﴿ بسم الله الرحمن الرحيم ﴾

كلية التربية
المجلة التربوية
***

فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى المراهقين المكفوفين

إعداد
د/ نهلة فرج على الشافعي
أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية – جامعة المنيا

DOI: 10.12816/EDUSOHAG. 2020.

المجلة التربوية ـ العدد السادس والسبعون ـ أغسطس ٢٠٢٠م
Print:(ISSN 1687-2649) Online:(ISSN 2536-9091)

المستخلص

هدف البحث الحالي لبناء برنامج إرشادي وفقا لرؤية دى شازر وبيرج في الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، وتعرف فعاليته في تنمية بعض مهارات تقرير المصير(الوعي بالذات، تنظيم الذات، الاستقلالية، وتخطى العقبات) لدى المراهقين المكفوفين، إضافة لمعرفة الاختلاف في فعالية البرنامج الإرشادي موضع البحث في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى أفراد المجموعة الإرشادية وفقا للنوع، واستمراريته في تنمية بعض مهارات تقرير المصير أثناء فترة المتابعة، وكان عدد أفراد المجموعة الإرشادية (١٠) من الطلاب المراهقين المكفوفين الملتحقين بمدرسة النور للمكفوفين بمحافظة المنيا، بمتوسط عمري (١٦,٨)، وانحراف معياري (٠,٩١٨)، كما استُخدم مقياس لمهارات تقرير المصير للمراهقين المكفوفين، إضافة إلى برنامج للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل (إعداد الباحثة)، وتوصلت نتائج البحث إلى: إثبات فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير موضع البحث حيث وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين القبلي والبعدى على أبعاد مقياس مهارات تقرير المصير والدرجة الكلية لصالح القياس البعدى، إضافة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في فعالية البرنامج الإرشادي المُستخدم، كما استمرت فعالية البرنامج الإرشادي أثناء فترة المتابعة، وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية الملائمة.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، مهارات تقرير المصير، المراهقون المكفوفون.

The Effectiveness of Solution-Focused Brief Counseling in developing some Self- Determination Skills among Blind Adolescents

Prepared by
Dr. Nahla Farg Ali Al-Shafey
Associate Professor of Mental Health
Faculty of Education - Minia University

Abstract

The present study aimed at designing a counseling program according to De-Shazer and Berg 's vision in solution-focused brief counseling, identifying its effectiveness in developing some self-determination skills (self-awareness, self-regulation, autonomy and Overcome Obstacles), as well as identifying the difference in the effectiveness of the used program in developing some self-determination skills for the counseling group according to sex and its continuity in developing some self-determination skills in the follow-up period. The counseling group consisted of (10) blind adolescents in Alnour school for blinds, Minia governorate, with age average (16.8) years, and a standard deviation (0.918). The study tools included the self-determination skills scale for blind adolescents and the counseling program designed by the researcher. The study concluded that the solution-focused brief counseling program is effective in developing some self-determination skills as there are statistically significant differences between score ranks average of individuals of the counseling group in pre-and post measurements on dimensions self-determination skills scale and total score favoring post measurement. There are no statistically significant sex differences in the effectiveness of the used program. In addition, results revealed that the effectiveness of the counseling program continued in the follow-up period relying on the use of proper statistical tests.

Key words: Solution-Focused Brief Counseling, Self- Determination Skills, Blind Adolescents**.**

المقدمة

لا شك أن فترة المراهقة تُعَدُّ أحد المراحل الانتقالية الحرجة والمهمة في حياة الجميع بما فيهم الأفراد ذوى الإعاقة، والتي يواجهون فيها مجموعة من التغيرات الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية التي تفرض عليهم متطلبات عدة؛ تجعلهم في حاجة للقدرة على تحمل المسئولية والاستقلالية واتخاذ القرارات المناسبة، وخاصة الأفراد المكفوفين منهم نظرًا لما قَدْ يواجهونه من مصاعب وتحديات مختلفة حيث ما تفرضه عليهم مرحلة النمو حينًا، وإعاقتهم البصرية أحيانا أخرى، فضلا عن المجتمع بكل ما يزخر به من صراعات وعقبات؛ الأمر الذي قد يجعل من امتلاك مهارات تقرير المصير مطلبًا أساسيًا وضروريًا لتلك الطاقات البناءة التي يمكن الاستفادة منها واستغلالها في تنمية المجتمع ورقيه، وذلك بإرشادهم بطريقة تمكنهم من الانتقال الناجح إلى مرحلة الشباب، وتجعلهم قادرين على إدارة ذواتهم والتخطيط لحياتهم والدفاع عن أنفسهم واحتياجاتهم، ومَنْ ثَمَّ مواصلة كفاحهم والتغلب على معوقاتهم، وصولا لتحقيق حياة هانئة ومستقرة.

فيُعَدُّ تقرير المصير Self-determination* من أكثر المفاهيم الحديثة تداولاً وأهمية خاصة في مجال التربية الخاصة وتأهيل الأفراد ذوى الإعاقة ومنهم المكفوفين؛ حيث يتمثل في قدرة الفرد على أن يكون المسيطر والمحرك الرئيسي لمجريات حياته، وذلك من خلال امتلاكه للمهارات التي تسمح له بتحقيق أهدافه ورغباته بالطريقة التي يختارها، وتتيح له فرصة المشاركة بمسئولية ونشاط في أموره الخاصة، والشعور بالحرية وتحمل المخاطر ومجابهتها (Morgan, Bixler, & McNamara, 2002,1)، فيكون الشخص الممتلك لتلك المهارات قادرا على عيش حياته وفقا لاختياراته بما يتفق مع قيمة ورغباته وقدراته الذاتية (Turnbull, Turnbull, & Wehmeyer, 2010, 500)، وكذلك متحكما في موارده وموجها لها دون أي تحكم أو تأثير خارجي (جمعة فاروق حلمي فرغلى، ٢٠١٧، ٤٧٧).

كما تعتبر مهارات تقرير المصير أيضا من أبرز القضايا ذات الأهمية الاجتماعية والنفسية، حيث مساعدة الأفراد ذوى الإعاقة على التخطيط الموجه ذاتيا (Wehmeyer, Parent, Lattimore, Obremski, & Poston , 2009, 2)، وفهم نقاط القوة والضعف الشخصية، والتمكن من اختيار المهام التعليمية المناسبة، والحصول على الوظائف الملائمة (تركي بن عبد الله

* مصطلح Self-determination ترجم في بعض الدراسات العربية "تقرير الذات"، بينما تناولته بعض الدراسات الأخرى "تقرير المصير"، وقد اعتمدت الباحثة على المصطلح المترجم "تقرير المصير" وفقا لمحدداته وتعريفاته المختلفة التي تعكس هذا المفهوم، وكذلك تفريقا بينه وبين مفهوم التقرير الذاتي "Self report".

سليمان القرينى ،٢٠١٧، ١٩٧)، وكذلك مساهمتها في تطوير فاعليتهم الذاتية وزيادة قدرتهم على المواجهة الإيجابية (Mumbardó-Adam, Guàrdia-Olmos, & Giné, 2018, 242).

وحيث إن كف البصر على وجه الخصوص يمثل حاجزًا نفسيًا بين الفرد وبيئته؛ نظرًا لتأثيره السلبي على سلوكه الاجتماعي؛ الأمر الذي قد ينتج عنه كثير من الصعوبات سواء في عمليات النمو، أو في اكتساب المهارات اللازمة لتحقيق الاستقلالية والشعور بالاكتفاء الذاتي (عبد المطلب أمين القريطى، ٢٠٠٥، ٣٩١).

وبما إن مكفوفي البصر لهم خصائص نفسية مختلفة– نظرا لما تفرضه عليهم إعاقتهم البصرية من قيود– حيث تقدير الذات المنخفض وصعوبة تحمل المسئولية وتدنى الثقة في القدرة على إدارة الشئون الذاتية (Konarska, 2003, 55) والصراع بين الاعتمادية والاستقلالية (آمال عبد السميع مليجى باظه، ٢٠٠٩، ٤)؛ لذا فإن تعزيز وتنمية مهارات تقرير المصير لديهم يكون على قدر من الأهمية لما لذلك من تأثير مباشر وإيجابي في تقبلهم لذواتهم واحترامها، حيث تمكنهم من الانخراط الموجه نحو تحقيق أهدافهم، وتنظيم ذاتهم والعيش بصورة أكثر استقلالية (Levin & Rotheram-Fuller, 2011, 351)، وتحقيق المناصرة الذاتية والإحساس بالرضا عن الحياة كما بنتائج دراسة كل من (آمال أبوداود ، وجمال الخطيب ،٢٠١٧؛ جمعة فاروق حلمي فرغلى،٢٠١٧).

كما أنه بالرغم من أهمية ذلك الموضوع لدى فئة المكفوفين إلا أنه لم يلق الاهتمام الكافي بالبحث والدراسة لدى هؤلاء الأفراد، وهذا ما أكده كل من قمر وماركوسكى (Cmar& Markoski, 2019) في نتائج دراستهما، وذلك سواء بدراسة تلك المهارات بشكل عام أو بمجال تنميتها وتطويرها لدى هؤلاء المكفوفين بشكل خاص؛ بهدف الوصول بهم لتحقيق الصحة النفسية والإنجاز التعليمي والأكاديمي المنشود.

وعليه تبرز أهمية الإرشاد النفسي ويتضح دوره في تنمية مثل تلك المهارات باعتبارها أحد العوامل التي قد تسهم في الوصول بالفرد الكفيف إلى تحقيق الذات والتوافق النفسي والاجتماعي والمهني؛ ومن ثَمَّ الوصول إلى مستوى جيد من الصحة النفسية والسعادة والهناء.

وحيث إن الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل والذي يُعَدُّ نمطًا حديثًا نسبيًا من الإرشاد النفسي يتميز بسهولة التطبيق والفعالية في التعامل مع مشكلات الحياة اليومية، والتركيز على الحاضر والتطلع للمستقبل دون استنزاف الوقت في الماضي (عبد المنصف حسن على رشوان،

ومحمد بن مسفر على القرني، ٢٠٠٤، ٢١٧)، وكذلك بالمنهجية الإيجابية التي تركز على الرؤية التفاؤلية للعملاء والإيمان بقدراتهم الذاتية (Kim, 2008,107)، وتهدف إلى مساعدتهم على اكتشاف جوانب القوة بداخلهم، وزيادة وعيهم بالقدرة على التغيير الإيجابي؛ من خلال خلق الأمل والتفاؤل لديهم، والتركيز على الجوانب الإيجابية وتجارب النجاح السابقة بدلا من الاهتمام بالجوانب السلبية والبحث في تجارب الفشل، وصولا لإيجاد الطرق الفعالة لحل مشكلاتهم، والتوجه بطريقة صحيحة نحوها (Surana, 2013,187؛ شادي محمد السيد أبو السعود، ٢٠١٥، ١٩)، لذا فهو قد يكون إرشادا ملائما ومناسبا للتعامل مع هؤلاء المكفوفين ومساعدتهم في تنمية تلك المهارات لديهم.

هذا بالإضافة إلى أن الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل قد حظي أيضا باهتمام كثير من الباحثين والمعالجين النفسيين وذلك ما دفعهم إلى محاولة دراسته، فقد ثبت فعاليته في خفض كثير من الاضطرابات والمشكلات النفسية والأكاديمية والأسرية، وذلك لدى الأفراد العاديين وذوى الاحتياجات الخاصة، مثل: الصعوبات الإدراكية، اضطرابات النوم والشهية، مشاعر القلق والاكتئاب والضيق النفسي، جلد الذات، الإنهاك الزواجى، إدمان الكحوليات، مشكلات البيئة الصفية، وقلق الامتحان (Newsome, 2005; Cepukiene & Pakrosnis, 2011; Murphy, 2013; Badakhshan, 2015; Carrera, Cabero, González, Rodríguez, García, Hernández & Manjón, 2016; Creswell,Violato, Fairbanks,White, Parkinson, Abitabile, Leidi, & Cooper, 2017; Altundağ & Bulut, 2019 ; Suitt, Geraldo, Estay, & Franklin, 2019)، وكذلك ثُبت فعاليته أيضا في تنمية بعض المهارات والسلوكيات والمشاعر الإيجابية، مثل: كفاءة وتقدير الذات، الشعور بالأمل، المهارات الاجتماعية، إدارة الغضب، توجهات أهداف الإنجاز، تنظيم الذات، الإنجاز الأكاديمي، مهارات التخطيط للامتحانات وإدارة الضغوط الأكاديمية، أساليب المواجهة الإيجابية، الإحساس بجودة الحياة والمرونة النفسية (Leggett, 2004; Smith, 2005; Seidel & Hedley, 2008; Saadatzaade & Khalili, 2012; Connell, 2014; Roeden, Maaskant, & Curfs, 2014; Reddy, Thirumoorthy, Vijayalakshmi, & Hamza, 2015; Cepukiene, Pakrosnis & Ulinskaite, 2018; Rose &Ishak, 2019)؛ الأمر الذي يؤكد على أنه إرشادا فعالاً بنتائج واعدة، وذا فعالية للاستخدام مع المشكلات التي قد تعوق النمو النفسي والاجتماعي للفئات المختلفة من الأفراد وخاصة ذوى الإعاقة منهم.

وعليه فإن بحث ودراسة موضوع تنمية مهارات تقرير المصير لدى المكفوفين يعد من أهم الملامح البحثية الجديرة بالملاحظة والدراسة التجريبية؛ باعتبار أن العوق البصري تحديًا يستثير الحاجة لامتلاك المهارات التي تساعد على إدارة الحياة الذاتية والتصدي للمشكلات والضغوط الحياتية؛ بهدف إعداد أفراد قادرين على النهوض بالمجتمع والمساهمة في رقيه؛ وذلك في ضوء آليات أسلوب جديد نسبيا متمثلا في الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل والذي يعتمد على تزويد الفرد بنظام يستطيع من خلاله زيادة القوى الشخصية بالتركيز على الوسائل الفعالة والناجحة؛ ليُصبح له منهج واتجاه جديد في الحياة وتحدياتها، وخاصة في مرحلة لها من الأهمية النفسية والتربوية والاجتماعية ما يجعلها جديرة بأن تكون موضوع اهتمام الباحثين ألا وهى مرحلة المراهقة، وذلك ما يهدف إليه البحث الحالي.

مشكلة البحث:

تتضح مشكلة البحث الحالي في كونها تركز الضوء على فئة مهمة من المجتمع وهم الطلاب المكفوفون؛ لما قد يمثلونه من قوة بشرية منتجة؛ وما لإعدادهم النفسي والمهني والأكاديمي من دور مهم وانعكاسات جوهرية على تقدم المجتمع ورقيه، وفى ضوء ملاحظة الباحثة لبعض الطلاب المراهقين المكفوفين – أثناء إشرافها على التدريب الميداني لطلاب الدبلوم المهني– بمدرسة النور للمكفوفين بالمنيا، ومن خلال القيام ببعض المقابلات الشخصية معهم ، قد لاحظت أن هؤلاء الطلاب يمتلكون عديد من القدرات والإمكانات إلا أن هذه القدرات قد تشوه معالمها نتيجة افتقار معظمهم للمهارات الأساسية التي قد تسهل من تقرير مصيرهم؛ حيث معاناتهم من الصعوبة في تحديد رغباتهم واحتياجاتهم أو التعبير عنها؛ مما يشير إلى نقص الوعي الذاتي لديهم، وكذلك ما بدا عليهم من ضعف في القدرة على إيجاد الطرق المناسبة لحل مشكلاتهم وتحديد وتقييم أهدافهم، فضلا عن افتقارهم لإمكانية اتخاذ القرارات المناسبة، بل واعتمادهم على الآخرين وبشكل ملحوظ في معظم اختياراتهم وقراراتهم اليومية، وأيضا في المطالبة والدفاع عن حقوقهم الخاصة؛ الأمر الذي قد يؤثر سلبا على شخصية الطالب الكفيف وصحته النفسية وقدرته على الإنجاز، وهذا ما يؤيده التراث السيكولوجي المتمثل في الأطر النظرية والدراسات السابقة؛ فتتفق نتائج دراسة كلٍّ من (Robinson & Lieberman, 2004; Agran, Hong, & Blankenship,2007; Cmar& Markoski,2019) على أن مشكلة تدنى مستوى مهارات تقرير المصير من أكثر المشكلات شيوعًا لدى الطلاب المكفوفين حيث افتقارهم للفرص المتكافئة والمناسبة لممارسة تلك المهارات وحاجتهم لتنميتها.

هذا وبما إن امتلاك مهارات تقرير المصير يعد من المكونات المهمة في تأهيل المراهقين ذوى الإعاقة بوجه عام والمكفوفين منهم على وجه الخصوص؛ لما له من آثار إيجابية على النمو الشخصي والنفسي والأكاديمي لهم، حيث أكدت نتائج دراسة مالي ونيفين (Malian &Nevin, 2002) على أن امتلاك تلك المهارات يعد شرطا أساسيًا للانتقال الناجح والسلس لمرحلة الرشد، كما يعلب دورًا مهمًا في التأثير الإيجابي على نتائج ما بعد التخرج، وتحقيق التكيف الفعال مع السياقات الاجتماعية المختلفة، وكذلك أشار جيليس (Gillis, 2011, 6) إلى أن التمتع بتلك المهارات قد يجعلهم أكثر قدرة على التعبير عن حاجاتهم، وأكثر إمكانية للمحافظة على أعمالهم، وأيضا أكثر استعدادا لإقامة العلاقات الإيجابية مع من حولهم، وصولا لتحقيق جودة حياة أفضل، فضلا عما أضافه فليكسر وزملاءه (Flexer, Baer, Luft, & Simmons, 2013, 187) بأن تنمية وتعلم مهارات تقرير المصير قد يؤدى أيضًا إلى خفض الممارسات السلوكية السلبية، وزيادة الدافعية للأداء الجيد، ورفع مستوى الإنتاجية.

هذا بالإضافة إلى ما قد تكسبه أيضا تلك المهارات من نتائج إيجابية في المجال التعليمي؛ حيث أكدت نتائج دراسة ليتاليان وزملائه (Litalien, Morin, Gagné, Vallerand, Losier, & Ryan, 2017) على أن الأفراد الذين يتميزون بالمستويات المرتفعة لمهارات تقرير المصير يكونون أكثر شعورا بالرضا عن الدراسة ولديهم مستويات مرتفعة من الحيوية الأكاديمية وأقل ميلا للتسرب الدراسي، وأكدت أيضا نتائج دراسة كلٍّ من(Erickson, Noonan, Zheng, & Brussow, 2015; Yu & Levesque-Bristol, 2020) على إن امتلاك تلك المهارات قد يعزز من القدرة على تحديد الأهداف الأكاديمية ووضع الخطط المستقبلية، ومن ثَمَّ الوصول للمعدلات مرتفعة من الإنجاز الأكاديمي.

كل ذلك قد يجعل هناك حاجة ماسة إلى محاولة دراسة موضوع مهارات تقرير المصير خاصة لدى المراهقين المكفوفين مع الاهتمام بضرورة تنميتها باستخدام التدخلات الإرشادية الملائمة، وذلك ما أشار إليه أيضاً كلٌّ من (The Center of the State of California Studies, 2014, 73; Cmar& Markoski, 2019, 100) من حيث أهمية تقديم البرامج والخدمات والفرص الكافية التي من شأنها تنمية وتطوير مهارات تقرير المصير لدى المكفوفين، وذلك في ضوء ما

واجهوه من قيود على المستوى الأسرى والمدرسي؛ للوصول بهم للاستمتاع بحياة ذاتية التوجه وذات جودة عالية.

وحيث إن للإرشاد النفسي دورًا مهمًا في التأثير الإيجابي على العميل بقصد إحداث تغيرات جوهرية في شخصيته تساعده على التخفيف من معاناته، بل وتزيد من كفاءته الشخصية وفعاليته الاجتماعية (إبراهيم محمود بدر، ٢٠١٢، ١٩٨)، وما للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل بوجه خاص من أهمية ودور فعال في تيسير عملية التغيير حيث إمكانية إشباع حاجة الفرد للحكم الذاتي والتحكم بحياته (Biggs & Flett, 2005, 14; Bannink, 2007, 87) ، بتغيير تصوره ومنظوره نحو مشكلاته، وإعادة تأطير أفكاره، وإكسابه رؤية مختلفة لأمور حياته بالتركيز على استثناءاتها، وتميز القوى الشخصية واستغلالها لتحقيق المزيد من المرونة المعرفية وتنمية الكفاءة في إيجاد الحلول الإبداعية (Williams, 2019, 19, 25)، وبما إن ذلك يعد من المتطلبات الداعمة لمهارات تقرير المصير؛ لذا فهناك مناسبة بين هذا الأسلوب الإرشادي وبين مشكلة البحث الحالي والمتمثلة في انخفاض مستوى مهارات تقرير المصير لدى الطلاب من المراهقين المكفوفين.

كما إنه بالرغم من الحساسية الشديدة لهذا المتغير بالنسبة لفئة المكفوفين خاصة في المراحل الانتقالية من العمر؛ نظرا لكونه من العوامل المؤثرة في مدى توافقهم وإنجازهم، وكذلك مناسبة الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل للتعامل معه من حيث أسسه ومبادئه وفنياته، إلا أنه لا توجد دراسات عربية أو أجنبية – في حدود علم الباحثة – حاولت الاهتمام بالمساعدة على تنمية تلك المهارات لديهم من خلال الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى ندرة الدراسات الإرشادية – في حدود اطلاع الباحثة – التي تناولت تنمية مهارات تقرير المصير باستخدام طرق إرشادية مختلفة لدى الأفراد بشكل عام، أو أي من الفئات الخاصة؛ ومن ثَمَّ تنبع أهمية وضرورة القيام بالبحث الحالي لسد هذه الفجوة.

وبناءً على ما سبق يمكن بلورة مشكلة البحث في إثارتها لعدد من الأسئلة البحثية تسعى للإجابة عنها، وهى:

١. ما فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى أفراد المجموعة الإرشادية ؟

٢. **هل تختلف فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى أفراد المجموعة الإرشادية باختلاف النوع؟**
٣. **هل تستمر فعالية البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى أفراد المجموعة الإرشادية بعد فترة المتابعة(مرور شهرين من انتهاء البرنامج الإرشادي) ؟**

أهداف البحث:

هدف البحث الحالي إلى تعرف ما يلي :

١. **فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى أفراد المجموعة الإرشادية.**
٢. **الاختلاف بين الجنسين في فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى أفراد المجموعة الإرشادية.**
٣. **استمرارية فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى أفراد المجموعة الإرشادية بعد فترة المتابعة.**

أهمية البحث:

تتمثل أهمية البحث في:

أ- الأهمية النظرية:

١. **تقديم إطار نظري يتضمن وجهات النظر المختلفة حول مفهوم مهارات تقرير المصير كأحد المفاهيم بالغة الأهمية – وفقا لما أقرته التشريعات والقوانين الخاصة بالأفراد ذوى الإعاقة وخاصة مكفوفي البصر منهم– والذي يعبر عن حقهم في رسم خارطة مستقبلهم باستقلالية، مع تحديد أهم أبعاده (مهاراته) لدى المراهقين المكفوفين؛ الأمر الذي يفتح المجال أمام عديد من الدراسات الأخرى.**
٢. **محاولة إثراء الجانب المعرفي من خلال تقديم المزيد من المعلومات حول الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، حيث إنه من الملاحظ قلة الدراسات – في حدود علم الباحثة– التي تناولته كطريقة إرشادية.**
٣. **أهمية الفئة التي تناولها البحث الحالي، وهى الطلاب المكفوفون فهم نسبة لا يُستهان بها من أبناء المجتمع، وكذلك أهمية المرحلة العمرية التي تتعرض لها، وهى مرحلة المراهقة فمن خلال الاهتمام بطبيعة تلك المرحلة ومحاولة مساعدة هؤلاء الطلاب على**

تنمية مهارات تقرير المصير لديهم؛ قد ينعكس ذلك على تطور شخصياتهم بصورة إيجابية.

ب- الأهمية التطبيقية:

١. الإفادة من المقياس والبرنامج المُعد في البحث الحالي في عديد من الأغراض البحثية والتطبيقية، وكذلك في المؤسسات التعليمية والتأهيلية.

٢. مساعدة المعلمين والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين في وضع خطط منظمة لتنمية مهارات تقرير المصير لدى الطلاب المكفوفين.

٣. الاستفادة من نتائج البحث الحالي حيث إن تنمية مهارات تقرير المصير لدى المكفوفين قد تسهم في تحقيق التوافق والفاعلية النفسية لديهم؛ مما يؤثر إيجابيا على مستوى إنتاجيتهم؛ الأمر الذي يدفع القائمين على رعايتهم إلى تعميم البرنامج على عينات أخرى من الطلاب.

المصطلحات الإجرائية للبحث:

أ – الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل **Solution-Focused Brief Counseling(SFBC)** :

يمثل الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل نوعا إرشاديا حديثا نسبيا يتبع فلسفة ما بعد الحداثة يقوم على وجهة نظر دى شازر وبيرج De-Shazer& Berg في التعامل مع الظواهر النفسية، حيث يهتم بالحاضر والتوجه المتفائل نحو المستقبل بتفعيل حديث الحل بدلا من حديث المشكلة، وتنمية الانفعالات الإيجابية، إذ يركز على الاستثناءات واستحضار جوانب القوة والموارد الذاتية مع توجيهها لتحقيق الأهداف، وبناء الحلول الخاصة وتضمينها داخل خريطة ذهنية ومتابعة تنفيذها؛ بهدف إحداث التغييرات الإيجابية البسيطة والواقعية التي ما تلبث أن تعمم إلى الجوانب الأخرى في حياة العميل وصولا لتحقيق الإنجازات الكبيرة، وذلك بالاعتماد على مهارات المحادثة والحوار والاستماع للعميل من خلال تفعيل فنياته المختلفة.

ويقصد بالإرشاد المختصر المتمركز حول الحل إجرائيا في البحث الحالي: بأنه أحد الأساليب الإرشادية المستهدف من خلالها تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى المراهقين المكفوفين، حيث مساعدتهم على الوعي بالذات وتنظيم الذات والاستقلالية وتخطى العقبات بفاعلية، وذلك بإعداد وتطبيق مجموعة من الجلسات الإرشادية في ضوء الأسس النظرية والأساليب الفنية التي قدمها كل من "دى شازر" و"بيرج" في نظرية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، وتحدد إجرائيًا

في هذا البحث بالفنيات المختارة كأسئلة المقياس، والاستثناءات، والمجاملات، والخريطة الذهنية، وسؤال المعجزة، والاستراحة، والمهام المنزلية، وكذلك بعدد الجلسات، والأنشطة المتضمنة فيها، وإجراءات تطبيق البرنامج.

