[٤]

استخدام برنامج قائم على الألعاب الصغيرة لتحسين نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال ذوي الإعاقات

إعداد

د. علا محمد زكي الطيباني

أستاذ مساعد علم نفس الطفل

كلية رياض الأطفال– جامعة الإسكندرية

د. إبراهيم زكي الصاوي

أستاذ مساعد التربية الرياضية للطفل

كليةرياض الأطفال–جامعةالإسكندرية

استخدام برنامج قائم على الألعاب الصغيرة لتحسين نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال ذوي الإعاقات

د. علا محمد زكي الطيباني ★، د. إبراهيم زكي الصاوي★★

ملخص:

مشكلة البحث:

تحددت مشكلة البحث في السؤال الرئيسي التالي: هل يؤثر تطبيق برنامج قائم على الألعاب الصغيرة في تحسين نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال ذوى الإعاقات؟

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى تحسين نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال ذوى الإعاقات وذلك من خلال تطبيق برنامج الألعاب الصغيرة على أخوة الأطفال ذوى الإعاقات

فروض البحث:

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أخوة الأطفال المعاقين في القياس القبلي والقياس البعدي على مقياس نوعية الحياة لصالح القياس البعدي.

٢- يوجد أثر كبير للألعاب الصغيرة ودورها في تحسين نوعية الحياة عند أخوة الأطفال المعاقين.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أخوة الأطفال المعاقين في القياس البعدي والقياس التتبعي على مقياس نوعية الحياة.

★ أستاذ علم نفس الطفل المساعد- كلية رياض الأطفال- جامعة الإسكندرية.

★ أستاذ مساعد التربية الرياضية للطفل- كلية رياض الأطفال- جامعة الإسكندرية.

أدوات البحث:

١- مقياس نوعية الحياة للأخوة العاديين (إعداد الباحثان).

٢- "برنامج الألعاب الصغيرة" (إعداد الباحثان).

منهج البحث:

اعتمد البحث الحالي على المنهج شبه التجريبي الذي يقوم بدراسة العلاقة بين المتغيرات ويعتمد على القياس القبلي والبعدي والتتبعي للمجموعة الواحدة.

حدود البحث:

- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق أدوات البحث الميدانية خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠١٤/٢٠١٥ ولمدة ثلاثة أشهر.
- **الحدود المكانية:** تم تطبيق هذا البحث في مدينة الإسكندرية بجمهورية مصر العربية (المركز التربوي للطفولة- روضة ستارز).
- **الحدود البشرية:** طبق برنامج البحث على عينة من أخوة الأطفال المعاقين قوامها (٥٠) طفل وطفلة.

نتائج البحث:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدى في تحسين نوعية الحياة لدى أخوة المعاقين وذلك بعد تطبيق برنامج الألعاب الصغيرة لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي والتتبعي في تحسين نوعية الحياة لدى أخوة المعاقين.

مقدمة البحث:

إن أهم ما يميز الدول المتقدمة هو رعاية الأطفال وخاصة ذوي الإعاقات، وذوي الإعاقات هم الأفراد الذين يعانون قصور في قدرة من القدرات نتيجة لعوامل وراثية أو بيئية مكتسبة أو يعانون عند اكتساب خبرات أو مهارات وأداء أعمال يقوم بها الفرد العادي المماثل لهم في العمر. لذا يصبح بالإضافة لاحتياجات الفرد العادي لهم احتياجات تعليمية ونفسية وحياتية ومهنية واقتصادية وأيضاً صحية.

ولقد تمحور الاهتمام حول الطفل المعاق كونه العنصر الأهم في قضية الإعاقة، إلا أن الباحثة أدركوا فيما بعد أهمية دراسة أسر ذوي الاحتياجات الخاصة كوحدة متكاملة تتأثر بوجود طفل معاق في كيانها.

لا شك أن الأخوة العاديين للأفراد ذوي الإعاقات يكونون عرضة أكثر من غيرهم للمشكلات، وأن مدى هذه المشكلات أو خطورتها يتوقف بالدرجة الأولى على توافق الآخرين في الأسرة خاصة الوالدان، فإذا كانت هناك مهارات مواجهة مناسبة، ونمط تواصل وبيئة تتسم بالدعم المتبادل فينتج عن ذلك التأثير الإيجابي نحو الأخوة، ويكون لديهم درجة أكبر من الفهم والتحمل للاختلافات (روز ماري، ٢٠٠١، ٩٦).

ولقد ظهر الاهتمام بمفهوم نوعية الحياة عن طريق عمل برامج لتحسين نوعية الحياة وخاصة نوعية الحياة النفسية للفرد وليست الحياة

المادية التي يعيشها (أحمد عكاشة، ٢٠٠٧) (مسعود محمد، ٢٠١٥، ١٢٧).

ولا يمكن التحدث عن نوعية الحياة لدى الطفل دون الأخذ في الاعتبار نوعية الحياة لدى من يقعون في دائرة تفاعلاته، حيث تشير الدراسات إلى أهمية التأثير المتبادل لنوعية الحياة بين الآباء والأمهات والأبناء، وفي حالة الأطفال ذوي الإعاقات هي نتاج تفاعل بين هؤلاء الأفراد بشكل رئيسي مع البيئة المحيطة بهم، و فهم العوامل البيئية التي تحول دون حصول أي فرد من أفراد الأسرة مثل حصول أخوة الأطفال ذوي الإعاقات على الفرص والخدمات المناسبة مما يؤثر على نوعية الحياة لديهم، فالعوامل الأسرية إذن تعتبر مؤثراً هاماً على نوعية الحياة فلا يمكن إغفال العوامل المرتبطة بالمناخ الإيجابي المحيط بالفرد الذي يساعده على تخطي مشكلاته النفسية والاجتماعية المختلفة.

مفهوم نوعية الحياة:

يُعد مفهوم نوعية الحياة هو مفهوم متعدد الأبعاد ونسبي ويختلف من شخص لآخر من الناحية النظرية والتطبيقية وفق المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم الحياة ومطالبها والتي غالباً ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات نوعية الحياة كالقدرة على التفكير واتخاذ القرار والقدرة على التحكم في الانفعالات وإدارة الظروف المحيطة والصحة النفسية والجسمية والظروف الاقتصادية التي يحدد من خلالها الأفراد الأشياء المهمة التي تحقق سعادتهم في الحياة، ولقد زاد الاهتمام بمفهوم نوعية الحياة منذ بداية النصف الثاني من القرن العشرين كمفهوم مرتبط

بعلم النفس الإيجابي والذي جاء استجابة لأهمية النظرية الإيجابية لحياة الأفراد، ولقد شملت الخبرات الذاتية والعادات والسمات الإيجابية للشخصية (جبر محمد، ٢٠٠٥).

ونوعية الحياة لا تعد مفهوماً حديثاً، حيث اهتمت به الأمم المقدمة وذلك كي تحقق لمواطنيها مستوى جيد في المعيشة يمكنهم من الحياة بشكل أفضل ينعكس على رقي الدولة وتقدمها.

ومفهوم نوعية الحياة لا يرتبط بمجال محدد من مجالات الحياة وبفرع معين من فروع العلم وإنما هو مفهوم موزع بين الباحثين والعلماء على اختلاف تخصصاتهم وكل تخصص منهم يرى أنه أحق باستخدام هذا المفهوم سواء كان علم الاجتماع أو الطب بفروعه أو العلوم البيئية أو الاقتصادية (عادل الأشول، ٢٠٠٥، ٢٢).

يعد مفهوم نوعية الحياة مفهوم واسع الاستعمال، فهو يستخدم في العديد من التخصصات وهو الإدراك الذاتي لنوعية الحياة (محمد السعيد، ٢٠١٤، ١٧).

هي القدرة على تبني أسلوب حياة يشبع الرغبات والاحتياجات لدى الأفراد وهي الشعور الشخصي بالكفاءة الذاتية وإجادة التعامل مع التحديات والسعادة، والرضا عن الذات والحياة الجيدة، وهي الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية وإشباع الحاجات، إلى جانب الصحة الجسمية الإيجابية والإحساس بالسعادة والتوافق مع القيم السائدة في المجتمع (علي مهدي، عبد الخالق نجم، ٢٠٠٦، ٣).

ويجب التوسع في المؤشرات الدالة على نوعية الحياة لتشمل عمليات أكثر في مجال الحاجات الإنسانية والاجتماعية لان المؤشرات الموضوعية والذاتية لنوعية الحياة تمثل متغيراً متصلاً لأن التمييز بين المؤشرات الذاتية والموضوعية أمر نسبي وليس مطلق، ولذلك فإن أحد الاتجاهات الأساسية في مجال نوعية الحياة يؤكد على الاعتماد على المؤشرات الذاتية للجودة، حيث أنها ترشيد للمؤشرات الموضوعية مثل الدخل وعدد الأصدقاء (سميرة أبو الحسن، ٢٠١٥، ٦).

ونوعية الحياة هي "درجة شعور الفرد بالسعادة النفسية الناتجة عن رضاه بظروف حياته اليومية (Anderson, 2003, 16)، ودرجة الرضا أو عدم الرضا التي يشعر بها الفرد تجاه المظاهر المختلفة في الحياة ومدى سعادته بالوجود الإنساني، وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة، وتشتمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته وعوامل خارجية كسلوكيات الاتصال الاجتماعي ومدى إنجاز الفرد للمواقف (سناء أحمد ، ٢٠٠٩، ٣٣).

ومن ضمن مقومات نوعية الحياة في حالة المعاناة بدنياً وعقلياً واجتماعياً ونفسياً ووفق تعريف منظمة الصحة العالمية، فإن للصحة عناصر عدة منها الصحة الجسمية والصحة النفسية والصحة الروحية والصحة العقلية والاجتماعية والمجتمعية . World Health Organization. 2004).

فالسعي وراء تحقيق الذات هو بمثابة الهدف الأسمى والنهائي للطموح الإنساني، فهناك علاقة ارتباطية موجبة بين كل من السعادة الشخصية وتحقيق الذات من ناحية وجودة الحياة من ناحية أخرى (محمد حامد ، ٢٠١١، ٤٤).

ونوعية الحياة تعالج القضايا المرتبطة بالصحة النفسية في الوقت الراهن تحت مصطلح أعم وأوسع ودلالة وهو مصطلح نوعية الحياة، ولقد وجد حسيب محمد (٢٠٠٣) أن الظروف الخارجية والوقائع والأحداث لا تؤدي للاضطراب الانفعالي لدى الفرد، بل أن اتجاهاته نحو هذه الأحداث والوقائع وكيفية إدراكها والتفكير بشأنهما أن يحدثان الاضطراب، فالفرد لا يضطرب بسبب الأحداث ولكن بسبب وجهة نظره فيها.

ويرى Shalok (2004) أن تحسين نوعية الحياة يعتمد على نشر مفهوم نوعية الحياة وأن تحسين نوعية الحياة هدف واقعي يمكن تحقيقه لكافة الأفراد، وهذا ما قد يؤدي إلى التغلب على العقبات وتذليل الصعوبات، كما أن خفض بعض التناقضات بين الفرد وبيئته يعمل على تحسين جودة حياته.

وتختلف وجهات النظر حول مفهوم نوعية الحياة وفقاً للمتغيرات البيئية التي تحيط بالشخص وكذلك الإمكانيات المادية والمعنوية، ولذلك يمكن أن تعتبره مفهوم نسبي يختلف من إنسان إلى آخر ومن أخوة الأطفال المعاقين من أسرة إلى أخرى.

ولقد أجريت العديد من الدراسات على نوعية الحياة مثل دراسة Wally(2004) ودراسة Morisse,Vandemaele & Vandevelde (2013) والتي اهتمت بأهمية ما يقدمه المجتمع من خدمات للمعاقين، وأشارت الدراسة إلى أن الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه المعاق يؤثر بصورة أساسية على نوعية الحياة لديه، كما تتأثر نوعية الحياة لديه بمدى الاستقلالية التي يشعر بها في حياته.

ويمكن تعريف نوعية الحياة بأنها حسن إمكانية توظيف إمكانيات الإنسان العقلية والإبداعية وإثراء وجدانه حتى يسمو بمشاعره وقيمه الإنسانية وعواطفه، وتكون محصلة ذلك جودة وجودة المجتمع ويكون ذلك من خلال الأسرة والمجتمع بيئة العمل (Frank, 2000, 24).

كما ذكر إنها إدراك الفرد للعديد من الخبرات وبمفهوم أشمل وأعم هو شعور الفرد بالرضا مع وجود الضروريات في الحياة مثل الغذاء المسكن وما يصاحب ذلك من شعور بالإنجاز والسعادة.

فنوعية الحياة هي نتاج تفاعل الفرد مع بيئته وتعكس مدى التناقض بين ما أنجزه الفرد وحاجاته ورغباته غير المشبعة في مجالات الحياة المتعددة التي تشمل المنزل والعمل والصحة والأسرة، والأصدقاء، وصورة الذات، ووقت الفراغ (Brown, 2009, 112).

كما أن ارتباط مفهوم نوعية الحياة بعلم النفس الإيجابي قد جاء استجابة إلى أهمية النظرة الإيجابية إلى حياة الفرد، وقد تعددت قضايا البحث في هذا الإطار فشملت الخبرات الذاتية الإيجابية والعادات الإيجابية والسماح الإيجابية للشخصية وكل ما يؤدي إلى تحسين نوعية الحياة (جبر محمد، ٢٠٠٥، ٩٨).

ويمكن تعريف نوعية الحياة بأنها الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة، فضلاً عن الإدراك الفردي لقوى ومتضمنات حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الإيجابية والإحساس بمعنى السعادة وصولاً إلى عيش حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في المجتمع (فوقيه عبد الفتاح، ٢٠٠٦، ١٢٠).

