتمع الذي يعيش فيه وعلى هذا الاساس فان المجتمع يتكون من أربعة عناصر وهي :

(1) الأفراد

(2) ما ينشأ من صلات بين أفراد الجماعة

(3) النظام

(4) العقيدة وهي أعظم العناصر المكونة للمجتمع وأكثر خطراً وذلك لأنها تتحكم فيه وتوجهه الوجهة التي ترضاها فهي التي تحدد الصلات الاجتماعية وهي التي توحد الشعور بالإنتماء وترسم نهج السلوك وتضع قواعد للمجتمع (مذكور، (1997م).

وحددت وحدة أبحاث نوعية الحياة بجامعة تورنتو (2000م) ثلاثة أبعاد لنوعية الحياة وهي:

أولاً : الكينونة (الوجود) :

يشمل هذا البعد ثلاثة أفرع وهي :

1/ الكينونة الجسدية :

وهي التي تعني الصحة الجسدية وأساليب التغذية وأنواع المأكولات المتاحة ، النظافة، المظهر الشخصي، والملبس، و التدريبات.

2/ الكينونة النفسية :

تشمل صحة الفرد النفسية وتوافقه ومشاعره وإمكانياته المعرفية وتقديره لذاته وتحكمه فيها.

3/ الكينونة الروحية :

تعني بقيم الفرد ومعاييره الشخصية والسلوك ومعتقداته الروحية ومميزاته ومستواه الأخلاقي.

تتفق وحدة أبحاث نوعية الحياة بجامعة تورنتو مع التصور الإسلامي لكينونة الوجود إذ يدعو الإسلام أفرادَه للمحافظة على الكينونة أو الوجود بفروعه الثلاث وفي الكينونة الجسدية يدعو إلى حفظ حياة الجسم وتنميته أو وقايتَه من كل ما يؤذيه فصحة الجسم وسلامته وجماله ونضارته من الأمور التي أحبها الإسلام لأن صحة المسلم ضرورية لكي ينهض بمسؤولياته في العبادة وتعمير الأرض. (الغزالي المذكور في منتصر كمال الدين ، (2000م) .

أما الكينونة أو الوجود النفسي فيدعو إلى تزكية النفس وتنميتها وحمايتها من كل ما يفسدها ويدنسها وعلاج انحرافاتِها وميولها وقبولها وحبها والرضاء عنها وعن قدراتها بميولها وحاجاتها وإشباعها في حدود ما أمر الله به ونهانا عن كل ما يغضب الله وحثها على عمل ما يرضي الله فتسلم وتحصل على اللذة والإبتهاج والسرور وتشعر بالكفاءة والجدارة وتقبل على الحياة بتفاعل ورضا بما قسمه الله لها.

أما الوجود الروحي فالمسلم يربط قيمه ومعاييره وسلوكه وأخلافه ومعتقداته بالدين الإسلامي ويتصرف وفقاً لمرضاة الله في إمتثال أوامره واجتناب نواهيه.

ثانياً : الإلتناء :

فترى وحدة أبحاث نوعية الحياة بجامعة تورنتو (2000م) أنه يشمل ملائمة الفرد وانسجامه مع البيئة وأنه يحتوي على ثلاثة جوانب فرعية وهي الإلتناء الجسدي أو (العضوي)، الإلتناء الاجتماعي والإلتناء للجماعة.

1/ الإلتناء الجسدي أو (العضوي) :

يعني أنه علاقة الفرد بالبيئة المادية المتمثلة في (منزله، مكان عمله، دراسته،مجتمعه).

2/ الإلتناء الاجتماعي :

يعني أنه ارتباط الفرد بالبيئات الاجتماعية المختلفة التي تضم الإحساس بالقبول الاجتماعي والحميمية بواسطة أعزاء آخرين كالأُسرة - الأصدقاء - زملاء العمل - الجيران والمجتمع.

3/ الإنتماء للجماعة :

وهذا يمثل مدخلاً أو سبيلاً لإستغلال الموارد التي تكون متاحة للفرد المنتمي للجماعة كالخدمات الصحية والرعاية الاجتماعية والعمل والدخل الكافي والبرامج التعليمية والترفيهية والنشاطات الاجتماعية.

هنالك تقارب أيضاً في بعد الإنتماء بين مفهوم وحدة أبحاث نوعية الحياة بجامعة تورنتو، 2000م والرؤية الإسلامية لهذا البعد إذ أن الإسلام يدعو الفرد إلى الإنسجام والملائمة مع بيئة من خلال الإنتماء الجسدي الذي يتم فيه علاقات الفرد مع أفراد منزله والمعرفة لقدر والديه وواجباته نحوها والخوف من عقوبتهما وصلة الرحم وحسن الجوار وعدم الفجور في الخصومة والهجر ونهى عن الغيبة والنميمة والمنكر وشجع الإنتماء الاجتماعي بالمحبة والمودة والرحمة والإيثار والتسامح، قال صلى الله عليه وسلم: (إنكم لم تسعوا الناس بأموالكم فلسعيهم منكم بسطة الوجه وحسن الخلق).

ثالثاً : الصيرورة :

تعنى بها النشاطات الهادفة التي يؤديها الفرد في تحقيق أهدافه وأمانيه ورغباته وتشتمل على الآتي:

1/ الصيرورة العلمية :

تظهر في الأعمال اليومية والواجبات المنزلية والدراسة والأعمال الطوعية والاهتمام بالصحة والحاجات الاجتماعية.

2/ الصيرورة الترفيهية :

فتزيد الاسترخاء وتقلل التوتر وضغط الحياة وتبادل الزيارات العائلية والنشاطات (الإجازات - العطلات).

3/ الصيرورة النمو :

يعنى بها الاستمرار في تحسين وتطوير المهارات والمعارف والمحافظة عليهما وبمقارنة هذه المفاهيم بالمفهوم الإسلامي نجد أن الإسلام اهتم بالصيرورة بفروعها التي ذكرتها، وحدة نوعية الحياة حيث دعا إلى العمل والإخلاص فيه فالمسلم مأمور بأن يعمل ويجتهد قدر استطاعته فاليد التي تعمل يحبها الله ورسوله كما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (المؤمن كالنحلة لا تأكل إلا طيباً ولا تضع إلا طيباً). (رواه الطبراني).

أما الصيرورة الترفيهية فهي قيمة إسلامية أصلية حيث ورد في الحديث رحو عن أنفسكم ساعة بعد ساعة، وحث الإسلام على صلة الرحم المتمثلة في تبادل الزيارات واعتبر العطلات موسم للعبادة والترفيه كالعيدين وعطلة الأسبوع أما صيرورة النمو فالمسلم يقبل على العلم والفقه واليقظة وحرية الفكر وتحري الحقيقة والاطلاع المستمر والإكثار من ترديد الأدعية المأثورة. وترى الباحثة أن وعي الفرد يحقق توازون بين الجوانب النفسية والاجتماعية والجسمية لتحقيق الرضا عن الحياة والاستمتاع بها وهذا الرضا ناتج من الظروف المعيشية الحياتية للأفراد وعن الإدراك الذاتي للحياة .

التطور والقياس النفسي لنوعية الحياة :

قد ظهر مصطلح نوعية الحياة لأول مرة في الولايات المتحدة الأمريكية في فترة ما بعد الحرب العالمية الثانية لوصف الحياة المادية في حياة الأشخاص ، وبعد ذلك اتسع المصطلح ليشمل التعليم والصحة والرفاهية والنمو الصناعي والدفاع عن العالم. وتعادل نوعية الحياة في أدبية الطب الاجتماعي مصطلحات متنوعة تتضمن الرضا عن الحياة ، الرفاهية الزائدة ، تقدير الذات ، السعادة ، الصحة ، القيم ، معنى الحياة والتأقلم مع الحياة . وبناء علي هذه المصطلحات تتعد الابعاد التي تقيسها مقاييس نوعية الحياة ، حيث تم استخدام العديد من النماذج والاساليب لتحديد مدى التقدم في نوعية الحياة نتيجة للبرامج العلاجية المختلفة منها دليل ويسكنسر لنوعية الحياة التي أعدها بيكر وديمون (1997) Becker & R.Diamond . والذي يعتبر نموذج متعدد الابعاد لقياس نوعية الحياة ويتضمن رصد جوانب الاختلاف وجهات نظر كل من المريض ، المعالج ، الأسرة ، في الوقت الراهن والمستقبل . وأخيرا كان هناك المفهوم الاخير لجودة الحياة وهو التركيز على الصحة والذي ربط بين جودة الحياة وبين درجة إستمتاع الفرد بكل الامكانيات المتاحة بحياته وتسخير الإمكانيات الصحية الموجودة لتطوير هذا المفهوم وتشير تستا وسيمونسون (1996م) إلى أن مقاييس جودة الحياة يمكن أن تكون شاملة ، أو مخصصة لهدف محدد ، أو مركبة كما أن تكون بطريقة القوائم إلا أنه في جميع الاحوال فان هذه المقاييس يجب ان تتسم بتغطية الاحداث والثبات والصدق والحساسية . (هاشم ، 2001م) .

ارتباط نوعية الحياة ببعض المتغيرات النفسية :

هنالك عدة مفاهيم نفسية تعتمد عليها نوعية الحياة منها:

1/ القيم :

يعتبر مفهوم القيم من المفاهيم الأساسية التي تحتل الصورة لما لها من دور مهم في حياة الأفراد بالإضافة إلى أهمية في تفسير الطموحات والتوقعات الخاصة بالأفراد. هي مجموعة من الأحكام التي يصدرها الأفراد متضمنة اختيارات وتفضيلات لها ما يبرز سواء كانت هذه الأحكام على أشياء أعمال سلوك (السيسي ، (2002م). وترى (ملتون روكيب Milton Rokeach) المذكوره في (السيسي ، (2002م) أن القيم معتقد فردي خاص جدا يختص بشكل من اشكال السلوك أو هدف من أهداف الحياة وهي معايير متعددة الأوجه تحد سلوكنا بطرق مختلفة لذا فإن هذا المفهوم له دور هام في حياة الأفراد ، كما تسمح بتحديد مستويات الأهمية النسبية لمجالات الحياة المتعددة وطبيعة تدرجها. ويؤكد روكيت أن عدد القيم التي يحتفظ بها الفرد قليل نسبياً وأنه بالأمكان إرجاع نشأة القيم إلى الثقافة والمجتمع والتقاليد و الاعراف الشخصية.

2/ السلوك :

كل ما يصدر من الكائن الحي ، والذي يتمثل في جميع الأنشطة الظاهرة والملموس وغير الظاهر ه أو غير الملموسة كالتفكير والتأمل وبذلك يدخل تحت مفهوم السلوك والأنشطة العقلية والفيولوجية لدى الكائن الحي ، وبالتالي يشمل السلوك جميع الأنشطة الداخلية والخارجية (السيسي (2002). وترى الباحثة أن السلوك هو التفاعل بين الكائن الحي وبيئته ، ومختلف الأنشطة التي يقوم بها.

3/ الاتجاهات :

يرى زهران (2003م) :إن الاتجاه هو عبارة عن استعداد تهيؤ عقلي يمثل للاستجابة الموجبة أو السالبة (القبول أو الرفض) نحو أشياء أو شخص أو موضوعات أو مواقف في البيئة التي تشير إلى هذه الاستجابة.

وأضاف شقير (2001م) أن نوعية الحياة تعتمد على مفهوم الاتجاهات التي تؤثر على سلوك الشخص في حياته فهي لا تعمل منعزلة بل تتدخل في الاستمرار في الحياة وتعطي الحياة مغذى حقيقي وهام.

4/ التوافق :

مفهوم خاص بالانسان في سعيه لتنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من إشباعات واحتياجات وصولاً لما يسمى بالصفة النفسية أو السواء والتناغم مع الذات ومع الآخر في الأسرة أو العمل أو أي من مجالات الحياة المختلفة التي ينخرط فيها لانسان وعليه فالتوافق هو مفهوم

إنساني ويتضمن اهم مؤشراتہ النظرة الواقعية للحياة وذلك عندما يقبل الافراد على الحياة بكل ما فيها من افراح وأحزان في هذه الحياة (الزهدي والعبيدي،(1999م).
حيث يرى (الشاذلي،) (2001 م) أنه يمكن دراسة التوافق من خلال إطارين هما:-

1- الإطار الشخصي :

يشير إلى الجانب الذاتي من التوافق ويتضمن الميعار الرئيسي للتوافق الجيد للإشباع الكافي لحاجات الفرد وتوافر حالة من التوازن الداخلي لديه.

2- الإطار الاجتماعي :

هو توافق الفرد كما يقيم من الخارج بمعايير شكلية أو غير شكلية يقوم بوضعها الآخرون.

5/ الادراك :

الموفق في مباحث علم النفس ونظرياته فنجد علم النفس له السبق في فهم وتحديد المتغيرات المؤثرة على نوعية حياة الإنسان يرجع ذلك أساسا لكون نوعية الحياة في النهاية هي تعبير عن الادراك الذاتي لنوعية الحياة ، فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها حتى أن تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته كالدخل والعمل والتعليم يتمثل في إحدى مستوياته انعكاس مباشر لادراك هذا الفرد للجودة الحياة في جودة هذه المتغيرات على هذا المستوى والذي يتوقف على مدى اهمية كل متغير من هذه المتغيرات بالنسبة للفرد(القندور،) (1999م).
وترى الباحثة أن مفهوم الادراك يتفق مع تعريف مركز ابعاد نوعية الحياة بالدنمارك (2000م) الذي يرى أن الخصائص المتباينة والظروف المتغيرة التي تؤثر في المقدرة على إشباع الحاجات الانسانية والتي يتم تحقيقها على عدة مستويات منها الجسدي والعقلي والروحي تتحدد بمدى إدراك الفرد لهذه الخصائص.

وتستخلص الباحثة أن جميع هذه المفاهيم تلعب دوراً رئيسياً في حياة الفرد لأنها مرتبطة مع بعضها البعض وتؤثر بطريقة مباشرة وغير مباشرة لنوعية حياة الفرد.

6- الصحة النفسية :

تعتمد نوعية الحياة علي مفهوم الصحة التي تعني قدرة الفرد علي التوافق مع نفسه والآخريين ومن حوله أي يشعر بالرضاء التام عن سلوكياته اللفظية والعملية المباشرة وغير المباشرة علي التكيف والعيش بسلام مع المجتمع الذي يعيش فيه ، وعملية التوافق هذه تكون علي المستوى البيولوجي او النفسي او الاجتماعي.(مسنى ، (20.0) .

وجاء لقرآن الكريم مؤكداً منزلة الصحة النفسية كمظهر من مظاهر الكمال الانساني المحدد قال

قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِدْفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ

لَأَلْمُؤُ وُ مَنِينِ) سورة يونس الآية رقم (57) . ولقد كان الرسول صلي الله عليه وسلم النموذج المثالي للنفس المطمئنة التي تحققت فيها جميع مؤشرات الصحة النفسية .

الأطر النفسية لدراسة نوعية الحياة :

من خلال التعاريف المختلفة لنوعية الحياة نجد انه قد تباينت الأطر النظرية لدراسة نوعية الحياة وذلك لتباين النظريات التي نتجت عنها والتي يمكن تصنيفها الى عدد من المناحي هي:

1/ المنحى النفسى :

لعلم النفس السابق فى فهم وتحديد المتغيرات المؤثره على نوعية حياة الانسان ويرجع ذلك فى المقام الأول الى نوعية الحياة وفى النهاية هى تعبير عن الإدراك الذاتى فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها ومن خلال هذا المنحى نجد العديد من النظريات النفسية التى تفسر ذلك.

2/ المنحى الطبى :

إن أول ما يصادف الباحث أثناء سعيه لجمع المعلومات الخاصة من المنظور الطبى وجود أحد المراكز العلمية المتخصصة فى دراسات نوعية الحياة فى كوبنهاجن بالدنمارك (مركز أبحاث نوعية الحياة) The quality of Life Research Center ويعتمد هذا المنظور على فرض أساسى مؤداه أن هناك علاقة بين نوعية الحياة والمرض. وفى هذا المجال يحاول العلماء الإجابة على عدد من التساؤلات من أهمها كيف يؤثر أى مرض على الطريقة التى يدرك من خلالها الفرد المجالات المختلفة فى حياته، فهناك دراسات مثل دراسة شيكل (1983م) Shekel التى اهتمت بدراسة نوع المرض وطبيعته وما يحدث للمريض من اضطرابات نفسية وجسمية وكيف تؤثر هذه الإضطرابات على نوعية حياته، لذلك يرون ان مفهوم نوعيته اصبح موضوعا هام فى مجال الصحة والخدمات الاجتماعيه وكثير من الاطباء والمتخصصون فى الشؤون الاجتماعية والسياسية والباحثون فى مجال العلوم الاجتماعية يهتمون بتعزيز دوافع نوعية الحياة لتصبح هدفا واقعيا فى التفاعل مع المرضى وتوفير الدعم النفسى والاجتماعى لهم وثمة دليل متزايد على أن المرض مرتبط ارتباط وثيقا بكيفية تصور الفرد إلى أى حد يتمتع بحياة جيدة وكذلك ركزت دراسات أخرى على نوع البيئة التى يعيش فيها المريض وأثرها على نوعية حياته، أيضاً يهتم هذا المجال بتأثير البرامج العلاجية والنفسية على تغيير إدراكات المريض السلبية وأثر ذلك على نوعية حياته (الغندور ، (1999 م).

وترى الباحثه انه يمكن ربط مفهوم نوعية الحياة من المنحى الطبى بالمرض ونوعه ومدته وقابليته للعلاج وتأثير العقاقير على صحته الجسميه والنفسيه والتكلفه العلاجيه الاقصاديه ومستوى الخدمات التى تقدم للافراد .

3/المنحى البيئى:

إن الانسان هو ابن البيئة وللوراثة معاً ، بمعنى أن شخصيته ونموه وسلوكه وأفكاره وسماته الشخصية ، وليدة التفاعل بين البيئة والوراثة ، وهناك بعض السمات الشخصية التي تتكون وتتولد في الانسان من اجراء المؤثرات البيئية ، وما يتعرض له من تربية وتعامل وتنشئة اجتماعية وروحية ومهنية ، ولذلك هناك ما يعرف باسم السمات التي تشكلها الظروف البيئية وهناك نظريات ومدارس في علم النفس تؤكد أن البيئة تؤثر في سلوكيات الانسان ونموه وفكره وصحته .

بالرغم من التغيير الهائل في طرق المعيشة وتراكم المعرفة البشرية في ظل التقدم والتكنولوجيا وعصر السرعة وهي السبب الرئيسي في تفاقم مشكلة التلوث ، نتيجة لحجم ونوعية الفضلات والنفايات ومياه الصرف الصحي بالإضافة الى تلوث الهواء والمياه وانتشار امراض واوبئه لم تكن مألوفة سابقاً وتظل نوعية حياة الانسان في تغير بشكل دائري(العيسوى ، 2002م).

4/المنحى الاجتماعى :

يعتمد هذا المنظور على مفاهيم مهمة كما هي في الواقع مثل القيم والتغير الاجتماعى ، مستوى الدخل ، الحالة الاجتماعية ، نوع الخدمات المتاحة ومستواها ، ونوع وطبيعة العمل ، المستوى الصحى والرفاهية ، الاستهلاك وتقسيم الوقت على الأنشطة والاهتمامات المختلفة فهذه المؤشرات تختلف من مجتمع إلى آخر وترتبط نوعية الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم بالفرد وما يجنيه من عائد مادي من وراء عمله ومكانته المهنية وتأثيره على الحياة، ومن خلال هذا المنظور فإن نوعية الحياة لدى الفرد تتحدد من خلال الإرتقاء بالمستوى الاقتصادي وتوفير الخدمات بشتى انواعها (ناهد صالح ، 1990).

ايضا مفهوم نوعية الحياة من خلال هذا المنظور يرتبط بالتنمية والارتقاء بمتطلبات الافراد (هدى خليفه ، 2004م).

ومن الملاحظ أن الاهتمام بدراسات نوعية الحياة قد بدأ منذ فترة وركز على المؤشرات الموضوعية وهي تلك المؤشرات القابلة للقياس الكمي والتي تتعلق بالمتغيرات المؤسسة لنوعية الحياة مثل معدلات المواليد ومعدلات الوفيات وضحايا الأمراض المختلفة ، مستوى القبول في المر احل التعليمية المختلفة وتتعاظم أهمية المنظور الاجتماعى في فهم نوعية الحياة لأن زيادة تعقيدات المجتمع ، وعدم تجانسه وتعدد الجماعات الاجتماعية المتعايشة مع بعضها البعض تؤدي الى حدوث خلط اذا لم تتوفر معايير للفهم المتبادل بين هذه المجتمعات .

إضافة الى أهميته في تطوير المؤشرات الاجتماعية التي ترصد أي تغيرات تقع في الحياة من الجانب الاجتماعى حيث يؤثر تباين المجتمعات تأثيراً عالياً على فهم نوعية حياة المجتمع (نجوى ، 1991م) .

5/المنحى الاقتصادى:

النمو الاقتصادي ليس التنمية البشرية فقط بل التنمية بشكل عام ، فهو يسهم في تحسين الرفاء الانساني وجودة الحياة البشرية.

حيث ركزت تقارير برنامج الامم المتحدة الانمائي (UNDP) منذ عام (1990م) على مفهوم جودة الحياة وعلى محورية البشر في التنمية وزيادة قدراتهم على الاختيار ، وتمكينهم من ممارسة هذه الخيارات وتفجير طاقاتهم الابداعية وتمكينهم من المشاركة في أمور حياتهم ، وأصبح النمو الاقتصادي ليس غاية بحد ذاتها بل هو وسيلة لتحقيق التنمية ، ومن واجب الحكم الصالح أن يتأكد من تحقيق المؤشرات النوعية لتحسين السكان ، وهذه المؤشرات تتعدى الجوانب المادية ليندرج فيها العالم والصحة والكرامة الانسانية والمشاركة والمدخل الاقتصادي التقليدي في تعريف جودة الحياة يعتمد على الارقام أساسا بحيث يمكن القول بأن المنهج الاقتصادي يقيم جودة الحياة بلغة كمية. كما أن الاقتصاد كعلم يشمل تفاعل كل القيم الانسانية التي تؤثر على سلوك الانسان تجاه الموارد النادرة ، كذلك نمط استخدام مورد نادر .

وتؤكد هذه الفكرة أن مفهوم جودة الحياة من هذا المنظور هو مفهوم اقتصادي أكثر مما هو مفهوم اجتماعي . (جبر ، (2005م).

6/ المنحى الفلسفي :

يرى العارف بالله الغندور المذكور في هدى خليفة (2004م) أنه من خلال المنحى الفلسفي يتم تناول دراسة نوعية الحياة بطريقة أكثر تحليلاً ، ويرى أن البدايات الأولى لمفهوم نوعية الحياة ظهرت كمرادف للتقدم والرفاهية الإنسانية من حيث التقدم الاقتصادي ونصيب الفرد من الدخل القومي والنتائج الصناعي وبناء على ذلك تم الربط بين نشأة المفهوم والأصول الفلسفية للفكر الرأسمالي الغربي في مجالات حساب المنفعة الكلية والحرية المشتقة من الاستفادة بالسلع والخدمات وهذا الأمر يرجع إلى عصر أفلاطون الذي افترض أن الذين يمتلكون المال هم أقرب إلى الرضا عن الحياة والذين لا يملكون المال هم مصدر المشاكل السياسية التي تعاني منها الدولة.

وترى الباحثة أن المنحى الفلسفي لنوعية الحياة مبني على أساس اقتصادي.

7/ المنحى الإسلامي :

تعتقد وجهة النظر الإسلامية أن جوهر الإنسان بمكوناته وخصائصه فيه اسباب نوعية الحياه وبهجتها وهذا الجوهر يتمثل في عمق الفطرة وراثتها فيهما إمكانيات الإنسان الكامنة وطاقاته المتأصلة التي تجسد الطبيعة الإنسانية وتعطي الإنسان معنى لوجوده وهدفاً لحياته وفيها يحقق الانسانيه واِعلاء للنفس .

ولجوهر الإنسان خصائص مهمة تكشف الكثير عن مكوناتها وتوجهها وعلاقتها البيئية التي

تشكل بنية الإنسان النفسية ومن هذه الخصائص

1 التكامل الوظيفي بين قوى الذات.

2 الإزدواجية السوية في السلوك الإنساني.

3 النزعة للتدين.

وفيما يلي وصف تفصيلي لهذه الخصائص :

أولاً التكامل الوظيفي بين قوى الذات :

مكن تمييز ثلاثة قوى في بنية الإنسان النفسية وهذه القوى تشكل الجوهر الانساني وتعطى

الطابع العامل للفطره وهي :

أ - قوى الروح.

ب- قوى العقل.

ج- قابليات الفطرة.

1/ قوى الروح :

يرى ابن القيم إن الروح جسم نوراني متحرك من العالم المعنوي مخالف لطبيعته هذا الجسم المحسوس (المادي/ سار فيه سريان الماء في الورد) لا يقبل التبديل والتفريغ ويفيد الجسم المحسوس بالحياة وتوابعها ما دام صالحاً لقبول الفيض وعدم حدوث ما يمنع السريان وأحداث الموت وهذه القوى قد سما الإنسان بها فوق مستوى الخصائص الحيوانية وتوجه به إلى القيم والمعارف والتي من أهمها معرفة الله تعالى كما أن الروح تعطي للإنسان القوة والقدرة على مواجهة صعوبات الحياة كما جاء في الظلمين للكثيرين قال وتعالى: **لَا تَنْسَوْنَ فِيهِ مَن رُّوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ** (سورة الحجر الآية رقم (29).

2/ قوى العقل :

العقل هو الوسيلة الواقعية التي يستعملها الإنسان في خدمة الفطرة ليدفعها الى مستوى المسؤولية والتكليف إذن وظيفة العقل تتصل بكل مطلب من مطالب التكليف والتكليف يختص **أَتَبْمَنُهْجِ أُوْهِنَ تَعَالَى أَقَالَ تَعَالَى بَرٍّ** (وَ تَنْسَوْنَ أَنْتُمْ لُفْسَتَكُمْ لُحُونِ وَ الْكَتَابَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ) سورة البقرة الآية رقم (44).

3/ قابليات الفطرة :

الفطرة بقابلياتها هي استعداد خلقه الله تعالى في النوع الإنساني بهيئة للقيام بوظائفه الحياتية التي تتحقق في دوافع التناسل وتعمير الأرض وتتكون من الروح والعقل وتعطي لجوهر الإنسان الإستعدادات الإيجابية المرنة والطاقة للنهوض والبناء (الفرماوى (2001م)).

إذن مكونات الإنسان التي تتصل بكل ركن من أركان النفس في وعاء الجسم هي كيان واحد يمتزج بتركيبة فريدة وهذه التركيبة تبعاً للسلوك المنتج منها تحدد طبيعة النفس التي توصف بأنها ذلك الجوهر النفسي الذي يميز الإنسان عن غيره ويجعله يعقل ويفكر ويدبر ويتخذ القرار ويلتزم بنتائج ذلك القرار **قَالَ تَعَالَى هُوَ الَّذِي مَأْتِيهِمْ مَاءٌ سَمِيحٌ وَأَنْهَجَهُمْ إِزْهَاجًا وَرَّهَاجًا وَتَقْوَاهُ لَاحِقًا** (سورة الشمس، الآية رقم (7-8)).

وفي النفس تتحدد موازين قوى الروح، قوى العقل، قابليات الفطرة متجهة بها إلى درجة ما بين طرفي متصل يبدأ بالمادية البحتة وينتهي إلى الروحية المطلقة والإنسان بين المادية الروحية يبحث عن التوازن في إشباع حاجات كل القوى فالإشباع المادي لا يغطي على إشباع حاجات الروح والإشباع الروحي لا يظهر نزعة ارتباط الإنسان بماديته وهنا يبرز دور مجاهدة النفس في سبيل الحصول على قدر من التوازن وتقترب النفس من الإطمئنان وبالتالي من التوافق فتصفو وتتضح أمامها أفق السعادة في الحياة.

ثانيا : الازدواجية السوية في السلوك الانساني :

السلوك لا يمكن ان يكون ماديا خالصا او روحيا خالصا فهذا ضد مبدأ التكامل الوظيفي لعمل قوة الذات وتتقضاها مع مبدأ التوازن ولذلك نجد أن السلوك الانساني يتصف بازدواجية وهي التي تحقق له التكيف مرتكزا على تحقيق التوازن الذي هو الجوهر المحقق لنوعية الحياة التي ينشدها الانسان.

ثالثا : النذعة التدين :

هنالك العديد من العوامل التي تساعد على بث نذعة التدين في الإنسان ومن اهم هذه العوامل ما يحيط به في بعض الحالات من أخطار تهدد حياته وتسد أمامه جميع سبل النجاة والتخلص من هذه الضغوط والتوترات فلا يجد أمامه إلا الالتجاء الى الله الذي يعيد التوازن الى **قُلْ مَا نَنْقُذُكُمْ بِأَقْبَابِكُمْ: (بِئْسَ ظُلْمًا آتَى الْبَارِئُ وَالْأَبْدَارُ)** (سورة الانعام الآية رقم (63))

إذا السبيل الى نوعية الحياة يتمثل في ثلاثة امور وهي

1. مجاهدة النفس.
2. تمسك الانسان بالكينونه وتعميق الوجود.
3. استشراق الانسان افق الحريه الارحب.

1- مجاهدة النفس :

يشير القران الكريم الى من يملك القدره على الخير وكبح جماح نفسه ويسطيع السيطرة عليها و لن يوجهها وينهاها عن فعل الشر وأمره **لَفَعْلَى الْخَيْرِ قَتْلَ اَفْعَالَى** (مَ قَامَ رَبَّهُ وَ نَهَى نَفْسَهُ عَنِ الْفُلْهِنِ وَالْحَى نَهَى هِيَ اَلْمَ اَوْ اَى) سورة النازعات الآية رقم (40~41)

2- تمسك الانسان الوجود :بالكينونه وتعميق

تمسك الانسان بجوهرة ومكونات الثراء فيه يجعله يسعى الى تنمية مواهبه وامكاناته الذاتيه ، وهذا هو سبيل الكينونة وهذا هو الحال الذى يتطابق مع الإنسان ، أما إذا كانت حياة الإنسان قائمة على أساس ماديات الحياة من مال وجاه وسلطة فإنه في هذه الحالة يكون مملوك أكثر من أنه مالك ، وهذا يعنى أن يتمسك الانسان بكينونته وليس فيما يملكه بداخله ويمكن أن يتضح من خلال مسلكين هما:

(أ) البعد عن شهوة التملك :

شهوة التملك يصاحبها الاعتداء على حقوق الغير واغتصاب مالميس للإنسان حق فيه أما نوعية الحياة هى فقد شهوة التملك وتمسك الانسان بما يستطيع انجازه والتفوق فيه.

(ب) البعد عن الأثرة والايثار :

الايثار عطاء دون توقع ذاء رغم الحوجه للشئ عكس الأثرة التى تعنى التمرکز حول المنفعه الذاتيه والايثار اشباع حد التعاطف الى الحد الذى يستشعر فيه الانسان المؤثر حاجة أخيه الإنسان فيمد يد العون إليه فإرادة العطاء ذء من إرادة الوجود وفى تحقيقها لمعنى وجود الانسان وكينونته وذلك لان الدافع الى الاشياء خاصية من خصائصى غلبة القوة الروحيه فى الانسان بما يتحقق انسانيته ويوفى دوافع التملك والعدوان (منصور واخرون، (2002م)

3/ استشراف الانسان أفق الحرية الأرحب :

إرادة الحياة قوى خفية فى الانسان تجعله يخاف الموت ويسلك وفق ما يحافظ على ذاته فيحافظ على حياته ، أنه خوف فقد الهوية ونزعة الانسان فى الحفاظ على هويته قد تشبع بسلوكيات غير سوية مثل شراهة التملك والقلق المرتبط بتوقع الموت والمرتببط بالإنجاب ويؤدى ذلك وامثاله الى ضغوط الحياة التى تعوق جودتها وبهجتها لكن الإنسان يجب أن يدرك الأسباب وراء تصرفاته وأفعاله فإذا كانت الأمانة تستوجب طاعة الإنسان لخالقة فى الوقت الذى تطيع فيه هذه الطاعة بالحرية فالتكليف إذا طاعة وحرية معا فإذا كانت الطاعة لازمت التكليف فإن الحرية الا بالعبودية لله تعالى هنا يتحرر من عبادة العباد الى عبادة رب العباد التى فيها الأمن والسكينة **وَفِي السَّمَاءِ تَعْلَمُونَ: (زُ قُكُمُ وَا تَوْعُونَ)** سورة الذاريات الآية رقم (22).

أليس فى ذلك قمة الحرية فليس هناك من البشر من يقطع رزق عن إنسان آخر وإيمان الإنسان بذلك يجعله يعيش جودة الحياة بجوانبها المتعددة لأنها قد يكون تلمس وافقا رجا للحرية ولن ينافق بل يعيش قويا ولدية الفرصة للتفكير وزيادة معرفته (الفرماوى ،2001م) .

وترى الباحثه : من خلال هذه المناهى أنها تداخل مع بعضها البعضى بصلة مباشرة فى نوعية الحياه التى يعيشها الفرد أما المنهى الاسلامى يهتم بالتوازن بين قوة الذات (الروح ،العقل ،الفطره) .

المبحث الثاني

مفهوم الذات

المقدمة :

مما لا شك فيه أن مفهوم الذات من المفاهيم التي تناولها الإسلام وقد تناولها بألفاظ شتى في القرآن الكريم فهي نفس الإنسان وذاته وتوصف بأوصاف مختلفة بحسب اختلافها فإن مفهوم الذات يحدد السلوك الانساني (النفس اللوامة، النفس المطمئنة ، النفس الامارة بالسوء ، النفس البصيره ، النفس الملهمة).

ومن العرب الذين اهتموا بمفهوم الذات ابن سينا حيث يراها على أنها الصورة المعرفية للنفس البشرية وكذلك الغزالي حيث قسمها إلى خمسة أنواع كما سبق ذكرها واعتبر الأربع منها حميدة بينما الخامسة غير حميدة، أما العقيدة الدينية ترى الانسان مكوناً من الجسم والروح ، الجسم هو الطبيعة للماديه المعرضه للتغيير عن طريق المؤثرات الخارجية كالسقوط بينما تبقى النفس كما هي وهي مركز الرغبة والتفكير والاختيار.

وكذلك قدمت الفلسفة اليونانية فيه نماذج وأفكار عديدة ومختلفة عن طبيعة النفس الأساسية فقدم ارسطو فكرته عن النفس ووظائفها العضوية وأن الإنسان يتكون من جزئين متميزين هما (الجسم والروح) وأن الجسم ذا طبيعة مادية أما النفس فإنها مركز الرغبة والتفكر وأنها تسكن الجسم ويمكن أن تنفصل عنه بالموت (مأخوذة من القرآن الكريم) (ظاهر ، 2010م) .

إن العلاقة بين الروح والنفس قد برزت بشكل واضح عندما ناقش الفيلسوف الفرنسي ديكارت (Dekart) لأول مرة فكرة (الذات المدرك) أو الذات المفكر حيث يرى أن النفس تختص بالتفكير ، أما الجسم فخاصيته الامتداد أي شغل حيز من الفراغ ثم ظهرت كتابات (وليم جيمس) عن الشعور بالذات تلك الكتابات التي اعتوت نقطة انتقال كبير بين الطرق القديمة و الطرق الحديثة للتفكير في المشكلة. لذلك فان مفهوم الذات احتل مركزاً مرموقاً في نظريات الشخصية وتعتبر من العوامل الهامة التي لها تأثير على سلوك الفرد ويترك أثراً كبيراً في تنظيم تصرفاته ومع أن هذا المفهوم قديم جداً يرجع الى الحضارات القديمه كاليونانيه والهنديه والاسلاميه حيث ورد فيها ان مفهوم الذات يحدد السلوك إلا أنه اخذ يحتل مكانه الصحيح كمفهوم خفي منذ العقد الأخير من القرن التاسع عشر الميلادي (جوده ، 2004م) .

فأصبح مفهوم الذات من المفاهيم الهامة في مجال علم النفس وخاصة دراسات الشخصية وقد حظى باهتمام الكثيرين من الباحثين حيث اعتبرها البعض حجر الزاوية في الشخصية وقد اجريت العديد من الدراسات والبحوث التربوية والنفسية لمعرفة نموها ووظيفتها و أبعادها وتكوينها والعوامل

المؤثرة فيها وأكدت هذه الدراسات فكرة المرء عن ذاته لها تأثير كبير على سلوكه وتوافقه الشخصي والاجتماعي .

فكلما ذات معرف الفرد عن ذاته كان متوافقاً ومنسجماً لذا مفهوم الذات يلعب دوراً محورياً في تشكيل سلوك الفرد و يبرز سماته المزاجية فكل منا يسلك بالطريقة التي تتماشى مع مفهومه عن ذاته وأن ذواتنا تحكم سلوكنا بشكل واضح سواء كان هذا المفهوم صحيح وخاطئ. لذا أصبح مفهوم الذات الآن ذا أهمية بالغة ويحتل في هذه الأيام مكان القلب في التوجيه والإرشاد / فكلما زادت معرفتها بطبيعة الإنسان زاد عمق مغزى الحكمة القائلة (اعرف نفسك).

وعليه فإن مفهوم الذات بصورة أو بأخرى له مكانة بارزة في أغلب السياقات النظرية للمعاصرة وللشخصية وليس مقصوراً فقط على نظريات الذات بل هنالك عدد كبير من النظريات استخدمت هذا المفهوم بإعتباره مركزياً ويعد إدلر (Aler)، البورت (Albort)، فرويد (Frued) وغيرهم من أبرز اصحاب النظريات الذين يستخدمون بطريقة أو بأخرى مفهوم الذات (الذات او الانا). (أبو زيد ،(1987م)).

مفهوم الذات :

لغة :

ذات الشيء تعني حقيقته وماهيته، ويقال في ذاته أي في نفسه (ابن منظور ، (2000م)).

ويقول أيضاً ذات الشيء نفس الشيء، ذو عينه وجوهره ، فهذا الكلام لغوياً مرادفه لكلمه النفس او الشيء ويعتبر الذات اعم من الشخص لان الذات تطلق على الجسم وغيره ، والشخص لا يطلق الا على الجسم.(ابن منظور ، (1990م)).
اصطلاحاً :

هو عبارة عن صورة الفرد عن ذاته ونظراته الى نفسه كما تميزه عن الاشخاص الآخرين (Columan,1997).

التعريف في علم النفس :

في علم النفس تعددت التعريفات التي أوردها المهتمون بدراسة الذات منهم :-

1. اسماعيل (2005م) : (إنها ذلك الشيء المختص داخل الانسان والذي يلعب دوراً هاماً فهي طبيعة السلوك الانساني للفرد وهو يعتبر أحد المتغيرات الهامة لدراسة الشخصية الانسانية ويمكن دراستها وقياسها عن طريق ملاحظة سلوك الفرد كما يمكن دراستها من خلال استجاباته على بعض الاختبارات السيكولوجية.

2. عرفها روجرز (1961م) مفهوم الذات بأنه ذلك التنظيم العقلي المعرفي والمفاهيم والقيم الشعورية التي تتعلق بالسمات المميزة للفرد وعلاقاته المتعددة فالفرد يستجيب لعالم الخبرة ككل وأكد روجرز على أهمية توافر المناخ النفسي المشبع بالحب والتقبل والرؤية مما يساعد الفرد على النمو النفسي والصحة النفسية (نشوه، غاده، 2006م)).

ويعرف جورج ميدن G.mead أن مفهوم الذات هي النظام الديناميكي للمفاهيم والقيم والاهداف والمثل التي تقدر الطريقة التي يسلك بها الفرد بمعنى أن الذات لا تقتصر على جسم الفرد فقط وانما هي تتضمن كل ما يدخل في مجال حياته من الماديات والمعنويات كما تتضمن الأفراد والمعتقدات والآراء ويذهب ميدن الى ان البناء الاجتماعي لمفهوم الذات هو مايعتبر تعبيراً أو انعكاساً عن الآراء والاتجاهات التي يتم توصيلها عن طريق أشخاص آخرين . ويعرف ديفد شافر Shafer (1989م) هو إحساس الفرد بذاته كفرد مستقل يمتلك مجموعة من الخصائص المنفردة.

كما يعرف سيموكرس Symimds بأنه مجموعة الأساليب التي يستجيب بها الفرد لنفسه. أما وليم جيمس W.james أن للذات عدة نوات منها الذات كما يعتقد الفرد بوجودها في الواقع ، الذات كما يعتقد ان الآخرين بدونها وتعد إضافي في بعد آخر أسماء الذات الممتدة وتشير إلى كل ما يمتلكه الفرد ويشكل الغير ه في ملكه مثل العائلة ، الوطن ، العمل. (يعقوب ، 1992م). ويرى إسماعيل (1988م) هو ذلك المفهوم الذي يكونه الفرد لنفسه باعتباره كائناً بيولوجياً اي باعتباره مصدراً للتأثير والتأثر .

ويذكر مصطفى فهمي (1969م) بأنه فكرة الشخص عن ذاته وما هو الا الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه في ضوء اهدافه وامكاناته واتجاهاته نحو هذه الصورة ومدى استثمارها لها في علاقته بنفسه والآخرين.

ويرى راجح (1994م) أن مفهوم الذات هو فكرة الفرد عن نفسه أو الصورة التي يكونها الشخص عن نفسه من حيث ما يتصف به من صفات وقدرات جسمية وعقلية وانفعالية بالاضافة إلى القيم والمعايير التي ينتمي اليها كما يذكر ايضاً أن مفهوم الذات يعتبر عاملاً هاماً وبالغ الأثر في توجيه السلوك ورسم الطموح فهو الذي يوجه الفرد في اختيار عماله واصدقائه وزوجته ومهنته والكتب التي يقرأها والاماكن التي يتردد عليها .

3. كما عرفها زهران 2002م : (هو تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات ببلورة الفرد) ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته المنسقة المحدودة من الأبعاد المكونة من العناصر الداخلية والخارجية التي تشمل المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما تعكس إجرائياً في وصف الفرد لذاته كما يتصورها وهذا يشمل مفهوم الذات المدرك

والمدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها اتجاه الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين في المجتمع ، مفهوم الذات الاجتماعية والمدركات والتصورات التي تحدد المثالية للفرد الذي يرغب في تكوين مفهوم مثالي لذاتهم وعدد زهران في هذه التعريفات ثلاثة مستويات للذات هي:

1. مفهوم الذات المدرك.

2. مفهوم الذات الاجتماعي.

3. مفهوم الذات المثالي.

كما يضيف ايضاً أن وظيفة مفهوم الذات وظيفية دافعية وتكاملية تبلورت عالم الخبرة المتغير الذي يوجد فيه الفرد في وسطه وانه ينظم ويحدد سلوك الفرد ونجد أن القوصي وزهران اتفقا على :

1. أن مفهوم الذات يبدأ نموها منذ الطفولة المبكرة وسلوك الفرد.

2. أن مفهوم الذات يتم بالتفاعل بين الأشخاص.

3. حيث عرف (القوصي) مفهوم الذات أن الطفل منذ أشهره الأولى يشعر بأحاسيس مختلفة

وغامضة ، ومع مرور زمن نمؤه يحدث لديه شيء من التميز لهذه الأحاسيس المختلفة.

ويمضي القوصي إلى أبعد من ذلك فيقول الشخص كثير التجارب والذي يحتك بصورة مستمرة مع غيره يكون فكرة عن نفسه بصورة واضحة عكس الشخص المنعزل وخير مثال عن ذلك نجد الطفل الذي يعيش في بيئه يكثر فيها الاصدقاء يدرك ذاته بصورة واضحة عكس الذي يعيش منعزلاً ووحيداً ، ضرورة التعبير للطفل واتفق معه اسماعيل في تأثير البيئة في تكوين مفهوم الذات، وتأثير البيئة الاجتماعية في تكوين الذات ومن تصرفاته (إسماعيل نفيث ، (2005م).

تعرف الذات على انها كل ما يشار اليه في لغة الحياة اليومية باستخدام الضمائر واعتبرا ان المجتمع هو المرأة التي تعكس عليها ذواتنا (سرحان ونصرالله ، (2007م).

وعرفه قطامي و عدس (2005م) أنه مجموعة من الشعور والعمليات التأهيلية التي يستدل منها بواسطة سلوك ملحوظ أو ظاهرة ، أن الوسيلة المثالية لفهم السلوك يمكن التعرف اليها من خلال الإطار المرجعي الداخلي لل2فرد نفسه.

ويشير جونج (Jung) إلى ان مفهوم الذات هو البناء الذي يحدث اتساق الغرائز الحيوانية في الانسان اورثه الروحي الاجتماعي.

أما مفهوم الذات عند روجرز تعني المجموعة الكلية للخصائص التي يعزوها الفرد لنفسه ، والقيم الايجابية والسلبية التي تتعلق بها الخصائص.(يعقوب ، (1992م)

يوف سارين Sarabin

الذات بناء معرفياً يتكون من أفكار المرء عن مختلف نواحي وجوده ، فقد يكون للمرء مفهومات عن جسده (الذات البدنية) وعن اعضاء الحسى لديه وبنائه العقلى (الذات المستقلة) و عن سلوكه الاجتماعى (الذات الاجتماعية) وتكسب هذه الذوات من خلال الخبره.

أما لابين وآجرين (1981) فيران أن مفهوم الذات هو التقدير الكلي الذي يقرره الشخص عن مظهره، وقدرته وإتجاهاته ومشاعره ، ويعمل كنواة موجبه السلوك ومجموعة الأفكار والمتغيرات التي يكونها الفرد عن نفسه وكيفية إدراكها .

وأما جود (Good1990) يرى مفهوم الذات هو ادراك الفرد لنفسه كشخص مستقل له كيان منفصل عن غيره ، يتمتع بقدرات انسانية محدودة ومواصفات جسمية خاصة ومستوى محدد من الأداء ويقوم بدور معين في الحياة .

ويرى عبد الفتاح (1994م) أن الذات هي المعنى المجرد لادراكنا لانفسنا عقليا ، واجتماعيا ، في ضوء علاقتنا بالآخرين وعلى هذا فإن مفهوم الذات هي المحك الذي تقوم عليه الشخصية كوحدة دينامية حركية.

اشاره دعيس(2006م) إلى أن الذات هي ظاهرة مستقرة نسبياً شعورياً إلى حد ما تم معاشتها انفعالياً كنظام تجويد لأفكار الفرد عن نفسه وهي صورة متكاملة في ذات المرء ويشتمل على الآتي:-

1. الجانب المعرفي ويتمثل في الصورة المتكونة لدى الفرد عن ميزاته الخاصة وقدرته وأهميته الاجتماعية.

2. الجانب الانفعالي ويشمل احترام الذات أو التقليل من قدرها.

3. الجانب التقديرى الإداري ويتضح في الرغبة والمبالغة في تقدير ذات المرء لكسب احترام الآخرين.

يتضح لنا من كل التعريفات السابقة ألا يمكن أن نحقق فهماً كاملاً للسلوك الانساني دون أن نضع في اعتبارنا مفهوم الذات ، ذلك أن الكائن الانساني لا يقتصر على تفاعله مع البيئة سيكولوجيا على مجرد صدور الاستجابات وما يتبعها من عملية تعلم أو تعديل لها ، بل أن هذه الاستجابات ذاتها توضح ضمن المتغيرات الأخرى للبيئة موضوعاً لادراكه وتصوره وانفعاله بما يمكنه من تصور التنظيمات السلوكية الخارجية والحكم عليها والانفعال بها ، وهذا التصور للذات لا يستطيع أن يقوم به غير الانسان لما يتمتع به من قدرة لغوية ، واسترجاع الاحداث الماضية وإسقاط لخبراتها على الحاضر والمستقبل. (ابو زيد ، (1973م)

نستخلص من التعريفات السابقة للمفهوم الذات :

1- أن مفهوم الذات متعلم من خلال الخبره

- 2- أن مفهوم الفرد يتضمن وجهة نظر الفرد.
- 3- أن مفهوم للذات ثابت إلى حد كبير إلا أنه يمكن تعديله من الخبرات والظروف الاجتماعية أو عن طريق الارشاد والتوجيه النفسي (العلاج الممرکز حول العميل)
- 4- تلعب العوامل البيئية دوراً مهماً في تكوين مفهوم الذات ، وخاصة في (صورة الجسم) التي لها تأثير كبير في تقييم الفرد لذاته.
- 5- يشتمل مفهوم الذات على عدة جوانب جسمية ، نفسية ، عقلية ، إدراكية ، انفعالية ، بالإضافة إلى القيم والمعايير الاجتماعية.
- 6- مفهوم الذات يلعب دوراً كبيراً في عملية التوافق الشخصي والاجتماعي في الصحة النفسية للفرد.
- 7- يمكن تعديل مفهوم الذات السلبي عن طريق الارشاد والتوجيه النفسي (العلاج الممرکز حول العميل).
- 8- يستمد الفرد تقييمه لذاته وتوقعه من خلال تقييم وتوقع الآخرين له سوا كان سلبياً او ايجابياً.

تعرف الباحثة مفهوم الذات بأنه :

- 1- هي الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه من خلال تفاعله مع البيئة المحيطة وخبراته بالإضافة إلى القيم والمعايير الاجتماعية التي ينتمي لها.
- 2- هي صورة الفرد عن نفسه كما يراها الآخرون ويقبل التغيير ويتأثر بالعديد من العوامل البيئية ويمكن قياسه.
- 3- وهي تعطينا فهماً كاملاً للسلوك وهي خصوصية الفرد والتي بدورها تميزه عن غيره من الكائنات.
- 4- إن العلماء لم يتفقوا على تعريف محدد لمفهوم الذات و استخدام بعضهم مفهوم الذات لكي يعبروا عن الأفكار والمشاعر والمعتقدات المكبوتة لدى الفرد عن ذاته.

النظريات المفسرة لمفهوم الذات:

هنالك العديد من النظريات والدراسات في علم النفس التي تناولت مفهوم الذات من جهات مختلفة ، فمنهم من يعتبر الذات فطرية غريزية ، ومنهم من يراها اجتماعية على الرغم من اختلاف الذات.

ففي هذه الجزئية تعرض الباحثة بعض هذه النظريات منها الآتي :-

1/ نظرية الذات لدى كار وجرز C.R. Rogers :

يعتبر روجرز من أبرز العلماء الذين تناولوا دراسة الذات والأمر الذي جعل روجرز يتوالى هذه النظرية هو عدم اقتناعه لعلم الطب النفسي لعدم اعتبار ما يجول في نفس المسترشد من أفكار وشعور ، وارتكزت هذه النظرية على خبراته في الارشاد والعلاج النفسي واطلق عليها اسم العلاج غير الموجه English أو العلاج الممركز حول العميل English وترى هذه النظرية أن الذات تتكون وتتحقق من خلال النمو الايجابي وتتمثل في بعض العناصر مثل صفات الفرد وقدرته والمفاهيم التي يكونها بداخله نحو كل من ذاته والآخرين والبيئة التي يعيش فيها، وكذلك خبراته وطاقاته ، وهي تمثل صورة الفرد وجوهه ، ولذا فإن فهم الانسان لذاته له أثر كبير في سلوكه من حيث السواء أو الانحراف ولذلك فمن المهم معرفة خبرات الفرد وتجاربه وتصوراته عن نفسه وعن الآخرين .

أهم التصورات الرئيسية لبناء الشخصية لنظرية روجرز للذات في هذه النظرية عدة خصائص في نموها وعملها وتأثيرها على السلوك والإدراك .

ونذكر بعض هذه الخصائص:

1. أنه يتأثر ويتفاعل مع المجال الظاهري لكي يشبع حاجاته.
 2. أن له دافع أساسي واحد ، وهو أن يحقق ويصون ذاته ويعمل على ترقيتها وصيانتها .
 3. أنه يرمز إلى خبراته لكي تكون مدركه في الوعي أو بما ينكر رمزيته لكي تبقى في اللاشعور أو ربما يجهل خبراته.
 4. مفهوم الذات يتطور نتيجة لتفاعل الكائن الحي مع البيئة و المجتمع، لذلك فإن الفرد يكتشف من خلال خبراته مع الأشياء والأشخاص والآخرين، وأنه يدرك شخصيته كما أنه يمتص القيم التي تتبلور وتتلائم مع مدركاته ومفاهيمه. (يعقوب ، (1992م)
- ويضيف روجرز أن الذات هي المجموع الكلي للخصائص التي يعززها الفرد لنفسه والقيم الايجابية والسلبية التي تتعلق بها الخصائص ومنها :-

1. انها قد تمتص قيم الآخرين وتدرکها بطريقة مشوهه.
2. أنها تنمو نتيجة لتفاعل الكائن الحي مع البيئة.
3. إن الذات تكافح من أجل الثبات.
4. أن الكائن العضوي يتصرف بأساليب تتناسق مع الذات.
5. إن الذات تتغير كنتيجة للنضج والتعلم.
6. الخبرات التي لا تكون متطابقة ومتوافقة مع الذات تدرك بوصفها مهددات .

ومن جهة نظرية الذات فإن الذات يحدد السلوك ليس هو المجال الطبيعي الموضوعي ولكنه المجال الظاهري الذي يدركه الفرد لنفسه. فالمجال الذي تحدث فيه الظاهرة هو الذي يحدد معناها

وهذا المعنى أو هذا الإدراك هو الذي يحدد سلوكنا إزاء الموقف ومن أهم مفاهيم نظرية روجرز في الذاتي:-

1/ مفهوم الكائن العضوي Organism :

وهو الفرد ككل والذي يتميز في رأي هذه النظرية بأنه يستجيب ككل منظم للمجال الظاهري لأشباع حاجاته المختلفة. كما أن تحقيق الذات وصيانتها وترقيتها هي دوافع هذا الكائن الوضعي الأساسي. وتتركز في هذا الكائن جميع الخبرات من الناحية النفسية والعقلية والانفعالية.

2/ مفهوم المجال الظاهري Phenomenal :

هو الخبرة في كليتها وهو يتميز بكونه شعورياً أو لا شعورياً حسب امكانية تمثيل الخبرة تمثيلاً رمزياً وتعبير الفرد عنها أو عدم امكانية ذلك .

3/ مفهوم الذاتي Selfcon Ceptle :

وهو مفهوم هذه النظرية الأساسي ونواتها فهي المحور الرئيسي للخبرة التي تحدد شخصية الفرد في هذه النظرية ففكرتنا عن ذاتنا أي الطريقة التي يدرك بها ذاتنا هي التي تحدد نوع شخصيتنا وكيفية إدراكنا (فاطمة عبدالرحمن ، (2004م).