ب- مهارات تقرير المصير **Self- Determination Skills: عُرِفَ تقرير المصير في قاموس علم النفس للجمعية الأمريكية لعلم النفس بأنه إمكانية التصرف دون أي تدخل أو تأثير خارجي وغير مبرر من الآخرين؛ بما يحسن من حالة الفرد، متضمنا القدرة على صنع القرارات الفعالة، وحل المشكلات، وإدارة الذات والدفاع عنها (VandenBos,2015, 954)، وتُعَرّف الباحثة مهارات تقرير المصير في البحث الحالي بأنها: مزيج من المهارات التي تمكن المراهق الكفيف من السيطرة على حياته ومستقبله بحيث يكون هو المتحكم الأول بهما؛ فيستطيع عيش حياته بشكل أكثر استقلالية، من خلال وعيه بنقاط القوة والضعف الذاتية، وتحديد أهدافه في ضوء التفضيلات والاهتمامات الشخصية وتحقيقها، مع مراقبة أداءه وتقييمه، والتصرف الملائم وفقا لاختياراته، وكذلك اتخاذ القرارات المناسبة، والتخطي الفعال للعقبات ومجابهتها، وتقاس مهارات تقرير المصير إجرائيًا في هذا البحث بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب المكفوف على مقياس مهارات تقرير المصير المستخدم في البحث الحالي، في ضوء أربعة أبعاد، هي: مهارة الوعي بالذات، مهارة تنظيم الذات، مهارة الاستقلالية، ومهارة تخطى العقبات، وقد تم تحديدها كما يلي:**

١- مهارة الوعي بالذات Self-**Awareness Skill: هي قدرة الكفيف على معرفة ذاته وفهمها حيث تحديد رغباته وإدراك مشاعره وسلوكياته وقيمه الذاتية، وواقعية قدراته وإمكاناته بتحديد نقاط القوة والضعف الشخصية.**

٢- مهارة تنظيم الذات Self-**Regulation Skill: هي قدرة الكفيف على وضع أهدافه والتخطيط لها ثم تطبيقها وتقييم نتائجها وإجراء التعديلات وتطويرها، مع التنظيم الجيدة للوقت، وتقييم وتعزيز الذات.**

٣- مهارة الاستقلالية **Autonomy Skill: وهى قدرة الكفيف على القيام بالسلوكيات التي تعبر عن اختياراته، وإمكانية التعبير عن آراءه، واتخاذ قراراته، والمسئولية والمبادرة في النشاطات المختلفة.**

٤- مهارة تخطى العقبات **Overcome Obstacles Skill: وهى قدرة الكفيف على تحدى المواقف الصعبة ومواجهة العثرات وعدم الاستسلام لها، بالبحث عن الإيجابيات، والمواجهة الفعالة بالإدارة السليمة للموقف، والتحلي بالتروي والأمل.**

ج- المراهقون المكفوفون **Blind Adolescents: عُرِفَ العمى فى معجم علم النفس والطب النفسى بعدم القدرة على الرؤية أو استقبال المثيرات البصرية، ويحدد بأن تكون قوة الإبصار مساوية ٢٠/٢٠٠ فى العين الأفضل مع استخدام الوسائل المصححة للإبصار (جابر عبد الحميد جابر، وعلاء الدين كفافى،١٩٨٩، ٤٣٦-٤٣٧)، وتحدد الباحثة المراهقين المكفوفين فى البحث الحالى: بأنهم طلاب المرحلة الثانوية الذين فقدوا البصر كلية منذ الولادة أو قبل سن الخامسة، وتقل حدة إبصارهم عن ٢٠/٢٠٠ قدما (أي ٦/٦٠ مترا) أو أقل، في العينين معا أو في العين الأقوى بعد التصحيح بالنظارات الطبية، ويتعين عليهم الاعتماد على حواسهم الأخرى في حياتهم اليومية وتعلمهم.**

محددات البحث:

تحدد البحث الحالي بمحددات: بشرية متمثلة في عينة إرشادية قوامها (١٠) طلاب من المراهقين المكفوفين بمتوسط عمري (١٦,٨) سنة، ومكانية متمثلة في مدرسة النور للمكفوفين بالمنيا، وزمانية حيث تم تطبيق البرنامج الإرشادي في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠١٩/٢٠٢٠م، وتم التطبيق التتبعى بعد شهرين من انتهاء تطبيق البرنامج، وكذلك منهجية حيث استخدام المنهج شبة التجريبي، وتحددت أيضًا بأدواتها المتمثلة في مقياس مهارات تقرير المصير للمكفوفين، وبرنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل (إعداد الباحثة).

الإطار النظري:

يركز الإطار النظري في البحث الحالي على متغيرين أساسيين هما (الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، ومهارات تقرير المصير)، وفيما يلي تفصيل لذلك:

أولا– الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل: (SFBC) Solution-Focused Brief Counseling:

مفهوم الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:

وفيما يلي سوف تستعرض الباحثة بعض التعريفات حول مفهوم الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، ومنها ما يلي:

يعتبر الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل نمطا إرشاديا حديثا نسبيا طوره كلٌ من ستيف دى شازر Steve de- shazer وزوجته إنسوكيم بيرج Insoo Kim Berg بالتعاون مع زملائهما لعلاج المشكلات الأسرية، ثم توالت الجهود في تطويره إلى أن انتشر في عديد من مجالات الإرشاد والعلاج النفسي(Biggs & Flett, 2005,13)، وهو يتبع فلسفة ما بعد الحداثة Postmodern Approaches والتي تنظر للحقيقة والواقع كوجهات نظر مرتبطة بالسياق ومسار التاريخ، وليس كحقائق موضوعية ثابتة لا تتغير، حيث نشأ في ضوء النظرية البنائية الاجتماعية Social Constructivism والتي تعد أحد نظريات تلك الفلسفة والتي تؤكد على أن الحقيقة في الحياة ليست مرئية حتى يمكن إدراكها في الواقع، وإنما هي نتاج التفاعلات اليومية والمواقف التي يعيشها الفرد داخل المجتمع؛ ومن ثَمَّ فإن فكرة الفرد عن كفاءاته الشخصية ومشكلاته والحلول الممكنة لها تكون مبنية اجتماعيا من خلال تفاعلاته اليومية وتواصله مع الآخرين وتأثره بالسياقات الاجتماعية المختلفة، وطبقا لذلك فأن الفلسفة البنائية الاجتماعية للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل تنظر للعملاء باعتبارهم خبراء لديهم القدرة على المشاركة بفعالية في بناء واقع حياتهم اليومية؛ الأمر الذي له دور رئيسي في تسهيل عملية التغيير، اعتمادا على خلق حقيقة جديدة لدى العميل بمساعدته على رؤية الأشياء بشكل مختلف باستخدام اللغة وتفعيل الحوار حول الحل واستغلال الموارد والإمكانات وتوجيهها نحو تحقيق الأهداف المستقبلية (Biggs & Flett, 2005,12; Bannink, 2007, 89).

ويُعَرَّفُ الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل بأنه أسلوب إرشادي موجز نظرا لأنه موجه ومباشر نحو الهدف النهائي (الحل) الذي يسعى إليه العميل، فلا يستغرق في البحث عن الأعراض المرضية ولا عن العوامل التي ساهمت في نشأتها، بل أنه يعتبر ذلك مضيعة

للوقت، فهو يرفض دخول العملاء في العلاقات الإرشادية طويلة الأمد التي كانت تميز الأساليب الإرشادية التقليدية، وإنما يتوجه مباشرة إلى الحلول التي تساهم في القضاء على المشكلة أو التخفيف من حدتها أو التكيف مع إفرازاتها لتحقيق الهدف النهائي وهو وصول العميل للتوافق النفسي والاجتماعي مع الذات والبيئة (عبد المنصف حسن على رشوان، ومحمد بن مسفر على القرني، ٢٠٠٤ ، ٢١٣).

ويرى كوري (Corey, 2013, 400-401) أنه يعتبر أيضا طريقة إرشادية مختلفة عن الطرق الإرشادية التقليدية حيث تهمل جانب الحديث عن الماضي، وتركز على الحاضر والمستقبل، وترفض التعامل مع ما هو مرضى، وتركز على الكفاءات وليس العيوب، ونقاط القوة وليس الضعف، كما تتضمن توجها نحو العمل على إيجاد الحلول بدلا من التركيز على المشاكل والبحث في طبيعتها وأسباب نشأتها.

وكما يوحى الاسم فهو يعد نمطا إرشاديا ذا إطار مختلف مركزا على الحل حيث يركز على قوى العميل وأهدافه واختياراته الشخصية، ويحرص على بناء نظره تفاؤلية مستقبلية، وذلك في ضوء علاقة تعاونية تشاركية داعمة بين المرشد والمسترشد، مستخدما مهارات وتقنيات لغوية مصممة لتمكين العميل من اكتشاف حلوله الخاصة – في ضوء الموارد المتاحة داخله – كطرح بعض الأسئلة التي تتعلق بإيجابيات العميل وكفاءاته ونجاحاته السابقة، وكذلك بتحديد أهدافه وآماله المستقبلية والحلول الخاصة بمشكلاته (Franklin, 2015, 73).

وكذلك عرَّفته إيمان عطية منصور جريش (١٢٠،٢٠١٨) بأنه نوع حديث نسبيا من الإرشاد النفسي يهتم بالتركيز على الوقت الحاضر والتوجه المتفائل نحو المستقبل بتفعيل موارد العميل وجوانب القوة لديه، وتنمية الأمل باتخاذ خطوات إجرائية للتركيز على الحلول، وذلك بوضع الأهداف وتضمينها داخل خريطة ذهنية مع متابعة تنفيذها بالمداومة على تحقيق التغيرات الصغيرة التي يترتب عليها حدوث التغيرات الأكبر فالأكبر فيما يسمى بكرة الثلج، موكلا للعميل دور الخبير ونجاحه، كما يعتمد على مهارات الحوار والتساؤل والاستماع للعميل من خلال تفعيل فنيات: الاستثناءات، والسؤال المعجزة، والمقياس، والمجاملات والرسالة، والاستراحة.

كما يُنظر إليه أيضا باعتباره مدخلا إرشاديا ذا توجه مستقبلي بتشكيل رؤى من الحلول القابلة للتطبيق في الحياة الحالية والمستقبلية، حيث يرفض التوجه نحو الماضي والبحث والتنقيب في

أحداثه السابقة، ويتمتع بالإيجابية؛ نظرا لتأثره بالمنظور الإيجابي في علم النفس حيث التأكيد على القوى والكفاءات الشخصية للعميل والحرص على تنميتها بتفعيل ممارسة السلوكيات الإيجابية، مستخدما مجموعة من الفنيات، منها: سؤال المقياس، السؤال المعجزة، المجاملات (Williams, 2019, 19)، ويتضمن أيضا التشارك مع العميل في بناء المعاني الجديدة مع التأكيد على تفعيل الانفعالات الإيجابية لديه كإيجاد الأمل لمساعدته على بناء الحلول الخاصة به (Kim, Jordan, Franklin, & Froerer, 2019, 127).

ومن خلال ما سبق يمكن القول إن الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل هو إرشاد تفاؤلي ومنهج للقدرات يركز على كفاءات العميل ونجاحاته السابقة ويهتم بتحديد أهدافه وآماله المستقبلية وزيادة وتيرة سلوكياته الإيجابية، إذ يركز على ما يفيد وما هو استثناء للمشكلات، ويسعى لتدريب العميل على اكتشاف طرق خاصة وجديدة لحل مشكلاته، كما يتضمن مجموعة من الفنيات التي يمكن استخدامها للوصول لأهداف الإرشاد.

أهداف الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:

وفيما يخص أهداف الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل فقد ذكر كوري (Corey, 2013, 400-404)؛ أن هناك عدة أهداف أساسية له تتمثل فيما يلي: بناء الأمل والتفاؤل وخلق توقعات إيجابية لدى العميل بإمكانية إحداث التغيير، مع تغيير نظرته السلبية للموقف أو الإطار المرجعي، وكذلك الكشف عن جوانب القوة لديه ومصادرها والاعتماد عليها بصوره جوهرية واستخدامها نحو تحقيق الأهداف المرجوة مع تقليل اعتماده على المرشد، وكذلك مساعدته على تحديد أفضل الطرق للتغلب على ما يواجهه من صعوبات، بالإضافة إلى تشجيعه على الانخراط في الحديث عن التغيير أو الحل وليس الحديث عن المشكلة بناء على الفرضية التي ترى أن "ما نتحدث عنه هو ما نكسبه"؛ فالحديث عن المشكلة يتبعه استمرارية في وجود المشكلة بينما الحديث عن التغيير ينتج عنه التغيُّر الذي يريده الفرد، كما يهدف الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل أيضا إلى التركيز على بناء مناخ علاجي إرشادي يدعم كلا من المرشد والعميل في إطار عمل تعاوني يعمل على تسهيل إحداث عملية التغيير ويشجع العملاء على التفكير في مضمون وإطار مدى الإمكانات المتاحة، وذلك بالاعتماد على مهارات المحادثة، وطرح أشكال مختلفة من الأسئلة، والتدريب على بعض الفنيات.

كما اتفق كلٌّ من (Biggs & Flett, 2005, 14; Williams, 2019, 19-20) على أنه يهدف أيضا إلى مساعدة العميل على تحديد وتصميم أهداف شخصية محددة ومصاغة

جيدا يسعى لتحقيقها خلال العملية الإرشادية بمساعدة المرشد بحيث تتسم بالصياغة الإيجابية، والعملية والوضوح، والتركيز على الحاضر(هنا والآن)، والواقعية والقابلية للتحقيق، وكذلك تكون ذات إجراءات محددة، وبلغة العميل وتخضع لسيطرته.

وقد حرصت الباحثة على اشتقاق أهداف البرنامج الإرشادي موضع البحث الحالي في ضوء أهداف الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل سابقة الذكر.

افتراضات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:

هناك عدة افتراضات أساسية ومحورية يرتكز عليها الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل من أهمها ما يلي:

١- الإرشاد المتمركز حول الحل يعد نموذجا موجزا: ولا يقصد بذلك التطبيق السريع للتقنيات، وإنما عدم مضيعة واستنزاف الوقت بالبحث في الماضي حول أسباب المشكلة وأعراضها خلال جلسات إرشادية طويلة الأمد، فهو إرشاد موجه ومباشر نحو الحل (الهدف المنشود)، يتميز بالواقعية والتركيز على الحاضر والنشاط الموجه والتدرج في الوصول للهدف.

٢- التركيز على القوى: لكل عميل قوى وموارد كامنة يستطيع استخدامها لمساعدة ذاته وللتغلب على مشكلاته، وذلك بتوجيهها للعمل تجاه إيجاد الحلول الإبداعية، ويعد هذا الافتراض جوهر الفلسفة التي تركز على الحل، حيث الاهتمام بمساعدة العملاء على اكتشاف قدراتهم ومواردهم الخاصة؛ الأمر الذي يزيد من شعورهم بالثقة بالنفس وبقدراتهم التي يمكن الاعتماد عليها، مع تجنب التركيز على الجوانب السلبية ومواطن الضعف، نظرا لأن ذلك قد يعوق إحداث عملية التغيير، بل وقد يخلق لدي كلٍّ من المرشد والعميل شعورًا بخيبة الأمل والعجز.

٣- إرادة التغيير وضرورته: يرغب العملاء في التغيير وأن تكون لديهم القدرة عليه، ويبذلون أفضل ما لديهم لإحداث هذا التغيير؛ كما أنهم هم من لديهم سلطة إحداثه، بينما على المرشد أن يتبنى موقفا تعاونيا معهم بإيجاد الطرق المناسبة لمساعدتهم، وتقديم الدعم الذي يحتاجونه.

٤- الأشخاص الذين يأتون طلبا للعلاج لديهم القدرة على السلوك الفعال؛ فسلوكيات الحل موجودة بالفعل لديهم، ولكن توجه تفكيرهم كليا نحو المشكلة قد يعوقهم عن التوصل إلى الطرق الفعالة للحل.

٥- ليست كل الأمور سلبية: وهنا يرفض الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل نظرة العملاء إلى المشكلات باعتبارها شيئا سلبيا، فهم لا يدركون استثناءات المشكلة ومواردهم الخاصة؛ لذا يلزم البحث عن تلك الاستثناءات، فهي تحتوى على بذور الحلول، وذلك بطرح عدة تساؤلات عليهم، مثل: ما الذي ساعدك على الاستمرار في الوضع الصعب حتى الآن؟، كيف استطعت المحافظة على ذلك (القدرة على الاستمرار)؟، كيف يمكن أن يؤثر ذلك على قدرتك للتغيير في المستقبل؟، ثم مطالبتهم بزيادة وتيرة السلوكيات الإيجابية وإيجاد البدائل لأنماط السلوك غير المرغوب.

٦- رفض فكرة المقاومة : "فالمقاوم" هو ذلك العميل الذي يرفض اقتراحات المرشد للتغيير، وهنا يرفض الإرشاد المتمركز حول الحل تلك الفكرة، حيث يرى أن العميل غير مقاوم فهو يتمتع بالقوى ويسعى للتغيُّر والتطور، فإن لم يستجب؛ فذلك يرجع لعدم فهم المرشد للطريقة المناسبة للتعاون معه لتحقيق أهدافه، ويتم سؤال العميل في تلك الحالة "في رأيك ما الذي ينبغي فعله لتحسين وضعك؟".

٧- تجنب التركيز على المشكلة وأسبابها بالتركيز على حديث الحل بدلا من حديث المشكلة من خلال الاعتماد على مهارات المحادثة Conversation skills، وطرح الأسئلة: حيث مساعدة العملاء على بناء الحلول بالحديث عما يمكن النجاح فيه وتحقيقه، وكذلك الاهتمام بالمستقبل المرغوب بتوجيه جهودهم نحو الاهتمام بسؤال "ما الذي يجب أن يكون مختلفا في المستقبل؟"، وذلك بدلا من التركيز على المشكلة، وما لا يمكن تحقيقه، والبحث عن العوامل التي ساهمت في تفاقمها " لماذا توجد المشكلة؟ ".

٨- ليس من الضروري أن ترتبط الحلول بالمشكلات: ففي ضوء الفكرة السابقة المتمثلة في أهمية التركيز على الحل بدلا من المشكلة، وجد أنه ليس من الضروري فهم كل تفاصيل المشكلة وكيف تطورت حيث أن الحلول قد لا يكون لها صلة مباشرة بالمشكلة؛ فسؤال العميل "ما الذي لا تريد تغيره بشأن الموقف الذي تحدثت عنه؟" بدلا من سؤاله "ماذا تريد تغيره؟" له تأثيرا إيجابيا في مساعدته على اتخاذ إجراءات إبداعية لحل المشكلة.

٩- المشاعر هي جزء من كل مشكلة وكل حل: تعتبر المشاعر جزء من اللغة وهى ضرورية لعملية صنع القرارات الخاصة بمساعدة العملاء، ففشل المرشد في التحدث مع العملاء حول مشاعرهم والتواصل معهم وجدانيا، قد يحد من فهمه لهم، وكذلك من فهمهم لأنفسهم، ومن

إمكانية إيجاد الحلول لمشكلاتهم؛ لذا يركز الإرشاد الحالي على ضرورة الاهتمام بالمناخ العاطفي الذي تحدث فيه العملية الإرشادية لمساعدة العملاء على أن يكونوا أكثر انفتاحا على موادهم وقدراتهم، وأكثر تقبلا للمعلومات الجديدة.

١٠- كل شخص فريد من نوعه وكذلك كل حل: فليس هناك حلول صحيحة لمشكلة محددة أو معينة يمكن تطبيقها على كل الأفراد، كما أنه غالبا ما يتحدث العميل عن جانب واحد من ذاته، وعلى المرشد توجيه نظره إلى جانب آخر من المشكلة التي يقدمها.

١١- فكرة كرة الثلج **Snow ball**: ضرورة الاهتمام بالتغيرات الإيجابية التي يبديها العملاء مهما كانت صغيرة؛ فالتغيرات الصغيرة من الممكن أن تؤدى إلى تغيرات أكبر، وذلك بتحديد أهداف جزئية تمهد لهدف أبعد حتى الوصول للهدف النهائي، حيث إنه بمجرد أن تبدأ عملية التغيير فإنها تتدحرج مثل كرة الثلج لتعمم إلى الجوانب الأخرى .

١٢- إيجابية الأهداف: ضرورة صياغة أهداف العميل بصورة إيجابية بدلا من صياغتها بصورة سلبية بسؤاله عما يريد فعله وليس مالا يود فعله، حيث إن هدف عدم القيام بالشيء يعتبر هدف غير مثمر لا يمكن قياسه (Lipchik, 2002,15-20; Sklare, 2005, 11,15; Corey, 2013, 401-402; Trepper, McCollum, De Jong, Korman, Gingerich, & Franklin, 2013, 21; Wand, Acret, & D'Abrew, 2018,775؛ نبيل صالح سفيان، ٢٠١٨، ٨١٨،٨٢١)، وقد تم الاعتماد على هذه الافتراضات عند بناء البرنامج الإرشادي موضع البحث الحالي، وكذلك التركيز على أهم المبادئ التي يتألف منها الإرشاد المختصر الممركز حول الحل والمرتبطة بمهارات تقرير المصير، مع الوضع في الاعتبار طبيعة وخصائص عينة البحث من المكفوفين.

مراحل الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:

يتدرج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في أربع مراحل، حيث تُعرَّف المرحلة الأولى بمرحلة (تأسيس العلاقة وتعريف المشكلة): وفيها يتم بناء علاقة إرشادية تشاركية تعاونية، يقوم فيها المرشد بغرس الأمل والتفاؤل في نفوس العملاء، ويحاول فهم دوافعهم النفسية مع تشجيع كل منهم على العمل كمرشد مشارك، وأخذ دور نشط في العملية الإرشادية، ابتداء من التقييم مروراً بالتدخل والمتابعة، كما يتم خلال تلك المرحلة تعريف المشكلة بشكل ولغة بسيطة، مع التأكيد على توقع التغير الإيجابي وتحديد زمن وعدد الجلسات الإرشادية.

ويلي ذلك المرحلة الثانية وهى مرحلة (التقييم وصياغة أهداف الإرشاد): وتتضمن الحصول على فهم شامل للعملاء وطبيعة مشكلاتهم من خلال تقييم قدراتهم ومواردهم وكيفية استخدامها لحل المشكلات بالتركيز على مبدأ(هنا والآن)، وتجنب استكشاف أحداث الحياة السابقة، وذلك باستخدام فنية المقياس (أسلوب القياس المتدرج) بحيث تركز الأسئلة على عملية التغيير، والاستثناءات، والطموحات المستقبلية، وتشمل أيضا تلك المرحلة صياغة للأهداف، بحيث تكون دقيقة مرنة يمكن ملاحظتها وقياسها، كما يمكن الاستعانة بالسؤال المعجزة لصياغتها.

أما المرحلة الثالثة وهى مرحلة (تصميم وتنفيذ التدخلات): وتشمل تصميم وتنفيذ التدخل الإرشادي للتغلب على السلوك المشكل والحد منه، من خلال تقديم طرق بديلة من ردود الفعل تجاه المشكلة، حيث يتم التركيز على إحداث التغييرات البسيطة والكشف عن القدرات والمصادر وكيفية استخدامها؛ للتغلب على المشكلات، وتتعدد الفنيات المستخدمة في تلك المرحلة، ومن أكثرها شيوعا: إعادة التأطير، استغلال الاستثناءات، التشجيع (المجاملات)، والإصلاح الروائي، كما تُعطى في تلك المرحلة فرصة لكل عميل بإعادة تأليف قصته في ضوء منظور إيجابي بدلا من المنظور المرضى الانهزامي الذي كان يعانى منه نظرا لمشكلته.

ثم المرحلة الرابعة والأخيرة وهى مرحلة (الإنهاء والمتابعة والتقييم): وفيها يتم إنهاء عملية الإرشاد متى تم حل مشكلة العملاء بشكل مُرضى، مع تشجيعهم على أن يكونوا مرشدي أنفسهم، وأن يطبقوا ما تعلمونه من مهارات في حل المشكلات الجديدة ، وكذلك حثهم على الاستمرار في ممارسة مراقبة الذات والتقييم الذاتي حتى بعد انتهاء الجلسات الإرشادية (ميخائيل نيستول، ٢٠١٥، ١١١-١١٢)؛ ومن ثَمَّ يمكن القول إن اتجاه الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في البداية يسير نحو تفعيل إرادة التغيير بتقييم القدرات وصياغة الأهداف، ثم مساعدة العملاء على

الشعور بالتحسن بإحداث التغيرات البسيطة من خلال الكشف عن القوى والاستثناءات، ثم بناء الحلول، يليه الشعور بالاجتياز وانتقال أثر التعلم.

دور المرشد في الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:

يضع الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل دور المرشد ووظيفته في إطار مختلف عن الإطار التقليدي للمرشدين الآخرين الذين يرون أنفسهم كخبراء في التقييم والتشخيص والمعالجة، فالمرشد المتمركز حول الحل شخص نشط يتسم بقوة التأثير على العملاء، والتفاؤل الواضح نحو قدراتهم ومواردهم، وبقدرته على المناقشة والحوار حول الحل، كما أنه بوسعه استخدام اللغة وطرح الأسئلة في التأثير على أفكار العملاء ومشاعرهم وتصرفاتهم؛ وعليه يمكن تلخيص بعض الأدوار الإيجابية له، والتي يجب أن ينشدها لكي يجعل العملية الإرشادية مفيدة لأقصى مدى ممكن، وتتمثل هذه الأدوار في:

١- عدم رؤية ذاته كخبير بل أخذه موقف متعاون واستشاري لتوجيه العملاء إلى التغيير، ومساعدتهم على استكشاف ما يمتلكونه من كفاءات ومهارات يمكن استخدامها في خلق حياة أكثر رضا وإشباع لهم.

٢- الإيمان بأن العملاء هم الخبراء فيما يتعلق بشئون حياتهم، ويمتلكون القدرة لتحديد أهدافهم، وكذلك يمتلكون المصادر والمهارات والقدرات الضرورية لحل مشكلاتهم.