كما أن علم النفس كان من بين العلوم التي اهتمت بنوعية الحياة حيث تبنى هذا المفهوم في مختلف التخصصات النفسية، النظرية والتطبيقية قد كان لعلم النفس السبق في فهم وتحديد التغيرات المؤثرة على جودة حياة الإنسان (محمد كاظم، البهادلي، ٢٠٠٦، ٢٥١-٢٥٢).

وتختلف مفردات نوعية الحياة وفقاً للعمر على سبيل المثال، قد تكون بعض مفردات نوعية الحياة مناسبة لدى عمر معين، ولكنها غير مناسب لآخر، حيث تختلف المهام والخبرات بين أعمار ٥، أو ١٠، أو ١٥ سنة مثل اللعب في مقابل الفرص التعليمية لتحديد نوعية الحياة، وعلى هذا الأساس فإن نوعية الحياة تختبر بطرق متنوعة في الأعمال المختلفة، فمفردات نوعية الحياة التي تقيس نوعية الحياة لدى البالغين لا تصلح للأطفال.

مقومات نوعية الحياة:

هناك نواحي أساسية ضرورية لحياة الإنسان التي لا يستطيع العيش بدونها وهي كالآتي:

١- **الاحتياجات الفسيولوجية:** الهواء، الطعام، المسكن، النوم، وغيرها منم الاحتياجات الأخرى.

٢- **الاحتياج إلى الأمن والأمان:** الحاجة إلى العيش في مجتمع آمن بعيد عن المخاطر.

٣- **الاحتياجات الخاصة بالانتماء:** القبول الاجتماعي، التفاعل الاجتماعي، الولاء الاجتماعي.

٤- **الاحتياج إلى التقدير النفسي:** الإحساس بالذات والمهارات المكتسبة والتقدير والاحترام.

٥- **الاحتياج إلى تحقيق الذات:** احتياج جسماني، احتياج شعوري، احتياج عقلي، احتياج نفسي (محمد أبو حلاوه، ٢٠١٠، ١١)، (Bogner, 2005).

ويرى الباحثان أن مقومات نوعية الحياة تختلف من شخص لآخر حسب الظروف التي تحيط به والمعوقات التي يواجهها في البيئة التي تعيش فيها مثلا امتلاك أخ معاق في الأسرة تؤثر على جودة حياته ولعبه وحياته النفسية.

مؤشرات نوعية الحياة:

أن مؤشرات نوعية الحياة تتمثل في الآتي:

١- **الإحساس بنوعية الحياة:** حالة شعورية تجعل الفرد يرى نفسه قادراً على إشباع حاجاته المختلفة الفطرية والمكتسبة والاستمتاع بالظروف المحيطة به.

٢- **المؤشرات النفسية:** تتبدى في شعور الفرد بالقلق والاكتئاب أو التوافق مع المرض والشعور بالسعادة والرضا.

٣- **المؤشرات الاجتماعية:** تتضح من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها، فضلاً عن عدم ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفية.

٤- **المؤشرات الجسمية والبدنية:** وتتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحية والتعايش مع الآلام والنوم والشهية في تناول الغذاء (أحمد الكنج، ٢٠١٤، ١٢)، (رغداء علي، ٢٠١٢، ٢٣٠).

ويرى الباحثان أن وجود شخص ذوي احتياجات خاصة في الأسرة يؤثر تأثيراً كبيراً على جودة حياة أخوتهم، حيث يشعرون بالهموم

والضغوط الحياتية مما يؤثر تأثيراً كبيراً على الناحية الانفعالية والنفسية، وبالتالي هم بحاجة إلى مساندة من المحيطين بهم لإدراك معنى الحياة بمفهوم إيجابي والتكيف والاندماج السوي مع المجتمع المحيط بهم.

أبعاد نوعية الحياة:

هناك ثلاث مكونات رئيسية تتمثل فيما يلي:

١- الإحساس الداخلي بحسن الحال والرضا عن الحياة الفعلية التي يعيشها المرء (بينما يرتبط الإحساس بحسن الحال بالانفعالات، يرتبط الرضا بالقناعات الفكرية أو المعرفية الداعمة لهذا الإحساس وكليهما مفاهيم نفسية ذاتية، أي ذات علاقة برؤية وإدراك وتقييم المرء بنظرته لتلك الحياة).

٢- القدرة على رعاية الذات والالتزام، الوفاء بالأدوار الاجتماعية (فامتلاك أخ معاق في الأسرة يؤثر على هذه القدرة والالتزام بالوفاء بالأدوار الاجتماعية).

٣- القدرة على الاستفادة من المصادر البيئية المتاحة الاجتماعية (المساندة الاجتماعية والمادية والصحية- الحياة) وتوظيفها بشكل إيجابي (على مهدي، ٢٠٠٥، ٥٦).

وهناك ثماني أبعاد عامة تؤدي إلى إمكانية تقييم نوعية الحياة الشخصية لكل إنسان بغض النظر عن تصوراته الشخصية وهذه الأبعاد هي:

١- السلامة البدنية والتكامل البدني العام.

٢- الشعور بالسلامة والأمن.

٣- الشعور بالقيمة والجدارة الشخصية.

٤- الحياة المنظمة التقنية.

٥- الإحساس بالانتماء إلى الآخرين.

٦- المشاركة الاجتماعية.

٧- أنشطة الحياة اليومية ذات المعنى أو الهادفة.

٨- الرضا والسعادة الداخلية (ناديه الجميل، ٢٠٠٨، ١١).

ولا يوجد لهذه الأبعاد تنظيم هرمي محدد أو ثابت، بل ينظم كل فرد هذه الأبعاد في بناء هرمي خاص وفق أولوياته ورؤاه الذاتية لأهمية كل قيمة بالنسبة لجودة حياته الشخصية.

كما يمكن أن تتضمن نوعية الحياة الأبعاد أيضاً*:

١- الدمج الاجتماعي.

٢- الرفاهية الجسمية.

٣- العلاقات الشخصية.

٤- الرفاهية المادية.

٥- الرفاهية الانفعالية.

٦- تقدير الذات.

٧- النمو الشخصي.

٨- الحقوق (Schalock & Alesson, 2002, 16)، (Bowling A. & Banister, 2002).

* نوعية الحياة هي المستوى الذي يحققه الفرد من جودة الحياة.

وهذه الأبعاد من شأنها تحقيق السعادة والرضا والجودة للفرد داخل الأسرة، حيث أن الفرد هو وحدة تكوين الأسرة، وهو الهدف الأساسي في الرعاية والاهتمام.

أهمية الأسرة:

تعد الأسرة هي نواة المجتمع، وترجع أهميتها، حيث أنها تعمل على نمو الطفل وتشكيل ميوله وقيمه واتجاهاته، وهي أساس التنشئة الاجتماعية، فهي التي تعمل على نقل الطفل من كائن بيولوجي لكائن إنساني (سهير كامل، ٢٠٠١، ٢٠٥١).

والأسرة لها دور بارز في تكوين شخصية الطفل وتشكيل شخصيته وبناء قيمه ومعاييره والتكيف مع المجتمع. ويعرف إيميل دور كايم الأسرة على أنها هيئة اجتماعية ذات طابع قانوني وأخلاقي ويلتزم أفرادها من زوج وزوجة وأبناء بجملة من الواجبات والتي من بينها تحمل الآباء بشئون أبنائهم والتكفل بهم (Alain, 2000, 173).

ونجد أن أهم ما يميز الأسرة الناجحة قدرتها على مواجهة الصعاب والأزمات، فالأسرة السعيدة لا يعني أنها ليس لديها مشكلات أو صعاب، ولكنها تمتلك القدرة على مواجهة الصعاب، ولديها قدرة على منع المشكلات قبل حدوثها، وحتى إذا وقعت فهي تحاول التخفيف من وقعها من الأخطار المترتبة عليها، لأنها تواجه الصعاب بصبر وهدوء دون توتر وقلق (نبيل حليلو، ٢٠١٣، ١١).

وتوافق الأسرة فيما بينهم ولاسيما الزوجين يجعلهم أكثر تقارب وتماسك، إلى جانب تكون لديهم القدرة على حل الخلافات بطريقة فعالة ويتسم سلوكهم بالنضج وتقل العصبية في تصرف كل منهما ولديهم

القدرة على التعلم من خبراتهم السابقة (أحمد عبد اللطيف، سامحي محسن، ٢٠١١، ٨٢).

وهناك علاقة وثيقة بين نوعية الحياة والأسرة، حيث أن الأسرة هي وحدة المجتمع الأولى وهي الوسيط أو حلقة الوصل بين الفرد والمجتمع، وعند وجود طفل معاق داخل الأسرة تفرض قيود مادية واجتماعية ومعنوية تجاه الأسرة (سليمان طعمة، ٢٠١٠، ١٩٦).

إن العديد من المشكلات التي يعاني منها الأخوة العاديين للأخ المعاق في محيط الأسرة أو في محيط المجتمع الخارجي، هي مشكلات تشكل لهم العديد من مصادر الضيق والإحباط، مما يؤثر في تكيفهم النفسي والاجتماعي، فإذا لم نتدخل بالبرامج التي تعمل على تحسين نوعية الحياة لديهم تزداد لدى هؤلاء الأخوة العاديين المشاعر السلبية ووجود العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية التي لا يحمد عقباها فيما بعد.

ولقد أجرى Hehman (1998) دراسة عن التنافس والتوافق لأخوة الأطفال المتخلفين عقلياً، وذلك على عينة قوامها ٥٠ طفل وطفلة ومراهقين من الذين لديهم أخوة معاقين، و ٥٠ آخرين أطفال ومراهقين لديهم أخوة عاديين، وأشارت نتائج الدراسة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أخوة الأطفال المتخلفين عقلياً وأخوة الأطفال العاديين بالنسبة للمشاكل الداخلية داخل إطار الأسرة والمشاكل المجتمعية وتقدير الذات، وتوصلت نتائجها إلى أن هناك صعوبة في الأداء المدرسي لدى الأخوة الذين لديهم أخ معاق، حيث كانت هناك صعوبات أكثر في الأداء المدرسي لدى الأخوة الذكور الذين لديهم أخ معاق عقلياً عن أخوة الأطفال العاديين، وعبرت الأخوات الإناث ممن لديهم أخ معاق عقلياً

عن كثير من الضغوط الذين يعانون منها داخل المنزل عن أخوة الأطفال العاديين.

أن هناك تأثير متبادل لنوعية الحياة بين كل أفراد الأسرة الآباء والأمهات والإخوة، فالأمهات اللاتي حدث لهن تغيير في حياتهم عند وجود طفل معاق يمكن أن يؤثر ذلك على نوعية الحياة لديهن وعلى باقي الأبناء، لذلك لا يمكن أن نتحدث على نوعية الحياة لدى الفرد دون أن نأخذ في اعتبارنا نوعية الحياة لدى من يقعون في دائرة تفاعلاته (عادل الأشول، ٢٠٠٥، ١٢).

أن هناك علاقة بين نوعية الحياة وبين الأسرة، حيث أنها وحدة المجتمع الأولى، وهي الوسيط بين الفرد والمجتمع، ومع وجود طفل من ذوي الإعاقات داخل الأسرة فتتعرض الأسرة للعديد من الضغوط المادية والاجتماعية والمعنوية (سليمان طعمة، ٢٠١٠، ١٩٦).

الألعاب الصغيرة:

• اللعب:

إن مفهوم اللعب ليس بالأمر البسيط، فهناك مفاهيم وآراء متعددة لكثير من العلماء والفلاسفة والتربويين الذين أجمعوا على أهمية اللعب وإسهامه في تنشئة الأطفال، حيث يعرف اللعب بأنه نشاط حر موجه أو غير موجه يكون على شكل حركة أو عمل ويمارس فردياً أو جماعياً، ويستثمر طاقة الجسم الحركية والذهنية وتمتاز بالسرعة والخفة لارتباطه بالدوافع الداخلية (مروان عبد المجيد، ٢٠٠٢، ٩).

واللعب نشاط يمارسه الفرد يساهم في تكوين شخصيته وتطوير قدراته الحركية والبدنية والذهنية وكافة السمات، فهو ظاهرة سلوكية تسود

عالم الكائنات الحية، فاللعب وسيط تربوي وهو أحد أهم أدوات التعلم واكتساب الخبرة، حيث أن السر في الميل للعب (نبيل محمد، ٢٠٠٣، ٤٤).

ويعد اللعب من أنجح الوسائل التربوية في التعليم والتعلم، ويعني به أي نشاط يمارس من أجل المتعة التي يقدمها النشاط، بغض النظر عن النتائج، وهو نشاط تلقائي ولا يفرض من مؤثر خارجي.

والدافع الأساسي للعب هو الحركة والتسلية والنشاط والمتعة، بالإضافة إلى أنه ينمي الشخصية بمختلف أبعادها وسماتها العقلية والجسمية والوجدانية والاجتماعية.

واللعب هو نشاط يقوم فيه الأطفال بالاستطلاع والاستكشاف ويظهرون فيه قدراتهم على التخيل والإنصات والملاحظة واستخدام الأدوات كما يستطيعون التعبير عن أفكارهم والتواصل مع الآخرين (Gordon, 2004, 22).

- **الألعاب الصغيرة:**

تعد الألعاب الصغيرة هي إحدى أساليب اللعب التي يمارسها كلاً الجنسين في مراحل السن المختلفة في ظل الألعاب التي تتفق مع طبيعة المرحلة من حيث السهولة أو التعقيد وهي وسيلة أساسية لتربية النشء وإعداد الحياة المستقبلية بطريقة علمية وتعد من الأنشطة الترويحية، التنافسية التي يؤديها الأطفال ضمن الفريق ويكون الدافع فيها ميل الطفل التلقائي للعب مع أقرانه وتتيح الفرصة لإشباع ميله الطبيعي للحركة والنشاط (مصطفى السايح، ٢٠٠٧، ١٣).

