العافية النفسية ووجهة الضبط كمنبئين بالتوجه نحو الحياة
لدي عينة من معلمي التربية الخاصة

إعداد

أ.د.م/ سناء عبدالفتاح احمد علي

أستاذ علم النفس المساعد – كلية الدراسات الإنسانية

جامعة الأزهر – فرع تفهنا الأشراف

المجلد (٧٤) العدد (الثاني) الجزء (الثاني) أبريل/ ٢٠١٩م

ملخص البحث:

يعتبر معلمي التربية الخاصة طاقة بشرية هامة ومؤثرة في كيان المجتمع بصفة عامة، ومجتمع ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة خاصة، وقد هدف البحث إلى التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين درجات معلمي التربية الخاصة في التوجه نحو الحياة، ومتغيري العافية النفسية، ووجهة الضبط. والفروق بينهم في ضوء متغيري(النوع)،(الخبرة التدريسية). ومدى إمكانية التنبؤ بالتوجه نحو الحياة لديهم، وكذلك مدى إمكانية اشتقاق نموذج بنائي للعلاقات بين متغيرات البحث. وطُبق مقاييس (التوجه نحو الحياة، والعافية النفسية، ووجهة الضبط)، وجميعها إعداد الباحثة، على عينة (٢٠٠) من معلمي التربية الخاصة ممن تتراوح اعمارهم ما بين (٣٠-٤٥) عاماً بمتوسط قدرة (٤٠.٢٠) وانحراف معياري قدره (٤.٨٩) ، واشارت النتائج إلى أنه : توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث في التوجه نحو الحياة ، ودرجاتهم في مقياسي العافية النفسية .ووجهة الضبط ،وتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات معلمي التربية الخاصة في التوجه نحو الحياة وفقاً لمتغيري النوع (ذكور / إناث)، والخبرة التدريسية، وأنه يُمكن التنبؤ بالتوجه نحو الحياة من خلال متغيري العافية النفسية، ووجهة الضبط. وأمكن اشتقاق نموذج بنائي للعلاقات بين أبعاد التوجه نحو ومتغيري العافية النفسية، ووجهة الضبط وبعض أبعادهما. وأهم ما أوصى به البحث نشر وتعزيز ثقافة الإرشاد النفسي والإرشاد المهني لمعلمي التربية الخاصة بهدف رفع الكفاءة المهنية لديهم، وزيادة الثقة بالنفس والتقدير الإيجابي للذات ،وضبط الإنفعالات ،وحُسن إدارة الضغوط.

الكلمات المفتاحية : العافية النفسية – التوجه نحو الحياة – وجهة الضبط – معلمي التربية الخاصة

المقدمة:

لكل منا توجه إزاء الحياة، ولكل منا قدرة على المشاركة في أحداث الحياة بتوازن وتناغم، ولا نصل إلى اعتاب نهاية الحياة إلا وقد عايشنا حياة مليئة بالمتناقضات، حزن وسعادة، اتزان أو ثبات إنفعالي وتوتر، حب السيطرة والتبعية، تفاؤل وتشاؤم، ولابد أن نُعايش تلك الحالات المزاجية والوجدانية سلباً أو إيجاباً، ويُطبع على سلوكنا ومعتقداتنا قدراً مما عايشناه من تلك المتناقضات .

وقد فصلت الثورة العلمية بين الجسد والعقل ، فتم تناول كل كيان منهما كجزء مستقل، مما أدى إلى وجود تخصصين مستقلين هما الطب ، وعلم النفس. وفي النصف الأخير من القرن العشرين ظهر نموذجاً جديد في الطب حيث ينظر للجسد والعقل والروح كجزء لا يتجزأ من الإنسان لفهم الصحة والعافية بصفة عامة والعافية النفسية خاصة . (Barden , et. al;2015) وفي مجال البحث في علم النفس بدأ يسود تيار يُعزز التوجه إلى علم النفس الإيجابي، وبدأ العلماء يستقصون في مفاهيم الأمل والتفاؤل والطمأنينة وجودة الحياة والعافية النفسية (عكاشة وسليم ، ٢٠١٠) .وأصبح علم النفس الحديث يسعى لفهم الإنفعالات الإيجابية، ويبنى جوانب القوة، ويزود البشر بما يساعدهم على أن يجدوا " الحياة الطيبة " وهذا التوجه الذي أتخذه علم النفس الإيجابي، إنما تم وفق توصيات "سيليجمان " الذي دعا علماء النفس في كلمته في جمعية علم النفس الأمريكية ؛ لبث الطاقة لدى المفكرين من مؤيدي علم النفس الإيجابي للتركيز على القوى الإيجابية للأفراد، وكذلك جوانب القوة لديهم وتعزيزها بدلاً من البحث عن الجوانب السلبية (Langevin,2013، سيليجمان ٢٠٠٢).

ومن هذه المصطلحات مصطلح العافية النفسية؛ حيث يعود إلى ما قبل الفين عام؛ حين كان أرسطو يبحث في تفسير الصحة والمرض، وتحديد نموذج للصحة الجيدة، ووصف الصحة بأنها إنعدام الزيادة في أي شيء . وأكدت ذلك منظمة الصحة العالمية حين أشارت إلى أن العافية حالة إيجابية من الحياة الهانئة (Pierce , 2010) . ويتداخل مفهوم العافية النفسية مع عدد من المفاهيم الإيجابية الأخرى كالشعور بالراحة، والرضا عن الحياة، والتوافق النفسي، والإنجاز، والامن النفسي، والقناعة، والطمأنينة،

وطيب العيش(الجمال ، ٢٠١٣) وأصبح الوصول للعافية النفسية هدفاً في حياة الفرد يسعى جاهداً نحو تحقيقه ، حيث أن تحقيقه يؤدى إلى الشعور بالرضا والبهجة والتوجه نحو الحياة بإيجابية (صالح ، ٢٠١٣)، فقد توصلت دراسة (Brissette& Carver, 2002) إلى أن الإتجاه نحو الحياة مفيد للصحة النفسية والجسدية للأفراد ويساعدهم على التكييف، وإقامة علاقات اجتماعية طيبة مع المحيطين، وذلك عكس الإتجاه التشاؤمي.

كما يعتبر مفهوم وجهة الضبط من المفاهيم المحورية في علم النفس والصحة النفسية، نظراً لإرتباطه بتوقعات حول المستقبل، والتحكم في مجريات أحداث الحياة، وارتباطه بعدة مفاهيم هامة مثل الكفاءة الذاتية والعزو والقلق، ويجب التمييز بين مدخليين لمفهوم وجهة الضبط؛ فهو إما داخلي أو خارجي، فوجهة الضبط الداخلية عادة يصدرها الفرد عن وعي، ومن ثم فهي تؤثر على قوة الحافز لديه وإحساسه تجاه ذاته وتوافقه النفسي (فالشخص يسيطر على ذاته)، وعلى العكس، فإن وجهة الضبط الخارجية تؤدى إلى إعتقادات تشجع على العجز ولوم الذات وقلة الحيلة ،وقلة الفعالية النفسية ، وضعف التأثير على الأخرين ؛ فيشعر الشخص بأنه يُجبرعلى الأحداث (ابو الهدى ،٢٠١١) .

وحيث أن دراسة المتغيرات الإيجابية في الشخصية أصبح هدفاً رئيسياً من أهداف علم النفس الإيجابي لما تعكسه في شخصية الفرد وتُحسن مستوى الأداء في كافة جوانب الحياة سواء العامة أو المهنية أو الاجتماعية؛ ترى الباحثة أن العافية النفسية، ووجهة الضبط مفهومان قد يُضيفا قدراً من الإيجابية والرضا والتوجه نحو الحياة بقدرات تُمكن صاحبهما من مواجهة الصعوبات الناتجة عن طبيعة عمله، حيث يشير مفهوم التوجه نحو الحياة إلى إدراك الفرد للأحداث الحياتية ،ويؤدي إلى التحسين المتوازن لحياة الفرد ،وتحسين نوعية الحياة بأكملها، وإن الإتجاه المتفائل والطبيعي تجاه الأحداث الحياتية يعطيان توجهاً إيجابياً وإدراكاً متوافقاً لأحداث الحياة، في حين أن الموقف المتشائم يُشعر الفرد بالحزن والسلبية ،وعدم التفاعل مع المحيطين.(Jadhav , A 2018 &Mircea ,B.et.al 2018)وهذا أمر هام لمعلمي التربية الخاصة .

فإذا كان التوجه إيجابياً شعر بالسعادة والرضا وكان ذلك حافزاً له على أن يُقبل نحو الحياة بهمة ومثابرة، ويسعى دوماً نحو التغيير للأفضل (Kawai, et.al ;2017) والتوجه السلبي نحو الحياة يجعل الفرد لا يستطيع تحقيق أهدافه ويشعر بالعجز وفقدان الأمل ، ويتسم سلوكه دوماً بالتردد وتوقع الفشل ، كما يكون لديه شك في قدرته على النجاح (Cheng , et .al; 2016) كما يكون لدى الفرد توجه يتسم بالتفاؤل والواقعية والتفكير المنطقي والسيطرة على الإنفعالات، وكذلك يصبح مسايراً للواقع، ويسعى لتطوير ذاته، لديه دافع للتغلب على الصعوبات التي تواجهه لما لديه من إيجابية وسعادة وطمأنينة (Slowik , et.al; 2017).

وتأسيساً على ما تقدم جاء البحث الحالي للتعرف على مفهومي العافية النفسية ووجهة الضبط، وتحديد مدى إمكانية التنبؤ بمتغير التوجه نحو الحياة من خلالهما لدى عينة البحث"معلمي التربية الخاصة".

مشكلة البحث :

يعتبر المعلم عصب العملية التربوية والعامل الرئيسي الذي يتوقف عليه نجاح التربية في بلوغ غاياتها وتحقيق دورها في عالمنا الجديد وهو حجر الزاوية في هذه العملية التي لا يصلح ولا يستقيم أمرها إلا إذا كانت القوى البشرية العاملة في ميدانها ذات كفاية ومؤمنة برسالتها التربوية.

وفئة معلمي التربية الخاصة طاقة بشرية هامة ومؤثرة في كيان المجتمع بصفة عامة، ومجتمع ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة خاصة ،وهم الفئة الأكثر إلحاحاً لدراسة حالتهم، وصحتهم النفسية؛ فمهنة العمل والتدريس مع ذوي الإحتياجات الخاصة من أكثر المهن التعليمية إثقالاً بضغوط العمل؛ لما تقتضيه هذه المهنة من أعباء ومتطلبات متنوعة، إذ يُعد كل طالب حالة مستقلة تتطلب معاملة خاصة، مما يتطلب توفير معلمين أكفاء يتحملون العمل وفق عدد من الخصائص والصفات الشخصية والنفسية التي تؤهلهم إلى تأدية عملهم على أكمل وجه .

وقد تنوعت الدراسات التي تناولت معلمي التربية الخاصة من حيث الرضا الوظيفي ،والرضا عن الحياة، ودافعية المعلم أو التوافق المهني، ودراسة الاتجاه نحو الذات،

ومنها :(ابراهيم ، والريدي٢٠١١)،(عرب ٢٠١١) ودراسة (البلوى ٢٠١١) ،(الصمادي ٢٠١٥)، التي أهتمت بالرضا الوظيفي لمعلمي التربية الخاصة، ودراسة كلاً من (عليوة ٢٠١٣)، (ابو النور ٢٠١٦) عن المرونة النفسية والمسئولية الاجتماعية والرضا عن الحياة .

في حين ذكرت بعض الدراسات أن من أسباب قوة البنية النفسية لمعلمي التربية الخاصة، "خصائصهم الشخصية "، ومنها وجهة الضبط؛ حيث أن درجة إحساس المعلم بمدى إحكام سيطرته، ونفوذه على مجريات الأحداث، وتميزه بوجهة ضبط داخلية تجعله يتصف بروح المغامرة وحب التنافس والإقبال على الحياة، ومن أهم توصيات تلك الدراسات ضرورة اختيار المعلمين وفق سمات شخصياتهم ، والعافية النفسية متمثلة في الثبات الإنفعالي والمسئولية والسيطرة الذاتية، ومنها دراسة (البهاص ، ٢٠٠٢، وقليوبي ،٢٠٠٣)، ودراسة (المعمرية وطه ، ٢٠١٨) التي أُجريت على عينة من معلمات التربية الخاصة، وأشارت أهم نتائجها إلى أن العافية والمناعة النفسية ذات علاقة إيجابية بالرضا الوظيفي، وأنه كلما زاد مستوى العافية والمناعة النفسية زادت درجة الرضا الوظيفي .

ومن خلال إطلاعالباحثة على بعض الدراسات والأبحاث التي تناولت المتغيرات المؤثرة في أداء الأدوار المهنية لدى معلمي التربية الخاصة السابق عرضها ؛ اتضح أن هناك بعض المتغيرات الهامة التي لم يتم تناولها، والتي لها أهمية في حياة تلك الشريحة الفاعلة في مجال ذوي الاحتياجات الخاصة، والتي لا يمكن إغفال دورها، وتأثيرها على مجتمع ذوي الاحتياجات الخاصة ومؤسسات هذا المجتمع .

لذا تخلُص الباحثة على ضوء ما تقدم ، إلى أنه يمكن صياغة مشكلة البحث الحالي في التساؤلات التالية :

١- ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين درجات أفراد عينة البحث (معلمي التربية الخاصة)

٢- في التوجه نحو الحياة ، ودرجاتهم في متغيري العافية النفسية ، ووجهة الضبط ؟

٣- هل توجد فروق لدى معلمي التربية الخاصة في التوجه نحو الحياة تعزي لمتغير النوع (ذكور/ إناث)؟

٤- هل توجد فروق لدى معلمي التربية الخاصة في التوجه نحو الحياة تعزي لمتغير الخبرة التدريسية ؟

٥- هل يُمكن التنبؤ بالتوجه نحو الحياة لدى أفراد عينة البحث (معلمي التربية الخاصة) من خلال درجاتهم في متغيري العافية النفسية، ووجهة الضبط ؟

٦- هل يمكن إشتقاق نموذج بنائي للعلاقات بين التوجه نحو الحياة لدى أفراد عينة البحث (معلمي التربية الخاصة) ومتغيري العافية النفسية، ووجهة الضبط ؟

اهمية البحث:

تكمن أهمية البحث الحالي في أهمية الموضوع الذي يتصدى لدراسته، في محاولة للتعرف على العافية النفسية، ووجهة الضبط كمتغيرات منبئة بالإتجاه نحو الحياة لدى معلمي التربية الخاصة , ومما لاشك فيه أن هذا الموضوع ينطوي على أهمية كبيرة سواءً من الناحية النظرية أو التطبيقية ومن ثم يمكن تناول أهمية البحث من خلال الجانبين التاليين :

الاهمية النظرية وتتمثل في :

- أهمية المجال الذي ينتمي له البحث الحالي ،وهو مجال علم النفس التنظيمي الإيجابي، ودراسة سلوك الأفراد في المؤسسات المختلفة والتي منها المؤسسات التعليمية ، والتعرف على العوامل المؤثرة في هذا السلوك وكذلك مسايرة البحث لإهتمامات علم النفس الإيجابي من خلال التركيز على المتغيرات الإيجابية وتوظيفها في المجال المهني وخاصة مهنة التعليم.
- التوجه نحو الإهتمام وإبراز السمات والخصائص النفسية الإيجابية لدى معلمي التربية الخاصة ؛ لما لهذه الفئة من أهمية وتأثير في حياة ذوى الاحتياجات الخاصة ، وزيادة فاعليتهم.

- تناول البحث لمتغيرات مهمة جداً ولها تأثير لا يمكن إنكاره على كفاءة وإنتاجية معلمي التربية الخاصة، وهي (العافية النفسية، وجهة الضبط، والتوجه نحو الحياة).
- التوصل إلى نموذج تفسيري لعلاقات التأثير والتأثر المباشر وغير المباشر بين العافية النفسية، ووجهة الضبط ، والتوجه نحو الحياة .

الأهمية التطبيقية وتتمثل في :

- إعداد ثلاثة مقاييس من قِبل الباحثة، والتحقق من خصائصا السيكومترية على عينة البحث في البيئة المصرية، سوف تفيد – بإذن الله– في المكتبة البحثية .
- تطمح الباحثة أن يتم الاستفادة من نتائج البحث الحالي في توجيه الباحثين إلى مزيد من الدراسات في هذا المجال لإبراز قيمة، وأهمية المتغيرات الإيجابية التي يُسهم الكشف عنها وتنميتها في تحسين كفاءة الاداء لدى معلمي التربية الخاصة .
- الوصول إلى نتائج وتوصيات قد تفيد القائمين على إعداد وتأهيل معلمي التربية الخاصة؛ بوضع برامج تهدف إلى تحسين أدائهم المهني .

اهداف البحث:

- التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين درجات أفراد عينة البحث (معلمي التربية الخاصة) في التوجه نحو الحياة، ودرجاتهم في متغيري العافية النفسية، ووجهة الضبط.
- التعرف على الفروق بين معلمي التربية الخاصة– أفراد عينة البحث– في التوجه نحو الحياة في ضوء متغيري النوع (ذكور /إناث)، و(الخبرة التدريسية).
- التعرف على مدى إمكانية التنبؤ بالتوجه نحو الحياة لدى أفراد عينة البحث (معلمي التربية الخاصة) من خلال درجاتهم في متغيري العافية النفسية، ووجهة الضبط.

- التعرف على مدى إمكانيةاشتقاق نموذج بنائي للعلاقات بين التوجه نحو الحياة لدى أفراد عينة البحث (معلمي التربية الخاصة) ومتغيري العافية النفسية ، ووجهة الضبط.

مصطلحات البحث :

العافية النفسية : Well- Being

وتعرفه الباحثة بأنه: الحالة التي يحقق فيها الفرد قدراته الذاتية، ويكون قادراً على العمل الإيجابي والمثمر، والشعور بالقدرة على التكييف مع الأوقات العصيبة، من خلال ضبط الإنفعالات، والشعور بقيمة الذات، والثقة بالنفس، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، وإدارة الضغوط . كما تدل عليه الدرجة التي يحصل عليها معلمي التربية الخاصة من خلال استجاباتهم علي مقياس العافية النفسية المستخدم في البحث الحالي.

وجهة الضبط : Control Locus Of

وتعرفه الباحثة بأنه : مدى تمكن الفرد من إعمال الفكر وإنجاز الأعمال، وتنفيذ الخطط، وتحقيق الطموحات، وتقويم الذات ،وتحمل المسئولية، كما تدل عليه الدرجة التي يحصل عليها معلمي التربية الخاصة من خلال استجاباتهم علي المقياسوينقسم إلى :**وجهة الضبط الداخلي : Internal Locus of Control**

ووجهة الضبط الخارجي :External Locus of Control .

التوجه نحو الحياة :Orientation towards life

وتعرفه الباحثة بأنه :حالة وسمة، تؤثر على أداء الفرد في المواقف الحياتيةأحياناًتؤدي إلى الشعور بالخوف والقلق، وأحياناًأخرى تنمى لدي الفردالقدرة والكفاءة والإنتاجية، ويتوقف ذلك على مركز الضبط والسيطرة لدى الفرد. فإن كان التوجه إيجابياً نتج عنه الإقبال على الحياة ،وعدم العزوف عنها وعن ملذاتها، والتفاعل بإيجابية مع أحداثها، والتحلي بالابتهاج والشعور بالنشاط ، كما تدل عليه الدرجة التي يحصل عليها معلمي التربية الخاصة من خلال استجاباتهم علي المقياس.

معلمي التربية الخاصة: Special Education Teachers

تعرفهم الباحثة بأنهم : شريحة من المعلمينيتعاملوا مع ذوي الإحتياجات الخاصة، ولهم دوراً هاماً في إعادة تأهيلهم، ومساعدتهم على التكييف مع نوعية الإعاقة لديهم، معتمدين على ما لديهم من مقومات شخصية، وتعليمية، ومهارات، وقدرات، وإمكانيات ،وهم في البحث الحالي مراكز الامل للصم وضعاف السمع، ومدارس التربية الفكرية، ومدارس النور للمكفوفين) التابعين لإدارة التربية الخاصة بمديرية التربية والتعليم بمحافظة القليوبية.

حدود البحث :تمثلت الحدود البشرية للبحث الحالي بعينة من معلمي التربية الخاصة، كما تحدد أيضا مكانياً بمدارس التربية الخاصة التابعة لمديرية التربية والتعليم بمحافظة القليوبية، والتي حصلت منها الباحثة علي عينة البحث، كما تحدد بالأدوات المستخدمة فيه والمتمثلة في مقياس العافية النفسية، ومقياس وجهة الضبط، ومقياس التوجه نحو الحياة، وتحدد أيضا بالأساليب الإحصائية التي تستخدم لتحليل فروض البحث .