٣- الاهتمام بخلق مناخ يتسم بالعلاقات التعاونية المشتركة والاحترام المتبادل، يسوده التعاطف مع العملاء، من خلال فهم مشكلاتهم وتقدير مشاعرهم، والحرص على الإصغاء لهم، ومساعدتهم على تصور ووصف ما سيكون مختلفا في حياتهم بمجرد حل مشكلاتهم؛ لتسهيل عملية التغيير وزيادة رغبتهم فيه.

٤- التمكن من مهارة طرح الأسئلة المرتكزة حول الحل والتي تفترض التغيير مسبقا وتطرح أجوبه متعددة، وتحافظ على الاتجاه نحو الهدف والمستقبل، وكذلك إتقان مهارة الحوار حول الحل والقدرة على هيكلته.

٥- الاتسام بقدر كافي من المرونة للتعامل مع الوضع الحالي للعميل وصولا للوضع الأفضل، وكذلك بالتفكير الجانبي، والنشاط داخل الجلسات حيث إمكانية وضع احتمالات إبداعية لحل المشكلات مع العملاء.

٦- مساعدة العملاء على تشكيل وتحديد أهدافهم بحيث تكون ملموسة وواقعية وذات مغزى، مع التحرك تجاه تحقيقها من خلال مساعدتهم على تحديد أفضل الطرق لذلك، وكذلك توجيههم نحو أنماط السلوك الإيجابي في أدائهم وتشجيعهم على تطبيقها.

٧- مقاومة اتجاه العملاء في التوجه الحتمي أو القدري "بأن ما حدث في الماضي سيشكل حتما طبيعة مستقبلهم"، من خلال استخدام الحوار التفاؤلي الذي يسلط الضوء على التزامهم بالأهداف المفيدة والتي يمكن تحقيقها.

٨- مساعدة العملاء على التحول من حالة التركيز على وجود مشكلة قائمة إلى عالم مليء بالإمكانات الجديدة بتشجيعهم على كتابة قصتهم بصورة إيجابية ذات نهاية سعيدة، وكذلك زيادة الأمل والتفاؤل لديهم بالتركيز على استثناءات مشكلاتهم (الأوقات التي تكون فيها أقل حدة) وما فعلوه خلال تلك الأوقات وأدى بهم للنجاح، ومطالبتهم بتكراره.

٩- توجيه العملاء للتركيز على التغييرات الصغيرة الواقعية والممكنة التي تقود للحل – وفقا لمبدأ "النجاح يؤدى لمزيد من النجاح"- والنظر إليها كبداية للتغيير، وأنه سيكون لها تأثيرات مثمرة على المدى البعيد.

١٠- مساعدة العملاء أيضا على التقييم الشامل للتقدم الذي تم إحرازه للوصول إلى الحلول المُرضية، باستخدام سلم الدرجات (سؤال المقياس)، مع قيامه بتطبيق مبادئ تعزيز السلوك وتشجيعهم على المشاركة الفعالة وتحمل المسئولية في العملية الإرشادية من خلال تقديم الدعم والمجاملات لتحفيزهم على التغير السلوكي (Biggs & Flett, 2005,14; Bannink, 2007, 89-91; Corey, 2013, 401-404)، ومن خلال العرض السابق لدور المرشد المتمركز حول الحل، تم مراعاة الالتزام بتلك الأدوار أثناء إعداد وتطبيق البرنامج الإرشادي الحالي للوصول للأهداف المرجوة.

دور العميل (المسترشد) في الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:

يكون العملاء في الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل على وعى بحاجتهم للتغيُّر، ويسعون إليه، حيث ينظر إليهم الإرشاد الحالي كخبراء فيما يخص أمور حياتهم، ويتعامل معهم على أنه غالبا ما يمتلكون الإمكانات والمهارات التي قد تمكنهم من مساعدة ذواتهم وتؤهلهم لحل مشكلاتهم، ولكنهم يغفلون عنها ولا يمكنهم رؤيتها بأنفسهم، كما يعتبرهم جزء من مشكلاتهم، وأنهم على استعداد للتعاون لإيجاد الحلول لها، ومن ثَمَّ فالحل يعتمد بشكل

كبير عليهم؛ فهم من يقوم بتحديد أهداف التغيير، ويبحثون عن الاستثناءات وما كان مختلفا بها، كما أن لهم الدور الأكبر في وضع الحلول بمساعدة المرشد، ولا يقتصر دورهم على هذا فقط بل قد يشاركون في وضع بعض المهام المنزلية الخاصة بهم داخل الجلسات الإرشادية إذا تطلبت العملية الإرشادية لذلك (Bannink, 2007, 89-91)، وقد تم مراعاة ذلك أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي الحالي بالتركيز على الدور النشط لأفراد المجموعة الإرشادية والاعتماد على قدراتهم لإحداث التغيير المنشود.

فنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:

تعد الفنيات جزء حيوي ومتكامل في الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل فهي تعتمد بدرجة كبيرة على مهارة المرشد واستجابة العميل خلال العملية الإرشادية، كما يغلب عليها صيغة الأسئلة، وتستخدم بطرق محددة جدا، وفيما يلي استعراض لبعض تلك الفنيات:

١- **فنية تغيير ما قبل العلاج Pretherapy chang: وفيها يتم التركيز على الخطوات الإيجابية التي يقوم بها العميل قبل بدء عملية الإرشاد، باعتبار أن مجرد الاتفاق على موعد الإرشاد وما يفعله العميل حتى ذلك الموعد إشارة إلى اتجاهه الإيجابي في التحرك نحو التغيير، فيسأل المرشد العميل بعض الأسئلة، مثل: "ما الأعمال التي قمت بها منذ أن تم تحديد موعد الإرشاد وأحدثت اختلافا في مشكلتك؟"، "وما التغيرات التي حدثت منذ ذلك الحين إلى الآن؟"، "وكيف أمكنك الحفاظ على الأمر من أن يزداد سوءا؟"، مع إبراز إجابته ليصبح لديه مادة يستطيع استخدامها للتحرك نحو الحل، وتهدف تلك الفنية إلى إلقاء الضوء على ما قام به العميل من تغيرات بسيطة لا ترجع لعملية الإرشاد؛ لتشجيعه على الاعتماد على قدراته ومصادره لإنجاز الأهداف (Trepper et al., 2013, 24-25; Corey, 2013, 406).**

٢- **فنية أسئلة المواجهة Coping questions: وفيها يتم استخدام بعض الأسئلة، مثل: "كيف فعلت ذلك؟"، " كيف أمكنك التعامل مع مشكلتك حتى الآن؟"، وذلك بهدف مساعدة العميل على التركيز على ما ساعده على الاستمرار في ظل مشكلته حتى اللحظة الراهنة، واستكشاف الطرق والأساليب التي استخدمها للتعامل مع الوضع الصعب، وقد استطاع من خلالها تحقيق التقدم أو لم يزدد الوضع سوءا (Trepper et al., 2013, 30)، والاستفادة من ذلك في إعادة صياغة ردود أفعال العميل لمشكلاته باعتبارها مصادر للحلول المستقبلية (محمد السيد عبد الرحمن، ٢٠١٥، ٦٥٦).**

٣- فنية إعادة التأطير أو التشكيل Reframing: وتستخدم تلك الفنية لمساعدة العميل على تفهم مواقفه، وتغيير أهدافه السلبية إلى أهداف إيجابية (عبد المنصف حسن على رشوان، محمد بن مسفر على القرني ،٢٠٠٤، ٢٢٧) من خلال تأطير مشكلاته بالتركيز على الإيجابيات بدلا من السلبيات (ميخائيل نيستول، ٢٠١٥، ١١٣).

٤- فنية سؤال المعجزة Miracle question: وتعرف أيضا باسم "سؤال اختفاء المشكلة" وهى وسيلة للمساعدة على تغيير منظور وتصور العميل نحو مشكلته، ووصف شكل وصورة الحلول المقترحة، (Berg &Dolan,2001,7)، وقد اقترح عبد المنصف حسن على رشوان، ومحمد بن مسفر على القرني (٢٠٠٤، ٢٢٨) أن تسمى تلك الفنية "بسؤال الحلم" Dream question بدلا من سؤال المعجزة؛ وذلك لكي يتوافق المسمى مع المعطيات الإسلامية وليتلاءم مع مجتمعاتنا العربية التي تتميز بخصوصيتها الثقافية والدينية؛ ومن ثَمَّ يكون ادعى للقبول لدى الأفراد في تلك المجتمعات.

وفى تلك الفنية يتم مطالبة العميل بأن يتخيل أن مشكلته قد اختفت بصورة تشبه المعجزة، وأنه بالفعل قد حدث حل لها، ولكنه لم يكن على علم بكيف ومتى حدث ذلك؛ لأنه كان نائما، ثم يطلب منه أن يصف كيف يعرف أن المعجزة قد حدثت (اختفاء المشكلة وحلها)، وما الذي سيختلف في حياته في هذه الحالة؟، وما الذي سيفعله بشكل مختلف بعد أن اختفت المشكلة (وماذا بعد)؟، ومن هو الشخص الذي سيكون معه أثناء ذلك؟، وما الذي سيقوم به؟، وكيف سيقوم بذلك؟، وماذا سيكون رد فعله؟، مع الاستمرار في تشجيع العميل ومساعدته على تحديد أصغر جزء من الاستجابة على السؤال المعجزة يمكن تحقيقه؛ لتحديد هدفه؛ ومن ثَمَّ تحديد أفضل الطرق لتنفيذه (Bannink, 2007, 91)، وتساهم تلك الفنية في فتح مدى واسع من الإمكانات المستقبلية، حيث تهدف إلى مساعدة العميل على البدء بالنظر والتفكير في حياته بصورة مختلفة لا تسيطر عليها المشكلة، فتسمح للعملاء أن يحلموا بالأشكال المختلفة للتغييرات التي يرغبون في حدوثها ومعايشتها كواقع، مع تحديد تلك التغييرات؛ الأمر الذي يساهم في تحويل وتغيير تركيزهم من المشاكل الحالية والماضية إلى التفكير في حياة مستقبلية أكثر إشباعا وإرضاء(Corey, 2013, 407).

٥- فنية المهام Tasks: وهى تتمثل في الواجبات المنزلية التي تتضمن مجموعة من المهارات والسلوكيات التي يُطلب من العميل أدائها بين الجلسات، وتصمم في ضوء ما يتم التدريب

عليه داخل الجلسات، ووفقا لحاجات العميل؛ لمساعدته على تحقيق تغييرات صغيرة نحو تحقيق الأهداف، وتتعدد أنواع المهام المستخدمة في الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، فمنها: "مهام تستخدم لمتابعة تنفيذ إجابة العميل للسؤال المعجزة" حيث يتم تكليفه بعد نهاية الجلسة بمهمة تقوم على تنفيذ أصغر جزء للاستجابة؛ الأمر الذي يساعده على أخذ دور نشط للوصول للهدف، وقد تكون تلك المهام أيضا في صورة "مراقبة للإيجابيات" (Burg & Mayhall, 2002, 84)، حيث يُطلب من العميل ملاحظة ووصف ما يحدث في حياته بجوانبها المختلفة، وما هي الأحداث التي يود أن تستمر، مع تقييم ذلك في بداية الجلسة التالية، ويعطى هذا النوع من المهام أملا للعميل بأن التغيير حاصل حتما لا شك فيه، ويزيد من تفاؤله فيما يتعلق بمشكلاته (Corey, 2013, 407)، وقد تصمم المهام أيضا في صورة " فعل شيء مختلف" وذلك يكون مفيدا عندما يشعر العميل بعجزه عن التفكير في مشكلته الحالية ، فضلا عن "مهام التنبوء" Prediction tasks والتي فيها يُطلب من العميل أن يتنبأ في وقت معين من اليوم بما إذا كانت مشكلته ستستمر لليوم التالي أم لا، ولذلك النوع من المهام فعالية عندما يبدو أن المشكلة تحدث بصورة عشوائية للعميل؛ مما يساعده على أن يشعر بقدرة أكبر على التحكم في حدوثها أو ظهورها، ومن ناحية أخرى قد يكون العميل هو المصمم لمهام الواجب المنزلي بدلا من المرشد؛ الأمر الذي قد يسهم في خفض ميله لمقاومة التدخل الخارجي، بل ويجعله أكثر تقبلا للإرشاد وأكثر إقبالا على أداء المهام بفعالية(Trepper et al., 2013, 31؛ محمد السيد عبد الرحمن، ٢٠١٥، ٦٥٩).

٦- فنية أسئلة المقياس (أسئلة التقييم المتدرج) Scaling question: يستخدم مرشدو الإرشاد المتمركز حول الحل تلك الفنية في مساعدة العميل على تقييم مشكلاته وتحديد أهدافه وتقييم مدى إنجازها خلال مراحل العملية الإرشادية، حيث يساعد طرح تلك الأسئلة على توجيه انتباه العميل لتحديد ما يستطيع أن يفعله، وكيف يمكنه اتخاذ خطوات تقود إلى التغييرات التي يرغب في إحداثها، ويتم ذلك من خلال مطالبته بأن يعطى تقييم لحدة مشكلته باستخدام مقياس متدرج من صفر إلى خمسة وذلك في حالة العملاء الأطفال، ومن صفر إلى عشرة في حالة العملاء الأكبر سنا، حيث تشير الدرجة صفر إلى حالة العميل قبل بداية الإرشاد (درجة مرتفعة من حدة المشكلة)، بينما تشير الدرجة عشرة إلى حالته بعد تلاشى أو اختفاء المشكلة، كالتالي: على مقياس متدرج من صفر إلى عشرة هل تستطيع تقييم مدى شعورك

بالمشكلة؟، ما الذي عليك القيام به للانتقال خلال هذا التدريج إلى عدد أكبر في المقياس؟، مع الأخذ في الاعتبار أن مجرد تحرك العد على المقياس بمقدار درجة واحدة أو من صفر إلى واحد يشير ذلك إلى أن التحسن قد حصل(Taylor, 2009, 63 Corey, 2013, 407)، كما يُستفاد من تلك الفنية أيضا في تحسين دافعية العميل للتغيير ورفع مستوى ثقته في قدرته على حل مشكلاته (محمد السيد عبد الرحمن، ٢٠١٥، ٦٥٦).

٧- فنية أسئلة البحث عن الاستثناءاتExceptions finding questions : كل مشكلة لها استثناءات وبالحديث عن هذه الاستثناءات والتعرف على السياق الذي ظهرت فيه يمكن للعميل السيطرة على مشكلته، وتحويل تلك الاستثناءات والتعامل معها على أنها حلول ممكنة للمشكلة، حيث يرى الإرشاد المتمركز حول الحل أن العملاء يدركون خطأ أن مشكلاتهم ملازمة لهم على الدوام، بينما في الواقع لا يكون لتأثير المشكلة نفس القوة أو الشدة طول الوقت، بل قد يتلاشى ويعود مرة أخرى، كما أنهم يكونون غارقين في مشكلاتهم بدرجة تجعلهم لا يلاحظون الأوقات التي لم تكن موجودة فيها المشكلة أو التي تقل فيها حدتها بالقدر الذي يشعرون بتأثيرها حينما تعود، لذا تعد ملاحظة تلك الاستثناءات الخطوة الأولى للوصول للحلول الممكنة (Sklare, 2005, 11) فهي تنطوي على مساعدة العملاء على إيجاد حلول ضمن مشكلاتهم، والتي يمكن إنشاؤها من خلال المواقف (الأوقات) التي لا تظهر فيها المشكلة (ميخائيل نيستول ، ٢٠١٥، ١١٣).

٨- فنية أسلوب تطبيع المشكلة Normalizing the problem: ويتم من خلالها الإيضاح للعميل بأن مشكلته ليست فريدة، فهو ليس الفرد الوحيد الذي يعانى منها، كما أنه يمكن حلها (Christensen, Todahl, & Barrett, 1999, 116).

٩- فنية الاستراحة Taking a break: وهى تتمثل في صورة استراحة قصيرة لدقائق معدودة؛ لمساعدة كلٍّ من المرشد أو العميل على استجماع أفكارهما، والسماح للمرشد بالتشاور مع زملائه – إن وجدوا – بشأن المهام الإرشادية المفيدة للعملاء، وكذلك للإعداد للتغذية الراجعة لما ينبغي فعله من قبل العميل لتحقيق التغيير والتطوير وصولا لهدفه، وعادة ما تتضمن أيضا تقديما للملاحظات حول استجابة العميل لمحتوى الجلسة، أو طرحا لبعض الاقتراحات التي تتطلب اهتماما منه أو مناقشته للإجراءات الممكنة لحل المشكلة، فضلا عما قد يتم فيها من تقديم للمجاملات أو المدح والإطراء للعملاء بشأن مدى تطورهم واستجابتهم للتغير؛ الأمر

الذي يسهم في زيادة فرصهم في النجاح للوصول لهدفهم (Bannink, 2007, 91; Trepper et al., 2013, 31)

١٠-فنية المجاملات (المدح) Compliments: وتعرف أيضا بفنية "توجيه النجاح" Cheer leading وهى إحدى الفنيات الإرشادية التي تستخدم في دعم ومساندة وتشجيع نجاح العملاء من خلال تقديم كلمات المدح والثناء لهم مع الحرص على ذكر أسباب الثناء حتى يكون الإطراء أكثر صدقا؛ الأمر الذي يمنحهم الثقة بالنفس ويساعدهم على المشاركة الفعالة في العملية الإرشادية، وتتمثل في: تقديم المجاملات المباشرة للعملاء كرفع مستوى الصوت أثناء الحوار لإظهار مدى التأثر بجهودهم، أو التعبير لهم عن السرور عند نجاحهم في تطبيق الإجراءات المطلوبة منهم للوصول إلى حل المشكلة، أو إظهار الإعجاب بأفكارهم البناءة والإبداعية والناضجة في مواجهة مشكلاتهم أو لقدرتهم على اتخاذ القرارات والالتزام بمواصلة الإرشاد وعدم الاستسلام (Sklare, 2005, 46-47)؛ مما يساعدهم على الإيمان بأنفسهم، والتغلب على شكوكهم الذاتية، وينمى لديهم فعالية الذات؛ ومن ثَمَّ زيادة احتمالات التغيير الإيجابي (ميخائيل نيستول ، ٢٠١٥، ١١٣)، كما يشير وليامز (Williams, 2019, 23) إلى أنه يُطلق عليها أيضا فنية "التغذية الراجعة الإيجابية" Positive feedback؛ وذلك لإسهامها ف خلق مناخ إيجابي يسمح بالتغلب على مخاوف التغيير ويبرز للعملاء مدى تقدمهم نحو تحقيق الهدف.

١١-فنية الإصلاح الروائي Narrative reform: وتنطوي على مساعدة العملاء على إعادة تأليف قصصهم الحياتية من منظور إيجابي بدلاً من المنظور المرضى الانهزامي الذي كانوا يعانونه نتيجة للمشكلة (ميخائيل نيستول ، ٢٠١٥، ١١٣).

١٢- فنية الخريطة الذهنية (العقل) Mind mapping: إن هذه الفنية الإرشادية ما هي إلا رسم خريطة للأفكار توجه العميل لما سيتم عمله للوصول إلى النجاح في العملية الإرشادية ولتحقيق أهدافها، وتقوم على استدعاء سلوكيات العميل الإيجابية مهما كانت صغيرة، وكذلك الطرق التي استخدمها بنجاح في المواقف التي سببت صعوبة في الماضي وتعزيزها، مع تنظيم أهدافه وحلوله في ضوء ذلك (Sklare, 2005, 45).

١٣- فنية أسئلة ماذا بعد؟ What else questions: وتهدف هذه الأسئلة إلى زيادة تعزيز فرصة العملاء في أن يجدوا الحلول الممكنة لمشكلاتهم (نبيل صالح سفيان، ٢٠١٨، ٨٣٥).

ثانيا- مهارات تقرير المصير **Self- Determination Skills**:

مفهوم مهارات تقرير المصير:

تعددت تعريفات الباحثين لمتغير مهارات تقرير المصير، كما تعددت وجهات نظرهم حوله، وسوف تستعرض الباحثة بعض من تلك التصورات، ومنها ما يلي:

تُعرَّف مهارات تقرير المصير على أنها مزيج من المهارات التي تسهل سلوكيات التوجه نحو الهدف وتنظيم الذات والمشاركة الاستقلالية (Algozzine, Browder, Karvonen, Test, & Wood, 2001, 219)، وكذلك القدرة على تحديد الاختيارات المناسبة، واتخاذ القرارات المؤدية لنوعية حياة أفضل (Malian &Nevin, 2002, 68).

هذا، وقد عَرَّفها مركز الدراسات بجامعة كاليفورنيا (The Center of the State of California Studies, 2014, 52) لدى الأفراد المعاقين بصريا بأنها مجموعة المهارات التي تهدف إلى تعزيز الاستراتيجيات اللازمة لتحديد الأهداف المناسبة ومراقبة الأداء وتقييمه، وكذلك تحديد الحلول الخاصة بالمشكلات الحالية والمستقبلية، مع توجيه وإدارة السلوك والقيام بالتعزيز الذاتي؛ للتمكن من المشاركة بصورة أكثر استقلالية في الأنشطة الحياتية.

كما تم تعريفها أيضا على أنها مجموعة المهارات التي تمكن الأفراد من التحكم والسيطرة على أمور حياتهم؛ فيصبحون بالغين ناجحين ومنتجين، إلى جانب فهمهم لنقاط القوة والضعف الذاتية، والاعتقاد بقدرتهم على التصرف بشكل مستقل وناجح (Frasier, 2016,11)، فهي تُعَدُّ الموجه الأساسي والرئيسي للفرد من أجل وضع الأهداف الخاصة وإظهار نوع من التحكم الذاتي في الحياة الشخصية، ولتحقيق قدر أكبر من الاستقلالية والتمكين الذاتي؛ فيكون من خلالها الفرد قادرا على معالجة عديد من الأبعاد المتصلة بذاته وعلاقتها بالحياة التي يعيشها (محمود محمد إمام، ٢٠١٧، ٢).

كما يصفها كل من تركي بن عبد الله سليمان القريني (٢٠١٧، ١٩٧)؛ وهالة خير سنارى إسماعيل (٢٠١٧، ١٢) بأنها تلك المهارات التي من شأنها دعم الطلاب ذوى الإعاقة في القدرة على التعبير عن الرغبات والميول، وتحديد الأهداف وتحقيقها، ومراقبة الذات،

والاستقلالية في التصرفات، واتخاذ القرارات، وحل المشكلات، وتحمل المسئولية، ودراسة البدائل واختيار المناسب منها دون أي ضغط أو تأثير خارجي؛ مما يمكنهم من الحصول على الوظائف المناسبة والعيش بشكل مستقل، كمهارات: الاستقلال الذاتى، وتنظيم الذات وتحقيقها، والتمكين النفسي، والوعي بالذات، وحل المشكلات، والمطالبة بالحقوق، والأداء المستقل.

وباستقراء ما سبق يُلاحظ تعدد تعريفات مهارات تقرير المصير إلا أن جميعها تتفق على أنها مجموعة المهارات التي تقود الأفراد للاختيار الملائم واتخاذ القرارات المناسبة وتحقيق الأهداف ووضع الخطط التي يمكن أن تحقق استقلاليتهم، مع ضبط كمية ونوعية الدعم المقدم لهم، وعدم تلقى المساعدات إلا عند الضرورة، بما يدعم قدرتهم على المشاركة الفعالة في المجتمع وصولا لجودة حياة أفضل، متضمنة عدد من المهارات المختلفة، ويهتم البحث الحالي بدراستها لدى المراهقين المكفوفين بالتركيز على تناول مهارات الوعي بالذات وتنظيم الذات والاستقلالية وتخطى العقبات كأبعاد لها مع محاولة تنميتهم باستخدام برنامج إرشادي مختصر متمركزا حول الحل، وتقديم مقياسا يعكس تلك الأبعاد لديهم؛ لما لذلك من تداعيات على المراهق الكفيف ومجتمعه.

النظريات المفسّرة لتقرير المصير:

أشارا قمر وماركوسكى (Cmar & Markoski, 2019, 103-104) إلى مجموعة من النظريات المفسرة لتقرير المصير ومهاراته، ويمكن إيضاح كل منهم كما يلي:

١-نظرية تقرير المصير **(Self-Determination Theory (SDT: والتي صاغها ديسي وريان Deci & Ryan ، وهى تعد منظور متعدد الأبعاد للدافعية، كما تشمل خمس نظريات مصغرة، وهى: التقييم المعرفي، التكامل العضوي، التوجهات السببية، محتويات الهدف، والحاجات النفسية الأساسية، كما ترى في مجملها أن تنمية وتطوير مهارات تقرير المصير عملية مستمرة طول الحياة حيث تعتمد على إشباع الحاجات النفسية الأساسية للفرد(الانتماء، الاستقلالية، الكفاءة)، كما أن تقرير المصير يرتبط ويتأثر بالمستويات المختلفة للدافعية (الداخلية Intrensic Motivation، والخارجية Extrinsic Motivation)؛ فتتضمن الأولى القيام بالنشاط بدافع المتعة والرضا، أما الثانية – وهى ذات أنواع مختلفة– تشمل القيام بالنشاط بدافع الحصول على المكاسب المادية أو لتجنب النتائج السلبية.**

٢-نظرية تعلم تقرير المصير **Self-Determination Learning Theory: وقد صاغها ميثاجMithaug ، وترى أن عملية تطوير وتنمية تقرير المصير تتحقق بناءً على القدرات والفرص المتاحة للفرد؛ فيختلف الأفراد فيما بينهم بناءً على امتلاك قدرات التكيف مع التحديات، والاختيار، وحل المشكلات، وتقييم النتائج، وكذلك توفر الفرص المتاحة له للاستجابة والاختيار.**

٣-النظرية الوظيفية لتقرير المصير **Functional Theory of Self-Determination: وقد صاغها ويهمر وزملائه .Wehmeyer et al، وترى أن امتلاك الإرادة هو مفتاح تحقيق تقرير المصير؛ حيث يشار إليه بمجموعة الإجراءات الإرادية التي تمكن الفرد من التصرف كمحرك أساسي لحياته واختياراته المؤدية لنوعية حياة أفضل، وينطوي على عدة مهارات: كمعرفة الذات، تنظيم الذات، الاستقلالية، والتمكين النفسي.**

ومن خلال ما سبق يتضح أن تلك النماذج النظرية تشترك في نظرتها للبناء المفاهيمى لتقرير المصير باعتباره يركز على فاعلية الفرد من خلال قدرته على الاختيار وفرض اختياراته بفعالية ذاتية، وذلك ما يحتاجه المعاق بصريا للتغلب على آثار إعاقته السلبية من خلال تنمية المهارات المحققة لتقرير مصيره.

