

## تأثير برنامج ترويحى رياضى موجه على جودة الحياة النفسية والإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع بمحافظة الدقهلية

أ.م.د/ محمد السيد خميس

أستاذ مساعد بقسم الترويح الرياضى - كلية التربية الرياضية -  
جامعة المنصورة

أ.م.د/ مصطفى محمد أمين الأشقر

أستاذ مساعد بقسم علم النفس الرياضى - كلية التربية الرياضية -  
جامعة المنصورة

### ملخص البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج ترويحى رياضى موجه على جودة الحياة النفسية والإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع بمحافظة الدقهلية، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من تلاميذ الصف الثانى بمدرسة الأمل بالمنصورة للصم وضعاف السمع بالمرحلة الإعدادية بمحافظة الدقهلية وبلغ قوامها (٥٦) تلميذ، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل مجموعة (٢٠) فرد، بالإضافة إلى عدد (١٥) فرد كعينة استطلاعية، ومن أدوات جمع البيانات (البرنامج الترويحى الرياضى المقترح، ومقياس جودة الحياة النفسية، ومقياس جودة الحياة الإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع - إعداد الباحثان).

ومن أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة، أن البرنامج الترويحى الرياضى له تأثير إيجابى دال إحصائياً على مستوى جودة الحياة النفسية والإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع بأبعائها المختلفة.

كما يوصى الباحثان بضرورة اشراك المعاقين قدر الامكان فى ممارسة الأنشطة الترويحوية بأنواعها المختلفة لما لها من دور فى تخفيف الأمراض النفسية السلبية.

## مقدمة ومشكلة البحث:

ورقيها بمدى اهتمامها وعنايتها لهم والعمل على تنمية مهاراتهم المختلفة. (٢٩: ١٢٣)

ويرى (David Galloway 2017) أن الإعاقة السمعية تشير إلى انحراف في السمع يُحد من قدرة الفرد على التواصل السمعي واللفظي بغض النظر عن درجة القصور التي يعاني منها؛ حيث تنقسم الإعاقة السمعية في ضوء ذلك إلى نوعين هما الصم قبل اللغوي، والصم بعد اللغوي مما يعيقه عن تحقيق التواصل الإجتماعي بكفاءة وفاعلية مع الآخرين. (٣٨: ٣٤)

هذا؛ ويعد مصطلح جودة الحياة أحد المتغيرات النفسية والاجتماعية التي احتلت مكانة كبيرة لدى علماء النفس في بحوثهم النفسية والاجتماعية لما للحياة وجودتها أهمية كبيرة في تحديد سلوك الآخرين وما تمثله من تأثير كبير على غيرها من المتغيرات النفسية والاجتماعية.

حيث أشار كلاً من Saklofske, D. et.al (2012)، إلى مصطلح جودة الحياة بأنه، قدرة الفرد على التقييم الذاتي لنفسه في الجوانب المعرفية والسلوكية المختلفة في ضوء ما يدركه من فهم وتقبل لذاته بشعوره بالقناعة بما يحقق من إنجازات والشعور بتفهم الواقع والإنسجام معه وصولاً لحالة من الطمأنينة والأمن لتحقيق الذات. (٤٥: ٢٥٢)

ويتفق كل من مسعودي أمحمد (٢٠١٧م)، وفؤاد بن غضبان (٢٠١٥م)، أن جودة الحياة عبارة عن تقييم الفرد لنوعية حياته ويشمل هذا التقييم الجانبين (النفسى، والاجتماعي)؛ حيث يشعر الفرد بجودة حياته النفسية عندما يمر بكثير من الخبرات السارة في حياته وقليل من الخبرات غير السارة، كما يشعر الفرد بجودة حياته الاجتماعية من خلال الرضا

يتميز العصر الذي نعيش فيه بتقدم علمي كبير وتتجه الدولة وهي تعيد بناء المجتمع على أسس علمية إلى تطوير التعليم واستخدام أحدث الأساليب المتطورة لبناء الشخصية المتكاملة المتزنة لأبنائها من جميع الجوانب، فتلמיד اليوم هو دعامة الغد وعماد المستقبل وثروة الوطن.