الإطار النظري للبحث

اولاً: العافية النفسية : Well- Being

أصبح الوصول إلى العافية النفسية هدفا مهماً في حياة الإنسان يسعى لتحقيقه كل من الفلاسفة والعلماء ،ويؤدي تحقيقه إلى شعور الفرد بالرضا والبهجة، وتحقيق الذات والأمل، والتفاؤل، والتوجه نحو الحياة بإيجابية (صالح ،٢٠١٣)، والأشخاص الذين يتسمون بالعافية النفسية ويتمتعون بدرجات عالية، يمتلكون القدرة على إدارة الأزمات بإيجابية، ويتمتعون كذلك بالقدرة على تحمل الصعاب، ومواجهة مواقف الحياة الضاغطة، ولديهم قدرة على إتخاذ القرار بمحض إرادتهم، ويتسمون بالتفاعل الإيجابي، وضبط إنفعالاتهم وسلوكهم، في حين يتأثر الأفراد منخفضي العافية النفسية بالضغوط الإجتماعية في إتخاذ القرار ،ويخضعون لأحكام الآخرين وقراراتهم (ابو الحلاوة ،٢٠١٤ و Ryff &Singer2008) .

وتشير الدلائلُ إلى أنَّ هناك خمس خطوات يمكن أن نتَّخذَها لتحسين عافيتنا النفسية. إذا تعامل الشخص مع هذه الخطوات بعقلٍ منفتح وقام بتجريبها، فسوف يحكم على نتائج ذلك بنفسه.

التَّواصُل. ويقصد به أن يتواصلَ مع من حوله (العائلة، والأصدقاء، والزملاء والجيران. كما يجب أن يقضي بعضَ الوقت في تطوير هذه العلاقات)

المحافظة على النَشاط. أي ممارسة النشاط الذي يستمتع به الشخص، وجعلِه جزءاً من حياته.

السعي إلى التعلُّم. من خلال تعلُّمُ مهارات جديدة تعطي شعوراً بالإنجاز، وثقة جديدة بالنفس.

العطاء للآخرين. العطاء البسيط يمكن أن يُحتَسبَ للشخص، سواءٌ أكان ذلك بشكل ابتسامة أو شُكر أو كلمة طيِّبة. كما أنَّ العطاءاتِ الكبيرة، مثل العمل التطوُّعي في أحد مراكز المجتمع، تؤدِّي إلى تحسين الصحَّة النفسية بشكل ملحوظ، وتساعد على بناء شبكات اجتماعية جديدة.

معايشة الواقع والإحساس به. يجب أن يكون الشخص أكثرَ إدراكاً للحظة الراهنة، بما في ذلك مشاعره وأفكاره ، والعالم من حوله. ويسمي بعض الناس هذا الإدراكَ "اليقظة والانتباه"، وهذا ما يمكن أن يغير بشكل إيجابي الطريقةَ التي يشعر بها المرء حولَ الحياة وكيفية مقاربة التحدِّيات. www.kaahe.org

وقد عُرفت العافية النفسية بأنها حالة وجدانية شعورية يتمتع بها الفرد الذي يتسم بالتوازن في مشاعره الإنفعالية، والتعامل مع الآخرين، والثقة بالنفس (Stewart– Brown ,2000)وأشار راين و ديسي (Rayan& Deci , 2001) إلى أنها التعبير الذي يُستعمل عندما يكون التأكيد على سمة الإستمتاع العام بأنها السمة السائدة في حياة الفرد .وأكد رايف (Ryff, 2006)على إنها : الشعور الإيجابي لدى الفرد بطيب العيش، وحُسن الحال، واستقلاليته في الحياة، وقدرته على إتخاذ قراراته وترتيب حياته بجوانبها المختلفة، والاستفادة من جميع الظروف المحيطة بفاعلية وإيجابية، وأن يكون له أهداف واقعية وواضحة يستطيع التخطيط لتحقيقها والوصول اليها، كما يتمتع بقدرة عالية من بناء علاقات اجتماعية متوازنة وإيجابية مه الآخرين . بينما جونزا ليزا

وآخرون (Gonzalez, M , et.al., 2006) يرونأن العافية النفسية هي أحد مكونات جودة الحياة .

وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها : الحالة التي يحقق فيها الفرد قدراته الذاتية، ويكون قادراً على العمل الإيجابي والمثمر ، والشعور بالقدرة على التكييف مع الأوقات العصيبة ، من خلال ضبط الإنفعالات ،والشعور بقيمة الذات، والثقة بالنفس، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، وإدارة الضغوط . كما تدل عليه الدرجة التي يحصل عليها معلمي التربية الخاصة من خلال استجاباتهم علي مقياس العافية النفسية المستخدم في البحث الحالي.

ثانياً : وجهة الضبط : Locus Of Control

إن الفرد الذي يدرك أن الأحداث والنواتج الإيجابية والسلبية، هي نتيجة منطقية للأفعال الخاصة به، وترجع إلى تحكمه الشخصي، فإنه ينشأ لديه اعتقاد بمركز (الضبط الداخلي) والعكس صحيح ،فإن الفرد الذي لا يدرك وجود هذه العلاقة ما بين الفعل والنتيجة، ويرى أن الأحداث الإيجابية أو السلبية لا ترجع لتحكمه الشخصي، وانما ترجع للحظ أو الصدفة أو تحكم الآخرين، فإنه ينشأ لديه اعتقاد بمركز (الضبط الخارجي)؛ لذا عندما يكون اعتقادنا بأن نجاحنا يرجع إلى جهودنا، فإننا نعتز بإنجازاتنا ونميل إلى العمل بجد أكبر، لتحقيق أهدافنا، أما إذا كنا نُعزى أدائنا إلى عوامل خارجية، فإننا لا نحقق فيها إشباعاً ولا يزداد احتمال بذلنا لجهد كبير لتحقيق أهدافنا . (اسماعيل ،٢٠١٥، ٤٤)

ويُشار عادةً، في الدراسات النفسية إلى مفهوم وجهة الضبط Locus Of Control (LOC)بوصفه قاسمًا مشتركًا للعديد من النظريات الحديثة التي تتناول محددات السلوك الإنساني بما في ذلك الصحة النفسية والتكيف بوجه عام. ويرى روتر(Rotter, 1975 &Rotter, 1990)صاحب نظرية التعلم الاجتماعي، أن لوجهة الضبط (LOC) شكلان، هما وجهة الضبط الداخلية Internal Locus of Control، ووجهة الضبط الخارجيةExternal Locus of Contro ، ويعتبر أن متغير وجهة الضبط من أهم المتغيرات التي توصل إليها في نظريته عن التعلم الإجتماعي، حيث أشار من خلال نظريته أنه ليس بالضرورة أن يكون السلوك محكوماً

بالتعزيز، ولكن للناس القدرة على الرؤية والاكتشاف والتوصل على علاقة سببية Causal Connection بين سلوكهم وبين ما يكتسبونه أو يحصلون عليه نتيجة التعزيز . وقد أقام "روتر" فكرته الأساسية عن وجهة الضبط **Locus Of Control** على عدة افتراضات أهمها :

- أن الناس يحاولون جاهدين تحقيق أهدافهم – ليس بسبب طبيعة الأهداف – ولكن بسبب تعميق التوقع القائم على أن محاولاتهم وجهودهم سوف تلقى النجاح.
- الناس الذين يعتقدون أن بإمكانهم التحكم في التعزيزات التي يتلقونها نتيجة التحكم في سلوكهم، تختلف سلوكياتهم عن أولئك الذين يعتقدون أنهم محكومين في سلوكهم بالحظ والصدفة أو توجهات الآخرين نحوهم .(الزغبى،٢٠١٨ ، ١٧٩)

خصائص ذوى وجهة الضبط الداخلية :

- يتطلعون للمستقبل بنظرة متفائلة ، وأكثر توافقاً نفسياً ،وأكثر تقديراً لذاتهم .
- أكثر إتزاناً إنفعالياً، ولديهم الأنا قوية، وعلى درجة عالية من التوكيدية، ويتميزون بقدرة عالية من التوافق مع الذات والمجتمع .
- لديهم مستوى مرتفع من المجاهدة في سبيل تحقيق التفوق والامتياز، والمثابرة، والتحمل من أجل الوصول للهدف، وتحقيق النجاح وتقبل الآراء والأفكار والمعتقدات التي تختلف ومعتقداتهم، والتفكير المرن والتلقائي في تناولهم للمشكلات.

- **ومن خصائص ذوى وجهة الضبط الخارجية :**

- الشعور بعدم الأمن الذاتي، وعدم الثقة بالنفس ،والتشكك في الآخرين ،والحاجة إلى الاستحسان الإجتماعي
- السلبية في التعامل مع الأحداث الخارجية ،والإحساس الدائم بالفشل والشعور بالعجز الذاتي.
- العصابية وضعف الذات، وسوء التكييف والاضطرابات الشخصية .(بدر ،٢٠٠٦، ٣٤٩)

وقد تعددت التعريفات التي تناولت مفهوم وجهة الضبط ومنها :

تعريف نيل (Nill , 2006) بأن وجهة الضبط يعنى تصورات الفرد حول الأسباب الرئيسية للمواقف والأحداث الحياتية، وتتبلور هذه التصورات في سؤال الفرد لنفسه : هل ما يحدث بحياتي أنا المتحكم فيه ؟ أم أحداث خارجية متمثلة في الحظ والصدفة وغيرهما ؟

بينما يرى (ابو الهدى ،٢٠١١، ٧٩٩) أنه درجة من اليقين بأن مايحدث للشخص في حياته يرتبط بخبراته، وقدراته، وإمكاناته الخاصة (ضبط داخلي) ،غير مبال بالصدفة والحظ، أو أي مؤثر خارجي (الضبط الخارجي) وأشارت(السيرسي، ٢٠١٨، ٣٩) إلى أنه مدى قدرة الفرد على التحكم والسيطرة لمجريات حياته، وأن من يشعرون بقدرتهم في التحكم في أحداث حياتهم ويتحملون المسئولية الشخصية عما يحدث لهم، ويرجعون ذلك نتيجة لسلوكهم وقدراتهم هم أصحاب وجهة الضبط الداخلي، أما من يشعرون بعدم قدرتهم في التحكم في أحداث الحياة ويرجعون ذلك لعوامل خارجية فهم أصحاب وجهة الضبط الخارجي، وعند (عوض، ٢٠١٥، ٣٨١) يُعبر مفهوم وجهة الضبط عن مدى شعور الفرد أن باستطاعته التحكم في الأحداث التي يمكن أن تؤثر فيه حيث ينقسم الناس وفق هذا المفهوم إلى:

- فئة الضبط الداخلي : وهم الأفراد الين يعتقدون أنهم مسئولون مما يحدث لهم .
- فئة الضبط الخارجي : وهم الأفراد الذين يرون أنفسهم تحت تأثير قوى خارجية لا يستطيعون التأثير فيها كالقدر والصدفة أو الأشخاص الآخرين .
- فئة الضبط غير المعروف : وهم الأفراد الذين يعتقدون أنهم لا يعرفون أنفسهم بأنهم هم المسئولون عما يحدث لهم، أو أن ما يحدث لهم هو نتيجة تحكم قوى خارجية لا يستطيعون التحكم فيها.

وتعرف الباحثة مفهوم وجهة الضبط إجرائياً بأنه : مدىتمكن الفرد من إعمال الفكر وإنجاز الأعمال، وتنفيذ الخطط، وتحقيق الطموحات، وتقويم الذات، وتحمل المسئولية وينقسم إلى :

مفهوم وجهة الضبط الداخلي : Internal Locus of Control وتعرفه الباحثة بأنه: تمكن الفرد من التخطيط لأهدافه، مع الإعتراف بالخطأ، وتحمل مصاعب العمل، وتقديم المساعدة لمن حوله، والسعي دوماً لتطوير ذاته وتحمل مسئولية قراراته ،والعمل بجد ومثابرة، ولا تمنعه مصاعب العمل من تطوير أداؤه، وإتمام أي عمل يبدأه على أتم وجه ممكن .

ومفهوم وجهة الضبط الخارجي :External Locus of Control وتعرفه الباحثة بأنه: إدراك الفرد بأن كل ما يحدث له ليس مرتبطاً بما يفعله، وإنما هو نتيجة لظروف خارجة عن إرادته مثل الحظ أو الصدفة أو أصحاب النفوذ، ولا يستطيع التنبؤ بها والسيطرة عليها وأن ما يحدث سيحدث، وبذل الجهد لن يغير من الآمر شيئاً.

ثالثاً: التوجه نحو الحياة : Orientation towards life

التوجه نحو الحياة من الموضوعات الهامة التي تناولتها العلوم النفسية ، كعلم الصحة النفسية، وعلم الأمراض النفسية والعقلية على حد سواء؛ باعتباره علامة هامة تدلل على مدى تمتع الإنسان بالصحة الفسية السليمة، إذ أن التوجه نحو الحياة يعنى تحمس الفرد للحياة، والإقبالعليها، والرغبة الحقيقية في أن يعيشها .

وقد عرفه (الأنصاري ، ٢٠٠١، ٣) بأنه النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة والإعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل، بالإضافة إلى الإعتقاد بإحتمال حدوث الخير بدلاً من الشر، وإنه استعداد يكمن داخل الفرد الواحد للتوقع العام لحدوث الأشياء الجيدة أو الإيجابية ، أي توقع النتائج الإيجابية للأحداث القادمة .وأشار (Burns, 2001 , 52) إلى أن التوجه نحو الحياة هو أن يكون الفرد قادراً على تحمل المسئولية وفق الإمكانات المتوفرة لديه، ومن خلال المشاركةالإجتماعية في النشاطات البيئية المحيطة، مما يساعده على الشعور بالأمان والطمأنينة .

في حين ذكر (Reker , 2004 , 13)أنه مفهوم يشير إلى قدرة الفرد على تنظيم أهدافه وأتساقها مع الحياة، والسعي لتحقيق تلك الأهداف، وفهمه لطبيعة وجوده، وأن الحياة ذات قيمة .

وفي (Maxwell, J, 2006,38) التوجه هو شعور داخلي يتم التعبير عنه بسلوكيات خارجية، وأن التوجه دائما ما يجد طريقة للتعبير عن نفسه، بمعنى أن جذوره داخلية، وثماره خارجية، وهو ما يجذب الآخرين الي الفرد أو يبعده عنهم ويبعدهم عنه، وهو المُعبر عما مضى من حياة الإنسان والمتحدث عن حاضره، والمتنبئ بمستقبله .وعرفه (هادى ٢٠٠٨، ٢٠٦) بأنه نظرة استبشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع دائماً الأفضل، وينتظر حدوث الخير، ويرنوا إلى النجاح ويستبعد مادون ذلك .وأشار إلى أن التوجه نحو الحياة سمة Trait في الشخصية، وليس حالة State؛ تلك السمة لدى مختلف الأفراد ولهم درجات عليها وفق مبدأ الفروق الفردية، وعلى الرغم من أن هذه السمة تتوجه عادة إلى المستقبل فإنها تؤثر في سلوك الإنسان في الحاضر، وإنها ترتبط بالجوانب الإيجابية في سلوك الإنسان، ومختلف جوانب شخصيته وإنها يمكن أن تؤثر تأثيراً جيداً في الصحة النفسية والجسمية للفرد. ويري (على ، ٢٠١٠، ٦٨٤) أنه سمة في الشخصية توسم بأنها رؤية ذاتية إيجابية واستعداد كامن لدى الفرد . غير محدود بشروط معينة .يمكنه من توقع الخير، وإدراك كل ماهو إيجابي من أمور الحياة الجيدة وغير الجيدة، وذلك بالنسبة للحاضر الحالي والمستقبل القادم . بينما يعتبر كارفر وشاير (Carver & Scheier, 2014 ,294) التوجه نحو الحياة مؤشراً للتوقعات الإيجابية بشكل عام في الحاضر، والإعتقاد بإمكانية تغيير وتعديل الأحداث السلبية إلى إيجابية، وكذلك النظر بإيجابية نحو المستقبل، وأن التوجه نحو الحياة مرادفاً لمفهوم التفاؤلOptimism .وعرفه (المحتسب ،٢٠١٧، ٣١٩) بأنه قدرة الفرد على التفكير بموضوعية وإمتلاكه للمعتقدات الإيجابية التي تساعد على الإنفتاح على الدنيا والناس والتفاعل معهم ، والسعي نحو تحقيق الأهداف. أما (معشي ،٢٠١٨) فيربأنه الشعور بالتفاؤل والنظرة الإيجابية للمستقبل، والإقبال على الحياة والإعتقاد بالقدرة على تحقيق الرغبات والطموحات، وبلوغ الأهداف المنشودة في ظل اعتقاد راسخ بأن الغد يحمل الخير والسرور، والاخبار الجيدة دائماً.

وتعرف الباحثة التوجه نحو الحياة إجرائياً في البحث الحالي بأنه : حالة وسمة، تؤثر على أداء الفرد في المواقف الحياتية،أحياناًتؤدي إلى الشعور بالخوف والقلق، وأحياناًأخرى تنمى لدي الفردالقدرة والكفاءة والإنتاجية، ويتوقف ذلك على مركز الضبط والسيطرة لدى الفرد. فإن كان التوجه إيجابياً نتج عنهاالإقبال على الحياة ،وعدم العزوف عنها وعن ملذاتها، والتفاعل بإيجابية مع أحداثها ،والتحلي بالابتهاج والشعور بالنشاط.

رابعاً : معلمي التربية الخاصة Special Education Teachers

هم من لهم خبرة في العمل بالتدريس لفئة المعاقين ذهنياً ، ويقومون بالخدمات المنظمة الهادفة التي تقدم إلى فئة المعاقين ذهنياً، من أجل المساعدة في تعديل سلوكهم وإكسابهم مهارات تُعينهم على التكيف مع متطلبات الحياة(السطوحي ، ٢٠١٤، ١٧٨)، وهو المعلم المعَد إعداداً جامعياً متخصصاً بالإحتياجات الخاصة ؛ لكي يتعامل مع الأطفال غير العاديين في المدارس ،والمعاهد الحكومية أو الخاصة.(خصيفان ،٢٠١٧، ١١) ويمثلوا شريحة من المعلمين مؤهلين علمياً للعمل في برامج التربية الخاصة، (بمدارس التربية الفكرية، أو مدراس للمكفوفين أومدارس الصم)، ولديهم اهتمام بتقديم كافة الخدمات والبرامج التعليمية والتدريبية للطلبة من ذوي الاحتياجات الخاصة .(عطا ،وعطا ٢٠١٨،١٧)

خصائص وسمات معلم التربية الخاصة : من أهم خصائص وسمات معلم التربية الخاصة

- التمتع باتجاهات إيجابية نحو المهنة من خلال ما يتسم به من خصائص شخصية، وإعداد مهني في هذا المجال، مما يساعده على التنظيم الفعال للعمل، والاتسام باللباقة والقدرة على التصرف في المواقف والظروف المختلفة .
- أن يهيئ تلاميذه للمستويات المناسبة للإنجازات المتوقعة منهم، ولديه القدرة على التطوير، والقدرة على التعزيز وزيادة الدافعية لدى التلاميذ.(عبدالرؤف ، وعمر ٢٠٠٨، ص ٢١٠)

- الصبر والأمل وتحمل المشاق، وحب المهنة والاعتزاز بها والاجتهاد في كسب مهاراتها ،ويتسم كذلك بالشخصية الإنبساطية، وحب التلاميذ والتعاطف معهم .
- أن يكون لديه إتجاهات إيجابية نحو المعاقين وتوجه إيجابي للتعرف على الخدمات التي يمكن أن تقدم لهم .(التويم ،٢٠١٦،ص١٥٧)

أهداف إعداد وتدريب معلم التربية الخاصة :

- إعطاء الفرصة للأطفال غير العاديين للحصول على المهارات والقدرات والمعلومات والمسئوليات التي يكون قادراً على القيام بها حتى يشعر بأنه ذو قيمة ويتفاعل مع المجتمع في حدود إمكاناته وقدراته .
- يتم تدريب معلمي التربية الخاصة حتى يتمكن من إكساب تلاميذهم المهارات التي تمكنهم من الإستقلال والإعتماد على أنفسهم .
- مساعدة التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة على التعلم كلاً حسب إعاقته، وإشباع الرغبات والميول التي لديهم . (سليمان ،٢٠٠٠،ص ٢٤٠)

وتعرفالباحثة معلمي التربية الخاصة إجرائياً بأنهم :شريحة من المعلمينيتعاملوا مع ذوي الإحتياجات الخاصة، ولهم دوراً هاماً في إعادة تأهيلهم، ومساعدتهم على التكييف مع نوعية الإعاقة لديهم، معتمدين على مالديهم من مقومات شخصية، وتعليمية، ومهارات، وقدرات، وإمكانيات .