خصائص الأفراد المكفوفين المقررين لمصيرهم:

تتعدد خصائص وسمات الأفراد الناجحين في تقرير مصيرهم وخاصة ذوى الإعاقة منهم حيث معرفتهم الجيدة لكيفية الاختيار، وما لديهم من طرق استثنائية لحل المشكلات، ووعى بما يرغبون في تحقيقه من أهداف، وكذلك إصرارهم بالسعي نحو تحقيقها، وتقييم مدى إحرازها؛ ومن ثَمَّ تقبل نتائجها(Rowe, Alverson, Unruh, Fowler, Kellems, & Test, 2015, 116)، فمنهم من يتميز بالتطلع والطموح المرتفع، والحرص على التعلم من مواقف الفشل، والمثابرة والنضال في مواجهة العقبات، والرؤية المختلفة للأمور والأزمات؛ ومن ثَمَّ إمكانية الإحساس الجيد بالرفاهية (Erickson et al., 2015, 46) ، كما قد تغلب عليهم أيضا مشاعر الرضا والميل للتفاوض ويتميزون بالإيجابية والمرونة في الاستجابة لأساليب الضبط الوالدية واستخدام أنماط التفكير الإبداعية، بينما يكون الفاشلون في تقرير مصيرهم أكثر شعورا بالإحباط حيث صعوبة إشباع حاجاتهم للاستقلالية، وكذلك أكثر ميلا للعناد والتحدي وأكثر حساسية للتدخلات الوالدية التنظيمية، وذلك وفقا لما أكدته نتائج دراسة كلٍّ من (Cheng & Sin, 2019; Van Petegem,

Zimmer-Gembeck, Baudat, Soenens, Vansteenkiste, & Zimmermann, 2019).

في حين أن الناجحين من المكفوفين في تقرير مصيرهم – على وجه الخصوص– يتسمون أيضا بتقدير الذات المرتفع (Levin et al., 2011, 351)، والوعي الجيد بالتفضيلات والاهتمامات الذاتية ونقاط القوة والضعف الشخصية وبظروف إعاقتهم البصرية، وما هم بحاجة له من تعديلات بيئية وخدمات ضرورية، وكذلك باستعدادهم لممارسة التحكم الشخصي؛ فهم يدركون أنهم منفصلون عن البيئة وأن بإمكانهم التحكم بها وتحقيق أقصى استفادة منها ، كما أنهم أيضا يحسنون صناعة قراراتهم، ويؤمنون بأهميتها، وكذلك بقدرتهم على الدفاع عن حقوقهم والتعبير عن احتياجاتهم وأثر وقيمة تقرير المصير في حياتهم (The Center of the State of California Studies,2014, 73).

بالإضافة إلى ما أكده أيضا كلٌ من (Agran et al., 2007 ؛ آمال أبوداود ، وجمال الخطيب ،٢٠١٧؛ جمعة فاروق حلمي فرغلى،٢٠١٧) في نتائج دراساتهم بأن هؤلاء المكفوفين المقررين لمصيرهم يكونون أكثر نجاحا أكاديميا ولديهم مستويات مرتفعة من الشعور بالرضا عن الحياة والمناصرة الذاتية.

ومن ثَمَّ فإن تنمية مهارات تقرير المصير لدى تلك الفئة من المكفوفين تشكل أهمية بالغة؛ وذلك لمواجهة التحديات التي تقف عائقا أمامهم لتحقيق مستقبلهم، وتفعيل دورهم في اتخاذ القرارات بطريقة مستقلة، مما يساعدهم على تحقيق السيطرة على حياتهم ومصيرهم الشخصي أو الاجتماعي أو التعليمي، ومن ثَمَّ المهني، ولكي يتمكن كل منهم من تقبل ذاته والإحساس بقيمته وتأكيد هويته، وهذا ما يركز عليه البحث الحالي من خلال استخدام برنامج إرشادي قائم على نظرية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل.

ثالثاً-الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل ومهارات تقرير المصير لدى المكفوفين:

يعد الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل من أكثر الأنماط الإرشادية التي لاقت صدى كبير لدى الممارسين في مجال الإرشاد النفسي نظراً لتطبيقاته العملية وإسهامات الباحثين حول التقنيات التي يقدمها، فهو يتمتع بفعالية في التعامل مع المشكلات والاضطرابات النفسية والانحرافات السلوكية، وكذلك تنمية الجوانب الإيجابية لدى الأفراد العاديين وذوى الاحتياجات الخاصة، وذلك ما أكدته نتائج عديد من الدراسات كما سبقت الإشارة إليها، كما

يمثل تطبيقه في تنمية مهارات تقرير المصير مجالاً جديدًا من المجالات التطبيقية لهذا النموذج الإرشادي خاصة لدى الأفراد المكفوفين، حيث إن عدم إلمامهم بهذه المهارات قد يؤثر على تكيفهم الإنساني وصحتهم النفسية في ظل ما يعانونه من آثار سلبية عديدة لإعاقتهم ساعدت في بلورة فكرة البحث الحالي، فقد أشار كل من (Morgan et al., 2002, 13؛ أماني عزت نعمان المصري، ومحمد أكرم حمدان، ٢٠١٦ ، ١٠) إلى افتقارهم للفرص المتكافئة والمناسبة لممارسة سلوكيات تقرير المصير حيث تدخلات الأسرة والمربيين التي قد تحد من فرصهم في التعبير عن احتياجاتهم واتخاذ القرارات وتحمل المخاطر ومواجهتها، وكذلك تعاملات المعلمين التي تنطوي على اعتبارهم أفراد غير قادرين على الاختيار المناسب أو تحمل المسئولية.

وما ينتج عن ظروف إعاقتهم أيضا من حيث تكوينهم للاعتقادات والأفكار السلبية حول الفرص المتاحة وقدراتهم وإمكاناتهم على التأقلم والتكيف؛ مما قد يؤثر سلبا على إدارتهم لشئون حياتهم؛ ومن ثَمَّ الصعوبة في تقرير مصائرهم (Lipkowitz & Mithaug, 2003, 104).

وكما أن للمكفوفين أوجه قصور في جوانب معينة، فلديهم أيضا مواطن قوة في جوانب أخرى؛ لذا هم بحاجة لتوفير الظروف الملائمة التي تساعدهم على استثمار طاقاتهم بما يشعرهم بأهميتهم كبشر لهم حق الحياة والتحكم بها وبمصائرهم، وذلك ما يتناسب مع الخصائص والافتراضات الأساسية للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، حيث يذكر نبيل صالح سفيان(٢٠١٨، ٨٢٨) بأن ذلك الأسلوب الإرشادي يعتمد على التركيز على اكتشاف وإبراز جوانب القوة لدى الفرد وتوظيفها في علاج المشكلات.

كما أنه أيضًا في مقابل ما يعانيه مكفوفو البصر من صعوبات في تقرير المصير يتضمن الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل وفقا لما أشار إليه كل (Corey, 2013, 402؛ نبيل صالح سفيان، ٢٠١٨، ٨٢١، ٨٢٤) للإيمان الكامل بأن لكل عميل قدرات وإمكانات يستطيع استثمارها إلى أقصى حد ممكن، فكل فرد يعد خبيرًا ومسئولاً عن حياته، كما يؤكد هذا الإرشاد أيضا على ضرورة تشجيع العملاء لتحمل المسئولية والاعتماد على قدراتهم، وتحديد أهدافهم الخاصة وتجزئتها، وأيضا تحديد السبل والحلول لتحقيقها، وذلك في مضمونه يعد تحسينا

لقدرة الفرد للسيطرة على حياته؛ الأمر الذي يشير للمناسبة والمنطقية بين مكونات البحث الحالي.

دراسات سابقة:

من خلال المراجعة المسحية للدراسات السابقة حول الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل ومهارات تقرير المصير، اتضح أنه لا توجد دراسات عربية أو أجنبية – في حدود علم الباحثة – تناولتهما معا لدى المراهقين المكفوفين؛ لذا تم عرض بعض الدراسات العربية والأجنبية ذات الصلة مع مراعاة أن تكون أقرب الدراسات للبحث الحالي، وتم تقسيمهم للمحاور التالية:

أولا- دراسات تناولت مهارات تقرير المصير لدى المكفوفين:

دراسة روبينسون وليبرمان Robinson& Lieberman (2004) والتي تعد من الدراسات الأولية التي هدفت تعرف مستوى مهارات تقرير المصير لدى الأفراد ذوى الإعاقة البصرية، وذلك لدى عينة قوامها (٥٤) طالبا، وتوصلت النتائج إلى تسجيل المشاركين ذوى الإعاقة البصرية مستوى منخفض في تقرير المصير؛ مما يشير إلى قلة الفرص المتاحة لهم لممارسة تلك المهارات.

ودراسة أجران وآخرين Agran et al. (2007) التي هدفت تحرى تصورات معلمي الطلاب ذوى الإعاقة البصرية حول الجوانب المرتبطة بتقرير مصير طلابهم، وذلك لدى عينة قوامها (١٨٧) معلم، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط دال وموجب بين امتلاك مهارات تقرير المصير والنجاح الدراسي، وانخفاض مستوى فرص تقرير المصير المقدمة لهؤلاء الطلاب.

وفى دراسة أماني عزت نعمان المصري، ومحمد أكرم حمدان(٢٠١٦) والتي هدفت التعرف على مستوى امتلاك الطلاب ذوى الإعاقة البصرية لمهارات تقرير المصير مقارنة بأقرانهم المبصرين، وتكونت العينة من (٩٨) طالبا منهم (٤٨ فرداً من ذوى الإعاقة البصرية، ٥٠ فرداً من المبصرين)، وقد أشارت النتائج إلى أن مهارات تقرير المصير جاءت بمستوى متوسط لدى أفراد العينة ذوى الإعاقة البصرية.

كما أجرى جمعة فاروق حلمي فرغل (٢٠١٧) دراسة استهدفت الكشف عن العلاقة بين تقرير المصير ومناصرة الذات، وذلك لدى عينة قوامها (١٣٦) فردا، بواقع (٧١ أصم، ٦٥ مكفوفا)، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة موجبة بين تقرير المصير ومناصرة الذات، وكذلك تفوق الطلاب الصم مقارنة بالمكفوفين في مهارات تقرير المصير.

ثانيا- دراسات تناولت فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل مع بعض المتغيرات النفسية ذات الصلة بمتغير البحث:

قام كلٌّ من ساداتزاد وخليلي (2012) Saadatzaade & Khalili بدراسة هدفت إلى معرفة أثر الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين تنظيم الذات والتحصيل الأكاديمي، وذلك لدى عينة قوامُها (٤٤) طالبا من طلاب المرحلة الثانوية الذكور، تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، واستخدمت الدراسة برنامجًا قائمًا على الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، ومقياس لتنظيم الذات، وقد استغرق تطبيق البرنامج (٧) أسابيع، بمتوسط زمني للجلسة (٨٠) دقيقة؛ ومما توصلت إليه الدراسة من نتائج: فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين مستوى كلٌّ من تنظيم الذات والتحصيل الأكاديمي.

وقد أجرى رودين وآخرون (2014) .Roeden et al دراسة بهدف تقييم فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في رعاية الأفراد ذوى الإعاقة العقلية البسيطة، وذلك لدى عينة قوامها (٣٨) فردًا، تراوحت أعمارهم ما بين (١٨-٦٠) سنة، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة قوامها (١٨) فردًا، قد تلقت الرعاية العادية، وأخرى تجريبية قوامها (٢٠) فردًا، وقد أُستُخْدِمَ مقياس للمرونة ببعديها (الحكم الذاتي "الاستقلالية"، والتفاؤل)، وكذلك مقياس لكل من جودة الحياة، والسلوكيات اللاتكيفية، وبرنامج للإرشاد المختصر لمتمركز حول الحل معتمدا على استخدام فنية المقياس كفنية رئيسية، واستغرق تطبيق البرنامج الإرشادي (١٥) أسبوعًا؛ ومما أسفرت عنه الدراسة من نتائج: فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية الحكم الذاتي "الاستقلالية"، ورفع مستوى جودة الحياة، وخفض بعض المظاهر السلوكية اللاتكيفية.

وفى دراسة ريدي وآخرون (2015) .Reddy et al والتي هدفت إلى بيان فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، وذلك في علاج حالة (فتاة)، تبلغ من العمر (١٩) عامًا، وتعانى من الاكتئاب؛ مما أثر سلبًا على قدرتها على تحديد الأهداف والتخطيط وإدارة الضغوط الأكاديمية، كما تظهر عليها بعض الأعراض، منها: قصور الانتباه وضعف القدرة على التركيز والتذكر، والمعاناة من المزاج السيء حيث سيطرة نوبات البكاء وسرعة الغضب والانفعال الشديد، مع الشعور بالذنب والشكوى من اضطرابات النوم وفقدان الشهية، وقصور الأداء الأكاديمي وضعف مستوى الاستمتاع الدراسي، وقد استخدمت الدراسة برنامجاً للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، معتمدا على فنيات: (سؤال المعجزة، والمقياس، والاستثناءات) كفنيات أساسية، كما استغرق تطبيق البرنامج (٦) جلسات، وقد أظهرت النتائج: فعالية الإرشاد المستخدم في خفض حدة الاكتئاب، والمساعدة على

تحديد الأهداف وتنفيذها، وإدارة الضغوط الأكاديمية، وتحسين القدرة على الانتباه والتركيز والتخطيط للامتحانات، كما أظهرت أيضا ارتفاع في مستوى الأداء الأكاديمي.

كما قام كلٌ من روسمانا وسوريانا Rusmana& Suryana (2017) بإجراء دراسة بهدف التعرف على فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تطوير ثلاثة جوانب لتقرير المصير (الاستقلال، الكفاءة، الانتماء)، وذلك لدى عينة من طلاب الجامعة بالمستوى الثالث؛ تم تقسيمهم إلى مجموعة ضابطة وأخرى تجريبية، وقد أُسْتُخْدِمَ برنامج للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، وأظهرت النتائج وجود فعالية للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تطوير الشعور بالاستقلالية والكفاءة والانتماء.

في حين أجرت إيمان عطية منصور جريش (٢٠١٨) دراسة هدفت إلى معرفة فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية إدارة الوقت وخفض حدة التسويف الأكاديمي لدى طالبات الدراسات العليا، وذلك لدى عينة تجريبية قوامها (٣٠) طالبة، تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية قوامها (١٥) طالبة، وضابطة قوامها (١٥) طالبة، وقد استخدمت الدراسة مقياسي إدارة الوقت والتسويف الأكاديمي، وبرنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، واستغرق تطبيق البرنامج (٩) جلسات، بواقع جلسة واحدة أسبوعيا، مدة كلٌ منها ساعة ونصف، وتمت المتابعة بعد مرور(٦) أسابيع من انتهاء البرنامج؛ ومما توصلت إليه الدراسة من نتائج: فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية إدارة الوقت، وخفض حدة التسويف الأكاديمي.

وأخيرا، دراسة روزى وإسحاق Rose & Ishak (2019) والتي كانت بهدف تحرى فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في خفض مشاعر الضيق النفسي وتنمية أساليب المواجهة الإيجابية للضغوط، وذلك لدى عينة قوامها(٦) سيدات، تراوحت أعمارُهن ما بين (٢٤-٤٠) عاماً، وأُسْتُخْدِمَ برنامج للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل؛ وقد خلصت الدراسة إلى وجود فعالية للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في خفض حدة مشاعر الضيق النفسي، وتنمية أساليب المواجهة الإيجابية للضغوط كأسلوب حل المشكلات وانخفاض استخدام أساليب المواجهة السلبية كالانسحاب، وصرف الذهن عن التفكير بالمشكلة، والبكاء.

ثالثا- دراسات تناولت برامج إرشادية أخرى لتنمية مهارات تقرير المصير:

قام ريب Ripp (2005) بدراسة هدفت إلى الكشف عن فعالية برنامج إرشادي عبر الإنترنت قائم على المناصرة الذاتية في تنمية تقرير المصير والتمكين النفسي والفعالية الذاتية، وذلك لدى عينة من والدي الأطفال ذوى الإعاقة، قوامها (٣٨٣) فردا، تم تقسيمهم إلى مجموعتين، إحداهما تجريبية قوامها (٢٠٠) فردٍ ممن تلقوا الجلسات الإرشادية عبر الإنترنت، وضابطة قوامها (١٨٣) فردا، وقد استخدمت الدراسة مقياسا لكلٍّ من تقرير المصير والتمكين النفسي والفعالية الذاتية، وبرنامج إرشادي قائم على المناصرة الذاتية إعداد الباحث؛ ومما توصلت إليه الدراسة من نتائج: أن البرنامج الإرشادي المستخدم كان فعالا في رفع مستوى كلٍّ من: تقرير المصير والتمكين النفسي والفعالية الذاتية لدى عينة الدراسة.

وقام زيتو(2009) Zito بفحص أثر تدريب طلاب المرحلة الثانوية ذوى الإعاقة، ومنهم أفراد معاقين بصريا على برنامج قائم على نظرية تقرير المصير، وآخر قائم على إرشاد الأقران في تحسين مستوي تقرير المصير(صنع القرار، والوعي بالغايات وأهميتها للمستقبل)، وأشارت النتائج إلى تحقق فعالية البرنامجين.

كما أجرت عواطف محمود الشديفات (٢٠١٣) دراسة بهدف تعرف أثر برنامج معرفي سلوكي في تحسين مهارات تقرير المصير، وذلك لدى عينة من الطلاب ذوى صعوبات التعلم، قوامها (٨٠) طالبا وطالبة، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وقد استخدمت أدوات الدراسة، كما استغرق تطبيق البرنامج (١٦) جلسة؛ ومما أسفرت عنه الدراسة من نتائج: وجود فعالية للبرنامج المستخدم في تحسين مهارات تقرير المصير.

كما قدمت دراسة فارمر وزملائه Farmer, Allsopp,& Ferron (2015) برنامجا للقوى الشخصية مستندًا على المنظور الإيجابي لعلم النفس لاستقصاء فعاليته في تحسين مهارات تقرير المصير لدى عينة الطلاب ذوى صعوبات الانتباه وفرط النشاط، قوامها (٧) طلاب، وقد استخدمت أدوات الدراسة، وأشارت النتائج إلى الزيادة في مستويات تقرير المصير بعد التطبيق.

تعقيب على الدراسات السابقة: من خلال استعراض الدراسات السابقة يتضح ما يلى:

أ-بالنسبة لدراسات المحور الأول:

- **اتفق البحث الحالي مع ما سبق من دراسات بذلك المحور في تناولها لمتغير مهارات تقرير المصير لدى المكفوفين، بينما اختلف معها في طبيعة البحث؛ حيث يتناول البحث الحالى برنامج إرشادى مختصر متمركز حول الحل لتنمية بعض مهارات تقرير المصير للمكفوفين.**
- **تمثلت أوجه الاستفادة من درسات هذا المحور في إشارتها إلى طبيعة مستوى مهارات تقرير المصير لدى المكفوفين، وهو ما تم وضعه في الحسبان عند اختيار عينة البحث الحالي دون غيرهم، وأيضا تأكيدها على أهمية المتغير الحالي وضرورة تناوله بالدراسة والبحث التجريبي لدى هؤلاء الأفراد، وتم الاستفادة منها أيضا في تحديد أهم الأبعاد التي يمكن الاعتماد عليها في بناء المقياس الحالي.**

ب-بالنسبة لدراسات المحور الثانى:

- **تم ملاحظة أنه لا يوجد – في حدود علم الباحثة– دراسات عربية أو أجنبية جمعت بين الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل ومهارات تقرير المصير سوى دراسة (Rusmana& Suryana , 2017) والتي تناولتهما لدى طلاب الجامعة، وهى تختلف كثيرا عن البحث الحالي من حيث: الفئة المستهدفة، وأداة القياس والتشخيص ومحتوى البرنامج الإرشادي والفنيات المستخدمة، والمجتمع الذي أجريت فيه، وكذلك الأبعاد المتناولة بها حيث إنها مختلفة عن (أبعاد) مهارات تقرير المصير موضع البحث، وذلك ما يعطى بعداً لأهمية البحث الحالي، كما أن الدراسات الأخرى قد تعاملت بشكل غير مباشر مع مهارات تقرير المصير، وذلك باستخدام الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل؛ حيث أكدت نتائجها على فعالية الإرشاد الحالي مع بعض المتغيرات النفسية قريبة الصلة بأحد (أبعاد) مهارات تقرير المصير موضع البحث.**
- **تمثلت أوجه الاستفادة من دراسات هذا المحور في إثراء الإطار النظري من خلال توضيح فنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، وكذلك في تصميم البرنامج الإرشادي الحالي من حيث تحديد أهدافه وأسسه والفنيات الإرشادية الملائمة لموضوع وعينة البحث وعدد الجلسات، وفى صياغة الفروض وتفسير النتائج وتأييدها.**

ج-بالنسبة لدراسات المحور الثالث:

- **اتفق البحث الحالى مع دراسات ذلك المحور فى تناولها لمهارات تقرير المصير من خلال إعداد برامج إرشادية تهدف إلى تنميتها، بينما تختلف تلك الدراسات عنه فى طبيعة البرنامج نفسه والعينة المستهدفه.**
- **تم ملاحظة أن مهارات تقرير المصير قد لاقت اهتمام بعض الباحثين في بناء البرامج الإرشادية بهدف تنميتها، وبالرغم من ذلك كان هناك ندرة للدراسات في البيئة العربية والأجنبية – في حدود علم الباحثة – التي تناولت تنميتها بصفة عامة، وكذلك لم توجد أي دراسات – في حدود علم الباحثة – تناولت تنمية (أبعاد) مهارات تقرير المصير موضع البحث الحالي (الوعي الذاتي، تنظيم الذات، الاستقلالية، تخطى العقبات) مجتمعه معا لدى المراهقين المكفوفين، وهذا ما يعطى بعداً لأهمية البحث الحالي.**
- **تم الاستفادة من تلك الدراسات ونتائجها في إعداد الإطار النظري الخاص بمهارات تقرير المصير، والاطلاع على البرامج العلاجية والإرشادية الخاصة بتنميتها، وبناء مقياس لها.**

فروض البحث:

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة أمكن صياغة الفروض الآتية:

١. **توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس مهارات تقرير المصير لصالح القياس البعدي.**
٢. **لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات كل من الذكور والإناث من أفراد المجموعة الإرشادية على مقياس مهارات تقرير المصير في القياس البعدى.**
٣. **لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين البعدي(بعد التطبيق مباشرة) والتتبعي (بعد فتره متابعة شهرين) على مقياس مهارات تقرير المصير.**

إجراءات البحث:

أولاً- منهج البحث:

أُسْتُخْدِمَ المنهج شبه التجريبي بهدف التعرف على فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل (كمتغير مستقل) في تنمية بعض مهارات تقرير المصير(كمتغير تابع) لدى المراهقين المكفوفين، وذلك من خلال القياس القبلي، والبعدى، والتتبعى باستخدام المجموعة الواحدة.

ثانيا - عينة البحث :

تم التأكد من الخصائص السيكومترية لأداة البحث الحالي بتطبيقها على عينة قوامها (٦١) طالبا بواقع (٣٩ ذكرا، ٢٣ أنثى) من الطلاب المراهقين المكفوفين الملتحقين بمدرسة النور للمكفوفين وضعاف البصر بمحافظة المنيا، بمتوسط عمري قدره (١٦,٤) سنة، وانحراف معياري قدره (١,٢٥٦)، وتكونت عينة البحث الإرشادية من(١٠) طلاب من المراهقين المكفوفين، بواقع (٥ ذكور، ٥ إناث)، تراوحت أعمارهم ما بين(١٦-١٨) عاماً بمتوسط عمري قدره (١٦,٨) سنة، وانحراف معياري مقداره (٠,٩١٨)، وقد تم اختيارهم من بين أفراد العينة السابقة، حيث روعي أن يكون المسترشد مولودا بفقدان البصر أو فقده خلال السنوات المبكرة من الطفولة، وقد تم الاعتماد في ذلك على البيانات المدرسية لكل طالب، وكذلك ألا يعانى من إعاقات أخرى غير فقدان البصر أو أي اضطرابات أو أمراض عضوية مزمنة، مع مراعاة أيضا أن يكون جميع أفراد المجموعة الإرشادية من مرحلة التعليم الثانوي ، ويقيمون إقامة داخلية بالمدرسة، وأن تكون درجاتهم أقل الدرجات في المستوى الأدنى من الدرجة الكلية للمقياس، حيث تمثل درجاتهم مستوى منخفضا من مهارات تقرير المصير.

ثالثا - أداتا البحث :

أ- مقياس مهارات تقرير المصير للمراهقين المكفوفين (إعداد الباحثة):

تم إعداد هذا المقياس بهدف إعطاء صورة متكاملة عن (أبعاد) مهارات تقرير المصير لدى المراهقين المكفوفين، وتقدير درجة تقرير المصير لديهم، من خلال توفير أداة سيكومترية مناسبة للبيئة المصرية وأهداف البحث وعينته، بالإضافة إلى كتابته بطريقة برايل ليكون أكثر فهمًا ويسرًا في التطبيق، وقد مرَّ إعداد المقياس وتقنينه بالخطوات الآتية :

١- الاطِّلاع على بعض ما كُتِبَ عن مهارات تقرير المصير من دراسات وأطر نظرية ومقاييس، مثل : مقياس "أرك" لتقرير المصير لويهمر وكيلشنر The Arc's Self-Determination Scale, Wehmeyer & Kelchner (1995)، ودراسة ويهمر وآخرون Wehmeyer, Kelchner,& Richards(1996)، ودراسة روبينسون

وليبرمان Robinson & Lieberman (2004) ، ودراسة أماني عزت نعمان المصري، ومحمد أكرم حمدان (٢٠١٦)، للاستفادة من كل منهم في صياغة بنود المقياس وتحديد أبعاده.

٢- صُمِّمَتْ استبانه مفتوحة- للاستفادة بها في صياغة بنود المقياس- تضمنت الأسئلة الآتية: ماذا يدور ببالك حينما تسمع مصطلح "تقرير المصير" ؟، ما خصائص الشخص الناجح في تقرير مصيره من وجهة نظرك؟، ما المواقف التي قد تجعلك تشعر بقدرتك على تقرير المصير؟، وتم تطبيق الاستبانة على عينة بلغت (٢٠) طالباً وطالبة من المكفوفين.