وتعرف الألعاب الصغيرة للتلاميذ ذوي الإعاقات بأنها تلك الأداءات الحركية المشتركة التي تؤدى من خلال أوامر مبسطة وسهلة ومشوقة للأداء وذلك في شكل حكايات وقصص حركية تقرب المعنى وتوضحه وتجذب انتباه المؤدي لها بنفس الكفاءة وبهمة عالية (محمد محمود، ٢٠١٣، ٢٥).

– مفهوم الألعاب الصغيرة:

هي تلك الأنشطة والألعاب والحركات التي يؤديها شخص أو أكثر وتمتاز بسهولتها ولا تحتاج أي مهارة حركية كبيرة وسهلة من حيث الأدوات المستخدمة، وتناسب كلا الجنسين وتعد خطوة أولية لتعلم الأطفال المبادئ الأساسية للحركة كالسرعة والنظام والطاعة وتعتبر الألعاب الصغيرة ضرورية لبرامج التربية الرياضية.

ويذكر محمد أحمد (٢٠٠٥، ٤١) أن الألعاب الصغيرة هي مجموعة من الألعاب المتعددة الجوانب التي يؤديها فرد أو أكثر، وسميت بذلك لأنها بسيطة من حيث القواعد والقوانين والشروط الموضوعة لها، ومن حيث الأدوات المستخدمة، وكذلك اعتمادها على مساحات صغيرة وملاعب محدودة ضيقة، يقبل عليها الأفراد من كلا الجنسين ومن مختلف الأعمار وتتميز بطابع المرح والسرور.

وهي ألعاب بسيطة التنظيم وتتميز بسهولة أدائها يصاحبها البهجة والسرور، تحمل في طياتها روح التنافس، وتتميز بقوانينها السهلة البسيطة (عبد الحميد شرف، ٢٠٠١، ١٢٠).

مجموعة متعددة من ألعاب الجري وألعاب الكرات الصغيرة والألعاب التي تمارس باستخدام الأدوات الصغيرة، وما إلى ذلك من

مختلف الألعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارسها (ألين وديع ، ٢٠٠٧، ١٠).

إن الألعاب الصغيرة لها مميزات تجعلها وتختار تبعاً للغرض الذي يرمي المسئول إلى تحقيقه من هدف اللعبة، وهي إدخال عامل المرح والسرور على المشتركين، وهناك فوائد وقيم للألعاب الصغيرة وهي القيمة الجسدية والقيمة الوظيفة التربوية والقيمة الاجتماعية والقيمة الأخلاقية والإبداعية والذاتية (قرى عبد الغني، ٢٠٠٤، ٤١).

- أهداف الألعاب الصغيرة:

أولاً: الأهداف التربوية:

للألعاب الصغيرة تأثير كبير في تربية الأطفال وإكسابهم مختلف الصفات الحميدة، ويمكن تلخيصها فيما يلي:

١- تدريب الأطفال على الانضباط والنظام.

٢- بث روح التعاون بين الأطفال والتواضع والاحترام.

٣- تنمية الصفات الحميدة كالشجاعة والتمسك بالحق.

٤- تنمية المشاعر الطيبة مثل الصداقة.

٥- إكساب الأطفال التحكم في الانفعال.

٦- تنمية القدرة الوظيفية لمختلف أجهزة الجسم وتنمية الحواس.

٧- تنمية التوافق العضلي العصبي وإكساب الفرد الخبرات الحركية المتعددة.

٨- تقوية الجهاز العضلي واعتدال القوام.

٩- تنمية عناصر اللياقة البدنية كالقوة والسرعة والاتزان والتحمل وخفة الحركة والرشاقة والمرونة.

١٠- تنمية الإدراك الحسي لدى الأطفال من خلال التفاعل مع المثيرات ومعالجة المعلومات وتنسيقها وتحويلها لأنماط يمكن تمييزها وإدراكها وفهمها (قحطان خليل، ٢٠٠٩، ٣٧٥)، (عبد الحميد شرف، ٢٠٠١، ١٤٨).

ثانياً: الأهداف النفسحركية:

تهدف لتحسين الحركات البنائية الأساسية والقدرات الإدراكية والبدنية والمهارات الحركية من خلال الحركات البنائية الأساسية، وهي تشتمل على الحركات الانتقالية كالمشي والجري والتزحلق والحمل والحركات غير الانتقالية، المد والثني، والشد والرفع، والميل والحركات اليدوية، وحركات المعالجة كالركل والضرب، والرمي واللقف.

- **القدرات الحركية:**

تعمل الألعاب الصغيرة على نمو الإدراك، من حيث تمييز الأطفال للإدراكات السمعية والبصرية والحركية ومن ثم التكيف مع البيئة التي يمارس فيها النشاط.

- **القدرات البدنية:**

تعتبر القاعدة الهامة في بناء وتقدم الأطفال في مجال الأنشطة المختلفة، وتشمل القدرات البدنية على عناصر التحمل والقوة العضلية والسرعة، والرشاقة، والمرونة، والدقة، والتوازن والقدرة، وتحسين أداء المهارات الحركية وتعلم مهارات جديدة (حسن السيد، ٢٠٠٢، ١٥٦).

ثالثاً: الأهداف المعرفية:

إعداد الطفل للاستفادة في المجال المعرفي بأقسامه المختلفة، والتي تشمل المعرفة والفهم والتطبيق والتحليل والتركيب، من خلال ممارسة الألعاب الصغيرة، حيث يكتشف ويتعلم المفاهيم والمعارف والمعلومات عن النشاط الذي يمارسه، كذلك يمكنه أن يكتشف ويحلل ويميز من حوله من حيث المكان والأدوات والزملاء والفراغ.

رابعاً: الأهداف الوجدانية:

ترتبط بالأهداف المعرفية، حيث أن لكل هدف معرفي جانب وجداني وبالتالي فإن تلازمها أمر طبيعي، ومن خلال جذب اهتمام الأطفال لتعلم الألعاب الصغيرة يتولد لديهم الميل والرغبة والإصرار على التعلم والممارسة، ويشتمل الجانب الوجداني على التطبيع الاجتماعي الذي له أكبر الأثر في نمو السلوك والتحكم فيه (قحطان جليل، ٢٠٠٩، ٣٧١).

- أهمية الألعاب الصغيرة:

تمثل الألعاب الصغيرة خاصة واللعب عامة أهمية بالغة في نمو الطفل، حيث أنها تعد وسيلة للتدريب والنظام وطريقة ناجحة لتعليم اللغة، حيث من خلالها يتعرف الطفل على جوهر الأشياء ويحاول شرح أفكاره.

كما تعمل على إشباع ميل الطفل للحركة والنشاط وتدريب الحواس وتكسبه القدرة على استخدامها كما تساهم على امتصاص الانفعالات وتدريب العضلات الكبيرة والصغيرة وتحقيق التوافق، كما تساهم في تنمية سلوك التعاون وتبادل الأداء والمشاركة الجماعية وكيفية التعامل مع

الآخرين والاحترام المتبادل والعناية بالممتلكات الشخصية والممتلكات العامة (يحيى السيد، ٢٠٠٤، ١٤).

كما تكمن أهمية الألعاب الصغيرة في كونها أحد الوسائل الهامة التي تميز التربية الرياضية بطابع المرح والاسترخاء، وهي أيضاً أحد الوسائل ذات الأهداف التربوية والتعليمية الهامة، كما تسهم في إعلاء القدرة الوظيفية لمختلف أجهزة الجسم، وتعتبر الألعاب الصغيرة وسيلة تربوية هامة يمكن عن طريقها إكساب الطفل خصائص السلوك الإيجابي الذي يحقق أفضل العلاقات بين الناس ويعمل على إعلاء مختلف القيم والمفاهيم الاجتماعية مثل الصدق والتعاون والنظام والإخلاص في العمل، لذلك يجب الاهتمام بها وتدريسها وفق ما يناسب خصائص مراحل النمو المختلفة، فهي تعمل على:

١) بث روح المرح والسرور.

٢) التمسك بالنظام.

٣) التعبير بتلقائية عن مظاهر السلوك أثناء اللعب.

٤) تنمية روح التعاون.

٥) الأمانة وتطبيق القواعد والقوانين والنظم.

٦) تنمية المفاهيم الاجتماعية من خلال اللعب.

٧) مشاركة المدرس في اللعب.

٨) تنمية بعض القدرات العقلية.

٩) غرس سمات التواضع واحترام الآخرين (محمد أحمد، ٢٠٠٥، ٤٦-٥٠).

وفي الألعاب الصغيرة العديد من الأنشطة التي تثير الرغبة في الحل وتتحدى طاقات المتعلم الكامنة لكي تبرز وتعمل، ولذا فهي تعد إحدى طرق تعلم المفيدة، إذا راعى المعلم في اختيارها درجة صعوبة المشكلات بحيث تتفق مع المستوى التعليمي للمتعلم ودرجة نضجه العقلي، وتعتبر الألعاب الصغيرة وسيلة تربوية فعالة في زيادة دوافع المتعلمين نحو تحقيق الهدف، كما أنها تشبع حاجة الفرد إلى الشعور بالاعتبار والتدبر من الآخرين، والحاجة إلى الحب والشعور بالانتماء، هذا بالإضافة إلى أنها تعد وسيلة تربوية هامة للطفل في إشباع الحاجة إلى الفهم والمعرفة التي تظهر واضحة في الرغبة في الكشف ومعرفة حقائق الأمور وحب الاستطلاع، وقد تأخذ هذه الحاجات صورة أعمق من بعض مظاهر السلوك لدى بعض المتعلمين وتبدو الرغبة في التحليل والتنظيم والربط وإيجاد العلاقات بين الأشياء(الين وديع، ٢٠٠٢، ٢٩٣).

إذن تعد الألعاب الصغيرة وسيلة مهمة لتعديل وتوجيه أخوة الأطفال ذوي الإعاقات، نظراً لما تتميز به طبيعة هذه الألعاب بالنسبة للعمليات النفسية. الاجتماعية مثل التحكم في النفس، وتقبل الذات، والثقة بالنفس، فتسهل الألعاب الصغيرة تفاعل الطفل مع الأسرة وأقرانه، مما يساعده على النمو الاجتماعي السوي، فلاشك أن لها دوراً مهماً في حياة الطفل بوصفها الساحة الطبيعية التي يتواجد فيها الطفل ويستهدفها ويتوجه إليها، فيشارك مع الآخرين ويتحرر من التمركز حول الذات، وينمي كافة المهارات الاجتماعية والحركية والحسية، كما أنه الساحة المثلى لتفريغ الانفعالات والتعبير عن المشاعر والرغبات والانفعالات كل ذلك يحدث في موقف طبيعي تلقائي.

- خصائص الألعاب الصغيرة:

- سهلة وسريعة التعلم وغير معقدة ولا تحتاج أدوات باهظة الثمن.
- لا يشترط فيها زمن أو عدد لاعبين أو مساحة أو حجم مكان اللعب أو مواصفات للأدوات المستخدمة.
- يمكن ممارستها في أماكن صغيرة.
- تناسب الفئات العمرية لكلا الجنسين.
- يستفاد منها في مجالات التدريب، التدريس، المعسكرات، الرحلات.
- غير مرهقة أثناء ممارستها ولا تحتاج جهد كبير.
- تشتمل على حركات متنوعة مما يكسب ممارسيها حركات مناسبة لتلك المواقف المتغيرة والمتنوعة.
- يمكن تغيير قواعد وقوانين اللعب بما يتناسب مع الظروف والمناسبات.
- يسمح بمشاركة أكبر عدد ممكن من الأفراد حسب الإمكانيات المتوفرة والمكان.
- تكسب ممارسيها مهارات حركية مثل اللقف والرمي والجري والوثب (قحطان جليل، ٢٠٠٩، ٣٦٩).

- معايير اختيار الألعاب الصغيرة:

إن اختيار الألعاب الصغيرة لابد أن يسير وفق خطة متدرجة مبنية على الاعتبارات الآتية:

١- مراعاة عوامل السن والجنس والنمو.

٢- ملائمة الإمكانات المتوفرة.

٣- ملائمة عدد اللاعبين حتى يمكن إشراك كل الحاضرين.

٤- مراعاة حالة الجو والظروف المناخية.

٥- سهولة تعلم هذه الألعاب والأنشطة.

٦- اختيار الألعاب التي تنمي روح التعاون وتحمل المسئولية والأمانة والمرح والمنافسة.

٧- توزيع اللاعبين لمجموعات متساوية متكافئة (Allison, 2008, 2).

كما أضافت كل من (زينب شقير، ٢٠٠٠، ١٠١)، (مجدي عبد الكريم، ٢٠٠٠، ١٥٣) مجموعة من المعايير والقواعد التي يجب مراعاتها عند اختبار وتحديد الألعاب:

- توفير أنواع اللعب المختلفة في متناول الطفل مما يبعد الطفل عن الملل والسأم طول الوقت.
- إتاحة الفرصة للطفل لبعض الألعاب المختلفة، مما يعطي فرصة أمام الطفل إلى الشعور بالثقة في النفس، والاعتزاز بقوته، وشعوره بالاستقلال.
- تشجيع الطفل على استخدام لعب الفك والتركيب.
- توفير مكان يمكن للطفل أن يلعب فيه مع غيره داخل البيت أو خارجه.
- ضرورة أن تشمل أدوات اللعب على أدوات وأشياء.
- تفضيل الأدوات التي لها صلة باللعب التي تكون قابلة للتحويل والتعديل بدلاً من تلك التي لا تهدف إلى إشباع هواية طارئة.
- إتاحة الفرصة للطفل ليفعل ما يريد في حدود المعقول.