الدراسات السابقة:فيما يلي عرض للدراسات السابقة التي نخلص منها إلى مبررات إجراء البحث الحالي، مرتبة زمناً من الأقدم إلى الأحدث ومصنفة في إطار محورين هما :

المحور الأول : دراسات تناولت التوجه نحو الحياة وعلاقته بالعافية النفسية وبعض المتغيرات الأخرى :

دراسة إيرنشوا (Earnshow , 2000) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التوجه نحو الحياة، والتوجه الديني لدى عينة قوامها ٤٢ طالب وطالبة جامعيين بالولايات المتحدة الأمريكية، ممن تتراوح أعمارهن ما بين(١٧ – ٢٨) عاماً، وطبقت الدراسة

مقياس التوجه نحو الحياة إعداد ريكروبيكوك ، ومقياس التوجه الديني ، وأشارت النتائج إلى : وجود علاقة ارتباطية قوية بين التوجه الديني، والتوجه نحو الحياة .

وهدفت دراسة كريد وآخرون (Creed , et.al , 2002) إلى التعرف على خصائص مقياس التوجه نحو الحياة المعدل، وتأثير بُعديه (التفاؤل ،والتشاؤم) على العافية النفسية، لدى عينة (٤٠٥) من الطلاب والطالبات ،وأشارت نتائج الدراسة إلى أن ذوي الدرجات المرتفعة في مقياس التوجه لدى الحياة لديهم قدرة عالية على إتخاذ القرارات، وقدرة على التخطيط المهني، وقدرة على تحديد الأهداف المرتبطة بالمهنة، كما أشارت النتائج إلى تمتع ذوى التوجه الإيجابي نحو الحياة بدرجة مرتفعة من الرفاهية والعافية النفسية، وتقدير الذات .

وحاولت دراسة ايش وآخرون (Ayyesh , et. al , 2007) التعرف على العوامل المنبئة بالتوجه نحو الحياة على عينة مكونة من ٦٨٩ طالباً من طلاب الجامعة تراوحت اعمارهم ما بين ١٤– ٢٤ عاماً، وطُبقت العديد من المقاييس عن (الرضا عن الحياة، الانفعالية الإيجابية والسلبية، وتقدير الذات، والتوجه نحو الحياة) وأشارت النتائج إلى أن أهم العوامل المنبئة بالتوجه نحو الحياة هي الإنفعالات الإيجابية والرضا عن الحياة وهم من مؤشرات الصحة النفسية .

بينما دراسة ميجان وآخرون (Megan , et. al . 2007) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الوحدة النفسية، والمساندة الإجتماعية، والتوجه نحو الحياة ، لدى ٤١٠ طالباً جامعياً، وطُبق عليهم مقياس الوحدة النفسية، ومقياس المساندة الإجتماعية ، ومقياس التوجه نحو الحياة، وأهم ما أوضحته النتائج : أن التوجه نحو الحياة يرتبط ارتباطاً إيجابياً بالوحدة النفسية ،والمساندة الإجتماعية .

وركزت دراسة (علي ، ٢٠١٠) في التعرف على علاقة التوجه الإيجابي نحو الحياة بعدد من سمات الشخصية (الثبات الإنفعالي، والسيطرة، والإندفاعية، والإرتياب) وتكونت العينة من (١٢٠) من الذكور والإناث من طلاب الجامعة، وتم تطبيق مقياس " التوجه الايجابي نحو الحياة " وأربعة مقاييس فرعية من مقياس التحليل الإكلينيكي، وأوضحت النتائج أن التوجه الإيجابي نحو الحياة يرتبط إيجابياً بكل من (الثبات

الإنفعالي، والسيطرة، والإندفاعية) بينما يرتبط سلبياً بسمة الإرتياب وتبين أن سمات (الثبات الإنفعالي، والسيطرة، والإندفاعية) توجه الفرد إيجابياً نحو الحياة، وأن الإرتياب غير منبئ بالتوجه الإيجابي نحو الحياة .

وقامت دراسة كالديرون وآخرون (Calderón,et .al. 2017)لتحليل أبعاد النسخة الاسبانية من مقياس التوجه نحو الحياة والتعرف على علاقته بالعافية النفسية، لدى عينة من طلاب جامعاتريفيستابأمريكا اللاتينية الذين بلغ عددهم (٢٩١) طالباً وطالبة، وأشارت النتائج إلى أن بنود المقياس تمييز بين عاملين مستقلين هما (التفاؤل، والتشاؤم)، وأن التفاؤل يرتبط ارتباطا إيجابياً بالعافية والصحة النفسية ،وأن القلق المفرط وتدهور الحالة النفسية والاكاديمية لدى الطلاب ترتبط بالتشاؤم والتوجه السلبي نحو الحياة لدى الذكور، بينما التفاؤل له تأثيرات ايجابية على التقدم الاكاديمي والعافية النفسية لدى الطالبات .

وأضحت دراسة (عبدالواحد ، ٢٠١٧) من خلال بحث العلاقة بين التوجه نحو الحياة ومستوى الطموح لدى عينة من المعاقين سمعياً في ضوء عدد من المتغيرات (النوع ، ودرجة الفقدان السمعي، والموهبة، والمرحلة الدراسية)، مكونه من(١٠١) من المعاقين سمعياً، ومن خلال تطبيق مقياس التوجه نحو الحياة (إعداد الباحثة) المكون من ١٨ عبارة، ومقياس مستوى الطموح (إعداد النوبي ٢٠١٠) ،أن أهم النتائج تشير لوجود علاقة دالة موجبة بين التوجه نحو الحياة ومستوى الطموح.

واهتمت دراسة تسيير وآخرون (Taseer , F, et . al ,2018)بتحديد العلاقة بين التوجه الحياتي (التفاؤل / التشاؤم) والعافية النفسيه والعقلية .على عينة مكونة من (٩٠) فرد ممن تتراوح اعمارهم ما بين(١٨– ٥٠) عاماً، مقسمة إلى عينة إكلينيكيةمن معهد القوات المسلحة للصحة النفسية بلغ عددهم (٤٥) ذكور ونساء يعانون من اضطرابات مزاجية، وقلق، بمستشفى روال بنديوفاوجي، و(٤٥) آخرين تم اختيارهممن الأفراد الأصحاء منمناطق روال بندي وإسلام أباد، في الفترة من يناير ٢٠١٦ إلى سبتمبر ٢٠١٦، وأوضحت أهم النتائج أن التوجه الحياتي والصحة النفسية يرتبطان ببعضهما البعض بشكل كبير، وأن الطريقة التي يوجه بها المرء حياته بتفاؤل أو تشاؤم لها تأثير حتمي على الصحة العقلية والعافية النفسية .

أما دراسة (معشي ، ٢٠١٨) فقد حاولت الكشف عن العلاقة بين التوجه نحو الحياة والسعادة، وإمكانية التنبؤ بالسعادة الزوجية من خلال التوجه نحو الحياة، والقدرة على إدراك الإنفعالات الوجهية، على عينة مكونه من (١٤٥) موظفاً وموظفة ممن تتراوح اعمارهم مابين (٣٠- ٥٠) عاماً ،مطبقاً مقياس التوجه نحو الحياة، ومقياس السعادة، ومقياس القدرة على فهم الانفعالات الوجهية ، ومن أهم النتائج التي أشارت اليها الدراسة : وجود علاقة دالة إحصائياً بين بين السعادة، والتوجه نحو الحياة، وكذلك إمكانية التنبؤ بالسعادة الزوجية بمعلومية التوجه نحو الحياة وادراك الانفعالات الوجهية .

المحور الثاني : دراسات تناولت التوجه نحو الحياة وعلاقته بوجهة الضبط وبعض المتغيرات :

هدفت دراسة (محمد ،٢٠٠٢) إلى الكشف عن العلاقة بين وجهة الضبط وتقدير الذات والضغوط النفسية لدى عينة من معلمي التربية الخاصة ومعلمي التعليم العام، على عينة قوامها ٤٣٥ معلم ومعلمة مقسمة إلى (١٢٠معلم من معلمي مدارس التربية الفكرية، ١١٥من معلمي مدارس التربية السمعية ، ١٠٠ معلماً من مدارس التربية البصرية ، ١٠٠معلماً من مدارس التعليم العام بمرحلة التعليم الأساسي) ، واستخدمت الدراسة مقياس الضغوط النفسية، ومقياس وجهة الضبط ،ومقياس تقدير الذات (إعداد الباحث)، ومن الفروض التي ذكرتها الدراسة؛ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات المعلمين على مقياس الضغوط النفسية ودرجاتهم على مقياس وجهة الضبط . وأوضحت النتائج صحة هذا الفرض بصورة جزئية ؛ وأشارت النتائج إلى عدم وجود تأثير دال لمتغير سنوات الخبرة لمعلمي ومعلمات مدارس التربية الخاصة، وكذلك متغير النوع (ذكور/إناث).

واهتمت دراسة (القبيسي ،٢٠٠٧) ببحث العلاقة بين التوجه نحو الحياة ببعديه (التفاؤل والتشاؤم)، ووجهة الضبط، لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من (٣٤٦)طالباً ،وطبق على العينة أدوات تشمل : مقياس التفاؤل والتشاؤم (إعداد الباحث)،ومقياس وجهة الضبط (إعداد كفافي ١٩٨٢)، وكشفت نتائج الدراسة عن

إرتفاع متوسط التفاؤل لدى عينة الدراسة ممن يتميزن بوجهة الضبط الداخلية ، وأن العلاقة سالبة بين التفاؤل ووجهة الضبط الخارجي .

أمادراسة (عوض ،٢٠١٥) فقد هدفت إلى التعرف على فعالية برنامج لتحسين وجهة الضبط لتنمية جودة الصحة النفسية لدى عينة من نزلاء المؤسسات الإيوائية، ممن تتراوح اعمارهم مابين (١٢–١٨) عاما، مطبقة لمقياس وجهة الضبط إعداد الباحثة، ومقياس جودة الصحة النفسية إعداد الشرقاوي ١٩٩٩، وبرنامج تحسين وجهة الضبط ،وأشارت أهم نتائج الدراسة إلى وجود فروق في القياسين القبلي والبعدي في وجهة الضبط لصالح القياسالبعدي، وأشارت الى تحسُن ملحوظ في الصحة النفسية لدى أفراد العينة راجع إلى تحسين وجهة الضبط.

وأكدت دراسة (شفيق، النبوي ، هديه ،٢٠١٧) على العلاقة بين وجهة الضبط ،وجودة الحياة لدى المعتمدين على المواد النفسية ، من خلال عينة مكونة من مجموعتين من المراهقين (معتمدين، وغير معتمدين)، واستخدمت المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتم تطبيق مقياس وجهة الضبط لروتر ترجمة كفافي ١٩٨٢، ومقياس جودة الحياة . وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين وجهة الضبط وجودة الحياة، ويمكن التنبؤ بجودة الحياة بمعلومية وجهة الضبط لديهم .

وهدفت دراسة براتو وآخرون(Bratu, et . al; 2018) للتعرف على العلاقة بين التوجه نحو الحياة ووجهة الضبط في ضوء بعض سمات الشخصية ، وذلك من خلال عينة مكونة من (١٢٥) مشاركاً من الذكور والاناث ممن تتراوح اعمارهم مابين (١٨- ٥٥)عاماً ،وطلب منهم الإستجابة على بطارية اختبارات مكونة من (مقياس وجهة الضبط إعداد روتر، ومقياس التوجه نحو الحياة ،ومقياس سمات الشخصية)، وأشارت النتائج إلى أن ذوى وجهة الضبط الخارجي يتسمون بالانطواء والتوجه السلبي نحو الحياة، بينما ذوي الضبط الداخلي يتسمون بمستوى عال من الإنبساطية وتوجههم نحو الحياة يملأه التفاؤل، وأوصت الدراسة بضرورة التثقيف للأفراد لتطوير شخصياتهم ،حتى يتمكنوا من التوجه نحو الحياة بصورة متفائلة.

التعليق على الدراسات السابقة

المحور الاول :التوجه نحو الحياة وعلاقته بالعافية النفسية وبعض المتغيرات الأخرى

- تنوعت عينة الدراسات السابقة فقد كانت بعض العينات على طلاب وطالبات الجامعة كما في دراسة إيرنشوا (Earnshow , 2000)،وكريد وآخرون(Creed , et.al , 2002)، وايش وآخرون(Ayyesh , et. al , 2007) ،وميجان وآخرون (Megan , et. al . 2007)، و**كالديرون وآخرون** (Calderón, et.al 2017)، و(علي ،٢٠١٠) بينما بعض العينات كانت من المعاقين سمعياً كما في دراسة (عبدالواحد ،٢٠١٧)، والبعض كانت العينة ممثلة في بعض المضطربين نفسياً مقارنة بالأسوياء كدراسة (Taseer , F, et . al ,2018) ،ودراسة (معشي ، ٢٠١٨) على عينة من الموظفين والموظفات.

- وأشارت نتائج تلك الدراسات إلى أهمية متغير التوجه نحو الحياة في زيادة القدرة على إتخاذ القرارات والتخطيط المهني، وتحديد الأهداف المرتبطة بالمهنة، وتمتع ذوى التوجه الإيجابي نحو الحياة بدرجة مرتفعة من الرفاهية والعافية النفسية وتقدير الذات .

- كما أكدت النتائج لبعض الدراسات على أن أهم العوامل المنبئة بالتوجه نحو الحياة، الإنفعالات الإيجابية والرضا عن الحياة وهما من مؤشرات الصحة والعافية النفسية .

- وأكدت الدراسات على أن التوجه نحو الحياة يرتبط إيجابياً بكل من (الثبات الإنفعالي ، والسيطرة)وأن التفاؤل والتوجه الإيجابي له تأثيراً إيجابياً على العافية النفسية ، وأن الطريقة التي يوجه بها المرء حياته (بتفاؤل أو تشاؤم) لها تأثير حتمي على العافية النفسية، ويسهم في الشعور بالسعادة .

وفي المحور الثاني الذي يتناول التوجه نحو الحياة وعلاقته بوجهة الضبط وبعض المتغيرات :

- تنوعت العينات ايضاً فمنهم المعلمين والمعلمات في التربية الخاصة (محمد،٢٠٠٢) ، وفئة طلاب المرحلة الثانوية (القبيسي ،٢٠٠٧)، ونزلاء المؤسسات الإيوائية(عوض

،٢٠١٥)، والمراهقين والمسنين(شفيق ،النبوي ،وهديه،٢٠١٧) وبراتو وآخرون(Bratu, et . al; 2018).

- أوضحت النتائج عدم وجود تأثير دال لمتغير سنوات الخبرة لدى معلمي ومعلمات مدارس التربية الخاصة، وكذلك متغير النوع (ذكور/إناث) في التوجه نحو الحياة .

- وكشفت نتائج بعض الدراسات عن إرتفاع متوسط التفاؤل لدى من يتميزوا بوجهة الضبط الداخلية، وأن العلاقة سالبة بين التفاؤل ووجهة الضبط الخارجي .ووجود تحسُن ملحوظ في الصحة النفسية يرجع إلى تحسين وجهة الضبط.ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين وجهة الضبط وجودة الحياة، وأنه يمكن التنبؤ بجودة الحياة بمعلومية وجهة الضبط .

- وأشارت النتائج إلى أن ذوى وجهة الضبط الخارجي يتسمون بالانطواء والتوجه السلبي نحو الحياة، بينما ذوي الضبط الداخلي يتسمون بمستوى عال من الإنبساطية وتوجههم نحو الحياة يملأه التفاؤل.

تعقيب

- ويتضح من خلال العرض السابق للدراسات والأبحاث : ندرة الدراسات العربية والأجنبية – في حدود علم الباحثة – التي تناولت متغيرات البحث الحالي مجتمعة على الرغم من تعدد الدراسات الإرتباطية التي أجريت على بعض متغيرات البحث الحالي .

- ارتباط مفهوم التوجه نحو الحياة بمفهوم العافية النفسية وعدة متغيرات تعتبر بمثابة مؤشرات للعافية النفسية(السعادة، التفاؤل، الثبات الإنفعالي، السيطرة) مما يوضح العلاقة بين هذين المتغيرين.

- ندرة الدراسات – في حدود علم الباحثة – التي تناولت متغيرات البحث الحالي على معلمي مدارس التربية الخاصة؛ رغم أن تلك الفئة حظيت بالعديد من الدراسات، لكن لم تتطرق دراسة واحدة للكشف عن العلاقات بين التوجه نحو الحياة ووجهة الضبط والعافية النفسية وهو ما يحاول البحث الحالي التعرف عليه، والوصول لتوصيات تفيد الجهات المعنية بتلك الفئة .

فروض البحث:

١- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث (معلمي التربية الخاصة) في التوجه نحو الحياة، ودرجاتهم في مقياس العافية النفسية .

٢- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث (معلمي التربية الخاصة) في التوجه نحو الحياة، ودرجاتهم في مقياس وجهة الضبط .

٣- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات معلمي التربية الخاصة (أفراد عينة البحث) في التوجه نحو الحياة وفقاً لمتغير النوع (ذكور / إناث).

٤- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات معلمي التربية الخاصة (أفراد عينة البحث) في التوجه نحو الحياة بإختلاف عدد سنوات الخبرة التدريسية (أقل من ٥سنوات- من ٥إلى ١٠سنوات- أكثر من ١٠ سنوات).

٥- يُمكن التنبؤ بالتوجه نحو الحياة لدى أفراد عينة البحث من خلال متغيري العافية النفسية ، ووجهة الضبط.

٦- يُمكن اشتقاق نموذج بنائي للعلاقات بينأبعاد التوجه نحو الحياة لدى أفراد عينة البحث (معلمي التربية الخاصة) ومتغيري العافية النفسية، ووجهة الضبط (وأبعادهما).

الاجراءات المنهجية للبحث:

أولاً: منهج البحث :أعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي، بهدف التعرف على متغيرات البحثوالكشف عن القدرة التنبؤية لمتغيري (العافية النفسية، ووجهة الضبط) كمتغيرات منبئة بالتوجه نحو الحياة لدىمعلميالتربية الخاصة.

ثانياً :عينة البحث:

[أ] مجتمع البحث : يتمثل مجتمع البحث في جميع معلمي التربية الخاصة بـ(مراكز الامل للصم وضعاف السمع، ومدارس التربية الفكرية، ومدارس النور للمكفوفين)التابعين لإدارة التربية الخاصة بمديرية التربية والتعليمبمحافظة القليوبية، والبالغ عددهم (٤٧٦) معلماً ومعلمة.

[ب] العينة الاستطلاعية:

هدفت الدراسة الإستطلاعية إلى الوقوف على مدى مناسبة الأدوات المستخدمة والتأكد من وضوح تعليماتها، والتأكد من وضوح البنود، والتعرف على الصعوبات التي قد تظهر أثناء التطبيق، والعمل على تلاشيها والتغلب عليها، إلى جانب التحقق من صدق وثبات أدوات البحث . ولتحقيق هذه الأهداف تمتطبيق أدواتالبحث على عينة إستطلاعية تكونت من (١٠٠) من معلمي التربية الخاصة من الذكور والاناث ممن تراوحت أعمارهم بين (٣٠-٤٥) عاماً بمتوسط قدرة (٤٠.٢٠) وانحراف معياري قدره (٤.٨٩) ،وتم اختيارهم عشوائياً من بعض المدارس التابعة لإدارة التربية والتعليم بمحافظة القليوبية(إدارة التربية الخاصة)، وقد روعي في العينة الاستطلاعية أن تماثل العينة الأساسية للبحث من حيث تمثيلها للفئات المختلفة داخل العينة الأساسية.

[ت] عينة البحث النهائية (الأساسية):

تكونت عينة البحث الأساسية من (٢٠٠) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة من بعض المدارس التابعة لإدارة التربية والتعليم بمحافظة القليوبية(إدارة التربية الخاصة) من الذكور والاناث ممن تراوحت أعمارهم بين (٣٠-٤٥) عاماً بمتوسط قدرة (٣٨.٢٠) وانحراف معياري قدره (٨.٥٠) ، **ويعرض الجدول التالي رقم (١) توزيع العينة وفقا لمتغيرات البحث :**

جدول (١) توزيع العينة حسب متغيرات البحث (ن=٢٠٠)

المتغيرات الديموجرافية		عدد معلمي التربية الخاصة	المجموع
الجنس	ذكور	١١٨	٢٠٠
	إناث	٨٢	
سنوات الخبرة	من سنة إلى أقل من (٥) سنوات	٥٠	٢٠٠
	من ٥ إلى أقل من (١٠) سنوات	٩١	
	أكثر من (١٠) سنوات	٥٩	

ثالثاً:أدوات البحث :

١- مقياس التوجه نحو الحياة(إعداد / الباحثة).