٣- تَمَّ عمل تحليل محتوى لمضمون الاستجابات المختلفة لأفراد العينة التي طُبِّقَتْ عليهم الاستبانة.

٤- بناءً على ما سبق من خطوات، صيغت مجموعة من البنود عددُها (٤٤) بنداً، موزعة على أربعة أبعاد تمثل مهارات تقرير المصير الفرعية، وهى: الوعي بالذات، تنظيم الذات، الاستقلالية، وتخطى العقبات، ثم تمَّ عَرضُها على سبعة مُحكِّمين* من أساتذة الصحة النفسية؛ للحكم على صلاحية البنود لقياس كل مهارة على حدة ثم صلاحية المهارات الفرعية لقياس مهارات تقرير المصير ثم مناسبتها للمراهقين المكفوفين، وقد تمَّ الإبقاء على البنود التي حصلت على نسبة اتفاق (١٠٠٪)، وتعديل صياغة بعض العبارات، وبذلك أصبح المقياس مكوناً من (٣٨) بنداً حيث تمَّ حذف (٦) بنود، وتَمَّ وضع ثلاثة بدائل للإجابة عن كلِّ بند من بنود المقياس، هي: دائمًا (٣) أحيانًا (٢) ، نادرًا (١)، وتُعكس هذه الدرجات في العبارات السالبة، وبذلك تم تحديد ثلاث مستويات للإجابة بالدرجات كما يلى: المستوى المنخفض (٣٨- ٦٣,٠٨)، المستوى المتوسط (٦٣,٠٩-٨٨,٥٤)، المستوى المرتفع (٨٨,٥٥-١١٤).

٥- طُبِّقَ المقياس في صورته الأولية بصورة فردية على عينة قوامُها (٦١) طالباً وطالبة من المكفوفين، ثم صُحِّحَ المقياس طبقاً لتقدير الدرجات السابق ذكرُه.

٦- الاتساق الداخلي: حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للبعُد الذي تنتمي إليه المفردة (محذوفًا منه درجة المفردة ذاتها)،

* ملحق (١) أسماء السادة المحكمين لمقياس مهارات تقرير المصير للمراهقين المكفوفين.

وكذلك معاملات الارتباط بين بين درجة كل بعُد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية للمقياس (محذوفا منه درجة البعُد)، وذلك كما بالجدولين التاليين:

جدول (١)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس مهارات تقرير المصير للمراهقين المكفوفين والدرجة الكلية للبعُد الذي تنتمي إليه محذوفًا منه درجة المفردة (ن=٦١)

الوعي بالذات		تنظيم الذات		الاستقلالية		تخطى العقبات	
رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد	رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد	رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد	رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد
١	٠,٥٨٩	٢	٠,٧٧٥	٣	٠,٦٢٢	٤	٠,٦٧٣
٥	٠,٦٧٨	٦	٠,٨٨٧	٧	٠,٦٤٢	٨	٠,٨٣٩
٩	٠,٧١٧	١٠	٠,٨٨١	١١	٠,٧١	١٢	٠,٧٧
١٣	٠,٧٨	١٤	٠,٧٤٨	١٥	٠,٦٣٣	١٦	٠,٨٦٧
١٧	٠,٧٣٦	١٨	٠,٧٠٢	١٩	٠,٦٧١	٢٠	٠,٨٤٤
٢١	٠,٧٧٥	٢٢	٠,٨٥٥	٢٣	٠,٧٠٥	٢٤	٠,٨٦٢
٢٥	٠,٦٦٦	٢٦	٠,٨٣٤	٢٧	٠,٥٢٨	٢٨	٠,٧٨٧
٢٩	٠,٦٥٢	٣٠	٠,٨٠٣	٣١	٠,٧٨٣	٣٢	٠,٨٠
٣٣	٠,٥٧٤	٣٤	٠,٧٠٧			٣٥	٠,٨٠٥
٣٦	٠,٦٢٩	٣٧	٠,٨٠٤				
		٣٨	٠,٥٩٥				

***جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى(٠,٠١).**

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد من أبعاد مقياس مهارات تقرير المصير والدرجة الكلية للمقياس محذوفا منه درجة البعُد (ن=٦١)

أبعاد المقياس	معاملات الارتباط
الوعي بالذات	٠,٦٩
تنظيم الذات	٠,٦٦٤
الاستقلالية	٠,٦٨٥
تخطى العقبات	٠,٥٦٦

***جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى(٠,٠١).**

ويتضح من جدولي (١)، (٢) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من التجانس الداخلي.

٧- صدق المقياس: **اعتمدت الباحثة في حساب صدق المقياس على ما يلي:**

(أ) صدق المحتوى: **من خلال التعرف على آراء المُحكِّمين نحو انتماء البنود للمقياس وما يقيسه وتعديل وإضافة ما يرونه مناسبًا من عبارات، وقد سبق الإشارة إليه في تصفية البنود التي وصلت إلى (٣٨) بنداً.**

(ب) صدق المحك (الصدق التلازمي): **وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات أفراد عينة التحقق من الشروط السيكومترية على المقياس الحالي، ودرجاتهم على مقياسي: تقدير الذات للمعاقين بصريا لزينب سيد عبد الحميد عثمان (٢٠١٤)، والرضا عن الحياة للمراهقين المكفوفين لدينر وآخرين Diener et al. (1985) ترجمة: نبيل محمد الفحل (٢٠١٦)، حيث يتمتع كل منهما بمستوى مرتفع من الصدق والثبات، وقد تم تطبيقهم بصورة متزامنة، وكان معامل الارتباط مساويًا(٠,٨٥)، (٠,٨٣٢) على الترتيب، وهو دال عند مستوى (٠,٠١)، حيث أشار ليفين وآخرون (Levin et al., 2011, 351) إلى أن الأفراد المكفوفين الذين يمارسون ويتمتعون بمهارات تقرير المصير يتكون لديهم مفهوم ذات إيجابي، كما يشعرون بتقدير ذات مرتفع على النقيض ممن لديهم مستويات منخفضة من مهارات تقرير المصير، كما أكدت نتائج دراسة آمال أبوداود، وجمال الخطيب (٢٠١٧) وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين مهارات تقرير المصير والرضا عن الحياة لدى المكفوفين؛ وهو ما وضعته الباحثة في اعتبارها عند اختيار المقياسين المستخدمين كمحك في هذا البحث.**

٨- ثبات المقياس: **تَمَّ حساب معامل الثبات للأبعاد والمقياس ككل على عينة قوامُها (٦١) طالباً وطالبة من المكفوفين، بطريقتي معامل "ألفا كرونباخ"، والتجزئة النصفية، ويوضح جدول (٣) ذلك.**

جدول (٣)

معاملات الثبات بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لأبعاد مقياس مهارات تقرير المصير والمقياس ككل

المقياس وأبعاده	معاملات ألفا	التجزئة النصفية	
		معاملات الارتباط بين الجزأين	سبيرمان- براون
الوعي بالذات	٠,٩١	٠,٧٤٦	٠,٨٥٤
تنظيم الذات	٠,٩٥٢	٠,٨٦٤	٠,٩٢٧
الاستقلالية	٠,٨٨٨	٠,٨٥٣	٠,٩٢١
تخطى العقبات	٠,٩٥١	٠,٩١٩	٠,٩٥٨
المقياس ككل	٠,٩٦٢	٠,٩٣٦	٠,٩٦٧

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الثبات مرتفعة؛ مما يشير إلي تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

وبناءً على الإجراءات السابقة تم التأكد من صلاحية مقياس مهارات تقرير المصير للمراهقين المكفوفين، والذي يحتوى في صورته النهائية على (٣٨) عبارة موزعة على أربعة أبعاد، يتمتع كل منها والمقياس ككل بدرجات مرتفعة من الصدق والثبات، وتمت كتابة بنوده بطريقة برايل من خلال الاستعانة ببعض المعلمين في مدرسة النور*.

ب-برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل (إعداد الباحثة):

استند البحث الحالي لبرنامج إرشادي يقوم على مبادئ وافتراضات نظرية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، وقد مر إعداد البرنامج بعدة خطوات كما يلي:

١- تحديد الهدف من إعداد البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل:

(أ) الهدف العام للبرنامج: **يهدف البرنامج الإرشادي الحالي إلى تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى أفراد المجموعة الإرشادية من المراهقين المكفوفين باستخدام الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل.**

(ب) الأهداف الإجرائية : **وهى تتفرع من الهدف العام للبرنامج، حيث يتم تحقيقها من خلال العمل داخل الجلسات، وتنفيذ الواجبات المنزلية المكلف بها أفراد المجموعة الإرشادية، وتتضمن جميع أهداف الجلسات الإرشادية، وتتلخص في النقاط التالية:**

(١) تعَرف أفراد المجموعة الإرشادية، ما يلي:

- **مفهوم الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل وبعض الجوانب المرتبطة به.**
- **بعض فنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل.**
- **مفهوم تقرير المصير.**
- **مهارات تقرير المصير، ومفهوم كلٍّ منها.**

(٢) تشجيع أفراد المجموعة الإرشادية على الاعتماد على الذات بدلا من الاعتماد على الآخرين باستثمار قدراتهم وإمكاناتهم لإحداث التغير الإيجابي في حياتهم المتمثل في تنمية مستوى امتلاكهم لمهارات تقرير المصير، فالجزء الأكبر من مسئولية الحل يقع على عاتقهم.

(٣) تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على كيفية إجراء بعض فنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل؛ لمساعدتهم على تنمية بعض مهارات تقرير المصير لديهم.

(٤) تنمية وعى أفراد المجموعة الإرشادية بضرورة التغيير وحاجتهم له- فهو أمر حتمي بالحياة- لتحسين مستوى تقرير المصير لديهم.

*ملحق (٢) الصورة النهائية لمقياس مهارات تقرير المصير والمكتوبة ببرايل

(٥) تنمية الثقة لدى أفراد المجموعة الإرشادية بأن لديهم القدرة على التغيير للتغلب على ظروف إعاقتهم وصولا لإمكانية تقرير المصير.

(٦) مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على اكتشاف ما لديهم من إمكانات وجوانب قوة بشخصياتهم لاستثمارها؛ لمساعدتهم على التغيير للأفضل للوصول لمستوى مرتفع من امتلاك مهارات تقرير المصير.

(٧) تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على التركيز على الاستثناءات واستدعاء خبرات النجاح السابقة لجعلها نواه للحلول الممكنة التي تساهم في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لديهم من خلال تحسين الوعي الذاتي وتنظيم الذات والاستقلالية وتخطى العقبات بفعالية.

(٨) تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على التخطيط بتصميم أهداف إيجابية محددة ومصاغة جيدا.

(٩) تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على رسم خريطة ذهنية بطريقة برايل لتوزيع أهدافهم الحياتية وفقا للأولويات ولمبدأ كرات الثلج لمساعدتهم على التخطيط المنظم لحياتهم وتمكينهم من الاستقلالية وصولا لمستوى مرتفع من تقرير المصير.

(١٠) تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على التقييم الذاتي المستمر لأدائهم ومدى تقدمهم نحو تحقيق أهدافهم لتحسينها ببدائل الحلول بما ينمى من مستوى نجاحهم في تقرير المصير.

(١١) تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على التعزيز الذاتي لتنمية الثقة بالقدرة على النجاح في تحسين مستوى مهارات تقرير المصير لديهم.

(١٢) تشجيع أفراد المجموعة الإرشادية على الاستمرار في تحقيق أهدافهم بالتأكيد على مبدأ التغييرات البسيطة تقود لتغييرات أكبر.

(١٣) تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على استخدام التخيل لاستثارة أفكارهم حول السلوكيات والطرق التي تمثل حلول جذرية وواقعية لتحقيق أهدافهم والتغلب على عقبات وصعوبات الحاضر والمستقبل بما يمكنهم من تقرير مصيرهم.

(١٤) تشجيع أفراد المجموعة الإرشادية على الانخراط في الحديث الموجه نحو التغيير (الحل) بدلا من الحديث عن المشكلة لاستحضار نقاط القوة والمصادر الخاصة والاستفادة منها في تحسين مستوى مهارات تقرير المصير لديهم.

(١٥) تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على تغيير تفكيرهم برؤية حياتهم وذواتهم من منظور مختلف إيجابي مليء بالتفاؤل والأمل – لا تهيمن عليه المشاعر السلبية أو المشكلات والعقبات– لإحداث عملية التغيير بما يحسن من مستوى مهارات تقرير المصير لديهم.

(١٦) أداء أفراد المجموعة الإرشادية لبعض مهام الواجب المنزلي الذي من شأنه أن يعمل على استمرارية العملية الإرشادية ويساهم في الوصول إلى توليفات معرفية وسلوكية أكثر توافقا في الممارسات الحياتية.

٢- أهمية البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل: **وتكمن أهمية البرنامج الإرشادي الحالي في توفير مجموعة من الأنشطة والأساليب والفنيات القائمة على الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل والتي يمكن استخدامها في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى المراهقين المكفوفين، بحيث تتكامل هذه الأنشطة والفنيات لتنمية المهارات الآتية (الوعي بالذات، تنظيم الذات، الاستقلالية، تخطى العقبات)؛ ومن ثَمَّ إمكانية الاستفادة من نتائج البرنامج الحالي من قبل العاملين في مجال الفئات الخاصة أو المهتمين بهذه الفئات (بالتحديد فئة المكفوفين) من حيث وضع استراتيجيات إعداد للطلاب المكفوفين بهدف توظيف إمكاناتهم وقدراتهم لتحقيق الاستفادة القصوى منها.**

٣-مصادر بناء البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل:

تم صياغة البرنامج الإرشادي الحالي وتحديد خطواته ومحتوى جلساته من خلال الاطلاع على عديد من الكتابات الخاصة بالإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، مثل: (Miller&De-Shazer, 2000; Biggs & Flett, 2005; Corey, 2013)، والاطلاع على بعض البرامج الإرشادية المتعلقة بالإرشاد المختصر المتمركز حول الحل للوقوف على أهم الفنيات التي استخدمها، مثل: (Roeden et al., 2014) ؛(Reddy et al., 2015)؛(إيمان عطية منصور جريش،٢٠١٨)؛(Rose & Ishak 2019)، وكذلك على بعض الدراسات السابقة التي تناولت تقرير المصير وكذلك البرامج الإرشادية التي اهتمت بتنميتها، مثل: (Ripp, 2005; Zito,2009; Farmer et al.,2015).

٤-أسس بناء البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل:

يقوم هذا البرنامج على مجموعة من الأسس المهمة، وهى:

(أ) الأسس العامة: حيث تم مراعاة حق الطالب المكفوف في الإرشاد والعلاج النفسي، وكذلك حقه في أن يقرر مصيره، وأن يشعر بالأمل في إمكانية التخلص من مشكلاته، وكذلك مراعاة قابلية السلوك للتعديل والتغيير.

(ب) الأسس الفلسفية: استمد البرنامج الإرشادي الحالي أصوله الفلسفية من النظرية البنائية الاجتماعية، وافتراضات " دى شازر" De- shazer وزملائه في الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل الذي اعتمد على فكرة كرة الثلج في عملية التغيير، والتركيز على النجاحات السابقة والاستثناءات ومصادر القوى الشخصية وإبرازها، مع تعلم توليد الحلول الإبداعية، وأيضا تم مراعاة الأسس الفلسفية العامة من حيث مراعاة أخلاق الإرشاد وسرية البيانات والعلاقة المهنية القائمة على التعاون والتقبل والإقناع.

(ج) الأسس النفسية والتربوية: روعيت الخصائص العامة للنمو في مرحلة المراهقة بصفة عامة، والخصائص النفسية المميزة لذوى الإعاقة البصرية بصفة خاصة، مع مراعاة الفروق بين أفراد العينة.

(د) الأسس الاجتماعية: حيث الاهتمام بالفرد ككائن اجتماعي يؤثر ويتأثر في البيئة التي يعيش فيها، وقد أُستُخْدِمَ أسلوب الإرشاد الجماعي أثناء تطبيق جلسات البرنامج؛ لتمتعه بكفاءة عالية في العملية الإرشادية وفقا لما أوضحته الدراسات.

٥- مراحل البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل:

تم تقسيمها حسب تقسيمات مراحل الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل كما يلي:

(أ) المرحلة الأولى (تأسيس العلاقة وتعريف المشكلة): وتضمنت الجلستين الأولى والثانية حيث شملت التمهيد والتعارف بين الباحثة وأفراد المجموعة الإرشادية وتكوين العلاقة الإرشادية التعاونية القائمة على التقبل والمودة، وغرس الأمل في نفوسهم من خلال تشجيعهم بالاعتماد على قدراتهم لإحداث التغيير الايجابي، والتركيز على دورهم النشط خلال العملية الإرشادية، والاتفاق معهم على تعليمات البرنامج، ومناقشة توقعاتهم، وتعريفهم بالإطار العام للبرنامج في صورة خارطة للأفكار الأساسية له والهدف منه، وتعزيز دورهم الفعّال بسؤالهم عما حدث من تغير قبل بدء الإرشاد، مع تقديم شرح مختصر عن الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل ومهارات تقرير المصير وأهميتها.

(ب) المرحلة الثانية (تقييم وصياغة أهداف الإرشاد): وتم فيها تشجيع وتدريب أفراد المجموعة الإرشادية على تقييم مشكلتهم (هنا والآن) باستخدام أسئلة المقياس، وخلق

توقعات إيجابية لديهم بأن التغيير ممكن وأن لديهم القدرة على إحداثه وحاجتهم له، مع تأكيد الاتفاق على أهداف الإرشاد المرجوة، وتم ذلك في الجلسة الثالثة.

(ج) المرحلة الثالثة (تصميم وتنفيذ التدخلات): وتضمنت الجلسات من (٤-١٥)، وفيها تم محاولة تنمية تقرير المصير من خلال الوقوف على بعض مهاراته (الوعي بالذات، تنظيم الذات، الاستقلالية، تخطى العقبات)، وذلك بتدريب أفراد المجموعة الإرشادية على استخدام فنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل والأنشطة المناسبة بالتركيز على بناء الحلول والبحث عن الاستثناءات ورسم الخرائط الذهنية للأهداف الموجهة نحو الحل وإحداث التغييرات البسيطة التي تؤدى إلى تغيرات أكبر في ضوء الموارد المتاحة، ومساعدتهم على تطبيق ما تم تعلمه بالجلسات في الحياة اليومية من خلال الواجبات المنزلية.

(د) المرحلة الرابعة (الإنهاء والمتابعة والتقييم): وتضمنت الجلسة (١٦) وجلسة المتابعة، وهى تهدف إلى بلورة الأهداف المكتسبة وتقييم أفراد المجموعة الإرشادية وتهيئتهم لإنهاء جلسات البرنامج الإرشادي، حيث قد تمكن جميع أفراد المجموعة الإرشادية من وضع خططا لإيجاد الحلول، كما تم تشجيعهم على تقييم الذات المستمر باستخدام سؤال المقياس لتنفيذ ممارسات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل المتعلمة داخل الجلسات وحتى بعد انتهائها، إلى أن تم إجراء المتابعة ومعرفة استمرارية فعالية البرنامج الإرشادي.

٦-الفنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل:

تم الاعتماد عند بناء جلسات البرنامج الإرشادي الحالي على بعض من الفنيات التي يقوم عليها الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، وفيما يلي عرض موجز لكيفية استخدام هذه الفنيات بالبرنامج:

(أ) فنية تغيير ما قبل العلاج Pretherapy chang: وقد اُسْتُخْدِمتْ تلك الفنية في الجلسة الأولى من جلسات البرنامج الإرشادي بهدف الإبراز لكل فرد من أفراد العينة أن لديه القدرات والإمكانات لإحداث التغيير والتحرك نحو الحل، وذلك من خلال توضيح وإبراز السلوكيات الإيجابية والتغيرات الطفيفة التي قام بها أفراد العينة بداية من الاتفاق على المشاركة بالبرنامج الإرشادي حتى البدء بأولى جلساته، معتمدين على إمكاناتهم دون تدخل الباحثة؛ الأمر الذي ساهم في تنمية الوعي لديهم بأنهم جزء من حل المشكلة بل وأن الحل يعتمد بشكل كبير عليهم.

(ب) فنية أسئلة المقياس Scaling question: ولقد اُسْتُخْدِمت في البرنامج الحالي من خلال الطلب من أفراد العينة التقييم الذاتي المستمر لمستوى كل مهارة من مهارات تقرير المصير (موضع

البحث) لديهم؛ لتبصيرهم بمستوى أدائهم ومستوى التقدم الذي تم إحرازه خلال جلسات البرنامج الإرشادي بالمتابعة الدورية لمدى تحقيق أهدافهم، وكذلك حثهم على اقتراح خطوات تقودهم لمزيد من التقدم بما يحسن من تقرير المصير لديهم.

(ج) فنية أسلوب تطبيع المشكلة Normalizing the problem: وقد اُسْتُخْدِمتْ هذه الفنية في البرنامج الحالي بالاعتماد على القصص والحكايات التي يحفل بها التاريخ لأشخاص عانوا من الإعاقة البصرية ومع ذلك استطاعوا أن يحققوا نجاحا باهرا في حياتهم؛ لمساعدة أفراد العينة على إعادة بناء الثقة في قدرتهم على التغيير للتغلب على الشعور بالوصمة المرتبط بظروف إعاقتهم وتحقيق النجاحات وتعلم المزيد من المهارات التي تمكنهم من أن يكونوا مقررين لمصيرهم، وإيضاح أن كف بصرهم لا يعنى أنه سيكون كلٌّ منهم إنسان فاشلا في حياته بل من الممكن أن يكون ناجحا متحكما في حياته ومسيطرا عليها إذا بذل الجهد المناسب واستغل إمكاناته بالطريقة الصحيحة.

(د) فنية أسئلة المواجهة Coping questions: وتم استخدامها في البرنامج الحالي في المساهمة في تبصير أفراد العينة بأنهم استطاعوا بالفعال التعامل من ذي قبل مع الوضع الصعب (ظروف الإعاقة)، واكتشاف ما لديهم من قدرات وموارد، وذلك من خلال مساعدتهم على التفكير في الأساليب والمواد التي استخدمها كل منهم لتخطى ذلك الوضع؛ مما قد نمى لديهم توجه إيجابي نحو قدراتهم وإمكاناتهم، وكان بمثابة الحافز لاستثمار تلك القدرات وتحقيق الاستفادة القصوى منها.

(هـ) فنية البحث عن الاستثناءات Exceptions finding questionsn: وتم استخدامها في البرنامج الحالي لمساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على الانخراط في الحديث الموجه نحو التغيير (الحل) من خلال تحديدهم لأهم مواقف النجاحات السابقة في حياتهم والتي تستثير لديهم الشعور بالثقة بالنفس لتنمية وعيهم بالذات بصوره إيجابية، وكذلك ذكر اللحظات الاستثنائية في حياة كلٍّ منهم والتي استطاع بها أن يكون استقلاليا أو أن يتخطى بعض العقبات التي واجهته بفعالية، وتحديد الأسباب والظروف التي ساهمت في ذلك، وتقييمها وتحديد كيفية تكرارها؛ مما قد ساعد على تنمية أسلوب حياة جديد لديهم يعتمد على الوعي العقلي وتعلم الاستفادة من خبرات النجاح والإنجاز السابقة في إيجاد الحلول، ليبرز أنهم قادرون على تحقيق النجاحات مرة أخرى بل وتحقيق المزيد منها؛ ومن ثَمَّ تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي الحالي.

(و) فنية الخريطة الذهنية (العقل) Mind mapping : اُسْتُخْدِمتْ في البرنامج الإرشادي الحالي في تدريب أفراد العينة على وضع أهدافهم الحياتية (العامة والمرحلية) ومتابعة تنفيذها، وكذلك وضع

بعض الأفكار(الحلول) المقترحة التي تمثل سلوكيات إيجابية كخارطة تقودهم لتحقيق التغيير المرغوب (تنمية بعض مهارات تقرير المصير)، وتشجيعهم على أداء المزيد منها.

(ز) فنية سؤال المعجزة Miracle question : وتم استخدام هذه الفنية في مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على استثارة أفكارهم لابتكار طرق جديدة لتحقيق أهدافهم المستقبلية وتطوير ذاتهم لمواجهة العقبات وتخطيها من خلال تدريبهم على تخيل حدوث معجزة أدت إلى تحقق بعض التغيرات التي يرغبون بها في حياتهم والمتعلقة بقدرتهم على التمكن من مهارات تقرير المصير، ومناقشتهم بها، مما فعّل لديهم الإرادة والعزيمة لطرح بعض الحلول المقترحة الواقعية والبسيطة مع البدء في تنفيذها وإشعارهم بأن لديهم القوة لصنع المعجزات الخاصة بهم.

(ح) فنية المجاملات Compliment: حيث تم استخدامها من خلال تدريب أفراد العينة الإرشادية على التعزيز الإيجابي الذاتي وكذلك تقديم كلمات الاستحسان والتشجيع من قبل الآخرين بالمحيط الاجتماعي لهم ومن قبل الباحثة؛ لما لذلك من تأثير نفسي طيب على الكفيف؛ وكذلك لحثهم على بذل مزيد من الجهد لتحقيق المزيد من التقدم داخل العملية الإرشادية ولتنمية ثقتهم بالقدرة على النجاح في تحسين مستوى تقرير مصيرهم.

(ط) الاستراحة Taking a break: وتم استخدامها من خلال مراعاة ضرورة وجود فترات راحة قصيرة خلال الجلسات الإرشادية لكسر حدة الملل والتغلب على الإجهاد وإتاحة الفرصة لأفراد العينة الإرشادية لطرح الأسئلة والحوار الإيجابي، وتلخيص ما حدث بالجلسة.

(ي) فنية الإصلاح الروائيNarrative reform : وتم استخدامها بالبرنامج الإرشادي الحالي من خلال مطالبة أفراد المجموعة الإرشادية بإعادة سرد قصة حياتهم بصورة مختصرة من منظور إيجابي حتى في أصعب الأوقات.

(ك) فنية المهام المنزلية Tasks: وقد تم وضع واجبات منزلية بنهاية كل جلسة بالبرنامج الحالي مع الحرص على تقييمها في بداية الجلسة التالية بما يتناسب مع أهداف الجلسات الإرشادية؛ وذلك لمساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على تطبيق ما تم تعلمه داخل الجلسات في الحياة الواقعية؛ ومن ثَمَّ انتقال أثر التدريب واستكمال العملية الإرشادية.