كما تزايد اهتمام الباحثين نحو الفئات الخاصة ودراسة العوامل التي تؤثر على فاعلية الفرد مع من حوله بهدف إعداد أفراد قادرين على بذل الجهد اللازم في مجالات الحياة المختلفة للنهوض بمجتمعاتهم، وتكيف هذه الفئة مع ظروف الحياة المختلفة في ظل إيجابيتهم؛ لذا تحتاج هذه الفئات إلى خدمات لتساعدها على التوافق مع ظروف ومتطلبات الحياة.

ويشير إيهاب عبد العزيز الببلاوي، وياسر سعد أحمد (٢٠١٤م)، أنه زاد الاهتمام بتعليم وتعلم الأشخاص من فئة الصم وضعاف السمع وذلك من خلال الاهتمام بتطوير الخدمات التعليمية المقدمة والتي تؤدي إلى تحسين المستوى التعليمي واكتساب المهارات لهذه الفئة والإستفادة من التطورات التكنولوجية وتقنيات التعليم الحديثة. (٤: ٣٥)

كما يوضح مراد رحلى (٢٠١٦م)، أن المجتمعات المعاصرة تحاول جاهدة العناية بذوى الإحتياجات الخاصة من الصم وضعاف السمع ومساعدتهم والأخذ بأيديهم للتخفيف من المعاناة التي هم فيها وإظهار إبداعهم فى الاتجاه الذى يناسب قدراتهم، لهذه الأسباب جعلت الدول المتقدمة تنظر إلى المعاقين نظرة أكثر تفاؤلاً مما كانت عليه فى الماضى وأعطتهم فرص المشاركة فى مختلف جوانب الحياة الاجتماعية والاقتصادية؛ حيث يقاس تقدم المجتمعات

من خلالها إشباع حاجاته كما ترتبط جودة الحياة بالحالة الشعورية التي تجعل الفرد يرى نفسه قادراً على إشباع حاجاته المختلفة. (٣٧: ٩)

ويرى الباحثان أن جودة الحياة النفسية تعد أحد المكونات الهامة التي يجب الاهتمام بها لدى فئات الصم وضعاف السمع لتمكينهم من السيطرة على المشاعر السلبية والنظرة التشاؤمية للحياة، وتعزيز قدراتهم على استثمار طاقاتهم النفسية بما يحقق تكيفهم واستقرارهم واندماجهم لأداء أدوارهم المختلفة في الحياة المعاصرة وتحدياتها المهنية المختلفة.

وتؤكد بئينة محمد فاضل (٢٠١٥م)، على مدى ارتباط جودة الحياة بالترويح فهو طريقة حياة وأسلوب معيشة يتميز بأنه يحوى نشاطاً، ويتعدد النشاط الترويحي بتعدد اهتمامات الأفراد وما هو متذوق لفرد ما غير متذوق للآخر بل إن ما يعتبره الفرد نشاطاً ترويحياً في وقت ما لا يكون كذلك في وقت آخر خلا منه التجديد. (١٤٣: ٥)

وإذا كان الترويح لزاماً للأفراد العاديين فهو أكثر لزاماً للأفراد المعاقين فالمعاق سمعياً لا ينبغي أن تحرمه إعاقته من الإستمتاع بالترفيه عن طريق إدخال بعض التعديلات في البرامج الترفيهية العادية ليصبح ملانماً لإشباع حاجاته وفقاً لإعاقته؛ فعن طريق الترويح يمكن للمعاق أن يكتسب ويدعم العديد من مظاهر السلوك الإجتماعي والعادات الإجتماعية والخلقية السليمة.