نظرية روجرز تشبه نظرية فرويد في أنها قد تم التوصل إليها من خلال خبراته في علاج المتضررين انفعالياً ، وقد ابتكر روجرز طريقة العلاج النفسي الذي يطلق عليها اسم (العلاج الممرکز حول العميل)

وتقوم هذه الطريقة على افتراض اساس وهو أن كل فرد لديه الدافعية والقدرة على التعبير وان كل فرد هو افضل خبيراً بالنسبة لنفسه إذ لا يستطيع أي فرد آخر مهما كان معرفة إطاره المرجعي الداخلي ، لذلك اعتمد روجرز بصورة كبيرة على أسلوب التقرير الذاتي للمريض في الكشف عن مفهوم الذات ونسبة لانخفاض ثبات هذا الاسلوب وتعرضه للتحريف اما خداع المعالج او لعدم وعي الفرد ببعض جوانب شخصيته ، وينحصر دور المعالج على الإرشاد والتوجيه، بحيث يترك الفرد إكتشاف مشكلاته والقيام بتحليلها ، على العكس من التحليل النفسي الذي يقوم فيه المعالج بالدور الأساسي فيهتم بتحليل تاريخ المريض لكي يحدد المشكلة وخطورة العلاج. ولكي نتخلص من الاضطرابات السلوكية العصابية يجب اتباع بعض الأساليب السلوكية النفسية منها ما يلي:-

1. الدخول إلى اعماق مشاعر الفرد.
2. الاحساس بمشاعر الفرد وفهم حالته النفسية .
3. تقدير العميل والتقبل غير المشروط له وللعمليات النفسية الأساسية لديه (هول ، وليندزي

(1978م)

وقد أبرز روجرز Rogorse أن الذات لها عدة خصائص في نموها وعملها على السلوك والادراك ويناقد روجرز في تسعة عشر قضية ويبرز فيها طبيعة هذه المفاهيم وعلاقتها المتداخلة في عدة قضايا نذكر بعض من هذه الخصائص:-

1. ان افضل طريقه لفهم السلوك هو من خلال الاطار المرجعي الداخلي للفرد نفسه.
2. تصبح الذات متميزة عن البيئة من خلال التفاعل مع البيئة وخاصة التنشئة الاجتماعية.
3. أن كل فرد يعيش في عالم الخبرة دائم التغير ولا يمكن أن يعرفها الا هو وحده.
4. التكيف النفسي يتم عندما يتمكن الفرد من استيعاب جميع خبراته الحسية والعقلية واعطائها معنى يتلاءم مع مفهوم الذات لديه.
5. سوء التكيف ينتج عندما يفشل الفرد في استيعاب وتنظيم الخبرات الحسية والعقلية التي يمر بها.
6. معظم الطرق التي يختارها الفرد لسلوكه تكون متوافقة مع مفهوم الذات لديه (بيرنجر، جاردنر 1978م)

التعليق على هذه النظرية:

إن فهم الفرد لنفسه متوقف على الاطار المرجعي وعلى خبراته السابقة في الحياة ، وأن كل فرد افضل خبير لذاته لذلك كانت طريقة روجرز في العلاج النفسي هي جعل العميل يعبر عما يشعر به من خلال (التقرير الذاتي) فهنا يكتشف المعالج بالارشاد والتوجيه بين الحين والآخر فالعميل هو الذي يقوم بالدور الأكبر من خلال الاطار المرجعي والخبرات الشخصية، حيث يقوم المعالج بتقديم المساندو النصح و يناقش معه قراراته ويقدم له الحلول ويخطط له في ضوء عمله وخبرته ، فنجد هنا دور العميل سلبي حيث يستقبل التعليمات دون أن تترك له حرية اتخاذ قراراته بنفسه(زهران ، (1980)

وقد اكد روجرز على مفهوم الذات المدرك *perceiueel self* والذات المثاليه *Ideal Self* *concept* فمفهوم الفرد لذاته وادراكه لها يعتبر المركز الذي تدور من حوله كل خبرات الفرد،فهي جزء من المجال الظاهري الذي يتميز تدريجيا عن بقيه المجال باعتبار انه شعور الشخص بكيانه وبوجوده. فهو إذ يتكون من خبرات ادراكيه وانفعاليه تتمركز حول الذات باعتبارها مصدر للخبره والسلوك وقد عرف روجرز الذات المثاليه بأنها مفهوم الفرد لذاته كما يود ان يكون عليها ، وهذه القيم قد تمر بخبرات الفرد مباشرة او قد يمتصها من قيم الاخرين،ويميل الفرد الى تقبل تلك القيم التي تتفق مع مفهومه عن ذاته،اما تلك التي لا تتفق مع خبراته ولا تتطابق مع مفهومه مع ذاته فانها تدرك كمهددات .

أهداف العلاج الممرکز حول العمیل :

1. هدفه ليس مجرد حل مشكلة معينة ولكن هدفه هو مساعدة العميل على النمو النفسي السوي.
2. إحداث تطابق بين الذات الواقعية وبين مفهوم الذات المدركة والمثالية والاجتماعية .
3. التركيز على المشاعر السلبية التي تصدر من العميل والتي قد تحول نحو المعالج وتشجيعه على مواجهتها بطريقة اعتراف بها ويجب التخلص منها.
4. تكوين مفهوم الذات الايجابي.
5. تدعيم ثقة بذاته.

2/ نظرية ستينج وكوميذ Stnuigg Combsself :

تتشابه نظريات الذات عند كارل روجرز وستينج وكوميذ بدرجة كبيرة فقد استخدم ستينج وكوميذ مصطلح المجال الظاهري مثل روجرز ليشير إلى البيئة السيكولوجية ويؤكد أن الذات تتحدد تبعاً بالمجال الظاهري للكائن الحي وهو غير ثابت بل ويتغير تبعاً لحاجات الفرد المتغيرة. ويتكون المجال الظاهري من مجموعة من الخبرات التي يعيشها الشخص في لحظة الفعل ، وهما يعتقدان أن على علم النفس أن يقبل الفكرة الشائعة وأن الوعي يسبب السلوك ، وأن ما يعتقد المرء وما يستشعره يحدد ما سوف يفعله (هول و ليندزي ، 1978) ينقسم المجال الظاهري إلى قسمين هما:

1- الذات الظاهرية Phenomenal Self :

والتي تضمن كل الأجزاء في المجال الظاهري الذي يخبره المرء كجزء أو سمة مميزة لنفسه.

2- مفهوم الذات Self Concept :

ويتكون من أجزاء المجال الظاهري التي تميز عن طريق الفرد لخصائص محددة وثابتة لذاته. (فهيم ، 1967).

وفي ضوء ذلك فإن المجال الظاهري فهو الذي يحدد السلوك ، و تتحدد الذات الظاهرية. وفي النهاية يتميز مفهوم الذات على أنه الجانب الأكثر أهمية والاكثر تحديداً للمجال الظاهري والذات الظاهرية في تحديد الكيفية التي يتصرف بها الفرد. في هذه النقطة فإنه من الصعب ان نضع تحديداً فاصلاً بين كل من (روجرز ، سينج وكوميذ) كعلماء تناولوا نظرية الذات وكل المفاهيم التي قالوا بها تعمل على إعادة تركيب المجال الظاهري للشخص من أجل فهم سلوكه والتنبؤ به. ولكن روجرز يذهب الى ان إعادة التركيب التي تستند كلياً على ان يكون الشخص قادراً على ان يقرر عن ذاته ومشاعره ، واتجاهه وميوله واهدافه في ظل الظروف الملائمة للعلاج النفسي ، لذلك فإن روجرز استخدم الإستنباط كطريقة اولية وعلى ان

النقيض من ذلك فإن (سينج وكوميد) لا يدخل العوامل الإستتباطية فى المجال الظاهرى التى قد يلجأ إليها الشخص الملاحظ عن الشخص موضوع الملاحظة .
وثمة إختلاف بين (روجرز وستينج وكوميز) فعلى الرغم من ان روجرز يؤكد المجال الظاهرى ومفهوم الذات إلا ان هذه التكوينات ليست هى فقط مصادر السلوك لأنه ناقش عوامل بيولوجية وحيوية قد تتداخل فى مفهوم الذات، ومع ذلك تستطيع ان نضغط على السلوك وتوجهه.
ولذلك فإن روجرز يذهب الى ان هناك نظامان قد يقعان فى صراع وهما: (الكائن الحى والذات) ومن ناحية اخرى يعتبر ستينج وكوميز السلوك كعلاقة مرتبطة وثيقاً مع المجال الظاهرى وان السلوك يتسبب كنتيجة لهذا العالم الخاص بالفرد. (محمد ، 1999م)
وترى الباحثة أن مفهوم الذات يتشكل منذ الطفولة وعبر مراحل النمو المختلفة ، ويتكسب الفرد من خلالها وبصورة تدريجية فكرته عن نفسه ، فالمشاعر والأفكار التي يكونها الفرد عن نفسه هي نتاجه من ارتباط التنشئة الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي وأساليب المعاملة الوالدية بمختلف أنواعها ومواقف خبراته وإدراكاته التي يمر بها مثل خبرات الدور الاجتماعي وبالإضافة الى الوضع الاقتصادي والاجتماعي.

وتستخلص الباحثة ان علماء النفس لم يتفقوا على تعريف واحد للذات كما انه لم يتفقوا على وضع عناصر محدده كمكونات للذات ، رغم ذلك نجد علماء النفس والمهتمون بدراسة الذات على اهمية الذات، ومفهوم الذات في تشكيل سلوك الانسان ونمو شخصيته ، وكذلك اتفاق معظمهم على اهمية الخبرة والعوامل الاجتماعيه في نمو مفهوم الذات.

رغم التشابه بين روجرز وستينج وكوميد في استخدام المجال الظاهري الا انا روجرز يشير الى اهمية محدودات بايولوجيه وعوامل اخرى يمكن أن تكون مؤثره على سلوك الانسان ، وكذلك يرى ماسلو بان أهمية المحددات البيولوجيه والدوافع الفيزيولوجيه تتمثل فى أن الفرد لايهتم بحاجات الذات وتحقيقه الا عندما يشعر بانه قد إكتفى بتحقيق الحاجات الاساسيه المرتبطه بالدوافع الفيزيولوجيه والبايولوجيه.

3/ نظرية السمات Triats :

يعتبر جوردون البورت Albort.G هو المؤسس لهذه النظرية حيث يرى أن العنصر الأساسي في بناء الشخصية هو السمة هي الصلة (الجسمية، العقلية ، الانفعالية ، الاجتماعية) الفطرية أو المكتسبة التي يتميز بها الشخصي، وتعبير عن استعداد ثابتة نسبياً لنوع معين من السلوك وتقول نظرية السمات والعوامل ان الفرد يمكن أن يفهم في ضوء سمات شخصيته التي تعبر عن سلوكه فيمكن أن يوصف بأنه (ذكي ، غبي ، متطور ، منبسط ، عصابي ، ذهاني..... الخ).

وتقسم السمات بصفة عامة على النحو التالي:

1- سمات قدرية : تتعلق بمدى قدرة الفرد على تحقيق الأهداف.

- 2- سمات دينمائية : تهيئ الفرد وتدفعه نحو الأهداف .
- 4- سمات وراثية : وهي السمات التي من خلالها يتم تحديد السلوك وهي مسئولة تكوينية تنتج عن العوامل الوراثية ولا تحتاج إلى تعلم.
- 5- سمات مصدرية : وهي السمات الكامنة التي تعتبر أساس السمات السطحية.
- 6- سمات سمعية : هي السمات الواضحة الظاهرة.
- 7- سمات مشتركة : اتسم بها الأفراد جميعا وعلى الأقل جميع الأفراد الذين يتشركون في خيارات اجتماعية معينة .
- 8- سمات مكتسبة : بيئية نتيجة الخبرات والعوامل الاجتماعية والحضارية وفق سمات مكتسبة أي متعلمه حيث تؤثر في سلوك الفرد. (الزغبى، 2002م).

ويعرف هول وليندزي Hall and Lindsay 1957:

السمات وهي مجموعة من المتغيرات أو العوامل المحددة بدقة والتي ينظر إليها على أنها هي المسؤولة عن ذلك الكم المتشابك من السلوك. نظرية السمات والنظرية الذاتية لدوجرز بأنهما النظريتان المسؤوليتان عن دفع قواهما المساعدة للعميل صاحب الخط السيء الذي لم يوفق في حياته وفي حل مشاكله هذا وقد ظهرت أهمية التعليم في هذه المرحلة وهي تؤدي دورها باعتدال.

4/ نظرية الذات لفرنون Vernon Self:

قد ظهرت نظرية الذات على يد الفرنون ان هنالك عدة مستويات للذات توجد الفرنون لهم الفضل في تطور نظرية الذات اذ يرو أن كل فرد يشعر أنه يمتلك نواة (حقيقية) أو ذات مركزية تختلف عن الموجودات الخارجية ، وأن مفهوم الذات المركزية معقدة وذات اجزاء كثيرة وهي في صراع دائم مع بعضها ، ولكنها تكون رغم ذلك موحدة بواسطة إحساس الذاتية ، وأن مفهوم الذات يحتوي على دوافع تظهر احيانا وتعمل خارج الضبط وتحكم إرادة الفرد ، ويحتوي ايضا على المثاليات والأمانى ومستويات الانا الاعلى التي تختلف عن المستويات الأخرى . (ابو زيد ، 1983م)

حيث قسم فرنون مستويات الذات إلى عدة مستويات :

- 1- المستوى الاعلى : تكون من الذوات الاجتماعية العامة.
- 2- مستوى الذات الشعورية (الخاصة) فكرة الفرد المتوافق عن ذاته كما يدركها ، وكما يعبر عنه لفظياً ، وعادة ما يكشف عنها لاصدقائه الحميمين فقط.
- 3- الذات البصيرة: رؤية الفرد لذاته بصدق على حقيقتها وتعقبه لما يتحقق منه في موقف تحليلي شامل.

4- الذات العميقة أو المكبوتة : وهي تختلف عن سابقتها بأنها لا شعورية ويمكن التوصل اليها عن طريق العلاج النفسي التحليلي.

5/ نظرية الذات عند إدلر :

يبدو أن فكرة إدلر الأساسية هي أن الانسان طيلة حياته يدخل في صراع لكي يتحرر من الشعور بالنقص ويصل إلى الشعور بالثقة ، فإذا تحرر منه الانسان وجد نقصاً آخر فتكرر العملية لأن هنالك حتماً خطورة أعلى من المستوى الحالي الذي يجد الانسان نفسه فيه ، ويتطلع دائماً إلى مستوى اعلى ، ويعد إدلر صاحب نظرية في الشخصية فعندما اكتشف الذات الخلاقة (الذات الابتكارية (The Seative Self) خضعت له جميع مفاهيمه الأخرى ، وذلك أنه عثر أخيراً على المحرك الرئيسي والسبب الأول لكل ما هو إنسان وجعل أن الذات الوحدة الثابتة والخلاقة هي صاحبة السيادة في بناء الشخصية . (دويدار 1992).

فيرى إدلر ، عملية التنشئة تأخذ حيزاً كبيراً في تشكيل سلوكيات الفرد وشخصيته وهو ما أهمله فرويد تماماً كما يرى إدلر أن كل فرد يسعى للتكيف مع بيئته وتطوير حياته وتحقيق اهد وتفوقه على الآخرين بطريقة فريدة بدافع الشعور بالعجز وهذا ما أسماه بإسلوب الحياة الذي ينشأ نتيجة لعاملين هما الهدف الداخلي مع غاياته الخيالية الخاصة ، والقوى البيئية التي تساعد وتعوق وتعزل إتجاهات الفرد وكل فرد في أسلوب حياته يعتبر فريداً بسبب التأثيرات المختلفة للذات الداخلية وتركيباتها .

لذلك جعل إدلر أسلوب الحياة style of life المبدأ الأساسي فهو الذي يعتبر تفرد الشخص ، من الضروري أن يتخذ الشخص أسلوباً محدد في حياته ويعتبر هذا الأسلوب أطراً مرجعياً له .

وظيفة مفهوم الذات :

أن من وظائف الذات المميزة الموحدة الممتدة العمل على وحدة الشخصية فضلاً عن إننا نجد فيها جذور ذلك الاتساق الذي يميز الاتجاهات والمقاصد والتقييمات وكذلك التماسك والاحساس بالاهمية الشخصية واعطاء الفرد شخصيه متميزة.

ويقدم كاتل مفهوم الذات كمفهوم يتعلق بالاتزان والتنظيم البالغ الشيع والاهمية في السلوك الإنساني وهو يعتبر من اهم المصادر للوحدة والتكامل ، في عملية الارتقاء السوي للكائن الحي، هو القدرة على الاستيعاب والذات البدنية ، والاجتماعية بحيث تشرف عاطفة رعاية الذات الكلية على إشباع جميع رغبات الكائن الحي والتي تصبح توابع جزئية لها . (ابوزيد ، 1973م).

وأوضحت منى عز الدين (2008م) أن لمفهوم الذات عدة وظائف منها الاتي:

- 1- يؤدي وظائف الادراك المعرفي والحسي والحركات الإرادية واختيار الواقع والضبط .
- 2- يؤثر في تنظيم الادراك واستيعاب الخبرات وتحديد السلوك .

3- يحدد أداء الشخص العقلي.

4- تدخل خبرات جديدة ضمن تنظيم الذات بطريقه شعورية يزول الاحساس بالتناقض والتوتر وبتعديل مفهوم الذات يحدث تغير في السلوك.

5- يسهم في تحديد المفاهيم التي يمكن إشباعها وتضمينها في التنظيم الكلي للشخصيه.

6- يعمل على وحدة الشخصية وتماسكها وتميز الفرد عن الآخرين وهي التي تساعد على اتساق الفرد وتقييماته ومقاصده.

ويذكر زهران(2001م) أن وظيفه مفهوم الذات وظيفه دفاعيه وتكامليه وتنظيم وبلورت عالم الخبره المتغير الذي يوجد الفرد في وسطه.

وترى الباحثة ان وظيفه مفهوم الذات هي استيعاب الخبرات والعمل على وحدة وتماسك الجوانب المختلفه في الشخصيه،وتحديد المفاهيم التي يمكن اشباعها.

الطبيعة الاجتماعية لمفهوم الذات:

إن الطفل يتطور تدريجياً من خلال تفاعلاته مع الآخرين صورة لذاته وهي نتيجة لتمييز ذات الطفل عن الآخرين ، و عن الاتجاهات التي يحملونها تجاهه وتعتبر هذه الاتجاهات جزء متمم لذات الطفل ومميذا لها من غيرها من الذوات، ويكون لها التأثير الأكبر على تكوين مفهومه عن ذاته وهكذا تصبح فكرة الطفل عن نفسه من بكورة الطفولة مجموعة علاقات بينه وبين الأشخاص الآخرين ، لا مجرد نفس جسدية ذات طاقة معينة على الحركة والشعور .

ويعزو جورج ميدن تكوين الذات إلى التفاعل الاجتماعي بين الطفل والبيئة المحيطة به وكذلك التنشئة الاجتماعية فيكون للفرد لثماً لكونه متضمناً أو جزء من سلوك الآخرين وعلى ذلك فالذات نتاج اجتماعي متسلط يعكس ادوار الفرد في الحياة.

فبينما كل الاتجاهات منشؤها الخبرات الاجتماعية نجد أن اتجاهات الذات ينظر اليها على انها نتائج للتفاعل الاجتماعي بصفة خاصة وذلك لأن

1- نظريات نمو الذات تركز على إدراك الفرد لكيفية رؤية الآخرين له.

2- تركيز الاهتمام على العملية أو الأسلوب ، الذي يقارن الفرد به أفكاره عن نفسه ، بالأنماط الاجتماعية الموجودة مع التوقعات التي يعتقد أنها تكون لدى الأفراد الآخرين (العديلي 1995،

وقد استخدم ميللر Miller مصطلح الهوية الذاتية العامة للتعبير عن إدراك الفرد لمظهره بالنسبة للجماعة الخاصة وهذا يقابل مصطلح الذات عن كولي .

ويرى ميلر إن الفرد يكون لديه مثل هذه الذوات وذلك بالقدر الذي توجد به الجماعات والتي يعتقد أنه يرى نفسه بصورة مميزة في نظرها .

كما يقول أن الفرد خارج نطاق خبراته مع الآخرين يكون ذاتا داخلية تكون بمثابة نواة كما قال ذلك وليم جيمس Wellamis James وهي لعمق وأصدق وأقوى ذات وهذه النواة تنمو خارج إطار العمليات التعليمية والاجتماعية وخاصة تعلم الدور والتوحد (أو التقمص) (ابو زيد ، 1987م) عملية التعمق أو التوحد ذات أهمية كبيرة جداً في فهم الذات ، فنجد عدة أسباب توضح لماذا يتم اختيار الشخص الآخر كمثل أعلى ، ثم بعد ذلك يقوم الفرد بتقليد ذلك الشخص ، وعلى ذلك فإن حب أو عطف الوللين للطفل وإتجاهاتهم نحوه أثناء مراحل نموه تكون على درجة أكبر من الأهمية في تكوين مفهوم الذات لديه والزملاء ورفاق اللعب والاصدقاء في سنوات الرشد بالإضافة إلى في جماعة زملاء المهنة والزواج وغير ذلك. (زهران، (2004م) أن الطبيعة الاجتماعية لمفهوم الذات وكيف ينمو مفهوم الذات من خلال العمليات الاجتماعية المختلفة ، مثل التفاعل الاجتماعي وتبطن اتجاهات الآخرين وأدوارهم وخبرات عملية التنشئة الاجتماعية ، ثم إتخاذ الفرد لقيم ومعايير مجتمعية من خلال التشرب الثقافي (العديلي، (1995م) وأكد الدراسات والبحوث والآراء على أن تطور الشعور بالذات من خلال العمليات الاجتماعية المختلفة.

تطور ونمو مفهوم الذات:

خلق الله تعالى الكون بكائناته الحية البشرية وغير البشرية وجعل من سماتها النمو والتطور والتعديل بصفه دائمة لازمة للإنسان .
إذن مفهوم الذات ليس موروثاً بل يتم تعلمه عبر رحلة الحياة التي يعيشها الفرد والمواقف التي يواجهها فيكتسب من خلالها الخبرات والقيم والاتجاهات والمعتقدات، ولا يقف هذا التطور والنمو إلا اللبهاية الأخيائية الحسنة، كقوله تعالى (عَفُفٌ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ عَفْوَ قُوَّةً) سورة الروم الآية (54) ونحن لا نخرج إلى الحيا ولدينا بمفهوم الذات وعليه قد يتطور مفهوم الذات بتطور العمر وبإكتمال استعدادات الطفل والخبرة والنضج ، ويتبلور عبر المراحل العمرية المختلفة (سرحان ونصر الله ، (2007م) ، وفيما يلي ملخص لمراحل نمو وتطور مفهوم الذات:-

1/ المرحلة الأولى (الرضاعة) :

يرى اركسون Arekson هذه المرحلة تتركز حول منطقة الفم الذي يعتبر أهم أجزاء الجسم ويضيف اركسون أن الرضاعة تمدنا باللذة من خلال الفم، وأن عملية التقبل السلبي والاستسلام تتحول بالتدرج لأسلوب أكثر عدوانية هو العنف و القسوة عندها تظهر الاسنان ، ويؤكد اركسون على العوامل النفسية والاجتماعية للمرحلة الفمية الحيه حيث يكتشف جسمه عبر حواسه المختلفة، وسرعان ما يبني أفكاره وتتكون لديه المشاعر التي يصف بها ذاته، وتساهم التنشئة والتفاعل الاجتماعي والوضع الأسري والاقتصادي وتجاهات الوالدين في تشكيل هذا المفهوم. وايضاً تسمى عند فرويد Freud بالمرحلة الفمية وتبدأ من الميلاد الى ثلاثة شهور يخرج الطفل وليس لديه مفهوم ذات جاهزا بالرغم من أن الذات موجودة منذ بداية حياته ولكنها في حالة ركود. من 3-4 شهور ينمي الطفل التمايز خلال الحواس، ومن 4-9 ينمي التمايز اللفظي. ويستمر التطور حول ذاته كلما وسعت دائرة علاقاته الاجتماعية وتزداد قدرته على فهم الذات. وايضاً اشار كوبي إلى أن الشعور بالذات يبدأ عند الطفل في الشهور الأولى من حياته حيث يتضح ميله الاجتماعي ثم تميز هذا الشعور من خلال تعامل الطفل مع الآخرين تدريجياً . وهذا ما أشار إليه أيضاً كاروجرز والذي أكد حاجة الطفل إلى أن يكون في موضع الاعتبار من الوالدين ، حيث يتأثر تقدير الطفل لذاته بدرجة كبيرة بتقبل واحترام والديه إليه ، ويتكامل بناء الذات بمواقف التعلم وإرساء القيم والمعايير التي يتلقاها الطفل في مجتمع الأسرة ثم في المؤسسات الاجتماعية الأخرى (سرحان ونصرالله ، 2007م).

وترى الباحثة أن هذه المرحلة من أهم المراحل في تكوين مفهوم الذات حيث تتأثر كل مرحلة بالمرحلة التي تليها ، وهذه المرحلة ترسخ كل القيم والمعايير الاجتماعية التي تشر بها الطفل من الوالدين والمحيطين به.

2/ مرحلة الطفولة المتوسطة (ما قبل المدرسة) :

يميل الطفل إلى فعل ذاته عن الاشخاص الآخرين ويطلب منهم أن يحترموه ويطيعوه يعبروه بالاهتمام ويلبو رغباته ويظهر مظهر تأكيد الذات عند الأطفال بصورة حيل عندما ما يقدمون بتأدية الالعاب المختلفة اذا ينسبون الى انفسهم جميع المزايا الايجابية حتى إذا لم يتطابق الواقع من حوله وقد يأخذ شكل تعقيد الذات كشكل العناء و هي سيلة يعتمدها الطفل لجذب الإنتباه لديه ، وتكون هذه في السنة الثالثة فيبحث الطفل عن هويته وذاتيته و سرعان ما يبدأ التنافس مع الآخرين ويقوي الشعور بالذات .

3/ مرحلة التعلم الأساسي (والطفولة المتأخرة) :

في هذه المرحلة تلعب الأسرة والمدرسة الدور الكبير في نمو وتحديد مفهوم الذات.

ويبدأ بإدراك حقوقه وواجباته ، وبعدها يتحدث الطفل عن الاقتران والاصدقاء ويسعى لتعزيز صورته في أعين الآخرين كذلك تزداد مقدرته على التعبير عن الذات في النشاط العقلي والاجتماعي ، ونجد في هذه المرحلة يتسع الإطار المرجعي الذي يتحدد في ضوء مفهوم الذات الموجب وتقبل الذات أو مفهوم الذات السالبة وعدم الرضا وسوء التوافق (زهران ، 2001م)

4/ مرحلة المراهقة (البحث عن الذات) :

تختلف فكرة الفرد عما كانت عليه في الفترة السابقة نسبة لدخول في عالم الخبرة ، وهذه الفترة يتخللها نوع من الازمات والقلق والتوتر الشديد الذي يؤثر في السلوك وبالتالي يؤدي إلى تغيرات على جميع أجزاء الجسم ، وتغيرات سلوكية تفرضها الطبيعة على جميع الأفراد ، ومن الازمات أزمة الهوية identity crisis وسمها (اريكسون) بخلط الأدوار ، وشيوع الهوية وأزمة الهوية تعني عدم معرفة الفرد لذاته بوضوح وينعكس ذلك على عدم معرفته في الوقت الحاضر والمستقبل ويتميز مفهوم الذات بالثبات النسبي في هذه المرحلة ولكن يتأثر بالمواقف والاحداث التي يمر بها المراهق .

5/ مرحلة الشباب (الرشد) :

هنالك عقاب من نوع آخر فعادة يدورون في دوامات كثيرة أما النجاح أو الفشل ، ففي هذه المرحلة يعرف مواطن قوته وضعفه وقد تعلم كيفية الأدوار المختلفة ، ومن مشاكل هذه المرحلة تدور حول أهمية الانتاج في العمل الذي يقوم به من حيث الكم والكيف . حيث أن التطور السليم يتمثل في التوصل إلى تحقيق حياة مهنية ناجحة مع التأكد على أهمية استقلال الذات ونمو علاقات سليمة مع الآخرين .

أما التصور غير السليم فيتمثل في تنمية الميل إلى التركيز حول الذات بشكل يفوق بناء جسور الاتصال بينهما وبين الآخرين ، وهنا أما ان ينجح الفرد في تنمية ثقته بنفسه ، او أنه يمتنع بالانهزام امام تأثير عوامل اليأس والفشل (قطامي و عدس ، 2005).

وبمراجعة المراحل السابقة ، يتضح للباحث مدى أهمية الخبرات التي يكتسبها الفرد والمواقف التي يواجهها الفرد وأثرها على نمو وتطور مفهوم الذات، وأهمية التنشئة الاجتماعية وخبرات الطفولة والتفاعل الاجتماعي وتقييمات الآخرين في تكوين مفهوم الذات واستمرارية تطورها عبر المراحل العمرية المختلفة.

مفاهيم ذات صلة بمفهوم الذات:

هنالك بعض المفاهيم التي لها صلة بمفهوم الذات وهذه المفاهيم هي:

1/ تأكيد الذات Self-Assertion :

يميل الفرد إلى تأكيد ذاته بدافع من الحاجة إلى التقدير والاعتراف والاستقلال والاعتماد على النفس ، وعلى قدرته على التعبير عن آراءه وانفعالاته ووجهات نظره حول الأمور سواء كان متعلقاً بذاته أو الآخرين بصورة إيجابية مقبولة.

ويرى سينج وكومز أن الحاجة إلى تأكيد الذات وصيانتها هي الحاجة الوحيدة والأساسية التي ينبغي إشباعها من الإشباع الجسمي إلى النفسي والاجتماعي وكل ما عداها من الحاجات مشتق منها ويهدف إلى إشباعها وتدفع هذه الحاجة الإنسان إلى تحسين الذات. وحاجته إلى التقدير ترفعه إلى السعي دائماً لإحراز المكانة والقيمة الاجتماعية ويعمل حافزاً لتأكيد الذات على إشباعها من نجاح الفرد عموماً ومن قدرته على التمسك بمعايير أخلاقية رفيعة.

ويقرر البورت أنه إذا كان مطلب الاستقلال الذاتي Autonomy ليس قوة أساسية فإننا لا نستطيع أن نفسر ظهور السلوك السلبي في الطفولة ، فصياح الطفل الصغير ورفضه وغضبه ليس إلا دلائل بدائية على ميله إلى تأكيد ذاته.(أبوزيد ، (1973م) .

2/ احترام الذات :

تقيم الفرد لنفسه من حيث إمكانياته إنجازاته وأهدافه ومواطن قوته وضعفه، وعلاقته بالآخرين ومدى استقلاليتيه واعتماده على نفسه.(ابراهي ، (2004م).

ويرى محمود (1988م) أن إحترام الذات يدل على تقبل الشخص لنفسه بما فيها من إيجابيات وسلبيات ومدى تقديره لخصائصه العامة حتى يتضمن تقويماً شاملاً لكل جوانبها الشخصية والاجتماعية والتربوية والمهنية فكلما ارتفع تقييم الفرد لذاته كان أكثر تقبلاً لنفسه وتقديراً لها والعكس صحيح.

3/ تحقيق الذات Self-Actualization :

وبعني جعل مفهوم الذات امراً وافقاً أو مطابقاً للواقع بمعنى أن الانسان يحاول على الدوام تحقيق إمكانياته الكامنة والأصلية بشتى السبل ويمثل هذا المفهوم عنده الدافع الرئيسي والحقيقي الوحيد لدى الكائن العضوي وكل الدوافع الأخرى ليس مظاهراً له (أبو زيد، (1973م). وقد اتى ماسلوا بنظرية عن تحقيق الذات من خلال بحثه لأشخاص حققوا إمكانياتهم وذواتهم إلى أقصى حد واكتشف تميزهم بمجموعة من الخصائص منها:

- 1-أن لهم اتجاهاً واقعياً .
- 2- انهم يتقبلون أنفسهم والآخرين والعالم الطبيعي كما هم عليه
- 3- انهم يتركزون حول المشاكل بدلاً من تركزهم حول انفسهم.
- 4- انهم يتسمون بالاستقلال الذاتي عند الآخرين.
- 5- أن لديهم ذخيرة عظيمة للابداع والابتكار .

ويرى أدلر Adeler أن تحقيق الذات يعني السعي وراء التفوق والافضلية وتحقيق الكمال التام. وعلى الجانب الآخر فإن مثل سكنر يعتبر أن تحقيق الذات مفهوماً ميثافيزيقياً لعدم امتنان إخضاعه للاختبار التجريبي. (ابو زيد ، (1972م).

4/ ادراك الذات :

قدرة الفرد على مراقبة سلوكياته وتصرفاته في ضوء معتقداته واتجاهاته، حيث تلعب المعلومات والمعارف التي تتعلق بالأشياء والأشخاص دوراً هاماً في إدراكنا للآخرين ، وعملية الإدارة تخلق إطار مرجعي من خلال ما نراه مناسباً للخبرات الجديدة التي تساعدنا على تنظيم المعلومات التي تأتي لنا لكي تعمل وتستجيب للمعلومات الجديدة بسرعة كما تساعدنا على تشكيل إحساساتنا نحو الأحداث التي تواجهنا في حياتنا العامة والخاصة ، ويرى علماء الاجتماع ان لكل منا طريقه خاصة ومموزة لإدراكنا لأنفسنا ينتج عنه مفهوماً خاصاً و متميزاً للذات. (محمد (2002م) .

5/ تقدير الذات :

هي الصورة التي يكونها المرء عن نفسه وحكمه عليها وشعوره نحوها وهو يعكس درجة احترام الفرد لنفسه والقيمة التي يعطيها لذاته كما يدركها هو .
ويتطور تقدير الذات من الخبرات والمواقف التي يمر بها الفرد أثناء محاولته للتكيف مع البيئة المحيطة به ، ومثل هذه الخبرات هي التي يترتب عليها نمو التنظيمات السلوكية ، وذلك بناء على عمليه التعلم ولكن اثر هذه المواقف والخبرات لايتوقف عند مجرد نمو التنظيمات السلوكية الخاصة ، او دوافع فرديه منعزله ولكنه يتعدى ذلك فيشمل الفرد كله عن طريق تقييم اثر الخبرات الإنفعالية الإدراكية على هذا الفرد ، مما يؤدي في النهاية إلي تطور مفهوم عام عن الذات ككل . (وفاء على ، (2009م) .

6/ دينامية الذات Self-Dynamism:

عبارة عن بناء مركب من خبرة الفرد الخاصة بنواحي الاستحسان أو عدم الاستحسان والثواب والعقاب، ويشبه بالميكروسكوب الذي يرى الفرد من خلاله مشاعر الآخرين نحوه فيعمل على أن يتذكر على كل ما يسبب له الاستحسان (أبو زيد ، (1973م)

7/ عاطفة الذات:

هي العاطفة التي تدور حول فكرة الفرد عن نفسه ، فيشعر الفرد بالغضب إذا فعل شي لا يرضيه لنفسه والعكس صحيحاً .

8/ صورة الذات:

تعني نظرة الفرد لنفسه وما يستخلصه من ذلك مقارنة بالآخرين من حيث الشكل في المظهر العام ، والسلوك ومن هذه الصورة يتكون الانطباع العم عن الذات سلبياً وإيجابياً . (بثينه إبراهيم ، (2004م).

خصائص مفهوم الذات :

لمفهوم الذات خصائص متعددة تم تناولها من قبل الباحثين وتوصلو إلى عدد من الخصائص منها ما يلي :

1/ مفهوم الذات المنظم Organized:

إن خبرت الفرد المتنوعة تزوده بالمعلومات التي يركز عليها في إدراكه لذاته ولاستيعاب هذه الخبرات يقوم بوضعها في رموز وفئات بسيطة وينظم هذه الفئات التي تعكس ثقافته الخاصة.

2/ مفهوم الذات متعدد الجوانب MultiFacateds :

هذه الجوانب تعكس نظام التصنيف الذي يتبناه الفرد أو يشاركه فيه ، وقد تكون هذه التصنيفات في مجالات كالمدرسة والتقبل الاجتماعي ، الجاذبية الجسمية ، والقدرة العقلية والجسمية ، والجاذبية النفسية. (أبو صالح ، (2004م).

3/ مفهوم الذات هرمي Hierar chicale :

يشكل مفهوم الذات هرماً قاعدته الخبرات والمواقف التي يمر بها ويقسم بدوره إلى نوعان هما:

- 1- مفهوم الذات الأكاديمي: الذي يتفرع إلى مجالات وفق المواد الدراسية والتحصيل الدراسي.
- 2- مفهوم الذات غير الأكاديمي : الذي يتفرع إلى مفاهيم اجتماعية و نفسية وجسميه للذات.

4/ مفهوم الذات ثابت نسبياً Stable :

يتسم هذا المفهوم بالثبات النسبي وذلك ضمن المرحلة العمرية الواحدة إلا أن هذا المفهوم قد يتغير من مرحلة عمرية إلى أخرى تبعاً للمواقف والاحداث التي يمر بها .
فكلما اتجهنا إلى الاسفل من قمة الهرم يقل ثباته وكلما اتجهنا نحو قاعدة الهرم كان اكثر ثباتاً بشكل واضح حسب اختلاف الحالات.

5/ مفهوم الذات النمائي: Developmental:

تزداد جوانب مفهوم الذات أكثر وضوحاً لدى الفرد من خلال تطوره من مرحلة إلى أخرى ، فالأطفال في بداية حياتهم لا يميزون أنفسهم عن البيئة المحيطة بهم وغير قادرين على التنسيق بين الأجزاء الفرعية للخبرات التي يمرون بها ، كلما زاد نموه العمري والعقلي زادت خبراته ومفاهيمه وبالتالي يصبح قادر على ايجاد التكامل فيما بين هذه الأجزاء الفرعية لتشكيل إطاراً مفاهيم واحداً (أبو صالح ، (2004م)

أنواع مفهوم الذات:

هناك تصنيفات كثيرة لمفهوم الذات فمنها :

1/ الذات الأساسي أو المدرك **Congised Self Concept** :

فمفهوم الذات المدرك أو الأساسي يتكون من المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما تعكس اجرائياً في وصف الفرد لذاته ، وهو عبارة عن إدراك المرء لنفسه وحقيقتها وواقعها وليس كما يرغبها ويشمل هذا الإدراك جسمه ومظهره وقدراته ودوره في الحياة وايضا قيمته ومعتقداته وطموحاته.

2/ مفهوم الذات الاجتماعي : **Hesouial Solf Concpt** :

فهي عبارة عن مدركات الفرد وتصوراته التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها عنه والتي يتمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين. (أو أنه عبارة عن شعور الفرد وتصوره لكيفية تصور الآخرين له ، هذا التصور الذي يعتمد على تقييم الآخرين للفرد من خلال أقوالهم وأفعالهم نحوه).

أن تأثير مفهوم الذات الاجتماعي على سلوك الفرد يعتمد الى حد كبير على أهمية أداء الآخرين بالنسبة له ، فالطفل يلقى تقبلا من الأشخاص ذوي الأهمية في حياته كالوالدين والمعلمين والاقربان وغيرهم يكون ذات اجتماعي ايجابي.

أما الطفل الذي لا يلقى مثل هذا التقبل ويلقى بدلاً من ذلك اللوم والرفض يكون مفهوم ذات اجتماعي سلبياً نتيجة لإصداره حكماً على نفسه مماثلاً للحكم الذي أصدره الآخرين عليه.

إن مفهوم الذات الاجتماعي يتطور من خلال تفاعل الفرد مع الجماعة لذلك تتكون من مفهوم ذات إيجابي أو سلبى يعتمد على الكيفية التي تتم بها معاملة الجماعة لهذا الفرد ، سواء كان طفلاً أو مراهقاً. (يعقوب ، (1992م)

3/ الذات العاطفية :

تعني اهتمام الفرد بعواطفه ومشاعره الشخصية.

4/الذات المادية :

تتمثل في ممتلكاته المادية مثل المنزل والسيارة وغيرها.

5/ الذات العصابية:

إدراك الفرد بما يعانيه من قلق وخوف واعراض عصابية تؤثر على سلوكه وتوافقه في علاقاته مع الآخرين.

6/ الذات الأسرية:

وهي مدى إحساس الفرد بصلاحيته وقيمه كعضو في الأسرة.

7/ مفهوم الذات المؤقت:

هو عبارة عن مفهوم مؤقت عابر يمتلكه الفرد لفترة وجيزة يتلاشى بعدها ، وقد يكون مرغوب فيه أو غير مرغوب فيه حسب المواقف والمتغيرات فمفهوم الذات المؤقت يتغير وفق ظروف الفرد، ويتأثر بمزاج الشخص وحالته العاطفية وخبراته الذاتية.

8/ مفهوم الذات الاكاديمي :

ويعني إتجاهات الفرد ومشاعره نحو التحصيل الدراسي في مواضيع معينه يتعلمها الفرد.
لوفاء على ، (2009 م)

9 / الذات المثالية: The Idecel Self-concept :

تسمى بذات الطموح ، فهو عبارة عن الحالة التي يتمنى المرء أن يكون عليها، سواء كان يتعلق منها بالجانب الجسمي أو النفسي أو كليهما معاً، ومنه ماكان ممكن التحقيق من غير ذلك ، معتمداً على مدى سيطرة مفهوم الذات المدرك لدى الفرد، وفي الطفولة يكون الفرق كبير بين مفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات المؤقت والاجتماعي والمثالي في مرحلة الطفولة وكلما اقترب الفرد من سن المراهقة تأخذ هذه الفروق بالتلاشي إلي أن تصل الي أدنى مستوى لها في سن البلوغ.
وإن مفهوم الذات المثالي سواء كان واقعياً أو غير واقعي فإنه يتحدد بمدى سيطرة كل من مفهوم الذات المدرك او المؤقت ، فإذا كان مفهوم الذات المدرك هو المسيطر فإن مفهوم الذات المثالي غالباً ما يكون أكثر واقعية في هذه الحالة لكونه يبنى على تقييمات واقعية لكفاءات الفرد وقدراته. يعقوب ،(1992م).

وترى الباحثة إنها تتمثل في طموحات الفرد والمستويات التي يرغب في الوصول إليها او ما يتمنى أن يعملها أو أن يكون عليه.

وليم جيمس هو أول من إقترح أن مفهوم الفرد عن ذاته له عدة أشكال وهي:

1- الذات الواقعيه : وهي تشير الي مايعتقده الفرد عن ذاته.

2- الذات المثاليه : وهي تشير الى الحاله التي يتمنى الشخص ان يكون عليها سواء فيما يتعلق بالجانب الجسمي والنفسي .

3- الذات الاجتماعيه : حيث تشير الي تصور الفرد لتقييم الاخرين له معتمدا في ذلك على اقوالهم وافعالهم .

وهناك بعض العلماء قسموا مفهوم الذات الى نوعين رئيسيين هما:

1/ مفهوم الذات الايجابي
2/ مفهوم الذات السلبي.

1- مفهوم الذات الايجابي.

مفهوم الذات الايجابي هو الذي يعبر عن الصحة النفسية ، والتوافق النفسي لدى الفرد ويرتبط مفهوم الذات إرتباط جوهرياً موجاً لتقبل الآخرين ، ويعد بعداً رئيساً في عملية التوافق الشخصي (زهران ، 2001)

ويمكن استخلاص المؤثرات التي تدل على مفهوم الذات الايجابي كما يلي:

- 1- القدرة على استعادة الثقة بالنفس عند التعرض للفشل.
- 2- الشعور بالمساواة مع الآخرين الاقل منهم والاعلى.
- 3- عدم الرضوخ للسيطرة التامة على الدفاع عنها وعدم الخشية من تغييرها إذا اكتشف الفرد وجود خطأ ما فيها.
- 4- القدرة على التعرف الذاتي ، وعدم الشعور بالذنب في حالة عدم موافقة الآخرين .
- 5- القدرة على الاستمتاع بمدى واسع من الانشطة المرتبط بالعمل .

2- مفهوم ذات السلبي :

وأشار (عمر ، (1995م) ، مثل هؤلاء الافراد غالباً ما يعانون من أنواع من السلبية ومنها: عدم القدرة على النجاح والتوافق مع الآخرين أو الدخول في مناقشة ناجحة معهم وهناك عدة أسباب تؤدي إلى تكوين الذات السلبية أهمها:

- أ. الحماية الزائدة من المشرفين على تربية الاطفال ورعايتهم .
- ب. السيطرة التامة على الطفل.
- ت. الاهمال وعدم الاهتمام بالطفل.
- ث. الخبرات غير السارة .
- ج. ينتاب بعض الأفراد الشعور بالكراهية من الآخرين أو بعدم قيمتهم أو أنهم لا يحظون بأعجاب الآخرين مهما فعلوا .

المستوى الاقتصادي والاجتماعي:

يعتبر من اهم العوامل لتكوين فكرة الفرد عن نفسه ، فإذا ما قارن الفرد ذات بمجموعة ارقى منه فإنه يرفع من قيمة ذاته ، في حين أنه إذا قارن نفسه بمجموعة اعلى فهو ينقص من قيمته ، وهذا يلعب نوراً في اختيار الاصدقاء الذين يزداد تأثيرهم في هذه الفترة من النمو ، ويؤثر المستوى الاقتصادي والاجتماعي في تسهيل مفهوم الذات.

فالذات الواقعية: تمثل الصورة المرتكزة على تقييم الآخرين للفرد في ضوء مستواه الاقتصادي وظروفه الاجتماعية.

كما أن الذات المثالية: التي تمثل صورة الذات التي تشعر الفرد بفرديته ، وما يكون عليه وما يجب أن يكون عليه لتكون مصدراً مهماً للتغذية المرتدة لنفسه.

والفرد يقوم أيضاً بمراجعة لذاته من خلال نظرات الآخرين له. ذلك لأن مفهوم الذات مكتسب وليس فطرياً ، وإنما يمثل التميز من ظروف اجتماعية واقتصادية وثقافية (نفيث، 2005م).

العوامل المهمة في تكوين مفهوم الذات:

هنالك عدد من العوامل المهمة التي تلعب دوراً كبيراً في تكوين مفهوم الذات ومنها ما يلي :-
1/ تحديد الدور:

الدور هو ما يتوقعه المجتمع من الفرد حيث يعتبر تصور الفرد لذاته من خلال الأدوار الاجتماعية التي يقوم بها من العوامل الهامة التي تساهم في تكوين مفهوم الذات لديه وقد وجد كوهن وزملائه أن هذا التصور للذات ينمو مع نمو الذات ويقرر (مورينيو) أن لعب الأدوار يكون سابقاً على ظهور الذات حيث تظهر الذات من الأدوار وليس العكس. ويبنى مفهوم ذات الفرد على أساس الوحدات الأولية مع الام في باكوره حياته فيبدأ بتقمص دورها وانتحال حركاتها فيما يسميه (مبد) اتخاذ الدور وهو خطوة هامة في نمو الشعور بالذات لديه وعندما يتم النمو الجسمي للفرد فإن صورة الجسم تصبح أكثر ثباتاً وتصبح الأدوار أكثر وضوحاً وأكثر اندماجاً داخل مفهوم ذاته ، وتزداد شخصيته لذلك. (زهران ، 2003م).

2/ المركز:

هو مكان الفرد في المجتمع بين اقرانه وهو الذي تحدده الأسرة للطفل في المجتمع الأكبر والذي يتحدد بمستوى أسرته الاجتماعي والاقتصادي، فقد درس ماسلو العلاقة بين المكانة الاجتماعية والاقتصادية ومفهوم الذات فقال ربما يؤثر مركز الطبقة على تقبل الذات أو الشعور بقيمه الذات.

3/ المعايير الاجتماعية:

عندما يحكم الفرد على نفسه فهو يحمل على نفسه صفة من الصفات بدرجة معينة لمعايير معين يشنقه الفرد من المعايير الاجتماعية ومستويات السلوك التي وضعها له المجتمع لذلك وفق مقتضياتها، وقد ظهرت أهمية المعايير الاجتماعية وخاصة المعايير الجسمية بالنسبة لمفهوم الذات، بعد أن أثبتت عن طريق الدراسات التي تمت في هذا المجال، إن صورة الجسم والقدرة العقلية وما لها من أثر في تقييم الفرد لذاته تعتمد على معايير اجتماعية. ويتضح من خلال ذلك اننا نحمل في عقولنا تأثير المعايير الاجتماعية على امالنا وأهدافنا وصورة الجسم لدينا هي التي تحدد المستوى الذي يهدف إليه والدور الذي ترضى به.

4/ اللغة:

أشار ميدن إلى نتيجة هامة ولاستعمال اللغة وهي أن الطفل عندما يستعمل صوته ويسمع نفسه عندما يحدث فإنه يثير نفسه فضلاً على أن إثارته الآخرين، وبسبب ذلك فإنه يستطيع أن يتفاعل مع كلماته الخاصة ويبدأ يفكر وبهذا فإنه يصبح على حد تعبير ميدن MandG، وموضوعاً لنفسه ، ويأخذ دور الآخرين لكون اللغة التي تعلمها تسمع ويستجاب لها بواسطة نفسه والآخرين بالمثل فيخير ذاته ويسهل عليه بفضل تطوره اللغة إتخاذ دوره والاستجابة للسلوك المتوقع للآخرين .

6/ الجماعات الاجتماعية:

لا يتفاعل الجنس البشري كأفراد منفردين فحسب وإنما كاعضاء في جماعات فتطور الإدراكات الذاتية واتجاهات الذات وإنما حدثت تحت ظروف الحياة الجماعية ويجب أن يفهم في حدودها ، ففي كل موقف اجتماعي قد يظهر الفرد انماطاً فريدة ومختلفة من السلوك في ظاهرة أي أنه يلعب أدواراً اجتماعية هي عناصر في الذات الكلية تتكشف أبان عملية التكيف مع جماعة معينة .

وليست هناك جماعة من الأهمية بمكان للطفل الصغير مثل أسرته ، الطفل ينقل إلى جماعة اللعب اتجاهاته الشعورية واللاشعورية العامة نحو نفسه والوالدين والأطفال الآخرين التي تكونت من مجرى الحياة العائلية .

أن جيمس وميد وملير وغيرهم يرون أن الفرد يمكنه تملك عدد من الذوات الاجتماعية التي تمثل كل منها مجموعة من الاستجابات مستقلة بدرجة أو بأخرى ومكتسبة في مختلف الجماعات الاجتماعية التي يشارك فيها .

وتحتاج الإدراكات الذاتية الفردية (بدقة أكثر ادراكات الذات بالنسبة للآخرين) إلى إطارات مرجعية ثابتة لكي تتم من خلالها وتقدم للجماعات هذه الاطارات المرجعية من خلال علاقه بين ذات الفرد وعضويته لجماعات أو جماعة مرجعية (سعد ، 1983م).

7/ التفاعل الاجتماعي:

أوضحت نتائج العديد من الدراسات مثل دراسة كوميس Coomis (1969) وغيره ، أن التفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الاجتماعية الناضجة تعزز الفكرة السليمة عن الذات ، وأن مفهوم الذات الموجب يعزز نجاح التفاعل الاجتماعي ويزيد من نجاح العلاقات الاجتماعية بدوره (زهران ، 1972م).

وتلعب خبراته تربية لطفل من خلال عملية التنشئة والتطبيع الاجتماعي دوراً هاماً وخطيراً في تشكيل فكرته عن نفسه وتكوين شخصيته من خلال علاقاته المتبادلة مع الوالدين وتفاعله معها من خلال عملية التنشئة .

ترتبط مشكلة الذات بمشكلة الدافعية الانسانية نتيجة تنمية الفرد البيولوجي .

ومن العمليات النفسية الديناميكية التي تساعد على تكوين الذات في هذا المجال :-

1. الامتصاص Introjection :

وفيها يمتصى الطفل من المجتمع الخارجي خاصة اسرته موقفهم من افعاله ونوع معاملتهم له فيسلك نحو نفسه كما سلك الآخرون نحوه.

2. التوقع Expectancy :

ومعنى ذلك أن يسلك الطفل مع الآخرين السلوك الذي يتوقعونه منه ثم هو يستطيع في نفس الوقت توقع ردود افعالهم نحوه في حدود الأدوار المقدرة والمعايير المشتركة وهما اللذان يسهلان عملية التوقع.(ابوزيد 1973م)

العوامل المؤثرة في مفهوم الذات:

يتطور مفهوم الذات عبر مراحل نمو الفرد المختلفة وقد أكدت الدراسات والبحوث العلمية أن فكرتنا عن زواتنا لها تأثير على سلوكنا وتوافقنا الشخصي والاجتماعي فهذا المفهوم نجده يتأثر بعدد من العوامل فمنها ما يلي :-

أولاً : العوامل الاجتماعية :

1/ التنشئة الوالدية والعلاقات الأسرية:

يتأثر مفهوم الذات إلى حد كبير بالعلاقات وطرق التنشئة التي تحدث فروق بين مكونات الشخصية وفي تقديرهم لأنفسهم فالأسرة هي المؤسسة التربوية الأولى التي تزود الطفل بالقيم والمعايير الاخلاقية والدينية والاجتماعية التي تلازمه فترة حياته فوجد العلاقات الأسرية الدافئة ذات أثر ايجابي في تكوين الشعور بالأمن.

كما أن الخبرة السيئة والحرمان الثقافي له تأثير سلبي على مفهوم الذات، وأضف إلى ذلك غياب الوالدين، أو الاسرة التي توجد بها صراعات دائمة بين الوالدين فتكون قدرة اطفالها التكيف اقل من اولئك الذين ينتمون لأسره حدث فيه الطلاق أو وفاة فيكون ذلك سبباً آخر في حرمان الطفل من امور عاطفية مهمة في تكوين شخصية ونضجه وتكيفه مع البيئة (القطامي، 1989م).

ومن أهم ممارسات الخاطئية في التنشئة:

1- الحماية الزائدة - الاهمال:

الحماية الزائدة يقصد بها الحماية المضطربة على الاطفال حيث تتمثل في الاشباع الفوري لرغباتهم وذلك يجعلهم غير قادرين على التعامل مع المشاكل التي تواجههم مما يؤدي إلى عدم الشعور بالاستقلالية في التعامل مع البيئة فيشعر بأنه بحاجة إلى حماية من أهله مما يضعف ايمانه بنفسه وثقته بذاته.

أما الإهمال: فيتمثل في عدة أشكال فقد يكون عدم النظر إلى ما يقوم به الفرد وكأنه مجرد شيء موجود بالمؤل فيحس بأنه ليس له قيمة أو أهمية عند أهله فينظر إلى نفسه بأنه عديم القيمة أو حرمان عاطفي كعدم انصات الوالدين إلى حديث ابنائهم أو عدم العناية الجسدية (النظافة) أو حاجاتهم الشخصية او عدم توجيههم وتقديم النصح لهم.

2- التسامح - التسلط:

التسامح: تقبل الوالدين لأفكار ابنائهم ومنحهم درجة من الحرية في إتخاذ قراراتهم مما يجعلهم يشعرون بالأمن والثقة بالنفس ولكن الحرية الزائدة تنتج عنها بعض انواع سوء التكيف الاجتماعي. التسلط: يتمثل في فرض احد الوالدين او كلاهما في عدم السماح إلى ارئهم وميولهم وحاجاتهم والوقوف أمام رغباتهم ومنعهم من التعبير عن أفكارهم فهذا لا يعطيه مجال للمبادرة. أو منعهم من القيام بسلوك معين وهذا مما يؤدي إلى تكوين شخصية مهتذأ، خائفة، مترددة غير واثقة من نفسها وعدم القدرة على الاحساس بهويتها الخاصة لا تكون شخصية منقادة خلف الآخرين أي لديها مفهوم ذات سلبي (نصار، 1993م)

3- المساواة - التفرقة :

المساواة تعني مساواة الوالدين بين ابنائهم في طريقة المعاملة وتلبية مطالبهم واحتياجاتهم بمختلف النوع والعمر. اما التفرقة فتتمثل في تعمد عدم المساواة بينهم والتفضيل بينهم بسبب النوع أو الترتيب وغالباً ما يترتب على هذا الاتجاه شخصية انانية تأخذ دون أي عطاء فيكون مفهوم الذات لدى هؤلاء الابناء مفهوم سلبي.

4- الرفض - القبول :

القبول هو تقبل الوالدين بالدفة والمحبة والحب الذي يمنحانه لأبنائهم ويتم التقصير بطرق عديدة منها: المداعبة - التحفيز - الفخر بهم . اما الرفض هو عام وغياب الدف والدرجة من قبل الوالدين فيظهر بعده طرق (اللامبالاة) أو الإهمال... الخ.

2/ ترتيب الطفل في الأسرة :

أن ترتيب الاطفال في الأسرة له أثر واضحاً في التنشئة الاجتماعية وقد أشارت الدراسات إلى أن المولود الأول يكون اكثر طموحاً وانجازاً فيتمثل بالأب والأخير بالرفاق.

3/ الخبرات المدرسية :

تلعب المؤسسة دوراً هاماً في بلورة وتشكيل مفهوم الذات لأنها تضم مجموعة من الطلاب الذي يمكن أن يواجهوا انتقادات لزملائهم ، فالأفراد يختلفون في استجاباتهم للفشل والنجاح / فبعض فشلهم أداء كبير بينما يكون عن بعض الافراد خمول وكسل كذلك النجاح مجذباً لذوي مفهوم الذات

الإيجابي بصورة أكبر من ذوي مفهوم الذات السلبي ويلعب المعلمون دوراً هاماً في تشكيل شخصية الطلاب واكتشافاتهم وميولهم وهواياتهم والفروق الفردية بين زملائهم.

4/ الاسم والكنية :

نجد أن الأسماء غير مقبولة تؤدي إلى مفهوم ذات سلبي ، فإذا احس الشخص اسمه يشوهه باستحسان الجماعة الاجتماعية فيعطيه شعور بالرضا والثقة بالنفس ويؤدي العكس إلى مشاعر دونية.

5/ الصحة والخلو من العاهات :

إن العيوب الجسمية تصبح أحياناً مصدر رئيسي للأحباط والشعور بالدونية وعدم الثقة بالنفس والاستياء وتنمية اتجاهات سلبية نحو الذات والآخرين فهذه الاعاقة تعوقهم عن الاشتراك في نشاطاتهم وعدم التواصل مع أقرانهم فهذا يتوقف على حجم الاعاقة ومدى تقبل الشخص لها.

6/ جماعة الرفاق :

تسهم من خلال العلاقات الوثيقة في الاحساس بالهوية فلا يمكن أن يبعث الانسان دون هوية فالحرمان من الهوية يؤدي إلى الانتحار وتزى إيمان الخير (2009م) إن جماعة الرفاق تعتبر مجموعته مهمه ويستطيع من خلاله الفرد أن يؤكد هويته وينمو لديه مفهوم ذات ايجابي نحو نفسه وغيره وينافس فكاره ، ويقعد نواحي قوته وتقوته في مجالات حياته المختلفة.