٧-إجراءات تنفيذ البرنامج الإرشادي، ويمكن تحديدها كما يلي:

(أ) تحديد الفئة المستهدفة: تكونت أفراد المجموعة الإرشادية من الطلاب المكفوفين بمرحلة التعليم الثانوي بمدرسة النور للمكفوفين بالمنيا .

(ب) تحديد الزمن الذي تستغرقه جلسات البرنامج: استغرق تنفيذ البرنامج فترة زمنية قدرها(٨) أسابيع تقريباً.

(ج) تحديد مكان جلسات البرنامج: تم إجراء الجلسات داخل أحدى قاعات التدريس (الفصل) بمدرسة النور للمكفوفين بالمنيا .

(د) تحديد عدد جلسات البرنامج:(١٦) جلسة بواقع جلستين أسبوعياً.

(هـ) الطريقة التي قدم بها البرنامج : طبق البرنامج الإرشادي جماعيا، وقد تخللته بعض اللقاءات الفردية* لإعطاء فرصة لكل فرد للتعبير بحرية عن مشاعره، ولتقديم التغذية الراجعة لمساعدته على تحقيق التغيير.

(و) تلخيص موضوعات جلسات البرنامج*، من خلال الجدول التالي:

جدول(٤)

محتوى جلسات البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل

الجلسة/ الزمن	العنوان	أهداف الجلسة الإجرائية	الفنيات المستخدمة	أنشطة الجلسة
الأولى ٦٠ دقيقة	التمهيد	١- بناء علاقة إرشادية قائمة على التقبل بين الباحثة وأفراد المجموعة الإرشادية. ٢- تعرف أفراد المجموعة الإرشادية على الإطار العام للبرنامج ومدى أهميته ونواتجه المرجوة على حياتهم. ٣- تشجيع أفراد المجموعة الإرشادية على الاعتماد على قدراتهم وإمكاناتهم لإحداث التغيير الإيجابي في حياتهم المتمثل في تنمية مستوى امتلاكهم لمهارات تقرير المصير. ٤- تطبيق أفراد المجموعة الإرشادية لمقياس مهارات تقرير المصير تطبيقاً قبلياً.	تغيير ما قبل العملية الإرشادية	نشاط اجتماعي (عرّف نفسك)
الثانية ٥٠ دقيقة	المفاهيم الأساسية للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل	١- تعرف أفراد المجموعة الإرشادية مفهوم تقرير المصير. ٢- تعرف أفراد المجموعة الإرشادية ببعض مهارات تقرير المصير. ٣- تعرف أفراد المجموعة الإرشادية بماهية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل وبعض الجوانب المرتبطة به. ٤- تعرف أفراد المجموعة الإرشادية بفنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل.	الاسترخاء، المهام المنزلية	نشاط (بطاقات المناقشة)
الثالثة	[illegible]	١- تنمية وعي أفراد المجموعة الإرشادية	[illegible]	

* أنظر ملحق (٣) بجلسات البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل

* ملحق (٣) جلسات البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل بالتفصيل .

الجلسة/ الزمن	العنوان	أهداف الجلسة الإجرائية	الفنيات المستخدمة	أنشطة الجلسة
٦٠ دقيقة		بأهمية التمتع بمهارات تقرير المصير. ٢- تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على كيفية إجراء فنيتي أسئلة المقياس وأسلوب تطبيع المشكلة. ٣- تنمية وعى أفراد المجموعة الإرشادية بحاجتهم للتغيير لتحسين مستوى مهارات تقرير المصير لديهم. ٤- تنمية الثقة لدى أفراد المجموعة الإرشادية بقدرتهم على التغيير للتغلب على ظروف إعاقتهم وصولا لإمكانية تقرير المصير.		
الرابعة ٦٠ دقيقة	تنمية مهارة الوعي بالذات	١. تعرف أفراد المجموعة الإرشادية مفهوم الوعي الذاتي. ٢. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على كيفية إجراء فنية أسئلة المواجهة. ٣. تشجيع أفراد المجموعة الإرشادية على التوجه الإيجابي نحو مواردهم وإمكاناتهم. ٤. تنمية وعى أفراد المجموعة الإرشادية بذواتهم بطريقة صحيحة من خلال استكشاف جوانب القوة والضعف بشخصياتهم بما يحسن مستوى تقرير المصير لديهم.	أسئلة المواجهة، الاستراحة، المهام المنزلية	نشاط (أكتشف ذاتك)
الخامسة ٦٠ دقيقة	تابع تنمية مهارة الوعي بالذات	١- تنمية الوعي الذاتي لأفراد المجموعة الإرشادية من خلال توجيه انتباههم لأفكارهم ومشاعرهم وسلوكياتهم (هنا والآن) لتحسين قدرتهم على تقرير مصيرهم. ٢- تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على كيفية إجراء فنية البحث عن الاستثناءات. ٣- مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على إعادة تأطير تفكيرهم حول ذواتهم من منظور جديد من خلال استدعاء خبرات النجاح السابقة (الاستثناءات) بما يحقق لديهم الوعي الذاتي بصورة إيجابية. ٤- بث روح الثقة بالنفس لدى أفراد المجموعة الإرشادية من خلال ممارسة التعزيز الذاتي.	البحث عن الاستثناءات، المجاملات، الاستراحة، المهام المنزلية	نشاط (ماذا تفعل إذا)، (كن داعما لذاتك)
السادسة ٤٥ دقيقة	تنمية مهارة تنظيم الذات	١. تعرف أفراد المجموعة الإرشادية بمفهوم التنظيم الذاتي. ٢. تعليم أفراد المجموعة الإرشادية كيفية التخطيط لحياتهم في ضوء الأولويات بما ينمى قدرتهم على تقرير مصيرهم.	المجاملات، الاستراحة، المهام المنزلية	نشاط (فكر، زاوج، شارك)

الجلسة/ الزمن	العنوان	أهداف الجلسة الإجرائية	الفنيات المستخدمة	أنشطة الجلسة
السابعة ٦٠ دقيقة	تابع تنمية مهارة تنظيم الذات	١. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على التخطيط بتصميم أهداف إيجابية محددة ومصاغة جيدا بعيدة وقريبة المدى. ٢. تعرف أفراد المجموعة الإرشادية على كيفية إجراء فنية الخريطة الذهنية بما يساعد على تنظيم ذواتهم وينمى لديهم القدرة على تقرير المصير . ٣. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على وضع خريطة ذهنية بطريقة برايل لتوزيع أهدافهم طبقا للأولويات ولمبدأ كرات الثلج لتنمية القدرة على تقرير المصير لديهم . ٤. تشجيع أفراد المجموعة الإرشادية على البدء في تنفيذ خريطتهم الذهنية.	الخريطة الذهنية، المجاملات، الاستراحة، المهام المنزلية	نشاط (خطط لذاتك)
الثامنة ٥٥ دقيقة	تابع تنمية مهارة تنظيم الذات	١. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على التقييم الذاتي لأدائهم في إدارة الوقت. ٢. تنمية وعى أفراد المجموعة الإرشادية بأهمية الالتزام بقيمة الوقت. ٣. تعليم أفراد المجموعة الإرشادية على كيفية تنظيم وإدارة الوقت بما يساعدهم على التنظيم الذاتي وينمى قدرتهم على تقرير مصيرهم. ٤. تشجيع أفراد المجموعة الإرشادية على التعزيز الذاتي لتنمية الثقة بقدرتهم على تنظيم الذات بما يحسن من مستوى تقرير المصير لديهم.	أسئلة المقياس، الاستراحة، المجاملات، المهام المنزلية	نشاط تعليمي (هل تعلم) نشاط تعليمي(اسمع وتعلم).
التاسعة ٦٠ دقيقة	تابع تنمية مهارة تنظيم الذات	١- تقييم أفراد المجموعة الإرشادية لمدى تقدمهم نحو تحقيق أهدافهم بما يحسن من مستوى تقرير المصير لديهم . ٢- تشجيع أفراد المجموعة الإرشادية على الاستمرار في تحقيق أهدافهم وفقا لمبدأ إنجاز التغيرات البسيطة يقود إلى تغيرات ونجاح أكبر. ٣- تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على كيفية إجراء فنية السؤال المعجزة. ٤- تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على استخدام التخيل لاستثارة أفكارهم حول السلوكيات التي تمثل حلول جذرية وواقعية لتحقيق أهدافهم المستقبلية بصورة مخططة	أسئلة المقياس، المجاملات، السؤال المعجزة، المهام المنزلية	نشاط (صندوق الإيجابيات)

الجلسة/ الزمن	العنوان	أهداف الجلسة الإجرائية	الفنيات المستخدمة	أنشطة الجلسة
		ومنظمة بما ينمى من مستوى تقرير المصير الذاتي لديهم.		
العاشرة ٦٠ دقيقة	تنمية مهارة الاستقلالية	١. تعرف أفراد المجموعة الإرشادية بمفهوم الاستقلالية. ٢. تعرف أفراد المجموعة الإرشادية على صفات الشخص المستقل. ٣. تنمية وعى أفراد المجموعة الإرشادية بضرورة التغيير لتنمية الاستقلالية بما يحسن مستوى تقرير المصير لديهم. ٤. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على الوعي بقدراتهم الاستقلالية من خلال التركيز على الاستثناءات بما يحسن من قدرتهم على تقرير المصير.	أسئلة المقياس، البحث عن الاستثناءات، الاستراحة، المهام المنزلية	نشاط تعليمي (الشخصية الاستقلالية)
الحادية عشر ٦٠ دقيقة	تابع تنمية مهارة الاستقلالية	١. تشجيع أفراد المجموعة الإرشادية على الاعتماد على الذات بدلا من الاعتماد على الآخرين بالاستقلالية في اتخاذ القرارات بما يعزز مستوى تقرير المصير لديهم. ٢. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على توليد أفكار (حلول) مقترحة تقود لرفع مستوى الاستقلالية لديهم. ٣. مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على وضع خريطة ذهنية لأفكارهم (الحلول) المقترحة تقودهم وتوجههم لتنمية مستوى الاستقلالية بما يمكنهم من تقرير مصيرهم.	أسلوب تطبيع المشكلة، أسئلة المقياس، الخريطة الذهنية، المهام المنزلية	نشاط (أنا أستطيع)
الثانية عشر ٤٥ دقيقة	تنمية مهارة تخطى العقبات	١. تعرف أفراد المجموعة الإرشادية بمفهوم تخطى العقبات. ٢. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على التقييم الذاتي لقدرتهم على تخطى العقبات لتحسينها ببدائل الحلول. ٣. تنمية روح التحدي لدى أفراد المجموعة الإرشادية لتخطى إعاقتهم وتجاوزها.	أسئلة المقياس، الاستراحة، المهام المنزلية.	نشاط قصصي (تحدى الصعاب)
الثالثة عشر ٦٠ دقيقة	تابع تنمية مهارة تخطى العقبات	١. تشجيع أفراد المجموعة الإرشادية على الانخراط في الحديث الموجه نحو التغيير (الحل) بدلا من حديث المشكلة للاستفادة من المصادر الخاصة واستغلال نقاط القوة في التغلب على العقبات بما يحسن من قدرتهم على تقرير مصيرهم. ٢. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على المواجهة الإيجابية للعقبات والمشكلات وعدم الاستسلام بما يعزز قدرتهم على تقرير المصير الذاتي.	البحث عن الاستثناءات، المجاملات، الاستراحة، المهام المنزلية.	نشاط (مثّل دورك)

الجلسة/ الزمن	العنوان	أهداف الجلسة الإجرائية	الفنيات المستخدمة	أنشطة الجلسة
الرابعة عشر ٤٥ دقيقة	تابع تنمية مهارة تخطى العقبات	١. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على توليد حلول مقترحة لرفع مستوى قدرتهم على تخطى العقبات. ٢. مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على وضع خريطة ذهنية للأفكار (الحلول) المقترحة التي تقودهم وتوجههم لرفع قدرتهم على تخطى العقبات بما يمكنهم من تقرير مصيرهم.	الخريطة الذهنية، المجاملات، المهام المنزلية	نشاط (حلول مشكلتي)
الخامسة عشر ٦٠ دقيقة	تابع تنمية مهارة تخطى العقبات	١. تحويل تركيز أفراد المجموعة الإرشادية من الصعوبات والعقبات (حديث المشكلة) إلى التفكير في حياة أكثر رضا وإشباع (حديث الحل) بما يساعدهم على تقرير مصيرهم بفعالية. ٢. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على كيفية إجراء فنية الإصلاح الروائي. ٣. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على تخطى العقبات بأمل وتفاؤل من خلال تغيير تفكيرهم ورؤية حياتهم من منظور مختلف إيجابي بما يحسن من قدرتهم على تقرير المصير.	السؤال المعجزة،الإصلاح الروائي، المهام المنزلية.	نشاط قصصي (مذكرات إيجابية، بطل الشطرنج)
السادسة عشر ٧٥ دقيقة	الخاتمة والتقويم	١- جمع آراء أفراد المجموعة الإرشادية حول مدى الاستفادة من البرنامج المقدم لهم. ٢- تطبيق مقياس مهارات تقرير المصير تطبيقاً بعدياً على أفراد المجموعة الإرشادية. ٣- إنهاء جلسات البرنامج. ٤- الاتفاق على موعد لقاء المتابعة.	أسئلة المقياس	

٨-التحقق من صدق البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل: **حيث تم عرض البرنامج الإرشادي على مجموعة من المتخصصين في الصحة النفسية والإرشاد النفسي*، وذلك للتأكد من مدى ملائمة محتوى الجلسات بحيث تتضمن كل أبعاد المشكلة، ومناسبة عددها والفنيات المستخدمة فيها ومدة كل جلسة، وقد تم تعديل ما اقترحه المتخصصون.**

٩- تقويم البرنامج الإرشادي: **قد تم تطبيق أداة القياس تطبيقًا قبليًا، ثم تطبيق البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل على عينة البحث الإرشادية، كما تم التقويم التكويني من خلال تطبيق استمارة تقويم جلسات البرنامج والتي توزع في نهاية كل جلسة، وكذلك تنفيذ فنية "**

* ملحق (٤) قائمة محكمي البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل.

سؤال المقياس" الذي تم من خلاله التعرف على التقدم الذي تم إحرازه خلال الجلسات، ثم تم التقويم النهائي من خلال استمارة تقويم البرنامج، وتطبيق أداة القياس تطبيقًا بعديًا، كما تم التحقق من فعالية البرنامج بعد مرور شهرين من توقف التطبيق (فترة المتابعة).

رابعاً - الأساليب الإحصائية:

استخدمت الأساليب الإحصائية الملائمة للتحقق من صحة فروض البحث، وهى: اختبار ويلكوكسون Wilcoxon's Test ، اختبار مان وتنى Mann-Whitney's Test.

خامسا– الخطوات الإجرائية للبحث: مرَّ البحث بمجموعة من الخطوات الإجرائية تتمثل في:

١. **الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت مشكلات المعاقين بصريا بصفة عامة والمكفوفين بصفة خاصة، وتحديد احتياجاتهم؛ ومن ثَمَّ التوصل لمشكلة البحث والتعرف على متغيراته وخصائص العينة.**
٢. **إعداد مقياس مهارات تقرير المصير للمراهقين المكفوفين، وقد تم تحويله إلى طريقة برايل.**
٣. **إجراء دراسة أولية على عينة قوامها (٦١) طالبا وطالبة من المكفوفين بمدرسة النور للمكفوفين بالمنيا؛ وذلك للتحقق من الخصائص السيكومترية لأداة البحث.**
٤. **إعداد البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل لتنمية مهارات تقرير المصير.**
٥. **تحديد عينة البحث الإرشادية، وبلغ قوامها (١٠) طلاب من المكفوفين الذين يعانون من انخفاض مستوى مهارات تقرير المصير، حيث تم اختيارهم بطريقة عمدية وفقا لشروط معينة سبقت الإشارة إليها.**
٦. **إجراء القياس القبلي، ثم تطبيق البرنامج الإرشادي على أفراد المجموعة الإرشادية، ثم تم إجراء القياس البعدى.**
٧. **تطبيق مقياس مهارات تقرير المصير مرة أخرى على أفراد المجموعة الإرشادية بعد مرور شهرين من التطبيق البعدى للتأكد من استمرارية فعالية البرنامج.**
٨. **إجراء التحليلات الإحصائية لنتائج التطبيق القبلي والبعدى والتتبعى باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.**
٩. **عرض نتائج البحث وتفسيرها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة وفروض البحث.**
١٠. **تقديم مجموعة من التوصيات التربوية والدراسات المقترحة مستقبلا.**

نتائج البحث وتفسيرها:

أ- نتائج الفرض الأول، **ونصه:" توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس مهارات تقرير المصير لصالح القياس البعدي ".**

وللتحقق من صحة هذا الفرض إحصائياً تم استخدام اختبار ويلكوكسون للكشف عن دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي ، ويوضح جدول (٥) ذلك.

جدول (٥)

نتائج اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين: القبلي والبعدى على مقياس مهارات تقرير المصير الدرجة الكلية وأبعاده.

الأبعاد	نوع القياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة الإحصائية
الوعي بالذات	قبلي	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	-٢,٨٠٧	٠,٠١
		الرتب الموجبة	١٠	٥,٥	٥٥		
	بعدى	الرتب المتساوية	صفر				
تنظيم الذات	قبلي	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	-٢,٨١٤	٠,٠١
		الرتب الموجبة	١٠	٥,٥	٥٥		
	بعدى	الرتب المتساوية	صفر				
الاستقلالية	قبلى	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	-٢,٨١٦	٠,٠١
		الرتب الموجبة	١٠	٥,٥	٥٥		
	بعدى	الرتب المتساوية	صفر				
تخطى العقبات	قبلى	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	-٢,٨٢٣	٠,٠١
		الرتب الموجبة	١٠	٥٥	٥٥		
	بعدى	الرتب المتساوية	صفر				
مهارات تقرير المصير (الدرجة الكلية	قبلى	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	-٢,٨٠٧	٠,٠١
		الرتب الموجبة	١٠	٥٥	٥٥		
	بعدى	الرتب المتساوية	صفر				

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى لأبعاد مقياس مهارات تقرير المصير، والدرجة الكلية لصالح القياس البعدى في الوضع الأفضل، وذلك الفرق يعود لتأثير برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى أفراد المجموعة الإرشادية.

وللتأكد من الدلالة العملية للنتائج التي تم الحصول عليها من معالجة الفرض الأول إحصائيا، تم حساب حجم تأثير Effect Size البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل (المتغير المستقل) على تنمية مهارات تقرير المصير (المتغير التابع) باستخدام معادلة قوة العلاقة بين المتغيرين المستقل والتابع باستخدام معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة، والذي يتم حسابه من المعادلة التالية، وذلك كما أوضحها عبد المنعم أحمد الدردير(٢٠٠٦، ١٥٤) كالتالي:

$$(ق_T) = 1 - \frac{T_4}{ن\ (ن-1)}$$

حيث $(ق_T)$= قوة العلاقة (معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة)، T_1 = مجموع رتب ذات الإشارة الموجبة، ن= عدد أزواج الدرجات.

ويتم تفسير قوة العلاقة $(ق_T)$ كما يلي : إذا كانت $(ق_T) < ٠,٤$ فتدل على علاقة ضعيفة وحجم تأثير ضعيف، وإذا كانت $٠,٤ \leq (ق_T) < ٠,٧$ فتدل على علاقة متوسطة وحجم تأثير متوسط، وإذا كانت $٠,٧ \leq (ق_T) < ٠,٩$ فتدل على علاقة قوية وحجم تأثير قوى، وإذا كانت $(ق_T) \leq ٠,٩$ فتدل على علاقة قوية جدا وحجم تأثير قوى جدا (عزت عبد الحميد حسن ، ٢٠١٠، ٢٨٣)، ويوضح جدول (٦) قيم حجم التأثير التي تم الوصول إليها، كما يلي:

جدول (٦)

قيم حجم التأثير للبرنامج الإرشادي على مهارات تقرير المصير

المتغيرات	ن	قيمة T	قيمة قوة العلاقة $(ق_T)$	نوعية التأثير
الوعي بالذات	١٠	٥٥	١,٤	قوى جدا
تنظيم الذات		٥٥	١,٤	قوى جدا
الاستقلالية		٥٥	١,٤	قوى جدا
تخطى العقبات		٥٥	١,٤	قوى جدا
مهارات تقرير المصير (الدرجة الكلية)		٥٥	١,٤	قوى جدا

طبقا للجدول السابق وحيث إن قيم حجم التأثير أكبر من (٠,٩) على كل أبعاد (مهارات) تقرير المصير والدرجة الكلية؛ من ثَمَّ يكون حجم التأثير كبيرا وقويا، مما يدل على حجم تأثير قوى جدا للمتغير المستقل (البرنامج الإرشادي) على المتغير التابع (مهارات تقرير المصير)، وتبدو هذه النتيجة منطقية، حيث جاءت متسقة مع ما جاء بالإطار النظري حول دور وأهمية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في التوجه المتفائل نحو المستقبل بإبراز جوانب القوة للفرد واستثمارها وتحديد وتجزئة الأهداف واتخاذ خطوات إجرائية للتركيز على الحلول.

ومن ثَمَّ بالنظر إلى نتيجة الفرض الأول إجمالا نجد أن هناك فروقا دالة إحصائيا بين القياسين القبلي والبعدى على مقياس مهارات تقرير المصير وأبعاده المختلفة لأفراد المجموعة الإرشادية لصالح القياس البعدى، كما أن البرنامج كمتغير مستقل يتمتع بحجم تأثير كبير في المتغير التابع

وهو مهارات تقرير المصير، وهذا يعنى أن أولئك الأفراد ارتفع مستوى مهارات تقرير المصير لديهم بعد تطبيق البرنامج مقارنة بمستوى مهارات تقرير المصير لديهم قبل تطبيق البرنامج؛ مما يؤكد على فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى المراهقين المكفوفين، وبهذه النتيجة يتم قبول الفرض الأول، وتتسق هذه النتيجة مع نتائج دراسة روسمانا وسوريانا (Rusmana& Suryana, 2017) والتي أشارت إلى فعالية استخدام الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين القدرة على تقرير المصير.

ويمكن تفسير الارتفاع الدال في مستوى مهارات تقرير المصير لدى أفراد المجموعة الإرشادية بعد تطبيق البرنامج مقارنة بمستواها لديهم قبل تطبيق البرنامج في ضوء ما سعى البرنامج الإرشادي الحالي إلى تحقيقه حيث ركز على بناء الأمل والتفاؤل لدى أفراد المجموعة الإرشادية بخلق توقعات إيجابية لديهم بقدرتهم على التغيير وعلى مواجهة التحديات التي يتعرضون لها، وذلك من خلال مساعدتهم على اكتشاف نقاط القوة الكامنة بداخلهم والتي لم يكن أي منهم على وعى بها، وإرشادهم بكيفية توظيفها في ظل نظرتهم السلبية لذواتهم وحياتهم؛ الأمر الذي قد يكون ساهم في تنمية الدافعية لديهم باتخاذ قرار التغيير للأفضل، والذي بدوره يكون بمثابة دافع داخلي للنجاح في التخلص أو الخروج من حالة السلبية والاعتمادية، وذلك بما يتفق مع أهداف الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، فقد أكد كلٌ من كيم وفرانكلين(Kim & Franklin, 2015, 37-38) على أن الهدف الأساسي والأولى له يتمثل في زيادة وتعزيز الانفعالات الإيجابية لدى المسترشد وتفعيلها في إحداث عملية التغيير؛ حيث إن لتنميتها دورا مهما في تعديل النظرة السلبية للقدرات وخفض المشاعر السلبية؛ ومن ثَمَّ تعزيز الدافع للتغيُّر والمبادرة نحو الحل، وكذلك زيادة المرونة المعرفية بتطوير طرق جديدة للتفكير والتصرف.

كما يمكن إرجاع ذلك أيضا إلى تركيز البرنامج الإرشادي الحالي على مساعدة كل فرد من أفراد المجموعة الإرشادية على الانخراط في التغيير بالحوار حول الحل وليس حول المشكلات التي تتسبب في تدنى مستوى بعض مهارات تقرير المصير لديهم، بتوجيه انتباههم للاستثناءات في نمط مشكلاتهم والسلوكيات الإيجابية المفيدة الصادرة عنهم، وذلك باستخدام مهارات وتقنيات لغوية خاصة؛ مما قد كان له تأثير إيجابيا على المعاني النفسية لهم بشكل فعال مكنهم من إنتاج وتوليد عديد من الحلول التي قد تكون ساهمت في تحسين مستوى

امتلاكهم لمهارات تقرير المصير، فقد ذكر كلا من ميلر ودى شازر (Miller & De-Shazer,2000,6) بأن للغة تأثيرا إيجابيا في إنجاح العملية الإرشادية حيث تسهم بصورة بناءة في تطوير مناخ إيجابي للحلول أثناء جلسات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، وذلك ما يتفق أيضا مع ما أشار إليه كوري (Corey, 2013,401) من حيث أهمية اللغة وإشراك العملاء أثناء جلسات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل فى الانغماس في الأحاديث عن المواقف التي تمكنهم من المضي قدما تجاه تحقيق أهدافهم وليس الحديث عن المشكلات، ففي مثل هذه الأحاديث تنخفض قوة وسلطة المشكلات وتظهر بدلا منها حلول جديدة تعمل على تحقيق كل ما هو ممكن.

فضلا عن أن البرنامج الإرشادي الحالي قد ركز أيضا على المساعدة على وضع خطط محددة قابلة للتطبيق للأهداف الموجهة نحو الحل لتحسين كل مهارة من مهارات تقرير المصير (موضع البحث) بالتركيز على فكرة البساطة باعتبارها مفتاح الحل من خلال اتخاذ خطوات بسيطة تجاه تنفيذ الحلول المقترحة والواقعية وفقا لمبدأ كرات الثلج بالبدء في تنفيذ البسيط جدا ثم البسيط إلى المعقد، وذلك بما يتفق مع ما أوضحه محمد السيد عبد الرحمن (٦٣٧،٢٠١٥) باعتبار أن هذه الفكرة من الركائز الأساسية للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل؛ الأمر الذي قد جعل أفراد المجموعة الإرشادية يشعرون بأن التحسن قد حصل ويحرصون على الاستمرار في تنفيذ مهامهم المتفق عليها داخل جلسات البرنامج الإرشادي وبذل المزيد من الجهد لتحقيق المزيد من التقدم؛ مما قد يكون انعكس على رفع مستوى امتلاكهم لمهارات تقرير المصير، وهذا ما أكده القياس البعدى.