- إتاحة الوقت الكافي لإنجاز مشروع مثير للاهتمام ومساعدة الطفل على إتمامه إذا تبين أنه يفوق طاقته.
- مساعدة الطفل كي يرسم الخطط وكيف يفكر نفسه، ومساعدته على تنمية مقدرته الذاتية على حسن التصرف وإيجاد الحلول المناسبة لمشكلاته.

- أنواع الألعاب الصغيرة:

أولاً: من حيث طبيعة الأداء إلى:

أ- ألعاب تؤدى بأدوات، والأدوات التي يمكن استخدامها مثل (كرات مختلفة- أطواق مطاطية كبيرة وصغيرة- عصى صغيرة- حبال مختلفة الأطوال- أكياس- مكعبات- أعلام صغيرة وكبيرة).

ب- ألعاب بدون أي أدوات.

ثانياً: من حيث طبيعة العمل إلى:

أ- ألعاب الجري (المطاردة).

ب- ألعاب الدائرة.

ج- ألعاب الكرة.

د- ألعاب تتابعات بأدوات وبدون أدوات.

هـ- ألعاب داخل الصف (عبد الحميد شرف، ٢٠٠١، ٣٣).

- تعلم الألعاب الصغيرة:

يتم تعلم الألعاب الصغيرة من خلال الخطوات التالية:

١- شرح اللعبة بألفاظ بسيطة وسهلة تتماشى مع نمو الأطفال، مع مراعاة سهولة قواعدها.

٢- نطلب من الأطفال تنفيذ اللعبة بقواعدها كما تم شرحها مع تصحيح الأخطاء التي ظهرت في الأداء والقواعد.

٣- تكرار الأداء لتحديد الفائز.

٤- ملاحظة الأداء في كل مرة ولا يجوز أن يكون الفوز على حساب الأداء الصحيح ولكن على تنفيذ القواعد أيضاً (محمد حسن ، ٢٠٠٢، ٢٣).

- اختيار الألعاب الصغيرة:

عند اختيار الألعاب الصغيرة يجب إتباع الشروط التالية:

١- استغلال الأدوات والأجهزة الرياضية المتوفرة.

٢- أن تتناسب اللعبة المختارة مع المساحة الموجودة.

٣- أن تكون اللعبة المختارة سهلة القواعد.

٤- أن يغلب عليها الطابع الترويحي.

- التدريب على الألعاب الصغيرة:

يراعى في التدريب على الألعاب الصغيرة عدة أمور نحصرها فيما يلي (مفتي إبراهيم ، ٢٠٠٠، ١٩-٢٠):

- تنظيم مسبق يشمل: الإعداد- لجميع الأدوات الضرورية لعدد اللاعبين المشاركين في الألعاب.
- التخطيط.
- تنظيم اللاعبين في أماكن مناسبة لبدء اللعبة، قبل إعطاء أي شرح وتوضيح.
- يمكن أن تكون اللعبة للجميع إذا كان عدد اللاعبين كبير.
- شرح اللعبة باختصار والاهتمام بالنقاط والقواعد الرئيسية فقط.

مما سبق نستخلص أن اللعب له آثار إيجابية كمستوى اللياقة البدنية للأطفال، تنمية الصفات البدنية من خلال الألعاب الصغيرة التي تلبي رغبات واحتياجات الأطفال، هذا ما يجعلها مناسبة للأطفال من حيث المستوى البدني وقدرة الاستيعاب، حيث أن الألعاب الصغيرة وسيلة أساسية من وسائل التربية والتعليم، ولها أهمية قصوى، كما أنها تحقق العديد من الأهداف وتنمي جوانب شخصية الطفل مما يجعله ينمو نمواً سليماً (مفتي إبراهيم ، ٢٠٠٢، ١١).

الأطفال ذوي الإعاقات:

مازال تحديد ماهية الإعاقات مشكلة كبيرة، نظراً إلى وجود مجموعات كثيرة ومختلفة من الإعاقات ووجود فروق فردية شاسعة ضمن هذه المجموعات، لذلك إن محاولة تحديد الإعاقات هو أمر معقد ومثير للجدل، فالكثير من الأطفال الذين يعانون أنواعاً من القصور لا يعتبرون أنفسهم أشخاصاً لديهم إعاقة.

وغالباً ما يرتبط مصطلح الإعاقة بأشكال الإعاقة الأكثر ظهوراً أو أشكال الإعاقة الظاهرة، ولكن بغض النظر عن طريقة استعمال هذا المصطلح، فمن المهم أن نتذكر أن الأطفال هم الأطفال سواء كان لديهم إعاقة أم لا.. فتعريف الإعاقة بحسب التصنيف الدولي لتأدية الوظائف هي نتيجة التفاعل بين شخص يعاني قصوراً أو الحواجز أو العوائق التي قد يواجهها في البيئة والمواقف المحيطة (Disabled People International, 2005) (عمرو بدران ٢٠٠٣).

والإعاقة هي تقييداً وعدم قدرة على القيام بنشاط بالطريقة التي تعد طبيعية تبعاً للسن ونوع الجنس والعوامل الاجتماعية والثقافية (N.A., 2004).

والإعاقة بشكل عام هي عبارة عن فقدان أو تقصير وظيفي بدني أو حسي أو ذهني كلي أو جزئي دائم أو مؤقت ناتج عن اعتلال بالولادة أو عن حادث ما، أو مكتسب من حالة مرضية دامت أكثر مما ينبغي ويؤدي إلى تدني أو انعدام قدرة الشخص على ممارسة نشاط في الحياة.

وأنواع الإعاقات أربعة: حسية أو حركية أو ذهنية أو عقلية... الإعاقة الحركية كالشلل السفلي أو الرعاعي أو شلل الأطفال أو الحروق أو الضمور العضلي، والإعاقة الحسية تشمل الإعاقة السمعية والبصرية والنطقية، الإعاقة العقلية وهي التخلف العقلي البسيط أو المتوسط أو الشديد والتوحد(سعيد العزه ٢٠٠٢)، (Porter 2002).

- الألعاب الصغيرة لتحسين نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال المعاقين:

تمثل الألعاب الصغيرة أهمية كبرى ومدخلاً جيداً لارتباطها بالأطفال، وتتيح لهم الفرص المناسبة للتعبير عن ميولهم ورغباتهم وحاجاتهم الطبيعية، فضلاً عن المتعة التي يكتسبونها من خلال ممارستهم لها سواء كانت أهدافها معرفية أو بدنية ومهارية أو نفسية، على أن يكون مخطط لها بشكل يضمن نجاحها بشكل إيجابي.

إن الألعاب الصغيرة تشكل جزء هام من النشاط التدريبي، حيث تمثل مكانة كبيرة بين مختلف الألعاب والأنشطة المتعددة، وتعمل على تدريب الأطفال على المهارات الحركية والبدنية والوظيفية، وتكمن أهميتها في البحث الحالي، حيث وضع البرنامج الذي يحتوي على الألعاب الصغيرة، وذلك لتحسين نوعية الحياة لدى الأطفال أخوة المعاقين.

ونوعية الحياة اهتم بها الباحثان بدلاً من نوعية الحياة، حيث أن الجودة تحمل حكماً مسبقاً بالتميز والرفعة والتفوق وهو أحد معاني لفظ Quality، أما المعنى الأصيل لهذه الكلمة وهي السمات أو الخصائص الطبيعية الجيدة أو السيئة لشخص ما، ومفهوم نوعية الحياة في البحث الحالي مقصود به السعادة والرغبة واللذة والرفاهية وخاصة لدى أخوة الأطفال المعاقين والذين يعانون دوماً من الهموم والضغط النفسي والانطواء في كثير من الأحيان.

ويأتي البحث الحالي ليقدم برنامجاً في الألعاب الصغيرة، يعمل على تحسين نوعية الحياة لديهم، مما يعمل على إسعادهم وإكسابهم العديد من المهارات والاتجاهات الإيجابية نحو أخواتهم المعاقين وارتباطهم بالأسرة واندماجهم بها.

مشكلة البحث:

إن الطفل ذو الإعاقة لابد له من احتياجات خاصة تفهمها وتعيها الأسرة التي ينشأ فيها، لذا كان على الأسرة استيعاب ذلك والتعامل معه بكل حكمة وتقبل.

فقدوم طفل ذوي احتياجات خاصة يسبب ضغوطات اجتماعية واقتصادية ونفسية للأسرة ويسبب أيضاً ضغوط نفسية تؤثر على معاملة الأسرة على أقرانهم الأسوياء وعلى مدى جودة حياتهم وحقوقهم في اللعب والتمتع بالاهتمام من قبل الوالدين، وهذا ما لاحظه الباحثان خلال عملهما بوحدة الفئات الخاصة بكلية رياض الأطفال، ومن خلال اجتماعاتهما الدورية مع أولياء الأمور وملاحظة ما تعانيه الأسرة وخاصة الأخوة من وجود معاق داخل كيانها.

ولقد أوصت العديد من الدراسات منها دراسة De Caroli & Sagone (2013) بضرورة تقديم الدعم المستمر لعائلات الأطفال ذوي الإعاقات لكي يستطيعوا معالجتهم وتحقيق أفضل حياة لهم، حيث هدفت هذه الدراسة لاكتشاف الاتجاهات نحو الأخوة والأخوات المعاقين، وكانت عينتها ١٤٠ من أخوة المعاقين من ١٣–١٨ سنة، وتنوعت الإعاقات بين متلازمة داون والتوحد والإعاقات العقلية وأظهرت نتائج هذه الدراسة أن أخوة هؤلاء الأطفال لديهم الاعتقاد بأنهم سوف يعيشون حياة مليئة بالعمل وأنهم أشخاص غير محظوظين ومحط أنظار الجميع ولديهم صعوبة في الدمج الاجتماعي والحياة السوية وتتأرجح مشاعرهم دوماً بين الغضب والإحباط.

كما أكدت دراسة Nor Ismalian and Others (2013) على أهمية مشاركة جميع أفراد الأسرة في برامج الدعم، لمعرفة الآثار المترتبة على وجود طفل ذو إعاقة والعلاقة بينها وبين نوعية الحياة ووظائف الأسرة وكذلك دراسة جميع العوامل المرتبطة بالإعاقة، وتكونت عينة الدراسة من ٤٢٥ أب وأم للأطفال ذوي الإعاقة من الملتحقين بمراكز التأهيل المجتمعي في إحدى مقاطعات ماليزيا وأثبتت الدراسة أهمية برامج الدعم الأسري في تحسين أوضاع الأسر ذوي الإعاقة.

وأشارت دراسة Mason & Roaders (2012) إلى أن مفهوم نوعية الحياة يختلف لدى أسر الأطفال المعاقين عن غيرهم من أسر الأطفال العاديين، حيث وصفت هذه الدراسة نوعية الحياة لجميع أعضاء الأسرة ككل بشكل خاص ولدى المعاقين وأخوتهم من وجهة نظر الوالدين، كما هدفت إلى معرفة كيف يرى أخوة الأطفال المعاقين نوعية

الحياة. وأثبتت نتائج الدراسة أن هناك قصور في مدى شعور أخوة المعاقين بالحياة السوية والسعادة الأسرية.

ولقد اهتم المختصون بالأطفال ذوي الإعاقات وذلك دون الالتفات إلى أسرهم، حيث أن أسر الأطفال ذوي الإعاقات هي وحدة متكاملة تتلخص مشاكلها في وجود طفل من ذوي الإعاقات يؤثر عليها نفسياً واجتماعياً واقتصادياً.

وبالرغم من أن الاهتمام بدأ بالوالدين وتأثيرهم نفسياً بولادة طفل من ذوي الإعاقات إلا أن تأثير الأطفال ذوي الإعاقات على أخواتهم ليس بالتأثير الهين، حيث ينعكس هذا بالسلب على هؤلاء الأخوة ونجد أن الأخوة العاديين للمعاقين قد يلجأون مراعاة لظروف أخوهم المعاق إلى إخفاء قدراتهم وإنكار مواهبهم ويرفضون الاشتراك في الأنشطة التي تظهر قدراتهم وإمكاناتهم تحرجاً من إيذاء مشاعر أخيهم، بالإضافة إلى أن الأطفال الذين لديهم أخوة من المعاقين قد ينتهوا لتكوين مفهوم ذات سلبي (روز ماري، ٢٠٠١، ١٠٠).

فالأخوة العاديين قد يشاركوا على مدى حياتهم في العديد من الشئون والممارسات الوالدية بالنسبة لأخيهم ذوي الإعاقة والتي ينفردوا بها عن غيرهم من مشاعر العزلة وصعوبة الإنجاز وزيادة متطلبات العناية بأخيهم المعاق وأمور أخرى عن دورهم في مستقبل أخيهم، مما يزيد لديهم مشاعر النقص والعجز وعدم الثقة بالنفس إلى حد يجعلهم يتحملون ضغوطاً كثيرة تؤثر على حياتهم النفسية والاجتماعية بشكل عام (Arlington, 2002, 8).

ولقد قام Raif (2001) بدراسة عن إدراك الدور نحو وجود أخ راشد معاق عقلياً وآخر عادي وتكونت عينة الدراسة من (٧٦) من

الأخوة العاديين من متوسطي العمر لأفراد لديهم إعاقة عقلية، وأيضاً (٦٩) من أخوة لديهم أخوة عاديين، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن أخوة الأفراد الذين لديهم إعاقة عقلية كانوا أكثر اتصالاً وكان لديهم احتكاكاً مستمر أكثر عندما كان الوالدان على قيد الحياة.

إن النمو النفسي السوي للطفل عادة ما يقترن بأخوته في نفس الأسرة كونه يتفاعل معهم ويحتك بهم ويؤثر ويتأثر بهم، وهناك العديد من السلوكيات التي يكتسبها الطفل من أخيه في نفس المرحلة العمرية أو أكبر فيتعلم منه المفاهيم بسرعة أكبر مما يتعلمها من الكبار، والأطفال الذين لديهم أخاً معاق عادة ما يكونون مثقلين بالهموم لديهم حزن دائم.