7/ المؤثرات الاجتماعية :

المعايير الاجتماعية، والادوار الاجتماعية لها اثر كبير في الرضاء عن الذات، وذلك من خلال التفاعل الاجتماعي اثناء تحرك الفرد في اطار البناء الاجتماعي الذي يعيش فيه. فانه يتعلم ان يرى نفسه كما يراه رفاقه في المواقف الاجتماعية. (إيمان الخير، (2009م) . وقد اثبتت دراسة كويس (1969) Coombs أن التفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الاجتماعية الناجحة تعزز الفكرة السليمة الجيدة عن الذات ، وأن مفهوم الذات الموجب يعزز التفاعل الاجتماعي ويزي العلاقات الاجتماعية نجاحاً يؤدي إلى زيادة نجاح التفاعل الاجتماعي.

8/ الدور الاجتماعي :

يؤثر في مفهوم الذات حيث تنمو صورة الذات من خلال التفاعل الاجتماعي وذلك عن وضع الفرد في مجموعة أدوار اجتماعية وهنا يتعلم أن يرى نفسه كما يراه الآخرين من رفاقه في المواقف الاجتماعية المختلفة، ويتعلم المعايير الاجتماعية والتوقعات السلوكية التي يربطها مع الآخرين بالأدوار والتداخل الاجتماعي بمختلف اشكاله (ابو مغلي واخرون ، (2002م)

ثانياً : العوامل الذاتية:-

1- الخصائص الجسمية:

يتأثر مفهوم الذات للفرد بخصائصه الجسمية مثل الطول - القصر - الحجم - البدانة - السرعة - الحركة - التناسق العقلي - العاهات الجسمية وإن اختلف من مرحلة إلى أخرى ومن مجتمع إلى آخر .

فمن خصائص الفرد أن تكون لديه فكرة عن ذاته الجسمية أو صورة ذهنية عن جسمه وشكله وهيبته ، ووظيفته ، هذه الفكرة أو الصورة تجعل الفرد منا يجمع كل خبراته الداخلية والخارجية في ضوئها .

وحيثما يحدث للفرد تغيرات جسمية سواء الزيادة أو النقص فإن من شأنها أن تؤدي إلى تغير اساسي في مفهوم الشخص عن ذاته الجسمية ، وبينما يرى (مختار ، 1999م) .

أن جانباً كبيراً من الشعور بالنقص لا ينتج من المرض الجسيمي أو القصور الجسيمي نفسه بل من المواقف التي يتخذها غيره من الناس بأنه خلل العاهه مما يدفعه إلى التسليح بعجزه وقصوره . ان احساس الانسان بذاته وتصوره عنها هو قبل كل شئ تصور لجسمه، فالطفل يميز ذاته عن الاخرين عن طريق احساسه الخاص بنشاطه العقلي وطوله ووزنه ولون شعره ومدى تحققه لمتطلبات النمو في الوقت المناسب ، وكذلك نموه الى نمو الاطفال الذين هم في نفس الفئات العمريه .

وتشير الدراسات إلى أن النضج الجسيمي المبكر له نتائج عكسية عند الاناث حيث يملن للإبطواء والانعزال عن زميلاتهن وهن يحملن اهتمامات ورغبات تختلف عن الاهتمامات والرغبات الموجودة لدى الاناث في مجموعتهن العمريه (كالاهتمامات الجنسيه) وإنما يلعب النضج الجسيمي لدى الاطفال الذكور بوضوح في وقت مبكر ولهم دوراً هام في سلوكهم ونظرتهم لأنفسهم ونظرة الآخرين لهم، حيث يرون أنفسهم أكثر قبولاً وأكثر جاذبية ويعاملون بنضج أكثر من قبل الكبار (القطامي ، 1989م) .

2- القدرات العقلية :

لهدوراً هاماً في تكوين صورة المراهق عن ذاته ، إذ أن الذكاء يؤثر على إدراك الفرد لذاته وإدراكه لاتجاهات الآخرين له ، كما يؤثر على إدراك الفرد لقدراته تلك للفرص المتاحة أمامه والعوامل التي تواجهه ونظراً لأن الذكاء والقدرات العقلية من بين العوامل المحددة للشخصية ، فإن ما يتمتع به الفرد من إمكانيات عقلية تضفي عليه مكانة معينة تؤثر في شخصية ، فالذكاء والقدرات الخاصة تعتبر إلى حد ما استجابات تراكمية نتيجة لتفاعل الفرد مع بيئة اجتماعية طادات خصائص معينة ، ومن ثم يلعب الذكاء دوراً كبيراً في التأثير على مفهوم الذات .

ويلاحظ خلال سنوات الدراسة أن القدرات العقلية للاطفال توضع باستمرار تحت الاختبار وذلك بواسطة المدرسين والآباء والأفراد (محروس ، 1995م)

وترى الباحثة أن مفهوم الذات يتأثر إلى حد كبير بالعلاقات الأسرية بين المعاملة وتشكل لديه مفهوم ذات إيجابي أما المتطرفة في التعامل تشكل مفهوم ذات سلبياً يؤثر على قيمة واتجاهاته وربما يأخذ شخص آخر .

علاقة مفهوم الذات بسمات الشخصية:

إحتل مفهوم الذات مركزاً هاماً في دراسات الشخصية إذ يعتبره الكثير من علماء النفس والباحثين أحد متغيرات الشخصية الهامة وأنه لا يستطيع أن نفهم سلوك الفرد إلا في ضوء الصورة الكلية التي يكونها عن ذاته والتي تتعكس على أفعاله المتكررة وتصبح سلوكه بطابع خاص وتحدد نوعية وكيفية ، فمن السلوك نستدل على سمات الشخصية وثبات السلوك وانتظامه يعتبر ارضية صلبة في استدلالنا على وجود السمات وهناك الكثير من البحوث التي درست علاقة مفهوم الذات بسمات الشخصية .

علاقة مفهوم الذات بنوعية الحياة :

يعتبر مفهوم الذات من المفاهيم الاساسية في نوعية الحياة حيث ان مفهوم الذات هو جوهر الصحة النفسية وهو حجر الزاوية فيها فهو المنظم للسلوك ومحور لجميع تصرفات الفرد ، لذا نجده يؤثر في مقدرة الفرد علي التكيف مع البيئة التي يعيش فيها وما يحيط به من ظروف وخبرات مختلفة . (ابو جادو ، (2004م) .

ويرى برونك Bronk المذكور في هدى خليفه(2004) ان السؤال المتعلق بالتوافق او سوء التوافق هو في جوهره سؤال عن مفاهيم الذات التي يملكها الافراد حيال انفسهم حيث ان مفهوم الذات يتضمن وجهة نظر الفرد لذاته ، من خلال وصفه لنفسه ورؤيته الخاصة لاهم ملامحها ومقوماتها والتي تتعدد في ضوئها مكانته الاجتماعية وتقديره لذاته واحترامه لها .

مفهوم الذات لدى المعاقين بصرياً :

يعتبر مفهوم الذات من العوامل لمهمة في نجاح المعاق بصرياً وله علاقة بالتحصيل الدراسي والرضا الوظيفي والزواجي لدى هذه الفئة ، فإن يكون الانسان فاقداً لنعمة البصر فتلك حالة يستحيل أن يتخيلها شخصاً مبصراً بكل أبعادها الحقيقية فالكفيف يجهل كثيراً من معاني الاشياء ومنها الألوان حيث أنه لا يدرك اللون الأحمر أو الأصفر أو غيرهما من الألوان لأنه لم يرى قط لوناً من الألوان، كما أنه لا يدرك ما هو النجم أو القمر أو الشمس لأنه لم ير هذه الكواكب قط ، كما أن الكفيف قد يواجه صعوبات في تقدير المسافات والمساحات .

أن حياة الكفيف تعترتها صعوبات عديدة إلا أن تقبل الكفيف لوضعه يساعده كثيراً في التغلب على كثير من مشاكله وإيجاد الطريقة المناسبة التي تسهل له قضاء حاجاته دون اللجوء إلى الآخرين لمساعدته في كل صغيرة وكبيرة، فكلما زاد اعتماده على نفسه كلما زادت ثقته بنفسه

فيشعر بأنه شخص مستقل يمكنه أن ينجح في أداء معظم المهام المطلوبة منه ولو ببعض المشقة. (الجوالده ، (2012م).

ويعتبر دور الوالدين من الأمور الهامة جداً في تطور النمو النفسي للفرد المعق بصرياً وإن نجاح المعق بصرياً أو فشله في التحصيل الدراسي والرضا الوظيفي والزواجي لا يرتبط بخصائصه فقط بل يرتبط بالأسرة أيضاً فالوضع الاجتماعي والاقتصادي والتعليمي للأسرة يلعب دوراً هاماً في الحد من مضاعفات الإعاقة مما يساعده في الوصول إلى أقصى درجة ممكنة من التكيف الاجتماعي بالإضافة إلى أن مواقف الأسرة من المعق بصرياً تلعب دوراً في مدى توافقه الاجتماعي واندماجه الأسري وتحصيله الدراسي، أن المعاملة المبنية على أسس التفهم والتقبل للملق بصرياً تزيد من مستوى تكيفه الاجتماعي وإن معرفة الآباء بطرق وأساليب التواصل معه وتوفير كافة الظروف والمثيرات التربوية تزيمن مستوى تحصيله الأكاديمي وإن تنبه الأهل إلى هذه العوامل وعملوا على تحقيقها فسوف يندمج في جو الأسرة بسهولة ويسر ويزداد تقدير الذات لديه وإن تدني مفهوم الذات لدى المعاق بصرياً وكما هو معلوم قد يتأثر بشكل أو بآخر نتيجة إعاقة الطفل ونتيجة إهتمام الأهل الزائد لهذا الطفل أو إهمالهم ورفضهم له.

إن الإعاقة البصرية تفرض قيود وصعوبات تربوية ونفسية واجتماعية مختلفة ، لذلك فهذه الإعاقة تفرض على عاتق المعلمين بعض التحديات التي يواجهها في الميدان التربوي والتي يتعاملون على ضوءها المعاقين بصرياً وعلى المعلم أن يقوم بتخطيط البرامج الفردية التي تتناسب مع حاجة هذا الطالب والتي تربط الطالب بالبيئة المحلية واستثارات تفكيره وتطوير المفاهيم عن الكل وليس عن أجزاء غير مرتبطة .ولابد هنا أن تتوفر لدى المعلمين المعاقين الكفاية والمعارف اللازمة التي تمكن المعلمين من التعامل مع المعاقين بصرياً بسهولة ويسر ولا بد أن يكون المعلمون على يقين أن الشخص المعاق بصرياً لا يختلف بشخصه ومشاعره عن القيود التي تؤثر على الشخص المعوق بصرياً مستقبلاً إذا لم يتم التعامل معها مبكراً ومحاولة علاجها.

وتؤكد نظريات الذات أهمية الاتجاهات الوالدية وأساليب الرعاية الوالدية في نمو وتكوين مفهوم الذات ، فقد أشار كوبي إلى أن الشعور بالذات يبدأ عند الطفل في الشهور الأولى من حياته. وهذا ما أشار إليه أيضاً كارل روجرز والذي أكد حاجة الطفل إلى أن يكون موضع اعتبار من الوالدين حيث يتأثر تقدير الطفل لذاته بدرجة كبيرة بتقبل واحترام والديه له. ويتكامل بناء الذات بمواقف التعلم وإرسائ القيم والمعايير التي يتلقاها في المجتمع الأسري ثم في المؤسسات الاجتماعية الأخرى (الجوالده ، (2012).

تقدير الذات لدي المعاقين بصرياً :

ان كل فرد ينظر الي نفسه بطريقه ما ، فالبعض يرون أنفسهم أقل من الآخرين وبالتالي ينعكس ذلك علي سلوكهم فنجدهم لا يتصرفون بحماس واقبال نحو غيرهم من الناس والبعض الاخر يقدرون انفسهم حق قدرها وبالتالي ينعكس ذلك ايضا علي سلوكهم نحو غيرهم فنجدهم يتصرفون افضل مع غيرهم ، وتوجد تعريفات عديدة لتقدير الذات .

فيعرفه بانه نظرة الفرد واتجاهه نحو ذاته ومدى تقدير هذه الذات من الجوانب المختلفة كالدور والمركز الأسرى والمهني ، وبقية الادوار التي يمارسها في مجال العلاقة بالواقع ويذكر . (كامل ، 1999م).

ان تقدير الذات الثقة بالنفس والرضا عنها واحترام الفرد لذاته ولانجازاته وعترازه برأيه وبنفسه وتقبله لها واقتناع الفرد بان لديه قدره مما يجعله ندا للآخرين .

فهوم الذات في الإسلام:

تحدثنا العلماء المسلمون عن النفس حديثاً كثيراً مشبعاً وقد خاضوا في مفهوم النفس والذات وسلوكها سبل شتى في ابحاثهم ولكن العلماء اوقفوا هذا المفهوم على المعايير الإسلامية وعلى النصوص القرآنية والأحاديث النبوية.

تتطوي فكرة مفهوم الذات في الاسلام على الأخذ بالأسباب وربط النجاح والفشل بمشية الله تعالى
وَمَا قَالِ تَتَغَلَّبُوا: (زِنَ إِلَّا أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ ..) سورة الانسان الآية رقم (30)

كما تعتمد فكرة مفهوم الذات لدى المرء المسلم على العمل ابتغاء مرضات الله لا من اجل مصلحة
شَخَطَلَيْتُ قَلْبِي يَعْأَلِي تِلْهِ وَمَا لَهُ لِأَيِّ تَحَزَّكَ بِي تَدَهُ مِنْ نَعْمَةٍ تَجْزِي إِلَّا
ابْتِغَاءً وَجَاهَهُ رَبِّهِ الْأَعْلَى) سورة الليل الآية رقم (8-10)
حالات النفس التي عرفها القران الكريم

مفهوم الذات الإيجابي :

1/ النفس المطمئنة :

هي النفس المؤمنة التي استوعبتها قدرة الله تعالى وتلور فيها الايمان والثقة بالغيب لا يستفدونها خوف ولا حزن لأنها سكنت الى الله تعالى واطمأنت بذكر الله وأنست بقربه فهي آمنة مطمئنة وتحس بالاستقرار والصحة النفسية والشعور الإيجابي فحق لها أن يخاطبها رب العالمين
يَقُولُ لِيْتَهَالَى الْفُؤْسَارُ لَجْمَعُ طِيْمٍ اَلْتِيْتُو *بِكِ رَاضِيَةً مَرَضِيَةً قَادِ خُلِي
فِي عِبَادِي خُلِي * خُلِي جَنَّتِي) سورة الفجر الايه (27-30)

وهي النفس التي تبغى مرضوات ملئس قال النعاسي : مَنْ يَشْرِي نَفْسَهُ ابْتِغَاءً
رَضَاتِ اللَّهِ وَاللَّهُ رَؤُوفٌ بِالْعِبَادِ) سورة البقرة الايه (207)

2/ النفس اللوامة :

تحدث فيها القرآن الكريم في عدد من المواضع هي النفس المدركة التي تبرز منها قوة الضمير، ان يحاسب نفسه كما يحاسب غيره وقال مجاهد بنى جبر ان النفس اللوامة هي التي تلوم وتندم على ما فات وتلوم صاحبها على فعل الشر إن فعله وعلى الخير إن لم يستكثر منه. وقال الحسن بن علي رضي الله عنه : أن العبد لا يزال بخير ما كان له واعظ في نفسه وكانت المحاسبة في همته .

لذلك اقسام اللوامة (بالنفس اللوامة) سورة القيامة ، الآية (29)

وَأَمَّا مَنْ ذَخَأَفَكَذَلِكُمْ قَالَ تَعَالَى رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ الْعَنِيفَةَ إِنْ هِيَ إِلَّا جَذَّةٌ أُهِنَّتْ مِنْ دُونِ الْإِنْسَانِ (سورة النازعات ، الآياتان (40،41)

فالنفس التي تلوم صاحبها على انحرافه يشير الى نفس طيبة تعلم الخير وتحبه لذا فهي راجعة اليه بعد غياب .

3/ النفس الذكية :

هي النفس الخالية من الشرك بالله ولا تخالف أوامر الله ولا ترتكب المعاصي ومن أهم صفاتها معرفة قيمة الذات فلقد تعالفاً لبح (مَن تَزَكَّى) سورة الاعلى الآية (14)

مفهوم الذات السلبية :

1/ النفس الامارة بالسوء :

وهي التي تسيطر عليها الدوافع الغريزية التي تتمثل فيها الصفات الحيوانية وتبرز فيها الدوافع الشريرة فهي تواجه صاحبها بما تهواه من شهواتها لهذا كانت مأوى لكل سوء. أنالنفس الامارة بالسوء جاءت في قوله تعالى في إمارة العزيز قول تعالى (إفسرني إن النفس لأماراة لا مآر حرم ربي إن ربي غفور رحيم) سورة يوسف الآية رقم (53) (فاطمة عبدالرحمن ، (2000م)

2/ النفس المستكبره العاتية :

هي النفس التي تستخدم قوتها وليس هنالك من هو اقوى منها ولا ترى غير نفسها.

وَقَالَ تَعَالَى (لَا أَنْزِلُ جُرُودًا إِلَّا دُونَ ذَا الْمَلَأَ ذِكْرَهُ أَوْ ذَرَى رِبْدًا لَقَدْ بَدَرُوا فِي أَنْفُسِهِمْ وَعَتَوْا عَدُوًّا كَبِيرًا) سورة الفرقان الآية رقم (21)

3/ النفس البخيلة :

هي التي تسعى إلى كسب المال واكتنازه وعدم إنفاقه في مصارفه الشرعية ، قال تعالى :

ذِينَ يَبْذُرُونَ الْهَبْلَ يَأْمُرُونَ بِالزَّكَاةِ وَيُرْتَدُونَ وَاللَّاسِيَاءُ آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَأَعْتَدْنَا لِلْكَافِرِينَ عَذَابًا مُهِينًا) سورة النساء الآية رقم (37)

ولنا في رسول الله إسوة حسنة فمن صفاته التي نستسقى منها أنه كان يمتلك مفهوم إيجابي أنه كان تُد الناس تواضعاً وابعدهم عن البخل ويمنع عن القيام له كما يقومون للملوك وكان يعود المساكين ويجالس الفقراء ويجيب دعوة العبد ويجلس مع اصحابه.

وعن عائشة رضي الله عنها قالت انه كان يقصف نعله ويخيط ثوبه ويعمل بيده كما يعمل احدكم في البيت وكان أوفى الناس بالعهود وأوصلهم للرحم وأبسط الناس خلقاً ، وابعد الناس عن سوء الاخلاق لم يكن فاحشاً ولا متفحشاً ولا لعاناً ولا يجزئ بالسيئة السيئة وكان يعفو ويصفح ، وكان يخدم من خدمه، ويحب المساكين ويجالسهم ولا يحتقر فقيراً لفقره (سند احمد بن حنبل ، 1992م المذكور في ايمان الخير 2009) وقد كان (صلى الله عليه وسلم) بصفات الكمال المنقطعة النظير، أدبه ربه فأحسن تأديبه حتى خاطبه مثبياً عليه إذ قال **وَلَوْ وَصَّيْتُكَ لَعَلَى خُلُقٍ**

عَظِيمٍ (سورة القلم الآية رقم :4)

فقد تحدث أخطاء نتيجة للجهل أو عدم الخبرة ، وليس بسبب معدنه فإنه ينمو واثقاً ومتقبلاً للآخرين ومسامح والعكس صحيح وفي هذا يخاطبنا رسول الله (صلى الله عليه وسلم) : "إن الله لا ينظر إلى صوركم وأموالكم ولكن ينظر إلى قلوبكم وأعمالكم" ويقول أيضاً : (انظر فانك لست بخير بابيض ولا اسود إلا أن فضله بتقوى الله) (سند احمد بن حنبل 1992م المذكور في ايمان الخير 2009م)

تستنتج الباحثة مما سبق أن مفهوم الذات هو تقبل الفرد لذاته وارضائها حيث تظهر لمن يتمتع بمفهوم ذات إيجابي بصورة واضحة للذات حيث يلمسها كل من يتفاعل مع الفرد ويكشف عنها بأسلوب تعامله مع الآخرين .

المبحث الثالث

التوافق النفسي

مقدمة:

أن الحياة عبارة عن سلسلة من عمليات التوافق التي يعمل فيها الفرد على تعديل سلوكياته ويكاد يصل الانسان وينتهي من مشكلة أو صعوبه حتى يبدأ في مواجهة غيرها ليعمل على التغلب عليها، أي التوافق معها ، وأن صعوبات الحياة هي للانسان موضوعات حنكة وتدريب وابرار كفاعته العقلية جنباً إلى جنب مع كفاعته البدنية ودفعه إلى التوافق معها فإذا لم يتوافق مع أوضاع الحياة وموضوعاتها كان بعدم توافقه هذا سائر في طريق الموت وليس في طريق الحياة. لذلك يعتبر مفهوم التوافق النفسي من المفاهيم الأساسية والمهمة في علم النفس وفي مجالات الدراسات الانسانية .

فقد كان وما زال محوراً للإهتمام في العديد من الدراسات والأبحاث فهو يعتبر دليلاً ومؤشراً على الصحة النفسية والسلامه من الاضطرابات والمشاكل النفسية ، ولكنه لا يخلو من الاختلافات فيما يتعلق بالتعريف .

ولقد ظهرت في الآونة الأخيرة الكثير من التغيرات والمشكلات التي تلقى بظلالها على الانسان وتؤثر سلباً على الفرد والمجتمع، وكثرة الضغوط النفسية التي تهاجم الفرد وتؤدي إلى الضغط النفسي والإنعزال الاجتماعي والقصور في الإنتاج الفكري والابداعي في مجال العمل او الأسرة أو المجتمع ، مما يخلق جواً غير متوافق بالنسبة للفرد مع نفسه ومجتمعه الذي يعيش فيه ، لهذا كان لا بد من الالتفات لهذا الأمر من جانب المختصين في الجوانب النفسية ، وقد تمثل هذا الاهتمام في عمل البحوث والدراسات النفسية وإِشاء عيادات ومراكز الإرشاد والتأهيل النفسي في سبيل الارتقاء بالصحة النفسية بالنسبة للفرد والمجتمع من خلال الاهتمام بمشكلات التوافق لدى الانسان . (سفيان ، 2004م).

يمر الإنسان في حياته بعدة مراحل للنمو ، تبدأ من مرحلة الطفولة المبكرة و إنتهاء بمرحلة الشيخوخة ، وكل مرحلة تتطلب من الفرد القيام بأدوار اجتماعية ونفسية معينة ، لهذا يستوجب تعديلاً مستمراً في سلوكه وتغييره ومتطلبات المراحل العمرية المختلفة ليصل إلى حالة من التوافق النفسي والتي تمكنه من العيش بسلام داخلياً مع نفسه ومع محيطه الاجتماعي ، وأداء الأدوار بكفاءة وفاعلية .

نشأة التوافق النفسي :

ترجع الأصول المبكرة لمفهوم التوافق الى علم الحيوان البيولوجي ، وهو يستخدم باسم التكيف (Adaptation)، وهو المفهوم الذي كان يمثل حجر الزاوية في نظرية دارون (1859) المعروفة باسم التطور .

وقد استعار علماء النفس مفهوم التكيف واعادة تسميته بالتوافق (adjustment) ويمثل التوافق والتكيف معاً منظوراً وظيفياً لملاحظة وفهم السلوك البشري والحيواني ، وبذلك يفسر السلوك بأنه محاولة للتكيف للحاجات الجسمية والمختلفة أو توافقاً للمتطلبات النفسية .
وغالباً ما تكون الحاجات البيولوجية في صراع مع الرغبات النفسية والاجتماعية أو الرغبات التي يتعلمها الفرد من الخبرة الاجتماعية ، فالتوافق يتطلب الملائمة مع الضغوط الخارجية بالإضافة إلى اشباع الحاجات الداخلية .

مفهوم التوافق النفسي :

لقد شغل موضوع التوافق النفسي حيزاً كبيراً في الدراسات والبحوث العربية والأجنبية ليس لشيء إلا لأهميته في حياة الإنسان ، فالتوافق ليس مرادفاً للصحة النفسية فحسب ، بل يرجعه كثير ممن يعملون في هذه الحقل بأنه الصحة النفسية بعينها ، وهو الهدف الرئيسي لجميع فروع علم النفس بصورة عامة وهو من أهم الأهداف في العملية الإرشادية والعلاج النفسي . (سفيان ، 2004م) .

ويقول علماء النفس أن التوافق الذاتي هو قدرة الفرد على التوافق بين دوافعه وبين أدواره الاجتماعية بحيث لا يكون هناك صراع داخلي .

التوافق :وفق الشيء ملائمة وافقه موافقه واتفق معه توافقاً .(ابن منظر ، (1990م)

ويذكر كل من (شربت ، وحلاوة . (2002م) أن مفهوم التوافق هو أن يحاول الفرد دائماً أثناء نشاطه أن يحصل على حالة إرضاء او اشباع لدوافعه ولكنه كثيراً ما يصطدم في ادائه بعقبات تؤخره وصعوبات وموانع وهو بذلك معرض لاحباطات عديدة وتفقدته حالة التوازن الانفعالي ، لذلك ينبغي على الفرد أن يتعلم كيف يتقلب على الصعوبات أو يدور حولها .

يرتبط الاسلام بالتوافق النفسي بالتقوى والإيمان والالتزام بالعقيدة الإسلامية ، فالمؤمن متحرر من القلق والخوف فهو يدرك باقتناع تام أن الله سبحانه وتعالى يضعه في الدنيا موضع الاختيار والابتلاء فلا يجذع ولا يخاف ويظل محتفظاً بتوافقه النفسي وعليه فإن نظريته للتوافق استهلكت النفس البشرية والمجتمع ووضعت لها اسساً ليشمل كل أبعاد التوافق .

وترى الباحثة أن المعيار الاسلامي يشمل جميع نواحي حياة الفرد المسلم ففي الاسلام قواعد وأسس نفسية تحصن لمسلم عن الاضطرابات النفسية والقلق وتمنكه من السيطرة على نفسه وشهواته

والصبر عند مواجهة مشكلاته والمرونة في مواجهة للواقع **قَالَ لَتِيَالِكُمْ (الْقَاتِلُ وَهُوَ شَيْءٌ نَّكُورٌ هُوَ لَكُمْ يَأْرَى رُءُوسَكُمْ وَيُؤَرِّسُ لَكُمْ فِي أَنْ تُدَبِّبُوا شَيْئًا وَهُوَ شَدِيدٌ لَكُمْ وَ لِلَّهِ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ)** البقرة الآية 216

فالاسلام لم يجعل توافق المسلم مع نفسه ومع مجتمعه قائم على الخضوع بل جعله توافق مسؤولاً قائماً على بصيرة وإرادة حيث الو الم الاسلام المسلم بالاصلاح وتعمير الأرض وفعل الخير والعمل على اصلاح الجماعة ومن ثم اصلاح الأمة ، وتتجب الفساد في الأرض فتوافق المسلم مع نفسه يدل على الصحة النفسية فهو الخروج على النفس ونهيبها عن المحرمات والمهالك ورفض معاصيها **لَأَلَّ تَعَالَى: (وَمَا لَوْ طَخَّذْنَا هُنَّ وَاوَمَا لَوْ نَفَّذْنَا هُنَّ لَهَلَّ لَهَا فُجُورٌ هَالِكٌ وَتَقْوُدَ أَهْلًا فَالْحَقَّ مَنْ زَوَّكَاهُ لَخَّابَ مَن دَسَّاهَا) سورة الشمس الآية -7-10**

وترى الباحثة أن الشخص المتوافق هو الذي يستطيع أن يعيش ويواجه معايير متطلبات البيئة أو المجتمع الذي يعيش فيه بقوة الإيمان والإرادة.

تعريف التوافق النفسي:

تعددت وأختلفت التعريفات التي تحدثت عن التوافق النفسي فمنها:
يذكر زهران (2001م) أن التوافق النفسي عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية ، بالتغير والتعديل حيث يحدث توازن بين الفرد وبيئته ، وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة كما يتضمن التوافق النفسي السعادة مع النفس والرضا عن النفس وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية الفطرية والعضوية والفيولوجية والثانوية المكتسبة حيث يقل الصراع الداخلي ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مرحلة المتابعة.
ويرى فهي (1967م) أنه ذلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الفرد إلى أن يغير سلوكه ويحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين البيئة من جهة أخرى.
ويعرف عطية (2001م) أن التوافق النفسي أنه بناء متماسك موحد لشخصية الفرد وتقبله لذاته وتقبل الأفراد الآخرين له وشعوره بالرضا والارتياح النفسي والاجتماعي إذ يهدف الفرد إلى تعديل سلوكه نحو مثيرات البيئة.

ويرى المطيري (2005م) أن التوافق النفسي بأنه قدرة الكائن الحي على التوافق في أن يكون متلائماً تماماً في سلوكه مع بيئة أما سوء التوافق فيرجع إلى عدم ملائمة السلوك مع البيئة التي يحيا فيها الفرد. وأضاف أن التوافق مجموعة من الأنشطة التي يقوم بها الفرد لإشباع حاجة أو التقلب على الصعوبة أو اجتياز معوق أو العودة إلى حالة التوافق والتلاؤم والانسجام مع البيئة المحيطة ، وهذه الأنشطة يمكن أن تصبح دوراً فعالاً أو إستجابة عادية مألوفة في سلوك الفرد في المواقف المتشابهة والتكيف الناجح يؤدي إلى التوافق والتكيف غير الناجح يطلق عليه سوء التوافق

ويقصد به سوء التكيف مع البيئة المادية أو الوظيفية أو الاجتماعية وما يتبع ذلك مضايقات انفعالية وسلوكية.

وعرف عبدالغنى (2001م) بأنه العلاقة المنسجمة بين الفرد وبيئته من أجل إشباع حاجاته وتلبية معظم مطالبه البيولوجية والاجتماعية والتي يكون فيها الفرد مطالباً تلبيتها .
ويقول الخالدي (2002م) بأن التوافق النفسي وسيلة الانسان لتحقيق غاياته وإشباع دوافعه من خلال تفاعله المرن مع مطالب الحياة المتغيرة لكي يضع الانسان نفسه في موضع اقرب إلى التوازن حتى يكفل لنفسه البقاء الاحيائي والنفسي المناسب بحيث أن مجالات التوافق متعددة.
وعرفه طه حسين (2010م) بأنه عملية دينامية مستمرة يحاول الفرد تعديل ما يمكن تعديله في سلوكه وفي بيئته الطبيعية والاجتماعية وتقبل ما لا يمكن تعديله فيها حتى تحدث حالة التوازن والمؤ لامة بينه وبين نفسه ويشمل ذلك القدرة على اشباع حاجات الفرد ومواجهة المتطلبات الجسمية والاجتماعية.

ويوضح عبدالحميد (1985م) بأن التوافق مفهوم مستمر أساس من علم الحياة (البيولوجية) يدل على أن الكائن الحي يحاول أن يوائم نفسه والبيئة التي يعيش فيها من أجل البقاء .
وتذكر كامل (1999م) هو عبارة عن محصلة عدة قوى متصارعة بين الفرد وبيئته وإمكانياته والفرص المتاحة له في البيئة ولا يمكن لعالم النفس أن يدرس الانسان ان لم ينظر إلى التوافق باعتباره لحظة توازن بين الجانبين .

ويرى سفيان (2004م) التوافق النفسي اشباع الفرد لحاجاته النفسية وتقلبه لذاته واستمتاع بحياة خالية من التوازن والصراعات والاضطرابات النفسية واستمتاعه بعلاقات اجتماعية حميمة ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية ، وتقلبه لعادات وتقاليد وقيم مجتمعه. انفق معه ابو النيل حيث ذكر في تعريفه بأن التوافق النفسي يكون من خلال رضا الفرد عن نفسه أي تكون حياته النفسية خالية من التوترات والصراعات النفسية التي تقترن بمشاعر الذنب والقلق والنقص (السيد 1984م).
ويشير طه (1980م) هو عملية معقدة إلى حد كبير تتضمن عوامل جسمية ونفسية واجتماعية وأن كل سلوك يصور من الفرد ما هو إلا محاولة جاهدة منه لا يحقق توافقه هذا وذلك ليحقق له مصالحة ويكفل له البقاء والاستمرارية.

تلاحظ الباحثه من خلال التعريفات المتعددة بأن التوافق النفسي هو :

- 1- عملية مستمرة يقوم بها الفرد لإشباع حاجاته النفسية والاستمتاع بحياة خالية من التوتر والصراع والاضطراب النفسي.
- 2- عملية مستمرة يحاول الفرد من خلالها تعديل ما يمكن تعديله في سلوكه وفي بيئته الطبيعية والاجتماعية وتقبل ما لا يمكن تعديله حتى يقل الصراع والتوتر الداخلي.

3- أن نفسية الفرد المعاق لا تختلف عن نفسية الفرد السوي وكل ما يسع اليه البقاء والاستمرارية في الحياة.

4- هو عملية نسبية تختلف باختلاف قدرات الفرد ومدى تأثره بالبيئة التي يعيش فيها.

4- يحقق التوافق النفسي إشباع حاجات الفرد وفق قيم ومعايير مجتمعه.

5- ويضيف الديب (1988م) أن التوافق النفسي حالة من التوائم والانسجام مع البيئة تتطوى

على قدرة الفرد على اشباع معظم حاجاته وتصرفه تصرفاً مرضياً إزاء مطالب البيئة المادية

والاجتماعية اوتجيب على معظم المتطلبات الفيزيائية والاجتماعية التي يعينها الفرد .

وتري الباحثة ان بعض المعاقين بالرغم من بعض الصعوبات التي تواجههم من مشاكل الحياه

اليوميه الا انهم رغم ذلك يحاولون التكيف مع اعاقتهم وبالفعل تغلبو علي ذلك واستطاعو ان

يعتمدوا علي انفسهم وذلك لتامين مستقبلهم دون الاعتماد علي الاخرين

التوافق والصحة النفسية:

وأصبح التوافق معياراً للصحة النفسية إذ أنها تعني مدى درجة نجاح الفرد في التوافق

الداخلي ودوافعه ونزاعاته المختلفة ، والتوافق الخارجي في علاقاته البيئة المحيطة بما فيها من

موضوعات وأشخاص ويذكر مفاريوس Mafarios أن التوافق أمر نسبي يختلف باختلاف الزمان

والمكان وعليه لا بد من المختص النفسي من الدراية العميقة للبيئة الاجتماعية وأن يتعرف على

معطياتها الأساسية من عادات وتقاليد وقيم وقواعد السلوك أي أن الصحة النفسية رهينة بالشروط

الثقافية للبيئة خاصة فيما يتعلق بالتوافق الاجتماعي. (الجماعي ، 2007م).

يذكر زهران، (1980) أن موضوع التوافق النفسي والاجتماعي شغل حيزاً كبيراً في الدراسات

والبحوث للصحة النفسية فحسب بل يرجعه الاكثر بأنه الصحة النفسية بعينها.

ويشير سفيان (2004م) أنه يحدث خلط بين الصحة النفسية والتوافق لذا كثير من المؤلفين

لارتباطهما الشديد مع بعضها مع أنهما ليس اسمين مترادفين لمفهوم واحد. فالصحة النفسية تقترن

بالتوافق فلا توافق دون تمتع بصحة نفسية جيدة ، ولا صحة نفسية بدون توافق جيد، فهدف

الصحة النفسية تحقيق التوافق السليم ويعد الفرق بين الصحة النفسية والتوافق هو فرق في الدرجة.

ويضيف زهران (1980) أن الصحة النفسية سمة من السمات الدالة على توافق الفرد ، وهذا ما

دعى إليه بعض العلماء في تعريف الصحة النفسية بأنها دالة على نمو سلوك الفرد النفسي

والاجتماعي نحو التوافق على الوقاية من الاضطرابات النفسية العامة.

يوضح مخيمر (1979م) بأن الصحة النفسية هي دارية لعملية التوافق ما يصيبها وما يعوقها

والاشكال المختلفة للاضطرابات ،وان علم الصحة النفسية هو دراته لعملية التوافق ما يصيبها وما

يفوقها والأشكال المختلفة للاضطرابات وان علم الصحة النفسية هو سيكولوجية التوافق التي تحقق من الحاجات الى مراعاتها قد تتجح فتكون السوية أو قد تفشل فتكون الامراض النفسية أو العقلية.

التوافق النفسي والتكيف:

ويعرف عوض (1985م) بين التوافق والتكيف حيث يرى أن تكيف الفرد يكون مع البيئة المادية ومن حوله أما التوافق فيكون مع النفس أو الأشخاص الآخرين المحيطين به وبالتالي فالتوافق مفهوم سيكولوجي له علاقة بالمفهوم البيولوجي لمواءمة فقد استعار السيكولوجيين المفهوم من علم البيولوجيا حسب من اوجدته نظرية النشوء والإرتقاء لداروين Darwin وسموه بالتوافق.

ويذكر السوداني (1990م) أن التوافق النفسي عملية نسبية تختلف باختلاف قدرات الانسان ومدى تأثيره بالبيئة الثقافية التي يعيش فيها.

ولذلك يمكن القول : بأن مفهوم التكيف يعني تكيف الكائن الحي بصفة عامة والكائن البشري بصفة خاصة مع مكونات البيئة المختلفة عضوياً ووظيفياً .

تقول القطاب،(2008م) أن معلوم التوافق يعني تكيف الفرد مع مكونات البيئة الاجتماعية نفسياً ويعبر عنه سلوكياً .

فنجد مفهوم التكيف قد يشير إلى عضوي أو وظيفي الكائن الحي بصفة عامة ولا يقتصر على الكائن البشري فحسب حيث يتم استخدام لفظ تكيف Adaptaion الدالة على التكيف الجسدي البيولوجي والوظيفي (الفيولوجي) للكائن الحي. بينما يكاد يقتصر لفظ التوافق Asustuent على الكائن الحي البشري الدالة على توافقه النفسي بوجه عام. وهذه الجانب النفسي يشكل من خلال مجموعة من العمليات العقلية* والمعرفية مثل الادراك والتعلم وغيره من العمليات الوجدانية وغيرها ، والتي تتعكس على هيئة سلوك واٍعتقدات لدى الفرد.

إن عملية التوافق النفسي والتكيف عند المعاق تسير إذا أن وفق المفهوم السابق الذي أوضحت فيه تعريفات هذه العملية ، فمنشأ التوترات والصراعات النفسية المختلفة هو نتيجة لعدم اشباع المعاق بكثير من حاجاته الأولية والثانوية ، يضاف إل ذلك عدم تكيفه مع اعاقته اصبحت لا بد من التعايش معه .

مظاهر الشخصية المتوافقه :

1- توجد علاقة مؤثرة بين الفرد لذاته وتقبله للآخرين ، فكلما كان الشخص واثقا من نفسه كان ذلك دافعا للانطلاق نحو الآخرين والتفاعل الايجابي معهم مما يؤدي الي حدوث التوازن النفسي .

2- مفهوم الذات :فكرة الفرد عن نفسه ورؤيته لها تغير بمثابة عتبة السلم الاولى التي تقوم عليها الشخصية .

3- وضوح فترة المرء عن نفسه ولاشك ان هذا الوضوح مرتبط ارتباطا كبيرا بفكرة الاخرين عن الفرد وسط الجماعة التي يصيب فيها وهذا يفسر لنا الطبيعه الاجتماعية للذات ويؤكد الفكرة التي تقول ان الذات نتاج التفاعل الاجتماعي بين الفرد وغيره من الافراد (فهمي 1967).

4- اتخاذ اهداف واقع الشخص المتمتع او المتوافق لا يجعل مسيرة حياة تسير بلا تخطيط ولا اهداف بل لابد من اهداف توجه مسار حياته ولا بد من غايات بلوغها ، والتوافق السليم يعني الاكمال ، لكنه في نفس الوقت لايعني الاسيتسلام ، بل الجهد المستمر من اجل تحقيق هذه الاهداف ولكي يحقق الاهداف لا بد من ان تكون واقعيه واصحة ممكنه التحقيق في حدود ومقدرات الفرد لان الطموح الذائد الذي يعوق قدرات الفرد يهدف للفشل والاحباط مما يدخله في دائرة سوء التوافق ، وكذلك الحال اذا كانت الاهداف اومستوي الطموح اقل من قدرات الفرد . (زهران 1990 م).

وتري الباحثة ان لكل فرد ر غبات ونذوات لابد من اشباعها وضبط الذات وتحمل المسؤولية ، فالشخص السوي يستطيع ان يتحكم في هذه الحاجات واشباعها بطريقه مرضيه ، فالراحه النفسيه هي مظهر هام من مظاهر التوافق النفسي الايجابي وان توافق المعاق مع اعاقته يعتبر خطوة هامه في عملية التوافق النفسي السليم وانه من الضروري ان ينشئه المعاق بصريا منذ الطفوله المبكره حول هذه اليقظه حتي نضمن توافقه النفسي في المستقبل .

سوء التوافق النفسي :

لسوء التوافق مجالات مختلفه منها قد يكتسبه الطفل من اسرته نتيجة للتربيه الخاطئه او سوء التوافق الاجتماعي ويتمثل في عجز الفرد نحو مجراه قوانين الجماعة ومعاييرها او عجزه عن عقد صلات اجتماعية راضية مرضية مع من يعاملهم من الناس (فهمي 1967).

وتري الباحثة :

ان تراكم الصراعات والتوترات لدي الفرد ينتج عنها صراع بين الفرد وبيئته اونفسه فتحول دون ارضاءه عن دوافعه الاسيائية ، و سوء التوافق هو عجر او اخفاق الفرد في حل مشكلاته ، فيواجهها بدلا من الهروب منها وذلك في حدود امكانياتة وقدراتة ، فالمعاق لا يخلو من المشكلات اوالعقبات التي تفق حائلا بينه وبين اشباع دوافعه وحاجاته التي تمكنه من تحقق اهدافه وشعورة بالارتياح والرضاء .

العوامل المؤثرة على التوافق النفسى :

هنالك العديد من العوامل التى تؤثر على التوافق النفسى نذكر بعض منها :

1- الاعراض الجسميه :

هنالك الكثير من الاضطرابات النفسيه والانفعاليه الحادة تؤثر فسيولوجيا على جسم الانسان والاصابه بالعديد من الامراض العضوية (السكوسوماتيه) مثل : إرتفاع ضغط الدم وامراض المعدة التى يرجع أسبابها الى القلق والتازم النفسى فى الاحيان وتكون دليلا على سؤ توافق الانسان وهو مايظهر عليه فى شكل اعراض جسميه مرضيه ، وان خلو الانسان من هذه الاعراض الجسميه يدل على التوافق والتأقلم .

2- التقبل الاجتماعى :

أن الفر يستطيع أن يحقق التقبل الاجتماعى عن طريق السلوك الذى يسلكه وتقره الجماعة التى يعيش معها ويرضى عنه المجتمع الذى ينتمى اليه .

3- الراحة النفسيه :

أن الشخصى غير المرتاح من الناحية النفسيه يكون فى حالة الاكتئاب والانقباض والقلق المذمن فهذا الشخص لا يكون متوافقا . (حسين 2006م) .

4- وسائل الاعلام المختلفه :

تعتبر وسائل الإعلام فى عصرنا الحالى من العوامل المهمة والمؤثرة فى التربية وبناء الشخصية والتوافق النفسى ، وقد تكون عاملا فى حسن التوافق النفسى أو سؤ التوافق النفسى وذلك يرجع لما تقدمه هذه الوسائل من برامج تؤثر على سلوك الفرد .

5- الظروف الإقتصادية :

عدم توفير الإمكانيات المادية تعتبر عائقا يمنع الكثير من الناس من تحقيق أهدافهم فى الحياة وعدم إشباع الحاجات الأساسية وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط والالم وسؤ التوافق .

6- التنشئة الإجتماعية :

فهى العملية التى يتحول خلالها الانسان من طفل رضيع يعتمد على الاخرين إلى إنسان بالغ .وعنصر مهم فى المجتمع يسهم فى بناء التنشئة الاجتماعية وتطويرها ، وتظهر أهمية التنشئة الاجتماعية فى مرحلة الطفولة حيث إنها مرحلة تعلم اللغة ، وبداية النمو العقلي ويتم فيها الأساس الذى تنمو عليه الشخصية ، فتساهم الاسرة فى التوافق النفسى الإيجابى وذلك من خلال عدة عوامل (القلق الاسرى ، قبول الوالدين للابناء وإشراكهم فى الانشطة اليومية ، وإتخاذ القرارات) والعكس صحيح .

وكذلك البيئة المدرسية لها دور كبير فى تنمية الشخصية ، حيث تزودهم بالمهارات والإتجاهات التى تعكس ثقافة المجتمع ، وتمكنهم من مواجهة الحياة (كفافى 1988م) . وترى الباحثة أن رضاء الفرد عن مظاهره الجسدية وصحته الجسميه امر مهم فى توافقه فقد يشعر الفربالنقص عندما لا تتناسب اوصافه الجسدية مع معايير ه الثقافية ، وكذلك صحته الجسمية التى تمكنه من بذل الجهد المناسب لمواجهة حالات التوتر والضغط التى يتعرض لها .

أساليب التوافق النفسى:

يذكر زهران (1980م) أن الفرد يعمل دائماً على تحقيق التوافق ويلجأ إلى أساليب مباشرة وغير مشاركة ومن أهم الأساليب التى تؤدي إلى التوافق النفسى هي:

1/ تحقيق مطالب النمو Development Tasks :

من أهم عوامل احداث التوافق النفسى المباشر تحقيق مطالب النمو النفسى فى جميع مراحلها وبكافة مظاهره لـجسـميا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا) ويجب أن يعرف الانسان متطلبات النمو حتى يصبح سعيداً فى حياته وناجحاً فى القيام بإدواره الشخصية والاجتماعية.

2/ إشباع دوافع السلوك :

هي من أهم العوامل التى تحقق التوافق النفسى وهذه من أهم العوامل المباشرة لأحداث التوافق النفسى الذى يعتبر موضوع دوافع السلوك من الموضوعات الهامة فى علم النفس لأن دوافع السلوك بطبيعة الحال تفسره فيعتبر السلوك نتاج عملية تتفاعل فيها العوامل الحيوية من أمثلتها الحاجات الحسية واشباعها ضروري لحياة الفرد ، والعوامل النفسية والاجتماعية مثل الحاجة إلى (الأمن الاجتماعى وتأكيد الذات) وإشباعها ضروري لتحقيق التوازن النفسى والاجتماعى.

3/ الحاجات Need :

هي شيء ضروري لاستقرار الحياة نفسها أو الحياة بأسلوب افضل.فالحاجة إلى الأوكسجين ضروري للحياة فبدونها يموت الانسان .أما الحاجة إلى الحب والمحبة والامن فهي ضرورية للحياة بأسلوب أفضل وعدم اشباعها يجعل الفرد سىء التوافق فكثير من خصائص الشخصيه تتبع من

حاجات الفرد ومدى إشباعها ولا شك أن معرفة الدافع الكامنة وراء السلوك وفهم حاجات الفرد وطرق إشباعها تؤدي بالفرد إلى الوصول لأفضل مستوى للنمو النفسي والتوافق النفسي والصحة النفسية.

فقد وضع ماسلو Maslow ترتيباً هرمياً للحاجات أدناه الحاجات الفسيولوجية وأعلى الحاجات إلى تحقيق الذات .

4/ التوافق وحيل الدفاع النفسي Defense Mechanisms :

تعتبر ميكانيكيات الدفاع النفسي والحيل هي أساليب غير مباشرة يستخدمها الفرد لأحداث التوافق النفسي بينه وبين ذاته وهي وسائل أو أساليب لا شعورية من جانبه ومن أهم وظائفها تشويه ومسح الحقيقه التي آلت به إلى حالة التوتر والقلق الناتجة عن الاحباطات والصراعات المتكررة التي يستطيع حلها والتي تهدد أمنه النفسي وتهدف في النهاية إلى وقاية الذات والدفاع عنها ، والاحتفاظ بالثقة بالنفس ، واحترام الذات وتحقيق الراحة النفسية ، وتعتبر هذه الحيل بمثابة اسلحة دفاع نفسي تستخدمها الذات ضد الاحباط والصراع وغيره وهي محاولات للبقاء على التوافق النفسي وهي حيل عادية يلجأ إليها كل الناس (السوي غير السوي، مريض نفسي.. الخ) ولكن الفرق بينهما وجودهما بصورة معتدلة عند الأول ، وبصورة مفرطة عند الثاني وما زاد عن الحد انقلب إلى ضد (زهران ، 1978م).

تنقسم الحيل الدفاعية إلى أقسام منها:

1. الحيل الدفاع الانسحابية (أو الهروب) مثل الانسحاب - النكوي ، التفكك - التخيل - التبرير - الإنكار - الإنعاء - والسلبية .
2. حيل الدفاع العدوانية : (أو الهجومية) مثل :/ العدوان - الاسقاط - الاحتواء .
3. حيل الدفاع الابدالية : مثل الابدال - الازاحة - التحويل - الاعلاء - التعويض - التقمص - وتكوين رد الفعل - والتعميم والرمزية والتقرير المثالي .

وهناك تقسيم آخر لحيل الدفاع النفسي وهي:

1. حيل الدفاع السوية : وهي غير عنيفة وتساعد الفرد في حل ازمته النفسية وتحقيق توافقه النفسي مثل الاعلاء والتعويض والتقمص والابدال .

2. حيل الدفاع غير السوية: وهي عنيفة ويلجأ إليها الفرد عندما تخفق حيله الدفاعية السوية فيظهر سلوكه مرضياً ، مثل الاسقاط وقد أعتبر علماء النفس أن التوافق النفسي الناتج عن الحيل النفسية الدفاعية توافق نفسي مؤقت في معظم المواقف لان الحيل لا تحقق الأهداف المحيطة ولا تحل الصراع إنما تشيع حاجات ثانوية تولدت عن الإحباط والصراع ولا تعالجه فتعود الآلام بعد زوال تأثيرها (الديب ، 1990م). فهناك الحيل الدفاعية أخرى منها :_

1/ الاعلاء أو التسامي Sublimation :

هو الارتقاء بالدوافع التي لا يقبلها المجتمع وتصعيدها إلى مستوى اعلى واسمى مثل إعلاء إشباع الدافع الجنسي بكتابة الشعر الغرامي ، واعلاء دافع العدوان رياضة الملاكمة.

2/ التقمص او التوحد idintification :

هو أسلوب سلوكي دفاعي يحاول الفرد الوصول إلى إشباع دوافعه عن طريق تصور نفسه في مكان الآخرين مثل تقمص شخصيات الابطال والنجوم والولدين والاساتذة وبهذه الطريقة يستطيع الفرد أن يشبع دوافعه من ناحية ومن ناحية أخرى فإن هذه المواقف لا تشير عنده القلق بمثل ما تشير موافق العدوان المباشر (الخطيب ، (2000م). وهو عكس الاسقاط Projection فهو ينسب الفرد ما في نفسه من عيوب صفات مكروهة بغيره وهو يعتبر اعترافياً لا شعورياً على النفس اكثر من اتهامها للغير ، أما التقمص يتقمص الصفات المحببه إلى نفسه وبهذه يشبع حاجاته في تقدير الذات وتأكيداها . (سوف ، (1987م) .

4/ الاحتواء (الاندماج) Intrjection :

هو اندماج وامتصاص الفرد في بناء ذاته شخصياً أو موضوعياً أو مشاعر أو عواطف ومعايير وقيم الآخرين ، ويستجيب وكان ذلك عنصر من نفسه. والاحتواء على عكس الاسقاط مثل امتصاص الفرد للمعايير السلوك الاجتماعي والتعبير عنها على أنها خصائص سلوكه الشخصي.

5/ التعويض :

هو محاولة نجاح الفرد في ميدان لتعويض إخفاقه أو عجزه في ميدانه مما أشعره بالنقص أو الظهور بصفة مقبولة لتعويض وتغطية صفة غير مقبولة ومثال شخصي قصيراً القامة يشعر بنقص فيعوضه بالنجاح العلمي .

6/ الانسحاب :

هو الهروب والابتعاد وعن عوائق اشباع الدوافع والحاجات وعن مصادر التوتر والقلق وعن مواقف الاحباط والصراع الشديد مثال ذلك : الانسحاب والعزلة والوحدة لتجنب الاحباط في مجال التفاعل الاجتماعي ، وبأخذ الانسحاب أشكال كثيرة أهمها:

1-الهروب من الموقف : فالشخص الذي يجد الصد وعدم التقبل من الناس يبتعد عنهم ويفضل الوحدة ، والانعزال .

2-الخضوع والاستسلام:عندما يشعر الفرد بعدم الكفاءة في المواقف الاجتماعية فإنه يخضع للآخرين ويصبح إتحالياً ضعيف الشخصية سهل الانقياد والاستسلام.

ولعل من أهم الوسائل التي يلجأ إليها المعاق للتكيف مع بيئته هي وسيلة التعويض حيث يقول (ادلر) أن الشعور بالقصور الذي يوحى به للفرد أحد اعضاء بدنه فالمعاق يصبح على الدوام عاملاً فعالاً في نموه النفسي ويؤكد ادلر رايه بأن الحقائق المعروفة ان اعضاء بدنه الاساسيه للحياة تزيد في النمو ويتجدد أداء وظيفتها إذا أصيب جزء منها أو جانب من الاعضاء الأخرى التي تتصل بها بما يعوق عمله.

أبعاد التوافق النفسي:

لا يوجد اتفاق بين العلماء على ابعاد التوافق ويرجع ذلك إلى أن التوافق عملية فردية اجتماعية تتأثر بالزمان والمكان ، والثقافة السائدة ، والفروق الفردية لها دورها في ذلك فيرى بعض العلماء أن للتوافق بعدين هما التوافق الشخص والاجتماعي واتفقا على ذلك كل من (هيمو - م - بل، 1960م)، مصطفى فهمي ، (1971م) بينما يرى محمد (1989م) أن للتوافق النفسي عدة ابعاد منها:

1/ التوافق الشخصي:

ويتضمن السعادة مع النفس والرضا عنها والتأقلم مع الإعاقة أو العجز الذي أصيب به الفرد ، يضاف إلى ذلك إشباع الدوافع والحاجات الأولية والثانوية. ولا شك أن التوافق الشخصي يتطلب التوافق كمطلب للنمو في مراحل المتابعة ، ومطال النمو في مرحلة الطفولة تختلف عن غيرها من المراحل حيث تبدأ عملية التعلم المختلفة للكلام والأكل والمشى وتعلم المهارات الجسمية والحركية ، اللازمة ، وتعلم ما ينبغي توقعه من الآخرين كوالدين والرفاق ، وتعلم التفاعل الاجتماعي مع الرفاق والاصدقاء ، بهذه المهارات يتم تعلمها عبر المراحل العمرية المختلفة ثم تأتي مرحلة النمو التي تليها ، وهي المراهقة حيث يدخل هنا مفهوم تقبل الجسم وتقبل الدور الجنسي في الحياة وتقبل التغيرات التي تحدث نتيجة للنمو الجسمي والفسيولوجي والتوافق معها، وأثناء وجود الإعاقة ما يصاحب ذلك النقص ، أو العجز فيما سبق ذكره. الأمر الذي يتطلب التكيف أو التوافق حتى يحدث الاتزان في شخصية المعاق وما يرثه للحياة بل ذلك مرحلة الرشد وما يصاحبها من تغيرات جسمية والتوافق معها وكذلك توسيع الخبرات العقلية المعرفية بأكبر قدر مستطاع.

ويرى (زهرا ن م 1988) ان التوافق الشخصي يتضمن التوافق كمطلب للنمو في مراحل المتابعه وكذلك إشباع الدوافع والحاجات الداخليه.

وذكر العيسوى (2002م) أن التوافق الشخصي يطلق على حالة التوافق والتكيف من الناحية النفسية ، الجسمية ، العقلية ، الاجتماعية ، شعور الفرد بالرضاء عن نفسه وغيره من الناس

ونجاحه لاقامة علاقات ايجابية مع المحيطين به ، وخلوه من الامراض والاضطرابات ، الصراعات والتوترات .

وترى الباحثة أن التوافق الشخصي هو أن يكون لديه القدره على استجابات متنوعه تلائم الموافق وينجح فى تحقيق اهدافه ، وتتسم حياته النفسية بالخلو من الصراعات والتوترات النفسية .

2/ التوافق الاجتماعي :

وهذا يتضمن سعادة الفرد المعاق مع الآخرين ، وحين أذكر الآخرين أفصد المعاقين والأسوياء على السواء ، وهنا تدخل عملية الالتزام باخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية المختلفة ، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي ، وتقبل التغير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم ، بل العمل لخير الجماعة سواء كانت هذه الجماعة من المعاقين أم من الأسوياء وكذلك السعادة الزوجية مما يؤدي إلى تحقيق ما يسمى بالصحة الاجتماعية للمعاق .