وقد ترجع أيضا تلك الفروق بين درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسيين إلى انضباطهم في جلسات البرنامج الإرشادي ومشاركتهم بفعالية فيه؛ مما قد يكون ساعد في بث روح المبادرة الإيجابية والمثابرة لديهم، والابتعاد بهم عن السلبية والخمول، فقد لاحظت الباحثة أثناء الجلسات أن أفراد العينة كان لديهم اهتمام وتركيز في متابعة جميع الجلسات والحرص على المشاركة فيها، كما كان للعلاقة بين الباحثة وأفراد المجموعة الإرشادية القائمة على الإنسانية والمودة والتشجيع والتقبل غير المشروط حيث احترام ما يقولونه أو يشعرون به أو يمارسونه، وكذلك إشعارهم بأن لديهم إمكانات وقدرات ذاتية وإنهم بحاجة لاستغلالها وتنميتها لتحسين سلوكهم، دورا بارزا في نجاح البرنامج الإرشادي، فقد أشار كل من (Lee,

(Uken, & Sebold, 2004,467; Corey, 2013,402) إلى أهمية العلاقات الإرشادية في الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل والتي تتميز بالمشاركة والتعاون؛ نظرا لأنها تبشر بفعالية أكثر وتساهم في ارتفاع نسبة نجاح الإرشاد إذا ما قورنت بالعلاقات السلطوية أو الفوقية؛ فاندماج وانغماس العملاء في العملية الإرشادية من البداية حتى النهاية، وما يخلقه المرشد من مناخ يتسم بالاحترام المتبادل والتعاطف والتدعيم الإيجابي قد يشجع العميل على الالتزام بالإرشاد، ويدفعه لتحمل مسئوليته؛ ومن ثَمَّ استغلال أقصى إمكاناته لتحقيق التغير المطلوب، كما أكد أيضا فرانكلين وزملائه (Franklin, Zhang, Froerer, & Shannon, 2017) في نتائج دراستهم على الدور المهم والفعال للعلاقة التعاونية وأسلوب المرشد في نجاح العملية الإرشادية.

كما قد تفسر هذه النتيجة أيضًا في ضوء أن جلسات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل بما تتضمنه من استخدام لفنيات خاصة ومحددة وأنشطة وتدريبات متعددة هدفت لتشجيع أفراد المجموعة الإرشادية على أن يفكرون ويشعرون ويسلكون بطريقة إيجابية قد ساعدتهم على تحسين مستوى امتلاكهم لمهارات تقرير المصير موضع البحث الحالي، والمتمثلة في: (الوعي بالذات، تنظيم الذات، الاستقلالية، تخطى العقبات)، فقد حقق البرنامج أثرا إيجابيا في تنمية مهارة الوعي بالذات – البعد الأول من أبعاد مهارات تقرير المصير – لدى أفراد العينة الإرشادية، حيث احتوى البرنامج على جلسات خاصة لإثراء وعى كل فرد من أفراد المجموعة الإرشادية بنقاط القوة والضعف بشخصيته والعمل على إبراز قدراته والموارد الداخلية والخارجية التي قد تساعده على التغيير للأفضل، وإكسابهم الثقة بالنفس، فقد تم تدريب أفراد العينة على التركيز على الجوانب الإيجابية في حياتهم بدلا من الاهتمام بالجوانب السلبية من خلال استدعاء خبرات النجاح السابقة لدى كلٍّ منهم، وذلك باستخدام بعض فنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، مثل: (أسئلة المواجهة، البحث عن الاستثناءات)، وكذلك بعض الأنشطة، ومنها: نشاط (ماذا تفعل إذا) والذي ركز على توجيه انتباه كل فرد بالمجموعة الإرشادية لأفكاره ومشاعره وسلوكياته والوعي بها؛ الأمر الذي قد ساهم في تقوية الاعتقاد الإيجابي لديهم فيما يمتلكون من قدرات ومهارات وأتاح لهم فرصة الوعي بذواتهم بطريقة إيجابية، وعزز لهم الثقة بالنجاح في التغيير للتمكن من القدرة على تقرير المصير.

وأيضا يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى مساعدة البرنامج الحالي لأفراد المجموعة الإرشادية على تحسين مستوى مهارة تنظيم الذات- البعد الثاني من أبعاد مهارات تقرير المصير- من خلال اعتماد البرنامج بشكل أساسي على بناء الحلول بوضع أهداف وتضمينها داخل خريطة ذهنية لتحقيق التغييرات البسيطة ثم الأكبر، فقد تم التركيز خلال جلسات البرنامج على تفعيل قدرات أفراد المجموعة الإرشادية على التخطيط الجيد بتحديد وصياغة أهدافهم العامة طويلة المدى والتي تكون بمثابة الحلم الذي يسعوا إلى تحقيقه وأهدافهم المرحلية قصيرة المدى والتي يتم تنفيذها بتقسيمها إلى أهداف أصغر فأصغر لتحقيق الهدف العام، وتشجيعهم على التقييم الذاتي المستمر لمستوى التقدم الذي تم إحرازه في تحقيق تلك الأهداف وتحسينه باستثارة أفكارهم لإنتاج بدائل الحلول وفقا لإمكاناتهم حيث تم استخدام بعض فنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل لمساعدتهم على ذلك، مثل: (الخريطة الذهنية، أسئلة التقييم، السؤال المعجزة) بالإضافة إلى فنية المجاملات التي كانت بمثابة المعزز والحافز لهم على الاستمرار بفعالية داخل الجلسات وللنجاح في أداء مهامهم المدرجة في خطط كلٍّ منهم اليومية، فضلا عن إجراء عديد من الأنشطة وخاصة نشاطي (هل تعلم، واسمع وتعلم) اللذان ساعدا كل فرد بالمجموعة الإرشادية على إدارة وتنظيم وقته والوعي بمضيعاته؛ ومن ثَمَّ كل هذا قد يكون ساهم في زيادة القدرة على التنظيم الذاتي لدى أفراد المجموعة الإرشادية، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات السابقة التي أكدت على فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين تنظيم الذات، مثل دراسة ساداتزاد وخليلي (Saadatzaade & Khalili, 2012)، وتدعمها أيضا نتائج دراسة ريدي (Reddy et al., 2015) والتي توصلت لوجود تأثير للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في المساعدة على تحديد الأهداف والتخطيط والتحضير للامتحانات، وكذلك نتائج دراسة إيمان عطية منصور جريش (٢٠١٨) والتي أكدت أيضا على فعاليته في تنمية القدرة على إدارة الوقت.

كما قد حقق البرنامج الإرشادي الحالي أثرا إيجابيا في تنمية مهارة الاستقلالية – البعد الثالث من أبعاد مهارات تقرير المصير- لدى أفراد المجموعة الإرشادية من خلال مساعدتهم على تعرف كلٍّ منهم على سمات الفرد المستقل ذاتيا مع التقييم الذاتي لأدائه، وأن يتحمل مسئولية ذاته وسلوكياته، وكذلك رفع ثقته بقدرته على الاعتماد على الذات واتخاذ القرارات، وقد تم تحقيق ذلك من خلال عرض نماذج وتجارب نجاح تميزت بالاستقلالية لبعض

الأشخاص الذين عانوا من مشكلة كف البصر للاقتداء بها، وكذلك تدريبهم على تحمل مسئولية قراراتهم المتعلقة بالدراسة والعمل والزواج وغيرها من الجوانب التي تهمُّ كلُّ فرد في المجموعة الإرشادية، مع تعليمهم كيفية الحديث الإيجابي للذات والذي يدفع الفرد المكفوف إلى أن يكون مسئولاً، ويقوى دافعيته على القيام بالاختيار المناسب واتخاذ القرار وإبداء الرأى والمشاركة النشطة، بالإضافة إلى تدريبهم على اكتشاف كيفية إيجاد وتوليد الحلول لمواجهة جوانب القصور لديهم في هذا الشأن، وذلك من خلال استخدام فنيات (أسلوب تطبيع المشكلة، الاستثناءات، أسئلة المقياس) وغيرها، إضافة إلى القيام ببعض الأنشطة، مثل: نشاطي (الشخصية الاستقلالية، أنا استطيع)، وهذا ما قد يكون ساعد على تحسين مهارة الاستقلالية لديهم كمهارةٍ من مهارات تقرير المصير، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة رودين وآخرون (Roeden et al., 2014) والتي أشارت إلى فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين الحكم الذاتي "الاستقلالية".

كما ترجع أيضا هذه النتيجة إلى أن البرنامج الحالي قد يكون ساعد في تنمية مستوى مهارة تخطى العقبات – البعد الرابع والأخير من أبعاد مهارات تقرير المصير موضع البحث– لدى أفراد المجموعة الإرشادية من خلال اعتماده على إعمال الخيال لديهم بصورة إيجابية بناءه لتخطى العقبات والوصول للغايات والأهداف التي تمثل لهم تحقيق حياة أكثر رضا وإشباع؛ وذلك من خلال تفعيل إرادتهم وعزيمتهم لتحديد النقاط والخطوات الإيجابية والبدء في تنفيذها وممارستها بشكل مستمر؛ لاجتياز أي صعوبات أو عقبات قد يواجهونها، كما تم تدريبهم على البحث عن الإيجابيات حتى في أصعب المواقف والظروف، وإعادة تفسير حياتهم في ضوء تلك الإيجابيات؛ مما كان بمثابة الدافع والحافز لهم للتغيير حيث مواجهة العقبات بمرونة وأمل وتفاؤل، فقد تم استخدام بعض فنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، مثل: (السؤال المعجزة، والبحث عن الاستثناءات)، وكذلك فنية الإصلاح الروائي والتي قام من خلالها كل فرد بالمجموعة الإرشادية برواية قصته بصورة إيجابية بعيدا عن السلبيات، كما أُسْتُخْدِمَت أيضاً بعض الأنشطة، مثل: نشاط (مثّل دورك، مذكرات إيجابية، بطل الشطرنج...)، وتعضد تلك النتيجة التوصيات والأطر النظرية التي رأت أن الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل ذو تأثير إيجابي على مواجهة المواقف الصعبة وإيجاد الحلول الخاصة، فيرى سارى (Sari, 2016, 12) أن الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل من المداخل المهمة والفعالة

في تنمية المرونة من خلال إيجاد الحلول لإنجاز الأهداف وتخطى الصعاب والعقبات، كما يدعم هذه النتيجة أيضا نتائج بعض الدراسات التي أكدت على فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في المساعدة على إدارة الضغوط الأكاديمية، وكذلك تنمية أساليب المواجهة الإيجابية كما في دراسة كلٍّ من (Reddy et al., 2015; Rose & Ishak, 2019)؛ وبهذا يكون قد تحقق الفرض كلية.

ومن العوامل التي لعبت أيضا دورا مؤثرا في ظهور فعالية البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل لدى أفراد المجموعة الإرشادية اعتماد البرنامج على كل أساليب التواصل الممكنة مع أفراد العينة الإرشادية واتخاذه من لغة برايل طريقا سهلا ومباشرا لكتابة بعض التدريبات والأنشطة المستخدمة في البرنامج الإرشادي؛ مما أدى إلى تشجيعهم وحثهم على تحقيق أكبر قدر من الاستفادة من جلسات البرنامج، وكذلك استخدام الإرشاد الجمعي حيث ساعد أفراد المجموعة الإرشادية على التحسن بصورة أسرع وأفضل من الإرشاد الفردي لما توفره الجماعة الإرشادية من فرص لتبادل العلاقات البينشخصية فقد أكد مورفى(Murphy, 2013,45) في دراسته والتي اعتمدت على استخدام الإرشاد الجماعي في جلسات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل على أن المناقشات الجماعية تساعد على إزالة الإحساس بالتفرد في المشكلة، وتتيح فرص الدعم الاجتماعي والتقبل العاطفي والتفاعل الإيجابي بين المشاركين؛ مما يسمح بتبادل الخبرات فيما بينهم.

ب-نتائج الفرض الثاني، ونصه :" **لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات كل من الذكور والإناث من أفراد المجموعة الإرشادية على مقياس مهارات تقرير المصير في القياس البعدى".**

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار مان- ويتنى Mann-Whitney لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات الذكور والإناث في القياس البعدى على أبعاد مقياس مهارات تقرير المصير، والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٧)

قيمة (U) ودلالتها للفروق بين متوسطي رتب درجات الذكور والإناث من أفراد المجموعة الإرشادية في القياس البعدى على مقياس مهارات تقرير المصير وأبعاده.

الأبعاد	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	W	Z	الدلالة الإحصائية
الوعي بالذات	الذكور	٥	٥,٢	٢٦	١١	٢٦	٠,٣٣٧	غير دال
	الإناث	٥	٥,٨	٢٩				
تنظيم الذات	الذكور	٥	٤,٨	٢٤	٩	٢٤	٠,٧٦٤	غير دال
	الإناث	٥	٦,٢	٣١				
الاستقلالية	الذكور	٥	٥,٩	٢٩,٥	١٠,٥	٢٥,٥	٠,٤٢٦	غير دال
	الإناث	٥	٥,١	٢٥,٥				
تخطى العقبات	الذكور	٥	٦,٢	٣١	٩	٢٤	٠,٧٥٢	غير دال
	الإناث	٥	٤,٨	٢٤				
مهارات تقرير المصير (الدرجة الكلية	الذكور	٥	٥,١	٢٥,٥	١٠,٥	٢٥,٥	٠,٤١٩	غير دال
	الإناث	٥	٥,٩	٢٩,٥				

يتضح من الجدول السابق أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات الذكور والإناث من أفراد المجموعة الإرشادية في القياس البعدى على أبعاد مقياس مهارات تقرير المصير والدرجة الكلية، مما يدل على عدم اختلاف فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم باختلاف النوع، وهو ما يثبت صحة الفرض الثاني.

ويمكن تفسير تلك النتيجة في ضوء حرص أفراد المجموعة الإرشادية سواء من الذكور أو الإناث على الاستفادة من جلسات البرنامج الإرشادي وأنشطته؛ فقد حضر وانتظم كلا الجنسين وشاركا بفعالية في البرنامج؛ حيث كان ذلك بناء على رغبتهم الشخصية في المشاركة، فكان لديهم إقبال وحب ودافعية للتدريب والتعلم؛ وذلك من أجل رفع مستوى مهارات تقرير المصير لديهم، وخاصة وأنهم يعانون ذكوراً وإناثاً من مشكلة مشتركة بينهما، حيث نقص الوعي الذاتي بالإمكانات والقدرات، وصعوبة القدرة على تنظيم الذات وانخفاض مستوى الاستقلالية حيث صعوبة اتخاذ القرارات وتحمل المسئولية والتعبير عن الاحتياجات والمطالبة بها، وكذلك ضعف القدرة على التغلب على العقبات، وذلك قبل تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي؛ مما ساعد ذلك على تشابه ظروفهم المتمثلة في: انخفاض مستوى مهارات تقرير المصير لديهم، فضلا عن أنه قد تم اختيارهم من الطلاب المكفوفين المولودين بفقدان البصر أو الذي تم فقده خلال السنوات الخمس الأولى من الطفولة، بالإضافة إلى انتمائهم إلى مرحلة التعليم الثانوي فكلاهما يعانيان من نفس ضغوط الإعاقة وكذلك نفس الضغوط الأكاديمية، كما أنهم من نفس العمر الزمني والمستوى الاجتماعي والاقتصادي تقريبا،

ويقيمون إقامة داخلية بمدرسة النور للمكفوفين بمحافظة المنيا؛ وبالتالي ليس هناك فرق بين الذكور والإناث فكلاهما شاركا بفعالية في الجلسات وكانت لهم نفس الظروف تقريبا؛ الأمر الذي قد يكون ساعد في عدم وجود فروق بين الجنسين في الاستفادة من البرنامج الإرشادي الحالي.

كما يمكن إرجاع هذه النتيجة أيضا إلى أن البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل قد قُدم بصورة متكافئة لكلا الجنسين من أفراد المجموعة الإرشادية؛ وذلك بغرض تنمية بعض مهارات تقرير المصير لديهم، فكلاهما خضع لنفس الإجراءات التجريبية؛ حيث إن ما يُعرض على الذكور داخل الجلسات تم عرضه أيضاً على الإناث، ويتمثل ذلك في تقديم نفس المقالات الإرشادية والأنشطة والتدريبات داخل الجلسات لكلٍّ من الذكور والإناث، مثل نشاط: اكتشف ذاتك، اسمع وتعلم، أنا أستطيع، وغيرها من الأنشطة الأخرى، وكذلك قد تم استخدام بعض فنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل داخل الجلسات مع كلا الجنسين، مثل فنية: أسئلة المقياس، البحث عن الاستثناءات، سؤال المعجزة، الإصلاح الروائي...، حيث تم تدريبهم على كيفية إجرائها كما شارك كل فرد منهم بتنفيذها بفعالية، فضلا عن أنه كانت لهم نفس عدد الجلسات والتي تم توزيعها على مدار كل أسبوع بواقع جلستين أسبوعيا، كما يمكن عزو تلك النتيجة أيضا إلى أنه قد روعي تكليف كلا الجنسين بأداء نفس الواجبات المنزلية، مثل: التدريب على الأسئلة الإستراتيجية للتقييم، ووضع الأهداف المصاغة جيدا بصورة إيجابية ومحددة وواقعية وقابلة للقياس، وأيضا متابعة تنفيذ الخريطة الذهنية المتفق عليها خلال الجلسات...، حيث تسهم تلك الواجبات في زيادة مستوى مهارات تقرير المصير واستمرار فعالية البرنامج الإرشادي لدى كلاهما، فهي تساعد على زيادة وعيهم بذواتهم وقدراتهم وإيجاد الحلول المناسبة بأنفسهم من خلال الإصرار والعزيمة ومحاولة تنمية الإمكانات والقدرات؛ الأمر الذي قد يكون ساعدهم على تحقيق الهدف العام للبرنامج بغض النظر عن نوع الجنس.

وترجع تلك النتيجة أيضاً إلى حرص الباحثة خلال جلسات البرنامج على المساواة في التعامل مع الذكور والإناث من أفراد المجموعة الإرشادية من حيث التشجيع والتقبل والتعاون، فلم يتم تفضيل أحد الجنسين على الآخر أثناء البرنامج، بل كان هناك حرص على الحيادية في المعاملة، وبالتالي لم يكن هناك تأثير خارجي بقدر الإمكان سوى البرنامج الذي قُدِّمَ

بصورة متكافئة للذكور والإناث؛ مما قد يكون ساعد في عدم وجود فروق دالة بين درجات كلٍّ من الجنسين في الاستجابة على مقياس مهارات تقرير المصير بعد تطبيق البرنامج.

ج-نتائج الفرض الثالث، ونصه: " **لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين البعدي (بعد التطبيق مباشرة) والتتبعي (بعد فتره متابعة شهرين) على مقياس مهارات تقرير المصير** ".

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام اختبار ويلكوكسون لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين البعدى والتتبعى على أبعاد مقياس مهارات تقرير المصير، والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٨)

نتائج اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين: البعدى والتتبعى على مقياس مهارات تقرير المصير الدرجة الكلية وأبعاده.

الأبعاد	نوع القياس	توزيع الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة الإحصائية
الوعي بالذات	بعدى	الرتب السالبة	٣	٥,٥	١٦,٥	-٠,٢١٦	غير دال
		الرتب الموجبة	٥	٣,٩	١٩,٥		
	تتبعى	الرتب المتساوية	٢				
تنظيم الذات	بعدى	الرتب السالبة	٦	٥,١٧	٣١	-١,٠١٥	غير دال
		الرتب الموجبة	٣	٤,٦٧	١٤		
	تتبعى	الرتب المتساوية	١				
الاستقلالية	بعدى	الرتب السالبة	٥	٣,٩	١٩,٥	-٠,٨٣٢	غير دال
		الرتب الموجبة	٥	٧,١	٣٥,٥		
	تتبعى	الرتب المتساوية	صفر				
تخطى العقبات	بعدى	الرتب السالبة	٦	٥,٠٨	٣٠,٥	-٠,٣١	غير دال
		الرتب الموجبة	٤	٦,١٣	٢٤,٥		
	تتبعى	الرتب المتساوية	صفر				
مهارات تقرير المصير(الدرجة الكلية)	بعدى	الرتب السالبة	٥	٥,٤	٢٧	-٠,٥٣٩	غير دال
		الرتب الموجبة	٤	٤,٥	١٨		
	تتبعى	الرتب المتساوية	١				

يتضح من جدول (٨) أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين البعدى (بعد التطبيق مباشرة) والتتبعى(بعد فتره متابعة

شهرين) على أبعاد مقياس مهارات تقرير المصير والدرجة الكلية للمقياس؛ مما يشير إلى استمرارية تأثير وفعالية البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى أفراد المجموعة الإرشادية ، وهذا يعنى أنه لم يحدث ارتداد لما أظهره أفراد المجموعة الإرشادية من تحسن في القياس البعدى بعد انتهاء تدريبهم على البرنامج الإرشادي؛ وهذه النتيجة تحقق صحة الفرض الثالث ؛ وبذلك يمكن قبول الفرض.

وتؤكد هذه النتيجة أن الأنشطة والمهارات الجديدة المتعلمة خلال جلسات البرنامج المختلفة قد اكتسبت صفة الاستمرارية، وهنا يمكن تفسير ذلك في ضوء ما يحتويه البرنامج من واجبات منزلية وأنشطة وتدريبات من واقع بيئة أفراد المجموعة الإرشادية مع الحرص على أدائها والانتظام في تقييمها؛ وبالتالي من المتوقع انتقال أثر التدريب عليها إلى المواقف الحياتية الأخرى، إضافة إلى التدريب الذي تلقاه أفراد المجموعة الإرشادية أثناء جلسات البرنامج الإرشادي على زيادة وتيرة السلوكيات الإيجابية، وكذلك على بعض المهارات الجديدة واستخدامها في المواقف الحقيقية، كمهارات: التخطيط، وإدارة الوقت، وتوليد بدائل الحلول، والمحادثة، وطرح الأسئلة، والحوار الإيجابي مع الذات والآخرين؛ ومن ثَمَّ فإن الاستخدام المتكرر لتلك الإيجابيات والمهارات والأساليب المتعلمة داخل جلسات البرنامج؛ قد ساهم في تدعيمها وتقويتها لديهم حتى صارت جزءا من شخصياتهم وأصبح من الصعب التخلي عن ممارستها أو نسيانها؛ الأمر الذي قد يكون ساهم في استمرارية الأثر الايجابي للبرنامج الإرشادي، ومما يدعم ذلك ما أوضحه كلا من (Trepper et al., 2013, 21; Murphy, 2013, 44) حيث أشاروا إلى أنه من الأهداف والمسلمات الرئيسية للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل تطوير قدرات العميل من خلال التدريب على مهارات المحادثة وبناء الحلول وزيادة وتيرة السلوكيات الإيجابية، وكذلك مساعدته على تعميم المهارات والخبرات الجديدة والتغيرات الإيجابية التي تم إنجازها خلال الجلسات الإرشادية إلى بيئته الحياتية الواقعية.

كما يمكن أيضا إرجاع تلك النتيجة إلى أن أفراد المجموعة الإرشادية قد تمكنوا من تعلم بعض فنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل والتي لم تكن ذات تأثير وقتي، بل امتد أثرها الإيجابي إلى فترة ما بعد التطبيق، والتي أهمها: فنية البحث عن الاستثناءات، وتطبيقها عند تعرضهم لأي مشكلة لاحقة أو مشاعر سلبية أو عقبات، فقد أدركوا فائدة ممارسة تلك

الفنية؛ فهي تساعدهم على إيجاد أسلوب حياة جديد يعتمد على الوعي العقلي بأن لكل مشكلة استثناء يمكن حلها، كما إنها وقتية وليس لها صفة الدوام، مع تعلم الاستفادة من خبرات وتجارب النجاح والإنجاز السابقة، وتفعيلها في حياتهم العملية خلال المواقف المشابهة؛ ومن ثَمّ أصبح كلٌّ منهم على وعى بقدراته وإمكاناته وما يمتلكه من مصادر وموارد؛ مما قد ساعدهم على التحكم بحياتهم؛ وبالتالي استمرار التحسن الحادث في مستوى مهارات تقرير المصير لديهم، وكذلك فنية سؤال المعجزة التي قد ساعدت أفراد العينة على انتهاج سبل جديدة إيجابية وواقعية لتحقيق الأهداف والتخلص من العقبات وتطبيقها في الحياة اليومية، بالإضافة إلى استخدامهم لفنيتي أسلوب تطبيع المشكلة والمجاملات الذاتية التي اعتادوا على ممارستهما مع أنفسهم بالاقتداء بالنماذج الناجحة، والتعزيز والإثابة الذاتية والحوار الإيجابي مع الذات، وتطبيقهما في مواقف مشاعر التوتر والقلق والخوف التي قد تعوق توافقهم، لما لتعلم كلا الفنيتين من أهمية في اقتناع أفراد المجموعة الإرشادية من الطلاب المكفوفين بذواتهم، وتكوينهم لأفكار صحية ومعارف متكيفة نحو إعاقتهم البصرية ونحو الثقة في قدراتهم، وكذلك في تعديل اتجاهاتهم السلبية نحو مستقبلهم العلمي والمهني؛ الأمر الذي قد انعكس على سلوكهم بالنجاح وأصبح مبعث للاستفادة القصوى من قدراتهم، ومن ثَمَّ كان لتلك الفنيات الفاعلية في الاستمرارية في استخدامها؛ الأمر الذي ساعد على تطبيق ما تعلموه داخل الجلسات في حياتهم اليومية.