٢- مقياس العافية النفسية (إعداد / الباحثة).

٣- مقياس وجهة الضبط(إعداد / الباحثة).

و فيما يلي خطوات إعداد هذه الأدوات وخصائصها السيكومترية:

١- مقياس التوجه نحو الحياة (إعداد / الباحثة).

- تم إعداد المقياس بهدف قياس التوجه نحو الحياة لدى معلمي التربية الخاصة؛ نظراً لأن المقاييس التي سبق تصميمها لا تتناسب مع عينة البحث الحالي، ومنها على سبيل المثال : مقياس التوجه نحو الحياة من إعداد كارفروشاير &Carver Scheier1985 تعريب نورس شاكر٢٠٠٨ على البيئة الكويتية، وتعريب عرفة والفقي ٢٠١٨، ومقياس بدر الأنصاري المعد للتطبيق على البيئة الكويتية لطلاب الجامعة ٢٠٠١، والمكون من ١٢ فقرة ، وقائمة التوجه نحو الحياة منإعداد احمد عبدالخالق ١٩٩٦ويتكون من (٣٠) فقرة تقيس بُعدي التفاؤل والتشاؤم ، ومقياس التوجه نحو الحياة من إعداد زينب شقير ٢٠١٩، والمستخدم مع المرأة المعاقة بصرياً ،ومقياس التوجه نحو الحياة من إعداد الخالدي، وزيدان ٢٠١٤، وبناءً على مااطلعت عليه الباحثة، وما أتيح لها من إطار نظريودراسات سابقة وبحوث ومراجع عربية وأجنبيةوالآراء والنظريات المتعلقة بموضوع البحث والمقاييس والاختبارات التي تناولت **التوجه نحو الحياة**

- قامتالباحثةببناءالصورةالأوليةللمقياس، **وتكونت من(٢٥)** عبارة موزعين علي بعدين، تصف التوجه نحو الحياة لدى معلمي التربية الخاصة (الإقبال على الحياة، ورؤية المستقبل) وفيما يلى التعريف الإجرائي لكل بُعد:

عُرف بُعد الإقبال على الحياة إجرائياً بأنه :التعامل بنجاح مع الظروف الحياتية، والشعور بالسعادة والرغبة في الحياة والاستمتاع بإيجابياتها، والتصدي للسلبيات والتغلب عليها، وعدم الإستسلام لليأس .

وعُرف بُعد رؤية المستقبل إجرائياً بأنه: النظر للمستقبل بتفاؤل وطمأنينة،والشعور الدائم بالتفاؤل والسعي نحو تحقيق الآمال والطموحات، والكفاح المستمر للوصول للأفضل، وتوقع الأحداث السارة دوماً.

- ثم قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية (٢٥ عبارة) على مجموعة من المحكمين من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفسوعددهم (٥)، وقد أرفقت بالمقياس المقدم مرفقاً أوضحت فيه عنوان البحث وهدفه، والعبارات المتضمنة في كل بعد مع التعريف الإجرائي لمفهوم التوجه نحو الحياة والأبعاد التي يتضمنها المقياس، وطلبت منهم إبداء وجهة نظرهم حول (مدى اتفاق بنود المقياس مع الهدف الذي وضعت من أجله، وإرتباط المفردات بالأبعاد المرجو قياسها في ضوء التعريف الإجرائي لكل بعد، ومدى مناسبة العبارة لطبيعة العينة، والحكم على مدى دقة صياغة العبارات، وإبداء ما يقترحونه من ملاحظات حول تعديل أو إضافة أو حذف ما يلزم.

- **وفي ضوء توجيهات السادة المحكمين تم** إعادة صياغة بعض العبارات، وتعديل بعض العبارات بحيث تتضمن موقفاً واضحاً، وحذف بعض العبارات التي لم تصل نسبة الاتفاق فيها على ٨٥% من عدد المحكمين ومن ثم أصبح عدد بنود المقياس (٢٠) عبارة تُمثل الصورة التجريبية للمقياس، ويُجاب عنها تبعاً للاستجابات التالية (نعم–لا) ، وتقدر الدرجات بـ (٢، ١) للعبارات الموجبة، وتأخذ العبارات السالبة معكوس الدرجة (١، ٢)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى التوجه الإيجابي نحو الحياةوالإقبال عليها

بينما تدل الدرجة المنخفضة على التوجه السلبي نحو الحياة، والرؤية غير الإيجابية للأحداث المستقبلية .

- قامت الباحثة بدراسة استطلاعية بتطبيق المقياس على عينة من معلمي التربية الخاصة للتعرف علي أهم الصعوبات أو العوائق التي قد تواجه الباحثة أثناء تطبيق المقياس ووضع بعض التعديلات لحلها أو تفاديهاوكذا لمعرفة مدى مناسبتها لغوياً. وقد روعي أثناء التطبيق تدوين الملاحظات التي أبداها أفراد العينة والتي تبدو في عدم فهم معاني بعض الكلمات وقد تم تعديلها بالصورة المناسبة حتى يسهل عليهم فهمها والإجابة عليها بسهولة.وقد حققت التجربة الاستطلاعية الأهداف التالية:

- مناسبة المقياس لعينة البحث من حيث المحتوي المقدم في المقياس .
- مناسبة عدد البنود .

- الزمن المناسب لتطبيق المقياس .
- وبعد تطبيق المقياس في صورته التجريبية على العينة الاستطلاعية ، تم التحقق من مدى صلاحيته من خلال حساب صدقه وثباته على النحو التالي :

- **حساب الخصائص السيكومترية لمقياس التوجه نحو الحياة:**

١- **الصدق العاملى : Factorial Validity**

قامت الباحثة بحساب المصفوفة الارتباطية كمدخل لاستخدام أسلوب التحليل العاملى وقد أشارت قيم مصفوفة معاملات الارتباط المحسوبة إلى خلو المصفوفة من معاملات ارتباط تامة مما يوفر أساساً سليماً لإخضاع المصفوفة للتحليل العاملى. وقد تأكدت الباحثة من صلاحية المصفوفة من خلال تفحص قيمة محدد المصفوفة والذي بلغ ٠,٠٠٠٠٤٥ وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول ومن جانب آخر بلغت قيمة مؤشر Meyer-Oklin–Kaiser(KMO) للكشف عن مدى كفاية حجم العينة ٠.٨٤٧ وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول لاستخدام أسلوب التحليل العاملى وهو ٠.٥٠ كما تم التأكد من ملائمة المصفوفة للتحليل العاملى بحساب اختبار بارتليتBartlett's test حيث كان دالاًإحصائياً عند مستوي ٠.٠٠١.

وبعد التأكد من ملائمة البيانات لأسلوب التحليل العاملى، تم إخضاع مصفوفة الارتباط لأسلوب تحليل المكونات الأساسية Principal components analysis (PCA)) وتدوير المحاور تدويراً متعامداً باستخدام طريقة الفاريماكس وقد أسفر التحليل عن وجود ستة عوامل تزيد قيم جذورها الكامنة عن الواحد الصحيح بحسب معيار كايزر وتفسر ما مجموعه ٧٢.٥٢٢% من التباين الكلى في أداء الأفراد على مقياس **التوجه نحو الحياة**. والجدول التالى رقم (٢) يوضح تشبعات المكونات المستخرجة بعد التدوير المتعامد لمقياس **التوجه نحو الحياة.**

جدول (٢) تشبعات العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد الناتجة من التحليل العاملى(ن=١٠٠)

	العوامل المستخرجة		قيم الشيوع
	الأول	الثانى	
١	٠.٧٨٣		٠.٧١١
٣	٠.٩٢٦		٠.٦٥٩
٥	٠.٨٩١		٠.٨٠٣
٧	٠.٨٠٣		٠.٧٦٦
٩	٠.٩٤٣		٠.٣٥٦
١١	٠.٩٤٧		٠.٧٦٣
١٣	٠.٩٣٠		٠.٤٤٣
١٥	٠.٩٥٦		٠.٦٨٩
١٧	٠.٩١١		٠.٦٨٠
١٩	٠.٨٩٦		٠.٧٥٩
٢		٠.٨٤٢	٠.٦١٤
٤		٠.٨١١	٠.٨٧٤
٦		٠.٨٨٣	٠.٧٩٥
٨		٠.٨٦٦	٠.٦٥٣
١٠		٠.٥٨١	٠.٨٩١
١٢		٠.٨٦٣	٠.٩٠٠
١٤		٠.٦٦٥	٠.٨٦٦
١٦		٠.٨٣٠	٠.٩١٥
١٨		٠.٨٢٥	٠.٨٣٦
٢٠		٠.٨٦٤	٠.٨٠٣
الجذر الكامن	٨.٢٠٣	٦.٥٧٢	**الاجمالي**
نسبة التباين	٤١.٠١٧	٣٢.٨٦٢	٧٣.٨٧٩

يتضح من الجدول السابق ما يلى :

- **العامل الأول** قد تشبعت به (١٠)عبارات تشبعاً دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها(٨.٢٠٣) بنسبة تباين(٤١.٠١٧%). وجميع هذه العبارات تنتمي لبعد **الاقبال علي الحياة**
- **العامل الثاني** قد تشبعت به (١٠) عبارة تشبعاً دالاً إحصائياً، وقد كان الجذر الكامن لها (٦.٥٧٢) بنسبة تباين (٣٢.٨٦٢%) وجميع هذه العبارات تنتمي **لبعد رؤية المستقبل**

وقد فسرت هذه العوامل نسبة تباين ٧٣.٨٧٩ وهي نسبة تباين كبيرة تعكس أن هذه العوامل مجتمعة تفسر نسبة كبيرة من التباين في المقياس وتؤكد هذه النتيجة على

الصدق العاملي للمقياس حيث تشبعت العبارات على العوامل التي تنتمي إليها وهو ما يعزز الثقة في المقياس.

٢-**الاتساق الداخلي للعبارات:** قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي لعبارات المقياس وذلك بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد (ن=١٠٠) والنتائج مبينة فالجدول التالي رقم (٣)

جدول (٣) درجة الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكليةللبعدحيث (ن= ١٠٠)

الاقبال علي الحياة		رؤية المستقبل	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	*٠.٢٥٢	١	**٠.٤٧٨
٢	**٠.٣٢٧	٢	**٠.٦٤٣
٣	**٠.٣٠٦	٣	**٠.٥٢٥
٤	**٠.٢٩٣	٤	**٠.٤٨٥
٥	**٠.٤٢٧	٥	**٠.٢٩١
٦	**٠.٥٩٥	٦	**٠.٤٩٤
٧	**٠.٦٩٦	٧	**٠.٣١٧
٨	**٠.٦١٩	٨	**٠.٣٦٢
٩	**٠.٢٧٣	٩	**٠.٧٢٤
١٠	**٠.٢٩٧	١٠	**٠.٥٣٣

معامل الارتباط دال عند مستوى ٠.٠١ ن=١٠٠≥ ٠.٢٥٤ وعند مستوي٠.٠٥ ≥ ٠.١٩٥

يتضح من جدول(٣) السابق أن معاملات الارتباط تراوحت بين ٠.٢٥٢ الي ٠.٧٢٤ وجميعها دالة احصائيا عند مستوي ٠.٠١ أو ٠.٠٥

- **كما تم حساب الإتساق للأبعاد** من خلال حساب معامل الارتباط بين الأبعاد وبينها وبين الدرجة الكلية وانتائج كما يوضحها الجدول التالي رقم (٤)

جدول (٤) درجة الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكليةحيث (ن= ١٠٠)

الأبعاد	الاقبال علي الحياة	رؤية المستقبل	الدرجة
الاقبال علي الحياة	--	-	-
رؤية المستقبل	**٠.٥٠١	-	-
الدرجة الكلية	**٠.٧٦٤	**٠.٧٢٠	-

- يتضح من جدول(٤) السابق أن معاملات الارتباط بين الابعاد والدرجة الكلية تراوحت بين ٠.٥٠١الي ٠.٧٦٤ وجميعها دالة احصائيا عند مستوي ٠.٠١

الثبات: قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس التوجه نحو الحياة باستخدام الطرق التالية:

(أ) **معادلة كودر ريتشاردسون:** وذلك على عينة بلغت(١٠٠) من معلمي التربية الخاصة وقد تم استخدام معامل كودر ريتشاردسون بديلا عن ألفا كرونباخ لأن ميزان التقدير ثنائي.

(ب)**طريقة التجزئة النصفية:** كما تم التصحيح باستخدام معادلة سبيرمان براون والنتائج موضحة فالجدول التالي رقم (٥)

جدول (٥) معاملات الثبات بطريقة كودر ريتشاردسونو التجزئة النصفية(ن=١٠٠)

الأبعاد	كودر ريتشاردسون	التجزئة النصفية
الاقبال علي الحياة	٠.٧٤٠	٠.٧٥٢
رؤية المستقبل	٠.٧٣٩	٠.٧٤١
الدرجة الكلية	٠.٨٠٥	٠.٨٠١

يتضح من الجدول (٥) السابق أن معاملات ثبات أبعاد المقياس والدرجة الكلية جاءت مرتفعة وذلك باستخدام طريقتي كودر ريتشاردسون والتجزئة النصفية وهو ما يعزز الثقة في المقياس لاستخدامه في البحث الحالي.

ثانياً: مقياس العافية النفسية لدي معلمي التربية الخاصة (إعداد/الباحثة):

الهدف من المقياس:يهدف المقياس إلي التعرف على **العافية النفسية**لدي معلمي التربية الخاصة كما تعكسه درجاتهم التي يحصلون عليها في هذا المقياس.

خطوات إعداد المقياس:مر بناء المقياس بعدة خطوات:-

- اطلعت الباحثة على ما أتيح لها من إطار نظري ودراسات سابقة وبحوث ومراجع عربية وأجنبية والآراء والنظريات والمقاييس والاختبارات التي تناولت **العافية النفسية،** ومن أهم المقاييس التي اطلعت عليها: مقياس العافية النفسية (إعداد جهاد محمود،٢٠١٥) على طلبة الجامعة، ومقياس الشعور بالعافية النفسية إعداد (نبيل جبرين ،٢٠١٧) ، ومقياس مستوى العافية إعداد (شيماء عويضة ،٢٠١٨) للبالغين ،

ومقياس العافية النفسية إعداد (آية سالم ،٢٠١٨) لدى طلبة الجامعة .وقد وجدت الباحثة عدم مناسبة تلك المقاييس لعينة البحث الحالي، وقد تمالاستفادة منها فيصياغةعباراتالمقياس المستخدم في البحث الحالي .

- ثم قامت الباحثة ببناء الصورة الأولية لمقياس**العافية النفسية،** وذلك بصياغة (٤٠) عبارة موزعة علي (٥) أبعادرئيسية هي :(الثبات الإنفعالي– قيمة الذات– الثقة بالنفس– العلاقات مع الآخرين– ادارة الضغوط)
- وقد تم صياغة تعريف إجرائي لكل بُعد كما يلي :

يُعرف مفهوم الثبات الإنفعالي إجرائياً في البحث الحالي بأنه : مهارة المُعلم في التعامل مع الإنفعالات المختلفة، والقدرة على الخروج من الحالات المزاجية السيئة، وتهدئة النفس، وإظهار الانفعال المناسب للمواقف المختلفة من حيث نوع الانفعال؛ سواء كان سعادة أو خوف أو حزن، ومن حيث شدة الانفعال سواءً كان معتدل أو زائد أو متطرف .

ويشير مفهوم قيمة الذات إجرائياً إلى : ما يتمتع به المعلم من شعور إيجابي بكفاءته الشخصية، والمهنية، وأن أرائه تنال تقدير وإعجاب من حوله ،مما يجعلهم يطلبون مساعدته، وكذلك يتمتع بتقدير ذاتي مرتفع عالي وإيجابي .

ويُعرف بُعد الثقة بالنفس إجرائياً بأنه :شعور المُعلم بالكفاءة والقدرة على مواجهة الصعاب، والظروف المختلفة؛ مستخدماً أقصى ما لديه من إمكانيات وقدرات لتحقيق أهدافه المرجوة، مما يُشجع على النمو النفسي السوي والتمتع بالعافية النفسية مع الذات والآخرين ،وإيمانه بقابلياته الخاصة لدعم مكانته الإجتماعية ،واعتقاده بأنه جدير بتقدير الآخرين، والسعي دوماً لإكتساب مهارات جديدة.

أما بُعد العلاقات مع الأخرين فقد عرفته الباحثة إجرائياً بأنه : القدرة على تكوين علاقات اجتماعية إيجابية مع المحيطين، واستثمار هذه العلاقات من خلال التواصل مع هؤلاء الأشخاص، والتأثير فيهم، وتشجيع ودعم الآخرين، والتعاون معهم والسعي لتحقيق الأهداف من خلال العمل الجماعي .

ويُقصد ببُعد إدارة الضغوط إجرائياً: المهارة في التعامل مع الضغوط المتنوعة ومصادرها، وضبط ردود الأفعال ، وتأدية المهام المهنية على أكمل وجه رغماً عن أية ضغوط، وكذلك حب التحديات المهنية، والعمل دوماً على تعزيز مقاومة الضغوط، وعدم الاستسلام لها .

- ثم قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية (٤٠ عبارة) على مجموعة من المحكمين من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفسعددهم (٥) وقد أرفقت بالمقياس المقدم مرفقاً أوضحت فيه عنوان البحث وهدفه، والعبارات المتضمنة في كل بعد مع التعريف الإجرائي لمفهوم العافية النفسية والأبعاد التي يتضمنها المقياس، وطلبت منهم إبداء وجهة نظرهم حول (مدى اتفاق بنود المقياس مع الهدف الذي وضعت من أجله، وإرتباط المفردات بالأبعاد المرجو قياسها في ضوء التعريف الإجرائي لكل بعد، ومدى مناسبة العبارات لطبيعة العينة، والحكم على مدى دقة صياغة العبارات، وإبداء ما يقترحونه من ملاحظات حول تعديل أو إضافة أو حذف ما يلزم.

– **وفي ضوء توجيهات السادة المحكمين تم** إعادة صياغة بعض العبارات، وتعديل بعض العبارات بحيث تتضمن موقفاً واضحاً، وحذف بعض العبارات التي لم تصل نسبة الاتفاق فيها على ٨٥% من عدد المحكمين ومن ثم أصبح عدد بنود المقياس (٣٨) عبارة بدلاً من(٤٠) عبارة.

– **ثم** قامت الباحثة بدراسة استطلاعية بتطبيق المقياس على عينة من معلمي التربية الخاصة للتعرف علي أهم الصعوبات أو العوائق التي قد تواجه الباحثة أثناء تطبيق المقياس ووضع بعض التعديلات لحلها أو تفاديهاوكذا لمعرفة مدى مناسبتها لغوياً . وقد روعي أثناء التطبيق تدوين الملاحظات التي أبداها أفراد العينة والتي تبدو في عدم فهم معاني بعض الكلمات وقد تم تعديلها بالصورة المناسبة حتى يسهل عليهم فهمها والإجابة عليها بسهولة.

– **وقامت الباحثةبحساب الخصائص السيكومترية للمقياس على النحو التالي:**

١- الصدق العاملى : Factorial Validity

قامت الباحثة بحساب المصفوفة الارتباطية كمدخل لاستخدام أسلوب التحليل العاملى وقد أشارت قيم مصفوفة معاملات الارتباط المحسوبة إلى خلو المصفوفة من معاملات ارتباط تامة مما يوفر أساساً سليماً لإخضاع المصفوفة للتحليل العاملى. وقد تأكدت الباحثة من صلاحية المصفوفة من خلال تفحص قيمة محدد المصفوفة والذي بلغ ٠,٠٠٠٠٤٥ وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول ومن جانب آخر بلغت قيمة مؤشر

Meyer-Oklin−Kaiser(KMO) للكشف عن مدى كفاية حجم العينة ٠,٨٠٥ وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول لاستخدام أسلوب التحليل العاملى وهو ٠,٥٠ كما تم التأكد من ملائمة المصفوفة للتحليل العاملى بحساب اختبار بارتليتBartlett's test حيث كان دالاًإحصائياً عند مستوي ٠,٠١.

وبعد التأكد من ملائمة البيانات لأسلوب التحليل العاملى، تم إخضاع مصفوفة الارتباط لأسلوب تحليل المكونات الأساسية Principal components analysis (PCA) وتدوير المحاور تدويراً متعامداً باستخدام طريقة الفاريماكس وقد أسفر التحليل عن وجود ستة عوامل تزيد قيم جذورها الكامنة عن الواحد الصحيح بحسب معيار كايزر وتفسر ما مجموعه ٧٩.٥٠١% من التباين الكلى في أداء الأفراد على مقياس **العافية النفسية**. والجدول التالي رقم (٦) يوضح تشبعات المكونات المستخرجة بعد التدوير المتعامد لمقياس **العافية النفسية**.