وهذا؛ ما يكفله الدستور المصري (٢٠١٤م)، على منح كافة الحقوق والواجبات تجاه الأشخاص ذوي الإعاقة، وفقاً لما أشارت إليه المادة (٨١)، على أنه "تلتزم الدولة بضمان حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة والأقزام صحياً، تعليمياً إقتصادياً، إجتماعياً، ثقافياً، ترفيهياً، رياضياً، وتهئية البيئة المحيطة بهم

عن الحياة وما تتضمنه من علاقات مع الآخرين والحالة المزاجية أو الوجدانية الإيجابية، وصولاً للعيش في الحياة المتناغمة والمتوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في المجتمع. (٣٠: ٢٩) (٢٣: ٨٤)

ويمكننا القول بأن جودة الحياة هدف تسعى إليه كل مؤسسة سواء كانت تربية أو تعليمية لتهيئة الشخص المعاق من خلال التغلب على الضغوطات والإنفعالات السلبية النفسية وهذا الأمر لا يتم إلا من خلال عوامل نفسية وإجتماعية تساعد الفرد في التغلب على هذه الضغوطات والمعوقات والوصول بها إلى مستوى من الرضا عن الحياة التي يعيشها.

كما تعد جودة الحياة النفسية والإجتماعية أحد الأبعاد الهامة لجودة الحياة العامة والتي أشار إليها كل من (Stewart-Brown, S (2000)، (2006) Tokuda, Y. et. (2008)، (Biswas-Diener, R. Donnellan, c. Hevey. (2008)، (Ryff, C (2008)، (al (2012) et.al)، ونهال حمدان حميد الهاشمي (٢٠٢١م)، بأنها تتمثل في الحالة العامة التي يشعر بها الفرد ويعتقد من خلالها بأن حياته تسير على ما يرام، ويتحدد ذلك من خلال قدرته على تنمية طاقاته النفسية والإجتماعية والعقلية وتعزيز طاقته الإيجابية القائمة على الأمل والشعور بالتفاؤل والسعادة والإنجاز والإبداع وتقبل الذات، واستقلاليته في تحديد مسار حياته، والسعى إلى تكوين علاقات إجتماعية ناجحة ومتبادلة مع الآخرين والنصيحة من أجل رفاهية المجتمع. (٤٦: ٢٧٦) (٣٦: ١٨٨) (٤٨: ٣٩) (٤٤: ٩٢) (٣٩: ٥٤٢) (٣٢: ٣)

كما ترتبط جودة الحياة للفرد بالمستوى الذي يصل إليه الفرد في إشباع وإرضاء مختلف حاجاته النفسية والإجتماعية مما توفره له مؤسسات مجتمعه المختلفة بما يتماشى مع إمكانياته وقدراته التي يحاول

الأخرين، وتوفير فرص عديدة لتبادل الآراء نحو الشعور بالإطمئنان والثقة بالنفس والتوجيه الذاتي. (٨ : ٢٠)(٢٥ : ٣٨)(١٨ : ٢٦)(٣٣ : ٣٠)(٣٥ : ٢٥)(٦ : ٦٢)(٢٦ : ٦٥)

وهذا ما يؤكد (Gayle Kassing 2006)، أن الترويح الرياضي يعد من أفضل الأسلحة التي يمتلكها المجتمع لمقاومة المشكلات الاجتماعية المعاصرة، وإزالة ما يعانيه من أعباء نفسية وذهنية ويسهم في تدعيم العلاقات الإنسانية والاجتماعية بما يحسن إحساس الفرد بجودة الحياة النفسية والاجتماعية. (٤٠ : ١٦٢)

ويضيف مصطفى حسن أحمد (٢٠١٩م)، أن تربية التلاميذ الصم وضعاف السمع وتأهيلهم يحتاج إلى خدمات تتمثل في برامج وأساليب تربوية ونفسية واجتماعية وتأهيلية وتروحية، وذلك لتلبية احتياجاتهم وتنمية طاقاتهم واستعداداتهم المختلفة ومساعدتهم على تحقيق التوافق النفسي والمشاركة في حياة اجتماعية صالحة تناسب قدراتهم. (٥ : ٣١)

كما تسعى التربية الرياضية من خلال برامجها وأنشطتها المختلفة إلى بناء شخصية الفرد المعاق لكي ينمو نموًا متزنًا ويتكيف مع الواقع الجديد الذي رافقه جراء إعاقته، وعليه فإن تأهيل المعاق سواء كان رياضيًا أو اجتماعيًا يعبر عن نظرة المجتمع المتطور تجاه المعاق. (١٣ : ٣٤)

لذا يرى الباحثان أن الأنشطة الترويحية بما تحتويه من عوامل المتعة والتشويق تثير التلاميذ وتجذبهم لممارسة النشاط الرياضي من خلالها بما يعمل على زيادة النشاط لديهم فتزيد القدرات الحركية بحثًا عن جودة الحياة.