والتفاعل العائلي وذلك بخصائص اساسها الود والترابط وكذلك التفاعل الاجتماعي والجو المدرسي، والمدرسه لها دورا هاما في عملية التوافق الاجتماعي وذلك بقدر ماتقدمه من اساليب تربويه سليمة .

وهو تعبير عن احساس الفرد بالسعادة من جراء عقد علاقات اجتماعية حميمة مع الآخرين معبرا بها السيطرة والتملك والعدونية راضياً عن تلك العلاقات دوؤياً في العمل من أجلها ساعياً للخير فيها ويضاف إلى ذلك المرونة في تقبل التغيرات التي تحدث ومسايرة المعايير الاجتماعية للجماعة التي ينتمي اليها اي لا بد من المواءمة بين حاجات الفرد وامكاناته ومتطلبات البيئة الاجتماعية المختلفة .

ويقول عباري (2006) أنها عملية تبدأ منذ الطفولة المبكرة وفترة تكوينه الحاسمة في السنوات الأولى من حياة الطفل .

وترى الباحثة:

أن التوافق الاجتماعي هو قدرة الفرد على تغير سلوكه والاشتراك في النشاطات الاجتماعية والمرضية مع الآخرين والتفاعل والاشتراك معهم في النشاطات الاجتماعية والالتزام بالقيم والمعايير الاجتماعية .

3/ التوافق المهني :

وهذا يتضمن اختيار المعاق المناسب لنوع التأهيل المهني من أجل الحياة والاستعداد علماً وتدريباً ، ودخول في مرحلة الإنجاز والكفاءة والشعور بالرضاء والسعادة والنجاح. ويجب أن يزود المعاق بالصحة النفسية اللازمة لتغلبه على العجز الذي لحق به حتى يتمكن من الانخراط في العمل الذي يمارسه أو العمل الذي يلحق به ، ولديه الرغبة والدوافع لممارسة هذا العمل .

إن التقسيمات التي سبق ذكرها لأبعاد التوافق النفسي لم تكن مقتصرة على المعاقين بل يتطلع إليها الأسوياء أيضاً، ولهذا فلا داعي لأن ننظر إلى المعاقين على أنهم أشخاص غير عاديين فهذه نظرة خاطئة ، إذ يجب النظر إليهم على أنهم أشخاص عاديون لديهم بعض العجز .

أما المشكلات الخاصة بهم والتي لا ترتبط بالعجز ، فشانها في ذلك شأن أي مشكلات لدى أي شخص آخر ، فاللقضاء عليها نسير في تحقيق الأبعاد الثلاثة التي سبق الإشارة إليها عند التحدث عن الأبعاد الأساسية للتوافق النفسي. (محمد 1989م).

ويعرف عبدالحميد (1985م) بأنه التوافق الفردي في عمله وهو يشمل توافق الفرد بمختلف العوامل البيئية التي تحيط به في مدالزمن وتوافقه بخصائصه الذاتية وينتج التوافق المهني للفرد من عاملين أساسيين وهما:

1- الرضا / الاشباع satisfaction ويشمل الرضا الاجتماعي عن العمل والرضا بمختلف

جوانب بيئة العمل واشباع حاجته وتحقيق طموحه.

3- الرضا / الكفاية satisfaction يتضح من انتاجيه الفرد وكفايته.

4/ التوافق الاسري :

هو الشعور بالرضا والسعادة بين أفراد الأسرة حيث يدرك كل فرد دوره ومسئوليته ومكانته فيسود السكون والمودق والمخبة وليلطمأئنين قال خعلق : (لَكُمْ مِّنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا

مَوَاطِنَ هِيَ أَرْوَاجُكُمْ لِيُحْبَبُوا لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا

تتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين احد الوالدين أو كليهما وبين ابنائهما وسلامة العلاقات بين افراد الاسرة .

الاتجاهات المختلفة للتوافق:

هناك ثلاثة اتجاهات رئيسية للتوافق هي:

1/ الاتجاه الفردي :

يتحقق التوافق النفسي للفرد بإشباع الحاجات الفردية ويذكر أن هذا الاتجاه يعمل على ضرورة اشباع حاجات الفرد التي تثيرها دوافعه سواء كانت بيولوجية أو نفسية أو اجتماعية ومن انصار هذه الاتجاه الاهام .

ويرى هولاء أن التوافق هو المرونة في مقابلة الظروف المتغيرة ، كما انه عملية ديناميكية وهو كذلك عملية مستمرة يتوافق بها الفرد مع الظروف البيئية ، وغالباً ما تضع البيئة عوائق تمنع إشباع هذه الحاجات ، فالفرد المتوافق هو الذي يستطيع أن يغير من دوافعه أو يغير من بيئة أو يغير الاثنين معاً لبحث علاقة أكثر توافقاً يرضى عنها نفسه والمجتمع .

فالتوافق وفقاً لهذا الاتجاه هو عملية إشباع حاجات الفرد التي تثير دوافعه بما يحقق الرضاء عن النفس والارتياح لتحقيق التوتر الناشئ عن الشعور بالحاجة. ويمكن ملاحظة أن اصحاب هذا الاتجاه حينما يركزون الحاجات التي تثيرها الدوافع ، فانهم لم يسقطوا من حسابهم عوامل البيئة سواء الطبيعية أو النفسية أو الاجتماعية (محمد 2003م)

2/ الاتجاه الجماعي :

إن هذا الاتجاه يذكرون على أن عملية التوافق تتحدد بالرجوع للنماذج ولانماط الثقافة والمعايير الاجتماعية السائدة في المجتمع ، فيكون الفرد اكثر توافقا كما كان سائرا مع هذه المعايير . ويرى الشاذلي ، (2001م) كلما اقترب الفرد من هذه المعايير كلما كان اكثر توافقاً وكلما انحرف عنها قلت درجة توافقه .

وأن مفهوم التوافق يعني ما هو اعمق من مجرد المسائرة للمعايير وانماط المجتمع بل هو عملية ايجابية مستمرة يواجه بها الفرد مطالب الظروف المتغيرة وكذلك فإن عملية التوافق لا تتعدد وبالرجوع إلى معايير المجتمع وحدها بل يشارك في تحديدها دوافع الفرد وحاجاته أيضاً . أن معرفة الحقوق والواجبات والمسئوليات والحاجات والأدوار المختلفة في التفاعل الاجتماعي في ضوء المعايير الاجتماعية أمر ضروري لكل فرد في المجتمع .

3/ الاتجاه التكاملي :

يذكر الشاذلي (2001م)والذي يعتبر هذا اتجاهاً توافقياً حيث أنه يصلح ما بين الاتجاهين السابقين ويرى إشباع هذه الاتجاه أن عملية التوافق هي عملية مركبة من عنصرين أساسيين احدهما الفرد بدوافعه وحاجاته ، وتطلعاته ، وثانيهما البيئة الطبيعية ، والاجتماعية المحيطة بالفرد بما فيها من ضوابط غلوط ومواصفات وما تشمل عليه من عوائق.

وذكرت اقبال الحلوى (2006م) مأن أهم معايير التوافق هو معيار التوازن والذي يجب أن يوازن بين الدوافع الداخلية للسلوك وبين دوافع البيئة الخارجية .ولأن الدوافع تغيير مستمر فإن الفرد تغيير مستمر فإن الفرد الذي لديه موافق وعادات صالحة قد تتقصه المرونة للتكيف مع الظروف المتغيرة من ناحية أخرى فإنه يجب أن يكون متكاملًا بقدر كافي لتحميل الضغوط والأزمات بدون ترك التوازن.

مستويات التوافق النفسي :

بما أن الفرد هو وحدة جسمية نفسية إجتماعية لذلك يلاحظ أن البناء البيولوجي إنما يؤثر في الشخصية وفي عملية التوافق كما تؤثر فيها الظروف الاجتماعية التي عاشها الفرد. فذكر كامل (2002م) أن هنالك ثلاثة مستويات للتوافق هي:-

1. المستوى البيولوجي.
2. المستوى الاجتماعي.
3. المستوى السيكولوجي.

أولاً : التوافق على المستوى البيولوجي :

يشترك كل من لورانس وستوبين في القول أن الكائنات الحية تميل إلى تغير من أوجه نشاطها في إستجابها للظروف المتغيرة في بثاتها ذلك أن تغير الظروف ينبغي أن يقابلها تغير وتعديل في السلوك بمعنى أن ينبغي على الكائن الحي أن يجد طرقاً جديدة لإشباع رغباته وإلا كان الموت حليفه أي أن التوافق هنا إنما هو عملية تتسم بالمرونة Flexibility والتوافق مع المستمر مع الظروف المتغيرة .

ثانياً : التوافق على المستوى الاجتماعي :

يذكر شافر أن الحياة هي سلسلة من عمليات التوافق التي يعدل فيها الفرد سلوكه في سبيل الاستجابة للموقف المركب الذي ينتج في حاجاته وقدرته على إشباع هذه الحاجات ولكي يكون الانسان سوياً ينبغي أن يكون تواقه مرناً ، وينبغي أن يكون لديه القدرة على إستجابات متنوعة تلائم الموافق وتنجح في تحقيق دوافعه.

اما (روش Rush) يرى أن الشخص المتوافق هو الذي يسلك وفقاً لأساليب الثقافة السائدة في مجتمعه ، فالفرد الذي ينتقل من الريف إلى المدينة ، أو الحضر ، ينبغي عليه أن يساير أساليب الحياة في المجتمع الجديد والانبذ في البيئة الجديدة.

وبهذا ينبغي أن تكون أساليب الفرد أكثر مرونة مع قابلية شديدة التشكيل وفقاً للمعايير الثقافية السائدة في بيئته.

وذكر كل من وود ورت ، دونالد Wood Wartn & Donald المذكورين في (كامل 2002) أن الفرد يتوافق في علاقاته مع البيئة بأن يحدث تغييراً للاحسن بقدر المستطاع وذلك أن التوافق مع البيئة إنما يتضمن تغيرات البيئة نفسها أو تغيرات في علاقة الفرد بها كما أن سوء التوافق يرجع إلى حد كبير إلى الصراع بين الدوافع أو إحباطها الجسمية والنفسية والطبيعية وهذه كلها تحتاج لتهديب فتقوم الاسرة بجزء والمجتمع بالجزء الآخر .

يذكر شاذلي (2001م) " هذا المستوى يسعى ايضاً بالبعد الاجتماعي، ويتعلق بالعلاقات بين الذات والآخرين إذا أن تقبل الآخرين مرتبط بتقبل الذات ومما يساعد على ذلك قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية راقية مرضيه وعلاقات تتسم بالتعاون والتسامح وتعتمد على ضبط النفس وتحمل المسؤولية والاعتراف بحاجته للآخرين والعمل على إشباع حاجاتهم المشروعة .

ثالثاً : التوافق على المستوى السيكولوجي :

إن الكائنات الحية تميل إلى أن تحتفظ بحالة من الاتزان الداخلي إلا أن الصراع بصفة ملازمة لكل سلوك أي أن كل فعل مهما كان مريحاً فإنه يشمل بعض التضحيات أو الخسارة فلا يمكن أن تحدث صورة من صور التوافق (خفض التوتر Rension Reduction) إلا أن يكون هناك نوع من انعدام التوافق في زيادة التوتر Encris Reduction لا تعارض هذه الحقيقة مع الافتراض القائل بأن الكائنات الحية تميل إلى أن تنتقي اشكال التوافق التي تتحمل أقل صراع ممكن أي التي تؤدي إلى اقصى تكامل.

ويرى عطية (2001م) أن هذا المستوى يأتي ايضاً بالبعد النفسي أو الشخصي وهو بناء متماسك سليم لشخصية الفرد وتقبله لذات، وتقبل الآخرين له ، وشعوره بالرضى والارتياح النفسي والاجتماعي إذ يهدف الفرد إلى تعديل سلوكه نحو المتغيرات البيئية وتكوين ارتباطات وعلاقات توافق بينه وبين تلك المتغيرات البيئية، والمتغيرات الاجتماعية المتنوعة .

التوافق من المنظور الإسلامي:

مما لا شك في ذلك أن الدين الاسلامي يدعو إلى تربية متوازنة شاملة لكل جوانب الشخصية الانسانية جسماً وعقلياً وروحياً للوصول إلى التوافق بين مطالب الجسم ومطالب الروح والعقل دون تناقض بينهم وهياً للفرد المسلم تجنب التوافق السيئ فامرته باجتتاب الحسد ، والتباعد وسوء الظن والخصومات .

وايضاً لا يحل للمسلم أن يهجر أخاه فوق ثلاثة ليالي. (المطيري ، (2005م) .

ومن أوجب أولويات الاسلام تربية الروح باعتبارها الشريان الرئيسي ، والقاعدة التي يستند اليها الكيان كله ويتربط عن طريقها فهي المهيمن الأكبر على حياة الانسان ، والموجه لطاقاته ، فهي صلة العبد بربه وإيمانه به ، فالطاقة الروحية في الانسان هي اكبر طاقة واعظمها واشدها اتصال بحقائق الوجود ، فطاقة الجسم محدودة بكياناته المادية ولما تدركه الجواس وطاقة العقل محدودة بما يعقل اما الاسلام فهو ينظر إلى الانسان باعتباره كلاً متكاملأ روحاً وعقلاً وجسماً ونفسياً ويسعى إلى تربيته التربية الانسانية المتكاملة والشاملة بحيث يشبع شواغر الكائن الروحية ، وتطلعاته العقلية وحاجاته النفسية ومطالبه البدنية ونزعاته الاجتماعية ، في استمرارية وتجديد

متواصل ما تطورت بالانسان الحياة وتبدلت أوجها واختلفت ظروفها باختلاف الأمكنة والأزمنة (العطاب،2001م)

وبالرغم من ندرة العلماء والباحثين في هذا المجال إلا أن جيلا من الرواد في ميدان الدراسات العلمية بدأ يظهر خلال القرن التاسع عشر ومهدو هؤلاء العلماء لظهور فرع جديد من فروع علم النفس واطلق عليه علم النفس الديني.

ومن بين هؤلاء كارل يونج (1933) Yong يقول أن الشخص يصبح مريضاً نفسياً حين يضل الطريق بعيداً عن التراث الديني والروحي حيث المريض النفسي لا يتسنى له الشفاء الا حين يسترد نظرتة الدينية للحياة حيث توفر القيم الدينية الامن للفرد.وتطفى على نفسيته ظلا من الطمأنينة والسلام.

ويؤكد زهران (2001م) أن الدين يوصي بإحداث التوازن بين جانبي الحياة المادية والروحية تحقيقاً

للتوافق النفسي وتكامل الشخصية ويؤكد أن الدين هو الاهتمام بكل من الحياة الدنيا والحياة الأخرى

فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ قَالِ تَتَّوَلَّىٰ ۚ وَالْأَبْخَرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصْيبَكَ مِمَّنْ أَلَدْتُ لَكُمْ مِنْ كَمَا وَلَا تَدْعُ مَعْ حَالْفَسِّنَادَ اللَّهِ الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ (سورة القصص

الآية(77) وهكذا يجي الاهتمام بالنمو الديني للفرد وتوفير القدوة الحسنة والسلوك النموذجي

كَانَ لَكُمْ لِفَاتِحٍ بِهِ وَقَدْ قَوْلَ تَعَالَىٰ لِيُؤْتِيَهُمْ لِقَاءَ رَبِّهِمْ وَأَن يَسْتَعِزُّوا بِاللَّهِ وَبِالْحَمْدِ لِلَّهِ

وَمَ الْآخِرَ وَ ذَكَرَ اللَّهُ كَثِيرًا (سورة الاحزاب الآية (21)

وقد أمتدت الدراسات والاجتهادات أن الدين الاسلامي أشار في كثير من الاحيان إلى التوافق

النفسي فيما خص الله به النفس البشرية من مزايا وهبات بحيث انها تكون على خلق قويم فيما

تحتاجه ويصبوا اليه وما وهب لها من الله سبحانه وتعالى حيث قال في محكم تنزيقه(جِ ع

الْبَصَرَ هَلْ تَرَىٰ مِنْ فُطُورٍ) سورة الملك الآية 3 هذا لمن يرى بالعين المجردة وهناك من أنعم

الله عليه بنور بصيرته القلبية والعقلية والأمثلة كثيرة فيمن لا يرى بعينه ومنهم عبدالله بن ام كلثوم

جواني رسول الله (ص) وشاعر الاسلام صاحب ابيات الجهاد الشهيره:

اقسمت يا نفسي لتنزلن

لتنزلت أو لتكرهن

قد أجب الناس وشدو رن

ما لي اراك تكرهين الجنة

وفيما يخص التوافق الروحي والنفسي فيما تحتاجه النفس وتشتهيه وما يشير إليه العقل ويتحكم فيما

تحتاجه النفس فقد خلق الله ثلاثا:

الانسان ومنحه العقل وشهوة النفس،

والملائكة ومنحها العقل بلا شهوة.

والحيوان ومنه الشهوة بلا عقل

فإذا غلب العقل على ما تشتهي النفس تسمو روح الانسان لدرجات الملائكيها إذا غلبت الشهوة على العقل لتدني الانسان للمرحلة الحيوانية.

وهنا تكمن الامانة التي حملها الله للانبياء غير قوطه تغالى الأ (مَ اذَ اةَ اَ لَى السَّمِ اَو اَتِ
لَأَرْضِ وَاللَّجُودِ لِلْفَقْرَاءِ يَمْنُذَهُمْ اَلِوَدَّ هَلْ لَمْ يَهْ- ا a
الأحزاب الآية رقم (72) . ظلم نفسه بتحملة للأمانة وجهله بادراكه لما يترتب عليها.

مظاهر التوافق النفسي في الإسلام :

من مظاهر التوافق النفسي في الإسلام :

1-التزام المسلم بالقيم العليا المستمدة من القران الكريم والسنة النبوية وقدرته على السمو
الالتزام الدائم بها .

2-إقبال المسلم على عمله في همة وإطمئنان .

3- العمل المستمر من أجل الخير العام لكل من في الكون وما فيه .

4- أن يكون الفرد قادر على التعامل مع نفسه وأن يعرف كيف يسيطر عليها وكيف يسعد
بها .

5- الشعور بالسعادة والارتياح فيما يقوم به من تصرفات حتى لو مات في سبيل قيمة ومثله
العليا .

6- توجيه المسلم توجيهاً صحيحاً وأن يشبع حاجاته بطريقة سوية. احمد (1993م) .

ولقد اثبتت الدراسات النظرية والعلمية التي اجريت في ميدان الاعاقه قدره المعاقين على
العمل المنتج اذا وجهت لهم عنايه خاصه وجهود جاده على اساس من الفهم الصحيح
لامكانياتهم وقدراتهم.

تأثير الإعاقة على السلوك :

هنالك بعض التقسيمات التي وردت في اغلب كتب الصحة النفسية والتي تميز بين السلوك
السوى والسلوك الغير السوى . والسويه هي القدرة علي توافق الفرد المعاق مع نفسه ومع البيئه
والسلوك بالعادة وتحديد اهدافه وفلسفه سليمة يسعى الي تحقيقها وهذا السلوك السوى هو سلوك
طبيعى يتماش مع الاتجاهات والقيم المختلفه السائده فى المجتمع . اما الا سويه والشذوذ هي
الانحراف كما هو عادي والشذوذ كما هو سوي . والمعاق الاسوي هو الشخص الذى ينحرف
سلوكه في سلوك الشخص العادي في تفكيره ومشاعره ونشاطه ويكون غير متوافق شخصيا
وانفعاليا واجتماعيا . (محمد ، (1998م) .

ويضيف ايضا بأن الاعاقه علي اختلاف انواعها ذات تاثير واضح علي سلوك الفرد وتصرفاته المختلفه اما السمات السلوكيه التي تنتج عن الاصابه بالاعاقه يمكن تلخيصها بالاتي:

- 1- الشعور الزائد بالعجز ، مما يولد لديه الإحساس بالضعف والاستسلام للإعاقة.
- 2- الشعور الزائد بالنقص، مما يعوق تكيفه الاجتماعي والنفسي.
- 3- عدم الشعور بالأمن النفسي ، مما يولد لديه القلق والخوف من المجهول.
- 4- عدم الالتزام الانفعالي، مما يولد مخاوف وهمية مبالغ فيها.
- 5- سيادة مظاهر السلوك الدفاعي وأبرزها التبرير والتعويض والإسقاط والأفكار التسلطية والأفعال العكسية عنده.

ويتضح أن للإعاقة تأثير كبير على سلوك المعاق وذلك من خلال المواقف الاجتماعية المختلفة ولذلك يجب أن يدعم السلوك الايجابي للمعاق عن طريق تأهيل واعداء التأهيل ، وكذلك عن طريق العلاج النفسي والإرشاد النفسي والرعاية الاجتماعية.

ولقد وضعت عدة تقسيمات للمعاقين وهي تتشابه في كثير من الدول، فالإعاقة تتفاوت درجاتها بين معوق وآخر وهذا يجعل من الصعب وضع حدود بين أنواعها وعليه تم تقسيم المعاقين إلى أصحاب عجز ظاهر كالمكفوفين وأصحاب عجز غير ظاهر كمرض الدرن.

أما إبراهيمو عبدالله (1998م) يصنفون المعاقين إلى:

المجموعة الأولى:- وتضم المعاقين الذين لا يستطيعون أداء اي عمل بل يحتاجون لمرافق دائم يقوم بخدمتهم في قضاء حاجاتهم الشخصية.

المجموعة الثانية:- وتضم المعاقين الذين لا يستطيعون القيام بأي عمل يعيشون ورائه لكنهم يستطيعون القيام لخدمة أنفسهم في حدود المنزل المجهز بكل الوسائل التي تساعدهم على ذلك.

المجموعة الثالثة:- تضم المعوقين الذين قلت قدرتهم على الانتاج جزئياً أو كلياً يستطيعون أداء العمل الخفيف في حدود مهنتهم السابقة أو يأملون القيام بعمل آخر أقل من عملهم الأول ويناسب إعاقتهم، فقد صنف المعاقين إلى :

1. متخلفين عقلياً .
2. معاقين باعاقة حسية ، الصم ، البكم ، المكفوفين .
3. اعاقه جسدية : ومنهم المشلولين مبتور الأطراف ، المعقون .
4. المصابون بأمراض مزمنة جسمية أو عصبية أو ذهنية وهم الأفراد المصابون بالأمراض المستمرة مما يؤثر على قدرتهم وسلوكهم الاجتماعي.

إن تختلف الاعاقات من فرد إلى آخر وبذلك يختلف التوافق من فرد إلى آخر والشخص الذي يستطيع أن يتكيف مع بيئة وأن يسعى لتأهيل وتدعيم علاقاته مع المجتمع.

يعتبر متوافقاً نفسياً محققاً لمعادلة كونه إنساناً سويًا وكذلك الصحة النفسية شيء نسبي تختلف من فرد لآخر وتقاس بمدى تكيفه مع البيئة وبرنامج الصحة النفسية هو مساعدة الفرد لتكيفه مع البيئة بدرجة كافية وملاحظة عيوبه الجسمانية والعقلية. (محمد 1998م).

وفي ذلك يقول أحد علماء النفس أن الشعور بالنقص العضوي يدفع الإنسان إلى البحث عن وسائل تخفف من شعوره بالمدلة والضيق ، وهكذا تعمل النفس جاهدة تحت ضغط الشعور الذي يعانيه الفرد المعاق من فكرته عن ضعفه على زيادة القدرة على الإنتاج والعمل.

لقد اثبتت الدراسات إن الإعاقة على اختلاف أنواعها ذات تأثير واضح على سلوك الفرد وتصرفاته المختلفة. فالشعور بالنقص الناشيء عن القصور النفسي للمعاق، ويقصد بقصور احد الاعضاء عدم استكمال نموه أو توفيق هذا النمو أو عدم كفايته التشريحية أو الوظيفية أو عجزه تماماً عن العمل ، مما يزعج شعور الانسان المعاق بالأمن ويدفعه إلى مواصلة الكفاح النفسي الإقرار شخصيته ، ويثير فيه صراعاً ما يتخذ أشكالاً متباينة من العنف ، ويضعف من القوة التي يواجهها للتغلب على العقبات ، فيزاول اشكالاً متباينة من النشاط ويدرب العضو موضع النقص تدريباً قد يصل إلى حد الكمال وذلك لإثبات ذاته وإشباع شعوره بقيمته وقدرته.

المبحث الرابع الإعاقة البصرية

المقدمة

إن المكفوفين وضعاف البصر، قد وجدوا في المجتمعات البشرية منذ أقدم العصور ولعل هو ميروس أحد أوائل المكفوفين الذين ذكرهم التاريخ حيث عرفت الالباذة والادبية منذ عام 2000 قبل الميلاد ومن الاشخاص المكفوفين المشهورين الذين يذكرهم فيرن روبرتس Robots ينلولاس سوندرسون وكان استاذ للرياضيات في جامعة كامبردج في بريطانيا وفرنسيس هوير عالم الطبيعة السويسري ، وما ريفون براديس عازفة البيانو الشهيرة ،وقد ورد ذكر المكفوفين كما هو معروف في الكتب السماوية.

فقد جاء في القرآن الكريم أن الرسول (ص) كان يخاطب بعض عظماء قريش فاقبل عليه ابن مكتوم وهو شخص مكوف فأعرض عنه الرسول الكريم فأنزل الله سبحانه وتعالى قوله: (س وَ تَوَّانَ لَاجَّ آءَهُ الْأَعْمَى...سورة عبس الآيات رقم (1-2)).

فنعمة البصر هي احد نعم الله علي الانسان ولها دور حيوي وحاسم في تعلمه ونموه وهي تساهم في معرفة الانسان بنسبة 90% فوجود مشكلة البصر تؤثر وتعمل علي تعطيل المدخلات المعرفية لديه مما يؤثر علي أدائه الحالي والمستقبلي .

وتساعد حاسة البصر علي التفاعل الواقعي مع بيئته اذ تاتي ثلث المعلومات للفرد عن العالم المحيط عن طريق حاسة البصر اذ ان حاسة البصر تنفرد دون غيرها من الحواس بنقل العلم المنزلي والاجتماعي بما فيه من وقائع وادوات ومعلومات وصور ومميزات حسية بصرية وخصائصها واضاعها المكانية في عقل الانسان بطريقة مباشرة اذ يعطي الجهاز البصري كميات كبيرة من المعلومات للفرد باعتبار ان البصر هو الحاسة المهيمنة علي الانسان وخاصة انه يميل لتصديق ما تراه عيناه في حالة تعارض المعلومات الحسية ، وكذلك تسهم حاسة البصر في اكتساب التعلم لانها تقوم بتنظيم الانطباعات الواردة عن طريق بقية الحواس وتنسقها في عقل الفرد. حنفي (2007) .

وقد تميز بعض المكفوفين العرب في مجالات مختلفة ونذكر منهم هنا بشار بن برد ، وابو العلا المعري، وطه حسين، ومع أن جهوداً فردية كانت تبذل لتعليم المكفوفين في الماضي إلا أن البرامج المنظمة لم تظهر قبل منتصف القرن التاسع عشر وهناك الكثير من الآيات التي تتحدث عن مختلف الإعاقات البصرية (الأعمى) سورة عبس الآية رقم (2).

ولكن مفهوم القران الكريم ليس المفهوم الذي يدركه من هواية باينة ، وفي تأدية الانسان لوظائف ومسؤولية امام الخالق عز وجل من الايمان بالله وصلاة ونكاة وحج وحفظ كل جوارح الانسان لأنه مسؤل عنها. (إن الصم والبكم والعمي في نظر الاسلام بمعنى تفقود وظائف الاجتماعية ، فاحترم القرآن الانسان وجعل لكل فرد العبادة بقدر استطاعته ، في قوله تعالى (لا يكلف الله نفس ألا وسعها) . سورة البقرة الآية رقم (286) .

وقد أورده زهران (1971م) أن الحواس هي النافذة التي يطل منها الفرد على العام الخارجي وأهميتها في عمليات الإدراك والتعلم ، وتعتبر الاعاقة من ألبتلات من الله سبحانه وتعالى الى العبد ، فيكون الإبتلاء بالنقص في الاموال والانفس والثمرات حتى يعرف الصابر المحتسب فيكون جزاءه الجنة ، وغير الصابر الجذوع الشاكي لغير الله فيكون جزاءه النار .

مفهوم الاعاقة :

تطورت تسميات المعاقين على مر القرون فكانوا وما زالوا للأسف يسمونهم الاعمى والاعرج والكسيع والاطرش وقد ظهرت كلمة الاعاقة كما أوضح كلا من من بيكين Bilken وبوجدان Bogdan عام 1977م. في القرن التاسع عشر حيث اطلقت كلمة Handicap في بادى الأمر على المتسولين الذين كانوا يجلسون على الارصفه أو في الاماكن العامة وهي مشتقة من كلمة Capigand والتي ترمز إلى هؤلاء المتسولين الذي يمسون قبعاتهم في ايديهم طلباً للإحسان وقد اثبتت الدراسات التي اجريت على هؤلاء المتسولين انهم يعانون من ظروف مادية وصحية وعقلية معوقة ومن هنا اطلق عليهم أناس معوقون Handicapped وتعني في اللغة الانجليزية تكبير اليدين ثم تطورت النظرة اليهم على اساس أن العجز Deficien نسبي وليس مطلقاً أو عضواً أو حاسة أو وظيفة ولم يفقد باقي القدرات والاعضاء والحواس والوظائف.

ثم ظهر مصطلح الفئات الخاصة Pecialgrovps ليشير الى هؤلاء المعاقين وحقهم في التسمية ورعاية خاصة دون الاشارة إلى كلمة الإعاقة بغض النظر عن أي فروق فردية بسبب السن أو الجنس وغير ذلك بحيث يتميز أفراد المجموعة أو بخصائص او سمات معينة ، تعمل اما على اعاقه نموهم الحسي أو الجسمي او النفسي أو العقلي أو الاجتماعي ، وتوافقهم مع البيئة التي يعيشون فيها ، ولما أن تعمل هذه الخصائص كامكانيات متميزة يمكن الاستفادة منها وتوجيهها بحيث تفيدهم في النمو بكل جوانبه.

إن مصطلح الفئات الخاصة أفضل من مصطلح المعاقين حيث إضافة الاعاقة الاجتماعية (الفئات مثل المجرمين الكبار ، والمسجونين والأحداث المشردين والجانحين والمدمنين). مع الإعاقة الأخرى. ايضا اشار الى اصحاب القدرات الخاصة مثل (المتفوقين دراسيا او المبدعين والمبتكرين ..) على أساس أنهم بالفعل فئة تحتاج إلى معاملة ورعاية خاصة.

بعد ذلك ظهرت تسميات اخرى اقل انتشاراً من التسميات السابقة مثل التحدي أو متحدي Challengrs الإعاقة لتشير إلى إرادة التحدي لدى المعاقين في تحدي اعاقتهم وفي تحدي الظروف المجتمعية الصحية التي لا تقدر هذه الفئة وفي تحدي المشكلات الاجتماعية والنفسية والاقتصادية والتعليمية والصحية التي يواجهونها.

وهناك تسمية أخرى تستخدم في مركز رعاية المعاقين التي بها فصول للتربية الخاصة Special Ejucon وهي الطالب أو الطالبة Student.

أخيراً اقترح أن لا نهجد أنفسنا في تسمية المعاقين ونذكر وقتنا وجهدنا واهتمامنا بتقديم المساعدة والرعاية لهذه الفئة.

تعريف الإعاقة :

تفسير كلمة معوق:

هناك أكثر من تفسير لكلمة معوق، فقد كان يطلق على الأطفال الذين يختلفون عن الأطفال العاديين في بعض جوانب نموهم (الجسمي - الحسي - اللغوي - الاجتماعي و الإنفعالي) بالأطفال الشواذ والبعض الآخر أطلق عليهم الأطفال العاجزين إلا أن هذه التسمية في الوقت الحاضر لا تجد قبولاً لدى العاملين في ميدان التربية الخاصة، ومن ثم أطلق عليهم عدة مصطلحات متنوعة.

وتختلف وجهات النظر حول تحديد مفهوم الإعاقة Disability ولذلك توجد تعريفات تناولت مفهوم الإعاقة وقد اختلف الباحثون في الزوايا التي تناولت منها معنى الإعاقة وذلك يرجع إلى عدة أسباب منها تعدد أنواع الإعاقة وتعدد أسبابها وتنوع التخصصات المهنية العاملة في مجال رعاية وتأهيل المعاقين فتناولت الباحثة بعض التعريفات عن مفهوم الإعاقة وكذلك التعريفات الطبية ، التربوية ، الاجتماعية والقانونية نذكر منها :

1- يرى على (2000): بأنها حالة تحد من مقدرة الفرد على القيام بوظيفة واحد أو أكثر من الوظائف التي تعتر من العناصر الأساسية للحياة اليومية من قبيل العناية بالذات أو ممارسة العلاقات الاجتماعية أو النشاطات الاقتصادية ، وذلك ضمن الحدود التي تعتبر طبيعية.

2- اشار طه (2003) الي ما افترته منظمة الصحة العالمية (1974) عن تعريف الإعاقة وهو ان الإعاقة هي حالة تحد من قدرة الفرد علي القيام بوظيفة واحدة او اكثر من الوظائف التي تعتبر العناصر الاساسية للحياة ، من قبل العناية بالذات او ممارسة العلاقات الاجتماعية او النشاطات الاقتصادية وذلك ضمن الحدود التي تعتبر طبيعية ، وتعرف الإعاقة أيضاً بأنها قصور حسي او جسدي لعوامل وراثية او مكتسبة ، حيث

- تترتب عليها اثار اقتصادية ونفسية تحول بين المعوق واكتساب المعرفة الفكرية والمهنية التي يؤديها الفرد العادي بدرجة كافية من المهارات والنجاح.
- 3- ويعرف فيكي لويس (2003م Vicky) بأنها أي فقدان أو انحراف في البناء الجسمي أو العقلي أو النفسي أو الاجتماعي.
- 4- ويعرفها الشرييني (2004) هي حالة من عدم القدرة علي تلبية الفرد لمتطلبات اداء دوره الطبيعي في الحياة المرتبطة بعمره وجنسه وخصائصه الاجتماعية والثقافية ، وكذلك نتيجة الاصابة او العجز في اداء الوظائف الفسيولوجية او السيكلوجيا ، فهي صفة غير متوارثة تشير الي الاثر الانعكاسي النفسي او الانفعالي او الاجتماعي او المركب الناجم عن العجز الذي يمنع الفرد او يحد من قدرته علي اداء دوره الاجتماعي المتوقع والذي يعد طبيعياً بالنسبة لسنه ونوعه وجنسه وتبعاً للاوضاع الاجتماعية الثقافية .
- 5- ويعرف كل من المعايطه و قمش (2007) بأنها عدم قدرة الفرد علي الاستجابة أليئيه او التكيف معها نتيجة مشكلات سلوكية او جسمية او عقلية - والعجز هو الذي يسبب هذه المشكلات عند تفاعل الفرد المعاق مع البيئه.
- 6- ويذكر رشاد (2008م) في التعريف الذي اقرته الجمعية العامة للامم المتحدة عام (1975م) عن المعوق بانه شخص لا يستطيع تامين حاجته الاساسية بشكل كامل او جزئي او حياته الاجتماعية نتيجة لعاهة خلقية او غير ذلك تؤثر في هيئته الجسمية والعقلية .
- 7- يعرف الجوالده (2012) يانها هي حالة من الضعف في حاسة البصر بحيث تحد من قدرة الفرد علي استخدام حاسة البصر بفاعلية وكفاية واقتدار الامر الذي يؤثر سلباً في نموه وادائه تشمل هذه الاعاقة ضعفاً وعجزاً في الوظائف البصرية .
- اما التعريفات الأخرى وهي :-

1. التعريف اللغوي:

- (عبد الرحيم ، 2002) أن الاعاقة البصرية في اللغة العربية فقدان الفرد لبصره وتوجد ألفاظ عديدة تدل على هذا المعنى مثل :-
- 1-الاعمى: وهي مأخوذة من العماء أي الضلاله ، والعمى يصف فقدان البصر أو فقدان البصيرة مجازاً .
- 2-الاعمة : وهي مشتقة من العمه أي التحير والتردد ، ويدل على فقدان البصر والبصيرة ، ويقال أن العمه في البصرية مثل العمى في البصر .
- 3-الضرير : والضرارة في اللغة تعني العمى، والضرير مشتقة من الضر وتعني سوء الحال الذي يصل اليه الفرد.

4-العاجز : مأخوذة من العجز وعدم القدرة ، وتطلق على الفرد المكفوف لعجزه عن فعل الاشياء التي يفعلونها .

5-الكفيف : أو المكفوف وهي مشتقة من الكف أي المنع ، والكفيف هو من كف بصره اي عمى وجمعها مكفوفين .

أن تلك الالفاظ ورد بعضها في القرآن الكريم لقلي للألي: ﴿ هِيَ حَرَجٌ وَ لَأَ عَ لَى جٌ وَ لَأَ عَ لَى الْمَرِيضِ حَرَجٌ وَ لَأَ عَ لَى أَنْفُسِكُمْ ﴾ (سورة النور الآية (61) .

وعلى الرغم من بين هذه الالفاظ من ترادف وتباين الا انها تشير إلى مدلول واحد يعني فقد البصر وذهابه .

2- التعريف التربوي : Educational Definiton

يعرف بركات ، 2008م ، بأنه الشخص الذي فقد قدرته البصرية بالكامل ولذا فإنه عليه أن يعتمد على الحواس الآخر للتعلم .

وينقسم إلى نوعين من المعاقين هما :

1-المكفوفون: وهم أولئك الذين يصابون بقصور بصري حادي مما يجعلهم يعتمدون على القراءة بطريقة برايل Braille Methd ويطلق عليهم قارئ برايل Braille Readrs .

2-معاق البصر : هم أولئك الذين لا يستطيعون تأدية الوظائف المختلفة دون اللجوء إلى أجهزة بصرية ساعدة تعمل على تكبير المادة أو إستخراج عدسات مكبره ويطلق عليهم قارئ الكلمات المكبره Large type Reafers .

4- التعريف الطبي : Medieal Defintion

يعرفه فهمي (1979) أنها الحالة التي يفقد فيها الكائن الحي القدرة على الرؤية بالعضو المخصص لهذا الغرض وهو العين ويعجز عن أداء وظيفة إذا اصابه خلل وهو اما خلل طائري كالأصابة بالحوادث أو خلل وراثي .

5- التعريف المهني :

عرفه الغمش وآخرون (2000) هو الشخص الذي يستدعي ضعف قوته البصرية التدريب بمهنة ما مناسبة لظروفه ثم يمارسها باتقان فإنه يعد كفيفاً مهنيًا .

6- التعريف الاجتماعي : Social Definiton

يعرفه الحديدي 2008م على أنه الحالة التي يفقد فيها الفرد المقدرة على استخدام حاسة البصر بفعالية مما يؤثر سلباً في أدائه ونموه أو أنها حالة عجز أو ضعف في الجهاز البصري يعيق أو تغير أنماط النمو عند الانسان .

ومن خلال التعاريف السابقة يتضح الآتي :-

- 1-التعريف التربوي اعتبرت أن القدرة على التعلم من المواد والأساليب والوسائل التعليمية العادية هي المحك الذي يفرق بين المبصرين والمعاقين بصرياً إضافة إلى حدة ومجال الأبصار .
 - 2- إن التعريف الاجتماعي ركز على الطريقة التي يستطيع الفرد أن يسلك بها ، أو التي يؤدي بها وظائف في الإطار الاجتماعي ، أي على نموه وأدائه .
 - 3- إن التعريف الطبي ركز على الجهاز البصري ووظائف وايضاً على الكفاءة او الفعالية التي يستخدم بها الفرد الجزء المتبقي لديه من البصر باستخدام المعينات البصرية (النظارة الطبية والعدسة اللاصقة) والعمليات الإجراحيه .
- حيث تمثل حاسة البصر أهمية خاصة في حياة الانسان حيث أنها تساعده على التفاعل الواقعي مع بيئة سواء كانت طبيعية أو اجتماعية وان حوالى ثلث المعلومات تأتي عن طريق حاسة البصر ، وإن التقديرات الاحصائية العالمية أن عدد المكفوفين في العالم لم يزيد عن 35 مليون نسمة وقد أوردت هيئة الصحة العالمية عن عدد من التقارير أن عدد المكفوفين في منطقة الشرق الاوسط تقل الى سبعة وخفض مليون نسمة وتهتم الدول المتقدمة بتربية المعاقين ومن بينهم المكفوفين حيث أن هذه الفئة لم تأخذ حقها ونصيبها كاملاً في الحياة العامة وذلك لتحقيق مبدأ تكافؤ الفرص بالرغم من أن إرتفاع تكلفه رعايتهم وذلك لتوفير لطاقات إنتاجية يستفيد منها المجتمع وتحقق قدراً من النمو للمعاقين وتجعله يحيا بحياة كريمة في المجتمع بعد انتهاء تعليمه وتأهيله .

تصنيف الاعاقة:

تقسم الفئات الخاصة حسب نوع الإعاقة:

1- الاعاقة الحسية Sensory Disability :

مثل كف البصر Bliness والصمم Deafness

2- الاعاقة الجسدية : Physial Disability :

وقد تكون حريكة motor مثل المقعدين ، ومبتوري الاطراف أو مرضية مثل الايدز والسرطان والسكري والفشل الكلوي .

3- الاعاقة النفسية Rychdogial Disab :

مثل الخوف والمرض والاضطرابات السيكوسوماتية والعصابية .

4- الاعاقة الاجتماعية Social Disabilig :

مثل الاحداث الجانحين وأطفال الشوارع والمتسولين ، وهي الفئات التي تعاني من عدم قدرتها على التوافق الاجتماعي مع بيئتها .

5- الاعاقة العقلية Mentadls :

وقد تكون تخلف عقلي أو مرض ، مثل (الذهان - الصرع) ومن الاعاقات العقلية التي تم التعرف عليها حديثاً ، إعاقة التوحد Austism والتي تحدث نتيجة خلل وظيفي في المخ ، تحدث قبل أو خلال أو بعد الولادة مباشرة.

6- أصحاب القدرات الخاصة: "People With Outstanding abilities"

مثل فئات المتفوقين دراسياً والمبدعين والمبتكرين بوصفهم فئات تحتاج إلى معاملة وعناية ورعاية خاصة حتى تحافظ وتنمى القدرات الخاصة لدى هذه الفئات وغالباً ما تعاني هذه الفئات في التوافق الاجتماعي مع الآخرين .

وهناك من يصنف الإعاقة إلى مجموعتين :

1- مكفوفين كلياً : Totalg Blinds وهم مصابون بفقدان تام بالبصر وتكون قوة ابصارهم صفراً ويمكنهم التعلم باستخدام الطرق الخاصة بهم فقط كطريقة برايل وتنقسم هذه الفئة الى قسمين :-

أ- مكفوفين كلياً قبل سن الخامسة .

ب- مكفوفين كلياً بعد سن الخامسة .

2- مكفوفين جزئياً Partially Blind (ذوي الرؤية المنخفضة) LOW VISION هم المصابون بقصور حاد في قوة الابصار فلا تزيد عن (6/60 او 20/200) ويستطيعون قراءة بعض الأحرف المكتوبة بخط كبير واضح على أنه يمكن تقسيم كل فئة بدورها إلى فئتين حسب السن الذي حدثت فيها الإعاقة.

3- ضعاف البصر : وهم المصابون بقصور وقوة الابصار وتنحصر بين 6/60، 24/60 وتنقسم هذه الفئة الى قسمين:

أ- حالات الضعف الثابتة: وهي تنقسم الي ضعف بصري وولادي، وضعف بصري مكتسب.

ب- حالات الضعف الطارئ. حسن ، (2003م) .

خصائص الإعاقة:

1- الإعاقة من التأخير أو التعويض ومعناها باللغة الانجليزية Hanlipped اي تكيب اليدين أو بمعنى عاهة أو عيب أو تشوه Deficienay بمعنى عجز أو نقص Impairment بمعنى القصور.

2- الإعاقة نسبية وليست مطلقة تختلف من شخص لآخر ومن مجتمع ومن زمن لآخر .

3- الإعاقة جزئية وليست كلية أصابت جزء أو عضو أو حاسة أو قدرة وظيفة وليس كلية أو شاملة تجعل صاحبها عاجزاً تماماً .

4- الإعاقة ظاهرة طبيعية موجودة في كل المجتمعات سواء المتقدمة أو النامية (المختلفة)

5- الإعاقة مشكلة متعددة في أبعادها ومتداخلة في جوانبها حيث يتشابك فيها الجانب الطبي ، النفسي ، التعليمي ، الاجتماعي ، التأهيلي وذلك بصورة يصعب الفصل بينهم.

تعريفات المعاق:

يعرف عبد الرحيم (1997) المعاق بأنه كل فرد اعيقت بعض أعضائه أو وظائفه عن الطبيعية السوية المؤلفه في غالبية البشر .

أشار الشائع (1999م) ان المعاق هو الذي يحتاج الي الآخرين في تدبير حاجته البصرية ، وهو العاجز عن توجيه نفسه في مجتمعه وهو الذي لا يستطيع التحرك بفاعلية امام الآخرين ، وهو الذي لا يستطيع القيام بعمل منتج قياساً بمن هم في مثل عمره وجنسه وبيئته ، وهو العاجز عن المشاركة في العلاقات الاجتماعية وكذلك عن تأمين العيش لنفسه .

وكذلك ذكر الطيب (2000م) ان مؤتمر السلام العالمي والتاهيل عرف المعاق بانه كل فرد يختلف عما يطلق عليه لفظياً (سوي)و عادي اسماً ، عقلياً ، نفسياً ، اجتماعياً الي الحد الذي يستوجب عمليات تاهيلية خاصة وحتى يحقق اقصى تكيف تسمح به قدراته الباقية ويذكر أبوالنصر (2009م) بأن هنالك عدة تعاريف للشخص المعاق Disabed preso نذكر منها:

1- المعاق هو كل شخص أصبح غير قادر على الاعتماد على نفسه في مزاوله عمله أو القيام بعمل آخر والاستقرار فيه أو نقصت قدرته على ذلك نتيجة لقصور عضوي أو عقلي أو جسمي أو نتيجة لعجز خلقي كما يطلق عليه لفظاً سوي أو عادي. وهنالك تعريف آخر هو أن الإعاقة هي عجز عن أداء الوظيفة وقد يكون العجز جسمي، عقلي وحسي أو خلقي .

وفي ضوء التعريفات السابقة يمكن تعريف الإعاقة بأنها حالة من القصور أو الضعف أو العجز أو الخلل في القدرات الحسية أو الجسمية أو العقلية أو النفسية أو الاجتماعية ترجع إلى عوامل وراثية أو بيئية أو الأثنين معاً، تحد من قدرة الشخص على القيام بأدواره في العمل والحياه بشكل طبيعي ومستقبلي .

2- المعاق بانه كل شخص يختلف عن من يطلق عليه سوى أو عادي Nomal جسمياً ، N أو حسياً أو عقلياً أو نفسياً أو اجتماعياً، إلى الحد الذي يستوجب معه عمليات تأهليليه

Rehabitation خاصة، حتى يحقق أقصى قدر ممكن من التوافق Adaptaion تسمح به قدراته ومواهبه.

وتعرف الباحثة المعاق بأنه شخص غير قادر علي الاعتماد علي نفسه في حاجته اونقص في قدراته نتيجة لقصور عضوي ، عقلي مما يجعله في امس الحاجة الي العون الخارجي .

مظاهر الإعاقة البصرية :

تتعدد مظاهر وأشكال الإعاقة البصرية ومنها :

وَأولاً : حالة قصر النظر Myopia :

وتبدو مظاهر هذه الحالة في الصعوبة رؤية الأشياء البعيدة لا القريبة ، ويعود السبب في مثل هذه الحالة إلى سقوط صورة الأشياء المرئية أما الشبكية Reteig ، وذلك لأن كرة العين (Eye Ball) أطول من طولها الطبيعي، وتستخدم النظارات الطبية ذات العدسات المقرة Conave Lens لتصحيح رؤية الأشياء بحيث تساعد هذه العدسات على إسقاط صورة الأشياء على الشبكية نفسها.

ثانياً : طول النظر Hyporopia :

وتبدو مظاهر هذه الحالة في صعوبة رؤية الأشياء القريبة لا البعيدة ، ويعود السبب في مثل هذه الحالة إلى سقوط صورة الأشياء المرئية خلف الشبكية ، وذلك لأن كرة العين اقصر من طولها الطبيعي ، وتستخدم النظارات الطبية ذات العدسات المحدبة Convex Lens لتصحيح رؤية الأشياء بحيث تساعد هذه العدسات على اسقاط صورة الأشياء على الشبكية نفسها.

ثالثاً : حالة صعوبة تركيز النظر Astigmatism :

وتبدو مظاهر هذه الحالة في صعوبة رؤية الأشياء بشكل مركز Notin Focus، أي صعوبة رؤاها بشكل واضح ، ويعود السبب في مثل هذه الحالة إلى الوضع غير الطبيعي لقرنية العين Cornea Lens أو العدسة وتستخدم النظارات الطبيعية ذات العدسة الاسطوانية Cylendyic لتصحيح رؤية الأشياء، بحيث تساعد هذه العدسة على تركيز بالأشعة الساقطة من العدسة وتجميعها على الشبكية، وفي هذه الأيام تصحيح المظاهر السابقة للإعاقة البصرية عن طريق الليزر. (فايز، 2012م)

وأضاف الدهرى، 2005م بعض المظاهر وهي:

اضطرابات القرنية Cor Neal Disorder:

هي إحساس بوجود أشياء غريبة في العين ، وقد يكون ذلك ناتجاً عن حوادث مختلفة وقعت للشخص أثناء حياته اليومية ، أو نتيجة التهابات في القرنية.

1- الحول: Strabisms:

هو عدم التوازن الناتج عن عدم القدرة على النظر والاتجاه نفسه يؤدي ذلك إلى تشويش البصر وهو أيضاً عبارة عن إختلال وضع العين أو حدهما يعيق وظيفة الأبصار عن الأداء الطبيعي ، كيون إما خلقياً أو وراثياً وكثيراً ما يكون ضعف عضلات العين واحداً من الأسباب الرئيسية للتحول.

2- الرمد الربيعي :

هي حساسية عالية تصيب العين ويكثر ظهورها في فصل الربيع، حيث تكثر بذور اللقاح ، فينتج عن ذلك التهابات تؤدي إلى التأثير الشديد على القرنية.

3- حالة البهق:

حساسية في العين وهي حساسية شديدة للضوء حيث إنهم يفضلون البقاء في الأماكن المعتمه أكثر من الأماكن المضيئة.

ويضيف بركان 2008م الآتي:

1- انفصال الشبكية Retinal Detachnoaty :

ينتج من انفصال الشبكية عن جدار مقلة العين عن تنقب في الشبكية مما يسمح للسائل بالتجمع اللامركزي وينتهي بانفصال الشبكية عن الاجزاء التي تتصل بها لعدة اسباب منها اصابات الرأس وقصر النظر ومرض السكري إلى حالة انفصال الشبكية ، ومن أعراضها ضعف الرؤية والآلام الشديدة ويسعى العلاج الى اغلاق الثقوب واعداد توصيل الشبكية بالجدار.

2- الماء الأبيض: Ecataractg :

ويقصد بها عتامة عدسة العين ويحدث ذلك نتيجة بسبب الألياف البروتينية المكونة للعدسة ، وتؤدي إلى صعوبة رؤية الأشياء ، ويتم علاجها عن طريق العمليات الجراحية ، ويتم بعد ذلك تركيب او زرع عدسات.

3- الجلوكوما Glaucoma :

وتعرف الجلوكوما باسم المياه السوداء وهي زيادة حادة في ضغط العين مما يحد من كمية الدم التي تصل إلى الشبكة مما يؤدي إلى تلف الخلايا العصبية وبالتالي العمى إذا لم تكتشف الحالة وتعالج مبكراً ، وتعالج الجلوكوما الطفولية جراحياً، في العادة أما بالنسبة للكبار فهي تعالج بالعقاقير .

وتصنف المياه السوداء إلى نوعين رئيسيين:

1- المياه السوداء الولادية:

وتوجد منذ لحظة الولادة وتحتاج إلى جراحة مباشرة لمنع الضعف ، ويحدث في الحالات الشديدة أن تكون القرنية مدفوعة إلى الأمام ، وفي هذه الحالة تسيل دموع الطفل بكثرة ينتج عنها زيادة الضغط الداخلي في العين وتلف القرنية.

2- المياه السوداء لدى الراشدين Adult Glaucomi:

وفي هذه الحالة يعاني الأفراد المصابون من الصداع في الجزء الأمامي من الرأس وخاصة في الصباح. وقد يكون كلا النوعين (الجلانكوما الولاديه و الجلانكوما الراشدين) اوليه (ليس ناتج عن مرض ما في العين) وقد يكون ثانويا (ناتج عن مرض ما في العين) ويمكن معالجة هذا النوع بقطرة العيون التي تعمل على خفض الضغط.

العوامل التي تؤثر علي حدة الابصار :

أ- قوة اضاءة السطح

ب- الفرق بين العلامات والسطح الخلفي

ت- اخطاء الانكسار

ث- وضع صورة الجسم علي وسط الشبكية (شرف ، 1988).

عملية الرؤية :

ان الاشعة الضوئية الصادرة من الجسم تسقط علي العين فتتفد من خلال القرنية ثم العدسة البلورية والسائل الزجاجي وتعمل هذه علي انكسار الاشعة وتجمعها فوق الشبكية ويتكون الجسم المرئي علي الشبكية صورة مصغرة مقلوبة (البقع العمياء) ، عند ذلك تنتقل العين هذه الصورة علي شكل سجلات عصبية الي الدماغ حتي يميزها الانسان و ثم الي مراكز الابصار . (معايطة واخرون ، 2000م) .

ويضيف الي ان الاشعة الضوئية في الجسم تمر بالترتيب عبر :

(1) القرنية وتعمل علي انكسار ه

(2) السائل المائي

(3) الحدقة

(4) العدسة (تعمل علي تركيز الضوء)

(5) السائل الزجاجي

(6) الشبكية يتم عند التركيز

(7) العصب البصري الذي تنقل فيه الصورتان .

(8) الدماغ الذي يتم فيه تفسير هذ الشفره وتترجم الي ابصار

وتري الباحثة ان وظائف العين هي الشعور بالاشعة الضوئية والاحساس بها ،اما وظيفة

الدماغ تفسير ماتم رؤيته واعطاء معن له .

أسباب الإعاقة :

هنالك العديد من الأسباب التي تؤدي إلى الإعاقة البصرية وتختلف باختلاف الأفراد.

تقوم الباحثة بحصر بعض الأسباب للاعاقه.

أولاً :مجموعة اسباب ما قبل الولادة :

ومن أسبابها العوامل الوراثية أو البيئية التي تؤثر على نمو الجهاز العصبي المركزي ، وأسباب تتعلق بصحة الجنين - الحمل.

فقد يتعرض الجنين إلى أمراض تصب الام فتؤثر على المناخ الصحي للجنين، كما أن هنالك أخطار مباشرة على الجنين فمن حالات امراض الأم.

1- مرض الحلوي المزمن.

2- داء السكري .

3- حالات تسمم الأم.

4- عامل RH.

5- سوء التغذية

ومن الأخطار المباشرة التي يتعرض لها الجنين :

1- الحصبة الالمانية.

2- مرض الزهري.

3- داء التسمم

4- البلازمي ، الحمل.

5- العقاقير والمواد الكيميائية .

6- تعرض الام للنظائر المشعة والاشعة السينية خلال شهور الحمل.

7- أسباب ادمان الوالدين أو احدهما.

8- تعاطي بعض الأدوية خلال فترة الحمل الأولى دون استشارة الطبيب.(جميش ،(2007م))

ثانياً : مجموعة أسباب تحدث أثناء الولادة :

مثل :

1- الولادة المبكرة.

2- كما أن العقاقير التي تعطي الأم اثناء الولادة بهدف تخفيف الآلام تؤثر على العمليات

الوظيفية للمخ نظراً لأن هذه العقاقير تمر بسهولة من خلال المشيمة وهذه يؤثر على مخ الجنين .

ثالثاً : مجموعة أسباب تحدث بعد الولادة :

يقصد بها مجموعة من العوامل التي تؤثر على نمو العين ، ووظيفتها الرئيسية مثل:

1- إصابة الطفل بمرض الصفراء مما يؤثر على نمو المخ.

2- إصابة الطفل بالتشنجات في الأيام الأولى للولادة.

3- العوامل البيئية كالتقدم في العمر .

رابعاً :الاسباب التشريحية : أو هي أسباب تعطل العين عن أداء وظيفتها وتقسم

إلى :

1 أسباب خارجية : تتعلق بكرة العين وتشمل عيوب الأجزاء المكونة للعين كالطبقة القرنية والشبكية.