ونظراً لأهمية العلاقة التي تربط بين الأطفال ذوي الإعاقات وأخوتهم وإسهامها في رفع أداء الأخوة ومدى مشاركتهم في المجتمع وطبيعة حياتهم، لذلك يرى الباحثان أن ارتفاع نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال ذوي الإعاقات يعد أمراً ضرورياً لرفع أداء الأسرة وتحسينها.

ويحاول البحث الحالي معرفة مدى تأثير وجود أخوة من الأطفال ذوي الإعاقات على نوعية الحياة ونوعيتها بالنسبة لإخواتهم، ونجد أن العديد من أخوة الأطفال ذوي الإعاقات يتكيفون مع هذه الحالة ولكن منهم من يواجه مشكلات عدم التكيف، وهذا ما عنيت به الدراسة الحالية.

ومن خلال عمل الباحثان في مجال رياض الأطفال والاحتكاك بالأطفال ذوي الإعاقات، وجد أن هناك قصوراً في تكيف أخوة الأطفال وافتقارهم التعامل السوي مع أقرانهم والاستمتاع بأنشطة الحياة اليومية المتنوعة، ومن هنا ظهرت مشكلة الدراسة الحالية، والتي تكمن في الإجابة على السؤال الآتي:

- هل يمكن للبرنامج القائم على الألعاب الصغيرة أن يعمل على تحسين نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال ذوي الإعاقات؟

أهداف البحث:

– تحسين نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال ذوي الإعاقات.

ومن هذا الهدف يندرج بعض الأهداف الفرعية تتمثل في:

١– التعرف على مستوى نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال المعاقين.

٢– تحسين نوعية الحياة من خلال برنامج قائم على الألعاب الصغيرة لأخوة الأطفال ذوى الاعاقات.

أهمية البحث:

[١] الأهمية النظرية:

١– الاهتمام بفئة مهمة من الأطفال وهم أخوة الأطفال ذوي الإعاقات.

٢– التأكيد على الاهتمام بنوعية الحياة لدى أخوة الأطفال ذوي الإعاقات.

٣– تزويد المكتبة العربية بإطار نظري حول كيفية تحسين نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال ذوي الإعاقات.

[٢] الأهمية التطبيقية:

١– يتوقع أن تساهم هذه الدراسة في تعريف الأسر بالتأثيرات التي قد تحدث لأخوة الأطفال ذوي الإعاقات.

٢– التعرف على الطرق السوية للتعامل مع أخوة الأطفال المعاقين.

٣– تصميم برامج قائم على الألعاب الصغيرة لأخوة الأطفال ذوي الإعاقات.

مصطلحات البحث:

١) الألعاب الصغيرة Small Games:

وهي عبارة عن ألعاب بسيطة ذات قوانين غير معقدة، ويمكن التعديل فيها وفقاً لمستوى قدرات المشتركين، فهي مجموعة من ألعاب الجري والمهارات الحركية، حيث تبتكر هذه الألعاب من أجل تحقيق الأغراض التي وضعت لأجلها للارتقاء بالقدرات البدنية والذهنية مع إضفاء جو من المرح والسعادة (قحطان جليل العزاوي، ٢٠٠٩، ٣٦٩).

٢) نوعية الحياة Quality of Life:

ويعرفها (كتلو وتيسير، ٢٠١١) بأنها إدراك الفرد لموقعه في الحياة في سياق الثقافة والقيد التي يعيش فيها وربطها مع أهدافه الخاصة وتوقعاته ومعتقداته.

كما يعرفها (رامي طشطوش، محمد القشار، ٢٠٠٧) بأنها شعور الفرد بالسعادة والرضا عن الحياة من خلال تحقيق التوازن بين الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية والدراسية والبيئية والاقتصادية ودرجة توافقه مع ذاته ومع الآخرين.

يعرفها الباحثان إجرائياً بأنها هي القدرة على تبني أسلوب حياة يشبع رغبات واحتياجات الفرد، يشعره بالسعادة والرضا عن الذات والحياة، كيفية الاستمتاع بالظروف المادية والبيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال وصولاً إلى حياة متناغمة ومتوافقة مع الظروف المحيطة به.

فروض البحث:

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات أخوة الأطفال المعاقين فى القياس القبلى والقياس البعدى على مقياس نوعية الحياة لصالح القياس البعدى .

٢- يوجد أثر كبير للألعاب الصغيرة ودورها فى تحسين نوعية الحياة عند أخوة الأطفال المعاقين .

٣- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات أخوة الأطفال المعاقين فى القياس البعدى والقياس التتبعى على مقياس نوعية الحياة .

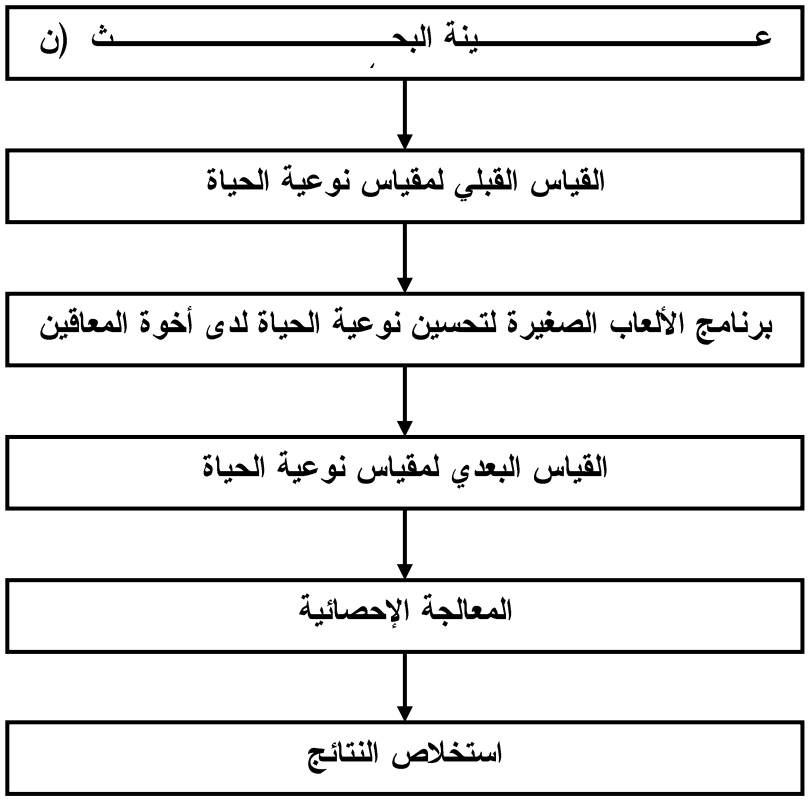
حدود البحث:

- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق أدوات البحث الميدانية خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠١٤/٢٠١٥ ولمدة ثلاثة أشهر.
- **الحدود المكانية:** تم تطبيق هذا البحث في مدينة الإسكندرية بجمهورية مصر العربية (المركز التربوي للطفولة- روضة ستارز).
- **الحدود البشرية:** طبق برنامج البحث على عينة من أخوة الأطفال المعاقين قوامها (٥٠) طفل وطفلة.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

أتبع الباحثان المنهج شبه التجريبي تصميم المجموعة الواحدة، وذلك لملائمته لموضوع البحث الحالي.



شكل (١)

التصميم التجريبي للبحث

عينة البحث:

لما كان الهدف من البحث هو تحسين نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال المعاقين، فقد تكونت عينة الدراسة الحالية من (٥٠) من الأخوة العاديين الذين لديهم أخ معاق.

وتم انتقاء أفراد هذه العينة من عينة أكبر بلغت (١٠٠) من الأخوة العاديين الذين لديهم أخوة معاقين والجدول التالي يوضح توزيع عينة البحث الأساسية في شكلها النهائي.

جدول (١)

توزيع عينة البحث الأساسية في شكلها النهائي

المجموعة البحثية	عدد الأخوة		الحدود المكانية
	الإناث	الذكور	
(٥٠) طفل وطفلة	٣٠	٢٠	المركز التربوي للطفولة/ وروضة ستارز

وقد تم ضبط العينة من حيث السن بين (٥-٩) سنوات.

أدوات البحث:

١- مقياس نوعية الحياة للأخوة العاديين (إعداد الباحثان).

٢- "برنامج الألعاب الصغيرة" (إعداد الباحثان).

أولاً: مقياس نوعية الحياة لأخوة الأطفال المعاقين (إعداد الباحثان):

وصف المقياس:

يتكون المقياس من ٤٤ عبارة وعلى الطفل أخو المعاق أن يختار واحد من الثلاث إجابات (اختيار من متعدد).

خطوات بناء وتصميم المقياس:

من أجل تصميم المقياس اتبع الباحثان الخطوات الآتية:

١- إجراء دراسة مسحية للإطلاع على المصادر العربية والأجنبية في موضوع البحث ومتغيراته.

٢- الإطلاع على مختلف الاختبارات والمقاييس التي اهتمت بالأخوة العاديين للأطفال المعاقين مثل مقياس مشكلات الأخوة العاديين للمعاقين عقلياً (سمية جميل، ٢٠٠٣)، استبيان المشاكل الأخوية لدى الأخوة العاديين الذين لديهم أخوة معاقين (Michael, R., 2003)، (Snock, 2000)، (Donvan, 1998)، (Bishop, 2002) والعديد من المقاييس الخاصة بجودة الحياة مثل دراسة (عبد الحليم منسي، ٢٠٠٦)، (خالد الخنجى، ٢٠٠٦)، (سعيد عبد الرحمن، ٢٠٠٧)، (ناديه الجميل، ٢٠٠٨)، (Nina, 2009)، (أميره طه، ٢٠١٢).

٣- قام الباحثان بمقابلة بعض الأخوة الذين لديهم أخ معاق عقلياً للاستفسار منهم عن نوعية الضغوط والمشكلات التي يتعرضون لها.

٤- قام الباحثان بصياغة العبارات حيث روعي أن تكون واضحة- بسيطة- محددة وقصيرة.

٥- تم تطبيق المقياس في صورته الأولى على عينة استطلاعية قوامها (٢٠) من الأخوة العاديين الذين لديهم أخوة معاقين وذلك لمعرفة درجة صعوبة وسهولة الأسئلة ووصول المفهوم الذي تريد الدراسة إلى الأخوة ولإمكانية تغيير واستبدال وتعديل العبارات للأفضل.

٦- قام الباحثان بصياغة المقياس الذي تناول (٦٠) مفردة، تتناول معرفة نوعية الحياة التي يحياها الأخوة العاديين وتشكل كل مفردة درجة تقديرية ويكون على المفحوص أن يحدد درجة موافقته على أي من

العبارات (اختيار من متعدد)، وحساب الدرجات على الاستجابات التي يقوم بها أخو الطفل المعاق.

٧- تم عرض المقياس في صورته الأولى على مجموعة من الخبراء والمحكمين وذلك للتحقق من صدق تمثيل العبارات لما وضعت له، ثم تم تعديل صياغة العبارات التي أشار إليها المحكمين بالتعديل واختيرت العبارات التي حصلت على نسبة ٩٠% وأكثر من موافقة المحكمين، وتم استبعاد العبارات التي طلب المحكمين استبعادها أو دمجها مع عبارات أخرى وبذلك أصبحت مفردات المقياس (٤٤) مفردة.

٨- قام الباحثان بصياغة مفردات المقياس والتي بلغت (٤٤) عبارة وتم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (٥٠) من الأخوة العاديين الذين لديهم أخ معاق من أطفال المركز التربوي للطفولة وحدة ذات طابع خاص بكلية رياض الأطفال- جامعة الإسكندرية وكذلك روضة ستارز الخاصة.

٩- تم تصحيح المقياس وحساب الفروق بين القبلي والبعدي لمعرفة تأثير البرنامج على الأطفال أخوة المعاقين.

كفاءة المقياس:

(١) الصدق:

اعتمد الباحثان في حساب الصدق على ما يلي:

أ- الصدق المنطقي (صدق المحكمين):

تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين وذلك بهدف التأكد من مناسبة مفرداته، تحديد غموض بعض المفردات لتعديلها أو استبعادها، إضافة مفردات من الضروري إضافتها.

ب- صدق المقارنة الطرفية:

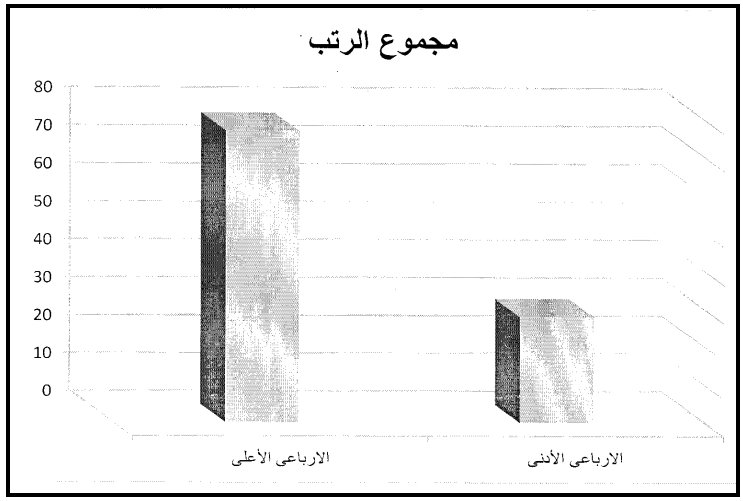
قام الباحثان باستخدام اختبار "مان ويتني- Mann- Whitne U" للأزواج المستقلة لمعرفة دلالة الفروق بين الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى على المقياس، كما يوضح ذلك جدول رقم (٢).