جدول (٦) تشبعات العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد الناتجة من التحليل العاملى(ن=١٠٠)

العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد					العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد			
العبارات	الاول	الثاني	الثالث	قيم الشيوع	العبارات	الرابع	الخامس	قيم الشيوع
١			٠.٩٧١	٠.٩٦٤	٤		٠.٨١٨	٠.٦٧٨
٦			٠.٨٦٧	٠.٨٠٠	٩		٠.٨٠٣	٠.٦٦٩
١١			٠.٨٦٧	٠.٧٦٥	١٤		٠.٩٧٣	٠.٩٦٨
١٦			٠.٨٣٩	٠.٧٣٤	١٩		٠.٧٦٩	٠.٦٠٠
٢١			٠.٨٠٨	٠.٦٩٤	٢٤		٠.٧٧١	٠.٦٣٤
٢٦			٠.٨٢٥	٠.٧١٨	٢٩		٠.٦٨٣	٠.٦٠٥
٣١			٠.٩٥٩	٠.٩٤١	٣٤		٠.٥٨٧	٠.٣٦٦
٢	٠.٩٢٥			٠.٨٥٨	٥	٠.٧٨٠		٠.٦٨٢
٧	٠.٧٢٩			٠.٥٥٩	١٠	٠.٨٣٨		٠.٧٣٦
١٢	٠.٩٥٥			٠.٩٢٠	١٥	٠.٨٥٥		٠.٧٥٢
١٧	٠.٩٢٧			٠.٨٧٧	٢٠	٠.٨٤٨		٠.٧٤٧
٢٢	٠.٨٤٢			٠.٧٢٧	٢٥	٠.٠٨٠٥		٠.٦٧٦
٢٧	٠.٩٠٦			٠.٨٥٧	٣٠	٠.٨٠٢		٠.٧٢٢
٣٢	٠.٨٠٠			٠.٦٥٨	٣٥	٠.٧٦١		٠.٦٠٦
٣٦	٠.٨٩٥			٠.٨٣٤	٣٨	٠.٨٢٥		٠.٦٩٦
٣			٠.٧٨٤	٠.٦٨١				
٨			٠.٨٩٤	٠.٨٥٦				
١٣			٠.٩٠١	٠.٨٢٥				
١٨			٠.٨٩٤	٠.٨٥٦				
٢٣			٠.٨٦٧	٠.٧٧٢				
٢٨			٠.٦٣٨	٠.٥٨٤				
٣٣			٠.٧٧٩	٠.٦٣٠				
٣٧			٠.٩٠١	٠.٨٣٦				
الجذر الكامن	٦.٢٤١	٥.٨٢٦	٥.٧٣٩			٥.٦١٢	٤.٦٦٧	الاجمالي
نسبة التباين	١٦.٤٢٤	١٥.٣٣٢	١٥.١٠٤			١٤.٧٦٩	١٢.٢٨١	٧٣.٩١٠

يتضح من الجدول رقم (٦) السابق أن :

- **العامل الأول** قد تشبعت به (٨) عبارات تشبعاً دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها(٦.٢٤١) بنسبة تباين(١٦.٤٢٤%). وجميع هذه العبارات تنتمي لبعد **قيمة الذات**
- **العامل الثاني** قد تشبعت به (٨) عبارة تشبعاً دالاً إحصائياً، وقد كان الجذر الكامن لها (٥.٨٢٦) بنسبة تباين (١٥.٣٣٢%) وجميع هذه العبارات تنتمي لبعد الثقة بالنفس .
- **العامل الثالث** قد تشبعت به (٧) عبارات تشبعاً دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها(٥.٧٣٩) بنسبة تباين(١٥.١٠٤ %). وجميعها تنتمي لبعد **الثبات الإنفعالي**.

- **العامل الرابع** قد تشبعت به (٨) عبارات تشبعاً دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها(٥.٦١٢) بنسبة تباين(١٤.٧٦٩ %). وجميعها تنتمي لبعد **إدارة الضغوط.**
- **العامل الخامس** قد تشبعت به (٧) عبارات تشبعاً دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها(٤.٦٦٧) بنسبة تباين(١٢.٢٨١ %). وجميعها تنتمي **لبعد العلاقات مع الأخرين.**

وقد فسرت هذه العوامل الخمس نسبة تباين ٧٣.٩١٠ وهي نسبة تباين كبيرة تعكس أن هذه العوامل مجتمعة تفسر نسبة كبيرة من التباين في المقياس وتؤكد هذه النتيجة على الصدق العاملي للمقياس حيث تشبعت العبارات على العوامل التي تنتمي إليها وهو ما يعزز الثقة في استخدام المقياس.

٢- الاتساق الداخلي لعبارات المقياس:

قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه هذه العبارة وذلك علي عينة (١٠٠) من معلمي التربية الخاصة ، كما هو مبين في الجدول التالي رقم (٧)

جدول (٧) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لكل بعد لمقياس العافية النفسية (ن=١٠٠)

الثبات الإنفعالي		قيمة الذات		الثقة بالنفس		العلاقات مع الآخرين		ادارة الضغوط	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	٠.٦٤١**	٢	٠.٣٦٠**	٣	٠.٢٦٢**	٤	٠.٣٣٥**	٥	٠.٥١٤**
٦	٠.٣٦٧**	٧	٠.٥٠٠**	٨	٠.٥٧٥**	٩	٠.٤٢٠**	١٠	٠.٥٠١**
١١	٠.٤٨٧**	١٢	٠.٤٢٢**	١٣	٠.٤٩٥**	١٤	٠.٤٣٢**	١٥	٠.٣٥٦**
١٦	٠.٣٦٨**	١٧	٠.٥٥٥**	١٨	٠.٦٥٥**	١٩	٠.٥٤٩**	٢٠	٠.٤٦٤**
٢١	٠.٣٨٠**	٢٢	٠.٣٤٨**	٢٣	٠.٤٢٦**	٢٤	٠.٤٤٤**	٢٥	٠.٤١٢**
٢٦	٠.٤٧٩**	٢٧	٠.٣٦٦**	٢٨	٠.٤٨٩**	٢٩	٠.٥٠١**	٣٠	٠.٣٧٠**
٣١	٠.٥٩٢**	٣٢	٠.٤٤١**	٣٣	٠.٤٠٨**	٣٤	٠.٣٢٤**	٣٥	٠.٥٦٨**
		٣٦	٠.٤٣٤**	٣٧	٠.٧٢٤**			٣٨	٠.٥٩٤**

معامل الارتباط دال عند مستوى ٠.٠١ ن=١٠٠≤ ٠.٢٥٤ وعند مستوي٠.٠٥ ≤ ٠.١٩٥

يتضح من الجدول(٧) السابق أن جميع معاملات الارتباط للعباراتترتبط ارتباطاً دالا احصائيا بالبعد الذي تنتمي اليه حيث تراوحت معاملات الارتباط بين٠.٢٦٢ إلى٠.٧٢٤ وجميعها دالة احصائيا عند مستوي ٠.٠١

صدق أبعاد المقياس: وذلك عن طريق حساب الارتباطات الداخلية للأبعاد الخمسة للمقياس ، كما تم حساب ارتباطات الأبعاد الخمسة بالدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح في جدول التالي رقم (٨)

جدول (٨) مصفوفة معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس العافية النفسيةوالدرجة الكلية للمقياس (ن = ١٠٠)

الأبعاد	الثبات الإنفعالي	قيمة الذات	الثقة بالنفس	العلاقات مع الآخرين	ادارة الضغوط	الدرجة الكلية
الثبات الإنفعالي	_					
قيمة الذات	**٠.٥١٤	-				
الثقة بالنفس	**٠.٤٧٤	**٠,٤٨٤	-			
العلاقات مع الآخرين	**٠.٥٠٤	*٠,٢٥٨	**٠,٢٣٧	-		
ادارة الضغوط	**٠.٣٨١	*٠,٢٢٥	**٠,٤٧٥	**٠.٥٠٨	-	
الدرجة الكلية	**٠.٤٩٧	**٠.٧٠٥	**٠.٦٦١	**٠.٤٦٧	**٠.٦٢٩	-

معامل الارتباط دال عند مستوى ٠.٠١ ن=١٠٠ ≥ ٠.٢٥٤ وعند مستوي٠.٠٥ ≥ ٠.١٩٥

أوضحت النتائج المبينة في الجدول السابق رقم (٨) أن معاملات الارتباط بين أبعاد **مقياس العافية النفسية** وبينها وبين الدرجة الكلية تراوحت بين**٠.٢٢٥،٠.٧٠٥**، وجميعها دال إحصائياً عند ٠.٠١ مما يدل على اتساق أبعاد للمقياس.

الثبات: قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس العافية النفسية باستخدام الطرق التالية:

(أ) **معادلة ألفا كرونباخ:** وذلك لأن المقياس على متدرج ثلاثي ومن ثم يصلح هذا النوع من أنواع معادلات حساب الثبات.

(ب) **اعادة التطبيق:** كما قامت الباحثة بحساب معامل الثبات بطريقة اعادة التطبيق وذلك بفاصل زمني مقداره أسبوعين، وذلك على عينة بلغت(١٠٠) من معلمي التربية الخاصة، والجدول التالي رقم (٩) يوضح ذلك:

جدول (٩) *معاملات الثبات لمقياس العافية النفسية بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق (ن= ١٠٠)*

الأبعاد	ألفا كرونباخ	إعادة التطبيق
الثبات الإنفعالي	**٠.٧٦٣**	**٠.٧٥٤**
قيمة الذات	**٠.٧٩١**	**٠.٦٨٦**
الثقة بالنفس	**٠.٧٦٥**	**٠.٧٢٨**
العلاقات مع الآخرين	**٠.٨٠٢**	**٠.٧٠١**
ادارة الضغوط	**٠.٨١٠**	**٠.٧٨١**
الدرجة الكلية	**٠.٨٦٠**	**٠.٧٤١**

يتضح من الجدول السابق رقم (٩) تمتع المقياس بمعاملات ثبات مرتفعة ومطمئنة للاستخدام فى البحث الحالي. كما يتضح من العرض السابق أن المقياس يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة ومطمئنة للاستخدام فالبحث الحالي ليصبح المقياس في صورته النهائية ٣٨ عبارة.

طريقة تصحيح المقياس: يتم تصحيح المقياس في ضوء مقياس متدرج أمام كل عبارة (دائماً– أحياناً –أبداً) تأخذ الدرجات (٣– ٢– ١) على الترتيب، وبذلك تصبح الدرجة الصغرى للمقياس ككل (٣٨) درجة، والدرجة العظمى (١١٤) درجة.

ثالثاً : مقياس وجهة الضبط (إعداد / الباحثة).

الهدف من المقياس: يهدف المقياس إلي التعرف على **وجهة الضبط (الداخلية – الخارجية)**لدي معلمي التربية الخاصة كما تعكسه درجاتهم التي يحصلون عليها في هذا المقياس.

خطوات إعداد المقياس:تم إعداد المقياس بهدف قياس وجهة الضبط لدى معلمي التربية الخاصة ؛ نظراً لأن المقاييس التي سبق تصميمها لا تتناسب مع عينة البحث الحالي، ومنها: مقياس مركز الضبط إعداد (محمد بلوم ، فايزة حلاسة، ٢٠١٦)، ومقياس وجهة الضبط إعداد (أفراح القلاف ،٢٠١٦) لتلاميذ المرحلة الابتدائية .

– لذااطلعت الباحثة على ما أتيح لها من المقاييس والاختبارات التي تناولت **وجهة الضبط** منأجلالاستفادة منهافيصياغةالعباراتالتيتناسبالاختبار المطبق في البحث الحالي، وتحديد أبعاده.

– ثم قامت الباحثة ببناء الصورة المبدئية لمقياس **وجهة الضبط والتى تشتمل على** (٣٠) عبارة موزعين علي بعدين هما (وجهة الضبط الداخلي، ووجهة الضبط الخارجي) وفيما يلي التعريف الإجرائي لكل بُعد .

وجهة الضبط الداخلي : Internal Locus of Controlتعرفه الباحثة بأنه تمكن الفرد من التخطيط لأهدافه، مع الإعتراف بالخطأ، وتحمل مصاعب العمل، وتقديم المساعدة لمن حوله، والسعي دوماً لتطوير ذاته وتحمل مسئولية قراراته، والعمل بجد ومثابرة ،وأن لا تمنعه مصاعب العمل من تطوير أداؤه، وإتمام أي عمل يبدأه على أتم وجه ممكن .

وجهة الضبط الخارجي :External Locus of Control ويعرف بأنه إدراك الفرد بأن كل ما يحدث له ليس مرتبطاً بما يفعله، وإنما هو نتيجة لظروف خارجة عن إرادته مثل الحظ أو الصدفة أو أصحاب النفوذ، ولا يستطيع التنبؤ بها والسيطرة عليها وأن ما يحدث سيحدث، وبذل الجهد لن يغير من الآمر شيئاً.

- ثم قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية (٣٠ عبارة) على مجموعة من المحكمين من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس وعددهم (٥)، وقد أرفقت بالمقياس المقدم مرفقاً أوضحت فيه عنوان البحث وهدفه، والعبارات المتضمنة في كل بعد مع التعريف الإجرائي لمفهوم وجهة الضبط،والأبعاد التي يتضمنها المقياس، وطلبت منهم إبداء وجهة نظرهم حول (مدى اتفاق بنود المقياس مع الهدف الذي وضعت من أجله، وإرتباط المفردات بالأبعاد المرجو قياسها في ضوء التعريف الإجرائي لكل بعد، ومدى مناسبة العبارة لطبيعة العينة، والحكم على مدى دقة صياغة العبارات، وإبداء ما يقترحونه من ملاحظات حول تعديل أو إضافة أو حذف ما يلزم.

- **وفي ضوء توجيهات السادة المحكمين تم** تعديل صياغة بعض العبارات، ولم يُحذف شيء منها، ومن ثمفإن عدد بنود المقياس (٣٠) عبارة تُمثل الصورة التجريبية للمقياس، ويُجاب عنها تبعاً للاستجابات التالية (أوافق– احياناً – لا أوافق)، وتقدر الدرجات بـ (٣، ٢، ١) للعبارات الموجبة، وتأخذ العبارات السالبة معكوس الدرجة (١، ٢، ٣)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى سيطرة وجهة الضبط الداخلية على سلوكيات المجيب وتصرفاته وأداؤه .

بينما تدل الدرجة المنخفضة على أن وجهة الضبط الخارجية هي التي تسيطر على تصرفات المجيب وأداؤه .

– بعد ذلك قامت الباحثة بدراسة استطلاعية بتطبيق المقياس على عينة من معلمي التربية الخاصة للتعرف علي أهم الصعوبات أو العوائق التي قد تواجه الباحثة أثناء تطبيق المقياس ووضع بعض التعديلات لحلها أو تفاديهاوكذا لمعرفة مدى مناسبتها لغوياً. وقد حققت التجربة الاستطلاعية أهدافها المرجوة والسابق توضيحها.

– وبعد تطبيق المقياس في صورته التجريبية على العينة الاستطلاعية، تم التحقق من مدى صلاحيته من خلال حساب صدقه وثباته على النحو التالي :

قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية لمقياس وجهة الضبط على النحو التالي:

١- الصدق العاملي : Factorial Validity

قامت الباحثة بحساب المصفوفة الارتباطية كمدخل لاستخدام أسلوب التحليل العاملى وقد أشارت قيم مصفوفة معاملات الارتباط المحسوبة إلى خلو المصفوفة من معاملات ارتباط تامة مما يوفر أساساً سليماً لإخضاع المصفوفة للتحليل العاملي. وقد تأكدت الباحثة من صلاحية المصفوفة من خلال تفحص قيمة محدد المصفوفة والذي بلغ ٠,٠٠٠٠٤٥ وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول ومن جانب آخر بلغت قيمة مؤشر Meyer-Oklin–Kaiser(KMO) للكشف عن مدى كفاية حجم العينة ٠.٨٧٢ وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول لاستخدام أسلوب التحليل العاملي وهو ٠.٥٠ كما تم التأكد من ملائمة المصفوفة للتحليل العاملي بحساب اختبار بارتليتBartlett's test حيث كان دالاًإحصائياً عند مستوي ٠.٠٠١.

وبعد التأكد من ملائمة البيانات لأسلوب التحليل العاملى، تم إخضاع مصفوفة الارتباط لأسلوب تحليل المكونات الأساسية Principal components analysis (PCA)) وتدوير المحاور تدويراً متعامداً باستخدام طريقة الفاريماكس وقد أسفر التحليل عن وجود ستة عوامل تزيد قيم جذورها الكامنة عن الواحد الصحيح بحسب معيار كايزر وتفسر ما مجموعه ٧١.٣٢٦% من التباين الكلى في أداء الأفراد على مقياس **وجهة الضبط**. والجدول التالى رقم (١٠) يوضح تشبعات المكونات المستخرجة بعد التدوير المتعامد لمقياس **وجهة الضبط**.

جدول (١٠) تشبعات العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد الناتجة من التحليل العاملى ن=١٠٠

	العوامل المستخرجة		قيم الشيوع
	الأول	الثانى	
١	٠.٩٥٨		٠.٩٢٢
٣	٠.٩٥١		٠.٧٧٦
٥	٠.٩٤٤		٠.٧٥٥
٧	٠.٩١٥		٠.٦٩٢
٩	٠.٨٧٩		٠.٦٦٧
١١	٠.٨٦٣		٠.٦٧٩
١٣	٠.٨٦٠		٠.٨٩٤
١٥	٠.٨٥٤		٠.٩٠٥
١٧	٠.٨٤٠		٠.٨٤٣
١٩	٠.٨٣٢		٠.٧٤٢
٢١	٠.٨١٦		٠.٧٠٩
٢٣	٠.٨٠٦		٠.٦٤٠
٢٥	٠.٧٩٨		٠.٦٤٤
٢٧	٠.٧٩٤		٠.٦٥٩
٢٩	٠.٧٨٩		٠.٧٣٠
٢		٠.٩٢٤	٠.٦٣٤
٤		٠.٩٠٦	٠.٨٦٩
٦		٠.٩٠٥	٠.٧٤٥
٨		٠.٩٠٤	٠.٨٣٠
١٠		٠.٨٧٩	٠.٦٧٨
١٢		٠.٨٦٣	٠.٤٤٤
١٤		٠.٨٤٠	٠.٥٩٨
١٦		٠.٨٢٣	٠.٧٨١
١٨		٠.٨٠٥	٠.٥٧٢
٢٠		٠.٧٩٥	٠.٨٢٩
٢٢		٠.٧٧٣	٠.٦٥٣
٢٤		٠.٧٥٦	٠.٨٢٣
٢٦		٠.٧١٧	٠.٧٠٦
٢٨		٠.٦٧٤	٠.٤٦٦
٣٠		٠.٦٥٥	٠.٥١٥
الجذرالكامن	١١.٢٢٩	١٠.١٦٩	**الاجمالي**
نسبة التباين	٣٧.٤٣٠	٣٣.٨٩٧	٧١.٣٢٦

يتضح من الجدول (١٠) السابق ما يلى :

- **العامل الأول** قد تشبعت (١٥)عبارة تشبعاً دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها(١١.٢٢٩) بنسبة تباين(٣٧.٤٣٠%). وهي (١- ٣ – ٥ – ٧- ٩- ١١- ١٣ – ١٥- ١٧- ١٩- ٢١- ٢٣- ٢٥- ٢٧- ٢٩) ، وجميع هذه العبارات تنتمي **لبُعد وجهة الضبط الداخلية**

- **و في العامل الثاني** تشبعت (١٥) عبارة تشبعاً دالاً إحصائياً، وقد كان الجذر الكامن لها (١٠.١٦٩) بنسبة تباين (٣٣.٨٩٧%) وهي (٢- ٤- ٦- ٨- ١٠- ١٢-

١٤- ١٦- ١٨-٢٠- ٢٢- ٢٤- ٢٦- ٢٨ -٣٠) ،وجميع هذه العبارات تنتمي **لبُعد وجهة الضبط الخارجية**

وقد فسرت هذه العوامل نسبة تباين(٧١.٣٢٦)، وهي نسبة كبيرة تعكس أن هذه العوامل مجتمعة تفسر نسبة كبيرة من التباين في المقياس ، وتؤكد هذه النتيجة على الصدق العاملي للمقياس حيث تشبعت العبارات على العوامل التي تنتمي إليها وهو ما يعزز الثقة في المقياس.