ويتفق كل من عبد المطلب القريظي (٢٠١٤م)، ودارين خليفات (٢٠١٨م)، (Tidmore, L (2018)

لممارستهم لجميع الحقوق السياسية ودمجهم مع غيرهم من المواطنين إعمالاً لمبادئ المساواة والعدالة وتكافؤ الفرص". (١٤)

ويذكر كل من (Badia M., et al.(2013)، و (Marie-Michele, D., et al. (2016) أنه توجد عوامل تؤثر على ممارسة الصم وضعاف السمع للأنشطة الترويحية تتمثل في الجنس، والعمر، القدرات، والشخصية، والمستوى الفردي؛ لذا يجب إجراء بعض التعديلات من أجل إستيعاب مشاركة الصم بشكل صحيح أثناء النشاط. (٤٢ : ٣٢١)(٣٤ : ٤٠٦)

كما توضح كل من شيماء حسن الليثي، وفاطمة فوزي عبد الرحمن (٢٠٠٨م)، أن برامج الترويح الرياضي تحتل مكانة الصدارة مما رأى علماء النفس والترويح والباحثين في مجال الإعاقة لوضع مجموعة من الأسس النفسية والتي منها ضرورة محاولة إدماج المعاق في المجتمع حتى لا يشعر بالوحدة والعزلة وإعطائه الثقة في نفسه وخلق الظروف التي تدفعهم إلى المشاركة في البرامج المختلفة والمتنوعة المقدمة إليهم. (١٧ : ٤٢)

ويتفق كل من تهاني محمد عبد السلام (٢٠٠١م)، ومحمد الحماحمي، وعائدة عبد العزيز (٢٠٠٦م)، وطه عبد الرحيم (٢٠٠٦م)، وهدي حسن محمود، وماهر حسن محمود (٢٠٠٨م)، (Behrens, (2013) c.، وبشير حسام، وحملوى عامر (٢٠١٤م)، ومحمد كمال السمنودي وآخرون (٢٠٢١م)، على أن ممارسة الأنشطة الترويحية وسيلة ناجحة للترويح النفسي للفرد لتحقيق الصحة النفسية، ولها تأثيرها الإيجابي على تنمية القيم الاجتماعية المرغوبة كالتعاون واحترام الغير وتكوين علاقات وصداقات اجتماعية مع الآخرين، والشعور بالولاء والانتماء للجماعة، وتنمية القدرة على التفاهم مع

عن تزويدهم بروح التحدى من خلال المشاركة الرياضية والتي تخفف من الآثار النفسية للإعاقة مما يساعده على التكيف الشخصى والإجتماعى مع بيئتهم.

لذا؛ اتجه اهتمام الباحثان إلى إعداد برنامج ترويحى رياضى موجه لتحسين جودة الحياة النفسية والإجتماعية لتلاميذ الصم وضعاف السمع إسهاماً متوازناً فى تحقيق النمو المتكامل للأطفال ذوى الإحتياجات الخاصة وبما يخدم العملية التعليمية فى النهوض بها.

### أهمية البحث والحاجة إليه:

تكتسب هذه الدراسة أهميتها من المتغيرات التى تتناولها مثل: (البرامج الترويحية الرياضية، وجودة الحياة النفسية، وجودة الحياة الإجتماعية، وفئة التلاميذ الصم وضعاف السمع)، ويمكن إيجاز أهمية البحث فى الأتى:

- يعد متغير جودة الحياة من المتغيرات النفسية والإجتماعية الإيجابية الهامة التى تؤثر على حياة وشخصية التلاميذ الصم وضعاف السمع، باعتبارها واحدة من أهم القضايا التى يمكن أن تعترض الفرد والمجتمع معاً.
- إعداد مقياسين لجودة الحياة النفسية والإجتماعية موجهين للتلاميذ الصم وضعاف السمع بما يساعد العاملين والمختصين بالعملية التعليمية والبحثية لتحديد مستوى انخفاض جودة الحياة النفسية والإجتماعية لديهم.
- إعداد وتطبيق برنامج ترويحى رياضى موجه فى المدارس بهدف تنمية وتحسين جودة الحياة النفسية والإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع.