جدول (٢)

دلالة الفروق بين الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى

	ن	رتب المتوسط	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الإرباعي الأدنى	٧	٤.٠٠	٢٨.٠٠	- ٣.١٦٢	دال عند مستوى ٠.٠١
الإرباعي الأعلى	٧	١١.٠٠	٧٧.٠٠		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (Z = ٣.١٦٢) وهي دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على وجود فروق بين درجات المرتفعين ودرجات المنخفضين على المقياس، وهذا يؤكد قدرة المقياس على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين، مما يشير إلى صدق المقياس.



(٢) الثبات Rellability:

أ- الاتساق الداخلي للمفردات:

للتأكد من اتساق المقياس داخلياً قام الباحثان بحساب معاملات الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد تطبيق المقياس في صورته الأولية (٤٤) عبارة على عينة الدراسة الاستطلاعية، كما هو موضح بجدول (٣).

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس

(ن= ٣٠)

رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط
١	*٠.٤٤٨	١٢	**٠.٥٥٢	٢٣	**٠.٥٠٣	٣٤	*٠.٣٨٥
٢	*٠.٤٣٩	١٣	*٠.٣٨٦	٢٤	*٠.٤٠٢	٣٥	*٠.٤٤٩
٣	**٠.٥٢٤	١٤	*٠.٣٦٢	٢٥	**٠.٤٨٩	٣٦	**٠.٤٩١
٤	*٠.٣٩٢	١٥	**٠.٥١٤	٢٦	*٠.٤٣٠	٣٧	**٠.٤٦٧
٥	*٠.٣٧٤	١٦	*٠.٤٢٨	٢٧	*٠.٣٨٤	٣٨	*٠.٣٦٩
٦	*٠.٤٠٢	١٧	*٠.٤٠٩	٢٨	**٠.٥٢٢	٣٩	**٠.٤٧٤
٧	*٠.٣٧٦	١٨	*٠.٤٠١	٢٩	*٠.٤٣١	٤٠	**٠.٥١٤
٨	*٠.٣٩٦	١٩	**٠.٥٠١	٣٠	*٠.٣٦٦	٤١	*٠.٤٢٠
٩	**٠.٤٧٦	٢٠	**٠.٥٧٢	٣١	*٠.٤٠٨	٤٢	**٠.٥٦٣
١٠	*٠.٤٤٩	٢١	*٠.٤٠٥	٣٢	*٠.٣٧٤	٤٣	*٠.٤١٢
١١	*٠.٣٩٨	٢٢	**٠.٥٢٣	٣٣	*٠.٤٢٠	٤٤	**٠.٥١١

*** دال عند مستوى (٠.٠٥).** **** دال عند مستوى (٠.٠١).**

ب- طريقة معادلة ألفا كرونباك:

استخدم الباحثان معادلة ألفا كرونباك وهي معادلة تستخدم في إيضاح المنطق العام لثبات الاختبار، وبلغ معامل ثبات المقياس (٠.٨٢٥) وهو دال عند مستوى (٠.٠١).

ج- طريقة التجزئة النصفية:

استخدم الباحثان طريقة التجزئة النصفية لحساب ثبات المقياس بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية، وتقسيم المقياس إلى نصفين متكافئين، ثم تم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد في نصفي المقياس، وبلغ معامل ثبات المقياس (٠.٨٨٩) وهو دال عند مستوى (٠.٠١).

ثانياً: برنامج الألعاب الصغيرة (إعداد الباحثان):

هدف البرنامج:

- تحسين نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال المعاقين.

ويتفرع من هذا الهدف الأساسي عدة أهداف فرعية تتمثل في:

١- تخفيف حدة المشكلات التي يتعرض لها هؤلاء الأطفال.

٢- تعريف المشاركين أهميتهم في الحياة ومعرفة قيمتهم بالنسبة لذويهم وأخواتهم المعاقين.

٣- تعديل الأفكار الخاطئة عن تقبل الأخوة العاديين لأنفسهم وتقبل قدراتهم وإبراز إمكاناتهم.

٤- تدريب أخوة المعاقين على إفراغ الشحنات السلبية والتحدث والتعبير عن أنفسهم بإيجابية.

أهمية البرنامج:

ترجع أهمية البرنامج الحالي إلى أنه يركز على تحسين نوعية الحياة لأخوة المعاقين مما له أكبر الأثر في توطيد العلاقة بينه وبين الأسرة ككل، وذلك من جراء تعرضهم للعديد من المشكلات التي تؤثر على تكيفهم في المجتمع.

محتوى البرنامج:

أشارت الدراسات والأبحاث إلى أهمية تزويد أخوة المعاقين بجميع الحقائق اللازمة عن أخواتهم المعاقين، وأهمية برامج الأنشطة في تطوير قدراتهم ومهاراتهم واتجاهاتهم الإيجابية نحو أخواتهم، ومن ثم رأى الباحثان عند بناء البرنامج أن يكون الألعاب الصغيرة ملائمة للأطفال، وتحتوي على العديد من المهارات وتعمل على تغيير اتجاهات الأطفال نحو الأفضل.

واحتوى البرنامج على جلسة تعريفية بالبرنامج وأهدافه.

- الجلسة الثانية: التعرف على احتياجات الأخ أو الأخت المعاقين.
- الجلسة الثالثة: البيئة الأسرية (الوالدين– مناقشة المشاعر وأهمية الترابط الأسري).
- الجلسة الرابعة :أنواع الاعاقات وكيفية التعامل معها.
- الجلسة الخامسة: كيفية التعامل مع الأخ المعاق من خلال المواقف الحياتية.
- الجلسة السادسة: اتجاهات المجتمع نحو المعاقين مواقف وحلول.
- الجلسة السابعة: التكاتف الاجتماعي وكيفية مساعدة المعاقين نفسياً واجتماعياً.

- الجلسة الثامنة الى الجلسة السادسة والثلاثون : الألعاب الصغيرة.

وقد تضمن البرنامج فيديوهات عن المعاقين، وكيفية التعامل السوي معهم، وعرض لنماذج أخوة معاقين نجحوا في تجربتهم مع ذويهم. ثم اشتمل البرنامج على العديد من الأنشطة (الألعاب الصغيرة قوامها ٣٦ لعبة) تم تعريف الأطفال بها، ومن ثم تنفيذها معهم.

مرحلة الإعداد لتجربة البحث:

- التجربة الاستطلاعية:

من أجل الوقوف على السلبيات التي قد تواجه البحث من حيث إمكانية إجراء القياس على الأطفال، ولتحديد المحتوى النهائي لبرنامج البحث، وعدد الجلسات والمدى الزمني لكل جلسة، وقام الباحثان بإجراء تجربة استطلاعية في مدرسة التربيه الفكرية بالرمل الميري بالإسكندرية على عينة مكونة من ٣٠ طفل وطفلة، كما يلي ١٢ طفل و١٨ طفلة وكان الهدف منها:

- تطبيق المقياس والتأكد من سهولة مفرداته.
- التحقق من دقة أدوات القياس.
- معرفة الوقت المستغرق لإجراء بنود المقياس لكل طفل.

الاختبار القبلي:

تم إجراء الاختبار القبلي لمقياس نوعية الحياة لأخوة الأطفال المعاقين.

ولقد تم تثبيت الظروف المتعلقة بالمقياس كوقت إجراءه وأماكن تنفيذه داخل ساحة المدرسة، وتم إجراءه من قبل الباحثان.

تطبيق التجربة:

بعد تصميم الباحثان للألعاب الصغيرة، تم ترتيبها وتوزيعها على البرنامج، وعرض مجموعة منها على الخبراء والمتخصصين، ثم البدء بتطبيق التجربة على المجموعة البحثية.

وقام الباحثان بتنفيذ الجلسات بلعبه او لعبتين فى اليوم بواقع من ٣:٤ أسبوعياً ووقت اللعبة يتراوح من ٣٠ إلى ٤٠ دقيقة.

وتم تقسيم اللعبة إلى ثلاثة أجزاء:

- الجزء الإعدادي: ١٠ دقائق.
- الجزء الرئيسي ٢٥ دقيقة.
- الجزء الختامي: ٥ دقائق.

وقد راعى الباحثان في الألعاب:

- تصميم الألعاب البسيطة التي يشترك فيها جميع الأطفال وتكرار اللعبة مرة أخرى أثناء فترة التطبيق.
- التدرج في الألعاب من السهل للصعب.
- مراعاة إجراء بعض التغييرات كبداية للعب، تغيير الاتجاه.
- مراعاة خروج الطفل الخاسر من اللعب لمدة قصيرة جداً.
- إعلان النتائج وتحديد الفريق الفائز بعد اللعبة.
- تم عرض الألعاب الصغيرة على مجموعة من المحكمين والمتخصصين للاسترشاد بآرائهم وتوجيهاتهم ومعرفة مدى مناسبة الألعاب لاحتياجات وعمر الأطفال. وقد أوصى المحكمين بحذف بعض الألعاب وتعديل الأخرى، واقتراح إضافة ألعاب جديدة ليصبح البرنامج في شكله النهائي يحتوي على (٧ جلسات لمحاضرات وورش عمل , ٣٦ لعبة صغيرة).

جدول (٤)

الجدول الزمني لأنشطة البرنامج (٧ جلسات ورش عمل ومحاضرات , ٣٦ لعبة صغيرة)

م	الأسابيع	الأيام	الألعاب
١	الأول	الأول	حلقة مناقشة مع أخوة الأطفال المعاقين حول البرنامج والتعريف به وأهدافه
		الثاني	ورشة عمل عن احتياجات الأخ أو الأخت المعاقين
		الثالث	محاضرة عن دور الأسرة وأهمية الترابط الأسرى مع أسر الأطفال امعاقين
٢	الثاني	الرابع	ورشة عمل عن أنواع الاعاقات وكيفية التعامل معها
		الخامس	ورشة عمل عن كيفية التعامل مع الأخ المعاق من خلال المواقف الحياتية
		السادس	ندوة عن اتجاهات المجتمع نحو المعاقين مواقف وحلول
٣	الثالث	السابع	ورشة عمل عن التكاتف الاجتماعى وكيفية مساعدة المعاقين نفسياً واجتماعياً
		الثامن	نشاط تعارف / لعبة الصناديق
		التاسع	لعبة البلونات
٤	الرابع	العاشر	لعبة الألوان
		الحادي عشر	لعبة الكراسي الموسيقية
		الثاني عشر	لعبة الكرة
٥	الخامس	الثالث عشر	لعبة المطارات
		الرابع عشر	لعبة الحبل
		الخامس عشر	لعبة الكلمات

م	الأسابيع	الأيام	الألعاب
٦	السادس	السادس عشر	لعبة أبيض وأسود
		السابع عشر	لعبة التسوق
		الثامن عشر	لعبة الخروف
٧	السابع	التاسع عشر	لعبة المزرعة / الأشكال الهندسية
		العشرون	لعبة الذاكرة
		الحادي والعشرون	لعبة الملابس
٨	الثامن	الثاني والعشرون	لعبة الماء/ لعبة الحلويات
		الثالث والعشرون	لعبة الطيور
		الرابع والعشرون	لعبة صياد السمك
٩	التاسع	الخامس والعشرون	لعبة السباق / لعبة الزحف
		السادس والعشرون	لعبة الانقاذ
		السابع والعشرون	لعبة الشجرة
١٠	العاشر	الثامن والعشرون	لعبة إشارة مرور / الكنز
		التاسع والعشرون	لعبة سباق الحيوانات
		الثلاثون	لعبة الثعلب والدجاجة
١١	الحادي عشر	الحادي والثلاثون	لعبة البطاقة المفقودة / لعبة الثمار
		الثاني والثلاثون	لعبة التوازن
		الثالث والثلاثون	لعبة الأدوات
١٢	الثاني عشر	الرابع والثلاثون	لعبة عروستى/ لعبة الدودة السريعة
		الخامس والثلاثون	لعبة الاطواق
		السادس والثلاثون	لعبة السيارات

تقويم البرنامج:

- تطبيق مقياس نوعية الحياة لأخوة المعاقين بعد الانتهاء من البرنامج.
- ثم بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج (فترة متابعة) للتأكد من استمرارية فعالية البرنامج على عينة البحث.
- لقد استخدم الباحثان نظام المناقشة والحوار مع الأطفال.

نتائج البحث ومناقشتها:

١- الفرض الأول:

والذي ينص على: "**توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أخوة الأطفال المعاقين في القياس القبلي والقياس البعدي على مقياس نوعية الحياة لصالح القياس البعدي**".

للتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحثان بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات القياس القبلي والقياس البعدي، ثم حساب دلالة الفروق باستخدام اختبار "ت"، كما يوضح ذلك جدول رقم (٥).

جدول (٥)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي على مقياس نوعية الحياة

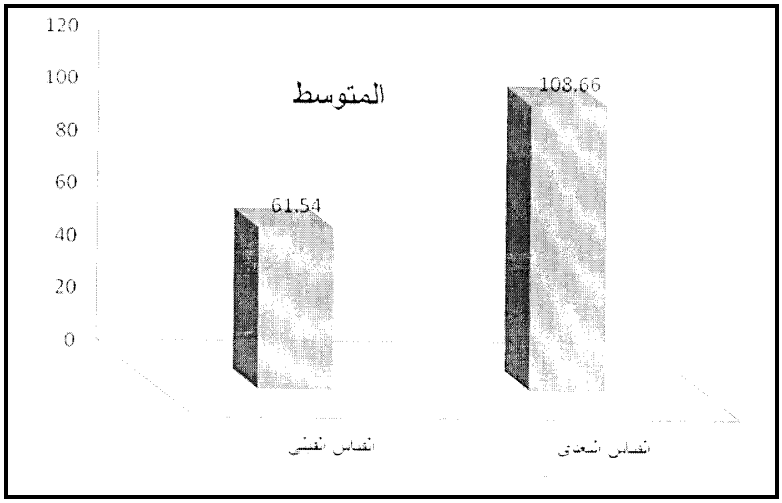
	القياس القبلي (ن=٥٠)		القياس البعدي (ن=٥٠)		قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
مقياس نوعية الحياة	٦١.٥٤	٧.٠٧١	١٠٨.٦٦	٧.٥٧٢	٢٨.٥٥١	٠.٠١

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت = ٢٨.٥٥١) دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على وجود فروق جوهرية بين القياس القبلي والقياس البعدي على مقياس نوعية الحياة لصالح القياس البعدي، مما يدل على فعالية الألعاب الصغيرة ودورها في تحسين نوعية الحياة عند أخوة الأطفال المعاقين.