الاتساق الداخلي للعبارات: قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي لعبارات المقياس وذلك بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ، (ن=١٠٠) والنتائج مبينة فيالجدول التالي رقم (١١):

جدول(١١) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد(ن= ١٠٠)

وجهة الضبط الداخلية		وجهة الضبط الخارجية	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	٠.٢٢٨*	٢	٠.٥٩٦**
٣	٠.٢٤٤*	٤	٠.٤٣٤**
٥	٠.٣٣٠**	٦	٠.٢٨٠**
٧	٠.٢٩٧**	٨	٠.٣٩٧**
٩	٠.٤٤١**	١٠	٠.٣٤١**
١١	٠.٢٥٢*	١٢	٠.٣٥٤**
١٣	٠.٤٥١**	١٤	٠.٣١١**
١٥	٠.٥٤٢**	١٦	٠.٢٩٧**
١٧	٠.٤٠٧**	١٨	٠.٤٢٤**
١٩	٠.٣٢٨**	٢٠	٠.٢٩٠**
٢١	٠.٤٠٢**	٢٢	٠.٤٠١**
٢٣	٠.٣٥٧**	٢٤	٠.٤٧٨**
٢٥	٠.٣٩٢**	٢٦	٠.٤١٤**
٢٧	٠.٤١٦**	٢٨	٠.٢٨٥**
٢٩	٠.٣٢١**	٣٠	٠.٦٠٥**

معامل الارتباط دال عند مستوى ٠.٠١ ن=١٠٠ ≥ ٠.٢٥٤ وعند مستوي٠.٠٥ ≥ ٠.١٩٥

يتضح من جدول(١١) السابق أن معاملات الارتباط تراوحت بين ٠.٢٢٨ الي ٠.٦٠٥ وجميعها دالة احصائيا عند مستوي ٠.٠١ أو ٠.٠٥

الثبات: قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس وجهة الضبط باستخدام الطرق التالية:

(أ) **معادلة الفا كرونباخ:**وذلك لأن المقياس على متدرج ثلاثي ومن ثم يصلح هذا النوع من أنواع معادلات حساب الثبات.

(ب) **اعادة التطبيق:** كما قامت الباحثة بحساب معامل الثبات بطريقة اعادة التطبيق وذلك بفاصل زمني مقداره أسبوعين، وذلك على عينة بلغت(١٠٠) من معلمي التربية الخاصة، والجدول التالي رقم (١٢) يوضح ذلك:

جدول (١٢) معاملات الثبات بطريقة الفا كرونباخ، واعادة التطبيق (ن= ١٠٠)

الأبعاد	الفا كرونباخ	اعادة التطبيق
وجهة الضبط الداخلية	٠.٧٠٤	٠.٧٥٢
وجهة الضبط الخارجية	٠.٧٠٩	٠.٧٤١

يتضح من الجدول(١٢) السابق أن معاملات ثبات أبعاد المقياس جاءت مرتفعة وهو ما يعزز الثقة فى المقياس لاستخدامه فى البحث الحالي.

الصورة النهائية للمقياس: بعد اجراء الخصائص السيكومترية للمقياس تم الاطمئنان إلى امكانية تطبيقه .

خامساً :الأساليب الإحصائية المستخدمة :

استخدمت الباحثة البرنامج الاحصائي SPSSالإصدار الثاني والعشرون للعام ٢٠١٣ بهدف احتساب الاختبارات الإحصائية التالية:

- معامل الفا كرونباخ α-chronbach coefficient ، وكودر ريتشاردسون لحساب ثبات المقاييس
- معادلة سبيرمان براون عند حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية .
- اختبار التاء للعينات المستقلة Independent samples T testوالذي يتم احتساب القيمة التائية Tفي حالة المتغير الثنائي ، وقد استخدمت الباحثة في المقارنة بين استجابات عينة البحث حسب متغير النوع (ذكور – أناث) .

- معاملات الارتباط لحساب العلاقة بين متغيرات البحث.
- تحليل التباين – تحليل الانحدار المتعدد – التحليل العاملي
- المتوسطات والانحرافات المعيارية.

<u>نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها</u>

<u>النتائج في ضوء الفرض الأول وتفسيرها:</u>

والذي ينص على أنه " **توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث (معلمي التربية الخاصة) في التوجه نحو الحياة ، ودرجاتهم في مقياس العافية النفسية**" .وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون ويعرض الجدول التالي رقم (١٣) معاملات الارتباط **بين مقياس التوجه نحو الحياة (الأبعاد والدرجة الكلية) ، و مقياس العافية النفسية الأبعاد والدرجة الكلية .**

جدول (١٣) معاملات الارتباط بين مقياس التوجه نحو الحياة وأبعاد مقياس العافية النفسية

الأبعاد	الثبات الإنفعالي	قيمة الذات	الثقة بالنفس	العلاقات مع الآخرين	ادارة الضغوط	الدرجة الكلية للعافية
الاقبال علي الحياة	٠.٣١٧**	٠.٢٨٠**	٠.١٨٨**	٠.٠٤٦	٠.١٦٥**	٠.٢٩٧**
رؤية المستقبل	٠.٥١٤**	٠.٣٤٣**	٠.١١٣	٠.١٤١**	٠.٤٥٨**	٠.٤٧١**
الدرجة الكلية للتوجه	٠.٦١٥**	٠.٤٣٢**	٠.٢٠٤**	٠.١٧٣**	٠.٤٥٩**	٠.٥٦٤**

مستوى الدلالة عند ٠.٠١ عند ن ٢٠٠ = (٠.١٨١) وعند ٠.٠٥ =(٠.١٣٨)

يتضح من الجدول(١٣) السابق ما يلي:

أولاً: فيما يخص بُعد الاقبال علي الحياة: توجد علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوي ٠.٠١ بين بُعد "الاقبال علي الحياة" وأبعاد العافية النفسية (**الثبات الإنفعالي**– قيمة الذات – الثقة بالنفس – إدارة الضغوط)، والدرجة الكلية للعافية النفسية – بينما لا توجد علاقة بين "بُعد الإقبال على الحياة" ، وبُعد العلاقات مع الاخرين .

ثانياً: فيما يخص بُعد رؤية المستقبل: توجد علاقة ذات دلالة احصائيةعند مستوي ٠.٠١ بين رؤية المستقبل ، وأبعاد العافية النفسية (**الثبات الإنفعالي**– قيمة الذات – العلاقات مع الآخرين – إدارة الضغوط) ، والدرجة الكلية عدا بُعد الثقة بالنفس.

ثالثا: فيما يخص الدرجة الكلية:توجد علاقة دالة احصائياً عند مستوي ٠.٠١بين الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو الحياة، وجميع أبعاد العافية النفسية والدرجة الكلية .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة(Creed, et .al ;2002) التي أشارت إلى وجود علاقة بين التوجه نحو الحياة وتقدير الذات، وتمتع ذوي الإتجاه الإيجابي نحو الحياة بدرجة عالية من العافية النفسية، والقدرة على التخطيط المهني . كما تتفق مع دراسة (Ayyesh,et.al;2007) التي أشارت إلى أن أهم العوامل المنبئة بالتوجه نحو الحياة (الإنفعالات الإيجابية)، وأنه من مؤشرات الصحة والعافية النفسية .وأكدت دراسة (علي ،٢٠١٠) و (Calderon,2017)،(Taseer,f,et . al ; 2018) على أن التوجه نحو الحياة يرتبط ارتباطاً دالاً بالثبات الإنفعالي ،وأن التوجه الإيجابي والتفاؤل يرتبط بالعافية النفسية ، وأن الطريقة التي يوجه بها المرء حياته – بتفاؤل أو تشاؤم – لها حتماً تأثير على العافية النفسية .

<u>النتائج في ضوء الفرض الثاني وتفسيرها:</u>

وينص الفرض الثاني على أنه" **توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث (معلمي التربية الخاصة) في مقياس التوجه نحو الحياة ، ودرجاتهم في مقياس وجهة الضبط**" .

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون ويعرض الجدول التالي رقم (١٤) معاملات الارتباط **بين مقياس التوجه نحو الحياة وأبعاده، و مقياس وجهة الضبط وأبعاده.**

جدول (١٤) معاملات الارتباط بين مقياس التوجه نحو الحياة (الأبعاد والدرجة الكلية) ومقياس وجهة الضبط (الأبعاد والدرجة الكلية) حيث (ن= ٢٠٠)

الأبعاد	وجهة الضبط الداخلية	وجهة الضبط الخارجية
الاقبال علي الحياة	**٠.٢٣٢	٠.٠١٩
رؤية المستقبل	**٠.٤٠١	٠.٠٣٢
الدرجة الكلية	**٠.٤٨٩	٠.٠٥١

مستوى الدلالة عند ٠.٠١ = (٠.١٨١) وعند ٠.٠٥ =(٠.١٣٨)

يتضح من الجدول(١٤) السابق ما يلي:

أولاً: فيما يخص بُعد الاقبال علي الحياة: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الاقبال علي الحياة ووجهة الضبط الداخلية عند مستوى ٠.٠١ ، بينما كانت العلاقة بين الاقبال علي الحياة ووجهة الضبط الخارجية "غير دالة "

ثانياً: فيما يخص بُعد رؤية المستقبل: فقد وجدت علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى ٠.٠١ بين رؤية المستقبل ووجهة الضبط الداخلية، بينما كانت العلاقة بين الاقبال علي الحياة ووجهة الضبط الخارجية "غير دالة"

ثالثاً: فيما يخص الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو الحياة : وجدت علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى ٠.٠١ بين الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو الحياة ، ووجهة الضبط الداخلية ،بينما لا توجد علاقة بينها وبين وجهة الضبط الخارجية.

وتتفق نتائج هذا الفرضمع دراسة (القبيسي ،٢٠٠٧) التي أشارت إلى إرتفاع متوسط التفاؤل لدى من يتميزون بوجهة الضبط الداخلي، بينما العلاقة سالبة بين التفاؤل ووجهة الضبط الخارجية .

ودراسة براتو وآخرون(Bratu, et . al; 2018) التي أشارت نتائجها إلى أن ذوى وجهة الضبط الخارجي يتسمون بالانطواء والتوجه السلبي نحو الحياة، بينما ذوي الضبط الداخلي يتسمون بمستوى عال من الإنبساطية وتوجههم نحو الحياة يملأه التفاؤل ،وأوصت بضرورة التثقيف للأفراد لتطوير شخصياتهم، حتى يتمكنوا من التوجه نحو الحياة بصورة متفائلة.

وتري الباحثة أننا أمام مفهوم نفسي يدفع الإنسان إلى أن يقف مع نفسه مفكرًا في تفسيره للأحداث المؤثرة عليه بجانبيها الشخصي والاجتماعي، وإلى أي مدى تكمن سيطرته على هذه الأحداث، فإن كان يرى أنه فاعلاً فيها وبإمكانه تغييرها إلى الصورة والمضمون الذي يتوافق معه (ضبط داخلي)، فإنه إنسان يتحلى بروح المسؤولية ولديه درجة عالية من الإقبال على الحياة، ورؤية مستقبلية إيجابية، مما يدل على التكيف والتوافق الذاتي والتوجه الإيجابي نحو الحياة، وعلى القدرة على تحقيق النجاح فيها . أما إذا كان الإنسان يعتقد بأن الأحداث المؤثرة عليه خارج إرادته وسيطرته (ضبط

خارجي)، ويقف عاجزًا عن التأثير فيها، ويعزو ذلك إلى مبررات لا حول له فيها ولا قوة ، فإنه يحتاج إلى مراجعة نفسه وقراءة تصرفاته بصورة أكثر واقعية، والبحث عن مكامن القوة لديه وتعزيزها، كي يخرج من دائرة الضعف والتواكل إلى آفاق الإرادة القوية والعمل بمسؤولية .

النتائج في ضوء الفرض الثالث وتفسيرها:

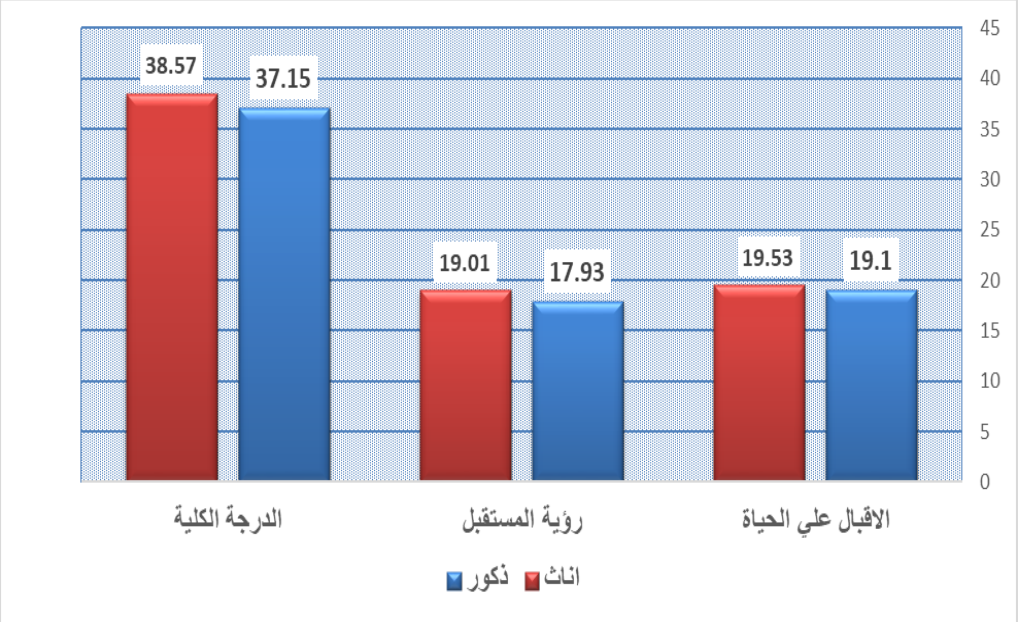
ينص الفرض الثالث على **أنه"لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات معلمي التربية الخاصة (أفراد عينة البحث) في التوجه نحو الحياة وفقاً لمتغير النوع (ذكور / إناث)**"، وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المعلمين كما قامت باستخدام الاختبار الإحصائي " ت" للتحقق من دلالة الفروق بين المجموعتين وكانت النتائج كما هي موضحة بالجدول(١٥) التالي

جدول (١٥) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) ودلالتها للفروق فىمقياس التوجه نحو الحياة وفقاً لمتغير النوع(ذكور / إناث)

المتغيرات	ذكور (ن=١١٨)		إناث (ن=٨٢)		قيمة ت	مستوىالدلالة
	م	ع	م	ع		
الاقبال علي الحياة	١٩.١٠	٠.٩٠	١٩.٥٣	١.٠٣	٣.١٤٥	٠.٠١
رؤية المستقبل	١٧.٩٣	٠.٩٤	١٩.٠١	١.١٢	٧.٣٥٧	٠.٠١
الدرجة الكلية	٣٧.١٥	١.٠٥	٣٨.٥٧	١.٥٦	٩.٣٢٤	٠.٠١

قيمة ت دالة عند مستوي ٠.٠١ عند د.ح =١٩٨ =٢.٦٠،وعند ٠.٠٥=١.٩٧

ويعرض الشكل رقم (١) الفروق بين الذكور والاناث فى أبعاد مقياس التوجه نحو الحياة والدرجة الكلية



شكل(١) الفروق في أبعاد مقياس التوجه نحو الحياة والدرجة الكلية وفقاً للنوع(ذكور /إناث)

وبالنظر في الجدول(١٥) والشكل رقم (١) السابقين يتضح أن:قيمة (ت) دالة عند مستوى (٠.٠١) في بُعدى **مقياس التوجه نحو الحياة والدرجة الكلية ؛ففي بُعد"الاقبال علي الحياة"** توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي الذكور(١٩.١٠) ومتوسط الاناث (١٩.٥٣) ، **والبُعد الثاني"رؤية المستقبل"**توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي الذكور(١٧.٩٣) ومتوسط الاناث (١٩.٠١) ، **وكذلك"الدرجة الكلية للمقياس** " توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي الذكور(٣٧.١٥) ومتوسط الاناث (٣٨.٥٧) ، مما يُشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين معلمي التربية الخاصة – أفراد عينة البحث– في التوجه نحو الحياة تعزي لمتغير النوع (ذكور / إناث)، ويُشير إلى عدم تحقق صحة الفرض الثالث.

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (محمد ،٢٠٠٢) والتي أشارت إلى عدم وجود تأثير دال للفروق بين معلمي ومعلمات التربية الخاصة وفقاًلمتغير النوع (ذكور ، واناث).

وتري الباحثة :أن الفروقفي التوجه نحو الحياة والإقبال عليها ورؤية المستقبل يرجع إلى ما تتحلى به " الإناث " – معلمات التربية الخاصة – من الصبر ، والرفق في المعاملة مع الحرص على مشاعر من تتعامل معهم من ذوي الإحتياجات الخاصة حتي لا تضر

مشاعرهم الشخصية، وهن دائماً حريصات على الابتسامة والنشاط، ونسيان الهموم الشخصية حتى لا تزعج من حولها، وقد نجحت الإناث في إثبات مكاناتها وإمكانياتها في العديد من الوظائف ومنها تعليم ذوى الاحتياجات الخاصة.

النتائج في ضوء الفرض الرابع وتفسيرها:

وينص الفرضالرابع علي أنه "**لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات معلمي التربية الخاصة (أفراد عينة البحث) في التوجه نحو الحياة بإختلاف عدد سنوات الخبرة التدريسية (أقل من ٥سنوات- من ٥إلى ١٠سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)**".وللتحقق من صحة هذا الفرض قامتالباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لدرجات المعلمين وقامتبإستخدام تحليل التباين للتحقق من دلالة الفروق بين متوسطات المجموعات الثلاثة **(أقل من ٥ سنوات- من ٥ إلي ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)**. وكانت النتائج كما هي موضحة بالجدول التالي رقم (١٦)

جدول (١٦) تحليل التباين لحساب الفروق بين متوسطات درجات معلمي التربية الخاصة – أفراد عينة البحث – على مقياس التوجه نحو الحياة في ضوء متغير اختلاف سنوات الخبرة التدريسية (أقل من ٥سنوات- من ٥إلى ١٠سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)

	المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الاقبال علي الحياة	بين المجموعات	٥٣.٩٧	٢	٢٦.٩٩٠	٣٨.٤٣٤	٠.٠١
	داخل المجموعات	١٣٨.٣٤	١٩٧	٠.٧٠٢		
	المجموع	١٩٢.٣٢	١٩٩			
رؤية المستقبل	بين المجموعات	١٣٢.٦٩	٢	٦٦.٣٤٦	١٠٠.٣٩٨	٠.٠١
	داخل المجموعات	١٣٠.١٨	١٩٧	٠.٦٦١		
	المجموع	٢٦٢.٨٧٥	١٩٩			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	٣٧٧.٩٦	٢	١٨٨.٩٨٢	٣٩٥.٥٦٩	٠.٠١
	داخل المجموعات	٩٤.١١	١٩٧	٠.٤٧٨		
	المجموع	٤٧٢.٠٨٠	١٩٩			

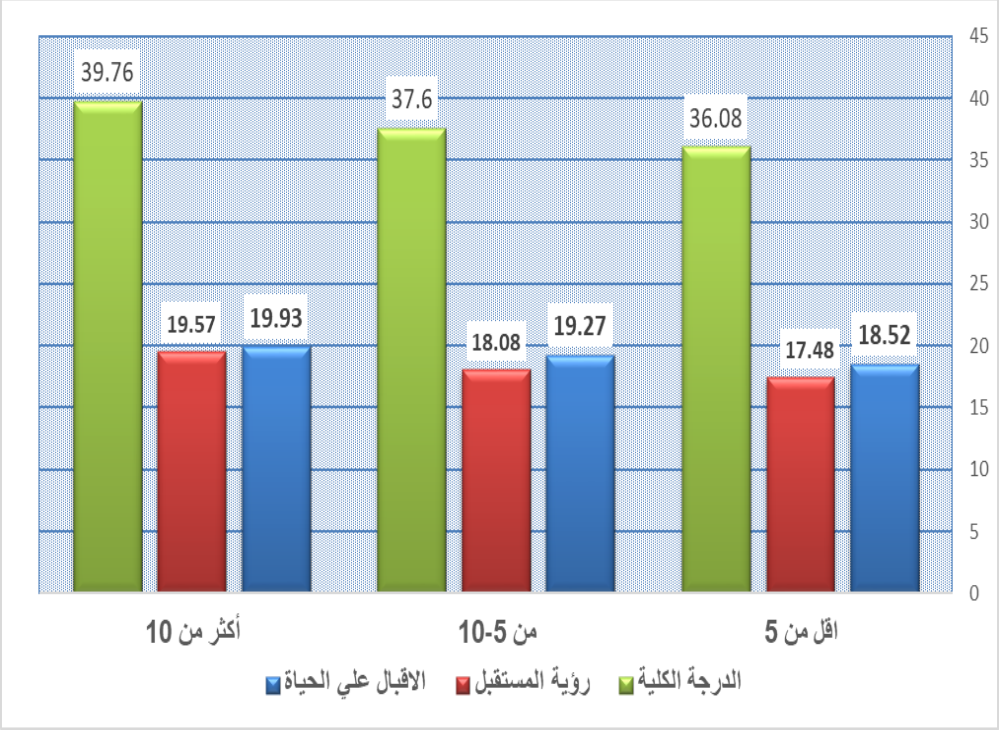
القيمة الجدولية ف = ٤.٧٥ عند مستوى ٠.٠١ف = ٣.٠٦ عند مستوى ٠.٠٥د.ح= (٢، ١٩٧)