والجوهره الدوسرى (٢٠١٩م)، على أن الإعاقة السمعية تحد من مشاركة الفرد مع الآخرين واندماجه فى المجتمع المحيط مما يؤثر سلباً على توافقه الإجتماعى والإنفعالى وصعوبة إنشاء العلاقات الإجتماعية الطبيعية والفعالة مع الأقران الآخرين، والإفتقار إلى الثقة بالنفس وتقديرها نتيجة لضعف التواصل اللفظى. (٢٠: ٥٢) (١٢: ٢٣) (٤٧: ٥٢) (١: ٧١)

وهذا ما تؤكد نتاج دراسة كل من عطية صالح عبد الرسول (٢٠١١م) (٢١)، وقورارى بن على، والشيخ صافى (٢٠١٨م) (٢٤)، وأية الحسينى محمود (٢٠١٩م) (٣)، وبلقاسم بن عبد الرحمن، ومحمد زواق (٢٠١٩م) (٧)، وحازم جاسم الدوسرى (٢٠٢١م) (٩)، على أن الأطفال ذوى الإعاقة السمعية يعانون العديد من المشكلات مقارنة بأقرانهم العاديين ومنها (صعوبة التواصل والإتصال بالآخرين، والشعور بالعزلة والإحباط، وانخفاض السلوك التكيفى، بالإضافة إلى الإضطرابات السلوكية والعاطفية وانعكاس ذلك على علاقاتهم بالآخرين.

ومن خلال عمل الباحثين كأعضاء هيئة تدريس بقسمى الترويح وعلم النفس الرياضى بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة، والزيارات الميدانية التى قاموا بها إلى مدرسة الأمل للصم وضعاف السمع بمحافظة الدقهلية والمقابلة الشخصية مع بعض الأساتذة بالمدرسة، وجد أن هناك مشكلة تمثل نوعاً من القصور فى إخراج هؤلاء التلاميذ لميولهم وإبداعاتهم وانخراطهم فى المجتمع والإعتماد على أنفسهم فى كافة نواحى الحياة وتعايشهم مع إعاقتهم.

ويرى الباحثان أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تعد بالنسبة لهؤلاء التلاميذ المعاقين سمعياً من أهم الوسائل التأهيلية والعلاجية والترويحية فضلاً

### مصطلحات البحث:

قام الباحثان بتعريف بعض المصطلحات بشكل إجرائي يتفق مع طبيعة واتجاه البحث الحالي كما يلي:

البرنامج التروحي الرياضي الموجه:\*

هو مجموعة من الأنشطة الحركية الرياضية المقننة والمعدة خصيصاً لفئة التلاميذ الصم وضعاف السمع وتستخدم ليشعر بها هؤلاء الفئة أثناء الممارسة بالوجود الإنساني والشعور بالرضا والسعادة، مع استثمار كافة القدرات والإمكانات بما يتيح تحقيق الذات لديهم وتكوين اتجاهات جديدة نحو استثمار وقت الفراغ.

جودة الحياة النفسية:

يعرفها كلاً من Saklofske, D. et.al

(2012) بأنها، قدرة الفرد على التقييم الذاتي لنفسه في الجوانب المعرفية والسلوكية المختلفة في ضوء ما يدركه من فهم وتقبل لذاته بشعوره بالقناعة بما يحقق من إنجازات وتفهم الواقع والإنسجام معه وصولاً لحالة من الطمأنينة والأمن. (٤٥ : ٢٥٦)

جودة الحياة الاجتماعية:\*

شعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة على إشباع حاجاته الاجتماعية من خلال ثراء البيئة والتفاعل الإجتماعي وتنمية القدرة على الثقة بالآخرين وصولاً للعيش في الحياة المتناغمة والمتوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في المجتمع.