حيث افترض الباحثان وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات أخوة المعاقين في القياس القبلي والبعدي على مقياس نوعية الحياة لصالح القياس البعدي.. وطبقاً لنتائج البحث التي توصلت إليها في دراستنا الميدانية والتي تؤكد تحقق الفرض في تحقيق نوعية الحياة لدى الأطفال أخوة المعاقين، ومن هنا نستنتج أن الأطفال الممارسين للألعاب يتميزون بدرجة كبيرة في القدرة على التحدي والتنافس، وهذا لعدة أسباب منها المواقف التي تم إعدادها من قبل الباحثان، مما جعلت الأطفال لديهم الإصرار والمثابرة حتى الانتهاء من اللعبة، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Tajfel, 2004)، حيث توصلت أن الذين يمارسون الألعاب يتميزون عن الآخرين في القدرة على الإنجاز.

ولقد تحققت صحة الفرض والذي توقع الباحثان أنه يوجد أثر كبير للألعاب الصغيرة في تحسين نوعية الحياة لدى أخوة المعاقين، ومن خلال نتائج البحث توصلنا في الدراسة الميدانية والتي أكدت على صحة الفرض، ومن خلال نتائج البحث نستطيع أن نستنتج أن الأطفال الممارسين للألعاب الصغيرة يتفوقون في القدرة على الثقة بالنفس والإقدام، وهذه من أهم عناصر نوعية الحياة مثل دراسة (حسان حميد، بشيري محمد، بحامدي سليم، ٢٠٠٤)، وهنا يمكننا القول أن تطبيق الألعاب الصغيرة وحسن استغلالها يعمل على تنمية القدرات النفسية

والاتجاهات الإيجابية نحو الذات، مما يحقق نوعية الحياة بالنسبة للأطفال أخوة المعاقين..



٢ – الفرض الثاني:

والذي ينص على: "**يوجد أثر كبير للألعاب الصغيرة ودورها في تحسين نوعية الحياة عند أخوة الأطفال المعاقين**".

اعتمد الباحثان على قيم (ت) لحساب قيمة مربع إيتا (u^2) التي تدل على حجم الأثر الذي أحدثه البرنامج المستخدم في تحسين نوعية الحياة عند أخوة الأطفال المعاقين، كما يوضح ذلك جدول رقم (٦).

جدول (٦)

قيمة مربع إيتا (u^2) للقياس القبلي والقياس البعدي

	قيمة "ت"	مربع إيتا (u^2)
نوعية الحياة	٢٨.٥٥١	٠.٩٤٣

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (u^2) كبيرة، مما يدل على حجم الأثر المرتفع الذي أحدثه برنامج الألعاب الصغيرة في تحسين

نوعية الحياة عند أخوة الأطفال المعاقين لما لها من دور بالغ في تحسين العديد من جوانب الحياة وهذا يتفق مع دراسة (محمد محمود، ٢٠١٣) والتي أثبتت فعالية برنامج الألعاب الصغيرة في تنمية التفاعل للتلاميذ ضعاف السمع بمدارس الدمج.

وتشير هذه النتيجة أن أخوة الأطفال المعاقين قد تحقق لديهم مفهوم نوعية الحياة، وتحقق شعورهم بالسعادة، وذلك الشعور الذي يتنامى عبر مراحل الحياة المختلفة،، وهو ما نسعى إليه جاهدين لتحقيق من خلال الاستقلالية والكفاءة الذاتية، النمو الشخصي، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، تقبل الذات لتحقيق الأهداف في الحياة.

ولقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة (Brown, 2009) والتي أكدت أنه بالإمكان تحقيق نوعية الحياة للأفراد من خلال عدة عناصر مترابطة تعمل جميعاً لشعور الفرد بالسعادة والرضا. ولقد اتفقت معظم الدراسات على فعالية الألعاب الصغيرة في الطفولة المبكرة.

حيث أن لمشاركة الأطفال والعمل على بث روح السرور والمنافسة إضافة لنمو قدراتهم البدنية والعقلية مثل دراسة (حسان حميد وآخرين، ٢٠٠٤)، ودراسة (فاطمة الزهراء دوراس٢٠١٢) والتي أكدت أن للألعاب الصغيرة تأثير إيجابي على مستوى ذكاء الأطفال المتأخرين عقلياً.

ولقد أكدت الدراسات على عدم جدوى الأسلوب التقليدي المستخدم في المدارس، كما في أغلب الدراسات والتي استخدمت المنهج التجريبي وذلك لملائمته لذلك النوع من الدراسات بإدخال متغير مستقل ومعرفة مدى تأثيره في المتغير التابع.

٣- الفرض الثالث:

والذي ينص على: "**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أخوة الأطفال المعاقين في القياس البعدي والقياس التتبعي على مقياس نوعية الحياة** ".

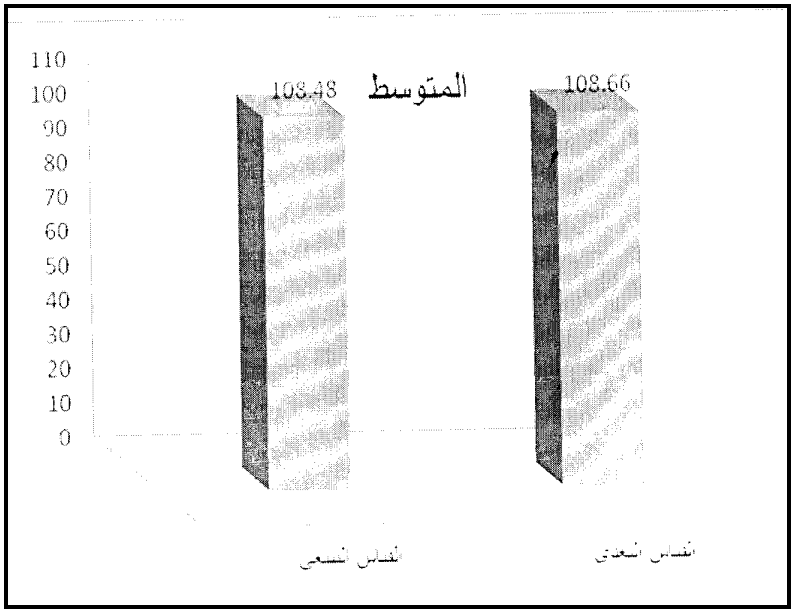
للتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحثان بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات القياس البعدي والقياس التتبعي، ثم حساب دلالة الفروق باستخدام اختبار "ت"، كما يوضح ذلك جدول رقم (٧).

جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياس البعدي والقياس التتبعي على مقياس نوعية الحياة

	القياس البعدي (ن=٥٠)		القياس التتبعي (ن=٥٠)		قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
مقياس نوعية الحياة	١٠٨.٦٦	٧.٥٧٢	١٠٨.٤٨	٧.٥٢٢	١.٧٦٩	٠.٠١

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت = ١.٧٦٩) غير دالة، مما يدل على عدم وجود فروق جوهرية بين القياس البعدي والقياس التتبعي، مما يدل على استمرار فعالية الألعاب الصغيرة ودورها في تحسين نوعية الحياة عند أخوة الأطفال المعاقين.



ويتضح من الفرض الثالث أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين البعدى والتتبعى للمجموعة التجريبية، بجميع بنود المقياس، مما يؤكد نجاح برنامج الألعاب الصغيرة فى تحسين نوعية الحياة لدى أخوة الأطفال المعاقين مما يعني أن استخدام أسلوب الألعاب الصغيرة كنشاط تعليمي باستخدام الأدوات البسيطة بث روح المنافسة والبهجة والتشويق الذي دفع الأطفال لبذل قصارى جهدهم، وزيادة مشاركتهم الإيجابية مما وفر فرصة كافية لاكتساب الخبرات من خلال مواقف اللعب المختلفة والتي تتطلب الانتباه والتأهب والسرعة أثناء الأداء وبالتالي تطوير القدرات وتحقيق نوعية الحياة، مما يحقق صحة الفرض ويتفق ذلك مع دراسة (بن عبد الرحمن سيد علي، ٢٠٠٠)، ودراسة كل من (حسان حميد، بشيري محمد، بحامدي سليم، ٢٠٠٤)، حيث أكدت هاتان الدراستان على أن الألعاب الشبه رياضية من شأنها التأثير بإيجابية على الناحية النفسية.

ان تحسين نوعية الحياة لأخوة الأطفال ذوي الإعاقات خاصة في مرحلة الطفولة يسهم في تحسين حالات كثيرة منهم، ويحد من مشكلاتهم، يمكن أن تتفاقم آثارها مع تقدم عمر الطفل في حالة غياب الرعاية المبكرة، فضلاً عن استثمار طاقاتهم البشرية المعطلة، وتنمية قدراتهم واستعداداتهم، وتحسين نظرتهم لأنفسهم، وإشعارهم بالقيمة الذاتية، ومساعدتهم على الانخراط في الحياة وإكسابهم قدراً من الاستقلال– الاعتماد على النفس وتحقيق حياة مجتمعية مستقلة وكريمة لحسم الأمر الذي تنعكس آثاره على الطفل والأسرة ككل، مما يسهم في التخفيف من وطأة مشاعر الإحباط والقلق التي يعاني منها الطفل والوالدان، وتحسين أنماط الاتصال– التفاعل بين الوالدين والطفل.

الاستنتاجات:

بعد تم عرض ومناقشة النتائج توصل الباحثان إلى الاستنتاجات التالية:

١– استخدام أسلوب الألعاب الصغيرة ساعد في تطوير قدرات ومهارات الأطفال أخوة المعاقين بدرجة كبيرة.

٢– أن التنظيم الجيد واستخدام الأدوات البسيطة المتاحة له دور مهم في إنجاح وتنفيذ الألعاب الصغيرة بنجاح.

٣– الأساليب التقليدية المستخدمة في تعليم الأطفال لا تفي بتحقيق الأهداف المرجوة وذلك لضعف فعاليتها وخاصة في تغيير الاتجاهات لدى الأطفال.

٤– حدوث تطور في نوعية الحياة لدى أخوة المعاقين مقارنة بينت القياس القبلي والبعدي.

٥- يحقق أسلوب الألعاب الصغيرة خبرات حركية واجتماعية ونفسية لمجموعة البحث، مما أدى لظهور فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس نوعية الحياة ولصالح القياس البعدي.

٦- أن الأداء المشترك للألعاب الصغيرة بين جميع الأخوة بنفس الوقت قد أكسب الأطفال الخبرات والاتجاهات الإيجابية بشكل متساوي، مما أدى إلى عدم ظهور فروق جوهرية بينهم على المقياس في القياس البعدي.

توصيات البحث:

في ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها الباحثان:

١- استخدام الألعاب الصغيرة موضوع البحث في مرحلة الطفولة المبكرة وذلك لتطوير قدرات ومهارات واتجاهات الأطفال.

٢- إعادة النظر في منهج رياض الأطفال الحالي ليشتمل على الألعاب الصغيرة لما لها من أهمية كبرى في تعليم وتعلم الأطفال.

٣- توفير بعض الأدوات والأجهزة البسيطة الضرورية وذلك لإمكانية تطبيق الألعاب الصغيرة في مرحلة الروضة بنجاح.

٤- أن يكون اختيار الألعاب الصغيرة وفق معايير وأسس علمية تحقق الأهداف التربوية والتعليمية للمرحلة العمرية.

٥- ضرورة تقويم قدرات وإمكانات واتجاهات الأطفال وإجراء مقارنات دورية بين قدراتهم السابقة والحالية ومدى تطورها.

٦- إجراء دراسات مشابهة للمراحل العمرية الأخرى.

٧- توصية المسئولين عن التعليم بالروضات بتزويد المؤسسات بالأدوات الرياضية البسيطة التي تتيح للأطفال ممارسة الألعاب الصغيرة لما لها من أهمية قصوى.

٨- رفع المستوى المعيشي لأسر الأطفال ذوي الإعاقات لرفع مستوى تقبل الأسرة لظروفها والاستمتاع بنوعية الحياة.

٩- التثقيف الفكري الشامل للوالدين الذي يساعد بدوره على تقبل الأخوة لأخواتهم ذوي الإعاقات.

١٠-تصميم وإعداد الدورات التدريبية لأخوة الأطفال ذوي الإعاقات بهدف إرشادهم وتحسين طريقة تعاملهم مع أخواتهم بصفة خاصة وفي الحياة بصفة عامة.