يتضح من الجدول (١٦) السابق وجود فروق دالة إحصائياً بين معلمي التربية الخاصة – أفراد عينة البحث–**تعزي لمتغير إختلاف عدد سنوات الخبرة التدريسية (أقل من ٥سنوات– من ٥إلى ١٠سنوات– أكثر من ١٠ سنوات)**في مقياس التوجه نحو الحياة بأبعاده (الاقبال علي الحياة ، ورؤية المستقبل) ،(والدرجة الكلية) ؛ حيث كانت قيمة ف دالة عند مستوى (٠.٠١) .كما يعرض الجدول التالي رقم (١٧) المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية للفروق بين المجموعات الثلاث على أبعاد مقياس **التوجه نحو الحياة.**

جدول(١٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعات الثلاث – لعينة البحث– على مقياس التوجه نحو الحياة في ضوء متغير إختلاف عدد سنوات الخبرة التدريسية (أقل من ٥سنوات– من ٥إلى ١٠سنوات– أكثر من ١٠ سنوات)

	أقل من ٥ سنوات		من٥ إلى ١٠ سنوات		أكثر من١٠ سنوات	
	م	ع	م	ع	م	ع
الاقبال علي الحياة	١٨.٥٢	٠.٨٦	١٩.٢٧	٠.٩٦	١٩.٩٣	٠.٥٥
رؤية المستقبل	١٧.٤٨	٠.٧٨	١٨.٠٨	٠.٨٥	١٩.٥٧	٠.٧٧
الدرجة الكلية	٣٦.٠٨	٠.٣٩	٣٧.٦٠	٠.٥٥	٣٩.٧٦	١.٠٠

ويعرض الشكل التالي رقم (٢) الفروق في المتوسطات الحسابية بين المجموعات الثلاث –لعينة البحث– على مقياس التوجه نحو الحياةفي ضوء متغيرعدد سنوات الخبرة التدريسية(أقل من ٥سنوات– من ٥إلى ١٠سنوات– أكثر من ١٠ سنوات)



شكل(٢) الفروق في أبعاد التوجه نحو الحياة وفقاً للخبرة التدريسية

يتضح من الجدول رقم (١٧)، والشكل رقم (٢) السابقين وجود فروق بين المجموعات الثلاث كما يتضح من المتوسطات ولتحديد إتجاه الفروق وبيان المجموعات التي أظهرت فرقاً دالاً احصائياً، أجرت الباحثةاختبار شافيه للمقارنات البعدية بين المجموعات الثلاث والتي يعرض الجدول التالي رقم (١٨) نتائجه.

جدول (١٨) نتائج اختبار شافيه للمقارنات البعدية للمجموعات الثلاثة

المجموعات / المتغيرات	أقل من ٥	من ٥ ــ ١٠	أكثر من ١٠
الاقبال علي الحياة	*٠.٧٥	*١.٤١	*٠.٦٥
رؤية المستقبل	*٠.٦٠	*٢.٠٩	*١.٤٨
الدرجة الكلية	*١.٥٢	*٣.٦٨	*٢.١٥

يتضح من الجدول (١٨) السابق:أنه توجد فروق بين المجموعات الثلاث بالنسبة للأبعاد والدرجة الكلية.

كما أوضحت نتائج اختبار شافيه: وجود فروق بين المجموعات الثلاثة في اتجاه مجموعة الخبرة أكثر من ١٠ سنوات بالمقارنة بمجموعتي (أقل من ٥ سنوات) ، و(من ٥-١٠ سنوات) كما أظهرت النتائج وجود فروق بين مجموعتي الخبرة (أقل من ٥ سنوات) و(من ٥-١٠ سنوات) في اتجاه مجموعة الخبرة (من ٥-١٠سنوات).

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (محمد ،٢٠٠٢) والتي أشارت إلى عدم وجود تأثير دال لمتغير سنوات الخبرة لمعلمي ومعلمات مدارس التربية الخاصة .

وتري الباحثة: أن التدريب أثناء الخدمة لمعلمي التربية الخاصة يُسهم في النهوض بمستوى أداء المعلمين ، وتجديد خبراتهم وتنويعها، كما أن طبيعة التطور المعرفي والتكنولوجي يشجع على الاستمرار في التدريب ومتابعة كل ما هو جديد .والتوجه الحالي للدولة والجامعات نحو إعداد معلمي التربية الخاصة إعداداً تربوياً ومهنياً يؤهلهم لكسب خبرات جديدة وتسعى لإعداد معلم متخصص لكل فئة من فئات الإعاقة يكون قادراً على تقديم الاستشارة في مجال تخصصه ، و قادراً على إيصال تلك الخبرات للتلاميذ بكل كفاءة ودقة ووضوح .

وهذه الخبرة تجعل معلمي التربية الخاصة يستطيعون إحداث التغيير المطلوب في سلوك المتعلم – من أى فئة كان- إعاقة فكرية أوسمعية أو بصرية ، بل وتعد هذه الخبرة فناً يحتاج إلى إتقان معين ليكون المعلم مدركاً للمسئولية الملقاة على عاتقه .

وقد أشار (عبدالرؤف و عمر ،٢٠٠٨ ،ص٢١٨) إلى أن التدريب أثناء العمل أو الخدمة يساعد على زيادة المعلومات المهنية لدى معلمي التربية الخاصة وينمي مهاراتهم ويؤهلهم للنمو في المهنة التعليمية ، والحصول على المزيد من الخبرات والطاقات الإنتاجية التي تزيد مع زيادة سنوات العمل وتسهم في تلبية الحاجات المؤسسية.

النتائج في ضوء الفرض الخامس وتفسيرها:

وينص الفرض الخامس على أنه " **يُمكن التنبؤ بالتوجه نحو الحياة لدى أفراد عينة البحث من خلال متغيري العافية النفسية ، ووجهة الضبط**" . وللتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحثة باستخدام تحليل الانحدار المتعدد لقياس مدى امكانية التنبؤ بالتوجه نحو الحياة من خلال أبعاد مقياس وجهة الضبط ومقياس العافية النفسية

وقد قامت الباحثة أولاً بالاطمئنان على تحقق الافتراضات الأساسية لاستخدام تحليل الانحدار المتعدد وهي اعتدالية البيانات وعدم وجود ازدواج خطى بين المتغيرين المستقلين حيث بلغت قيمة عامل تضخم التباين variance inflation factor(١.٠٠) وهذه القيمة أصغر من القيمة التى تشير الى وجود ازدواج خطى بين المتغيرين وهي القيمة ١٠ مما يدل على عدم وجود ازدواج وكفاية حجم العينة والذي يشترط أن يكون حجم العينة مساوياً على الأقل لأربعة أضعاف عدد المتغيرات المستقلة وتجانس أو ثبات تباين البواقى كما كانت قيمة اختبار دوربن واتسون Durbin Watson Test, أقل من القيمة الجدولية للاختبار عندما تكون العينة ٢٠٠ وعدد المتغيرات المستقلة ٧باستخدام اختبار تقدير دالة الانحدار وجد أن أنسب نموذج للعلاقة بين التوجه نحو الحياة وأبعاد العافية النفسية ووجهة الضبط وأبعاد وجهة الضبط هو النموذج الخطي وبلغت قيمةٌ R2 (٠.٥٠٧) وهي قيمة متوسطة وتعنى إمكانية تفسير التغير في التوجه نحو الحياة بدرجة ٥٠% مما يعنى قدرة النموذج علي تفسير العلاقة بنفس الدرجة, وبلغت قيمة ف (٢٨.١٦٤) وهي قيمة دالة عند مستوي معنوية (٠,٠١) وبلغت قيمة الثابت ٢٣.٩٩١ وهي دالة احصائياً. ويبين الجدول التالي رقم (١٩) نتائج تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالتوجه نحو الحياة.

جدول(١٩) تحليل الانحدار المتعدد للمتغيرات النفسية في التنبؤ بالتوجه نحو الحياة

	الارتباط R	معامل التحديد	قيمة ف	المتغير المستقل	قيمة الانحدار B	الانحدار المتعدد Beta	قيمة ت	الدلالة الإحصائية
التوجه نحو الحياة	٠.٧١٢	٠.٥٠٧	٢٨.١٦٤	وجهة الضبط الداخلية	٠.٢٨٤	٠.٣٠٥	٢.٥٩٩	٠.٠٥ دالة
				وجهة الضبط الخارجية	٠.٠٤٠	٠.٠٨٤	١.٥٦٨	٠.١١٩غ.د
				الثبات الإنفعالي	٠.٨٠٥	٠.٨١٣	٦.٧٢٩	٠.٠١ دالة
				قيمة الذات	٠.١٦٦	٠.١٦١	٢.٥٨٩	٠.٠١ دالة
				الثقة بالنفس	٠.٠٠٣	٠.٠٠٤	٠.٠٦١	٠.٩٥١غ.د
				العلاقات مع الاخرين	٠.٠٧٠	٠.٠٧٣	١.٣١٦	٠.١٩٠ غ.د
				ادارة الضغوط	٠.١٨٥	٠.٢٢٤	٣.٦٠٠	٠.٠١ دالة

وتشير النتائج في جدول (١٩) السابق إلى أن أبعاد(الثبات الإنفعالي، ادارة الضغوط، وجهة الضبط الداخلية، قيمة الذات) جاءت منبأة بالتوجه نحو الحياة بينما كانت أبعاد(وجهة الضبط الخارجية، والثقة بالنفس، والعلاقات مع الأخرين) غير منبأة ؛حيث كانت قيمة ت غير دالة احصائياً.

وفيما يلي معادلة الانحدار:

التوجه نحو الحياة = ٢٣.٩٩١+(٠.٨٠٥×الثبات الإنفعالي)+ (٠.١٦٦× قيمة الذات) + (٠.١٨٥× ادارة الضغوط) + (٠.٢٨٤× وجهة الضبط الداخلية).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة براتو وآخرون(Bratu, et . al; 2018)ودراسة (Ayyesh,et.al;2007)، ودراسة (على ، ٢٠١٠)، ودراسة (Ayyesh,et.al;2007) في أن الثبات الإنفعالي ،والانفعالات الإيجابية ، والسيطرة منبآت بالتوجه نحو الحياة وأن من يتمتعوا بدرجات عالية من الرفاهية والعافية النفسية هم من يتصفوا بالتوجه الإيجابي نحو الحياة .

ولكن ما لفت انتباه الباحثة في نتائج هذا الفرض هو أن بُعدي(العلاقات مع الأخرين ،الثقة بالنفس) غير منبأين بالتوجه نحو الحياة ؛حيث كانت قيمة ت غير دالة احصائياً

وتري أن العلاقات مع الآخرين والتفاعلات التي تتم بين الأفراد باعتبارهم بشراًلديهمقيم وحاجات نفسية واجتماعية، تدل على الاتزان النفسي، وهو ما يدخل ضمن مفهوم الصحة النفسية، بمعنى أن العلاقات الاجتماعية من مصادر العافية النفسية؛ وذلك لما

تقدمه من دعم اجتماعي يكون له تأثيره الفوري على نطاق الذات؛ بحيث يزيد من تقدير الذات والثقة بالنفس، وتعتبرالثقة بالنفس عنصرًا هامًّا في حياة الأفراد عامة، ومعلمي التربية الخاصة بصفة خاصةوتحقيقها يُساعد الإنسانَ على مواجَهة مشاق الحياة وصعوباتها، والوصول للحياة الهانئة السعيدة، ويساهم في تحقيق أهداف الحياة وغاياته ، والعلاقات مع الآخرين في مجال التربية والتعليم، قد يدفع إلى الإنتاج والتعاون، وإشباع الحاجات النفسية والاجتماعية، ويعمل على التحفيز، وإنجاز الأهداف.

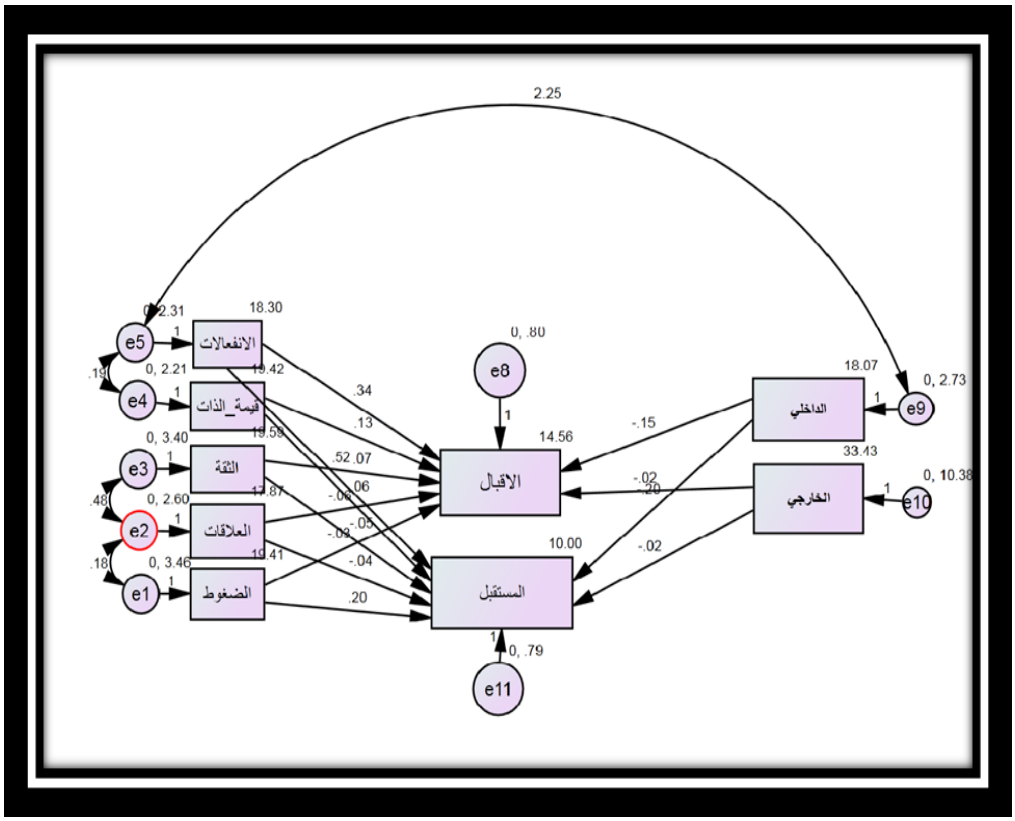
ولكن يمكننا القول بأن الحكْم على الصحة النفسية يختلف تبعًا لعوامل شتى؛ أهمها: الزمان والمكان؛ ولذا توصي الباحثة بمزيد من الدراسات والأبحاث عن تلك الأبعاد(الثقة بالنفس ،والعلاقات مع الآخرين) في تأثيرها على التوجه نحو الحياة لدى معلمي التربية الخاصة .

النتائج في ضوء الفرض السادس وتفسيرها:

وينص الفرض السادس على أنه" **يُمكن اشتقاق نموذج بنائي للعلاقات بين أبعاد التوجه نحو الحياة لدى أفراد عينة البحث (معلمي التربية الخاصة) ومتغيري العافية النفسية ، ووجهة الضبط (وأبعادهما).** وللتحقق من هذا الفرض اقترحت الباحثة نموذجاً بنائياً (تحليل المسار) يفسر العلاقات بين هذه المتغيرات وبعضها البعض؛ في ضوء ما تم الاطلاع عليه من دراسات وبحوث سابقة.

كما تأكدت الباحثة قبل إجراء التحليل من كافة الافتراضات والشروط الواجب توافرها لتحليل المسار، ومن أهمها إيجاد مصفوفة معاملات الارتباط بين متغيرات البحث، حيث تبين وجود علاقات قوية بين هذه المكونات وبعضها البعض.

وبناءً على ما سبق تم إجراء تحليل المسار على عينة البحث الأساسية، وتم حساب كل من التأثيرات المباشرة وغير المباشرة، ومعاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالتها، والشكل (٣) يوضح نموذج تحليل المسار المستخرج لمتغيرات البحث.



كما يوضح الجدول التالي رقم(٢٠) المسارات المباشرة ومعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية بين متغيرات نموذج تحليل المسار:

جدول (٢٠) المسارات المباشرة ومعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية لنموذج تحليل المسار للعلاقة بين متغيرات البحث

المتغيرات واتجاه التأثير		معاملات الانحدار اللامعيارية	معاملات الانحدار المعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	مستوى الدلالة
من	إلى					
وجهة الضبط الداخلية	الاقبال علي الحياة	0.453	0.255	0.088	1.738	0.01
وجهة الضبط الخارجية	الاقبال علي الحياة	0.023	0.076	0.020	1.182	غ.د
الثبات الانفعالي	الاقبال علي الحياة	0.338	0.520	0.096	3.533	0.01
قيمة الذات	الاقبال علي الحياة	0.130	0.196	0.043	3.008	0.01
الثقة بالنفس	الاقبال علي الحياة	0.067	0.126	0.053	1.943	غ.د
ادارة الضغوط	الاقبال علي الحياة	0.023	0.060	0.034	0.936	غ.د
العلاقات مع الاخرين	الاقبال علي الحياة	0.065	0.106	0.040	1.631	غ.د
وجهة الضبط الداخلية	رؤية المستقبل	0.204	0.305	0.088	2.335	0.05
وجهة الضبط الخارجية	رؤية المستقبل	0.021	0.062	0.020	1.083	غ.د
الثبات الانفعالي	رؤية المستقبل	0.519	0.713	0.095	5.444	0.01
قيمة الذات	رؤية المستقبل	0.056	0.075	0.043	1.299	غ.د
الثقة بالنفس	رؤية المستقبل	0.055	0.091	0.035	1.586	غ.د
ادارة الضغوط	رؤية المستقبل	0.036	0.053	0.040	0.919	غ.د
العلاقات مع الاخرين	رؤية المستقبل	0.202	0.339	0.034	5.952	٠.٠١

وقد أكدت النتائج أن معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت قيمها الحرجة دالة عند مستوى٠.٠١لأبعاد (وجهة الضبط الداخلية والثبات الانفعالي وقيمة الذات)للبعد الأول في مقياس التوجه نحو الحياة " الاقبال علي الحياة " .و أن معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت قيمها الحرجة دالة عند مستوى٠.٠٥لبعد(وجهة الضبط الداخلية) ، ومستوى٠.٠١ لبُعدي(الثبات الانفعالي، والعلاقات مع الآخرين)للبعد الثاني في مقياس التوجه نحو الحياة " رؤية المستقبل" . وقد أكدت النتائج أنمعاملات الانحدار اللامعيارية والمعياريةجميعها قيم مقبولة. مما يؤكد على صحة نموذج تحليل المسار للعلاقة بين متغيرات البحث لدى عينة البحث الأساسية.