2 أسباب داخلية : تتعلق بالعصب البصري ، وتلف المراكز العصبية للدماغ.

خامساً : الحوادث المختلفة وأسباب أخرى :

من أهم أسباب الإعاقة البصرية الحوادث بمختلف أنواعها (الحوادث المرورية ، الاخطاء المنزلية ، الحروب) (جميش-2007م)

إصابة العين نتيجة المشاجرات أو الضرب على الرأس.

سادساً : إلتهاب العين البصري Opticner Nerver Damago

اشار الحديدي،(1998) ينتج عن بعض الأورام والأصابات التي تصيب العظام المحيطة بالعصب البصري فتؤدي إلى ضمور في العصب البصري ، وهذا يؤدي إلى فقدان الاتصال بين العين والمخ، وايضاً نتيجة لنقص الاوكسجين وقد تؤدي إصابة العصب البصري إلى العمل التام. ويضيف Deiner ، بعض الأسباب التي تؤدي إلى الإعاقة البصرية منها:

1- المياه البيضاء Catarads وسببها وجود عتامه في عدس العين ، مما يؤدي إلى عدم القدرة على الرؤية.

2- انفصال الشبكية Detached Rietina ينتج عن انفصال الشبكية عن جدار العين ، وبالتالي تفقد الشبكية قدرتها على العمل.

3- تلف كرة العين Eye Ballima وهو تلف العين نفسها وقد يؤدي ذلك إلى كف البصر الدائم.

4- المشكلات العضلية Muscular Proben تشمل عجز العضلات المتحكمه في العين عن العمل بالتنسيق مع بعضها البعض لتحديث رؤية واضحة ، وتوجد ثلاثة أنواع من المشكلات العضلية:

أ- العين الكسلانة Lazy Eye (الكمت أو العتمة Amblyopia) هو إنخفاض أو فقدان الأبصار في أحد العينين نتيجة عدم الاستخدام ، والسبب في ذلك هو عدم توازن العضلة.

- ب- التذبذبة السريع واللا إرادي للمقلتين الرؤية Nystagmus هو حركة إرادية للعين وهو ليس مرضياً بل عرض للمرض وهو غالباً مؤثر لضعف البصر .
- ت- الحول Strabismus : وهو عيب في قدرة العين على كسر الضوء حيث لا تتمكن العين من التركيز المتزامن على نقطة واحدة.

أعراض الإعاقة البصرية:

هنالك الكثير من الأعراض نذكر منها الآتي:

- 1- تقريب أو أبعاد الأشياء لرؤيتها .
- 2- يخلط الاحرف والأرقام والأشكال المتشابهه.
- 3- وضع غير طبيعي للرأس اثناء المشي .
- 4- الشعور بالتعب أثناء القراءة والاحساس بالكتابة.
- 5- كثرة إسالة الدموع.

قياس وتشخيص الإعاقة البصرية:

ان الكشف المبكر عن الاعاقة يتطلب من الاباء والمعلمين اهتماماً خاصاً ويذكر العديد من الباحثين عدد من المظاهر السلوكية والخارجية والتي تعد مؤشرات علي وجود صعوبة بصرية ، لدي الباحثين عدد من المظاهر احمرار مستمر في العينين او احدهما ، كثرة افرازات العينين للدموع او الافرازات البيضاء ، فرك العينين من قبل الطفل بصورة مستمرة ، الالتهاب المتكرر ، صعوبة تركيز النظر ، وضع الراس بصورة غير طبيعية اثناء القراءة او الكتابة ، صعوبة رؤية الاشياء او رؤية الاشياء مزدوجة تقطيب الحاجبين ، صعوبة تمييز الالوان .

من الأدوات والمقاييس التي تستخدم في تشخيص الإعاقة البصرية طريقة لوحة سنلس Snellen chart وهي من الطرق التقليدية ، وهذه اللوحة تتكون من ثمانية صفوف من الحروف ويطلب من المفحوص أن يحدد اتجاه فتحه الحروف المشار اليها من قبل الفاحص هل الفتحه إلى أعلى ام أسفل أو يميناً أو يساراً ويقف المفحوص على مسافة 6 أمتار فإذا اجتاز الفرد بنجاح اتجاه صف الحرف الثامن أما إذا استطاع الفرد اجتياز الحروف حتى الصف السابع فيمكن القول أن قدرته على الأبصار هي 12/6.

طرق الوقاية من الإعاقة البصرية :

- 1- ان منع حدوث فقدان او ضعف بصري عملية بالغة الاهمية غالباً ما يدرك الانسان العادي انها وحدها تعني الوقاية الا ان هناك مستويات واشكال اخرى للوقاية
- 2- الكشف المبكر لحالات امراض العيون وعلاجها.

- 3- توفير الرعاية الصحية الشاملة للأم أثناء فترة الحمل وبعد الولادة وعدم تعاطي العقاقير إلا بعد استشارة الطبيب.(الدهرى ، 2005م)
 - 4- تقديم الخدمات الطبية والتربوية والاجتماعية والتأهيلية اللازمة فالوقاية ليست مسؤولية الاطباء او الجهات الصحية وحسب انما مسؤولية الاسرة والمجتمع والفرد وتذكر العزة (2000) طرق الوقاية ومنها الاتي :
 - 1- التأكد من التاريخ الاسري لكل من الزوجين وخلوهم من الامراض الوراثية
 - 2- فحص العائلة بشكل منتظم ومراجعة الطبيب في حدوث اضطرابات او التهابات في العين
 - 3- اللجوء الي فحص البصر من حين الي اخر
 - 4- معالجة امراض التراكوما
 - 5- تناول الفايتمينات وتجنب مشاكل سوء التغذية
 - 6- تجنب الام الحامل لتناول الادوية والعقاقير الا بامر الطبيب
- تجنب الام الحامل للاشعة السينية .

خصائص المعاقين بصرياً :

يتفق الباحثون أن الإعاقة البصرية تمثل مشكلة جوهرية يترتب عليها إعادة تنظيم لجميع مكونات الشخصية، فالإعاقة البصرية فما تفرضه على الفرد من قيود حركية، اجتماعية، سلوكية، انفعالية، فإنها تعطل أداءه الوظيفي مما يؤثر سلباً على جوانب نموه المختلفة. وبـل تؤثر على شخصيته ككل ومن ثم فهي تطبع شخصيته بخصائص وسمات معينة قد تميزه في حال المقارنة عن أقرانه من المبصرين وتكاد جميع الكتابات التي تناولت خصائص المعاقين بصرياً على أن هنالك مجموعة من الخصائص التي تميزهم ، وتشمل الآتي :-

1/ خصائص شخصية الكفيف:

يؤكد (احمد (1988م)) المذكور في (خليفه وسعد (2008م)) ، أن العديد من الدراسات التي تناولت سمات المعوقين ، أنهم يتسمون ببعض الخصائص من بينها الشعور الزائد بالقلق أو الإحساس بالضعف والاستسلام ، وعدم الشعور بالأمن والخوف من المجهول وعدم الاتزان الانفعالي وسيادة مظاهر السلوك الدفاعي لديهم.

فهناك إجماع عام بأن شخصية الكفيف تتحرك في حدود بعض الإطارات التالية:

- 1- تتسم حركة الكفيف المحدودة بكثير من الحوز واليقظة حتى لا يصطدم بعقبات أو يقع على الأرض. ونتيجة لذلك فهو أما يعتمد بدرجة كبيرة على علاقاته الاجتماعية بالافراد المحيطين به ، وأما يتخذ موقفاً مغايراً من المساعدة التي تقوم إليه فيرفضها تماماً. ويحاول أن

يعتمد على نفسه فقط، وأما إنه يرفض المساعدة وينجو في الوقت نفسه باتجاه الشخصية الانسحابية ، وذلك يؤدي إلى عدم التكيف .

2- يتقبل الكفيف إعاقته أو يرفضها في ضوء الاتجاهات الوالدية نحوه .

3- نظراً لأن الكفيف يستخدم حواسه الأربعة في إنجاز بعض الاعمال ، التي يعتمد بدرجة كبيرة على حاسة البصر ، فإنه يبذل طاقة وجهد أكبر بين أثناء حركته ، وذلك يعرضه كثيراً للجهاد العصبي والشعور بعدم الأمن وخيبة الأمل مما ينعكس أثره سعيّاً على شخصيته .

4- تؤثر المشكلات وخاصة المشكلات التي تتعلق بالوظائف المعرفية والحركية والتجوال وكذا المشكلات الشخصية التي تتعلق بالإعاقة على حياة الكفيف .

2/ الخصائص الجسمية :

يترتب على الاعاقة البصرية آثار جسمية مختلفة ففي حين نجد النمو الجسمي في الطول والوزن يسير على نحو لا يختلف عن نمو الأطفال المبصرين فإن بعض القصور يمكن أن يلاحظ في المهارات الحركية .

المعاقون بصرياً يواجهون قصوراً في مهارات التناسق الحركي والتأزر الفعلي نتيجة لمحدودية فرص النشاط الحركي المتاح من جهة ونتيجة الحرمان من فرض التقليد للكثير من المهارات الحركية كالقفز والجري والتمارين الحركية من جهة أخرى وهذا القصور في المهارات الحركية لدى المعوقين بصرياً يرجع إلى الأسباب التالية:-

- نقص الخبرات البيئية والذي ينتج من "
- محدودة الحركة .
- نقص المعرفة بمكونات البيئة .
- نقص في المفاهيم و العلاقات المكانية التي يستخدمها المبصرون .
- القصور في تناسق الاحساس الحركي .
- القصور في التناسق العام .
- فقدان الحافز للمغامره .
- عدم القدرة على المحاكاة والتقليد .
- قلة الفرص المتاحة لتدريب المهارات الحركية .

الحماية الزائدة من جانب أولياء الامور التي تعوق الطفل عن اكتساب خبرات حركية مبكرة .
درجة الابصار ، حيث ينتج القدرة على الابصار للطفل فرصة النظر إلى الاشياء الموجودة في بيئته والتعرف على اشكالها والوانها وحركتها مما يؤدي إلى جذب إشارة اهتمامه بها فيدفعها هذا إلى التحرك نحوها للوصول إليها فيساعد ذلك على تنمية وتدريب مهاراته الحركية في وقت مبكر .

3/ الخصائص العقلية :

حيث هنالك صعوبة في قياس ذكاء المكفوفين وضعاف البصر بدقة لاعتبارات هامة أهمها أن معظم اختبارات الذكاء المتوافره ، وبالطبع على أجزاء دائيه (كبناء المكعبات وتجميع الأشكال)، وبالطبع فهي غير ملائمة للاستخدام مع المعوقين بصرياً. وفي معظم الأحيان يلجأ الباحثين إلى استخدام الجزء اللفظي من مقياس وكسر لذكاء الاطفال ومن الملاحظ أن المعوقين بصرياً يواجهون مشكلات في مجال إدراك لمفاهيم ومهارات التصنيف للموضوعات المجردة خاصة مفاهيم الجزء والمكان والمسافة، من جانب آخر فإن الانتباه والذاكرة السمعية من العمليات العقلية التي يتفوق فيها المعاقون بصرياً على المبصرين وذلك نتيجة لتدريب الذي يمارس المعاقون بصرياً بهذه العمليات بحكم اعتماده بدرجة كبيرة على السمع.(د.نجده ونجلاء، 2015م) .

4/ الخصائص الانفعالية :

يعاني المعاقون بصرياً من الاضطراب الانفعالي. ويتميزون بخصائص البناء النفسي الضعيف ، وهذا ما أكدته نتائج الدراسات السابقة فقد اشارت نتائج دراسة رشا محمد (2004) إلى أن مكفوفي البصر يعانون من الاحساس المرتفع بالوحده النفسية ، وأشارت نتائج دراسة كارنت (1998) إلى أن المعاقين بصرياً أكثر قابلية لظهور مؤشرات الاحباط مثل المشاعر المحبطة والقلق والارق والأفكار الطفلية وأشارت نتائج دراسة رشا عبد العزيز (1994) إلى أن المعاقين بصرياً تنتشر بينهم الاعراض العصابية أكثر من المبصرين ومن بين تلك الاعراض : القلق والوسواس القهري ، والرهاب والاعراض السيكوسوماتية والهستيريا والاكنتاب .

واشارت نتائج دراسة بيتي (1991) إلى انخفاض صورة الذات لدى العميان عن المبصرين ، يلخص محمد عبد الله (2004) بعض الخصائص الانفعالية للمعاقين بصرياً فيما يلي :-

1- انخفاض مفهوم الذات ، وسوء التوافق الشخصي والاجتماعي .

2- الشعور بالاحباط والتوتر وبالعجز والدونية.

3- فقدان الشعور بالأمن والطمأنينة.

4- اختلال صورة الجسم وعدم الثقة بالنفس .

5- انتشار الاضطرابات النفسية كثيراً بينهم ، وبعد القلق أكثر شيوعاً .

6- كثرة استخدام الحيل الدفاعية الأخرى.

وتعقياً على ما سبق ، إن الإعاقة البصرية تؤثر سلباً على الحالة الانفعالية بحيث تجعله يفقد الثقة في نفسه ، ويميل إلى الانطواء والانسحاب من عالم المبصرين، ويقوم باستخدام الحيل الدفاعية اللاشعورية . وهذا يجعله عرضة للاضطرابات النفسية ، ويزيد من الضغوط الواقعة عليه بحيث يعجز عن مواجهتها بطرق ايجابية بناء .

وبعد العرض السابق للخصائص المرتبطة بذوي الاعاقة البصرية ، تجدر الإشارة إلى ما يلي :-

1- إن لا يمكن تصميم هذه الخصائص على المعاقين ، بصرياً في كل الاحوال ، وذلك لأنه على الرغم من انهم يشتركون في صفة واحده، وهي الاعاقة البصرية إلا أنه توجد فروق بينهم في هذه الخصائص .

حيث يشير (سليمان ،2001:) إلى أن المعاقين بصرياً يشكلون فيما بينهم مجموعة متجانسة من الأفراد ويختلفون في خصائصهم واحتياجاتهم تبعاً لطبيعة الصعوبة البصرية ودرجتها والسن الذي تقع فيه ، وأساليب التعامل معهم ، ونوعية الخدمات المتوفرة لهم و التي تسهم بدرجة كبيرة في تشكيل خصائصهم المختلفة.

2- إن من طالع هذه الخصائص ، ويمعن النظر فيها يستطيع أن يجزم بأن هناك تأثيراً وتأثراً متبادلاً بين تلك الخصائص ، وأنها تتفاعل جميعاً في حدوث الاضطراب النفسي لدى المعاق بصرياً ، وأشاعره بالعجز والنقص.

لذا من لضروري الاهتمام بالمعاقين بصرياً عن طريق تقديم خدمات ارشادية علاجية تساعدهم على تقبل انفسهم بحيث يتحقق توافقهم الشخصي والاجتماعي ويمكنهم التعامل مع اعاقتهم بطريقة ايجابية تجعلهم يتخذون منها دافعاً لتحقيق أهدافهم حتى يثبتوا انهم لا يقلون كفاءة عن المبصرين . ونظراً لأن اهم ما يميز البناء النفسي للمعاق بصرياً هو الشعور بالنقص فالصورة قد تبدو قائمة في النظرة الى المعاق بصرياً إلا أننا نرى أن كف البصر وما يترتب عليه من شعور بالنقص يمثل ازمة حقيقية في حد ذاته وأن لهذه الأزمة بعديها: السلبي ويتمثل في الشعور بالاحباط والانطواء والغلة عن المجتمع والمعاناة من الاعراض العصائية وصولاً إلى الاغتراب والاحساس بتشتت الهوية.والايجابي ويتمثل في زيادة الدافع للانجاز والرغبة في التعويض وتحقيق الذات باستثمار كل قدراته وامكانياته المتاحة.

5/ الخصائص اللغوية :

تؤدي اللغة وظائف كثيرة ، ومن بينها الوظيفة الاجتماعية باعتبارها أداة اتصال وتفاهم ، فهي وسيلة الفرد للفعل مع الآخرين ، وإذا كانت اللغة مهمه للفرد العادي فإنها أكثر أهمية للمعاق بصرياً ، وذلك لأن فقدان البصر يؤثر على منظومة التواصل بينه وبين الآخرين على المستوى غير اللفظي "قراءة الشفاه" لغة الاشارات ، والايماءات " ومن ثم يعتمد على التواصل اللفظي المنطوق الذي يتضمن التخاطب ، والاستماع واللغة والكلام وبالنظر إلى النمو اللغوي لدى المعاق بصرياً ، يلاحظ أنه يكتسب اللغة المنطوقة ويتعلم الكلام بالطريقة نفسها التي يتعلم بها المبصر . وإن كانت هناك فروق بينهما في اكتساب اللغة ، وترجع هذه الفروق إلى أن المعاقين بصرياً يعتمدون بشكل كبير على حاسة السمع والتقنات اللمسية في تعلم اللغة والكلام وهذا يؤدي إلى

بعض القصور والاضطرابات في اللغة لديهم حيث يصعب عليهم تتبع التلميحات الصادرة عن المتحدث وحركة الشفاه ، والتعبيرات الوجهية المصاحبة للكلام . (سيسالم ، 1997م) . بالإضافة إلى أن لمعاق بصرياً يعتمد في كتابته وقرأته على اللغة المطبوعة على الحروف البارزة مستخدماً حاسة اللمس بينما يعتمد المبصر في ذلك على عينيه مستعيناً بالحروف الهجائية العادية . (الدوسان 2001م) .

فإن المعاق بصرياً يعجز عن متابعة الايماءات والاشارات وغيرها من اشكال اللغة غير اللفظية ، مما يحرمه من اكتساب معاني بعض الالفاظ نتيجة عدم استطاعته الربط بين كل من اصوات بعض الكلمات والمدركات الحسية الدالة عليها أو الوقائع والاحداث البصرية الممثلة لها. وخاصة ما لا يقع منها في متناول بقية حواسه كالأشياء كبيرة الحجم مثلاً "والتي لا يكتمل ادراكه لها إلا عن طريقة حاسة البصر "امين (2001).

كما يعاني الاطفال المكفوفين من اضطرابات النطق والكلام فقد اشارت دراسة مسحية أجرتها stanch field إلة أنهم يعانون من بعض عيوب النطق التي تتراوح ما بين عيوب حقيقية إلى حادة. ولكن هذه العيوب يمكن تلخيصها بنسبة أكبر من علاج مثلها عند الاطفال الهم ، كما أشارت دراسات مسحية أخرى لهم أن ابدال الحروف والجلجله تعتبر من أكثر عيوب النطق انتشاراً وحاول بعض العلماء اعطاء أسباب سيكولوجية لهذه العيوب عند المكفوفين من بينها : الميول الطفية ، والتمركز حول الذات ، والاشباع العاطفي ، ومشاعر النقص والتعويض المفرط، إلا أن الدراسات التجريبية التي أجريت لهم تبرهن على وجود ارتباط بين عيوب النطق وبين نمط استجاب سيكولوجي محدد. (حسين، 2003م).

6/ الخصائص الاجتماعية :

أن التفاعل الاجتماعي في الحياة اليومية لا يقوم فقط على الاتصال اللفظي وحتى الاتصال اللفظي نفسه يتضمن الكثير من المتضامين الرمزية التي يعبر عنها تغيرات الوجه والعيون والاشارات ، والتي تضيف على التواصل اللفظي معنى وقيمة أكبر والمعوقون بصرياً بحكم طبيعة إعاقتهم يواجهون قصوراً في مختلف أنماط ذلك التعبير الرمزي غير اللفظي (يطلق عليه الاتصال العيني) ويلعب الاتصال العيني دوراً كبيراً في التفاعل الاجتماعي وذلك من خلال تعبيرات الوجه والاشارات ، وهو ما يعرف بلغة الجسم Body Language .

وتذكر عبيد (2005) بأن العوامل النفسية الداخلية كالاتجاهات المخصوصة عن الذات التي تكسب من الأسرة والزملاء والمعلمين لها أهمية كبيرة في الاعاقة النفسية ومفهوم الذات ، فيجدون متاعب في اكتساب مهارات عقلية ذات علاقة شخصية وتكون المشكلات الناشئة عن عدم قدرته

على الانتقام من الإيحاءات البصرية التي يعتمد عليها المبصرون بشكل أساسي في تعليم السلوك الاجتماعي والمهارات.

وهكذا ما أكدته نتائج دراسات: يونج (Yong:2004) وايات مصطفى (2002)، ورياض المنشاوي ومجدي حبيب 1995 وسمير عبد الغفار (1993) فقد اشارت نتائج هذه الدراسات إلى قصور في المهارات الاجتماعية لدى المعاقين بصرياً واضطراب في علاقتهم الاجتماعية.

وتجدر الإشارة إلى أنها من أهم العوامل التي ترفع من درجة التوافق الاجتماعي للمعاق بصرياً وهو التدريب على النشاطات الحياتية ومهارات الحياة المختلفة فيما يتعلق بالعباية بالذات ، والمظهر ، والتنقل في البيئـة ، وذلك لأن إتقان المهام السابقة يعمل بشكل مباشر على تعزيز ثقة المعاق بصرياً بنفسه ، وتقليل درجة اعتماده على الآخرين، ويسهم في تحسين الاتجاهات الاجتماعية نحوه وتحقيق التفاعل المستمر مع البيئـة المحيطة .

7 / الخصائص التعليمية Educational Characteristic :

لا تقتصر الخصائص التعليمية على درجة وطبيعة استعداد المعاق بصرياً للنجاح في الموضوعات الدراسية فقط بل تتعداها إلى كل ما هو مرتبط بالعمل المدرسي مثل درجة المشاركة في الأنشطة ، وطبيعة التفاعل مع المدرسين والزملاء وهناك عوامل كثيرة تؤثر على طبيعة الخصائص التعليمية للمعاق بصرياً مثل درجة الذكاء وزمن الاصابة بالاعاقة (ولادية ، مكتسبة) ودرجة الاعاقة (كف بصر كلي ، كف جزئي) وطبيعة الاتجاهات الاجتماعية (سلبية ، ايجابية) وطبيعة الخدمات الاجتماعية والتعليمية والتأهيلية والنفسية والصحية التي تقوم للمعاقين بصرياً في المجتمع إذ أن هذه العوامل تؤثر على كل من طبيعة مفهوم المعاق بصرياً عن ذاته ، وكذلك درجة تقبله لاعاقته ، وهما بدورهما يؤثران على طبيعة الخصائص التعليمية للمعاق بصرياً .

ومن أهم الخصائص التعليمية للمعاق بصرياً و التي يشير اليها محمد (2004) منها الآتي:

1- لا يختلفون عن المبصرين في قدرتهم على التعلم والاستفادة من المنهج التعليمي بشكل مناسب وجيد.(بشرط توفير احتياجاتهم اللازمة).

2- ببطء معدل سرعة القراءة سواء لما تمت كتابته بطريقة برايل ، أو الكتابة العادية.

3- انخفاض مستوى تحصيلهم الدراسي قياساً بالمبصرين.

وعلى الرغم من تأكيد الدراسات، ومنها هيو وارو (Hurre aAro(2002) وداريو (1997) Drapeau على أن التحصيل الدراسي للمعاق بصرياً أقل منه لدى الفرد العادي إذ تساوي كل منهما في العمر الزمني، والعقلي ، إلا أن هناك دراسات أخرى تتفاض هذه النتيجة فقد أشارت نتائج دراستي "بيتي (1991) Beaty إلى أن المراهقين العميان أكثر توفراً من المبصرين في التحصيل الدراسي وقد تم تفسير هذه النتائج غير المتوقعة في ضوء عوامل أخرى غير العوامل

العقلية مثل العوامل الدافعية لدافع الانجاز خاصة وأن التحصيل الدراسي المرتفع يعد السبيل الوحيد أمامهم لتحديد مستقبلهم المهني.

وتعقياً على ما سبق ، يمكن القول أن الإعاقة البصرية تعوق فاقد البصر عن التحصيل بالطرق العادية الخاصة بالمبصرين ولكن أن توفرت له المعلومات وكتبت بطريقة تناسب طبيعة إعاقته ، فهذا من شأنه أن يؤدي إلى تقارب مستوى تحصيله مع تحصيل المبصر ، وذلك لأن العجز البصري ليس له تأثير على الأداء المدرسي ؛ فالمعاق يمكن القراءة والاستيعاب والتحصيل مع توافر الوسائل والمواد التعليمية التي تتلاءم مع قصوره البصري.

8/ خصائص التوجيه والحركة :

يذكر عبد المطلب امين (2001)

المعاق بصرياً يواجه صعوبات فائقة في ممارسة أنشطة الحياة اليومية ، وتقلته من مكان إلى آخر ، وذلك نتيجة فقدان الوسيط الحاسب الأساسي اللازم للتعامل مع المثيرات البصرية إلى بذل مزيد من الجهد ويعرضه للاجهاد العصبي والتوتر النفسي ، والشعور بانعدام الأمن عموماً ، والارتباك تجاه المواقف الجديدة بخاصة ، مما يزيد أزمة الكيف لا سيما مع تزايد ما تفرضه التغيرات التعليمية والتكنولوجية السريعة والمتلاحقة من تعقيدات في الوسط البيئي خارج المنزل وداخله يوماً بعد يوم من ناحية ومع حاجة المعاق بصرياً ذاته الي توسيع دائرة نشاطه وتنقله وتطوير مهارته الحركية لمواجهة ما يفرضه عليه ايضاً نموه الزمني التعليمي من المتطلبات ، وضرورة التفاعل مع مكونات وعناصر وخصائص بيئية جديدة متداخله ، كبيئة الشارع والمدرسة والسوق ووسائل المواصلات وغيرها.

ويذكر محمد (2003) أن مفهوم التوجيه والحركة على مصطلحين متلازمين فهما :

1- التوجيه Oriebntation : ويعرف بأنه عملية استخدام الحواس لتمكين الشخص من تحديد نقطة إرتكازه وعلاقته بجميع الأشياء الأخرى المهمة في بيئته.

2- الحركة Mobility وتعرف بأنها قدرة وإستعداد الافراد على التنقل في البيئة والتوجيه يمثل الجانب العقلي في عملية التنقل ، بينما تمثل الحركة الجهد البدني المتمثل في الأداء السلوكي للفرد.

وتعقياً على ما سابق فإن المعاق بصرياً يفتقر إلى المهارات الحركية اللازمة للتعرف على البيئة ، مما يدفعه إلى تجنب التنقل بين الأماكن المختلفة حتى لا يصطدم بأي عوائق لا يمكنه تفاديها قد تعرضه في حالة الاصطدام بها لسخرية الآخرين .وهذا يدفعه إلى العزلة الاجتماعية ، أو أن يعتمد على الآخرين في التنقل من مكان لآخر.ويضم هذا الموقف في كل مواقف حياته ، وهذا يدعم لديه الشعور بالتبعية والشعور بفقدان قيمة الذات ، ولا شك في أن كلا الأمرين يمثلان رافداً من روافد الاضطراب النفسي لديه.

فالأسرة والمجتمع لهما الدور البارز والفعال في تلبية حاجات المعاقين سوء من الناحية الجسمية ، النفسية ، الاجتماعية ، المهنية .

ويشير ابو مصطفى ، (2000) انه يمكن تحقيق السعادة للمعاق وازالة المعوقات التي تهدد نموه واعادته الي مجتمعه من خلال تكيفه النفسي والمجتمعي والاسري حتي يصبح صالحاً ، ليتقبل وضعه ذاتياً ويتقبله الناس بين ظهرهم كانسان لا يختلف عنهم الا بقدر ما يختلف بعضهم عن بعض عندما يصاب بمرض من الامراض وذلك عن طريق اعادة تكيف الفرد غير العادي مع نفسه ومع مجتمعه واتاحة الفرصة له بالتعليم والتدريب بما يتناسب وقدراته .

القيود النفسية التي تفرضها الاعاقة البصرية :

1- الحد من قدرة الكفيف على ادراك اشياء معينة هنالك اشياء تعتمد أساس على الابصار ولا يمكن تعريف الكفيف بها بصورة واقعية عن طريق الحواس الاربعة المتبقية والتي يعتمد عليها الكفيف في تفهم العالم وقد يكون ذلك ميولاً بشكل تعريبي أو إجمالي أو يستخدم التنبيه وهنالك اشياء ادراكها يعرض الكفيف للخطر لذلك هناك استحالة في ادراك الاحجام البالغة الكبر أو الصغر ، اما الحواس الاربعة المتبقية للكفيف فهي تعطي ادراك جزئي لمعرفة الاشياء فالسمع يعطي القدرة على ضبط الاتجاه، وبعد المسافة كما أن اللمس لا يسبب الادراك إلا إذا حدث اتصال مباشر ما بين الكفيف والشيء الذي يلمسه.

2- الشعور بكف البصر كالمثير: يرى تيرمان أن الحرمان من الضوء أصعب من الحرمان من الصوت (كثير ضغطاً) فأكثر ما يترتب عليه القلق ، فضلاً عن صعوبات في التفكير والتذكر والشعور بالضغط يرجع إلى الشعور المتواصل بالعزلة اكثر من الاعاقة ذاتها.

3- الخوف من المراقبة شعور الكفيف أنه مراقب من المبصرين لسلوكه وانهم يرصدون عليه اخطاءه وهذا يجعله احياناً يسلك سلوك غير مقبول إجتماعياً لتفادي الوقوع في الخطاء كان يضع اصعبه في كذب عندما يصعب عليه الماء والتراب خوفاً من يسيل خارجه بعد امتلائه.

4- الشعور بالنقص أو الدونية: يتولد هذا عندما يحاول الكفيف أن يندفع في المجتمع فيجد نفس غير قادر على القيام بالاعمال المختلفة ويواجه الكفيف هذا الشعور بالنقص في كل حركة يقوم بها بطريقة مباشرة وغير مباشرة حتى لو سمع عبارات الاعجاب من البعض لما يظهره من قدرات فهو يرى في هذه عدم ثقة ويدرك أن ما يقوم به لا يصلح إلا إذا تجنب المواقف والنتيجة المنطقية والطبيعية إن تكون رد فعل الكفيف مماثلاً بهذه الضغط من ناحية البيئة التي يعيش فيها فهو يرفض نسبة الشعور بالنقص وتبدو علي الرغبة في الهروب وهذا الشعور بالنقص كثيراً ما يحظى النشاط الشخصي والقدرات والابداعات المختلفة.

5- تحديد عاطفية اعتبار الذات المعناه (المستمر للثناء من المجتمع) كل كائن بشري له صورة في ذاته تقارب معنى جوانبها لتشويه شديد من جوانب اخرى ،فإن كف البصر يؤثر تأثيرا مباشرا على سلوك الفرد واستجابته للمواقف المختلفة. وهذا يؤثر في فكرة الكيف في نفسه ويقلب في ذهنه الصورة التي رسمها له وكلما كانت الصورة المتصلة وعميقه كلما اصبح من العسيره والصعب عليه التخلص منها وتصبح عقبه امام قلبه لحالة وكثيرا ما يفكر الكيف في الاشياء التي يجرح شعوره ويفسرهما دائما ويتقلب هذه الاتجاهات الدونية مضحياً باحترامه لذاته أو يعارضها ويقاومها محافظ على احترامه لذاته بسبب له صراع نفسي بين نظرتة لنفسه ونظرتة للآخرين. (السيد 2011 المذكوره في سليمان ، 2016م).

مشكلات المعاقين بصرياً :

هنالك العديد من المشكلات نتيجة التأثير السلبي لهذه الإعاقة على نفسه وشخصيته وتفاعله مع الآخرين وعلى حركته داخل وخارج المنزل وعلى قدرته على الاستمرار في الدراسة والعمل وعلى ممارسة الأنشطة المختلفة.

ولقد صنف على (2000م) هذه المشكلات كالاتي:

1/ مشكلات نفسية :

نتيجة إحساس المعاق بصرياً بعدم الأمن وعدم القدرة على التحرك بحرية ، وعدم اشباع حاجاته الاجتماعية والنفسية كما تؤثر على تأكيد وتحقيق وتهذيب ذاته ، وعدم إدراك التفاعلات المحيطة به ، فإنه يصاب ببعض الصراعات والتوترات النفسية التي تزداد إذا كانت البيئة الاجتماعية غير ملائمة.

ولعل أهم المشكلات النفسية التي تواجه المعاق بصرياً :

أ- الشعور بالعجز وقلة الحيلة: ويعني شعور الكيف بالاستسلام للعاهة وقبولها بواقعها كما يتولد لديه الاحساس بالضعف و عدم القدرة على الاستقلال وتحمل المسؤولية واتخاذ القرار .

ب- الشعور بالأمن : ويعني أن الشعور بأن الحياة عديمة الجدوى خالية من المعنى ، وتمض بلا هدف أو غاية محددة.

ت- التمرکز حول الذات Ego Centycety : حيث أن فقد البصر يحد من ندرة الكيف على الحركة مما يؤثر على حريته واستقلاليته ، وفقدان الطمأنينة ، و عدم اهتمامه بما يجري حول أو يمس الآخرين مما يؤدي إلى بعده عن الواقع وشعوره بالخوف والقلق.

ث- الرفض Rafussal : ويعني شعور الكيف بالرفض لنفسه ولبيئته التي يعيش فيها ولمجتمعه ، كنوع من السلوك التعويضي أو الانكاري أو الدفاعي (حيل دفاعية)

- ج- التشاؤم Ressimis : ويعني توقع الكيف للفشل فيما يؤديه من أعمال ، وتوقع الأذى من الآخرين ، وتوقع عدم النجاح في الحياة
- ح- عدم الاتزان الانفعالي يظهر ذلك في عدم تناسب الانفعال مع المواقف صعودا وهبوطا وهي سمة عمومية عند المعاقين .
- خ- سيادة مظاهر السلوك الدفاعي يتضح في الافعال السلوكية اوالتبرير والسمة الدفاعية للمعاقين تكون بمثابة حمايه زايدة .

2/ مشكلات الترويح :-

تؤثر الاعاقه علي قدرة المعاق علي الاستمتاع بوقت فراغه وقد يرجع ذلك الي ما قد يجده الفرد من صعوبة في التعبير عما يريد لتحقيق ذلك يتطلب شخص اخر يمتلك مهارات خاصة او اجهزة ميكانيكية فاعلة .

3/ المشكلات الاجتماعية :

وهي المشكلات التي تواجه علاقة المعاق بصريا بالآخرين وتؤدي إلى سوء التكيف مهما كانت درجة الاعاقه ونوعها وسببها منذ ان اعتبرت الاسره بناء اجتماعيا يخضع لقاعدة التوازن في بناء الاسره وهو المستوى الامثل للعلاقات الاسريه الايجابيه التي تتميز بالمسانده والتكامل والاستمرار ومن المشاكل الاجتماعيه :

1- ابتداء بعلاقته الاسريه الصغيره ومايحيط بهم

- 2- مشكلات الرفقاء مثل الاصدقاء الذملاء المعلمين العمل لهم اهميه قصوى فحياة المعاق وشعوره بعدم النديه مع الاخرين وذلك يؤدي الى الانعزال والانطواء
- 3- مشكلات العمل قد تؤدي الى ترك العمل او تغيير بما يتناسب مع وضعه الجديد فضلا عن المشكلات التي ستترتب على الاعاقه في علاقته بالرؤساء والذملاء ومشكلات امنه وسلامته (علي(2000م)).

4/ المشكلات الاقتصادية:

تتسبب الاعاقه في كثير من المشكلات الاقتصادية التي تدفع المعاق الى مقاومة العلاج او تكون سببا في انعكاس المرض وتتمثل في:

- 1- الدخل أما انقطاع الدخل أو انخفاضه او محدودية فرص العمل وخاصة اذا كان المعاق هو العائل الوحيد للاسره حيث ان الاعاقه تؤثر في الادوار التي يقوم بها.
- 2- بالإضافة إلى ما تتطلبه الاعاقه من نفقات للعلاج والاستعانة بالآخرين كمرشدين وقد يؤدي أفراد الأسرة للخروج للعمل ، بدون أن يكون قد هيئي لذلك .
- 3- يحتاج المعاق إلى تقديم المساعدات المادية لحين تأهيله لعمل يناسب قدراته.

4- قد تكون الحالة الاقتصادية سبب في عدم وجود دافع او رغبة لدى المعاق في العمل لعدم وجود طموحات مما يقلل اهمية القيمة الاقتصادية.

5/مشكلات تعليمية :

وتظهر تلك المشكلات في حالة الاصابة منذ الميلاد او مرحلة الطفولة مما يفصل المعاق نفسه من الاخرين ليس فقط لمظهره الخارجي او سلوكه غير الملائم ولكنه ايضاً يستطيع مشاركة الاخرين ، في افكارهم ومشاعرهم او في التمتع بصفات تتكافأ مع اي درجة من الاخذ والعطاء وهو غالباً ما يعاني من الحرج في ايصال ما يشعر به لذلك يستوجب الالتحاق بفصول خاصة وتعليم خاص ، وتواجه ايضاً المعاق مشكلة عدم توفر تلك المدارس . وبعدها من مكان السكن ، وعدم توفر فرص الاقامة بها ، او عدم وجود مرافق .

6/مشكلات العمل والتأهيل :

هذه المشكلات قد تكون مرتبطة بالفرد ذاته فقد ترجع هذه المشكلات الي اتكالية المعاق وخوفه وقلقه من نظرة الاخرين اليه ، او مرتبطة بما هو خارجي فهي مشكلات متنوعة ومتغيرة وفقاً لطبيعة المجتمع و امكانياته ودرجة تقدمه ومستواه العلمي والفني والقائمين بالعملية التأهيلية .

7/مشكلات طبية :

يتعرض المعاقين لاشكال مختلفة من المشكلات الطبية نذكر منها :

- 1- عدم معرفة الاسباب لبعض اشكال الاعاقة .
- 2- طول فترة العلاج الطبي لبعض الامراض وارتفاع نفقات او تكاليف العلاج .
- 3- عدم انتشار مراكز كافية للعلاج المتميز للمعاقين (على2006م)) .

إحتياجات المعاقين بصريا :

ان الحاجات الفيسولوجيه ضروريه للمحافظه على بقاء الفرد ونوعه فإن الحاجات الإجتماعيه والنفسيه ضروريه لسعادة الفرد وطمانينته فإحباطها يثير في نفسه القلق ويؤدي إلى كثير من الأضرابات وعرف قاموس علم الإجتماع الحاجه (Need) أنها ((حاله من التوتر يشعر بها الفرد وتدفعه إلى التصرف متجها نحو الهدف الذي يعتقد أنه سوف يحقق له الإشباع)). ويتم تقييم الإحتياجات إلى:

- 1- إحتياجات عامه مشتركه بين المعاقين والعادين.
- 2- إحتياجات خاصه بالمعاقين.

اولا : الإحتياجات العامه وهي :

1- الحاجه إلى الأمن:ونعني بالأمن التحرر من الخوف أي كان مصدره ويشعر الفرد بالأمن متى كان مطمئنا على صحته وعمله ومستقبله وأولاده وحقوقه وقد يؤدي الأحباط الشديد لهذه الحاله إلى

ان يكون الشخص متوجسا من كل شئ، من المنافسه والإقدام والإبتكار والجهر بالرأي ويبدو ذلك في صوره منها الخجل الزائد، التردد والإرتباك، الإنطواء، الحرص الشديد والذعر من شبح الفشل.

2- الحاجة إلى مكانة الذات: وتضمنت الحاجه إلى المركز والقيمه الإجتماعيه والشعور بالعداله في المعامله ، و اعتراف الاخرين وتقبلهم له و إلى النجاح الإجتماعي والحاجه إلى ان يحمي الاخرين.

3- الحاجة إلى التقدير الإجتماعي والإنتماء: هي حاجه أساسيه تتبع من طبيعه الإنسان بوصفه مخلوق إجتماعيا بفطرته، مما يجعله في حاجه دائمه إلى وسط إجتماعي تتوافر فيه جوانب العلاقات الإرتباطيه الإجتماعيه ويتوفر هذا الجو للطفل الذي يعيش مع أسرته ويشعر بأنه جزء لا يتجزأ من تلك الأسره.

4- الحاجة إلى الشعور بالاهمية: يحتاج كل إنسان إلى الشعور بالاهمية، غير أنه كثير ما يشعر الطفل المعاق بأن إهتمام غيره به هو بسبب إعاقته وليس من أجله كأنسان جدير بالإهتمام والإحترام، مما يعيقه ويقتل لديه الإلحاق في القيام بأي عمل من أجل التغلب على إعاقته.

5- الحاجة إلى الشعور بالقدره على العطاء: يجب منح المعاق الوقت الكافي للتعلم والقيام ببعض الأعمال، وعدم الخلط بين الخوف من الإلحاق الضرر به، وبين ضرورة منحه الفرصه للقيام بتجربه إستقلاله في أعمال يعتمد فيها على نفسه وليس هناك شعور أسوأ من حرمان الشخص من الشعور بقدرته على العطاء وإشعره بعدم جدواه وأهميته.

6- الحاجة إلى شعور المعاق بإنسانيته: يحتاج المعاق بشكل عام إلى الشعور بذاته وشخصيته وهو يعمل في سبيل ذلك إلى التعرف على حدود قدرته وماله وما عليه وذلك من خلال علاقاته مع الآخرين، ويشعر المعاق على وجه الخصوص بحساسيه زائده إتجاه إحترام أم عدم إحترام الآخرين له، كما قد يفسر الخوف الشديد عليه على أنه تحقير له أو سخرية منه أو إستخفاف به ويبدو رد الفعل للشعور بالنقص في هذه الحاله.

7- الحاجة إلى إحترام الذات: وهي حاله تدفع الفرد صون ذاته والدفاع عنها من كل ما ينقص من شأنها في نظر الغير وفي نظر نفسه وذلك بإخفاء عيوبه ونواحي نقصه عن الغير وعن نفسه وفي سبيل هذا تظهر سلوكيات مثل الأستعلاء وإتهام الاخرين بجنون العظمه .(صلاح، 2011))

ثانيا : الأحتياجات الخاصه بالمعاقين

وتنقسم إلى الآتي:

1- إحتياجات صحيه وتوجيهيه :

أ - إحتياجات إرشاديه :مثل الأهتمام بالعوامل النفسيه والمساعده على التكيف وتنميه الشخصيه ويمكن أن يتحقق ذلك من خلال الأستشارات الشخصيه والعلاج النفسي.

ب - إحتياجات تعليميه مثل إفتراح تحريض التعليم المتكافئ لمن هم في سن التعليم مع الإهتمام بتعليم الكبار، فهم يحتاجون إلى طرق تعليميه تربويه منظمه وفعاله لمقابلة تلك الإحتياجات ولخلق وتدعيم القيم التعليميه.

2- إحتياجات إجتماعيه مثل :

أ - ثقافيه مثل توفير الأدوات والوسائل الثقافيه ومجالات المعرفه.
ب - علاقيه مثل توثيق علاقة المعاق بمجتمعه وتحويل نظرة المجتمع إليه.
ت - تدعيميه مثل الخدمات المساعده التربويه والماديه.
و إستمترارية الإثنشغال والإتصال والإعفاءات الضريبيه الجمركيه وكلها تدعم القيم الإجتماعيه المختلفه.

3- إحتياجات مهنيه :

أ - تهيئة سبل التوجيه والمهني المبكروالاستمرار فيه إلى حين الإنتهاء من العمليه التأهيليه التي تصون القيم المهنيه وتامن إستمراريتها.
ب-تشغيل المعاقين وتوفير فرص العمل التي تناسبهم. (صلاح، 2011)).

العوامل المؤثرة في شخصية المعاق بصرياً :

يذكر حسين (2003) أن هناك عوامل مختلفة تؤثر في نمو شخصية المعاقين بصرياً ، ومن بين هذه العوامل ما يلي: -

1/ توقيت حدوث الاعاقة :

أن السن الحرجة لحدوث الاعاقة تتراوح بين الخامسة والسابعة من العمر، وأن الطفل الذي يصاب في هذا العمر يكاد يتساوى مع من ولد فاقداً للبصر نظر لنزوع الصور والمعلومات البصرية التي اكتشفها إلى الثلاثي التدريجي من ذاكرته بمرور الأيام ومن ثم يعتمد على خبراته التي يكتسبها من حواسه الأخرى في تفهم العالم المحيط به ، كحاسة اللمس والسمع والشم.
وأحياناً تبقى تلك الصور والمعلومات نشيطه يمكن استرجاعها والافادة منها في بناء تركيبات جديدة خاصة الذين فقدوا ابصارهم تدريجياً بعد سن الخامسة او السابعة وذلك يؤثر علي شخصية الفرد .
إن الفرد الكفيف منذ الميلاد يكون أكثر توافقاً وشعور بالرضاء عن الفرد الذي فقد بصره في سن متقدمه.حيث أن الأول استطاع أن يدرّب حواسه الأخرى منذ البداية على التعلم ، أما الثاني فقد يشعر بالصدمة والأسى والألم النفسي ويستغرق وقتاً أطول حتى يصل لدرجة مناسبة من التكيف.

2/ درجة الاعاقة :

تتفاوت استعدادات المعاقين بصرياً وخصائصهم تبعاً لمتباين درجات الفقدان البصري كليه أم جزئية ، حيث لا يستوي الاعمى الذي لا يرى كلياً ومن لديه بقايا إبصار يمكنه الاعتماد عليها في المواقف والأنشطة الاجتماعية والتعليمية والمهنية وتوثر درجة الاعاقة في كثير من نشاطات الفرد مثل قدره على التوجه والحركة والتنقل والقيام بواجبات الحياه اليوميه داخل وخارج المنزل والاستفاده من وسائل التعليم المختلفه.

3/ أسباب الاعاقة البصرية :

تبدو أهمية هذه العامل عندما تكون الاصابة ليست للعين فقط، بل امتدت إلى أجزاء الجسد الأخرى ، وأن تكون الاصابة نتيجة عوامل نفسية ، أو حادث أو مرض ، وبالتالي تتأثر شخصية الفرد خاصة حينما يبتعد عن القيام بأنشطة كان يقوم بها وبالتالي تتسبب الاعاقه في الحاق ضرر او اعباء او مشكلات لم يعهدها من قبل .

4/ حالة العين ومظهرها العام :

يؤخذ في الاعتبار هذا العامل بسبب اهمية من النواحي العاطفية والاجتماعية والاقتصادية ، فاحساس الفرد المعاق بصرياً يتغير بتغير حالة العين قد يسبب له حالة من القلق والاضطراب خاصة إذا كانت الاصابة قد نتج عنها تشوه في العين او تحتم على الفرد اتصال إحدى أو كلتا العينين في معظم الحالات يجب الاهتمام بشكل العين واجراء الجراحة التجلييه اذا لزم الامر.وقد توصل الطب الحديث الى امكانيات عديده لاصلاح النظر وعيوب معلقة العين سواء باستخدام العدسات الاصقه او باشعة الليزر

ويضاف إلى العوامل السابقة عامل آخر هام وهو:

5/الاتجاهات الاجتماعية نحو المعاقين بصرياً :

تلعبالاتجاهات الاجتماعية دوراً هاماً في التأثير على شخصية قلبه أو حمايته ، أو تقديم المساعدة له من قبل والديه ، أو أفراد اسرته بأكثر مما ينبغي ، يجعله أكثر شعوراً بالعجز عن مواجهة كثير من المواقف ، ويضعف ثقة بنفسه ، كما يؤثر عكسياً على علاقته الاجتماعية نظراً لما يترتب على مثل هذه الأساليب من المعامله الوالديه من نزوعه إلى الانسحاب والانطوائية وربما العدوانية فتنمو في شخصيته بذور الاضطراب وسوء التوافق.

توصل منصور (1986)المذكور في دراسة فايز ،(2008) التي أجراها على 50 طفلاً كفيفاً تتراوح اعمارهم من 6-12 سنه ، بالإضافة إلى ابائهم وامهاتهم ، وتوصل إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين بعض اتجاهات المعامله الوالديه السالبة ، وبعض ابعاد التوافق الشخصي والاجتماعي للطفل الكفيف.

وكذلك قام الكيلاني (1980م) المذكورة في فايز (2008م) بدراسة عن العلاقة بين الاتجاهات الوالدية وتوافق المراهقات الكفيفات والمبصرات التي اوضحت نتائجها أنه توجد علاقة موجبة بين الاتجاهات الوالدية السالبة وسوء التوافق الشخصي والاجتماعي لدى المراهقات الكفيفات ، وأن اتجاهات التسلط ، والحماية الزائدة والاهمال ، واثارة الالم النفسي ، وهي أكثر الاتجاهات الوالدية الشائعة لدى أمهاتهن واثباتهن .

6/ الحالة النفسية :

ويوضح سيسالم (1988) بأن هناك عاملين يؤثران على الحالة النفسية للكفيف .

- 1- عدم تقبل المعاق بصرياً لإعاقته وخاصة في حالة الإعاقة الطارئة.
 - 2- الاتجاهات الاجتماعية له دوراً كبيراً في ذلك كانت موجبة فهي تساعد على تقبل افراد المجتمع للمعاق بصرياً بتوفير فرص الدراسة والتدريب والعمل والتفاعل هذه يساعد على توفير المناخ الصحي المناسب للتغلب على الاضطرابات النفسية.
- أما إذا كانت سالبة فهي تقلل من فرص تفاعله مع الآخرين والمجتمع وبالتالي تؤثر سلباً على معادات التواصل لديه .

7/ طبيعة الخدمات التي تقدم للمعاقين بصرياً :

أن الخدمات التي يقدمه للمعاق بصرياً تؤثر عليه تأثير كبير على تعلمه التواصل وتنمية مهاراته وتساعد على أندماجه وتفاعله مع أساليب الحياة المختلفة.

لذا على المجتمع أن يتبنى توعية أفرادها باحترام الانسان المعاق وتغيير نظرة الشفقة التي تظهر على وسائل الاعلام تجاهه ، والايمان بأن كل ذو إعاقة بصرية يمكن تعلمه وتأهيله ليصبح فرداً نافعاً ومقبولاً في مجتمعه. (سيساليم ،(م1988) .

8/ درجة الذكاء :

يذكر بركات (1982) المذكور في الطيب (2008) فيما يتعلق بذكاء المعاقين بصرياً فقد تقسم جمهرة المربين الى فريقين:

- 1- فريق يقرر إن ذكاء الكفيف لا يقل عن ذكاء المبصر فيستدلون على ذلك ببعض مشاهير العباقرة المكفوفين مثل هومر ، قدم للأدب الإلياذة والادويسا ولويس برايل ، صاحب طريقة برايل للقراءة والكتابة حتى الحاضر ومثل ابو العلا المعري .
- 2- ما الفريق الآخر يقرر أن ذكاء الكفيف أكثر تجرداً وموضوعية فهم يعزفون بنبوغ ، ويرى أن النتائج الاحصائية دلت على أن نسبة ذكاء المصريين أعلى من المكفوفين وتعزى الباحثة ذلك لعدم إدراك الكفيف بالمعلومات المتعلقة بالمفاهيم والمدرجات البصرية.

إستجابات المعاقين نحو إعاقتهم :

تختلف إستجابات المعاقين نحو عاقتهم ، وذلك يرجع إلى العديد من العوامل سواء كانت عوامل ذاتية (ترجع إلى المعاق نفسه) أو عوامل بيئية (ترجع إلى البيئة المحيطة به). وفي دراسة سومرز - وجد أنهم يستجيبون لهذه الإعاقة بواحد أو أكثر من الإستجابات الستة التالية:-

1- إستجابات تعويضية سليمة : يعترف الشخص بنواحي قصوره الناتجة عن عجزه ويتقبلها ويحاول أن يقلل منها وذلك عن طريق التعويض . فقد يظهر مثل روح اللتنافس حتى يحقق ما تصبو إليه نفسه من أهداف معقولة .

2- إستجابات تعويضية مفرطة: في هذه الحالة يبدي الشخص عدواناً زائداً أو إستياء من النقد.

3- إستجابات الإنكار : لايعترف الشخص بنواحي القصور الفعلية وميوله ، وينكر إعاقته ويتجنب مناقشة المشكلات المتصلة بعجزه.

4- إستجابات دفاعية : يستخدم التبرير أو الإسقاط لإعطاء أسباب مقبولة إجتماعيه ، حتى يحمي نفسه من ضرورة الإعتراف بالأسباب الحقيقية لإخفاقه ، ويلوم لتحيزه ضد المكفوفين ويشعر أنه يعامل بطريقة غيرعادلة.

5- إستجابات إنسحابية : تتركز أفكاره ونشاطاته حول عجزه البصري ، ويتراجع إنفعالياً أو على أساس منطقي . ويتميز بتجنبه للإتصالات الإجتماعية والتنافس مع غيره فيما عدا الذين يتشابهون معه في ناحية العجز ، ويسيطر عليه الشعور بالدونية ، ويستغرق في ألوان النشاط الفردي وأحلام اليقظة.

6- إستجابات لسلوك غير متوافق : يظل الشخص غير متوافق ، وغير قادر على مواجهة مشكلات Se If Centeredness ، ويظهر سوء التوافق في أعراض كثيرة منها التمرکز حول الذات وعدم الثبات الإنفعالي والقلق الشديد.

وفي ضوء هذه القيود يجب أن نؤكد على ضرورة زيادة الإهتمام برعايه وتأهيل المعاقين سعياً وراء تحرير هؤلاء المعاقين من قيود العزلة والإنطواء والغربة التي تفرضها طبيعة الإعاقه، وإيمان بمبدأ تكافؤ الفرص والمساواة ، حيث يقوم كل فرد بدور فعال في مجتمعه وفقاً لإمكاناته. (أبولنصر، 2000 م).

اعتبارات اساسية في تعليم المعاقين بصرياً :

- 1- الاهتمام بمهارات العناية بالنفس والتفاعل الاجتماعي وذلك بالاعتماد على الحواس الأخرى.
- 2- إجراء تعديلات في المحتوى العام للمنهج بحيث بحذف منه ما لا يتناسب مع امكانات وقدرات الكفيف.
- 3- توفير الأجهزة والأدوات السمعية والحسية التي تيسر على الكفيف فهم الموضوعات الدراسية والتفاعل معها.

- 4- مراعاة الفروق الفردية بين المعاقين بصرياً كلياً .
- 5- توفير النماذج والمجسمات التي تمثل المفاهيم البصرية التي ترد في موضوعات المنهج وذلك لتوفير اكبر قدر من الواقعية.
- 6- الاهتمام بالأنشطة البدنية والترويحية لما لها من دور في تهيئة مهارات التطور الجسدي وإدراك العلاقات المكانية.
- 7- الاهتمام بالأنشطة الاجتماعية والأدبية والزيارات الميدانية للمراكز الأساسية في المجتمع لما لها من دور في اكتساب مهارات التفاعل الاجتماعي. (عبدالجليل، 2014)

برامج تأهيل المعاقين بصرياً :

يشير جليل وديع (1995م) المزكو في فائز (2012) أن الدعوة إلى تأهيل المعاق وتدريبه ودمجه في المجتمع ما هي إلا خطوة على طريق التنمية الذاتية أو المجتمعية بحيث يكون منتجاً مع التدريب والممارسة، ومكتسباً من ثمره جهده بدلاً من أن يكون مستهلكاً فقط يعيش عالة على حساب غيره لأن بمقدوره أن يساهم بطاقاته الأخرى الكامنة بمجالات مختلفة تحقق للمجتمع المزيد من التقدم .

أن التأهيل هو المرحلة الأخيرة في مشوار المعاق وأسرته بعد محاولات الاكتشاف المبكر، ومحاولات العلاج ، ومعنى هذا أن التأهيل هو قمة اهتمامات المعاق وأسرته لأنه هو الذي سيربطه أو يعيد ارتباطه بالمجتمع حيث تتطلب عملية التأهيل تنمية المهارات اللازمة لنجاح الفرد في حياته و عمله ومن أهم أنواع التأهيل هي:

1- التأهيل المعرفي :

- تنمية مهارة الانتباه والتركيز .
- تنمية مهارة الاسترجاع والتذكر .
- اكتساب الطفل القدرة على فهم بعض العلاقات المرتبطة بالزمان والمكان .
- تنمية مهارات التصنيف و الترتيب والتنظيم والعد .
- تنمية القدرة على التفكير وحل المشكلات .
- تنمية إدراك الطفل لبعض عناصر البيئة .
- تنمية إدراك الطفل للعلاقة بين الكلمة ومعناها .

2- التأهيل الحسي يتضمن:

- تدريب حاسة السمع .

- تدريب حاسة الشم.
- تدريب حاسة اللمس.
- تدريب حاسة الذوق.

3- التأهيل الحركي يتضمن :

- مساعدة الطفل على التخلص من بعض الأزمات الحركية (سقوط الرأس - انحناء الظهر - ضعف عضلات الأرجل).
- تدريب بعض العضلات الكبيرة والصغيرة للطفل.
- تحسين بعض المهارات الحركية.