وكذلك يمكن إرجاع هذه النتيجة أيضا إلى تطبيق أفراد العينة الإرشادية لفنيتي الخريطة الذهنية وأسئلة المقياس حتى بعد انتهاء جلسات البرنامج فعند مقابلة أفراد المجموعة الإرشادية خلال فترة المتابعة أوضحوا مدى استفادتهم من استخدام تلك الفنيتين، حيث قام كلٌّ منهم بمتابعة تنفيذ الخريطة الذهنية لأهدافهم التي تم وضعها داخل الجلسات الإرشادية، مع الاستمرار في وضع خططهم اليومية بشكل صوتي وفقا لها، وتقييمها بصورة دورية، وكذلك تحسينها ببدائل الحلول، مثلما تعلموا داخل الجلسات؛ سعيا للحفاظ على النجاح والتقدم نحو تحقيق الأهداف، وذلك ما قد يكون ساعد على بقاء أثر التعلم واستمرار التحسن الذي طرأ على مهارات تقرير المصير لديهم، ومما يدعم أيضا استمرارية فعالية البرنامج الإرشادي استخدام الباحثة الدائم للثناء والتشجيع لجميع أفراد المجموعة الإرشادية عند تحقيقهم للإنجازات أو قيامهم بأداء الواجبات المنزلية، وكان لهذا أثر كبير في تقبلهم للعملية

الإرشادية بل وانتقال أثرها لفترة ما بعد التطبيق حيث أكد نبيل صالح سفيان (٢٠١٨، ٨٣٥) على أهمية استخدام المرشد للدعم الإيجابي (المدح والتشجيع) لما يمثله من دورا مهما في زيادة ثقة العملاء بما يقدمونه من حلول ذات فاعلية؛ ومن ثَمَّ الاستمرار عليها، الأمر الذي قد يكون ساهم في تعميم النجاح لما تم تعلمه في الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل وذلك في حياتهم اليومية.

وكذلك يمكن إرجاع هذه النتيجة أيضا لما تناوله البرنامج الإرشادي من مهارات مهمة لأفراد المجموعة الإرشادية بهدف تنميتها؛ مما دفعهم للاستمرار فى الالتزام بأنشطته وفنياته حتى بعد انتهاء جلساته، مثل: تنمية الوعي بالذات وهى من أكثر مهارات (أبعاد) تقرير المصير أهمية وفقا لما أشار إليه أفراد المجموعة الإرشادية في تقارير المتابعة حيث إدراكهم لمصادر قواهم الشخصية؛ ومن ثَمَّ شعورهم بقيمتهم الذاتية والثقة بقدرتهم على النجاح، وكذلك مهارة التنظيم الذاتي فقد أدركوا فائدة تحديد الأهداف والأولويات وممارسة التخطيط والمتابعة والتقييم في حياتهم؛ الأمر الذى قد جعلهم يحرصون على الاستمرار في تطبيق ما تعلموه في واقعهم اليومي، فضلا عن أن الفارق الذي لاحظه أيضا أفراد المجموعة الإرشادية بشخصياتهم حيث تمكنهم من مهارتي (الاستقلالية، وتخطى العقبات) وتحسنهم للأفضل بعد تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي وفقا لما ذكروا بتقارير المتابعة؛ قد يكون ساهم أيضا فى دفعهم للتمسك بما تعلموه من سلوكيات وأساليب ومهارات خلال جلسات البرنامج، مع الحرص على المحافظة عليها والانتظام بإتباعها في حياتهم الفعلية؛ الأمر الذى اكسب الأثر الإيجابي للبرنامج نوعا من الاستمرارية.

ومن الأمثلة التى تؤكد على استمرار تأثير وفعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية مهارات تقرير المصير، ما ذكره أحد أفراد المجموعة الإرشادية (ذكر) خلال مقابلته أثناء فترة المتابعة، فقد أشار إلى أنه مازال مستمرًا فى متابعة تنفيذ خريطته الذهنية التى تم وضعها بالجلسات، كما أن لديه خطط يومية منتظم عليها، وقد حقق الكثير منها، وأصبح يعتمد على ذاته فى اختيار ما يريد، ويناقش المعلمين بحرية، ويحاول حل مشكلاته بذاته أولا قبل طلب المساعدة، كما أنه مازال مستمرا فى الاشتراك بالأنشطة المدرسية وخاصة الرياضية (الجري، ودفع الجلة)، والتى بدأ فى الاشتراك بها أثناء جلسات البرنامج مثلما اتفق مع المرشدة، وهو الآن يشعر

بالإيجابية والتفاؤل؛ ومن ثم فإن ذلك كله يدعم استمرارية فعالية البرنامج الإرشادي، وتحقيق أهدافه الموضوعة.

توصيات البحث:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث أمكن صياغة بعض التوصيات كما يلي :

١. **الاهتمام بتضمين البرامج القائمة على الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل فى برامج تأهيل المكفوفين؛ وذلك لرفع مستوى إنتاجيتهم.**
٢. **الاهتمام المبكر بتنمية مهارات تقرير المصير لدى المكفوفين بالتركيز على نقاط القوة لديهم وتوفير الفرص اللازمة، وذلك من خلال القائمين على رعاية تلك الفئة.**
٣. **تضمين مهارات تقرير المصير ضمن المناهج الدراسية للمكفوفين، كطريقة مباشرة في التدريس مع الممارسة المتكررة لهذه المهارات.**
٤. **عمل ندوات توعوية لآباء وأمهات مكفوفي البصر بأهمية التركيز على القوى والجوانب الإيجابية لأبنائهم، وأنه بإمكانهم التقدم والإبداع إذا ما أُحسن تعليمهم وصقلهم بالمهارات اللازمة لذلك.**
٥. **عمل دورات لتوعية الطلاب المكفوفين بمفهوم مهارات تقرير المصير والوقوف على أهميتها وطرق تنميتها.**
٦. **إعداد دورات تدريبية دورية للأخصائيين النفسيين والاجتماعيين والمعلمين تتضمن تدريبهم على الاستراتيجيات التي من شأنها تنمية مهارات تقرير المصير لدى طلابهم المكفوفين**
٧. **محاولة تطبيق البرنامج الإرشادي موضع البحث في عديد من المؤسسات التعليمية والتأهيلية مع عينات أخرى من أجل تنمية مهارات تقرير المصير لديهم.**

البحوث المقترحة:

بناء على ما سبق يمكن اقتراح بعض البحوث التالية:

١. **فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين جودة الحياة لدى المراهقين المكفوفين.**

٢. **فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية فاعلية الذات لدى المراهقين المكفوفين.**

٣. **مهارات تقرير المصير وعلاقتها بدافعية الإنجاز الأكاديمي لدى المراهقين المكفوفين.**

٤. **مهارات تقرير المصير وعلاقتها بمفهوم الذات الاجتماعي والأكاديمي لدى المراهقين المكفوفين.**

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- آمال أبوداود، وجمال الخطيب (٢٠١٧). الرضا عن الحياة وعلاقته بكل من مهارات تقرير المصير والمل لدى المراهقين ذوى الإعاقة فى الأردن. مجلة جامعة النجاح– العلوم الإنسانية، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين، ٣١(١١)، ١٨٨٩– ١٩١٠.
- آمال عبد السميع مليجى باظه (٢٠٠٩). السلوك التوكيدى وعلاقته بكفاءة إدارة الوقت لدى المراهقين المكفوفين. المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، ١٩(٦٣)،١–٢٣.
- إبراهيم محمود بدر(٢٠١٢). الصحة النفسية وشباب ثورة ٢٥ يناير الأحرار " الأسس النظرية والجوانب التطبيقية". القاهرة: دار طيبة للطباعة.
- أماني عزت نعمان المصري، ومحمد أكرم حمدان (٢٠١٦). مستوى امتلاك الطلبة ذوى الإعاقة البصرية لمهارات تقرير المصير مقارنة بأقرانهم المبصرين. مجلة المعهد الدولي للدراسة والبحث– جسر(GISR)، بريطانيا،٢(٤)، ١–١٢.
- إيمان عطية منصور جريش(٢٠١٨). فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية إدارة الوقت وخفض حدة التسويف الأكاديمي لدى طالبات الدراسات العليا بكلية التربية. مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٥٦)، ١١٣–١٩٧.
- تركي بن عبد الله سليمان القرينى (٢٠١٧). واقع تقديم مهارات تقرير المصير للتلاميذ ذوى الإعاقات المتعددة وأهميتها لهم من وجهة نظر معلميهم. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، ١٨(٢)، ١٩٣– ٢١٩.
- جابر عبد الحميد جابر، وعلاء الدين كفافى (١٩٨٩). معجم علم النفس والطب النفسى. الجزء الثانى، القاهرة: مطابع الزهراء للإعلام العربى.
- جمعة فاروق حلمي فرغلى (٢٠١٧). مناصرة الذات وعلاقتها بتقرير المصير لعينة من المعاقين سمعيا وبصريا. مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، (١٨)، جزء (٩)، ٤٧٥–٤٩٦.
- زينب سيد عبد الحميد عثمان (٢٠١٤). القلق الاجتماعي وعلاقته بقوة الأنا وتقدير الذات والسلوك التوكيدى والسمات السوية واللاسوية لدى عينة من المراهقين المعاقين بصريا. مجلة كلية الآداب، كلية الآداب، جامعة سوهاج، (٢٧)، ١٣٥–٢٠٠.
- شادي محمد السيد أبو السعود (٢٠١٥). فعالية برنامج قائم على العلاج المختصر المتمركز حول الحل في تحسين مستوى تقدير الذات لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم. مجلة التربية الخاصة، كلية علوم الإعاقة والتأهيل، جامعة الزقازيق،(١١)، ١–٥٥.

- عبد المطلب أمين القريطى (٢٠٠٥). سيكولوجية ذوى الاحتياجات الخاصة وتربيتهم. ط٥، القاهرة: دار الفكر العربي.
- عبد المنصف حسن على رشوان، ومحمد بن مسفر على القرني (٢٠٠٤). المداخل العلاجية المعاصرة للعمل مع الأفراد والأسرة. الرياض: مكتبة الرشد.
- عبد المنعم أحمد الدردير(٢٠٠٦). الإحصاء البارامترى واللابارامترى في اختبار فروض البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية. القاهرة:عالم الكتب.
- عزت عبد الحميد حسن(٢٠١٠). حجم التأثير في بحوث الموهوبين . المؤتمر العلمي الثامن" استثمار الموهبة ودور مؤسسات التعليم : الواقع والطموحات"، كلية التربية ، جامعة الزقازيق،٢١-٢٢ أبريل ، ٢٦١-٢٩٩.
- عواطف محمود الشديفات (٢٠١٣). تطوير برنامج تدريبي مستند إلى النظرية المعرفية السلوكية واستقصاء فاعليته في تحسين مهارات التقرير الذاتي لدى الطلبة من ذوى صعوبات التعلم في الأردن. مجلة الطفولة والتربية، جامعة الإسكندرية، (١٦)، السنة (٥)، ٢٨٧- ٣٢٨.
- محمد السيد عبد الرحمن (٢٠١٥). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي.القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- محمود محمد إمام (٢٠١٧). تدريب المراهقين ذوى الإعاقة على مهارات تقرير المصير وأثره على دعم الاستقرار النفسي والاجتماعي وتحسين جودة الحياة. الملتقى السابع عشر " الاستقرار النفسي والاجتماعي للأشخاص ذوى الإعاقة"، الجمعية الخليجية للإعاقة بالكويت، ٢٨-٣٠ مارس، ١-٢١.
- ميخائيل نيستول (٢٠١٥). المدخل إلى الإرشاد النفسي من منظور فني وعلمي . ترجمة: مراد على سعد وأحمد عبد الله الشريفين، عمان: دار الفكر.
- نبيل صالح سفيان (٢٠١٨). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي الحديثة وما بعد الحداثة. جدة: دار جمال العلمية للنشر والتوزيع.
- نبيل محمد الفحل (٢٠١٦). مقياس الرضا عن الحياة للمراهقين المكفوفين.القاهرة: دار العلوم.
- هالة خير سنارى إسماعيل (٢٠١٧). مهارات تقرير المصير وعلاقتها بجودة الحياة لدى المراهقين ذوى الإعاقة الفكرية البسيطة. مجلة التربية الخاصة، كلية علوم الإعاقة والتأهيل، جامعة الزقازيق، (١٨)،١-٤٥.

ثانياً: المراجع الاجنبية:

- Agran, M., Hong, S., & Blankenship, K. (2007). Promoting the self-determination of students with visual impairments: Reducing the gap between knowledge and practice. *Journal of Visual Impairment & Blindness, 101*(8), 453-464.
- Algozzine, B., Browder, D., Karvonen, M., Test, D., & Wood, W. (2001). Effects of interventions to promote self-determination for individuals with disabilities. *Review of Educational Research, 71*(2), 219-277.
- Altundağ, Y. & Bulut, S. (2019). The effect of solution-focused brief counseling on reducing test anxiety. *Avances en Psicología Latinoamericana, 37*(1), 1-11.
- Badakhshan, A. (2015). The effectiveness of solution- focused brief group therapy on the reduce marital burnout in men. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences, 5*(3), 1156-1162.
- Bannink, F. (2007). Solution-focused brief therapy. *Journal Contemp Psychother, 37*, 87–94.
- Berg, I., & Dolan, Y. (2001). *Tales of solutions: A collection of hope-inspiring stories*. New York: Norton.
- Biggs, H. & Flett, R. (2005). Rehabilitation professionals and solution-focused brief therapy. In H. Biggs, (Eds.), *Proceedings of the inaugural Australian Counselling and Supervision Conference: Integrating research, practice and training* (pp.12-18). Carseldine, Australia: Queensland University of Technology. Retrieved from https://eprints.qut.edu.au/3796/1/3796_1.pdf
- Burg, J. & Mayhall, J. (2002). Techniques and interventions of solution-focused advising. *Nacada Journal, 22* (2), 79-85.
- Carrera, M., Cabero A., González S., Rodríguez, N., García, C., Hernández, L., & Manjón, J. (2016). Solution-focused group therapy for common mental health problems: Outcome assessment in routine clinical practice. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 89*(3), 294-307.
- Cepukiene, V. & Pakrosnis, R. (2011). The outcome of solution-focused brief therapy among foster care adolescents: The changes of behavior and perceived somatic and cognitive difficulties. *Children and Youth Services Review, 33*, 791-797.
- Cepukiene, V., Pakrosnis, R., & Ulinskaite, G. (2018). Outcome of the solution-focused self-efficacy enhancement group intervention for adolescents in foster care setting. *Children and Youth Services Review, 88*, 81-87.
- Cheng, S., & Sin, K. (2019). Thinking styles and self-determination among university students who are deaf or hard of hearing and hearing university students. *Research in Developmental Disabilities, 85*, 61–69.
- Christensen, D., Todahl, J., & Barrett, W. (1999). *Solution-based casework: An introduction to clinical and case management skills in casework practice*. New York: Aldine DeGruyter.

- Cmar, J. & Markoski, K. (2019). Promoting self-determination for students with visual impairments: A review of the literature. *Journal of Visual Impairment & Blindness, 13*(2), 100-113.
- Connell, M. (2014). *Modifying academic performance using online grade book review during solution-focused brief therapy*. Doctor of Philosophy, College of Education, Walden University, Minneapolis, Minnesota. Retrieved from https://mplbci.ekb.eg/MuseProxyID=1104/MuseSessionID=0711jvkju/MuseProtocol=https/MuseHost=search.proquest.com/MusePath/docview/1564775539/fulltextPDF/28F3687C27E54657PQ/1?accountid=178282.
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (9th ed.). Belmont: Brooks/Cole, Sengage Learning.
- Creswell, C., Violato, M., Fairbanks, H., White, E., Parkinson, M., Abitabile, G., Leidi, A., & Cooper, B. (2017). Clinical outcomes and cost-effectiveness of brief guided parent-delivered cognitive behavioral therapy and solution-focused brief therapy for treatment of childhood anxiety disorders: A randomised controlled trial. *The Lancet Psychiatry, 4*(7), 529-539.
- Erickson, A., Noonan, P., Zheng, C., & Brussow, J. (2015). The relationship between self-determination and academic achievement for adolescents with intellectual disabilities. *Research in Developmental Disabilities, 36*, 45–54.
- Farmer, J., Allsopp, D., & Ferron, J. (2015). Impact of the personal strengths program on self-determination levels of college students with LD and/or ADHD. *Learning Disability Quarterly, 38*(3), 145-159.
- Flexer, R., Baer, R., Luft, P., & Simmons, T. (2013). *Transition Planning for Secondary Students with Disabilities* (4th ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson.
- Franklin, C. (2015). An update on strengths- based, solution-focused brief therapy. *Health & Social Work, 40*, 73-76.
- Franklin, C., Zhang, A., Froerer, A., & Shannon, J. (2017). Solution-focused brief therapy: A systematic review and meta-summary of process research. *Journal of Marital and Family Therapy, 43*(1), 16-30.
- Frasier, T. (2016). *An examination of the relationship between students with learning disabilities and self-advocacy/self-determination as a predictor of post-secondary school success*. Doctor of Philosophy, The Graduate Faculty of Auburn University, Auburn, Alabama. Retrieved from https://etd.auburn.edu/bitstream/handle/10415/5397/Dissertation_2016_final_tfr.pdf?isAllowed=y&sequence=2.
- Gillis, L. (2011). *Kujichagalia! self-determination in young african american women with disabilities during the transition process*. Doctor of Philosophy, Department of Special Education, College of Education, University of South Florida, Tampa, Florida Retrieved from https://mplbci.ekb.eg/MuseProxyID=1104/MuseSessionID=0711jvkju/MuseProt

ocol=https/MuseHost=search.proquest.com/MusePath/docview/885868503/fulltextPDF/C50A0E12C1104267PQ/1?accountid=178282.

- Kim, J. (2008). Examining the effectiveness of solution-focused brief therapy: A meta-analysis. *Research on Social Work Practice, 18*(2), 107-116.
- Kim, J. & Franklin, C. (2015). Understanding emotional change in solution-focused brief therapy: Facilitating positive emotions. *Best Practices in Mental Health, 11*(1), 25-41.
- Kim, J., Jordan, S., Franklin, C., & Froerer, A. (2019). Is solution-focused brief therapy evidence-based? An update 10 years later. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services, 100*(2), 127-138.
- Konarska, J. (2003). Childhood experiences and sels-acceptance of teenagers with visual impairment. *International Journal of Special Education, 18*(2), 52-56.
- Lee, M., Uken, A., & Sebold, J. (2004). Accountability for change: Solution-focused treatment with domestic violence offenders. *Families in society: The journal of contemporary human services, 85*(4), 463-476.
- Leggett, M. (2004). *The effects of a solution-focused classroom guidance intervention with elementary students.* Doctor of Philosophy, The Faculty of the Graduate School of Education, Texas A & M University, College Station, Texas. Retrieved from https://search.proquest.com/openview/b5a01eab6ad6a5df01ab6183482de99c/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y.
- Levin, D. & Rotheram-Fuller, E. (2011). Evaluating the empowered curriculum for adolescents with visual impairments. *Journal of Visual Impairment & Blindness, 105*(6), 350-360.
- Lipchik, E. (2002). *Beyond technique in solution-focused therapy "working with emotions and the therapeutic relationship*". New York: The Guilford Press.
- Lipkowitz, S. & Mithaug, D. (2003). Assessing self-determination prospects of students with different sensory impairments. In D. Mithaug, D. Mithaug, M. Agran, J. Martin, & M. Wehmeyer (Eds.), *Self-determined learning theory: Construction, verification, and evaluation* (pp.104 –120). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Litalien, D., Morin, A., Gagné, M., Vallerand, R., Losier, G., & Ryan, R. (2017). Evidence of a continuum structure of academic self-determination: A two-study test using a bifactor-ESEM representation of academic motivation. *Contemporary Educational Psychology, 51*, 67-82.
- Malian, I. & Nevin, A. (2002). A review of self-determination literature implications for practitioners. *Remedial and Special Education, 23*(2), 68-74.
- Miller, G. & De-Shazer, S. (2000). Emotions in solution-focused therapy: A re-examination. *Family Process, 39* (1), 4-23.

- Morgan, S., Bixler, E., & McNamara, J. (2002). *Self-determination for children and young adults who are deaf-blind.* The National Technical Assistance Consortium for Children and Young Adults Who Are Deaf-Blind (NTAC), https://www.nationaldb.org/media/doc/self-determination.pdf
- Mumbardó-Adam, C., Guàrdia-Olmos, J., & Giné, C. (2018). Assessing self-determination in youth with and without disabilities: The spanish version of the AIR self-determination scale. *Psicothema, 30*(2), 238-243.
- Murphy, D. (2013). *Job loss and the psychological effects on women*. Master of Arts, The Faculty of the Kalmanovitz School of Education, Saint Mary's College of California, Moraga, California. Retrieved from https://mplbci.ekb.eg/MuseProxyID=1104/MuseSessionID=0711jvkju/MuseProtocol=https/MuseHost=search.proquest.com/MusePath/docview/1346190661/59B982F2FA23420BPQ/3?accountid=178282.
- Newsome, W. (2005). The impact of solution-focused brief therapy with at-risk junior high school students. *Children &Schools, 27*(2), 83-90.
- Reddy, P., Thirumoorthy, A., Vijayalakshmi, P., & Hamza, M. (2015). Effectiveness of solution-focused brief therapy for an adolescent girl with moderate depression. *Indian Journal of Psychological Medicine, 37*(1), 87-89.
- Ripp, A. (2005). *The effects of internet-based advocacy instruction on the self-determination, psychological empowerment, and self-efficacy of Parents of a child with a disability*. Doctor of Philosophy, The Graduate School of Arts and Sciences, Columbia University, New York. Retrieved from https://mplbci.ekb.eg/MuseProxyID=1104/MuseSessionID=0711jvkju/MuseProtocol=https/MuseHost=search.proquest.com/MusePath/docview/305016414/fulltextPDF/8EE56E97A97F4A57PQ/1?accountid=178282.
- Robinson, L., & Lieberman, B. (2004). Effects of visual impairment, gender, and age on self-determination. *Journal of visual impairment & blindness, 98*, 351-366.
- Roeden, J., Maaskant, M., & Curfs, L. (2014). Processes and effects of solution-focused brief therapy in people with intellectual disabilities: A controlled study. *Journal of Intellectual Disability Research, 58*, part 4, 307-320.
- Rose, N. & Rose, A. (2019). Emotional coping through solution focused counselling therapy: Case study of psychological distressed women. *Asian Social Work Journal, 4*(3), 23-34.
- Rowe, D., Alverson, C., Unruh, D., Fowler, C., Kellems, R., & Test, D. (2015). A delphi study to operationalize evidence- based predictors in secondary transition. *Career Development and Transition for Exceptional Individuals, 38*(2), 113-126.
- Rusmana, N., & Suryana, D. (2017). Solution focused brief therapy new approach of counseling for students' self determination development. *International Conference on Educational Sciences, 1*, 109-114.

- Saadatzaade, R. & Khalili, S. (2012). Effects of solution - focused group counseling on student's self - regulation and academic achievement. *International Journal for Cross-Disciplinary Subjects in Education, 3*(3), 780-787.
- Sari, D. (2016). Application of solution focused brief counseling model to increase of counselee resilience as a part of multicultural society. *Indonesian Journal of School Counseling, 1*(1), 12-19.
- Seidel, A. & Hedley, D. (2008). The use of solution-focused brief therapy with older adults in Mexico: A preliminary study. *The American Journal of Family Therapy, 36*, 242–252.
- Sklare, G. (2005). *Brief counseling that works a Solution-focused approach for school counselors and administrators* (2nd ed.). Thousand Oaks, California: Corwin Press.
- Smith, I. (2005). Solution-focused brief therapy with people with learning disabilities: A case study. *British Journal of Learning Disabilities, 33*, 102–105.
- Suitt, K., Geraldo, P., Estay, M., & Franklin, C. (2019). Solution-focused brief therapy for individuals with alcohol use disorders in chile. *Research on Social Work Practice, 29*(1), 19-35.
- Surana, P. (2013). Positive 'solution-focused' brief interventions: Implications in indian academic settings. *Indian Journal of Positive Psychology, 4*(1), 187-189.
- Taylor, E. (2009). Sandtray and solution-focused therapy. *International Journal of Play Therapy, 18* (1), 56–68.
- The Center of the State of California Studies (2014). *Guidelines for Program Serving Students with Visual Impairments*. Retrieved from https://www.csb-cde.ca.gov/resources/standards/documents/viguidelines-2014edition.pdf.
- Trepper, T., McCollum, E., De Jong, P., Korman, H., Gingerich, W., & Franklin, C. (2013). Solution-focused brief therapy treatment manual. In C. Franklin, T. Trepper, W. Gingerich, & E. McCollucm (Eds.), *Solution-focused brief therapy: A handbook of evidence-based practice* (pp. 20–36). New York: Oxford University Press.
- Turnbull, A., Turnbull, R., & Wehmeyer, M. (2010). Exceptional lives: Special education in today's schools (6th ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson Education.
- Van Petegem, S., Zimmer-Gembeck, M., Baudat, S., Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Zimmermann, G. (2019). Adolescents' responses to parental regulation: The role of communication style and self-determination. *Journal of Applied Developmental Psychology, 65*, 1-12.
- VandenBos, G. (2015). *APA dictionary of psychology* (2nd ed.). Washington, DC: American Psychological Association.

- Wand, T., Acret, L., & D'Abrew, N. (2018). Introducing solution-focused brief therapy to mental health nurses across a local health district in Australia. *International Journal of Mental Health Nursing, 27*, 774-782.
- Wehmeyer, M., & Kelchner, K. (1995). *The Arc's self-determination scale adolescent version*. Arlington, TX: The Arc National Headquarters.
- Wehmeyer, M., Kelchner, K., & Richards, S. (1996). Essential characteristics of self determined behavior of individuals with mental retardation. *American Journal on Mental Retardation, 100*(6), 632-642.
- Wehmeyer, M., Parent, W., Lattimore, J., Obremski, S., & Poston, D. (2009). Promoting self-determination and self-directed employment planning for young women with disabilities. *Journal of Social Work in Disability & Rehabilitation, 8*(3-4), 117-131.
- Williams, L. (2019). *Solution-focused brief therapy and students' behaviors*. Doctor of Philosophy, Governors State University, University Park, Illinois, U.S.A. Retrieved from https://opus.govst.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1372&context=capstones.
- Yu, S. & Levesque-Bristol, C. (2020). A cross-classified path analysis of the self-determination theory model on the situational, individual and classroom levels in college education. *Contemporary Educational Psychology, 61*. Retrieved from https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101857.
- Zito, S. (2009). *Examining the effects of teaching self-determination skills to high school youth with disabilities*. Doctor of Philosophy, The Graduate Faculty, Auburn University, Alabama. Retrieved from https://etd.auburn.edu/xmlui/bitstream/handle/10415/2005/Zito_Dissertation-Final_11-23-09.pdf?sequence=1&isAllowed=y.