كما تم التأكد من حسن مطابقة النموذج المقترح من خلال حساب مؤشرات المطابقة والتي أظهرت جميعها حسن مطابقة النموذج المقترح كما يوضحه الجدول التالي رقم (٢١)

جدول (٢١) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج تحليل المسارللعلاقات بين التوجه نحو الحياة وأبعاد العافية النفسية ووجهة الضبط

م	مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القرار
١	X2	٢.٢٢٠	أن تكون غير دالة	مقبول
٢	مؤشر النسبة بين قيم X2 ودرجات الحرية df(CMIN)	٢.٢٢٠	أقل من (٥)	مقبول
٣	مؤشر جذر متوسطات مربعات البواقي(RMR)	٠.٠٤١	الاقتراب من الصفر	مقبول
٤	مؤشر حسن المطابقة(GFI)	٠.٩٩٨	٠ إلى ١	مقبول
٥	مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية (AGFI)	٠.٩٦١	٠ إلى ١	مقبول
٦	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	١.٠٠٠	٠ إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠.٩٩١	٠ إلى ١	مقبول
٨	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	١.٠٠٠	٠ إلى ١	مقبول
٩	مؤشر توكر لويس (TLI)	٠.٩٩٥	٠ إلى ١	مقبول
١٠	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	١.٠٠٠	٠ إلى ١	مقبول
١١	جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA)	٠.٠٤٠	٠,٠٥ فأقل أو ٠,٠٨ فأقل	مقبول

يتضح من الجدول (٢١) السابق أن جميع قيم مؤشرات المطابقة جاءت في المدى المثالي لحسن المطابقة،حيث تم بلغت قيمة chi-square (٢.٢٢٠) وهي قيمة غير دالة إحصائياً مما يدل على المطابقة الجيدة بين النموذج وبيانات عينة الدراسة، كما بلغت قيمة مؤشر chi-square إلى درجات الحرية (٢,٢٢٠) حيث يفترض ألا تزيد هذه القيمة عن (٥) وبالتالي فإن هذه القيمة تقع في المدى المثالي لقبول النموذج، كما أن قيمة مؤشر جذر متوسطات مربعات البواقي(RMR)(٠,٠٤١) وهي قيمة جيدة وتقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر من (صفر) إلى (١) حيث تشير القيم القريبة من الصفر إلى مطابقة جيدة، كما أن قيمة مؤشر حسن المطابقة(GFI) (٠,٩٩٨) وهي قيمة جيدة وتقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر من (صفر) إلى (١) حيث تشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة، كما أن قيمة حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية(AGFI)(٠,٩٦١) وهي قيمة جيدة وتقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر من (صفر) إلى (١) حيث تشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة ، كما أن قيمة مؤشر المطابقة المعياري (NFI)(١.٠٠٠) وهي قيمة جيدة وتقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر من (صفر) إلى (١) حيث تشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة، كما أن قيمة مؤشر المطابقة النسبي

(RFI)(٠,٩٩١) وهي قيمة جيدة وتقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر من (صفر) إلى (١) حيث تشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة، كما أن قيمة مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)(١.٠٠٠) وهي قيمة جيدة وتقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر من (صفر) إلى (١) حيث تشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة، كما أن قيمة مؤشر المطابقة توكر لويس (TLI)(٠,٩٩٥) وهي قيمة جيدة وتقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر من (صفر) إلى (١) حيث تشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة، كما أن قيمة مؤشر المطابقة المقارن (CFI)(١.٠٠٠) وهي قيمة جيدة وتقع في المدى المثالي للمؤشر الذي ينحصر من (صفر) إلى (١) حيث تشير القيم القريبة من الواحد إلى مطابقة جيدة ، كما أن قيمة جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA) (٠,٠٤٠) وهي قيمة جيدة وتقع في المدى المثالي للمؤشر حيث أنها أقل من ٠,٠٨ مما يدل على أن النموذج مطابق بدرجة كبيرة ، وهو من أهم مؤشرات جودة المطابقة، حيث تشير القيم التي تقع في هذا المدى إلى مطابقة جيدة , ويتضح من كل ما سبق **مطابقة نموذج تحليل المسار لمتغيرات البحث مع بيانات العينة الأساسية بدرجة مرتفعة.**

مما يدل على أن المعلم المستقر نفسياً والذي يتمتع بقسط وفير من الصحة النفسية سيكون أكثر تقبلاً للحياة وإقبالاً عليها، ولديه رؤية إيجابية للمستقل ، عكس المعلم الذي ينقصه ضبط النفس ، وسريع الإنفعال .

وقد ذكر (علي ، وإبراهيم ، ٢٠٠٩، ص٤٠١) أن التحمس والأقبال على الحياة من العلامات الهامة التي تعبر عن الصحة النفسية للمعلم، حيث ينظر للحياة نظرة مشرقة، ويعيش يومه بعمق، ممتلئاً بالتفاؤل والحيوي، مستمتعاً بكل مباهج الحياة المشروعة . كذلك الإتزان الإنفعالي، الي يظهر جلياً في السيطرة على الانفعالات المختلفة والتعبير عنها بحسب ما تقتضيه الظروف وبشكل يتناسب مع المواقف التي تستدعي هذه الإنفعالات .

توصيات

- زيادة الإهتمام بمعلمي التربية الخاصة، مما يجعلهم يدركون أنهم كيانات أساسية في وجدان المجتمع، وينعكس ذلك بطبيعة الحال على توجههم الإيجابي نحو الحياة بصفة عامة، والحياة المهنية بصفة خاصة.
- عدم التركيز في إعداد معلمي التربية الخاصة على البرامج النظرية فقط دون الإهتمام بالتطبيق العملي، والإهتمام بالتطوير المستمر ومواكبة التطورات العالمية في مجال ذوى الاحتياجات الخاصة .
- إعداد برامج تدريبية وتثقيفية وتطويرية ، وندوات إرشادية تُسهم في رفع الكفاءة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة .
- إعداد لقاءات وندوات توعوية للمهتمين والقيادات في مجال التربية الخاصة؛ لتبصيرهم بأهمية العافية النفسية– للمعلمين –وأثرها في التوجه الإيجابي نحو المهنة وتحمل صعوباتها، ومشقاتها، والتغلب على المشاعر السلبية والرؤية المستقبلية التشاؤمية.
- نشر وتعزيز ثقافة الإرشاد النفسي والإرشاد المهني لمعلمي التربية الخاصة بهدف رفع الكفاءة المهنية لديهم، وزيادة الثقة بالنفس والتقدير الإيجابي للذات ،وضبط الإنفعالات، وحُسن إدارة الضغوط.

البحوث المقترحة

- أثر فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي على تحسين وجهة الضبط لدى عينة من معلمات ذوي الإعاقة الفكرية.
- الاحتراقالنفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من مديري مدارس التربية الخاصة.
- التنبؤ بالعافية النفسية في ضوء فاعلية الذات المهنية لدى معلمي مدارس الصم وضعاف السمع.

- الثقة بالنفس كمنبئ بالتوجه نحو الحياة لدى معلمي التربية الخاصة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية .
- وجهة الضبط والهناء النفسي وعلاقتهما بالقيادة الديكتاتورية لدى مديري مدارس التربية الخاصة .

المراجع العربية

- ابراهيم ، جيهان والريدي ،هويدة حنفي (٢٠١١).الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى بعض معلمي التربية الخاصة ، مجلة كلية التربية ، جامعة الأزهر ، ١٤٦(٦)، ص ص ٣٢١- ٣٥٩.
- أبو الحلاوة ، محمد السعيد (٢٠١٤). علم النفس الإيجابي – ماهيته و منطلقاته النظرية وآفاقه المستقبلية . مؤسسة العلوم النفسية العربية ، الكتاب العربي للعلوم النفسية ، القاهرة ،ع٣٤،ص ص ١- ٩٥ .
- أبو النور، محمد عبدالتواب ، ومحمد ،هناء مصطفى (٢٠١٦).المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى معلمي ومعلمات الطلاب ذوى الإعاقة السمعية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية . مجلة كلية التربية ،جامعة طنطا ،٦٣،(٣)، ص ص١- ٤٤.
- أبو الهدى ، ابراهيم محمود (٢٠١١).دراسة سيكومتريةكلينيكيه لقلق المستقبل وعلاقته بمعنى الحياة ووجهة الضبط لدى عينة من المعاقين بصرياً والمبصرين .مجلة كلية التربية ، جامعة عين شمس ،ع٣٥، ج٣ ، ص ص ٧٨٩- ٨٢٢.
- اسماعيل ، حنان محمد (٢٠١٥).وجهة الضبط والطموح لدى الزوجات وعلاقتهما بالتوافق الزواجي .مجلة كلية التربية ،جامعة بنها ، مج ٢٦، ع ١٠١، ص ص ٤١- ٨٠.
- الأنصاري ، بدر محمد (٢٠٠١).إعداد مقياس التفاؤل غير الواقعي لدى عينة من الطلبة والطالبات في الكويت . مجلة دراسات نفسية ، القاهرة ،١١،(٢) ، ص ١٩٤- ٢٤٣.

- بدر ، فائقة محمد (٢٠٠٦).وجهة الضبط وتوكيد الذات :دراسة مقارنة بين طلاب الجامعة المقيمين في المملكة العربية السعودية وخارجها . المجلة المصرية للدراسات النفسية , مج١٦، ع ٥١، ص ص ٣٤٣- ٣٧١.
- البلوي ،نادية صالح (٢٠١١).الرضا الوظيفي لدى العاملين مع الأطفال ذوى الإعاقات المتعددة والتوحد ، مجلة الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس ، ص ص ٣٣٤- ٣٦٤.
- البهاص، سيد أحمد (٢٠٠٢).النهك وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة ، مجلة كلية التربية ،جامعة طنطا ،١١(٣١)، ص ص ٣٨٣-٤١٤.
- التويم ، نائف بن عبدالله يوسف(٢٠١٦). التقويم في التربية الخاصة .مكتبة المتنبي ،المملكة العربية السعودية ،ط١.
- الجمال ، سمية (٢٠١٣). السعادة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والإتجاه نحو الدراسة الجامعية لدى طلاب جامعة تبوك ، مجلة كلية التربية ، جامعة الزقازيق ،مج ٢٨ ،ع ٧٨ ص ١- ٦٥.
- خصيفان ، شذا جميل طه(٢٠١٦).التوافق النفسي وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى معلمى مدارس التربية الخاصة ومعلمي الأسوياء .مجلة جامعة الملك عبدالعزيز ، جامعة الملك عبدالعزيز، مج ٢٥، ع٢، ص ص ١- ٢٣.
- الزغبي ، أحمد محمد (٢٠١٨).التعلم ونظرياته ،المملكة العربية السعودية ،الرشد،ط١.
- السرسي، أسماء، وميخائيل، جرمين ،و ابراهيم ، فيوليت (٢٠١٨).مهارات القيادة وعلاقتها بوجهة الضبط لدى عينة من المراهقين .مجلة دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس ، مج ٢١،ع ٨١،ص ص٣٧- ٤٣.
- السطوحي، هاني عبدالعظيم (٢٠١٤).استراتيجيات علم النفس الإيجابي ودورها في خلق بيئة مدرسية إيجابية لدى معلمى مدارس التربية الفكرية .مجلة القراءة والمعرفة ، جامعة عين شمس ،كلية التربية ،ع ١٥٨، ص ص ١٦٩- ٢٠٤.
- سليمان، نجدة إبراهيم (٢٠٠٠). نظم التعليم في التربية الخاصة . القاهرة ،دار الشمس، ط١.
- سيليجمان ، مارتن (٢٠٠٢) .السعادة الحقيقية" استخدام علم النفس الإيجابي الحديث ،ترجمة صفاء الأعسر ، وعلاء الدين كفافي وآخرون ،دار العين للنشر ، مصر .

- شفيق ،جمال وجاد ، محمد عادل وهديه ، فؤاده محمدعلى(٢٠١٧). وجهة الضبط وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية .مجلة دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس ،مج ٢٠،ع ٧٥، ص ص ١٨١-١٨٣.
- صالح ،عايدة شعبان الديب (٢٠١٣).الشعور بالسعادة وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من المعاقين المتضررين من العدوان الإسرائيلي على غزة .مجلة جامعة الأقصى ، مج١٧،ع(١) ،ص١٥٤- ١٩٢.
- الصمادي ،أسامة يوسف (٢٠١٥) .مستوى الرضا المهني وعلاقته ببعض المتغيرات لدى معلمات التربية الخاصة . مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية ، الجامعة الاسلامية ،مج٢٣،ع ٢، ص ص ١٤٣- ١٦٧.
- عبد الرؤف، محمد صالح وعمر، محمد التجاني(٢٠٠٨).المرجع في التربية الخاصة لذوى الاحتياجات الخاصة . مكتبة الرشد، المملكة العربية السعودية ،ط١.
- عبدالواحد، فاطمة الزهراء عبدالباسط(٢٠١٧).العلاقة بين التوجه نحو الحياة وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من المعاقين سمعياً الموهوبين رياضياً وغير الموهوبين .مجلة دراسات عربية ، رابطة الأخصائين النفسيين المصرية ، مج١٦،ع٢،ص ص ٣٠٥- ٣٤٩.
- عرب، خالد (٢٠١١). الرضا المهني لدى معلمي التربية الخاصة في المدارس والمؤسسات الحكومية وعلاقته ببعض المتغيرات .مجلة الارشاد ، جامعة عين شمس ،ع٢٩، ص ص٢٠٥- ٢٢٧.
- عطا، رجب أحمد وعطا، أسامة أحمد (٢٠١٨).كفاءة التمثيل المعرفي وعلاقتها بجودة الحياة الوظيفية لدى معلمي التربية الخاصة .مجلة العلوم التربوية ،جامعة جنوب الوادي ،ع٢، ص ص ١- ٦٢.
- عكاشة، محمود و سليم ،عبدالعزيز (٢٠١٠).العلاقة بين جودة الحياة النفسية والإعاقة اللغوية . المؤتمر العلمي السابع بكلية التربية ،جامعة كفر الشيخ ، مصر ١٣-١٤ ابريل.
- عليوة، سهام على عبدالقادر(٢٠١٣).المسئولية الإجتماعية وعلاقتها بالتوافق المهني والرضا عن الحياة لدى معلمي التربية الخاصة .مجلة كلية التربية ، جامعة طنطا ، ع ٥٠،ص ص ١-٦٩.
- على ، السيد فهمي (٢٠١٠). التوجه الإيجابي نحو الحياة وعلاقته ببعض سمات الشخصية السوية لدى عينة من طلاب الجامعة من الجنسين . المؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس ، القاهرة ، ص ص ٧٥٤- ٦٧٣.
- علي، إسماعيل و إبراهيم ، مها صبري(٢٠٠٩) .الموجز في الصحة النفسية. مكتبة الرشد، المملكة العربية السعودية ،ط١.

- عوض ، سالمة أحمد (٢٠١٥).تحسين وجهة الضبط وتنمية جودة الصحة النفسية لدى المراهقين من نزلاء المؤسسات الإيوائية الإجتماعية . مجلة البحث العلمي في الآداب ، جامعة عين شمس ،ع١٦،ج٢ ص ص ٣٧٧- ٤٠٨.
- القبيسي، على خليل عضوان (٢٠٠٧).التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بتقدير الذات ووجهة الضبط لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية . ماجستير ، كلية التربية ،جامعة الملك خالد، المملكة العربية السعودية .
- قليوبي، خالد محمد (٢٠٠٣). بعض سمات الشخصية والرضا الوظيفي لدى معلمي التربية الخاصة . رسالة ماجستير ،جامعة أم القري .
- المحتسب ،عيسى محمد (٢٠١٧).المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأفكار اللاعقلانية والتوجه نحو الحياة لدى ذوى الإعاقة .مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية ، الجامعة الاسلامية ، مج٢٥، ع٤، ص ص ٣١٤- ٣٤٦.
- محمد، على حمدان على (٢٠٠٢).الضغوط النفسية وعلاقتها بتقدير الذات ووجهة الضبط لدى عينة من معلمي ومعلمات مدارس التربية الخاصة، دكتوراه ،معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ،القاهرة .
- معشي،محمد علي (٢٠١٨).التوجه نحو الحياة والقدرة على إدراك الانفعالات الوجهية كمنبئات بالسعادة لدى عينة من موظفي الجامعة المتزوجون في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية .مجلة التربية ، جامعة الازهر ، كلية التربية ، ع١٧٩،ج٢، ص ص ٤٥٩- ٥٠١.
- المعمرية ،هدى عبدالله و طه، هبة حسين (٢٠١٨).المناعة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة بسلطنة عمان .مجلة البحث العلمي في التربية ، جامعة عين شمس ، ع١٩،ج١٧،ص ص ٦١٣-٦٤٠.
- هادي ، نورس شاكر (٢٠٠٨). إشتقاق المعايير لمقياس التوجه نحو الحياة .مجلة كلية التربية ، جامعة بابل ، العراق ص ص ٢٠٥- ٢٢١.
- Ayyash, H &Alamuddin, R. (2007). Predictions of subjective well-being Among College youth in Lebanon. The Journal of Social psychology. 147 (3):265-284.
- Barden, S., Conley ,A & Young, M.(2015).Integrating health and wellness in mental health counseling: clinical , educational ,and policy implications . Journal of Mental Health Counseling 37(2), pp152- 163.

- Bratu, Mircea; Rizeanu, Radu ; Constantin, Georgiana&rizeanu, Steliana.(2018). PERSONALITY TYPES AND LOCUS OF CONTROL AS FACTORS INFLUENCING AN OPTIMISTIC LIFE ORIENTATION Physical Education, Sport &Kinetotherapy Journal. jan-mar2018, Vol. 14, 1, p28-31. 4p.
- Brissette ,S., & Carver, C .(2002).The role of optimism and social network development , coping , and psychological adjustment during a life transition personality and social personality .82, pp102- 111.
- Carver, C.,& Scheier M.(2014).Dispositional optimism trends cogn Sci.18(6). 293- 299.
- Calderón, Caterina ;Santacana, Maria Forn .(2017). Psychometric properties of the Life Orientation Test (LOT-R) and its relationship with psychological well-being and academic progress in college students.RevistaLatinoamericana de Psicología. Jan-Apr2017, Vol. 49 Issue 1, p19-27. 9p.
- Cheng, H., Sit, J., Cheng, K., Sit, J. H., & Cheng, K. F. (2016).Negative and positive life changes followingtreatment completion: Chinese breast cancer
survivors' perspectives. Supportive Care InCancer, 24(2), 791-798.
- Creed, p.A., Patton, W ., &Bartum, D. (2002).Multidimensional properties of the LOT-R effects of optimism and pessimism on career and well- being related variables in adolescents . journal of career assessment, 10(1),pp 42-61.
- Earnshaw , X.(2000).Religious orientation and meaning in life :an exploratory study.
- Gonzalez, M.,Casas ,F. &Coneders , G. (2006) .Complexity approach to Psychological well- being in adolescence: major strengths and methodological Issues , social indicators research , 80(2), pp267- 295.
- Jadhav, Arunkumar, (2018). An explorative examinationto evaluate personal hygiene practices concerning elderlywith special reference to lambing community, laxmibook publication.
- Kawai, T., & Moran, S.(2017). How do future life perspectiveand present action work in Japanese youthdevelopment?. Journal Of MoralEducation, 46(3), 323-336.
- Langevin ,E.(2013).Undergaduate student happiness and academic performance: A correlation study . Ph.D. School of advanced studies, University of Phoenix .

- Maxwell,J.(2006).The difference maker. Making your attitude your greatest asset. The John C.Maxwell Co.
- Megan, F., Nicpon, L., Elva, H., Sonja, S., Christie, B., and Sharon E. (2007). The Relationship of Loneliness and Social Support with College Freshmen's Academic Performance and Persistence. Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice, Vol8, Issue 3, pp. 345 – 358.
- Neill, J,T.(2006). What is locus of control? A Class tutorial .Electronic versus, retrieved Nov.(30).
- Pierce, L.(2010).An exploration of the relationships among wellness, spirituality , and personal dispositions of practicing professional counselors (Unpublished doctoral dissertation), the University of Tennessee, USA.
- Reker,G.T.(2004).Personal meaning in life andpsychosocial Adaptation inYouth and EmergingAdulthood.Talk given at Brock Research lnstitue for YothStudies
- -Rotter, J.B. (1975). "Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement". Journal of Consulting and Clinical Psychology. 43: 56–67.
- -Rotter, J.B. (1990). "Internal versus external control of reinforcement: A case history of a variable". American Psychologist. 45 (4): 489–93. Archived from the original on 2015-05-05.
- Ryff ,C ., Love, G., URRY,H., Muller, D., Rosenkranz, M .,Friedman, E. (2006).Psychological well- being and ill- being: do they have distinct or mirrored biological correlates? Psychotherapy psychometrics, 75 (6), pp85-95.
- Ryff, C. , Singer, B. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach To Psychlogical Well-Being, Journal of Happiness Studies, 9 (1), 13-39.
- Ryan, R., &Deci, E.(2001). On happiness and eudaemonic well- being. Annuale review of psychology, 52(2), pp141-166.
- Słowik, A. J., Jabłonski, M. J., Michałowska-Kaczmarczyk, A.M., &Jach, R. (2017). Evaluation of qualityof life in women with breast cancer, withparticular emphasis on sexual satisfaction,future perspectives and body image,

  depending on the method of. *PsychiatriaPolska, 51*(5), 871-888.
- Stewart- Brown, S.(2000).parentin, well-being, health and disease . In A.Buchanan& B .Hudson (Eds), promoting children’s emotional wellbeing . New York, NY: Oxford University press, pp28-47.

- Taseer, Fatima; Saima ,Ambreen; MussaratJabeen Khan &WaseemFayyaz. (2018). Relationship betweenlifeorentation (optimism /pessimism) andmental health.pak Armed Forces Med J 2018; 69 (5): 992-97
- WWW.Kaane.org