4- التأهيل الاجتماعي Socialo Rehabilitation: يتضمن

- التدريب على بعض مهارات خدمة الذات.
- اكتساب بعض القيم الاجتماعية.
- تشجيع الاتصال الاجتماعي للطفل مع الأطفال الآخرين.
- اكتساب بعض آداب المعاملة.
- اكتساب بعض آداب المائدة.

5- التأهيل النفسي:Psy Chological Rehabilitation

ويسعى هذا التأهيل إلى:

- تشجيع الاستقلال الذاتي للمعاق والاعتماد على النفس.
- تحسين ثقة المعاق بنفسه.
- تشجيع تحمل المعاق المسؤولية.
- تنمية السلوك الايجابية المبادرة عند المعاق.
- اكتساب المعاق عادة المثابرة.
- تشجيع المعاقى التعبير عن السعادة والسرور أثناء المشاركة في الأنشطة.
- مساعدة المعاق على التكيف مع الإحباطات والمخاوف اليومية.

6/ التأهيل اللغوي يهدف إلى :

- تنمية قدرة الطفل على التعبير اللفظي.
- تنمية قدرة الطفل على التبادل اللفظي.
- تنمية قدرة الطفل على الاستمتاع والسرور لقصة أو أغنية بسيطة.
- تنمية القدرة على النطق السليم.
- تنمية القدرة على متابعة الحوار والمناقشة.

2/ التأهيل الطبي Medical Rehabilitation :

ويعتبر من أهم جوانب التأهيل التي يجب أن تقوم للمعاق فرغم أن العلاج الطبي يبدأ منذ ظهور إصابة الشخص بالإعاقة للعمل على تدعيم الجز المصاب بكل الوسائل الطبية والتي تعطيه شيئاً من القوة والتحمل.

3/ التأهيل الاجتماعي :

إعادة الفرد المعاق للحياة الطبيعية العادية، للتوافق مع المجتمع والهدف منه الذي يعيش فيه ، ذلك التوافق الذي فقد بسبب الاعاقة ويجب أن ينتهي بحصوله على عمل مناسب والاستقرار فيه، بحيث أن الهدف النهائي للتأهيل الاجتماعي هو تمكين المعاق في حدود قدراته، منتجاً قادراً على المشاركة في الحياة الطبيعية للمجتمع.

4/ التأهيل المهني Vocational Re :

هو قمة جوانب التأهيل الأخرى السابق ذكرها والتي كانت تعتبر اعداداً للتأهيل المهني النهائي الذي يمكن المعاق من أن يكون له مهنة ، يستطيع عن طريقها ممارسة الحياة الطبيعية والعيش في كرامة وحرية فعن طريقه يستطيع الاعتماد على الذات في شؤون حياته.

5/ التأهيل الأكاديمي Academic Re :

وهو تعليم المعاقين حسب قدراتهم ودرجة اعاقتهم وتزويدهم بالمهارات الأكاديمية اللازمة والتي تقيدهم في حياتهم بالمهارات الأكاديمية اللازمة والتي تقيدهم في حياتهم العملية.

وذكر الدهرى (2005) تعلم المكفوفين من خلال نظامين هما:

1/ مراكز الإقامة الكاملة للمعاقين بصرياً. بتوافر فيها هيئة تدريس متخصصة وأدوات واجهزة معينة وتسير فيها الدراسة على نفس نظام مدارس المبصرين في جميع المراحل.

ومن مزايا هذا المركز فيما يلي :

1- هو المكان المناسب لتقويم الخدمات التربوية والنفسية للمعاقين بصرياً حيث تتبع طرق تربوية خاصة.

2- توفر المركز داخلية للإقامة الذين ياتون من قرى ومدن بعيدة من معاهد النور .

3- تتيح الفرص المناسبة للتعامل مع رفاقه المكفوفين مما يحرره من الشعور بالخجل أو النقص أو الدونية.

4- توفر التوجيه السليم ، وتقي الأسرة من المتاعب ، لأن الكثير من الأسرة لا يكون لديها دراية كافية بتربية وتوجيه المعاق بصيراً .

أما عيوب هذا المركز هي :

1- عزل المعاق من أسرته ومجتمعه وأقرانه العاديين.

2- ارتفاع تكاليف بالنسبة للمدارس الخارجية.

3- تؤدي إلى انعكاسات نفسية سالبة على المعاقين وعلى تكيفهم الشخصي والاجتماعي.

ثانياً : دمج المعاقين بصريا بالمدارس العادية.

وذلك نتيجة للدراسات التي اجريت والتي أشارت إلى فاعلية التدريس في المدارس الخاصة الملحقه بالمدارس العادية.

ومن مزايا هذا الدمج:

1- تسمح له بالاندماج في الحياه العامة.

2- التمتع بالاستمرار اقامة علاقات اجتماعية وممارستها في المنزل والمجتمع.

3- الاسهام في الأنشطة اليومية .

أما عيوب هذا الدمج:

1- عبئاً كبير على أولياء الأمور في توفير وسيلة المواصلات اللازمة يومياً ذهاباً وإياباً .

2- عدم توفير الامكانيات المطلوبة لهذه الفئة كما هو في مفاهيم الخاصة.

يهدف بامج التأهيل إلى تحقيق الاهداف التالية:

التأهيل المعرفي ، الحسي ،الحركي ، الاجتماعي ، النفسي ، اللغوي .

وترى الباحثة :

أن مراكز الإقامة الكاملة (النظام الداخلي) ولذلك لتوافر الأدوات والأجهزة المطلوبة وتقديم الخدمات والتوجيه التربوية والنفسي السليم حيث يصبح المكفوف قادر على التعامل مع رفاقه مما يحرره من الشعور بالخجل أو النقص أو الدونية .

أساليب تعليم المعاقين بصرياً :

ذكر لونيڤيلد 1974م في سيسالم (1988) بأن الفرد السليم القوي البنية هو الذي يحظى بتقدير واعتراف المجتمع اما المعتل الصحة فقد كان يهمل من المجتمع وهذا ما كان عليه المكفوفين في المجتمعات القديمة، وقد أطلق على هذه المرحلة مرحلة "العزل" لأن هؤلاء المعاقين كان يهملون ويعزلون عن الحياة العامة وكان هذا التصرف مشروعاً وأيده الكثير من الفلاسفة مثلاً "بلاتو" و"أرسطو" ولكن عندما جاءت الديانات الإسلامية انتشرت مبادئ العدالة والإخاء بين الناس وتغيرت الاتجاهات الخاطئة نحو المعوقين.

وبعد أن تأسست أول مدرسة في العالم لتعليم المكفوفين وذلك في باريس 1784م على يد فالتين هاي Hawy.V وبعد ذلك حذت دول أوروبا حذو فرنسا وانتشرت المدارس المتخصصة لتعليم المكفوفين وبعدها تبعت الولايات المتحدة الأمريكية دول أوروبا.

ويضيف سيسالم (1988) أما في الوطن العربي كان التعليم قاصراً على العلوم الدينية التي كانت تدرس في المساجد وفي بداية الأربعينات أنشئت مؤسسات تعليمية ونهضة علمية اجتاحت الوطن

العربي تبعتها ازدياد كبير في عدد المعاهد والمؤسسات التي تعني بشئون المكفوفين حتى بلغت 52 مؤسسة تقوم بتقديم الخدمات التعليمية للمعاقين ومن بين هذه المؤسسات انشئت في السودان ثلاثة مؤسسات هي معهد النور لتعليم المكفوفين والمركز القومي لتأهيل المكفوفين واتحاد المكفوفين القومي السوداني وهو يوفر خدمات اجتماعية وثقافية ويبلغ عدد الطلاب المكفوفين بالسودان (1645) من بينهم (1314) ذكر (331) أنثى. وبعد هذه المقدمة نتعرف على مهارات وأساليب التواصل التي يستخدمها المعاقين بصرياً في تعليمهم.

حيث تشمل مهارات التواصل Communication عمليتين رئيسيتين وهما:

1/ الاستقبال Reception :

يرتبط الاستقبال بالقدرة على فهم المعلومات التي يحصل عليها الفرد عن طريق القنوات الحية (السمع ، البصر ، الشم ، الذوق ، اللمس) كان يقيم دلالات ما يسمع من عبارات ومفاهيم أو ما يشاهد من صور ومواقف وأحداث أو ما يشم من روائح.

2/ الإرسال Senfding:

يعتبر بالقدرة على التعبير عما يدور بداخل الفرد من أحاسيس ومشاعر وانفعالات واستجابات وذلك باستخدام الكلمات أو الجمل أو العبارات الملائمة والواضحة ، وكذلك بالتعبير الحركي أو الوجهي المناسب لطبيعة هذه الانفعالات أو الاستجابات وعلى الرغم من أن كلا من المبصر والمعاق بصرياً يمران بنفس الخطوات التي يتطلها تعلم مهارات التواصل ، إلا أن هناك فروقاً فيما بينها تتعلق بدرجة الاتقان لهذه المهارات ، وهذا راجح إلى اختلافهما في القنوات الحسية ، والخبرات السابقة ، والتفاعل الاجتماعي ، والحالة النفسية ، وطبيعة الخدمات المقدمة للمعاق بصرياً ، ووجه الذكاء كالقدرة على التذكر وإدراك العلاقات والتمييز والإدراك والفهم ويمكن تقسم المهارات إلى :

1- مهارات التواصل اللفظية: Verbal Commutation:

وهي التي تخص الجانب اللفظي من اللغة ويشمل:

أ. تواصل لفظي مكتوب .

ب. تواصل لفظي شفهي وينقسم إلى:

- تواصل لفظي ويحوي الكلام المباشر وما يتضمن من الفاظ وكلمات وجمل.
- تواصل صوتي ويتضمن عدد من المتغيرات مثل: اختلاف الإيقاع ، أو ارتفاع وانخفاض في الصوت ، (تباين الصوت، وتناغمه)

2- مهارات التواصل غير اللفظية Non -Veaebal Commun Cation:

ويتضمن:

1. تعبيرات الوجه باستخدام اللمس.
2. لغة الوقت ، حركات الجسم ، لغة المكان والحركة لغة الصوت.
3. مهارات الاستماع Listen Skills: وتتضمن الانتباه - الفهم - التقييم.
4. مهارات التوجيه Orientation Skills: وهي تستخدم الحواس بشكل فعال في تحديد موضع الأشياء وعلاقتها ببعضها.
5. مهارات الحركة Mobility Skills: وهي المهارات الحركية اللازمة للتنقل بأمان في البيئة.
6. شغل وقت الفراغ: يهدف ذلك لعدم إغراق الكفيف في أحلام اليقظة أو التفكير في عاهته مما يزيد من حالة القلق والخوف الشعور بالنقص ومن ثم انطوائه وعزلته عن المجتمع. وشغل وقت فراغ الكفيف لا يهدف مجرد التسلية فقط، وإنما هو علاج فعال واجب الأداء أساسي في برنامج التأهيل.

ويرى البعض عمل أندية خاصة للمكفوفين، والرأي الآخر يرى أندماجهم مع المبصرين منعاً لشعورهم بالشذوذ عن باقي أفراد المجتمع. سيسالم ، (1988م) .
وأهم الأساليب التواصل هي:

1- طريقة برايل Braille Meth :

تعتبر الطريقة التي ابتكرها أحد المكفوفين الفرنسيين وهو (لويس برايل) وهي وسيلة التواصل الرئيسية للمكفوفين على مستوى العالم.
وقد طوّرت عليه تعديلات كثيرة في أن تطويراً أمريكياً قد غير منها درجة جعلت المتخصصين يطلقون عليها برايل الأمريكية وهناك برايل الإنجليزية وفي عام 1950م تبنت المنظمة العالمية للعلوم والثقافة والتربية (اليونسكو) نظاماً مقنناً للطريقة إلا أنه غير شائع حتى الآن وقد نقلت طريقة القراءة للمسماة إلى لغات واصبحت الوسيلة الرسمية للقراءة والكتابة للمعاقين بصرياً في جميع أنحاء العالم.

وهي نوع من الكتابة البارزة حتى يمر الكفيف بانامله على نقط بارزة وهو يقرأ عادة بيد واحدة بينما يستخدم اليد الأخرى كمرشد في حركته على سطح الورقة المثقبة وحتى يسهل عليه الانتقال الى الاسطر التالية.

2- طريقة برايل وهي تقوم بهذه الطريقة على أساس:-

أ- قلم عبارة عن مسمار مثبت في منطقة خشبية أو المونيوم مناسبة من حيث الشكل والحجم بحيث يتمكن الكفيف من الكتابة عليه بسهولة.

ب- مسطرة معدنية : تتكون من فرعين متصلين من طرف واحد بواسطة مفصل بحيث يتحرك الفرعان بسهولة ، والفرع العلوي مقسم إلى خانات في صفوف تختلف باختلاف في حجم المسطرة والخانة العلوية عبارة عن مكان مفرغ من مادة المسطرة وكل خانة مقسمة إلى

سنة أقسام وكل قسم به رقم من هذه الأقسام الستة يستطيع الكفيف أن يكون جميع الحروف أما السطح السفلي وخافته غير مفرعة تحتوي كل منها على ست ثقوب تقابل الستة في الفراغ العلوي.

ج- تتحرك حفرتين غير عميقتين تحتويات على ثقوب متقابلة تثبت فيها المسطرة عن طريق بروازين يوجدان في الفراغ السفلي للمسطرة ويوجد في الطرف العلوي من اللوحة الخشبية مفصلة فائدتها تثبت الورق على اللوحة ، وتتم طريقة الكتابة بأن الكفيف يمر باصابعه على النقاط البارزة فيتعلم القراءة.

د- الورق الذي يستخدمه مع الكفيف هو من النوع السميك حتى يستطيع عليه الكفيف كتابة الكلمات البارزة دون ان يتقرب. (الحديدي: 1998)

2- الآلة الكاتبة :

تعتبر من المهارات الأساسية التي يجب أن يتقنها المعاقين بصرياً سواء كانوا مكفوفين كلياً أم مبصرين جزئياً وذلك للآتي :-

1. تساعد الكفيف على كتابة الواجبات المدرسية مثلهم مثل المبصرين.
2. تساعد على استقلالية المعاق بصرياً خاصة فيما يتعلق بكتابة الخطابات والملاحظات.
3. تساعد على اختصار الوقت والتغلب على المشاكل التي يواجهها الكفيف في قراءة كتابتهم اليدوية.
4. ويمكن للكفيف كلياً أن يستخدم نفس الآلة الكاتبة التي يستخدمها المبصر وذلك بعد التدريب على استخدامها.

3- أجهزة التسجيل :

يشير سيسالم (1988) بأنها تعتبر من أهم الوسائل التي يستخدمها المعاقين بصرياً في تسجيل الموضوعات الدراسية والاستماع اليها وخاصة موضوعات العلوم الاجتماعية والموضوعات التاريخية وذلك لأن القراءة بطريقة برايل تستغرق وقتاً أطول. وأن أغلب الطلاب المكفوفين يعتمدون على أجهزة التسجيل "الكاسيت" لتدوين المقررات الدراسية وذلك بمعاونة أقرانهم المبصرين.

4- الاوبتاكون :

وهو أداة إلكترونية تقوم بتحويل الكلمة المطبوعة إلى بديل لمسي، وهو عبارة عن كاميرا صغيرة تعمل بالليزر يمدّها المعاق بصرياً على الكتابة العادية فتقلها إلى الجهاز المتصل بها الذي يحولها بدوره إلى ذبذبات كهربائية خفيفة، ويقوم المعاق بصرياً بوضع اصابعه داخل فتحة خاصة بالجهاز تسمى المحبس كي يلمس تلك الذبذبات ويقراها بالتالي ومن ثم يمكنه ان يحافظ على خصوصياته ولكن يؤخذ على هذا الجهاز أنه باهظ الثمن كما ان سرعته في القراءة تصل الى خمس سرعة القراءة بطريقة برايل.

5- الكتابة اليدوية العادية :

يستخدم ضعيف البصر ذا خط أسود غامق كبير وورقاً ذا لون برتقالي أو اصفر فاتح وتكون سطور واضحة وتساوده أما المكفوفون فيتم تعليمهم الكتابة اليدوية بتدريبهم كي يتعرفوا على الكلمات والحروف المعدنية البارزة ، وإدراك اتدائها ثم كتابتها على الورق باستخدام القلم، وإن ظلت هناك بعض المشاكل التي تواجههم كتقريب الحروف والمسافة بين الكلمات والأسطر، ولكن يتغلب على ذلك باستخدام مرشد الكتابة (جهاز) للتغلب على هذه المشكلات.

6- جهاز الفرسابدايل :

وهو جهاز صغير يبلغ طوله 30 سم ، وعرضه 20 سم ، وارتفاعه 10 سم ، ووزنه 4 كيلو جرامات ، ويعمل بطريقة متشابهة لعمل الكمبيوتر ، حيث يتم تخزين المعلومات على شريط بطريقة برايل ، ويمكن توصيله بطابعة لتحويل النص المكتوب بطريقة برايل إلى الكتابة العادية أو توصيله بله برايل الطابعة كي يخرج النص بطريقة برايل ، أو توصيله بجهاز كمبيوتر لتحويل الكلمات العادية إلى طريقة برايل .

7- الكمبيوتر :

وهو عبارة عن كمبيوتر ناطق يستخدم طريقة برايل حيث يقوم المعاق بصرياً بإدخال مكتوب إلى الكمبيوتر بطريقة برايل لوحة المفاتيح معه بطريقة برايل فتحدث تغذية راجعة عبارة عن نق تلك الكلمات من خلال الكمبيوتر.

8- مهارة فن الحركة :

يعتمد المعاق على حاسة اللمس في التوجه نحو الأشياء كما يوظفها نحو الاتجاه إلى مصادر الصوت العلوي من آله أو سيارة ، وقد يستخدم مجموعة الوسائل التي تساعده مثل العصاء البيضاء والدليل المبصر المرشد النظارة الصوتية وبعض الأجهزة الصوتية التي تتبه الكفيف إلى بعض العوائق التي تواجهه (محمد ، 2008) .

شخصيات بارزة في دنيا المكفوفين :

إن المتتبع لتاريخ المكفوفين في العالم يقف أمام نقطة مضيئة إستطاعت أن تحفر أسماؤها في ذارة التاريخ في مجالات مختلفة في العلوم ، الفنون والأدب .

فلقد استطاع هؤلاء المشاهير من المكفوفين أن يثروا العالم بالمعرفة ويلعبون دوراً بارزاً في تنمية العقول البشرية باختراعاتهم وفنونهم ويأتي في مقدمتهم لويباريل الفرنسية لاصلو المواطن والذي كف بصره وهو في الثالثة من عمره واستطاع بذكائه أن يفتح طاقة من النمو أمام آلاف المكفوفين في مختلف أنحاء العالم عندما أكتشف طريقة جيدة تمكن المكفوفين من القراءة والكتابة والتي أقتبسها من الشفرة العسكرية السرية التي أختراعها الضابط الفرنسيين كانت هذه الطريقة طوق النجاة الذي تعلق به المكفوفين ليروا ظمئهم من منابع العلم والمعرفة وعن طريقها استطاعوا أن

1- الاحول : هو عاصم ابن سليمان البصري من حفظه الحديث ، واشتهر بالزهد والعبادة.
2- الاخفش سمي بهذا الاسم من اهل العلم الاربعة، وهم الاخفش، الاكبر ، الاوسط ، الاصغر ،
الدمشقي .

الاكبر: عبد الحميد بن عبد المجيد من كبار علماء اللغة العربية.
الاوسط: سعد بن مسعود عالم باللغة والأدب .

الاصغر: علي بن سليمان بن الفضل احد علماء النحو .

الدمشقي: هارون بن موسى بن شريك الثقلي شيخ القرائه بدمشق، عارفا بالتفسير والمعانوالشعر .

3- الأعرج: عبدالرحمن بن هرمز من موالى بن هاشم، حافظ قارئ اخذ عن ابي هريره وبرز في
القرآن والسنة، وكان وافر العلم، خبيراً بأنساب العرب .

4- الأصم: سمي هذا الاسم من اهل العلم اثنان هما :حاتم بن عنوان الذى اشتهر بالورع والزهد
والتقشف ، وكان يقال :حاتم الأصم لعلماء هذه الامه، والثانى محمد بن يعقوب بن يوسف
الأموى، ولقب باللواء ابو العباس الأصم وكان من اهل الحديث وكان ثقة امينه

5- الأعمى: معاوية بن سفيان شاعر بغداد من تلاميذ الكساني .

6- الأعمش نسليمان بن مهران الأسدى عالما بالقرآن والحديث والفرائض، حتى انه قيل :لم يرى
السلطين والملوك فى مجلس احقر منهم فى مجلس الأعمش، على الرغم من شدة حاجته وفقره
7- الأفتس: على بن الحسن الهزلى محدث نيابرو وشيخ عصره فيها وكان من حفاظ الحديث وله
مسند (رعايه المعاقين بين الشرائع السماويه). حافظ (2013م).

اعطى الاسلام هولاء المعاقين حقوقهم فحرص على دمج المعاق في مجتمعه ، فقد ولى الرسول
صلى الله عليه وسلم ابن ام مكتوم على المدينة عندما خرج لاحد غزواته ، كما يتجه الاسلام إلى
المجتمع والمحيط الذي يعيش فيه المعاق فيعلمهم ويربيهم على السلوك الذي يجب عليهم أن
يسلكون في معاملتهم لآخوانهم واهليهم من ذوي العاهات فهو يعلن بصريح العبارة أن ما حل
بآخوانهم من بلاء لا ينبغي قدرتهم ولا ينال من قيمتهم في المجتمع فهم جميعاً سواء لا تفاضل
بينهم الا بالتقوى فقد يكون صاحب العاهه افضل عند الله من الف صحيح معافى. قال تعالى ﴿لَا

تَأْسُ إِتَا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ شَوْعَانُوبِيَّ أَوْوَجَّعَانُلِيَّ الْكَلْمَةَ عَارَ فُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ
اللَّهِ أَتَقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ ذَبِيرٌ﴾ (سورة الحجرات الاية 13)

فالميزان الحقيقي هو التقوى وليس المال او الجاه او الصحة أو الصورة الخارجية أو غير ذلك لأنه
لا يمكن أن تتحقق الغاية السامية من هذه الحياه إلا إذا تحقق ميزان التقوى ، وقد أكد الرسول
صلى الله عليه وسلم هذه القيمة في أكثر من حديث .

ففي حجم الوداع التي حدث جوامع الكلم وأخطر قواعد الاسلام قال صلى الله عليه وسلم (يا ايها الناس ، ان ريكم والد..... واحد الافضل العربي على العجمي ولا اسود على احمر الا بالتقوى، خيركم عند الله اتقاكم).

ولكي ينزع من النفوس بغايا يلقبم أَلِهْرَطْلِيَا قَلْبِي صَلَى أَمْرًا (ذُوا لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِّنْ ذُوذُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نَسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ مِّنْخَيْرٍ وَاللَّامِزَةُ وَالْمُنْفِئَةُ سَيُؤْتِيكُمُ الْإِسْلَامَ تَنْزِيلًا مِّنْ رَّبِّكُمُ الْإِنشَاءُ وَالْحَقُّ بِالْإِنشَاءِ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ) سورة الحجرات الآية (11) .

فالمجتمع الذي يزدري الاصحاء فيه اهل البلاء يكون مصدر شقاء و الم لهؤلاء قد يفوق الم المصيبة وربما فاقها فعلا ، فكم من ذوي البلاء من حمل عاهته ورض بواقعه إلا أنه لا يمكن أن ننسى نظرة احتقار من احد الناس ، بل بسمة سخرية قد ننسى كل متاعب الحياة ومصاعبها ولا ننسى بسمة سخرية أو كلم استخفاف تلقيناها من الآخرين ، الم ابو الطيب :جراحات السناء لها التمام ولا يلتام ما جر اللسان .

وليعلم هولاء الاصحاء أن ما يدلفون به من صحه ومن ضروب النعم والخبرات ليس إلا من فضله الله ويجوهم مكن معقاله تعالى فلم ين الله ثم إذا م سكم الضرر فإليه ترجد وأن) النحل الآية رقم (53).

وان الذي وهبهم هذه النعم لقادر على سلبها وقادر ايضاً اعطاها لمن كانت اعين اهل النعمة قُلِ اللَّهُمَّ مَا أَنْزَلْتَهُمْ لَقَدْ ظَلَمَكَ تَعَالَى (تِي أَلْمُ لُكْ مَن تَشَاءُ وَ تَنْزِعُ أَلْمُ لُكْ مَمَّنْ تَشَاءُ وَ تَعْرِتُ شَاءَ مَاءَ بَيْنَ قَشْدِكُمْ أَلْحُدْمِ بَيْنَ إِنْكَ عَ لَى كَلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ) سورة آل عمران الايه رقم (26) .

كما أن لأهل البلاد مكانه في المجتمع بمساهماتهم في خبرة واسعاهد فقد راى سعد ابن وقاص رضي الله عنه أن فضلا على من ودنه ، فقال صلى الله عليه وسلم : (هل تتصرون ، وترزقون ، الا بصفائكم ، رواه البخاري).

وعن النسائي : (انما نصر الله هذه الامة بضعفتهم دعواتهم وصلاتهم وإخلاصهم) قال ابن بطال : (تأويل الحديث أن الفقهاء اشد اخلاصاً في الدعاء واكثر خشوعاً في العبادة لخلاء قلوبهم من القلق بذخرف الدنيا).

واوضح الشائع(1999م) ان الاسلام بيت روح المساواة والتأخي بين البشر حينما قال تعالى (إنما المؤمنون إخوة) سورة الحجرات الايه رقم (10).

واكدت سنه المصطفى صلى الله عليه وسلم (المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يعيبه ولا يخذله). وقال
مَا أَضُنُّ تَعَالَى (هـ) مَوْنٌ هُصْنٌ يَدْوَةٌ لِيَلِيَّ بِاللَّهِ يَهْدِيهِ دَلِيلٌ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ
عَلِيمٌ (سوره التغابن الايه رقم (11) .

والدلائل على المصائب كفاره كثيره، اذا صبر عليه اثيب على صبره، فالثواب والجزاء انما يكون
على العمل واما نفس المصيبه فهي من فعل الله ، لا من فعل العبد، وهي من جزاء الله للعبد على
ذنبه، وتكفيره ذنبه بها، وان نظرة الاسلام للمعاق مبنيه على اساس هي :

1- العمل في حدود طاقات الانسان سواء كان للمعاق او غير المعاق .
على الامه من حكومات وغيرهم الاهتمام بالمعاق والعمل على رعايته في توفير كل الخدمات التي
تعينه على نكبات الزمن والحياة .

2- الصبر على الشدائد والاحتساب لله على ماصابه مقابل الجنه .
الاعاقه ليست حاجز او عائقا تمنع من اصيب بها في المشاركه الجاده في بناء المجتمع، ونشر
الخير والاصلاح، والقيام بواجب الامر بالمعروف والنهي عن المنكر، لذلك نجد اجر المعاق عظيما
ومن يقوم برعايته في المجتمع وتربيته، حيث يحصل على الكثير من الفوائد الدنيويه الاخرويه .
وترى الباحثه ان مايتعرض له الانسان في حياته انما هو بقضاء الله وقدره وقيمه هذه الحياة انها
تكسب في النفس البشرية السكينه والطمأنينه عند استقبال الحوادث والمتاعب بيقينها ان تؤدي
العبادات بقدر استطاعته والعمل على دمج المعاقين في المجتمع وتبادل المشاركات، كما حدث
المنهج الاسلامي على مبداء التكافل الاجتماعي الذي يحتم رعاية وتربية الابناء عامه المعاقين
بصفه خاصه والمحتاجين والضعفاء .

المبحث الخامس الدراسات السابقة

تمهيد:

تهدف هذه الدراسة لمعرفة نوعية الحياة وعلاقتها بمفهوم الذات والتوافق النفسي للمعاقين بصرياً بولاية الخرطوم (مركز تاهيل المكفوفين) وبناء على ذلك يتعرض هذا الفصل لأهم الدراسات التي سبقت هذه الدراسة حيث يتم استعراض الدراسات وأهم النتائج التي توصلت إليها ومن ثم التعقيب على هذه الدراسات.

نعرض بعض الدراسات التي لها علاقة بهذا الموضوع ومنها:

دراسات سودانية

1- مواهب الطيب عبد الله 2008م

عنوان الدراسة :

التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب المكفوفين.

اهداف الدراسة :

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن معرفة التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب المكفوفين في الجامعات بولاية الخرطوم ومعرفة الخصائص العامة التي تميز التوافق النفسي والاجتماعي.

عينة الدراسة :

بلغ حجم العينة من (102) طالباً وطالبة من الجامعات الحكومية بولاية الخرطوم.

المنهج :

استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي.

أدوات الدراسة :

مقياس التوافق النفسي (هبو - م - بل) كل أبعاده.

النتائج :

من أهم النتائج أن التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب المكفوفين يتسم بالإيجابية.

2- دراسة مشاعر الصادق حسن (2013م)

عنوان الدراسة:

الضغوط النفسية لدي المعاقين بصريا وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي

اهداف الدراسة :

معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية لدي المعاقين بصريا وعلاقتها بالتوافق النفسي .

عينه الدراسة :

من مجتمع الدراسة وبلغ عددهم (58) معاق (33)طالبة و(25) طالب و اعمارهم من (8-18سنه).

الاساليب المستخدمة :

مقياس الضغوط النفسية ومقياس التوافق النفسي.

المنهج المستخدم :

المنهج الوصفي والاحصائي مثل اختبارات التظليل الاحادي بعقد تحليل متقنيات الدراسة .

النتائج :

من اهم النتائج يبتسم التوافق النفسي لدي المعاقين بصريا بالانخفاط

3- دراسته عثمان لبيب (1986م) المذكور في دراسته مشاعر الصادق (2013م)

موضوع الدراسة :

الإعاقه البصريه والجسميه وعلاقتها بمفهوم الذات والتوافق الشخصى والاجتماعى

عينه الدراسة :

(100) تلميذ بالصف الرابع والخامس والسادس الإبتدائى (50) تلميذ معوق جسميا.

تبنى العلاقة بين مفهوم الذات ومتغيرات التكيف الشخصى وإجتماعى لم تكن داله لدى مجموعه المعوقين بصريا من حيث كانت علاقه إرتباطيه داله بين التكيف الشخصى والتكيف الحسى والاجتماعى وكل من شعور الطفل براحته والشعور بالإنتماء والخلو من الأعراض العصابيه والمهارات الاجتماعيه والعلاقات بالاسره والعلاقات فى البيئه المحليه لدى مجموعه المعوقين حسيا ، وبالتالي المعاقين جسميا من المعاقين بصريا على كل من التكيف الشخصى والاجتماعى وبعض ابعاد التكيف الشخصى .

المستويات الاجتماعيه والمهارات الاجتماعيه والتحرر من الميول الضاره للمجتمع والعلاقات فى الاسره والعلاقات المدرسيه والعلاقات فى البيئه المحليه.ومفهوم الذات وبعض ابعاده احساس الطفل بقيمته والتحرر من الميل الى الإنفراد والخلو من الامراض العصابيه.

4- حافظ عمر الخضر احمد 2015

موضوع الدراسة :

التوافق النفسي لطلاب ذوي الاحتياجات الخاصه لبعض الجامعات بولايه الخرطوم وعلاقته ببعض المتغيرات

اهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الي الكشف عن مدي التوافق النفسي لطلاب ذوي الاحتياجات الخاصه بجامعة ولايه الخرطوم [الحكوميه والخاصه]

الاساليب المستخدمه :

استخدام المنهج الوصفي ومقياس التوافق النفسي لهيو.م.بل ذي الاربعه ابعاد ،وتضمنت البعد النفسي فقط من المقياس ،استخدام عمليات الحاسوب في جميع مراحل التحليل الاحصائي للدراسة عن طريق spss برنامج الحزم الاحصائية في العلوم الاجتماعيه.

عينه الدراسه :

تتضمن العينه 409 طالبا وطالبه وبلغ عددا لأكور 233 طالبا بنسبه 57%،وعدد الاناث 176 بنسبه 43% طالبة من المستويات الثاني والثالث والرابع

النتائج:

من اهم النتائج يتسم التوافق النفسي للطلاب ذوي الاحتياجات الخاص ولايه الخرطوم بالايجابيه

5- أمنه سليمان محمد أحمد 2016م :

موضوع الدراسه :

التوافق النفسي والاجتماعي لذوي الاعاقه البصريه وعلاقته بسمات الشخصية وبعضى المتغيرات الديموغرافيه .

اهداف الدراسه :

1- معرفة التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بسمات الشخصية لدى المعاقين بصريا باتحاد المكفوفين بمدينة عطبرة .

2- معرفة علاقه التوافق النفسي والاجتماعي وسمات الشخصية وبعضى المتغيرات مثل (العمر ، المستوى التعليمي ، النوع).

عينه الدراسه :

(100) معاق تمه إختيارهم بواسطة العمده .

المنهج :

المنهج الوصفي الارتباطي .

الاساليب المستخدمه :

مقياس التوافق النفسي وسمات الشخصية وتمه تحليل البيانات بواسطة الحزمه الاحصائية للعلوم الاجتماعيه (spss)

النتائج :

من اهم النتائج

يتسم التوافق النفسي والاجتماعى للمعاقين بصريا بالانخفاض دالة إحصائية .

6- عمر عبدالوهاب 1998م المذكورة في دراسة انشراح محمد2016م :

موضوع الدراسة :

التوافق النفسي ،القلق والاكتئاب وسط المعاقين بولاية الخرطوم.

اهداف الدراسة :

1-محالة التعرف علي العلاقة بين التوافق النفسي والاعاقة عند الفرد

2-معرفة ما اذا كان هنالك فروق ذات دالة احصائية بين الذكور والاناث في مستوي التوافق

النفسي والاكتئاب والقلق

3-قد تؤدي هذه الدراسة الي مجموعة نتائج يمكن ان تساهم في فهم جوانب مخفية .

النتائج :

اوضحت الدراسة بان المكفوفين هم اكثر الفئات توافقا نفسيا واقل الفئات قلقا واكتئابا يليهم المقعدين ثم الصم .

7- دراسة جهاد الريح احمد(2017) :

عنوان الدراسة :

جودة الحياة وعلاقتها بقلق المستقبل وعوامل الشخصية الخمسة الكبرى لدى المكفوفين بولاية الخرطوم.

اهداف الدراسة :

التعرف على جودة الشياء وعلاقتها بقلق المستقبل وعوامل الشخصية الخمسة الكبرى لدى الكفوفين.

عينة الدراسة :

بلغ حجمها (250) كيف منهم (135) ذكور (115) اناث حيث تم اختيار العينة بطريقة العشوائية البسيطة.

المنهج :

المنهج الوصفى.

ادوات الدراسة :

مقاييس جودة الحياة وقلق المستقبل وعوامل الشخصية الخمسة الكبرى.

نتائج الدراسة :

يتسم المعاقين بصريا بارتفاع دال احصائية فى جودة الحياة ثم عوامل الشخصية الخمسة الكبرى لدى المكفوفين بالاجابية .

دراسات عربية:

1- دراسته ابو ختله 2004م المذكوره فى انشراح محمد الفكى 2016

عنوان الدراسة :

التوافق النفسى والاجتماعى للمكفوفين اليمينيين فى محافظه صنعاء

اهداف الدراسة :

التعرف والكشف عن التوافق النفسى والاجتماعى لدى المكفوفين اليمينيين فى صنعاء

النتائج :

1- توصل الى ان العادات السلوكيه والنفسيه قيم معنويه نفسيه لا تخضع فى اغلبيتها للاساليب الاحصائية

2- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائيه فى التوافق النفسى والاجتماعى يعزى الى العمر

3- يوجد فروق ذات دلالة احصائيه فى التوافق النفسى والاجتماعى تعزى الى المؤهل العلمى لصالح التعليم الاساسى

2- دراسته بخش ، اميره طه 2007م

موضوع الدراسة :

جوده الحياه وعلاقتها بمفهوم الذات لدى المعاقين بصريا والعادين بالمملكه العربيه السعوديه

اهداف الدراسة :

الكشف عن الفروق فى جوده الحياه بين المعاقين بصريا والعادين بالمملكه العربيه السعوديه

التعرف على علاقه بين وجوده ومفهوم الذات لدى هولاء العادين والمعاقين بصريا

الاساليب المستخدمه :

المنهج الوصفى

عينه الدراسة :

50 معاقا بصريا ومثلهم من العادين تتراوح اعمارهم ما بين (15-18)سنه

تم تطبيق مقياس مفهوم الذات ومقياس جوده الحياه عليهم

نتائج الدراسة :

- 1-وجود فروق ذات دلالة احصائية بين العاديين والمعاقين بصريا في جوده الحياه بابعاده المختلفه (السلام البدنيه،التفكير العقلاني،الاتذان الانفعالي المهارات الاجتماعيه والدرجه الكليه) وهذه الظروف لصالح العاديين.
- 2-وجود علاقته داله موجبه بين مفهوم الذات وجوده الحياه لدي العاديين والمعاقين بصريا.

3- وفاء على سليمان عقل (2009م) .

موضوع الدراسة :

الامن النفسى وعلاقته بمفهوم الذات لدى المعاقين بصريا

أهداف الدراسة :

- 1- معرفة مستوى الامن النفسى للمعاقين بصريا فى قطاع غزه ومدى علاقته بمفهوم الذات .
- 2- معرفة مستوى مفهوم الذات لدى المعاقين بصريا .
- 3- الفروق الجوهرية فى مستويات ألامن أأنفسى لدى المعاقين بصريا والتي تختلف باختلاف الجنس ودرجة الاعاقة والمراحل التعليمية .

الاساليب المستخدمة :

مقياس مفهوم الذات

المعالجة الاحصائية :

(التكرارات والنسب المؤية واختبارات T test التحليل التباين ، المتوسطات الحسابية ،معامل الارتباط بيرسون وسبيريتروان ،معادلة جتمان ،معادلة ارتباط الفاكرباخ)

النتائج :

1. وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية عند مستوي دلالة ($A <_0>01$) بين الدرجة الكلية لمقياس الامن النفسى والدرجة الكلية لمقياس الامن النفسى والدرجة الكلية لمقياس مفهوم الذات لدي المعاقين بصريا .
- 2-وجود فروق ذات دالة احصائية في مستوي مفهوم الذات لدي المعاقين بصريا تعزي لمتغير المرحلة الدارسية (إعدادى ، ثانوى) ولقد كانت الفروق لصالح المرحله الثانويه .
- 3- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوي مفهوم الذات لدي المعاقين بصريا تعزي لمتغير درجة الاعاقة .
- 4- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوي مفهوم الذات لدي المعاقين بصريا تعزي لمتغير الجنس .

4- دراسه الهام مصطفى القصيري 2013م

موضوع الدراسه :

جوده الحياه لدي المعاقين بصريا مقارنة بغير المعاقين

اهداف الدراسه :

التعرف علي مستوي جوده الحياه عند الاشخاص المعاقين بصريا وغير المعاقين في مجالات جوده الصحه العامه ،جوده الحياها لاسريه والاجتماعيه ،الحياه الوظيفيه ، حياه العواطف ،جوده الصحه النفسيه ،جوده شغل الوقت وادارته

عينه الدراسه :

150 شخصا معاق بصريا ،150 شخصا غير معاق وفق لمتغيرات الدراسه (العمر،الحاله الاجتماعيه ،جهه العمل)

الاساليب المستخدمه :

استبيان جوده الحياه الاجتماعيه

نتائج الدراسه:

1-وجود دلالة احصائيه بين المعاقين بصريا وغير المعاقين في جميع ابعاد جوده الحياه لصالح الاشخاص غير المعاقين في السعوديه

2- توجد فروق ذات دلالة احصائيه بحسب متغير العمر لصالح العاملين في القطاع الحكومي النموذجي، في معا مقارنة جوده الحياه للمعاقين بصريا

دراسات اجنبية:

1- دراسة سوموز 1944م :

في الدراسه التي اجريت كمقارنه عن التوافق الاجتماعي بين المكفوفين والمبصرين والتي تم اختيار العينة فيها بواسطة ثلاثة طرق هي :-

أ. طبقت اختيار كاليفورنيا للشخصية على (123) مراهقا كفيفاً .

ب. استفتاء اعد للعيان طبق على (120) من المراهقين وأخرى على (72) من آباء هؤلاء المكفوفين .

ت. أجريت مقابلات مضبوطة مع (50) شخص أعمى ومع آبائهم .

النتائج التاليه :-

أ. ان التوافق الشخصي الاجتماعي للمراهقين المكفوفين منخفض إذا قورن بالتوافق الشخصي والاجتماعي لأمثالهم من المبصرين .

ب. أن سوء التوافق الاجتماعي يرجع الى عوامل اجتماعية اكثر مما يرجع إلى عوامل متصلة بالاعاقة نفسها.

2- دراسة ميغان ،(1971م Meighan) :-

لقد أكدت النتائج التي توصل إليها ميغان وذلك في دراسته لمفهوم الذات عند مجموعة من المعاقين بصريا المراهقين حيث أظهرت النتائج ضعفا في شخصية هؤلاء المراهقين ، إضافة إلى اتجاهات سلبية نحو العمل ، وانتشار القلق واكتئاب ، كما أنه يوجد اختلاف بين كل من المعاقين بصريا والبصرين في وجهة التحكم حيث زيادة سيطرة وجهة التحكم الخارجية لدى المعاقين بصريا في حين أن وجهة التحكم الداخلية هي المسيطرة لدى المبصرين كما أكدت الدراسة على عدم وجود اختلاف كبير بين المعاقين بصريا والمبصرين في الجوانب الأخرى لمفهوم الذات .

3- دراسة بيتي 1994م (Beaty)

هدفت الدراسة اليمعرفة العوامل النفسية والنجاح الاكاديمي للطلاب المكفوفين حيث تكونت عينة الدراسة من الطلاب الجامعيين المكفوفين والمبصرين وتمثلت ادوات الدراسة في تطبيق مقاييس التوافق النفسي وتوصلت الى النتائج التالية:-

- أ. متوسط درجة التوافق بين الطلاب المكفوفين أعلى من الطلاب المبصرين.
- ب. متوسط درجة التوافق بين الطلاب المكفوفين جزئياً أعلى من المبصرين وكذلك في الاعتزاز بالذات واحترام الذات.
- ت. تحصيل المكفوفين في المواد الدراسية أعلى من المبصرين.

4- دراسة (هامبتون 1999 Hampton)

والتيهدفت إلى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى المعاقين وعلاقتها ببعض المتغيرات وتكونت عينة الدراسة من (144) معاقاً منهم (122) من الرجال و(22) من السيدات ، تتراوح أعمارهم من (16) إلى (35) سنة ، وقد استخدم الباحث مقياس جودة الحياة للتعرف على مستوى جودة الحياة للمعاقين من فئات مختلفة ، واستخدم الباحث عدة أساليب إحصائية ، منها المتوسطات الحسابية النسبية ، ومعامل (ألفا كرونباخ) ومعامل الثبات بطريقة التجزئة النسبية ، ومعامل ارتباط (بيرسون) و معادلة (سبيرمان براون) ، واختبارت (T-Test) واختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) ، وأسفرت الدراسة عن مجموعة من النتائج أهمها أن درجة الإعاقة وعمر الفرد وتاريخ بداية الإعاقة والمستوى التعليمي والوضع الزواجي والعمل والوضع الصحي والدعم الاجتماعي ترتبط بصورة دالة بجودة الحياة لدى المعاقين في فئات هم المختلفة ، وأن الأشخاص (المتزوجون أو غير المتزوجين) الذين يعملون في وظائف يرتضونها وعلى مستوى عالٍ من التعليم ويحصلون على الدعم الاجتماعي ، ويرون أنفسهم في صحة جيدة يميلون إلى الارتفاع على مقاييس جودة الحياة ، بينما ينخفض من يدركون أنفسهم بصورة سلبية ، وتقل علاقتهم بالآخرين أو بالمحيط البيئي.

الاستفادة من الدراسات السابقة :

يمكن تلخيص اوجه الاستفادة من الدراسات السابقة في الاتي

- 1-اثراء الجانب النظري لدراسه وصياغه الفروض
- 2-اتاحه للباحثة اختيار المنهج الاكثر ملائمة لموضوع دراستها وهو المنهج الوصفي
- 3-اتاحه للباحثة التعرف علي المراجع التي تطرقت لموضوع الدراسه .
- 4- إطلاع الباحثه علي المقياس المستخدمه في تلك الدراسات اتاح لها اختيار المقياس الملائم والمناسب مع الدراسه.

5-معظم الدراسات لم تتناول ايا من هذه المتغيرات بصورة متكامله

موقع الدراسه الحاليه من الدراسات السابقه :

- 1- الدراسه الحاليه جمعت ثلاثه متغيرات وهي نوعيه الحياه،مفهوم الذات،التوافق النفسي معا .
- 2-اتفقت هذه الدراسه مع بعضى الدراسات فى بعضى المتغيرات مثل :
نوعيه الحياه : دراسه جهاد (2017م) ، إلهام(2013م) هاميتون (1999م).
مفهوم الذات : دراسه بخش (2007م) .
التوافق النفسى : دراسه أمنه (2016م) ، أبوختله (2004م) ، مشاعر(2013) سوموز (1944).

التعقيب عن الدراسات السابقه :

- 1- كل الدراسات السابقه تشير الي ضروره اجراء المزيد من البحوث في هذا المجال .
- 2- اختلاف جميع الدراسات السابقه في حجم عينه الدراسه .
- 3- لا توجد ضمن الدراسات السابقه دراسه تناولت هذه المتغيرات.
- 4- يتضح مما سبق اهميه الثلاثه متغيرات للافراد بصورة عامه والمعاقين بصريا بصورة خاصه .
- 5- اختلفت الدراسه الحاليه عن باقي الدراسات في الشريحه التي طبقت عليها الدراسه علي المعاقين بصريا بعكس معظم الدراسات السابقه التي طبقت دراساتهم علي فئات المجتمع والمعاقين مثل طلاب وطالبات المدراس والجامعات .
- 6-وبعد الاطلاع علي هذه الدراسات لاحظت الباحثه علي حد علمها ندرة او انعدام عدد الدراسات التي تناولت متغيرات هذه الدراسه،كما انها لم تحظي هذه الشريحه من المعاقين قدر كافي من الاهتمام.

الفصل الثالث

منهجية إجراءات الدراسة

قد أوضحت الباحثة في الفصل السابق عن الإطار النظري للدراسة وعرفت كل المتغيرات التي تتعلق بنوعيه الحياه مفهوم الذات 'الإعاقه البصريه' وتناولت الباحثة في هذا الفصل عرضاً لمنهجه وإجراءات الدراسة وتوضيح المنهج المستخدم في الدراسة. والطرق التي اتبعتها الباحثة للتحقق من فروض الدراسة 'والتي تستدل على المنهج الذي إنتهجت ووصف مجتمع الدراسة واختيار العينة' ووصفت الباحثة المقاييس المستخدمة في جمع البيانات وخصائص أفراد العينة الذين أجريت عليهم الدراسة صدقها وثباتها' وتم توزيعها على أفراد العينة' وأخيراً قامت الباحثة بجمع البيانات وجدولتها وتحليلها من أجل التوصل للنتائج الخاصة بالدراسة.

منهج الدراسة :

ذكر كل من ضياء الدين ، جعفر (2013) أن المنهج الوصفي هو مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل الدراسة.

ويعرف عطيه (2002) المنهج بأنه الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقه في العلوم بواسطة طائفة من القواعد العامه التي تهيمن على سير الفعل وتحرر عملياته حتى تصل إلى نتيجة معلومه.

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الإرتباطي بشكل عام ويعرف بأنه محاله الوصول إلى المعرفة الدقيقه والتفصيليه لعناصر المشكله أو ظاهره قائمه الوصول إلى فهم أفضل وأدق أو وضع السياسات والإجراءات المستقبلية الخاصه بها.

لذلك أتبعته الباحثة هذا المنهج لأنه أنسب المناهج لمثل هذه الدراسة وذلك للأسباب الآتية :

- 1/ لأنه يهتم بدراسة ووصف ما هو كائن .
- 2 / يعمل على تفسير الظواهر تفسيراً علمياً .
- 3/ يهتم بالوسائل وادوات القياس التي تساعد على جمع المعلومات .
- 4 / يحقق للباحث فهم أفضل للظاهرة موضوع الدراسة .
- 5/ يهتم بتحليل البيانات واستخلاص ومناقشة النتائج .
- 6 / يتيح الفرصة لبحث أكبر عدد من المتغيرات بما يتناسب مع تدخل الظواهر النفسيه .

مجتمع الدراسة :

يقصد بالمجتمع الافراد أوالأشياء أوالعناصر ، أالذين لهم خصائصى واحده يمكن ملاحظتها أبو علام (2004) .

ويضيف عطيه، (2002) أن المجتمع هو عبارة عن مجموعة من اشخاص محددة تحديدا واضحا ويهتم الباحث بدراستها وتعميم نتائج الدراسة بارجوع إليها .
يتكون مجتمع الدراسة من مركز تأهيل المكفوفين بمحلية بحرى وبلغ العدد الكلى (130) وذلك حسب الاحصائيات الموجوده بالمركز .

عينة الدراسة :

يعرف عبيدات واخرون .(1999) العينه بأنها عبارة عن مجموعة جذئيه من مجتمع الدراسة يتم اختيارها بطريقة معينة واجراء الدراسة عليها ومن ثم استخدام النتائج وتعميمها على كامل مجتمع الدراسة , تم اختيار عينة بالطريقة العشوائية البسيطة وهذا يعنى ان كل كفيف من المكفوفين له الفرصة فى ان يكون ضمن العينة المراد دراستها .

فقد تم اختيار عينة الدراسة من المعاقين بصرياً بمركز بحرى لتاهيل المكفوفين وبلغ حجم العينة(130) مكفوفاً منهم(96) ذكور و(34) اناث,تم اختبار العينة على الجنسين .

وصف العينه :

جدول رقم (1) يوضح توزيع عينه الدراسه حسب النوع

النوع	التكرار	النسبة
ذكر	96	%73.8
أنثى	34	%26.2
المجموع	130	100%

جدول رقم (2) يوضح توزيع عينه الدراسه حسب العمر

العمر	لتكرار	النسبة
20-1	37	%28.5
30-21	54	%41.5
40-31	29	%22.3
41 فأكثر	10	%7.7
المجموع	130	%100

جدول رقم (3) يوضح توزيع عينه الدراسه حسب المستوى التعليمي

النسبة	التكرار	المستوى التعليمي
%16.2	21	أساس
% 53.1	69	ثانوي
%30.8	40	جامعي
%100	130	المجموع

جدول رقم (4) يوضح توزيع عينه الدراسه حسب طبيعة الإعاقة

النسبة	التكرار	طبيعة الإعاقة
%48.5	63	ولادي
%51.5	67	مكتسبة
%100	130	المجموع

جدول رقم (5) يوضح توزيع عينه الدراسه حسب درجة الإعاقة

النسبة	التكرار	درجة الإعاقة
%46.2	60	كلية
%53.8	70	جزئية
%100	130	المجموع

ادوات الدراسه :

الاداة هي الطريقة او الوسيلة التي تستخدم في جمع المعلومات اللازمة لمعالجة مشكلة الدراسه والتحقق من صحة فروضه والوصول الى اهدافه وتحقيقاً لاهداف الدراسه الحالي .

قامت الباحثه باستخدام :

- 1- إستمارة البيانات أوالمعلومات الأوليه الأساسيه اعدت الباحثه استمارة المعلومات الأساسيه لمعرفة البيانات الاوليه للمفحوص والتي تدخل ضمن المتغيرات الديموغرافيه للدراسة .

2- اعتمده الباحثه فى هذا الدراسه على ثلاثة مقاييس وهى :

1. مقياس نوعية الحياه ويتكون من (72) عباره مقتبس من مقياس نوعية الحياه الذى اعده فريش فى 1988 وتضمن صورته الاوليه (46) عباره وصورته النهائيه (38) عباره.
2. مقياس مفهوم الذات ويتكون من (100) عباره قامت الباحثه باقتباسه من مقياس وليم فيش ترجمه واِعداد صفوت فرج - سهيل كامل وتضمن صورته الاوليه (40) عباره وصورته النهائيه (32) عباره.
3. مقياس التوافق النفسى ويتكون من (38) عباره قامت الباحثه باقتباسه من مقياس هيوم بل وتضمن صورته الاوليه (23) عباره وصورته النهائيه (23).

أولا مقياس نوعية الحياة :-

تعريف السمة مكان القياس

- 1- بعد تحديد التعرف لأجرائى لنوعية الحياة .
- 2- صياغة الفقرات : قامت الباحثه بصياغتها بلغه سهله وبسيطه رأته فيها خصائصى العينه وتجنبت الباحثه اهم الحاذير والمحكات التى حددها خبراء القياس وهى :-
 - 1- حذف الفقرات غير المناسبه فى المقياس .
 - 2- تجنب الفقرات التى يمكن أن تفهم بأكثر من معنى .
 - 3- عدم تعقيد معنى الفقرات .
 - 4- تجنب المترادفات فى الفقرة الواحدة .
 - 5- أن تكون الفقرات قصيره .
 - 6- تجنب إستخدام معين فى جملة واحدة .
 - 7- شكل وتنظيم الفقرات .

تعليمات المقياس :

تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذى يسترشد به المستجيب أثناء إستجابته لفقرات المقياس ، لذا راعة عند إعدادها أن تكون بسيطه ومفهومه . (أبو علام ، 1998) .

الصدق الظاهرى للمقياس :

تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين لإبداء ملاحظاتهم حولها والتأكد من ملاءمتها لدراسة هذه الظاهرة ومدى تناسب هذه العبارات مع عينة للراسه بعد الإطلاع عليها أوصه بعضهم بالآتى :

- 1- أن يكون ثلاثى بدلاً من خماسى .
- 2- صياغة العبارات بصيغة المخاطب .

3- تحويل العبارة رقم (5) من نوعية الحياه للمفهوم الذات .

4- حذف بعض العبارات من المقاييس وهى :

جدول رقم (6) العبارات التى تم حذفها من مقياس نوعيه الحياة

الرقم	العبارات التى تم حذفها
6	أشعر بقيمتي فقط عندما يقول لي الآخريين ذلك
8	نوعية حياتي تجعلني احترم ذاتي
14	فلسفتي في الحياة تكوين ثروة بغض النظر عن مصدرها
16	فلسفتي في الحياة تجعلني راضي عن نوعية حياتي
19	اتحلى بالصدق
20	اتوب عندما ارتكب معصية واستغفر الله
31	ممارستي للعمل الطوعي تجعلني راضي عن نوعية حياتي

5_ تعديل بعضى العبارات من المقاييس وهى:

جدول رقم (7) العبارات التى اتفق على تعديلها من مقياس نوعيه الحياة

الرقم	العباره قبل التعديل	العباره بعد التعديل
2	اشعر أنني اقل من الآخرين	تشعر أنك اقل قدراً من الآخرين
3	استطيع المثابرة كالأخرين في عملي	تستطيع المثابرة في عملك
9	اضع خططاً لإنجاز اهدافي	تضع خططاً لتحقيق اهدافك
10	استطيع اتخاذ قراراتي الخاصة بعملي	تستطيع اتخاذ قراراتك الخاصة بعملك
11	سلوكي يتميز بالمسايرة للآخرين	سلوكك يتميز بالمسايرة مع الآخرين
13	استعين بمعتقداتي في حالة نشوء مشكلة أو حلها	تستعين بمعتقداتك في حل مشكلاتك
15	اقبل التحدي الذي يواجهني بانني غير كفاء	تقبل التحدي الذي يواجهك في حياتك
25	اقطع وقت من زمني لسماع الفضائيات	تستطيع ان تقطع وقت من زمنك للاستماع لوسائل الاعلام
29	اخصص وقت من زمني لمساعدة المحتاجين	تخصص وقت من زمنك لمساعدة المحتاجين برايك
33	مشاعري اتجاه من احب غير صادقة	مشاعرك اتجاه من تحب غير صادقة
34	من الممكن ان اتخلى عن من احبهم دون تردد	تستطيع ترك من تحبهم دون تردد
38	استمتع بالوقت الذي اقضيه مع اصدقائي خارج المنزل	تستمتع بقضاء وقتك مع اصدقائك خارج المنزل
39	الصدقة مهمة بالنسبة لنوعية حياتي	الصدقة مهمة بالنسبة لحياتك
41	الشوارع المحيطة بمنزلي واسعة	الشوارع المحيطة بمنزلك واسعة
42	تتسم المنطقة التي اسكن فيها بالقبليية	تتسم منطقتك التي تسكن فيها بانها مريحة
45	اشعر باهمية المجتمع في رضائي عن نوعية حياتي	تشعر بأهمية المجتمع في تحقيق أهدافك
46	يهتم المجتمع الذي اعيش فيه بثقافة الآخرين	يهتم مجتمعك الذي تعيش فيه بثقافة الآخرين

طريقة تصحيح المقاييس

يعطي الخيرات الثلاثية (دائماً - احياناً - نادراً) كانت طريقة التصحيح كما لاتي تعطي العبارات الموجب (1-2-3) و العبارات السالبة (1-2-3) .
صدق البناء

ويقصد بة تحليل المقياس استناداً الي البناء النفسي لي خاصيه المراد قياسها او في حدود مفهوم نفسي معين . (السيد (1993))

الخصائص السايكومترية للمقياس :

لمعرفة الخصائص القياسية لل فقرات بالمقياس بمجتمع الدراسة الحالي، قامت الباحثة بتطبيق صورة المقياس المعدلة بتوجيهات المحكمين والمكونة من (38) فقرة على عينة أولية حجمها (30) مفحوصا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع الدراسة الحالي، وبعد تصحيح الاستجابات قامت الباحثة برصد الدرجات وإدخالها في الحاسب الآلي، ومن ثم تم الآتي:

صدق الاتساق الداخلي لل فقرات :لمعرفة صدق اتساق الفقرات مع الدرجة الكلية بالمقياس بمجتمع البحث الحالي، تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس الفرعي الذي تقع تحته الفقرة المعنية، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء:

جدول رقم (8) يوضح معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية بالمقياس بمجتمع الدراسة الحالي (ن =30)

نوعية الحياة									
الاحساس بالانتماء الى الاخرين				انشطة الحياة اليومية		الرضا الداخلي للحياة			
الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند
.676	26	.385	2	.430	3	.682	31	.348	1
.588	27	.712	4	.600	5	.605	32	.666	10
.502	28	.488	8	.515	6	.527	33	.481	11
.729	29	.570	9	.429	7	.676	34	.574	12
.494	30	.482	15	.570	17			.449	13
.029	35	.388	21	.670	19			.389	14
.062-	37	.482	22	.478	20			.538	16
.552	38	.565	24	.408	36			.536	18
		.725	25					.695	23

يلاحظ من الجدول السابق أن معاملات ارتباطات جميع الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى (0.05)، وان جميع الفقرات تتمتع بصدق إتساق داخلي قوي. عدا الفقرات المشار إليها بال(*) وهي فقرات صفرية وسالبة الارتباط لذلك رأيت الباحثة ان تحذف حتي لا تؤثر في الثبات .