المراجع:

- أحمد عبد اللطيف أبو أسعد، سامي محسن (٢٠١١). سيكولوجية المشكلات الأسرية. ط١. عمان: دار المسيرة.
- أحمد عكاشة (٢٠٠٧). نوعية الحياة والنسيج الاجتماعي. المؤتمر السنوي الخامس للمركز المصري للعلوم الطبية. ٣-٤. ٢٠٠٧.
- أحمد محمد الكنج (٢٠١٤). العلاقة بين جودة الحياة والدافعية الأكاديمية من منظور إيجابي لعلم النفس لدى عينة من طلبة جامعة دمشق. رسالة دكتوراه. جامعة دمشق. قسم علم النفس.
- ألين وديع فرج (٢٠٠٢). خبرات في الألعاب للصغار والكبار. ط٣. الإسكندرية: منشأة المعارف.
- ألين وديع فرج (٢٠٠٧). خبرات في الألعاب للصغار والكبار. الإسكندرية: منشأة المعارف.
- أميرة طه (٢٠١٢). نوعية الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى المعاقين بصرياً. رسالة دكتوراه. كلية التربية. جامعة أم القرى. المملكة العربية السعودية.
- بن عبد الرحمن سيد علي (٢٠١٢/٢٠١٣). اقتراح مجموعة من الألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية الجانب النفسي والاجتماعي لمرحلة التعليم المتوسطة. رسالة دكتوراه. جامعة الجزائر.
- جبر محمد جبر (٢٠٠٥). علم النفس الإيجابي. ورقة عمل منشورة في وقائع المؤتمر الثالث للإنماء النفسي التربوي للإنسان العربي في ضوء نوعية الحياة. جامعة الإسكندرية. جمهورية مصر العربية. ٨٧-٩٣.
- حسان حميد، بشيري محمد، بحامدي سليم (٢٠٠٤). دور الألعاب شبه الرياضية في تنمية القدرات العقلية والحركية لأطفال الروضة.
- حسن السيد أبو عبده (٢٠٠٢). أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية. الإسكندرية: مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.

- حسيب محمد حسيب (٢٠٠٣). فاعلية العلاج العقلاني الانفعالي- السلوك في خفض مستوى القلق لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية. رسالة دكتوراه. كلية التربية. جامعة بنها.
- حمود عبد الحليم منسي، علي مهدي كاظم (٢٠٠٦). مقياس جودة الحياة لطلبة جامعة السلطان قابوس. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة. ١٩ ديسمبر. ١٧.
- خالد محمد الخنجي (٢٠٠٦). علم النفس الإيجابي وتجويد الحياة. وقائع لدورة علم النفس وجودة الحياة. جامعة السلطان قابوس. عمان. ١٩ ديسمبر.
- رامي طشطوش ومحمد القشار (٢٠٠٧). نوعية الحياة وتقدير الذات لدى مرضى السكري في الأردن. المجلة الأردنية في العلوم التربوية. مجلد ١٣. عدد٢. ٣٣.
- رغداء علي (٢٠١٢). جودة الحية لدى طلاب جامعتي دمشق. مجلة جامعة دمشق. كلية التربية. جامعة دمشق. العدد الأول. المجد ٢٨.
- روز ماري وديب دانيلز (٢٠٠١). الإرشاد الأسري للأطفال ذوي الحاجات الخاصة. ترجمة: علاء الدين كفافي. القاهرة: دار قباء.
- زينب محمود شقير (٢٠٠٠). كيف نربي أبنائنا؟. القاهرة. مكتبة النهضة المصرية.
- سعيد العزة (٢٠٠٢). المدخل إلى التربية الخاصة للأطفال ذوو الاحتياجات الخاصة. عمان: الدار العلمية الدولية ودار الثقافة للنشر والتوزيع.
- سعيد عبد الرحمن محمد (٢٠٠٧). استخدام بعض استراتيجيات التعايش في تحسين نوعية الحياة لدى المعوقين سمعياً. الندوة العلمية الثامنة للاتحاد العربي للهيئات العاملة في رعاية الصم. تطوير التعليم والتأهيل للأشخاص الصم وضعاف السمع. بغداد.
- سليمان طعمة، إبراهيم الزريقات، عادل جورج (٢٠١٠). إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة وأسرهم. عمان- الأردن: دار الفكر.
- سمية طه جميل (٢٠٠٣). فاعلية برنامج إرشادي لتخفيف حدة المشكلات التي يعاني منها الأخوة العاديون للمعاق عقلياً. مجلة دراسات

الطفولة. جامعة عين شمس. المجلد السادس. العدد الثامن عشر. يناير.

- سميرة أبو الحسن، عبد الله محمود حماد، صفاء محمد بحيري (٢٠١٥). نوعية الحياة مظاهرها– أبعادها– محدداتها– وكيفية قياسها وتحسينها. مجلة العلوم التربوية. العدد الثاني. ج١. أبريل.
- سناء احمد حسام (٢٠٠٩). فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي لتحسين نوعية الحياة وبعض المتغيرات المرتبطة بها لدى عينة من المسنين. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية. الجامعة المستنصرية.
- سهير كامل أحمد، شحاتة سليمان (٢٠٠١). علم النفس الاجتماعي بين التنظير والتطبيق. القاهرة: مركز الإسكندرية للكتاب.
- عادل الأشول (٢٠٠٥). نوعية الحياة Quality of Life من المنظور الاجتماعي والنفسي والطبي. المؤتمر العلمي الثالث. الإنماء النفسي والتربوي للإنسان العربي في ضوء نوعية الحياة. كلية التربية. جامعة الزقازيق. من ١٥-١٦ مارس. ٣-١٣.
- عبد الحميد شرف (٢٠٠١). التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- علي مهدي كاظم، عبد الخالق نجم البهادلي (٢٠٠٦). نوعية الحياة لدى طلبة الجامعة العمانية والليبيين– دراسة ثقافية مقارنة. المجلة العلمية للأكاديمية العربية المفتوحة. الدنمارك.
- عمرو بدران، عز الدين أبو النجا (٢٠٠٣). ذوو الاحتياجات الخاصة. ط١. المنصورة: مكتبة الإيمان.
- فاطمة الزهراء دوراس (٢٠١٢). أهمية الألعاب الصغيرة في تحسين المستوى البدني ومستوى الذكاء للأطفال المتأخرين عقلياً القابلين للتعلم. رسالة دكتوراه. جامعة الجزائر.

- فوقية عبد الفتاح، محمد حسين (٢٠٠٦). العوامل الأسرية والمدرسية المنبئة بجودة الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم. المؤتمر العلمي الرابع لكلية التربية ببني سويف. دور الأسرة ومؤسسات المجتمع المدني في اكتشاف وحماية ذوي الاحتياجات الخاصة. ٣-٤ مايو.
- قحطان خليل العزاوي (٢٠٠٩). أثر استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات البدنية لدى حراس المرمى بكرة القدم. مجلة علوم الرياضة. العدد الأول. جامعة ديالي. العراق.
- قرى عبد الغني وآخرون (٢٠٠٤). أهمية استعمال الألعاب الصغيرة لتنمية القدرات الحركية والنفسية لتلاميذ الطور الثاني (٩-١٢). الإسكندرية: دار المعارف.
- كامل كتلو، عبد الله تيسير (٢٠١١). نوعية الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية. مجلة علم النفس. مجلد ٢٤. ٦٤.
- مجدي عبد الكريم (٢٠٠٠). تنمية الإبداع في مراحل الطفولة المختلفة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- محمد أبو حلاوة (٢٠١٠). جودة الحياة- المفهوم والأبعاد. ورقة مقدمة للمؤتمر العلمي السابع. كلية التربية. جامعة كفر الشيخ.
- محمد أحمد عبد الله (٢٠٠٥). مدخل في الألعاب الصغيرة. الزقازيق: المتحدون للطباعة.
- محمد السعيد عبد الجواد (٢٠١٤). علم النفس الإيجابي. إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية. العدد ٢٤.
- محمد حامد إبراهيم الهنداوي (٢٠١١). الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين بمحافظات غزة. فلسطين.
- محمد محمود محمد محمود يونس (٢٠١٣). فعالية برنامج للألعاب الصغيرة في تنمية التفاعل الاجتماعي للتلاميذ ضعاف السمع بمدارس الدمج، رسالة دكتوراه، قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان.
- مروان عبد المجيد إبراهيم (٢٠٠٢). النمو البدني والتعلم الحركي. عمان: الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع.

- مسعود محمد (٢٠١٥). بحوث نوعية الحياة في العالم العربي– دراسة تحليلية. مجلة العلوم الإنسانية– الاجتماعية. العدد ٢٠. ٢٠٣.
- مصطفى السايح محمد (٢٠٠٧). موسوعة الألعاب الصغيرة. ط١٢. الإسكندرية: دار الوفاء للطباعة والنشر.
- مفتي إبراهيم حماد (٢٠٠٠). طرق تدريس ألعاب الكرات. ط١. جامعة حلوان. القاهرة: دار الفكر العربي.
- مفتي إبراهيم حماد (٢٠٠٢). المهارات الرياضية أسس التعلم والتدريب والدليل المصور. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- نادية جودت الجميل (٢٠٠٨). نوعية الحياة وعلاقتها بتقبل الذات لدى طلبة الجامعة. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية للبنات. جامعة بغداد.
- نبيل حليلو (٢٠١٣). الأسرة وعوامل نجاحها. جامعة قاصدي مرباح. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. قسم العلوم الاجتماعية. الملتقى الوطني الثاني حول: الاتصال ونوعية الحياة في الأسرة (٩–١٠) أبريل.
- نبيل محمد زايد (٢٠٠٣). الدافعية والتعلم. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- يحيى السيد إسماعيل الحاوي (٢٠٠٤). الموهبة الرياضية والإبداع الحركي. القاهرة: المركز العربي للنشر.
- **Alain Botone (2000). Sciences Socials, 2nd Edition. Paris. 19.**
- **Allison Partl (2008). 101 Pep- Up Cames for Children A Hunder House. Germany: SmadfunBook.**
- **Anderson, S. (2003). Quality of Life Theory. The Iqol Theory. The Quality of Life Research Center. Copenhagen, K., Denmark. Ventegodt@luvsk V\vakutet.org.**
- **Arlington (2002). How are Children Affected by Having a Brother or Sister with Disability? What Support Can be Provided to Siblings of Students with Dis-abilities. Journal of Exceptional Children. 47. 3. 293-307.**

- **Bishop M. & Feist (2002). Quality of Life Assessment in the Rehabitation: Strategies and Measures. Journal of Applied Rebabitation Counseling. Vol.(3).**
- **Bognar G. (2005). The Concept of Quality of Life. Journal of Social Theory and Practice. Vol.(3). Issue (4). 561.**
- **Bowling, A. & Banister (2002). Anultidmensional Model of Life in Order Aging and Mental Health. No.(4).**
- **Brown (2009). Auality of Life and Affect Across the Adult Life Span. Washington University.**
- **Caroli, M. & Sagone, E. (2013). Siblings and Disability: A Study on Social Attitudes Toward Disabled Bothers and Sisters. Department of Educational Sciences. Social and Behavioral Science. Vol.93. 1217-1223.**
- **Decaroli & Sagone (2013). Belief in a Just World. Prosocial Behavior and Moral Disengagement in Adolescence. 5th ed., World Conference on Educational Sciences WCES. Italy.**
- **Disabled People International (2005). "DPI" Position Paper on the Definition of Disability Page on URL: http://N1.dpi.org/lang-en/resources/ details.php?page-74 2006** نوفبر.
- **Donvan, J. (1998). Reporting on Quality if Life in Randomized Controlled Trails; Bibilio Graphic Study; British Medical Journal; Vol.317, 1191-1195.**
- **Gordon Lewis & Gun Ther Bed Son (2004). Games for Children. Oxford: Resource Books for Teachers.**
- **Hehman; A. (1998). A Quality of Life Interview for the Chronically Mentally Evaluation and Program Planning. Vol.11. 51-62.**
- **Mason, T. & Roaders H. (2012). The Over All Quality of My Life as a Sibling is all Right. But of Course. It Could Always be Better. Quality of Life of Siblings of Children with Intellectual Disability: The Siblings Perspectives Research Group**

Development Disorders Department of Experimental Clinical and Health Psychology. Journal of Intellectual Disability Research. Vol.56. Pant.1. 87-101.

- **Michael, R. (2003). The Quality of Life Insrumentlical Research. Vol.12(2). 246-254.**
- **Morisse, F., Vandemele, E. & Vandeveldes, S. (2013). Quality of Life in Persons with Intellectual Disabilities and Mental Health Problems: An Explorative Study. Scientific World Journal.**
- **N.A. (2004). Understanding Disability: Attitude and Behavior Change for Social Inclusion. Ahmedabad. UNNATO-Organi-zation for Development Education and Handicap International. 4-5.**
- **Nina I. Suna, James P. (2009). Confirmatory Factor Analysis of a Family Quality of Life Scale for Families of Kindergarten Children Without Disabilities. Journal of Early Intervention. Vol.(31) 2.**
- **Nor Ismalina, S. and Others (2013). Family Quality of Life I Parent Functioning Family Children with Disabilities. Journal of Developmental and Behavioral Particular. 34. 262-268.**
- **Porter, L. (2002). Educating Young Children with Special Needs. London: Paul Chapman Pub.**
- **Raif (2001). Involvement with and Role Perception Toward and Adults Sibling with and without Mental Retardation. Journal of Rehabitation 67. 2. 22-32.**
- **Schalock, R. & Alesson, V. (2002). Hand Book on Quality of Life for Human Service Practitioners. American Association of Mental Health.**
- **Shalok, P. (2004). Need Analysis and Measure of Quality of Life of People Suffering of Blindness and Deafness Revue Francophone De La Deficiency in Tellectually, Vol.14(1). 5-39.**

- **Snock, Frank, J. (2000). In Quality of Life a Closer Look at Measuring Pate it Well Being. Diabetes Spectrum. B.(24).**
- **Tajfel, H. & Trner (2004). The Social Identity Theory of Inter Group Behavior Init.T. Jost & J. Sidauias (eds.) Political Psycho-logy. New York: Psychology Press.**
- **Ventegodt, C.et al. (2003). Measurement of Quality of Life. The Scientific World Journal. No.3.**
- **Wally D. (2004). Improving the Quality of Life of the Elderly and Disabled People in Human Settlements. United Nations Center for Human Settlements.**
- **World Health Organization (2004). The World Health Organization Quality of Life (W. Hood) BREF. Geneva World. Health Organization.**