الثابت :

ويقصد بالثابت دقة المقياس ومعامل الثبات هو ارتباط بين درجات الافراد في المقياس في مرات الإجراء المختلفه أو بين تقديرات من يقومون بتقدير الدرجات في المرات المختلفه.(أبو علام (2004))

والثبات هو أن يعطي الإختبار نفس النتائج إذا ما اعيد على نفس الأفراد (رمزيه (1980)).

معاملات الثبات للمقياس:

لمعرفة الثبات للدرجة الكلية للمقياس في صورته النهائية المكونة من (36) فقرة في مجتمع الدراسة الحالي، قام الباحث بتطبيق معادلة التجزئة النصفية على بيانات العينة الأولية، فبيّنت نتائج هذا الإجراء النتائج المعروضة بالجدول التالي:

جدول رقم (9) يوضح نتائج معاملات الثبات للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية بمقياس بمجتمع الدراسة الحالي

المقاييس الفرعية	عدد الفقرات	الخصائص السايكومترية	
		(ألفا كرونباخ)	س . ب
الرضا الداخلي للحياة	13	.764	.866
انشطة الحياة اليومية	8	.698	.822
الاحساس بالانتماء الى الآخرين	15	.824	.903
نوعية الحياة	36	.797	.886

مفهوم الذات:

طريقة تصحيح المقاييس

يعطي الخيرات الثلاثية (دائماً - احياناً - نادراً) كانت طريقة التصحيح كما لاتي تعطي العبارات الموجب (3-2-1) و العبارات السالبة (1-2-3) .
الصدق الظاهري للمقياس

تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين لإبداء ملاحظاتهم حولها والتأكد من ملاءمتها لدراسة هذه الظاهرة ومدى تناسب هذه العبارات مع عينة الدراسة وبعد الإطلاع عليها أوصه بعضهم بالاتي :

1- حذف بعض العبارات من المقاييس وهي :

جدول رقم (10) يبين العبارات التي تم حذفها من مقياس مفهوم الذات

الرقم	العبارات التي تم حذفها
8	انا مهووس
12	راضي بشكلي كده
13	يا ريت اقدر اغير بعض اجزاء جسمي
20	كان نفسي ما ابقى سهل
22	ساعات احس اني عاوز اسب واشتم
24	اهتم بمظهري
33	باحس اني على ما يرام معظم الوقت
38	كل واحد اعرفه اجد فيه ميزة معينة

2- إتفق بعضى المحكمين على تعديل بعضى العبارات من المقاييس وهى:

جدول رقم (11) يبين العبارات التي تم تعديلها من مقياس مفهوم الذات

الرقم	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
2	قال عني الزملاء أنني مرح	يقول عنك الاخرين أنني مرح
6	اصدقائي لا يتقون في	أصدقائك لا يتقون بك
7	احب ان ابقى نظيف وفي احسن هيئة	اهتم بمظهري
15	راضي بعلاقتي برينا	راضي بما قسمه الله لك
17	احب ان اكون جذاب اكثر من الجنس الآخر	تحب ان تكون جذاب للجنس الاخر
18	احب ابقى موضع ثقة اكبر من دلوقة	أحب أن اكون موضع ثقة لدي الاخرين
19	لست الشخص الذي أود ان اكون	ليست الشخص الذي اود ان اكون عليه
23	اهتم بعناية جسمي	تعنتي تصحتك
35	دائما بغير رأيي	تقوم بتغيير رأيك
37	بتشاجر مع افراد عيلى	تتشاجر مع افراد عائلتك
40	اجد صعوبة بالتحدث مع الغرباء	تجد صعوبة في التحدث مع الغرباء

الخصائص السايكومترية للمقياس :

لمعرفة الخصائص القياسية لل فقرات بالمقياس بمجتمع البحث الحالي، قام الباحث بتطبيق صورة المقياس المعدلة بتوجيهات المحكمين والمكونة من (32) فقرة على عينة أولية حجمها (30) مفحوصا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع الدراسة الحالي، وبعد تصحيح الاستجابات قام الباحث برصد الدرجات وإدخالها في الحاسب الآلي، ومن ثم تم الآتي: صدق الاتساق الداخلي لل فقرات :لمعرفة صدق اتساق الفقرات مع الدرجة الكلية بالمقياس بمجتمع الدراسة الحالي، تم حساب معامل إرتباط بيرسون بين درجات كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس الفرعي الذي تقع تحته الفقرة المعنية، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء:

جدول رقم (12) يوضح معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية بالمقياس بمجتمع الدراسة الحالي (ن = 30)

مفهوم الذات							
الذات الاسري		الذات الاجتماعي		الذات الشخصي			
الإرتباط	البند	الإرتباط	البند	الإرتباط	البند	الإرتباط	البند
.609	5	.294	2	.676	20	.385	1
.599	8	.724	6	.588	21	.712	3
.628	9	.510	10	.502	22	.488	4
.571	17	.479	13	.729	23	.570	7
.609	24	.367	14	.494	26	.482	11
.649	30	.395	15	.629	27	.388	12
		.540	25	.649	28	.482	16
		.635	31	.552	29	.565	18
		.578	32			.725	19

يلاحظ من الجدول السابق أن معاملات ارتباطات جميع الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى (0.05)، وان جميع الفقرات تتمتع بصدق إتساق داخلي قوي.

معاملات الثبات للمقياس:

لمعرفة الثبات للدرجة الكلية للمقياس في صورته النهائية المكونة من (32) فقرة في مجتمع الدراسة الحالي، قامت الباحثة بتطبيق معادلة التجزئة النصفية على بيانات العينة الأولية، فبيّنت نتائج هذا الإجراء النتائج المعروضة بالجدول التالي:

جدول رقم (13) يوضح نتائج معاملات الثبات للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية بمقياس مجتمع الدراسة الحالي

الخصائص السايكومترية		عدد الفقرات	المقاييس الفرعية
س . ب	(ألفا كرونباخ)		
.903	.824	17	الذات الشخصي
.873	.775	9	الذات الاجتماعي
.773	.675	6	الذات الاسري
.923	.845	32	مفهوم الذات الكلي

مقياس التوافق النفسى

طريقة تصحيح المقاييس

يعطي الخيرات الثلاثية (دائماً - احياناً - نادراً) كانت طريقة التصحيح كما لاتي تعطي العبارات الموجب (1-2-3) و العبارات السالبة (3-2-1) .
الصدق الظاهرى للمقياس

تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين لإبداء ملاحظاتهم حولها والتأكد من ملاءمتها لدراسة هذه الظاهرة ومدى تناسب هذه العبارات مع عينة الدراسة وبعد الإطلاع عليها أوصه بعضهم بتعديل بعض العبارات من المقاييس وهى :

جدول (14) يبين العبارات التي تم تعديلها من مقياس مفهوم التوافق النفسي

الرقم	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
3	يضايقني الشعور بالخجل	يضايقك الشعور بالخجل من اعانتك
9	اشعر بأنني عصيباً نوع ما	تشعر بالعصبية نوع ما
10	تضايقني ملاحظة الآخرين لتصرفاتي	ضايقك تعليقات الآخرين لتصرفاتك
13	سريع الانفعال	سريع الانفعال
14	استمر في القلق مدة طويلة اذا تعرضت لمواقف تجعلني اشعر بالذلة	تستمر في القلق لمدة طويلة اذا تعرضت لمواقف تجعلك تشعر بالذلة
17	انت سريع الخجل	انت سريع الخجل في الاماكن التي بها جمع من الناس
20	اقلق بسبب احتمال وقوع بعض الكوارث	يصيبك القلق بسبب احتمال وقوع عكفي الحفر والمجاري
21	اخاف من البقاء في الظلام لوحدي	تخاف من الظلام لوحدي

الخصائص السايكومترية للمقياس :

لمعرفة الخصائص القياسية لل فقرات بالمقياس بمجتمع الدراسة الحالي، قامت الباحثة بتطبيق صورة المقياس المعدلة بتوجيهات المحكمين والمكونة من (23) فقرة على عينة أولية حجمها (30) مفحوصا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع الدراسة الحالي، وبعد تصحيح الاستجابات قامت الباحثة برصد الدرجات و إدخالها في الحاسب الألي، ومن ثم تم الآتي:

صدق الاتساق الداخلي لل فقرات :لمعرفة صدق اتساق الفقرات مع الدرجة الكلية بالمقياس بمجتمع الدراسة الحالي، تم حساب معامل إرتباط بيرسون بين درجات كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس الفرعي الذي تقع تحته الفقرة المعنية، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء:

جدول رقم (15) يوضح معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية بالمقياس بمجتمع الدراسة الحالي (ن = 30)

التوافق النفسي			
الإرتباط	البند	الإرتباط	البند
.798	13	.331	1
.508	14	.677	2
.694	15	.455	3
.608	16	.603	4
.557	17	.538	5
.854	18	.373	6
.596	19	.513	7
.589	20	.555	8
.482	21	.708	9
.669	22	.690	10
.516	23	.645	11
		.485	12

يلاحظ من الجدول السابق أن معاملات ارتباطات جميع الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى (0.05)، وأن جميع الفقرات تتمتع بصدق إتساق داخلي قوي.
معاملات الثبات للمقياس :

لمعرفة الثبات للدرجة الكلية للمقياس في صورته النهائية المكونة من (23) فقرة في مجتمع الدراسة الحالي، قامت الباحثة بتطبيق معادلة التجزئة النصفية على بيانات العينة الأولية، فبيّنت نتائج هذا الإجراء النتائج المعروضة بالجدول التالي:

رقم (16) يوضح نتائج معاملات الثبات للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية بمقياس بمجتمع جدول الدراسة الحالي

الخصائص السايكومترية		عدد الفقرات	المقاييس الفرعية
س . ب	(ألفا كرونباخ)		
.899	.816	23	التوافق النفسي

خامسا : تطبيق الأدوات ميدانيا :

قامت الباحثة بتوزيع الإستمارات على العينة بطريقه فرديه وبعد أن اجابو حصرت الباحثة الاستمارك وجمعت الدرجات وتم تفريقها في جداول وا إدخالها في الحاسوب لفحص نتائج الفروض باستخدام الحزمه الإحصائية للعلوم الإجتماعيه (spss).

سادسا: الأساليب الإحصائية:

- 1- إختيار (ت) لعينه واحده .
- 2- إختبار (ت) لعينتين .
- 3- معامل إرتباط بيرسون سبيرمان براون .
- 4- معده ألفا كرونباخ لإيجاد معامل الثبات .
- 5- معادله كورسكال ويلز لإيجاد معامل الثبات .
- 6- تحليل التباين المزدوج أنوفا (ت)

الفصل الرابع النتائج ومناقشة الفروض

في هذا الفصل سنعرض النتائج التي توصلت إليها دراسته تبعاً للفروض ومن ثم مقارنتها بالدراسات السابقة ومناقشتها.

النتائج:

الفرض الأول: الذي ينص على ان (السمه العامه لنوعيه الحياه لدى المعاقين بصرياً تتميز بالارتفاع)

جدول رقم (17) يوضح إختبار (ت) لمجتمع واحد لمعرفة السمه المميزه لنوعيه الحياه

المتغيرات	حجم العينة	المتوسط المحكي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمه (ت)	درجة الحرية	القيمه الاحتمالية	الاستنتاج
الرضا الداخلي للحياه	130	26	32.6077	2.88674	6.098	129	.000	تتسم السمه بالايجابيه
انشطة الحياه اليوميه	130	16	18.5846	2.43929	12.081	129	.000	تتسم السمه بالايجابيه
الاحساس بالانتماء الى الاخرين	130	30	31.3000	3.25088	4.559	129	.000	تتسم السمه بالايجابيه
نوعيه الحياه	130	72	82.4923	6.13700	9.493	129	.000	تتسم السمه بالايجابيه

من الجدول رقم(17) تلاحظ الباحثة أن حجم العينه 130، المتوسط المحكى 72، الوسط الحسابى 82.49، الانحراف المعياري 6.13، قيمه (ت) 9.49، درجة الحرية، القيمه الاحتماليه (0.001) وهى داله عند مستوى دلالة (0.05) ويعنى ذلك ان سمه نوعيه الحياه لدى المعاقين بمركز بحري لتأهيل المكفوفين تتميز بالارتفاع.

مناقشه الفرض الأول:

هذه النتيجة اتفقت مع دراسته هاميتون (1999م) ودراسه رمزى شحده (2013م) التي اسفرت مجموعه من النتائج اهمها ان درجة الإعاقه وعمر الفرد وتاريخ بدايه الإعاقه والمستوى التعليمى يميلون الى الإرتفاع فى مقياس جوده الحياه.

وكذلك مع دراسته جهاد (2017م) التي اثبتت في إحدى نتائجها ان جوده الحياة مرتفعه على حسب العينه التي اجريت عليها، واختلفت مع دراسته بخشه (2007م) .
يشير (جون 1990م) (Good) أن الفرد يشعر بنوعية الحياة عندما يشبع حاجاته الاساسية وتكون لديه الفرصة لتحقيق أهدافه في مجالات حياته .
ويرى الفرماوى (1999م) أن جوده الحياة هي جوهر الانسان بمكوناته وخصائصه فيه اسباب جوده الحياة، وان جوهر الانسان يتمثل في عمق الفطره وشرائها وفيه إمكانات الانسان الكامنه ، وطاقتاه المتأصله، تلك التي تجسد طبيعته الإنسانيه، وتعطى للإنسان معنى لوجوده وهدفاً لحياته، وتحقيقاً لإنسانياته و إعلاء لنفسه .

وترى الباحثة ان هذا الإرتفاع في نوعيه الحياة للمعاقين بصرياً هو ناتج طبيعي لأن المعاقين بصرياً يمثلون فئة من المجتمع لذلك قامت الدوله بمنحهم كافة استحقاقاتهم بمعنى تسهيل كل إحتياجاتهم من (صحة، تعليم، فرص عمل، زواج جماعي)، وهذا يدل على انه يتمتع بدرجة نفسه عاليه نتيجة تقبل المعاق للإعاقه بما فيها من إيجابيات وسلبيات، ورغم ذلك لديه القدره على تحدى الصعوبات التي تواجهه، وغبه في تطوير قدراته وإمكاناته، وايضاً يتمثل هذا الإرتفاع في درجة مستوى الخدمات التي تقدم لهم بمختلف جوانبها في ظل التقدم والتكنولوجيا والمعرفه وعصر السرعة والعلم من أجل المعرفه التي اصبحت في هذا العصر وسيله لتطوير الحياة في المجتمع، وتحقيق السعاده والرضاء نتيجة لقدرتهم على مواجهه الصعوبات المترتبه من تأثير الإعاقه بكل عزمه وإصرار .

هذا الإرتفاع مثلاً اعلى يصبو اليه كل فرد على امل ان يحققه بشكل او بآخر، ولكن اقول ان ثقته الإنسان بالله تعتبر المكونات الأساسية التي تمثل معبراً الى الشعور بنوعيه الحياة، فهناك اشخاص تحول الإعاقه بفضل قوه إرادتهم وإصرارهم فرسموا خارطة لحياة ملونه بألوان جميله تتحدث عنها الأجيال على مدار التاريخ مثل الإمام الترموى، أبو العلاء المعرى، طه حسين .

وترى الباحثة ان نوعيه الحياه ترتبط بالبيئه الماديه والنفسيه والإجتماعيه التي يعيش فيها المعاق فهذا الإرتفاع نجده يتمثل في نظريه ماسلو maslo للحاجات الإنسانية التي وضعها على شكل هرمى .

الفرض الثانى: الذى ينص على ان (السمة العامه لمفهوم الذات لدى المعاقين بصرياً بمركز بحري لتأهيل المكفوفين تتميز بالإرتفاع)

جدول رقم (18) يوضح إختبار (ت) لمجتمع واحد لمعرفة السمة المميزة لمفهوم الذات

المتغيرات	حجم العينة	المتوسط المحكى	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
مفهوم الذاتى الشخصى	130	34	38.7615	2.89561	18.749	129	.000	تتسم السمة بالايجابية
مفهوم الذات الاجتماعى	130	18	21.9000	1.96026	2.684	129	.000	تتسم السمة بالايجابية
مفهوم الذات الاسرى	130	12	10.2615	2.30118	-8.614	129	.000	تتسم السمة بالسلبية
مفهوم الذات الكلى	130	64	70.9231	4.88887	16.146	129	.000	تتسم السمة بالايجابية

من الجدول رقم(18) تلاحظ الباحثة أن حجم العينه 130،المتوسط المحكى 64،الوسط الحسابى 70.9،الانحراف المعياري4.8،قيمه (ت)16.1، درجه الحريه 129،القيمه الإحتماليه(0.001) وهى داله عند مستوى دلالة (0.05) ويعنى ذلك ان سمه نوعية الحياة عند المعاقين بصرياً تتميز بالإرتفاع.

ترى الباحثة أن إرتفاع مفهوم الذات الشخصى عن باقى الابعاد يرجع الى ثقة المعاق بنفسه وكفاء وتقدير لذاته .

اما مفهوم الذات الكلى :- هو المفهوم الذى يكونه الفرد لنفسه باعتباره كائنا بيولوجيا إجتماعيا اى مصدر للتأثير والتأثر بالنسبه للاخرين .

اما مفهوم الذات الاسرى (سالبه) :- وهذا يدل على بعد المعاق من اسرته ، وكثيرا ما يتجه الى الاخرين .

مناقشه الفرض الثانى:

هذه النتيجة اتفقت مع دراسه بخشه(2007م)، وتشير النتائج إلى تساوى فى مفهوم الذات بين الجنسين واختلفت هذه النتيجة مع دراسه ميجان(1971م).

ويشير إسماعيل(1988م) ان مفهوم الذات هو ذلك المفهوم الذى يكونه الفرد لنفسه باعتباره كائن بيولوجيا اجتماعيا،اي باعتباره مصدر للتأثير والتأثر بالنسبه للأخرين كما اكده ذلك زهران(2003م) ان مفهوم الذات من اهم جوانب الشخصيه ويقصد بمفهوم الذات الفكره التى

يحملها الفرد عن نفسه، فالصوره التي يرى بها الفرد ذاته وعالمه المحيط به ، لها اهميتها، حيث ان فكره الفرد عن امكانياته وقدراته تؤثر تأثيرا كبيرا .

ترى الباحثه ان ارتفاع مفهوم الذات لدى المعاقين بصريا يرجع إلى تشابه الظروف البيئيه والإجتماعيه والثقافيه ،كما يتم تعليمهم فى مؤسسه تعليمه واحده باساليب تعليميه وطرق التدريس والخدمات التى تقدم لهم وكذلك البيئه النمطيه التى اصبحت لا تفرق بينهم فنجد ان مفهوم الذات هى الصوره التى يرى فيها الفرد نفسه على اساسها ينمى قدراته وا إمكانياته التى تجعله يتغلب على الصعوبات التى تواجهه فى حياته .

ويضيف روجرز ان مفهوم الذات يتطور نتيجة لتفاعل الكائن الحى مع البيئه والمجتمع لذلك فإن الفرد يكتشف من خلال خبراته مع الأشياء والأشخاص والأخرين،وانه يدرك شخصيته كما انه يمتص القيم التى تتبلور وتتلائم مع مدركاته ومفاهيمه،وانه يتأثر ويتفاعل مع المجال الظاهرى لكى يشبع حاجاته،ولذلك يعتبر ان مفهوم الذات من المفاهيم الهامه فى مجال علم النفس وخاصة دراسات الشخصيه، واجريت العديد من الدراسات والبحوث التربويه والنفسيه،واكدت هذه الدراسات على ان فكره المرأ عن ذاته لها تأثير كبير على سلوكه وتوافقه الشخصى والإجتماعى كما اكده زهران .

وترى الباحثه ان مفهوم الذات يعتبر من العوامل المهمه فى نجاح المعاق بصريا وله علاقه بالتحصيل الدراسى ،والرضا الوظيفى والزواجى، فإن حياة المعاق بصريا تتعرض لكثير من الصعوبات ،إلا ان تقبل المعاق بصريا لوضعه يساعده لكى يتغلب على هذه الصعوبات ،مما يسهل له قضاء حاجاته دون الإعتماذ على الآخرين، وقد اثبت ماسلو maslo ذلك فى نظريته ان هنالك أشخاص حققوا امكانياتهم وذواتهم الى اقصى حد، وتميزو بأن لديهم زخيرته عظيمه للإبداع والإبتكار ،ويتمتعون بالإسقلاليه الذاتيه، وكذلك اصحاب النظرية السلوكيه يعتقدون ان البيئه هى تلى تتحكم فى الفرد وبالتالي احتياجاته ،فإذا منحنا البيئه تعزيزاً جيداً كان هذا دافعاً قوياً يؤدى الى مزيد من النجاح والعطاء والعكس صحيح . (البيئه المحيطه هى الاساس فى الوصول الى نوعيه الحياة المرغوبه).

الفرض الثالث :

الذى ينص على ان (يتسم التوافق النفسى للمعاقين بصرياً بمركز بحري لتأهيل المكفوفين يتميز بالارتفاع) .

جدول رقم (19) يوضح إختبار (ت) لمجتمع واحد لمعرفة السمة المميزة للتوافق النفسى

المتغيرات	حجم العينة	المتوسط المحكى	الوسط الحسابى	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
التوافق النفسى	130	46	36.7308	7.37562	-14.329	129	.000	تتسم السمة بالسلبية

من الجدول رقم(19) تلاحظ الباحثة أن حجم العينة 130،المتوسط المحكى 46،الوسط الحسابى 36.7،الإنحراف المعياري7.37،قيمه (ت)14.3، درجه الحريه 129،القيمه الإحتماليه(0.000) ويعنى ذلك ان سمة التوافق النفسى لدى المعاقين بصرياً تتميز بالإنخفاض.

مناقشة الفرض الثالث :

هذه النتيجة إنفقت مع دراسة سومز (1944م) ودراسة مشاعر (2013م) ودراسة امه (2016م). التي اثبتت فى إحدى نتائجها ان التوافق النفسى والاجتماعى للمكفوفين يتميز بدرجة الانخفاض . واختلفت مع دراسة بيبتي (1994م) ودراسة أبوخته (2004م) ، وايضاً دراسة مواهب (2008م) ، ودراسة حافظ (2015م) .

افترضت الباحثة أن التوافق النفسى للمعاقين بصرياً يتميز بالارتفاع ولكن النتيجة جاءت عكس ذلك ' مما يدل على عدم تقبل المعاق لذاته وعدم شعوره بالرضاء .

إنفقت هذه النتيجة مع رتش (1984م) الذى يؤرجح سؤ التوافق إلى الإصابات أو الامراض أحياناً والتقبل الاجتماعى ولايمكن أن يتحقق التوافق السوى للفرد دون تقبله لأجتماعى وقبوله من خلال علاقاته وسلوكياته ويشير سلطان السودانى (1990م) أن التوافق النفسى عملية نسبيه تختلف باختلاف قدرات أناسات ومدى تأثيرة بالبيئه الثقافيه التى يعيش فيها .

وكذلك يشير عطيه (2000م) أن التوافق النفسى أنه بناء متماسك مؤحد لشخصية الفرد وتقبله لذاته وتقبل الأفراد الاخرين له . ، وشعوره بالرضاء والإرتياح النفسى والاجتماعى إذ يهدف الفرد الى تعديل سلوكه نحو مثيرات البيئه .

و ايضاً يشير راجح (2002م) يعود سوء التوافق النفسى لعدة عوامل (عوامل بيولوجية ، مثل تلف فى الجهاز العصبى ونفسية و إجتماعية مثل صراعات داخلية ، وخارجية شعورية ولاشعورية) تنجم عن إحباط شديد لحاجات الفرد الأساسية ودوافعه الحيويه .

ترى الباحثة أن المعاق بصرياً لا يخلو من المشكلات والصعوبات التي تقف حائلاً بينه وبين إشباع متطلباته وحاجاته الضرورية ودوافعه التي تمكنه من تحقيق أهدافه وشعوره بالرضاء، لذلك أن توافق المعاق مع إعاقته يعتبر خطوه هامه فى عملية التوافق النفسى ، وهنا تظهر اهمية التنشئه الاجتماعيه فى مرحلة الطفوله حيث أنها مرحلة تعلم اللغة وبداية النمو العقلى ، ويتم فيها الاساس الذى تنمو عليه الشخصية كما أكد إدلر على اهمية التنشئه الاجتماعيه لانها تأخذ حيز كبير فى تشكيل سلوكيات الفرد وشخصيته وهو ما اهمله فريد ، كما يرى إدلر أن كل فرد يسعى للتكيف مع بيئته وتطوير حياته وتحقيق أهدافه وتفوقه على الاخرين .

وترى الباحثة أن إنخفاض التوافق النفسى يدل على عدم وجود الدعم والمسانده الاسريه للمعاق ،حيث أن دور الاسره يختصر اولاً على الإكتشاف والتدخل المبكر وتقبل الاعاقة ، وهو اكبر دور للاسره يجب معرفته ، وعلى الاسرة معرفة المهارات المتعلقة بتحسين نمو الطفل المعاق وذلك من خلال تدريب الاسرة ، واکدة دراسة لوکوف واخرون 1972 م التى أجراها لمعرفة العوامل البيئه التى تساهم فى تحديد درجة تكيف الكفيف مع إعاقته وطبيعة التوافق الإجماعى للمعاقين بصرياً . أن عدم تقبل المعاق لنفسه وفكرته السالبه عنها وعدم تفاعله مع الظروف البيئه المحيطة به وعدم عقد صلات إجتماعيه مع بعضهم البعض وعدم تفاعله مع بيئته إشباع رغباته والتنفيس عن إنفعالاته ، مما ينتج عنها صراع بين المعاق وبيئته أو نفسه فتحول دون إرضاءه عن دوافعه الاساسيه مما يدفعه إلى عدم التوافق النفسى .

الفرض الرابع : ينص على أن (توجد فروق فى نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا تعذى للنوع)

جدول رقم (20) يوضح إختبار (ت) لعينتين غير متساويتين فى الحجم

لمعرفة الفروق بين متغير النوع

المتغير	مجموعتي المقارنة	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الرضا الداخلي للحياة	ذكر	96	32.6458	2.84690	.252	128	.801	لا توجد فروق فى متغير النوع
	أنثي	34	32.5000	3.03764				
انشطة الحياة اليومية	ذكر	96	18.5104	2.45376	-.581	128	.562	لا توجد فروق فى متغير النوع
	أنثي	34	18.7941	2.42186				
الاحساس بالانتماء الى الاخرين	ذكر	96	31.5312	2.94137	1.367	128	.174	لا توجد فروق فى متغير النوع
	أنثي	34	30.6471	3.97631				
نوعية الحياة	ذكر	96	82.6875	5.96536	.608	128	.544	لا توجد فروق فى متغير النوع
	أنثي	34	81.9412	6.66034				

من الجدول رقم (20) تلاحظ الباحثة أن حجم العينه (13) وأن قيمة (ت) المصحوبة بنسبة لنوعية الحياة فقد بلغت (0.252) ودرجة الحرية 128 فهي دالة إحصائياً مما يعني أنه لا توجد فروق بالنسبة للنوع

مناقشة الفرض الرابع:-

هذه النتيجة إتفقت مع دراسة رمزى شحده (2013م) ودراسة جهاد (2017م) التى أثبتت قى إحد نتائجها أنه لا توجد فروق فى جودة الحياة لدى المعاقين بصريا تعذى للنوع .

إفترضت الباحثة هذا الافتراض فكانت تتوقع انه توجد فروق فى نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا وفقاً للنوع ، إلا أن النتيجة جاءت عكس ذلك .

وترى الباحثة أن مابله الإنسان اليوم من مقدمات الرقى وألتحضر ألتى تعينه بلاشك على مستوى معيشاً من نوعية الحياة ، ونقصد بنوعية الحياة بشكل عام على نوعية خصائص الانسان من حيث تكوينه للجسمى والنفسى ودرجة توافقه مع الاخرين وتكوينه الاجتماعى والاخلاقى ' فالمجتمع يحرص على تقديم الخدمات بين المعاقين بصريا بالتساوي بغض النظر عن النوع دون تمييز ، وذلك لتشابه ظروف الاعاقة البصرية بين الجنسين فنوعية الحياة تركز على طبيعة الحياة التى يعيشها الفرد ، ولايستطيع العيش بدونها والتى يمكن

أن يطلق عليها (ألاحتياجات أوليه) كما فى هرم ماسلو Maslow (وهى متساوية بين الجنسين) وبهذا نجد أن نوعية الحياة لاتتأثر بالنوع ولكن تتأثر بمدى إدراك الفرد للحياة.

الفرض الخامس :-

الذى ينص على أنه (توجد فروق فى نوعية الحياة لدى المعاقين بصريا تعذى للعمر) .

جدول رقم (21) يوضح اختبار (كروسكال ويلز) لمعرفة الفروق فى متغير العمر

النتيجة	الاحتمالية	قيمة (CHi)	درجة الحرية	متوسط الرتب	حجم العينة	المتغير	المتغير
لا توجد فروق فى متغير العمر	.556	2.082	3	71.45	37	20-10	الرضا الداخلى للحياة
				63.28	54	30-21	
				66.02	29	40-31	
				54.00	10	41 اكثر من	
					130	المجموع	
لا توجد فروق فى متغير العمر	.404	2.923	3	60.39	37	20-10	انشطة الحياة اليومية
				64.19	54	30-21	
				75.50	29	40-31	
				62.50	10	41 اكثر من	
					130	مجموع	
لا توجد فروق فى متغير العمر	.988	.130	3	64.20	37	20-10	الاحساس بالانتماء الى الاخرين
				65.58	54	30-21	
				67.41	29	40-31	
				64.30	10	41 اكثر من	
					130	المجموع	
لا توجد فروق فى متغير العمر	.870	.713	3	65.81	37	20-10	نوعية الحياة
				63.18	54	30-21	
				70.26	29	40-31	
				63.10	10	41 اكثر من	
					130	المجموع	

يلاحظ من الجدول رقم(21) تلاحظ الباحثة أن حجم العينة 130 ، قيمة (ت) المصحوبة بنوعية الحياة فقد بلغت 2.8 ودرجة الحرية 3 فهي دالة إحصائياً مما يعني أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بالنسبة للعمر .

مناقشة الفرض الخامس :-

هذه النتيجة إتفقت مع دراسة هاميتون (1999م) ودراسة جهاد (2007م) التي أسفرت فى إحدى نتائجها لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية فى نوعية الحياة للمكفوفين تعذى للعمر .
واختلفت هذه النتيجة مع دراسة إلهام (2013م) .
إفترضت الباحثه هذا الافتراض وكانت تتوقع أن توجد فروق فى نوعية الحياة للمعاقين بصريا تعذى للعمر إلا أن النتيجة جاءت عكس ذلك .
رى الباحثه أن العمر لايلعب دوراً فى نوعية الحياة وفقاً لما جاءت به النتيجة لان طبيعة الحياة هى تلك النعم التى حباه الله للانسان ليعيش فيها وأن يرضاء بما قسمه الله ويتغلبها بحيث تمكنه من إشباع حاجاته وتحقيق أهدافه وغاياته (الأهداف والغايات ليست لها عمر محدد) .

الفرض السادس:-

ينص على أن (توجد فروق فى نوعية الحياة للمعاقين بصريا تعذى للمستوى التعليمى)

جدول رقم (22) يوضح اختبار (فروسكال ويلز) لمعرفة الفروق في متغير المستوى التعليمي

النتيجة	الاحتمالية	قيمة (Chi)	درجة الحرية	متوسط الرتب	حجم العينة	المتغير	المتغير
لا توجد فروق في المستوى التعليمي	.167	3.578	2	70.81	21	اساس	الرضا الداخلي للحياة
				59.70	69	ثانوي	
				72.71	40	جامعي	
					130	المجموع	
لا توجد فروق في المستوى التعليمي	.293	2.456	2	61.24	21	اساس	انشطة الحياة اليومية
				62.36	69	ثانوي	
				73.15	40	جامعي	
					130	المجموع	
لا توجد فروق في المستوى التعليمي	.918	.172	2	66.07	21	اساس	الاحساس بالانتماء الى الاخرين
				64.28	69	ثانوي	
				67.31	40	جامعي	
					130	المجموع	
لا توجد فروق في المستوى التعليمي	.403	1.820	2	68.12	21	اساس	نوعية الحياة
				61.42	69	ثانوي	
				71.16	40	جامعي	
					130	المجموع	

من الجدول رقم (22) تلاحظ الباحثة أن حجم العينة 130 ، قيمة (ت) المصحوبة بنوعية الحياة فقد بلغت 2.456 ودرجة الحرية 2 فهي دالة إحصائياً مما يعني أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بالنسبة للمستوى التعليمي.

مناقشة الفرض السادس :-

1 إتفقت هذه النتيجة مع دراسة هاميتون (1999م) ودراسة جهاد (2007م) ودرسة رمزي شحده (2013م) .

يشير سيسالم (1988م) كان التعليم قاصر على العلوم الدنيه التي كانت تدرس في المساجد وفي بداية الاربعينات انشئت مؤسسات تعليمية ونهضة علمية إحتاحت الوطن العربى تبعاً لزيادة عدد

المعاهد والمؤسسات التي تعتنى بشؤون تعليم المكفوفين ، وتوفير الخدمات التعليمية والثقافية والاجتماعية ومهارات واساليب التواصل التي يستخدمها المعاقين بصرياً فى تقبلهم على إعاقتهم . ويضيف الدوسان (2001م) أن المعاق بصرياً يعتمد فى كتابته وقراءته على اللغة المطبوعة وعلى الحروف البارزة مستخدماً حاسة اللمس .

إفترضت الباحثة هذا الافتراض وكانت تتوقع أن توجد فروق فى نوعية الحياة تعزى للمستوى التعليمى إلا ان النتيجة جاءت عكس ذلك لذلك ترى الباحثة ان هذه النتيجة دلت على أن العجز البصرى ليس له تأثير على الاداء المدرسى ، فالمعاق يمكنه القراء والكتابه والاستيعاب والتحصيل الدراسى مع توفير الوسائل والمواد التعليميه التى تتلاءم مع قصوره البصرى.

فتقدم لهم الخدمات دون تمييز فى الجنس او قدراتهم او درجة إعاقتهم بل تزودهم بالمهارات اللازمه والمعلومات والكتب والاجهذه الحديثه التى تساعدهم فى التعليم ولا يقتصر التعليم على درجة وطبيعة إستعداد المعاق بصرياً للنجاح فى موضوعات الدراسة فقط بل تتعداها الى ما هو مرتبط بالدراسة والعمل مثل درجة المشاركة فى الانشطة الثقافية وطبيعة التفاعل مع زملاء والمدرسين وبالتالي تزداد معرفه ووسائل تطوير حياة الفرد.

ونجد فى دراسة ببتى (1991م) أن التحصيل الدراسى وتفوقهم هو السبيل الوحيد لتحديد مستقبلهم

الفرض السابع :- ينص على أن (توجد فروق في نوعية الحياة للمعاقين بصريا تعزى لدرجة الاعاقة) .

جدول رقم (23) يوضح إختبار (ت) لعينتين غير متساويتين في الحجم لمعرفة الفروق بين متغير درجة الاعاقة

المتغير	مجموعتي المقارنة	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الرضا الداخلي	ولادية	63	32.4762	3.20713	-0.502	128	.616	لا توجد فروق
	مكتسبة	67	32.7313	2.56776				في متغير نوع الاعاقة
انشطة الحياة اليومية	ولادية	63	17.9841	2.79107	-2.793	128	.006	توجد فروق في متغير نوع الاعاقة لصالح مكتسبة
	مكتسبة	67	19.1493	1.90894				
الاحساس بالانتماء	ولادية	63	31.1587	2.97953	-0.479	128	.633	لا توجد فروق في متغير نوع الاعاقة
	مكتسبة	67	31.4328	3.50421				
نوعية الحياة	ولادية	63	81.6190	6.58794	-1.582	128	.116	لا توجد فروق في متغير نوع الاعاقة
	مكتسبة	67	83.3134	5.60630				

من الجدول رقم(23) تلاحظ الباحثة أن حجم العينة 130 ، قيمة (ت) المصحوبة بنوعية الحياة فقد بلغت 1.58 ودرجة الحرية 128 فهي دالة إحصائيا مما يعني أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بالنسبة لدرجة الإعاقة .

مناقشة الفرض السابع :-

إتفقت هذه النتيجة مع دراسة هاميتون (1999م) و دراسة جهاد (2007م) ودراسة رمزي شحده (2013م) التي اثبتت في إحدى نتائجها لاتوجد فروق ذات داله إحصائيا في نوعية الحياة للمكفوفين تعزى لدرجة الاعاقه .

إفترضت الباحثة هذا الافتراض وكانت تتوقع أن هنالك فروق في نوعية الحياة للعاقين بصريا تعزى لدرجة الاعاقة ولكن جاءت النتيجة عكس ذلك .

ترى الباحثه أن المعاق بصريا سواء كان كلياً او جزئياً فهو يسعى الى تطوير قدراته
 وإمكانياته واستقلالها من اجل تحسين نوعية حياته ' فتتشابه إحتياجات والظروف
 النفسية والاجتماعية التي يعيشها المعاق بصريا ، كما يتساوا في نوع الخدمات التي تقدم
 لهم دون تمييز بغض النظر عن درجة الاعاقة.
 فنجد كثير من المعاقين بصريا سوء كانوا كلياً او جزئياً) يلتحقون بوظائف ويتزوجون ويقودون اسر
 ، وهذي صورة من صور الامل في المستقبل التي يجسدها المعاق في ارض الواقع.

الفرض الثامن:- ينص على ان (توجد فروق في نوعية الحياة للمعاقين بصريا تعدى لطبيعة
 الاعاقة) .

**جدول رقم (24) يوضح إختبار (ت) لعينتين غير متساويتين في الحجم
 لمعرفة الفروق بين متغير طبيعة الاعاقة**

المتغير	مجموعتي المقارنة	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الرضا الداخلي للحياة	كلية	60	32.2333	3.19622	-1.374	128	.172	لا توجد فروق في متغير شدة الاعاقة
	جزئية	70	32.9286	2.57255				
انشطة الحياة اليومية	كلية	60	18.9500	2.52059	1.591	128	.114	لا توجد فروق في متغير شدة الاعاقة
	جزئية	70	18.2714	2.34008				
الاحساس بالانتماء	كلية	60	31.8500	3.05223	1.801	128	.074	لا توجد فروق في متغير شدة الاعاقة
	جزئية	70	30.8286	3.36207				
نوعية الحياة	كلية	60	83.0333	6.46756	.930	128	.354	لا توجد فروق في متغير شدة الاعاقة
	جزئية	70	82.0286	5.84577				

يلاحظ من الجدول رقم(24) تلاحظ الباحثة أن حجم العينة 130 ، قيمة (ت) المصحوبة
 بنوعية الحياة فقد بلغت 1.5 ودرجة الحرية 128 فهي دالة إحصائياً مما يعني أنه لا توجد فروق
 دالة إحصائياً بالنسبة لطبيعة الإعاقة

مناقشة الفرض الثامن :-

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة جهاد (2007م) التي اثبتت فى احدى نتائجها عدم وجود فروق لطبيعة الاعاقة .

جاءت النتيجة عكس ذلك .

ترى الباحثة ان الخدمات التي تقدم لهم بمختلف جوانبها والتي تساعدهم على تقبل انفسهم وتمكنهم فى التعامل مع إعاقتهم بطريقة إيجابية تجعلهم يتخذون منها دافعا لتحقيق اهدافهم فى الحياة حتى يثبتوا انهم لا يقلون كفاءة عن المبصرين، وأنهم جزء من الثروة البشرية التي تحتم على المجتمع تميمتها والاستفادة منها الى اقصى حد ممكن فى سبيل النهضة والتقدم بغضى النظر عن طبيعة الاعاقة ،(بالرغم من إنهم يشتركون فى صفة وأحده وهى الاعاقة البصرية إلا أنه لاتوجد فروق بينهم) .

الفرض التاسع:-

توجد علاقة ارتباطيه طرديه بين نوعيه الحياة ومفهوم الذات لدى المعاقين بصريا بمركز بحري.

جدول رقم (25) يوضح إرتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين نوعية الحياة ومفهوم الذات لدى

المعاقين بصريا

القيمة الارتباطية					المتغير
النتيجة	مفهوم الذات	مفهوم الذات الاسري	مفهوم الذات الاجتماعي	مفهوم الذاتي الشخصي	الأبعاد
توجد علاقة إرتباطية طردية بين المتغيرين	.175*	.677**	.235**	.206*	الرضا الداخلي للحياة
توجد علاقة إرتباطية طردية بين المتغيرين عدا الاسري	.230**	-.057-	.678**	.347**	انشطة الحياة اليومية
توجد علاقة إرتباطية طردية بين المتغيرين عدا الاسري	.203*	.158	.263**	.778**	الاحساس بالانتماء الى الاخرين
توجد علاقة إرتباطية طردية بين المتغيرين عدا الاسري	.198*	-.011-	.212*	.199*	نوعية الحياة

يلاحظ من الجدول رقم(25) تلاحظ الباحثة أن حجم العينة 130 ، قيمة (ت) المصحوبة بنوعية الحياة فقد بلغت 1.58 ودرجة الحرية 128 فهي دالة إحصائياً مما يعني أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بالنسبة لدرجة الإعاقة

قامت الباحثة بتحديد ابعاد المقاييس على النحو التالي:

- الرضى عن الحياة وعلاقته بمفهوم الذات الأسرى :

نجده اعلى مرتبه وهذا يشير الى حاله التكيف التى يتمتع بها المعاق مع الواقع والمحيطين بموتلييه رغباتهم واحتياجاتهم وهذا يدل على ان مفهوم الذات الأسرى على درجه من الوعى والفهم وهى تلعب دورا هاما فى الحد من مضاعفات الإعاقة ومعرفة طرق واساليب التواصل معهم وتوفير كافه الإمكانيات والمثيرات التربويه مما يسهل عمليه دمجهم فى الأسره ، ويتكامل بناء الذات بمواقف التعلم وارساء القيم والمعايير التى يتلاقها من اسرته ثم المجتمع والمؤسسات الاجتماعيه الأخرى وهذا ما اكده كارل روجرز .

- الرضى عن الحياة وعلاقته بمفهوم الذات الإجتماعى :

تعكس درجه تفاعله الإجتماعى مع الآخرين وكفائته فى علاقته الإجتماعيه بالآخرين ومدى اهميه هذه العلاقات .

- الرضى عن الحياة وعلاقته بمفهوم الذات الشخصى :

يعكس شعور المعاق بصريا بصفاته الشخصيه وكفائته وثقته بنفسه واهميته وتقييمه لذاته كما يشعر بها ويدركها من خلال علاقته مع الآخرين .

- الرضى عن الحياة وعلاقته بمفهوم الذات الكلى :

هو ذلك المفهوم الذى يكونه الفرد لنفسه بإعتباره كائنا بيولوجيا اى مصدر للتأثير والتأثر بالنسبه للآخرين .

ان المعاق يتمتع بجميع الابعاد بصوره جيده مما يدل على ان لديه القدره على

تحدى هذه الإعاقة رغم الصعوبات التى تواجهه

ان ابعاد نوعيه الحياة (انشطه الحياة اليوميه ، الإحساس بالإنتماء للآخرين ،

نوعيه الحياة) علاقته بمفهوم الذات الأسرى ضعيفه.

يدل على عدم وعى وفهم الأسره للمعاق او ربما من خلال العلاقات المضطربة

بين افراد الأسره او الوالدين والمعامله السلبيه وعدم اشراكه كفرد من افراد الأسره فى

الأنشطه اليوميه ، الأدوار ، اتخاذ القرار وهذا ماأكدته دراسة سميث (2002م) تحسين

جوده الحياة لذوى الاعاقه وذلكعن طريق مشاركة الافراد فى الانشطه اليوميه واكسابهم

مهارات خاصة من أجل التخفيف من أثر مشكلات الاعاقه .

ان الوضع الإقتصادي والتعليمي والإجتماعي للأسره يلعب دورا هاما فى الحد من مضاعفات الإعاقة ومدى توافقه الإجتماعي واندماجه الأسرى .
ومن خلال هذه النتيجة نجد ان المعاق يعتمد بصورة كبيره على الآخرين فى تفسير ادراك ما حوله وهذا يدل على مدى بعد المعاق من اسرته ، وعدم توفير الإمكانيات الضرورية له وكيفية التعامل معه.

مناقشه الفرض التاسع :

اتفقت هذ النتيجة مع دراسه بخشه (2006م) حيث اثبتت وجود علاقه داله موجبہ بين مفهوم الذات وجوده الحياة لدى عينه العاديين والمعاقين بصريا .

ترى الباحثة ان المعاق يتمتع بنوعيه حياة جيده وخبرات ذاتيه ايجابية تجعل للحياة معنى وقيمه ومن ثم الشعور بالرضى الذاتى وتحقيق اهداف ذات معنى، والشعور العام بالراحه والسعاده والسرور والنجاح،وقدرته على اشباع حاجته من خلال ثراء البيئه ورقى الخدمات المختلفه التى تقدم له فى كافه المجالات (التعليميه،الصحيه،الإجتماعيه،النفسيه) ، ان المعامله المبنيه على اسس فهم وتقبل المعاق بصريا تزيد من مستوى تكيفه الإجتماعي وان معرفه الأباء بطرق و اساليب التواصل مع المعاق بصريا وتوفير كافه الإمكانيات والمثيرات التربويه فإذا انتبهت الأسره لهذه العوامل وعملو على تحقيقها فسوف يندمج المعاق بصريا فى جو الأسره بسهولة ويسر ، وتدنى مفهوم الذات لدى المعاق بصريا كما هو معلوم قد يتأثر بشكل او بأخر نتيجة اعاقه الطفل او نتيجة الإهتمام الزائد او اهمالهم ورفضهم له ، كما اكدت نظريات الذات على اهميه اساليب الرعايه الوالديه (التنشئه الإجتماعية) وتظهر اهميه التنشئه الإجتماعيه فى مرحله الطفوله حيث انها مرحله تعلم اللغه وباديه النمو العقلى ويتم فيها الأسس التى تنمو عليها الشخصيه وهذا ما اشار اليه روجرز الذى اكد على حاجه الطفل الى ان يكون فى موضع اعتبار من الوالدين حيث يتأثر تقدير الطفل لذاته بدرجة كبيره بتقبل واحترام والديه له ،و المعاق لديه القدره على تحدى الإعاقة وانه يعتمد على جزء كبير منه على المعافى البدنيه والإعتقاد فى مبدأ التعويض بين الحواس وان حواسه الأربعة قد تكون على درجه عاليه من السلامة والكفاءة تفوق ما تمثله الحواس الخمسة.

الفرضيه العاشرة :

توجد علاقته إرتباطيه طرديه بين نوعيه الحياه والتوافق النفسى لدى المعاقين بصريا بمركز بحري.
جدول رقم (26) يوضح إرتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين نوعيه الحياه والتوافق النفسى لدى المعاقين بصرياً

القيمة الارتباطية			المتغير
النتيجة	الدلالة الاحصائية	القيمة الارتباطية	الأبعاد
توجد علاقة إرتباطية طردية بين المتغيرين	.009	.230**	الرضا الداخلى للحياه
توجد علاقة إرتباطية طردية بين المتغيرين	.015	.212*	انشطة الحياه اليومية
توجد علاقة إرتباطية طردية بين المتغيرين	.000	.313**	الاحساس بالانتماء الى الاخرين
توجد علاقة إرتباطية طردية بين المتغيرين	.001	.284**	نوعية الحياه

نلاحظ من الجدول رقم (26) تلاحظ الباحثة أن حجم العينة 130 ، قيمة (ت) المصحوبة بنوعية الحياه فقد بلغت 1.58 ودرجة الحرية 128 فهي دالة إحصائيا مما يعني أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بالنسبة لدرجة الإعاقة

مناقشه الفرضيه العاشره :

يشير سفيان(2004م) ان التوافق النفسى يتم من خلال اشباع الفرد لحاجته النفسيه وتقبله لذاته واستمتاعه بحياه خاليه من التوترات والصراعات والإضطرابات النفسيه ، واستمتاعه بعلاقات اجتماعيه حميمه، ومشاركته فى الأنشطة الإجتماعيه، وتقبله لعادات وتقاليده قيم المجتمع. اتفق معه (السيد 1984م) حيث ذكر في تعريفه بأن التوافق النفسى يكون من خلال رضا الفرد عن نفسه أي تكون حياته النفسية خالية من التوترات والصراعات النفسية وتقترب بمشاعر الذنب والقلق والنقص. ترى الباحثة ان نوعيه الحياه هى تعبير الفرد عن شعوره بالرضى والسعاده وقدرته على اشباع حاجته من خلال ثراء البيئه ورقى الخدمات التى تقدم له والإستفاده منه، ولكن ليس من السهل ان يصل الانسان الى الرضى الكامل عن حياته واِشباع كافه رغباته لذلك ان نوعيه الحياه تختلف

بإختلاف البيئات والأفراد والزمان والمكان ، هنالك اشخاص تحدو الإعاقه مثل طه حسين،ابو العلاء المعرى،محمد جنديه وغيرهم.

وترى الباحثه هؤلاء الأشخاص استطاعوا بفضل قوه ارادتهم على مواجهه الصعوبات المترتبه عن تأثير الإعاقه البصريه.فهؤلاء يتمتعون بنوعيه حياة ومفهوم ذاتى وتوافق نفسى بدرجة عاليه جدا مما ساعدهم على تحقيق العديد من الإنجازات التى تفوق الكثير من الأشخاص العاديين.

الفصل الخامس

الخاتمة والتوصيات والمقترحات

في هذا الفصل تعرض الباحثة اهم النتائج التي توصلت اليها الدراسة تتلخص في الاتي :

1. تتسم نوعية الحياة لدي المعاقين بصرياً بمركز بحري لتأهيل المكفوفين بالارتفاع
2. يتسم مفهوم الذات لدي المعاقين بصرياً بمركز بحري لتأهيل المكفوفين بالارتفاع
3. يتسم التوافق النفسي لدي المعاقين بصرياً بمركز بحري لتأهيل المكفوفين بالانخفاض
4. لا توجد فروق في نوعية الحياة لدي المعاقين بصرياً بمركز بحري لتأهيل المكفوفين تعدى للنوع .
5. لا توجد فروق في نوعية الحياة لدي المعاقين بصرياً بمركز بحري لتأهيل المكفوفين تعدى العمر .
6. لا توجد فروق في نوعية الحياة لدي المعاقين بصرياً بمركز بحري لتأهيل المكفوفين تعدى المستوى التعليمي
7. لا توجد فروق في نوعية الحياة لدي المعاقين بصرياً بمركز بحري لتأهيل المكفوفين تعدى لطبيعة الاعاقة
8. لا توجد فروق في نوعية الحياة لدي المعاقين بصرياً بمركز بحري لتأهيل المكفوفين تعدى لدرجة الإعاقة
9. توجد علاقة إرتباطيه بين نوعية الحياة ومفهوم الذات لدى المعاقين بصرياً بمركز بحري لتأهيل المكفوفين
10. توجد علا إرتباطية بين نوعية الحياة والتوافق النفسى لدى المعاقين بصرياً بمركز بحري لتأهيل المكفوفين

التوصيات

- تتمثل اهم التوصيات التي اسفرت عنها الدراسه الحاليه فى الاتي :
1. تكثيف الدراسات والبحوث الخاصه بالمعاقين للحصول علي نتائج من شئنها ان تخدم المعاقين
 2. مواكبه التقدم والتطور التقني والحديث في وضع وتركيب الاجهزه الحديثه لتأهيل المكفوفين وتمكنهم من التكيف الدراسي والمهنى في المستقبل
 3. علي وزاره التربيه و وزاره التعليم العالي والبحث العلمي ان تضع عين الاعتبار لهم.
 4. تكثيف ورش العمل وتدريب المعلم المؤهل للتعامل معهم ومهاره توصيل ماده الدراسيه باستخدام الوسائل التعليميه الحديثه لتسهيل الفهم لهم.
 5. ضروره وجودأخصائي نفسي واجتماعي بالمعاهد والمؤسسات الخاصه لرعايه ذوى الإحتياجات الخاصه وتزويدهم ببرامج إرشاديه وتعزيز دور الإرشاد النفسي باساليب جديده تمكنهم من تحقيق مستوى أعلى من نوعيه الحياة والمحافظة على ذلك المستوى.
 6. الإهتمام بالمراكز التأهليه للمكفوفين وتطويرها.
 7. إستخدام وسائل الإعلام المختلفه لنشر الوعي (إستضافه متخصصين في الإرشاد النفسي).
 8. ضمان حقوق الأفراد المعاقين بصريا في بيئه العمل وتوفير كل مايلزم من تعديلات لمساعدة الافراد المعاقين بصريا على العمل في بيئه تنافسيه وذلك وفقا لمبدأ تكافؤ الفرص والمساواه في الأجور والحوافز وغيرها من الحقوق.
 9. التعرف على الإحتياجات النفسيه والاجتماعيه والبيئيه عن طريق مجموعه من البحوث النفسيه والاجتماعيه عن هذه الفئه.

المقترحات:

1. أثر الإعاقة البصريه على الوالدين في تربيته الأبناء وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية.
2. إجراء المزيد من الأبحاث في نوعية الحياة وعلاقتها بالمتغيرات الأخرى لدى هذه الفئة.
3. إجراء دراسات مقارنة بين المعاقين بصريا والمبصرين في نوعية الحياة.
4. دمج المعاقين بصريا في كافة أشكال الحياة الإجتماعيه وتكثيف البرامج الإجتماعيه التي من شأنها بناء إتجاهات إيجابيه نحو المجتمع .
5. تقديم الدعم النفسى والإجتماعى للمعاقين بصريا عن طريق برامج متخصصة تساعدهم على التكيف.
6. إجراء دراسات عبر الثقافات في نوعية الحياة وعلاقتها (السلوك الإجتماعى , القيم الإجتماعية , الإلتزام الدينى , وجهه الضبط) في عدد من مدن السودان ذات الثقافات المختلفه .
7. العمل على تكثيف خدمات الرعايه الأوليه للوقايه من الإعاقة البصريه.
8. إنشاء المزيد من المراكز الحكوميه المتخصصة.
9. توفير برامج التوعية الاسريه والمجتمعيه التي تكفل المعاقين بصريا من ممارسه حقوقهم الإجتماعيه كالزواج وبناء أسرهم مستقلة ودعم المعاق في مؤسسة الحياة الزوجيه.

المصادر والمراجع

أولاً : القرآن الكريم :

ثانياً : الكتب :

1. ابوزيد ابراهيم احمد (1973م) : سايكولوجية الذات والتوافق ، دار المعرفة الجامعية.
2. السيد ابو النيل محمود (1984م) : المراض السيكوسوماتية ، مكتبه الخانجي القاهره.
3. ابومصطفى ،نطمي(2000م) : المدخل الى التربية الخاصة ،ط1 دار الفكر للطباعة والنشر .
4. ابي الفضل جمال الدين محمد بن مكرم (ابن منظور 1990م): لسان العرب ، بيروت ، دار الصادر ، ط الثالثة.
5. ابي الفضل جمال الدين محمد بن مكرم ابن منظور (2000م) لسان العرب ، بيروت ، دار الصادر ، ط الثالثة.
6. شرف احسان علي (1988م): علم التشريح (دراسه عامه لبيان جسم الانسان) دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل .
7. الزغبى أحمد محمد (2002م):الإرشاد النفسى نظرياته واتجاهاته ومجالاته،عمان(الأردن)،دار زهران للطباعة والنشر والتوزيع.
8. عبدالخالق احمد محمد (2000م) : اسس علم النفس ، دار المعرفة الجامعية ، الطبعه الثالثة ، القاهرة .
9. إبراهيم احمد،عدنان و عبدالله تاج السر (1998م): المعوقون ،جميع الحقوق محفوظة.
10. راجح احمد عزت (1994م): اصول علم النفس ، دار المعارف المصريه ، الطبعه الحادي عشر ، القاهرة.
11. الخالدي أيب (2002م) :المرجع في الصخة النفسيه ،ط3 الدار العربيه للنشر والتوزيع.
12. شرف إسماعيل (1982م): لسان العرب ، بيروت،دار الصادر ، المجلد 14 ، الطبعة الاولى.
13. شربت أشرف ، حلاوه محمد السيد (2002م):الصحة النفسيه بين النظرية والتطبيق،الأسكندريه،المكتب الجامعي الحديث.
14. عمر عبدالغني أشرف (2001م):المدخل الى الصحة النفسيه،الاسكندريه،المكتب الجامعي الحديث.
15. الانصاري،بدر محمد (2006م) :المرجع في الاضرابات الشخصيه ،دار الكتب الحديثه ،القاهره.
16. البدوي،احمد (1993م) : الاسلام والتوافق النفسى للانسان،مجله الهدى الاسلامي،المجلد20،2.

17. جابر جوده (2004م) : علم النفس الاجتماعي ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، علم الكتب ، القاهرة .
18. عبدالحميد جابر وكفافي علاء الدين (1988م): معجم علم النفس والطب النفسي دار النهضة العربية ، الجزء الاول ، القاهرة.
19. عبدالحميد جابر وكفافي علاء الدين (1993م) : معجم علم النفس والطب النفسي دار النهضة العربية ، الجزء السادس ، القاهرة.
20. سعد جلال (1983م): المرجع في علم النفس، دار الفكر العربي، القاهرة.
21. حامد زهران (1974م) الصحة النفسية والعلاج النفسي ، الناشر عالم الكتاب .
22. حامد عبد السلام زهران (2001م) : الصحة النفسية والعلاج النفسي ، عالم الكتب ، الطبعة الثالثة ، القاهرة.
23. حامد عبد السلام زهران (2002م) : علم النفس الاجتماعي ، عالم الكتب ، الطبعة الثالثة ، القاهرة.
24. حامد عبد السلام زهران (2003م) : دراسات فى الصحة النفسية ، عالم الكتب ، القاهرة.
25. حامد عبد السلام زهران (2005م) : الصحة النفسية والعلاج النفسي ، الجزء الثانى ، عالم الكتب ، الطبعة الرابعة ، القاهرة.
26. حامد عبد السلام زهران (1980م) : التوجيه والإرشاد النفسى ،عالم الكتب، القاهرة.
27. حامد عبدالسلام زهران (1972م): علم النفس الإجماعي، دار النهضة العربية، القاهرة.
28. منسي حسن (2001م) : الصحة النفسية ، دار الكندى ، د ط ، الاردن.
29. حسين ابراهيم الحاج حسن (1995م) : الروابط الاجتماعية فى الاسلام ، دار التمريض ن الطبعة الاولى ، بيروت.
30. حمدى ابو الفتوح عطيه (2002م): منهجية البحث العلمي وتطبيقاتها في الدراسات التربويه النفسيه، دار النشر للجامعات، الطبعة الأولى، القاهرة.
31. الخطيب، محمد جواد محمد (2000م): التوجيه والارشاد النفسي بين التطبيق والنظريه ، غزه، مطبعه المقداد.
32. خليل المعايطه واخرون (2000م): الاعاقه البصريه ، الطبعة الاولى ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة.
33. خليل عبدالرحمن المعايطه -مصطفى قمش (2007م): أساسيات لتأهيل المهن لذوى الأحتياجات الخاصه، دار الطريق.

34. دويدار ،عبدالفتاح محمد (1992م) : سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات ، بيروت ،دار النهضة العربية .
35. ابو علام رجاء محمود (2004م): مناهج البحث في العلوم النفسيه والتربويه ،دار النشر للجامعات،القاهرة.
36. الغريب رمزيه (1980م): التعليم،مكتبه الانجلو المصريه،القاهرة.
37. الشربين زكريا (2004م) : طفل خاص بين الاعاقات ،ط1 ،القاهرة ، دار الفكر الغربى
38. شقير زينب محمود (2001م) : الباثولوجيا الاجتماعيه والمشكلات المعاصره ، الانجلو المصريه ، الطبعة الاولى ، القاهرة.
39. بركات سرى رشويت (2008م-1429هـ)الإرشاد النفسي لذوى الإحتياجات الخاصه،دار الزهراء للنشر والتوزيع،الطبعة الأولى.
40. العز سعيده،حسن (2000م) :الاعاقه البصريه ،عمان الدار العلميه الدوليه للنشر والتوزيع.
41. سلامه غيار (2006م) : الخدمه الإجتماعيه في المؤسسات التعليميه،المكتب الجامعي الحديث،الاسكندرية.
42. محمد سلوى (2002م) :علم النفس الاجتماعى ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ط1 .
43. سميح ابو مقله واخرون(2000م):التنشئه الاجتماعيه للطفل ، دار اليازورى العلميه للنشر والطباعة ، الطبعة الاولى.
44. سهير كامل(1999): الصحة النفسيه والتوافق،الأسكندريه،مركز الأأسكندريه
45. سويف ،مصطفي (1987م) :علم النفس الحديث ومعالمه ونماذج من دراسات ،القاهره ،مكتبه الانجلو المصريه .
46. شعبان على السيسى(2002م) : اسس السلوك الانسانى بين النظرية والتطبيق ، المكتب الجامعى الحديث ، د ط ، مصر .
47. الشناوى،محمد محروس(1995م): نظريات الإرشاد والعلاج النفسى،القاهره،دار كينون .
48. الداھرى صالح و العبيد نظام (1999م) : الشخصية والصحة النفسية ، دار كندى ، ومؤسسة حمادة للنشر ، الطبعة الاولى ، الاردن .
49. الداھرى صالح حسن (2005م): سيكولوجيه ورعايه الموهبين المتميزين وذوي الإحتياجات الخاصه ، دار وائل للنشر ، الطبعة الاولى .
50. أبو جادو صالح محمد علي (2004):سيكولوجيه التنشئه الأجتتماعيه،دار الميسره،الطبعة الرابعه

51. الجماعي صلاح الدين احمد (2007م): الاغتراب النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي، مكتبه مدبولي ،الديب .
52. مخيمر صلاح (1979م): المدخل إلى الصحة النفسيه،القاهره،مكتبه الأنجلو المصريه،الطبعه الثالثه.
53. ضياء الدين محمد مطاوع-حسن جعفر الخليفه(2014م): مبادئ البحث ومهاراته في العلوم التربويه والنفسيه والأجتماعيه،مكتبه المنتبى للنشر،الرياض.
54. محمد عادل عبدالله (2004م): الأطفال الموهوبون وذوى الإعاقات،دار الرشاد،الطبعه الأولى،القاهره
55. عوض عباس محمود (1985م): مدخل إلى الأسس النفسيه والفسايولوجيه للسلوك،ط1،الإسكندريه،دار المعرفه الجامعيه .
56. الشائع عبد الإله عثمان (1999م): اراء بني تيمه حول الاعاقه ، الطبعة الاولى ، دار الصميعى للنشر ، الرياض ، السعوديه.
57. العيسوي عبد الرحمن محمد ،(2002م): المدخل للعلم النفسى الاجتماعى،بدون طبعه،منشأة المعارف،الأسكندريه،مصر .
58. عبدالمجيد عبد الرحيم (1997م): تنميه الأطفال المعاقين،دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع،القاهره.
59. جميش عبدالخالق (2007م-1428هـ): رعاية ذوى الإحتياجات الخاصه في الإسلام،جامعه القاهره.
60. حسين عبدالرحمن إبراهيم (2003م): تربية المكفوفين وتعليمهم،عالم الكتاب،الطبعه الأولى،القاهره.
61. سليمان عبدالرحمن سيد (2004م) : علم نفس النمو ،مكتبة الرشيد ، الرياضى .
62. الشاذلي عبدالرحمن محمد ،(2001م):الواجبات المدرسيه والتوافق النفسى،بدون طبعه،المكتبه الجامعيه الاسكندريه.
63. عبدالرحمن،محمد سيد(1998م): نظريات الشخصيه،القاهره،دار قبي للطباعه والنشر والتوزيع.
64. العريفي عبدالمنطلب أمين(2001م): سيكولوجيه ذوى الأحتياجات الخاصه وتربيتهم،دار الفكر العربي،القاهره.
65. علي ،عبد النبي محمد حنفي (2007م) :الارشاد النفسى في مجال التربيه الخاصه،مكتبه الانجلو المصريه،القاهره.
66. مذكور على احمد (1997م) : نظريات ومناخج التربية ، دار المنهل ، د ط ، القاهره.

67. على عبد الحميد محمود (2005م) : التربية السلامية فى البيت ، دار التوزيع والنشر الاسلاميه ، الطبعة الاولى ، القاهرة.
68. عسكر على (1998م) : ضغوط الحياة واساليب مواجهتها ، الصحة النفسية فى عصر التوتر والقلق ، الكويت ، دار الكتاب الحديث.
69. فؤاد البيهى السيد (1993م) : علم النفس الاجتماعى ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
70. فؤاد عيد الجواده (2012م-1433هـ) : الإعاقة البصريه، الطبعة الأولى، دار الثقافة للنشر والتوزيع.
71. فاروق،الروسان(2001م) : سيكولوجيه الاطفال غير العادين ،دار الفكر،عمان،الاردن.
72. طه فرج عبدالله (1980م): سيكولوجية الشخصية المعوقه للانتاج ، مكتبة الخانجي ، القاهرة
73. جبل فوزي محمد (2001م) : علم النفس العام ،المكتب الجامعى الحديث ، د ط ، القاهرة .
74. مكي فيصل محمد (1988م): شخصية الطفل المعوق والطفل المريض، الطبعة العسكريه أمدرمان.
75. ظاهرى قحطان احمد (2010م) : مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق ، دار وائل للنشر والتوزيع ، الطبعة الثانية.
76. عبدالفتاح كاميليا (1994م) .: مفهوم الذات ل=ى الشباب ، الكتاب النسوى فى علم النفس ، الجمعيه المصريه للدراسات النفسيه .
77. كرستينا نصار (1993م) : كيف نتعامل مع اولادنا اليوم ، دار العلم للملايين ، الطبعة الاولى ، لبنان
78. سيسالم كمال سالم (1988م):الفروق الفرديه لدي العاديين وغير العاديين ، الرياض ، مكتبه الصفحات الذهبية ، الطبعة الاولى.
79. سيسالم كمال سالم (1997م): المعاقون بصريا خصائصهم ومناهجهم،الدار المصريه اللبنانيه،الطبعة الأولى،القاهره.
80. رتشد لازورس (1984م) : الشخصية ، ترجمة سيد غنيم ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، القاهرة .
81. عبيد ماجده (2005م) : مناهج واساليب تدريب ذوي الحاجات الخاصه ،دار صنعاء،عمان.
82. علي ماهر أبو المعاطي (2000م):الممارسه العامه للخدمه الاجتماعيه مجال الطب ورعايه المعاقين،مركز نشر وتوزيع الكتاب،جامعة حلوان،القاهره.

83. محمود ماهر عمر (1988م): سيكولوجية العلاقات الإجتماعية، دار المعرفة الجامعية، الطبعة الأولى، القاهرة.
84. عبدالرحمن محمد السيد (2004م) : علم النفس الاجتماعي المعاصر (مدخل معرفي) ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة .
85. غيث محمد عاطف دت قاموس علم الاجتماع ، دارالمعرفة الجامعة ، دط ، القاهرة
86. محمد عبيدات وآخرون(1999م): منهجية البحث العلمي القواعد،المراحل والتطبيقات،دار وائل للطباعةوالنشر،عمان.
87. نجاتي محمد عثمان (1998م): القران وعلم النفس،القاهرة،الطبعة الثانية.
88. مدحت حسين خليل (1998م): علم حياة الانسان ، الطبعة الاولى ، دار النشر ، القاهرة.
89. أبوالنصر مدحت محمد (2005م-1430هـ): الإعاقة والمعاق رؤيه حديثه،المجموعه العربية للتدريب والنشر،الطبعة الأولى.
90. مرسي،سيد عبد الحميد (1985م) : الشخصيه السويه ،الازهر ،دار التوفيق النمزيه.
91. مصطفى القمش واخرون(2000):الإعاقة البصريه،الطبعة الأولى،دار النشر،القاهرة.
92. فهمى مصطفى (1967م) : الصحة النفسية فى الاسرة والمدرسة و المجتمع ، دار الثقافة ، الطبعة الثانية ، القاهرة.
93. فهمى مصطفى (1976م) : دراسات فى سايكولوجية التكيف ، مكتبة الخانجي ، القاهرة.
94. فهمى مصطفى فهمي(1979):دراسات فى سيكولوجيه الأطفال غير العاديين،مكتبه الأنجلو،القاهرة.
95. فهمى مصطفى (1987) :الصحة النفسيه(دراسات فى سيكولوجيه التكيف)،ط3،القاهرة،مكتبه الخانجي.
96. المطيري معصومه سهيل ،(2005م):الصحة النفسيه،الطبعة الأولى،مكتبه الفلاح للنشر والتوزيع ،الكويت.
97. الحديد منى صبحي (1998م-1419هـ): مقدمه فى الإعاقة البصريه،الطبعة الأولى،دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
98. العديلي ناصر محمد (1995م) : السلوك الانساني والتنظيمى ، منظور كل مقارنة ، معهد الادارة العامة.
99. القطامي نايفة (1989):نظرق دراسة الطفل،بيروت،دار الشروق للنشر والتوزيع.

100. سفيان نبيل ،(2004):المختصر في الشخصية والأرشاد النفسي،(المفهوم-النظريه- النمو-التوافق-الأضرابات)،ط1،القااهرة ،دار ابتراك للنشر والتوزيع.
101. عطية نوال محمد (2001م) : علم النفس والتكيف النفسي والاجتماعى ، الطبعة الاولى ، دار القايرة للكتاب ، القايرة.
102. عبدالسلام هناع فائز (2012م): إساءة معاملته الاطفال المعاقين بصريا المكتب الجامعي في خدمات الفرد بالاسكندرية.
103. مختار وقيق صفوت (2001م) : ابناؤنا وصحتهم النفسية ، دار العلم والثقافة ، د ط ، القايرة .
104. وليد السيد أحمد خليفه - مراد علي عيسى سعد(2008م): كيف يتعلم مخ ذوى الإعاقة البصريه(المكفوفين)،النظريه والتطبيق،دار الوفاء لدنيا الطباعه والنشر،الطبعه الأولى،الأسكندرية.
105. يسري دعبس(2006م) : التصحر النفسي والوقاية منه ، دراسات فى الانثروبولوجيا السيكولوجية ، سلسلة البيئة والتنمية البيطاشي سنتر ، القايرة.
106. يوسف قطامى وعبدالرحمن عدس (2005م) :علم النفس العام ، ط2 ،دار الفكر ، عمان ، الاردن .

ثالثاً : الرسائل الجامعية :

1. إسماعيل نفين (2005): فعالية لعب الدور لتنمية مفهوم الذات لدى الأطفال المحرومين من الابوين،رسالة ماجستير،الإسماعيلية،كلية التربية،جامعه قبي،السويس.
2. إلهام مصطفى القصيري(م2013) : جودة الحياة لدى المعاقين بصريا مقارنة بغير المعاقين،جامعه الملك عبدالعزيز،كلية التربية.
3. امنه سليمان محمد احمد (م2016):التوافق النفسي والاجتماعي لذوي الاعاقه البصريه وعلاقته بسمات الشخصية وبعض المتغيرات الديموغرافيه،جامعة السودان.
4. انشراح محمد المكي(م2016) :الاتذان الانفعالي وعلاقته بالاكتئاب لدي المعاقين بصريا بولاية الخرطوم ،جامعه امدرمان الاسلاميه ،رساله ماجستير غير منشوره
5. ايمان الخير عوض(م2009) : التعصب وعلاقته بمفهوم الذات ونوعية الحياة لدى طلاب الجامعات بولاية الخرطوم ، رساله دكتوراه،جامعة امدرمان الاسلاميه.
6. بئينه ابراهيم (م2004): النفس اللوامه وعلاقتها بالصحه النفسيه ،جامعه الخرطوم كليه التربية،رساله ماجستير .
7. تنزيل صلاح الدين حسين(م2011) : مشكلات الصحه النفسيه لدى الطلاب المعاقين بصريا وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموقراطيه(دوراه حالة المركز القومي لتاهيل المكفوفين،بحري).
8. حافظ عمر الخضر احمد(م2015) : التوافق النفسي للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصه لبعض الجامعات بولاية الخرطوم ،وعلاقتها ببعض المتغيرات ،ر ساله دكتوراه ،جامعه النيلين غير منشوره.
9. رمزي،شحته سعيد(2013) : الأمن النفسي وعلاقته بالاعتماديه وجودة الحياة لدى المعاقين بصريا بمحافظه غزه،رساله ماجستير غير منشوره،الجامعه الإسلاميه غزه.
10. سعاد موسى(م2000) : نوعية الحياة لدى ربات البيوت وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافيه.
11. سلطان بني يحيى السوداني(1990): قياس التوافق النفسي والاجتماعي لإبناء الشهداء في المرحله الإعداديه،بغداد،كلية التربية بن راشد،جامعة بغداد،رساله دكتوراه غير منشوره.
12. سليمه حسان احمد خليفه(م2012): ماجستير غير منشور،اتجاهات المعاقين بصريا نحو ممارسه النشاط الرياضي بولايه الخرطوم،جامعة السودانماجستير غير منشور.

13. عبد المقصود، محمد عمر (1995): فعالية كل من الإرشاد النفسي الفردي والجماعي في تعديل مفهوم الذات لدى عينه من المراهقين المصابين بشلل الأطفال، رسالة دكتوراه، كلية التربية، طنطه.
14. فاطمة عبدالرحمن الطيب (2000م): التشجيع الوالدي وعلاقته بمفهوم الذات والتحصيل الدراسي لطلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخرطوم، رسالة ماجستير، غير منشوره.
15. فتحية عبدالله العطاب (2008م): التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بممارسة الانشطه المدرسية اللاحقه لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينه معده، امدرمان، جامعة امدرمان الاسلاميه رسالة ماجستير غير منشوره.
16. ماجده احمد محمود (1991 م): مقارنة لابعاد التوافق النفسي والاجتماعي بين الطلبة والطالبات المختلفين دراسيا وعلاقتهما بالانتماء ،جامعة عين شمس ،كلية التربية
17. مشاعر الصادق حسن محمد (2013م): الضغوط النفسيه للمعاقين بصريا وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي، جامعه النيلين، كلية التربية ،رساله ماجستير .
18. مصطفى حسن حسين (2004م) : بعض المتغيرات النفسية لنوعية الحياة وعلاقتها بسمات الشخصية لمدمنى الهيروين ,جامعة عين شمس,كلية الاداب.رسالة ماجستير
19. منتصر كمال الدين (2000م) : نوعية الحياة وعلاقتها بالتوافق الانفعالي لدى طلاب جامعة الامام الهادى ،رسالة ماجستير ، غير منشوره ، جامعة ام درمان الاسلاميه .
20. منى عزالدين (2008م): وجهه الضبط ومفهوم الذات وعلاقتها بالاكنتاب لدي الامسن المعاش بولايه الخرطوم ،دار عزه للنشر والتوزيع ،الطبعه الاولى .
21. مها عبدالرحمن (2002م): نوعية الحياه لدى مرضى الإكنتاب وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافيه ،رساله ماجستير ،غير منشوره،كلية الأداب،جامعة الخرطوم.
22. مواهب الطيب (2002م): التوافق النفسي والاجتماعي لدي الطلاب المكفوفين بالجامعه الحكوميه ،جامعه الخرطوم كلية التربية ،رساله ماجستير .
23. ميرفت عبد ربه عايش معقل (2012م) :التوافق النفسى وعلاقته بقوة الانا وبعضى المتغيرات لدى مرضى السكرى فى قطاع غزه ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، قسم علم النفس ، الجامعه الاسلاميه ، غزة .
24. نهى عبدالجليل صغيرون (2014م): دافعية الانجاز وعلاقتها بمستوى الطموح لدى المعاقين بصريا بمعهد النور لتعليم المكفوفين بالخرطوم بحري.
25. هدى عاصم محمد خليفة (2004م) : نوعية الحياة وعلاقتها بالضغوط لدى المرآة العاملة،كلية الاداب،جامعة عين شمس،رسالة ماجستير،القاهرة.

26. هناء محمد الجوهري (1994م) : المتغيرات الاجتماعية والثقافية المؤثرة على نوعية الحياة فى المجتمع المصرى (دراسة ميدانية على عينة من الاسر فى مدينة القاهرة)كلية الاداب جامعة القاهرة رسالة دكتوراة.

27. وفاء علي سليمان عقيل (2009م) : الامن النفسى وعلاقته بمفهوم الذات لدى المعاقين بصريا ،الجامعه الاسلاميه بغزه.

رابعاً : المجالات والدوريات و المؤتمرات:

1. ابراهيم يعقوب (1992م) : مفهوم الذات فى مرحلة المراهقة ، ابعاده وفروق الجنس والمستوى الدراسى ، دراسة ميدانية ، مجلة ابحاث اليرموك ،سلسلة العلوم النسائية والاجتماعية ، المجلد 8 ، العدد 4 ، الاردن.

2. جبر،جبر محمد(2005م) : علم النفس الإيجابي،ورقه عمل منشوره في وقائع المؤتمرالعلمي الثالث للإنماء النفسى التربوي للانسان العربي في ضوء جوده الحياة،جامعة الزقازيق،مصر .

3. حمدي علي الفروماي(م2001): ركائز البناء النفسى،دراسه تحليليه تفسيريه وتوجيهيه في السلوك الإنسانيه،أبتراك للنشر،الطبعه،الاولى،القاهره.

4. دويدار،عبدالفتاح محمد ، (1991م) : دراسة مفهوم الذات بوصفه دالة لبعضى متغيرات الشخصيه لدى الاطفال ، القاهرة ، المؤتمر السنوى الرابع للطفل المصرى ، مركز دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس .

5. رضاء ، محمد جواد ، (1993م): الطفل والمجتمع دراسات فى التنشئه الاجتماعية للطفل ، الجمعيه الكويتيه لتقدم الطفوله العربيه ، سلسلة الدراسات العلميه المؤسسية المتخصصة .

6. الزبير بشير طه (2003م) : الرعاية المجتمعية للمعاقين وعلاقتها بالرعاية المؤسسية، دراسات نفسية العدد الثانى ، الجمعيه الفسية السودانية ، الخرطوم.

7. سعاد الطيب (2000م) : الاعاقة السمعية اسبابها انواعها وعلاجها،الكتاب الثالث لتدريب موجهى ومعلمات التعليم قبل المدرسي(برنامج الحاجات الخاصة) الطبعة الاول،وزارة التربية والتعليم الولائية،الخرطوم السودان .

8. سميره حسن عبدالله(2000م) : الرضى عن الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسيه لدى العميان من الجنس في المجتمع السعودى،العدد الثامن،المطبعه الإسلاميه الحديثه،القاهرة.

9. العارف بالله محمد الغندور(1999م) : أسلوب حل المشكلات وعلاقته بنوعيه الحياة-دراسه نظريه ،المؤتمر الدولي السادس لمركز الإرشاد النفسى-جوده الحياه،القاهره.

10. عبدالله محمد الشحومي(1989م) : التربيـه الجديده،التوافق النفسي عند المعاق دراسه في سيكولوجيه التكيف،العدد 48،السنة السادسة عشر،كانون الأول(ديسمبر).
11. مجلة العلوم التربويه،كلية التربية،جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، journal of educational sciences(vol.16Dec)2015.الضغوط النفسيه للمراهقين المعاقين بصريا وعلاقتها ببعض المتغيرات بولايه الخرطوم.د/نجده محمد عبدالرحيم جدي ونجلاء إبراهيم صديق مجمد
12. مجلة داراسات عربيـه في علم النفس، مفهوم الذات والسلوك العدواني لدى زوى اضطراب ضعف الانتباه المصحوب بالحركة المفرطه ، نشوى / غادة(2007م) : المجلد الخامس،العدد 1 يناير 2006م.
13. المجله التربوي(الكويت) د/غسان عبد العزيز سرحان و أ/زكريا حسن نصر الله،العدد84،سبتمبر،(2007م) :
14. محمد خطاب(1987م):أثر مفهوم الذات على التحصيل الأكاديمي،منشورات مركز التطوير التربوي،جامعه اليرموك،الاردن .
15. محمد عمادالدين اسماعيل(1988م) : إختيار مفهوم الذات ، مجلة كلية التربية بالمنصورة ، العدد 9 .
16. ناهد صالح (1990م) : مؤشرات نوعية الحياة , نظرة عامة عن المفهوم والمدخل , المجلة الاجتماعية القومية ,المركز القومى للبحوث الاجتماعيو الجنائية , المجلد 27 ، العدد الثاني ، القاهرة.
17. هبه جمال الدين (1999م) : مؤشرات نوعية الحياة بين الموضوعى والبعد الذاتى ، المجلة الاجتماعية القومية ، المجلد28 ، العدد3 ، سبتمبر ، القاهرة .

خامساً : كتب مترجمة :

1. دلاس لابين وجريت (1981م) : مفهوم الذات ، اسسه النظرية والتطبيقه ، بيروت ، دار النهضة العربية .
2. هول بيرنجر ، ليندزى جاردنر (1987م): نظريات الشخصية ، ترجمة لويس كامل مليكه ، الهيئه العامه للكتاب ،دط ، القاهرة .

سادسا : مراجع باللغة الإنجليزية :

1. Brown , Stewart s (2000) : parenting , erll – being , a. , 8 Hudson , B , (eds) . Promoting children's emotional well – being oxford : oxford , university press .
2. Deinor , Denng Low (1993) : Resources for teaching children with Disabilities Birth through eight corlando. Harcourt barce compang .
3. Diener , E, oishi (2003) : Personality, culture, and subjective well-being: emotional and cognitive evaluations of life. Annual review of psaycblorg .
4. Good : D , A , (1990) : Thinking about and discussing quality of life .in : R.L. Schalock & m .
5. Lewis, Vicky (2003): Development and Disability malden , Black well publishing .
6. Shaffer , David (1989) : Development psychology childhood and adolescence California col . brooks publishing company .

الملاحق

بسم الله الرحمن الرحيم

السيد/.....المحترم

سلام قولاً من رب رحيم

خطاب تحكيم

اضع بين يديكم مسودة من المقاييس التى أود تطبيقها فى بحث لنيل درجة الدكتوراة فى علم النفس التربوى وهى بعنوان: (نوعيه الحياة وعلاقتها بمفهوم الذات والتوافق النفسى لدى المعاقين بصرياً بمركز تأهيل المكفوفين فى بحرى).

والمقاييس هى:

- 1- نوعية الحياة.
- 2- مفهوم الذات.
- 3- التوافق النفسى.

ارجو الإطلاع عليهم بالآتى:

- 1- حذف اى عبارة غير مناسبة فى المقياس.
- 2- تعديل سياقة اى عبارة حتى تصبح مناسبة للمقياس.
- 3- إضافة اى عبارة ترونها مناسبة لهذا المقياس.
- 4- شكل وتنظيم العبارات.
- 5- اى ملاحظات أخرى تساعد فى إثراء هذا البحث.

والله الموفق

الباحثه / إلهام عبدالله طه

إشراف البروفيسور / على فرح على فرح

قائمة اسماء المحكمين :

الرقم	الإسم	الوظيفة	الدرجة	الجامعة
1	وفاق صابر على	أستاذ	بروفيسور	جامعة النيلين ، كلية الآداب ، قسم علم النفس .
2	حسين الشريف الأمين	أستاذ مساعد	دكتور	جامعة النيلين ، كلية الآداب ، قسم علم النفس .
3	تهانى هاشم خليل	أستاذ مساعد	دكتور	جامعه الخرطوم ، كلية التربية ، قسم علم النفس .
4	عبد الرزاق عبد الله البونى	أستاذ مشارك	دكتور	جامعه السودان للعلوم والتكنولوجيا ، كلية التربية ، قسم علم النفس .
5	بخيته محمد زين على	أستاذ مساعد	دكتور	جامعه السودان للعلوم والتكنولوجيا ، كلية التربية ، قسم علم النفس .
6	عبد الله عجينا	أستاذ مساعد	دكتور	جامعة إفريقيا العالمية ، كلية التربية ، قسم علم النفس .
7	نصر الدين أحمد إدريس	أستاذ مشارك	دكتور	جامعة إفريقيا العالمية ، كلية التربية ، قسم علم النفس .
8	ابراهيم	أستاذ مساعد	دكتور	جامعة إفريقيا العالمية ، كلية التربية ، قسم علم النفس .

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية الدراسات العليا

كلية التربية - قسم علم النفس

ستجد فيما يلي مجموعة من العبارات إقرأ كل عبارة جيداً ثم ضع علامة () امام العبارة المناسبة .

نرجو شكراً عدم ترك اى عبارة دون إجابة لأنها تؤثر على مقاييس هذه الدراسة وذلك لأغراض البحث العلمى فقط .

الباحثه

إستمارة البيانات الأساسية :-

1- النوع

أ. ذكر ب. أنثى

2- العمر

أ. (10-20) ب. (21-30) ج. (31-40) د. (41 فأكثر)

3. المستوى التعليمى

أ. أساس ب. ثانوى ج. جامعى

4. طبيعة الإعاقة

أ. ولادى ب. مكتسبه

5. درجة الإعاقة

أ. كليه ب. جزئيه

مقياس نوعية الحياة (النسخة الاصلية)

مقتبس من مقياس نوعية الحياة الذي اعده فريش، 1988،

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	احيانا	ابدا
1	احترم ذاتي				
2	اشعر انني اقل من الاخرين				
3	استطيع المثابرة كالاخرين في عملي				
4	اشعر بجاذبتي الاجتماعية وسط زملائي				
5	اثق بنفسي عند ادائي لاعمالي				
6	اشعر بقيمتي فقط عند ما يقول لي ذلك الاخرين				
7	خبراتي الذاتية تعينني علي تحسين مفهومي عن ذاتي				
8	نوعية حياتي تجعلني احترم ذاتي				
9	اضع خططا لانجاز اهدافي				
10	استطيع اتخاذ قرارتي الخاصة بعملي				
11	تحديد اولوياتي				
12	احدد اهدافي				
13	اعرف الوسائل التي استطيع بها ان احقق اهدافة				
14	لوكي يتميز بالمسايرة للآخرين				
15	اعتمد علي الاخرين في حل مشكلاتي				
16	استعين بمعتقداتي في حالة نشوء مشكلة او حلها				
17	ارى الانسان مسير				
18	فلسفتي في الحياة تكوين ثروة بغض النظر عن مصدرها				
19	اقبل التحدي الذي يواجهني بانني غير كفاء				
20	فلسفتي في الحياة تجعلني راضي عن نوعية حياتي				
21	اعبر عن وجهات نظري مستقلا عن الاخرين				
22	الترم بالتعاليم الدينية في معاملاتي				
23	امتثل اوامر ربي				
24	اتجنب نواهي ربي				

				25	من الضروري ان افني بوعدني مهما كانت الظروف والاسباب
				26	ابر والدي
				27	اتحلي بالصدق
				28	اتوب عندما ارتكب معصية واستغفر الله
				29	اتحلي بالامانة
				30	اشعر بالندم عندما اتسبب الذي في ايزاء شخص برئ
				31	اكره الشخص الذي يسئ للناس في غيابهم
				32	اقول الحق ولو علي نفسي
				33	الدين هو مجموعة من النواهي والاوامر كثيرة الفائدة
				34	لدي وقت كافي للترفيه
				35	كليتي تهتم باقامة الرحلات الترفيهية
				36	يتوفر لدي وقت للاستجمام
				37	اقطع وقت من زمني لسماع الفضائيات
				38	ارفه عن نفسي بممارسة الرياضة
				39	اجهل بماذا ارفة عن نفسي
				40	احتاج لهوايات اخري لزيادة نشاطي الترفيهي
				41	اشجع الاخرين في تجاوز المشكلات التي توجههم
				42	اساعد الاخرين في الكوراث
				43	اخصص وقت زمني لمساعدة المحتاجين
				44	اشعر بالذنب لعدم قدرتي علي مساعد من يحتاج للمساعدة
				45	مارستي للعمل الطوعي تجعني راضي عن نوعية حياتي
				46	استمتع بقضاء اكبر وقت مع الاشخاص الذين احبهم
				47	مشاعري اتجاه من احب غير صادقة
				48	من الممكن ان اتخلي عن من احبهم دون تردد
				49	لدي رغبة اكيدة في تعدد علاقاتي العاطفية
				50	اشعر ان من احبهم لا يحبوني بقدر كافي
				51	اشعر ان اهتمام من احبهم يقل مع مرور الوقت

				انتقي من اصدقهم بعناية	52
				استمتع بالوقت الذي اقضيه مع اصدقائي خارج المنزل	53
				شعوري بالنقص قس اصدقائي لانني لا احب نفسي	54
				ابدل لاصدقائي كل مافي وسعي	55
				الصدقة مهمة بالنسبة لنوعية حياتي	56
				اهتم بمراجعة بعض الدوس مع الاطفال	57
				حمل الاطفال يجلب لي السعادة	58
				استمتع بصحبة الاطفال في مكان ترفيههم	59
				ارقب جيدا نمو الاطفال	60
				اشعر ان منزلي جاذب للسكن فية	61
				منزلي متسع لكل امتعتي	62
				منزلي مخطط بصورة تترك خصوصية لكل سكانية	63
				منزلي يقع في موقع طبيعي جذاب	64
				الشوارع المحيطة بمنزلي واسعة	65
				اشعر ان ايجار المنزل الذي نسكن به باهظا	66
				تنتم المنطقة التي اسكن فيها بالقبالية	67
				يتعصب سكان المنطقة التي اسكن فيها للثقافة المحلية	68
				عدل المجتمع الذي اعيش فية بين افراده	69
				تتوفر خدمات السلع الجيدة بمنطقتي	70
				اشعر باهمية المجتمع في رضائي عن نوعية حياتي	71
				يهتم المجتمع الذي اعيش فية ثقافة الاخرين	72

مقياس مفهوم الذات
وليم فيتس (النسخة الاصلية)
ترجمة واعداد
صفوت فرج . سهيل كامل

الرقم	العبارات	دائماً	غالباً	حياناً	أبداً
1	اتمتع بجسم رشيق سريع سريع الحركة				
2	انا شخص جذاب				
3	انا شخص مهرجل				
4	انا مهذب				
5	انا امين				
6	انا شخص سيء				
7	يقول عنى الزملاء اننى مرح				
8	يبدو أننى آخذ الأمور ببساطة				
9	يبدواننى بدون قيمه				
10	اسرتى تقف الى جانبي اذا واجهتنى مشكلة				
11	انا واحد من عائلة سعيدة				
12	اصدقائي لا يتقون فى				
13	انا ودود				
14	انا محبوب من الجنس الآخر				
15	انا اشغل بالى باللى بيعملوه الناس				
16	لا اقول الصدق دائماً				
17	احيانا أثور وأغضب				
18	احب ان ابقى نظيف وفى احسن هيئة				
19	انا شخص متقل بالأوجاع والآلام				
20	أنا شخص عليل				
21	انا شخص متدين				
22	اخلاقياتى دون المستوى				
23	اخلاقى ضعيفه				

				اقدر كويس اتحكم فى نفسى	24
				انا حقود	25
				انا مهووس	26
				انا شخص مهم بالنسبة لأصدقائى وأسرتى	27
				غير محبوب من الأسرة	28
				اشعر ان أسرتى لا تثق بي	29
				انا محلول من النساء	30
				انا نائر على العالم كله	31
				من الصعب ان يصادقنى احد	32
				ساعات افكر فى حاجات وحشه ما أقدرش اقولها	33
				ساعات لمى اكون مبسوط احس بالضياح	34
				انا لا تخين ولا رفيع	35
				راضى بشكلى كدا	36
				يا ريت اقدر اغير بعض اجزاء جسمى	37
				راضى باخلاقى	38
				راضى بعلاقتى برينا	39
				اكتر من الذهاب لبيوت الله	40
				انا راضى بحالى	41
				انا كدا لطيف وكويس	42
				بحتقر نفسى	43
				انا راضى بعلاقتى العائلية	44
				نا فاهم عائلتى جيداً	45
				انا لازم اثق فى عيلتى اكثر من كدا	46
				انا اجتماعى على قد ما كنت احب	47
				احاول ان ارضى الآخرين ولكنى لا ابالغ فى ذلك	48
				نا سيء من وجهة نظر اجتماعية	49
				مش بحب كل معارفى	50
				احيانا اضحك من نكته بذيئه	51
				انا لا طويل قوى ولا قصير قوى	52

				مش حاسس انى على ما يرام	53
				احب ان اكون جذاب اكثر من الجنس الآخر	54
				انا متدين زى ما كنت احب	55
				احب ابقى موضع ثقة اكبر من دلوقت	56
				مش لازم اكذب كتير بعد كدا	57
				انا ذكى وذكائى مناسب جدا	58
				لست الشخص الذى اود ان اكون	59
				كان نفسى مبقاش سهل وطوع كده	60
				اعامل والدي كما يجب معاملتهما	61
				احب عائلتى اكثر من ذلك	62
				لازم احب عيلتى اكثر من كده	63
				انا راضى بطريقتى فى معاملته الاخرين	64
				لازم اكون مؤدب اكثر من كدا	65
				لازم انسجم اكثر من الناس الثانية	66
				احيانا اتكلم فى سيره الناس (اغتابهم)	67
				ساعات احب انى عاوز اسب واشتم	68
				اهتم بعنايه جسمى	69
				اهتم بمظهري	70
				انا خايب خالص فى الاعمال اليدويه	71
				معتقداتى الدينيه تعتبر موجهاً حياتى	72
				احاول ان اتغير عندما اعرف اننى اقوم بأشياء خاطئه	73
				ساعات اعمل حاجات وحشه قوى	74
				اقدر ان احافظ على نفسى فى اى وقت	75
				اقبل التأنيب بسهولة وبدون غضب	76
					77
				افعل اشياء بدون تفكير مسبق فيها	78
				اهتم جيداً بعيلتى	79
				والدي لهم التجلى والاحترام	80

				دائما احاول ان افهم وجهه نظر الآخرين	81
				علاقتى جيدة بالناس	82
				من الصعب ان اسامح	83
				يهمنى قوى ابقى الكسبان فى اى لعبه	84
				س انى على ما ير ام معظم الوقت	85
				انا مش لعيب لا فى رياضه ولا فى العاب التسالى	86
				نومى قليل	87
				افعل ما هو صواب معظم الوقت	88
				ساعات الجأ للوسائل الملتوية	89
				من الصعب الالتزام بالمعايير الأخلاقية فى سلوكى	90
				احل مشاكلى بسهولة	91
				دائما بغير رأى	92
				احاول ان اهرب من مشاكلى	93
				بعمل نصيبى من شغل البيت	94
				بتشاجر مع افراد عيلتى	95
				اخيب ظن عيلتى	96
				كل واحد اعرفه اجد فيه ميزة معينه	97
				اشعر بالراحه عندما ابقى بعيدا عن الناس	98
				اجد صعوبة بالتحدث مع الغرباء	99
				أحيانا أوجل عمل اليوم الى الغد	100

النسخه الأصلية

الرقم	العبارات	:ائماً	غالبا	حياتاً	أبدأ
1	أكثر من أحلام اليقظه				
2	اشعر بالخوف اذا اضطررت إلى مقابله الطبيب بفحص مرض ما				
3	تمر عليك فترات تشعر فيها بالضيق				
4	بل شعرت فى وقت من الأوقات أن شخصا ما كان يؤثر عليك تأثيرا مغنطيسيا وكان يجعلك تقوم بأعمال ضد إرادتك				
5	اشعر بالوحده حتى وانا مع الناس				
6	لتفكير فى الزلزال والحريق يخيفك				
7	انا سريع البكاء				
8	يضايقتنى الشعور بالخجل				
9	أخاف من رؤيه الثعبان				
10	اشعر بالاستياء الشديد اذا فشلت فى امر ما				
11	يخيفنى صوت الرعد				
12	كثير ما شعرت بالأكتئاب بسبب حصولى على درجات ضعيفه فى المدرسه				
13	احسد الآخرين على ما يتمتعون به من سعادة				
14	تضعف همتى بسهولة				
15	شعر بعدم القدره على الاعمال التى اقوم بها				
16	هل حدث مرة حينما كنت فى مكان مرتفع ان شعرت بالخوف من فكرة انك ربما تقفز من هذا المكان				
17	انت سريع الغضب				
18	اشعر بالتعاسة				
19	يضايقتنى الشعور بالنقص				
20	اشعر بأننى عصيبا				
21	هل تكون حساسا بنفسك فى أكثر الأحيان بسبب مظهرك الشخصى				

				هل تضايقت فكره ان الناس يلاحظونك فى الطريق	22
				اشعر بالتعاسة بسبب انتقاد احدهم لمظهري الشخصى	23
				يثيرني النقد كثيرا	24
				اشعر بأبنى تأثر الأعصاب	25
				تضايقتى الافكار التافهة التى يتكرر ورودها فى ذهنك من وقت لآخر	26
				انا سريع الانفعال	27
				استمر فى القل مدة طويلة اذا تعرضت لمواقف تجعلنى اشعر بالذلة والإهانة	28
				اشعر بالخوف الشديد من شيء ما مع علمك بانه لا يستطيع ان يلحقنى اي ضرر	29
				تتقلب حالتى الوجدانية السعاده والحزن دون سبب ظاهر	30
				انت سريع الخجل	31
				حدث فى وقت من الوقات ان ضايقتك الشعور بأن الأشياء حولك غير حقيقية	32
				أيجرح شعورك بسهولة	33
				اقلق بسبب احتمال وقوع بعض الكوارث	34
				يضايقتى الشعور بان الناس يقرؤون افكارى	35
				هل تخاف من البقاء فى الظلام	36
				شاغلتى الأفكار لدرجه لا تستطيع معها النوم	37
				اشعر بعواطف متناقضة من الحب والكراهية نحو أفراد اسرتى.	38

مقياس نوعية الحياة

النسخة المعدلة

الرقم	العبارة	دائماً	غالبا	احيانا	ابدا
1	احترم ذاتي				
2	اشعر أنني اقل من الآخرين				
3	استطيع المثابرة كالأخرين في عملي				
4	اشعر بجاذبتي الاجتماعية وسط زملائي				
5	أثق بنفسي عند أدائي لأعمالي				
6	أشعر بقيمتي فقط عندما يقول لي الآخرون ذلك				
7	خبراتي الذاتية تعينني على تحسين مفهومي عن ذاتي				
8	نوعية حياتي تجعلني احترم ذاتي				
9	اضع خططا لإنجاز اهدافي				
10	استطيع اتخاذ قراراتي الخاصة بعملي				
11	سلوكي يتميز بالمسايرة للآخرين				
12	اعتمد على الآخرين في حل مشكلاتي				
13	استعين بمعتقداتي في حالة نشوء مشكلة أو حلها				
14	فلسفتي في الحياة تكوين ثروة بغض النظر عن مصدرها				
15	اقبل التحدي الذي يواجهني بانني غير كفاء				
16	فلسفتي في الحياة تجعلني راضي عن نوعية حياتي				
17	اعبر عن وجهات نظري مستقلا عن الآخرين				
18	الترم بالتعاليم الدينية في معاملاتي				
19	اتحلى بالصدق				
20	اتوب عندما ارتكب معصية واستغفر الله				
21	اشعر بالندم عندما اتسبب في اضرار شخص برئ				
22	أكره الشخص الذي يسئ للناس في غيابهم				
23	اقول الحق ولو على نفسي				
24	لدى وقت كافي للترفيه				
25	اقطع وقت من زمني لسماح الفضائيات				
26	اجهل بماذا ارفه عن نفسي				
27	احتاج لهوايات اخرى لزيادة نشاطي الترفيهي				

				اشجع الآخرين في تجاوز المشكلات التي تواجههم	28
				اخصص وقت زمني لمساعدة المحتاجين	29
				اشعر بالذنب لعدم قدرتي على مساعد من يحتاج للمساعدة	30
				مارستي للعمل الطوعي تجعلني راضي عن نوعية حياتي	31
				استمتع بقضاء اكبر وقت مع الاشخاص الذين احبهم	32
				مشاعري اتجاه من احب غير صادقة	33
				من الممكن ان اتخلى عن من احبهم دون تردد	34
				لدى رغبة اكيدة في تعدد علاقاتي العاطفية	35
				اشعر ان من احبهم لا يحبوني بقدر كافي	36
				اشعر ان اهتمام من احبهم يقل مع مرور الوقت	37
				استمتع بالوقت الذي اقضيه مع اصدقائي خارج المنزل	38
				الصدائة مهمة بالنسبة لنوعية حياتي	39
				منزلي متسع لكل امتعتي	40
				الشوارع المحيطة بمنزلي واسعة	41
				تتسم المنطقة التي اسكن فيها بالقبلية	42
				يعدل المجتمع الذي اعيش فيه بين أفراده	43
				تتوفر خدمات السلع الجيدة بمنطقتي	44
				اشعر باهمية المجتمع في رضائي عن نوعية حياتي	45
				يهتم المجتمع الذي اعيش فيه ثقافة الآخرين	46

مقياس نسبي
لمفهوم الذات
النسخة المعدلة

الرقم	العبارات	دائماً	غالباً	احياناً	أدراً	ابداً
1	استمتع بجسم رشيق سريع الحركة					
2	قال عني الزملاء أنني مرح					
3	أخذ الامور ببساطة					
4	يبدو انني بدون قيمة					
5	اسرتي تقف الى جانبي اذا واجهتني مشكلة					
6	اصدقائي لا يتقون في					
7	احب ان ابقى نظيف وفي احسن هيئة					
8	انا مهووس					
9	انا شخص مهم بالنسبة لاصدقائي واسرتي					
10	شعر ان أسرتي لا تثق بي					
11	من الصعب ان يصادقني أحد					
12	راضي بشكلي كده					
13	يا ريت اقدر اغير بعض اجزاء جسمي					
14	راضي باخلاقي وسلوكي					
15	راضي بعلاقتي برينا					
16	احاول ان ارضي الآخرين					
17	احب ان اكون جذاب اكثر من الجنس الآخر					
18	احب ابقى موضع ثقة اكبر من دلوقت					
19	لست الشخص الذي أود ان اكون					
20	كان نفسي ما ابقى سهل					
21	عامل والدي كما يجب معاملتهما					
22	ساعات احس اني عاوز اسب واشتم					
23	اهتم بعناية جسمي					
24	اهتم بمظهري					

					معتقداتي الدينية تعتبر موجّهات حياتي	25
					احاول ان اتغير عندما اعرف انني اقوم بأشياء خاطئة	26
					أقدر أن احافظ على نفسي في اي وقت	27
					أقبل التنايب بسهولة وبدون غضب	28
					أفعل اشياء بدون تفكير مسبق فيها	29
					والذي لهم التجلي والاحترام	30
					علاقتي جيدة بالناس	31
					من الصعب ان اسامح	32
					باحس اني على ما يرام معظم الوقت	33
					أفعل ما هو صواب معظم الوقت	34
					دائما بغير رأيي	35
					احاول ان اهرب من مشاكلي	36
					بتشاجر مع افراد عيّلتي	37
					كل واحد اعرفه اجد فيه ميزة معينة	38
					اشعر بالراحة عندما ابقى بعيدا عن الناس	39
					جد صعوبة بالتحدث مع الغرباء	40

مقياس التوافق النفسي
النسخة المعدلة

الرقم	العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
	عليّ فترات أشعر فيها بالضيق					
2	أشعر بالوحدة حتى وأنا مع الناس					
3	يضايقتني الشعور بالخجل					
4	أشعر بالاستياء الشديد إذا فشلت في أمر ما					
5	يخفيني صوت الرعد					
6	تضعف همتي بسهولة					
7	أشعر بعدم القدرة على الأعمال التي أقوم بها					
8	يضايقتني الشعور بالنقص					
9	أشعر بأنني عصبياً نوع ما					
1	تضايقتني ملاحظة الآخرين لتصرفاتي					
1	أشعر بالتعاسة بسبب انتقاد أحدهم لمظهري الشخصي					
	يضايقتني بعض الأفكار التافهة التي تتكرر في ذهني					
22	سريع الانفعال					
1	استمر في القلق مدة طويلة إذا تعرضت لمواقف تجعلني أشعر					
2	بالذلة					
	أشعر بالخوف الشديد من شيء ما مع علمي بأنني لا أستطيع أن					
	يلحقني أي ضرر					
	تتقلب حالتي الوجدانية دون سبب ظاهر					
	انت سريع الخجل					
	يراودني الاحساس بأن الأشياء حولي غير حقيقية					
	جرح شعوري بسهولة					
	أقلق بسبب احتمال وقوع بعض الكوارث					
	أخاف من البقاء في الظلام لوحدني					
	تضايقتني الأفكار للدرجة التي لا أستطيع معها النوم					
	أشعر بعواطف متناقضة من الحب والكراهية نحو أفراد أسرتي					

مقياس نوعية الحياة

النسخة النهائية

الرقم	العبارة	دائماً	احياناً	ابداً
1	تحترم ذاتك			
2	تشعر أنك اقل قدراً من الآخرين			
3	تستطيع المثابرة في عملك			
4	تشعر بجاذبيتك الاجتماعية وسط زملائك			
5	تثق بنفسك عند أدائك لأعمالك			
6	تضع خططاً لتحقيق اهدافك			
7	تستطيع اتخاذ قراراتك الخاصة بعملك			
8	سلوكك يتميز بالمسايرة مع الآخرين			
9	تعتمد على الآخرين في حل مشكلاتك			
10	تستعين بمعتقداتك في حل مشكلاتك			
11	تقبل التحدي الذي يواجهك في حياتك			
12	تعبّر عن وجهات نظرك مستقلاً عن الآخرين			
13	تلتزم بالتعاليم الدينية في معاملتك			
14	تشعر بالندم عندما تسبب في اضرار شخص برئ			
15	تكراه الشخص الذي يسئ للناس في غيابهم			
16	تقول الحق ولو على نفسك			
17	لديك الوقت الكافي للترفيه			
18	تستطيع ان تقطع وقت من زمنك للاستماع لوسائل الاعلام			
19	تجهل بماذا ترفه عن نفسك			
20	تحتاج لهوايات اخرى لزيادة نشاطك الترفيهي			
21	تشجع الآخرين في تجاوز المشكلات التي تواجههم			
22	تخصص وقت من زمنك لمساعدة المحتاجين برايك			
23	تشعر بالذنب لعدم قدرتك على مساعدة من يحتاج للمساعدة			
24	تستمتع بقضاء وقتك مع الاشخاص الذين تحبهم			

			مشاعرك اتجاه من تحب غير صادقة	25
			تستطيع ترك من تحبهم دون تردد	26
			لذك رغبة في تعدد علاقاتك العاطفية	27
			تشعر بأن من تحبهم لا يحبونك بقدر كافي	28
			تشعر بأن اهتمام من تحبهم يقل مع مرور الوقت	29
			تستمتع بقضاء وقتك مع اصدقائك خارج المنزل	30
			الصدائة مهمة بالنسبة حياتك	31
			منزلك يتسع لكل امتعتك	32
			الشوارع المحيطة بمنزلك واسعة	33
			تتسم منطقتك التي تسكن فيها بانها مريحة	34
			مجتمعك الذي تعيش فيه يعدل بين افراده	35
			تتوفر خدمات السلع الجيدة في منطقتك	36
			تشعر بأهمية المجتمع في تحقيق أهدافك	37
			يهتم مجتمعك الذي تعيش فيه بثقافة الآخرين	38

مقياس مفهوم الذات
النسخة النهائية

الرقم	العبارات	ائماً	حياناً	بدأ
1	انت راض عن مظهرك			
2	يقول عنك الاخرين أنني مرح			
3	تأخذ الامور ببساطة			
4	يبدو أنك بدون قيمة			
5	أسرتي تقف بجانبني اذا واجهتني مشكلة			
6	أصدقائك لا يتقون بك			
7	خبراتك الذاتية تعينك على تحسين مفهومك عن ذاتك			
8	أنت شخص مهم بالنسبة لاصدقائك واسرتك			
9	تشعر أن اسرتك لا تثق بك			
10	من الصعب ان يصادقك أحد			
11	راضي بأخلاقك وسلوكك			
12	راضي بما قسمه الله لك			
13	تحاول أن ترضي الاخرين			
14	تحب ان تكون جذاب للجنس الاخر			
15	أحب أن اكون موضع ثقة لدي الاخرين			
16	ليست الشخص الذي اود ان اكون عليه			
17	تعامل والديك كما يجب معالتهما			
18	تعنتي تصحتك			
19	معتقداتك الدينية تعتبر موجهات حياتك			
20	تحاول أن تتغير عندما تعرف أنك تقوم باشياء خاطئه			
21	تقدر أن تحافظ علي نفسك في أي وقت			
22	تقبل التأنيب بسهولة دون أن تغضب			
23	فعل الاشياء دون ان تفكر فيها مسبقاً			
24	والديك لهم التجلى والاحترام			
25	علاقتك جيدة بالناس			

			من الصعب ان تسامح	26
			تفعل ما صوابك معظم وقتك	27
			تقوم بتغيير رأيك	28
			تحاول الهروب من مشاكلك	29
			تتشاجر مه افراد عائلتك	30
			شعر بالراحة عندما تبقي بعيداً عن الناس	31
			تجد صعوبة في التحدث مع الغرباء	32

مقياس التوافق النفسي
النسخة النهائية

الرقم	العبارة	دائماً	أحياناً	بدأً
1	تمر عليك فترات تشعر فيها بالضيق			
2	تشعر بالوحدة وانت مع الناس			
3	يضايقك الشعور بالخجل من اعاقاتك			
4	تشعر بالاستياء الشديد عند فشلت في امر ما			
5	يخيفك صوت الرعد			
6	تضعف همتهك بسهولة			
7	تشعر بعدم القدرة على الاعمال التي تقوم بها			
8	يضايقك الشعور بنقصك			
9	تشعر بالعصبية نوع ما			
10	تضايقت تعليقات الآخرين لتصرفاتك			
11	تشعر بالتعاسة بسبب انتقاد احدهم لمظهرك الشخصي			
12	تضايقك بعض الافكار التافهة التي تتكرر في ذهنك			
13	سريع الانفعال			
14	تستمر في القلق لمدة طويلة اذا تعرضت لمواقف تجعلك تشعر بالذلة			
15	تشعر بالخوف الشديد من شيء ما مع علمك بانك لن يلحقنكك ضرر			
16	تتقلب حالتك الوجدانية دون سبب ظاهر			
17	انت سريع الخجل في الاماكن التي بها جمع من الناس			
18	يراوذك الاحساس بأن الأشياء حولك غير حقيقية			
19	ينجر شعورك بسهولة			
20	يصيبك القلق بسبب احتمال وقوعك في الحفر والمجاري			
21	تخاف من الظلام لوحدك			
22	تضايقك الأفكار للدرجة انك لا تستطيع النوم معها			
23	تشعر بعواطفك المتناقضة من الحب والكراهية تجاه افراد اسرتك			

			تتوفر خدمات السلع الجيدة في منطقتك	36
			تشعر بأهمية المجتمع في تحقيق أهدافك	37
			يهتم مجتمعك الذي تعيش فيه بثقافة الآخرين	38