التلاميذ الصم وضعاف السمع:\*

هم فئة من ذوي الإعاقة ممن يعانون من فقدان سمعي بدرجته ضعف السمع، حيث يتراوح درجة الفقد السمعي لهم ما بين (٥٦ : ٧٠) ديسيبل ويعتمد بعضهم على استخدام المعينات السمعية مثل السماعات وزراعة

- إستفادة القائمين في المدارس ومراكز التدريب وتأهيل المعاقين سمعياً من البرامج الترويحية التي تساهم في تنمية وتحسين جودة الحياة النفسية والاجتماعية بهدف تعزيز قدراتهم على مواجهة الضغوط وتنمية شخصياتهم.

- الإستفادة من نتائج البحث في إجراء العديد من البحوث العلمية في مجال الترويح وعلم النفس الرياضي لفئة المعاقين (الصم وضعاف السمع) بجمهورية مصر العربية.

### هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج تروحي رياضي موجه على جودة الحياة النفسية والاجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع بمحافظة الدقهلية.

### فروض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في جودة الحياة النفسية والاجتماعية لصالح القياس البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في جودة الحياة النفسية والاجتماعية لصالح القياس البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في جودة الحياة النفسية والاجتماعية لصالح المجموعة التجريبية.

القوقعة، والصم حيث يزيد درجة الفقد السمعي لهم عن (٧٠) ديسبيل ويتراوح العمر الزمني ما بين (١٢ : ١٥) سنة وملحقون بمدرسة الأمل وضعاف السمع بمحافظة الدقهلية.

### الدراسات المرجعية:

قام الباحثان بإجراء مسح للدراسات العربية والأجنبية والمربطة بموضوع البحث ومتغيراته وتوضيح الهدف وأهم النتائج التي تم التوصل إليها، ونظرًا لاختلاف توقيت إجراء هذه الدراسات؛ لذا فسوف يقوم الباحثان بعرضها من خلال الترتيب التنازلي تبعًا للتاريخ الخاص بكل دراسة بحثية على حدة وفيما يلي يتم عرض هذه الدراسات:

دراسة كلاسن وآخرون (41)(2004) Klassen, A.& et.al، وهدفت إلى تقييم الصحة المرتبطة بجودة الحياة الحياة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي، وجود علاقة ارتباطية بين الإصابة بالنشاط الزائد وانخفاض الصحة النفسية للفرد وما يتضمنه ذلك من انخفاض للتفاعل الاجتماعي والمهارات الاجتماعية وتقدير الذات ورفض الأقران والعزلة الاجتماعية بما يؤثر على جودة الحياة لدى التلاميذ ذوي قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد.

دراسة (43)(2010) N.A.Ibrahim,N Abuzaid Ali، وهدفت إلى التعرف على تأثير الرياضة الترويحية على المهارات الاجتماعية والمظاهر السلوكية على الأطفال المصابين بالتوحد، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة، أن البرنامج الترويحي له أثر إيجابي على المهارات الاجتماعية وأيضًا على المظاهر السلوكية في عينة البحث للأطفال المصابين بالتوحد.

دراسة عطية صالح عبد الرسول (٢١)(٢٠١١م)، وهدفت إلى التعرف على تأثير برنامج

تروحي رياضي مقترح على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية والخصائص الاجتماعية للتلاميذ المعاقين سمعيًا بشعبية بنغازي، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي، يؤثر البرنامج الترويحي الرياضي تأثيرًا إيجابيًا على الخصائص الاجتماعية للتلاميذ المعاقين سمعيًا.

دراسة خالد عبد الحميد عثمان (١٢)(٢٠١٢م)، وهدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج تروحي رياضي على تنمية المهارات الحركية الرياضية والمهارات الاجتماعية لدى المعاقين عقليًا القابلين للتعلم، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي، وجود فروق دالة إحصائية في المهارات الحركية الرياضية والمهارات الاجتماعية بين المجموعتين التجريبيية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبيية.

دراسة محمد مصطفى صالح (٢٧)(٢٠١٢م)، وهدفت إلى التعرف على تأثير برنامج تروحي رياضي على مستوى مهارات التفاعل الاجتماعي لدى أطفال التوحيدين، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي، يؤثر البرنامج الترويحي تأثيرًا إيجابيًا على مستوى مهارات التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال التوحيدين.

دراسة عبد العزيز السرطاوي وآخرون (١٤)(٢٠١٤م)، وهدفت إلى التعرف على جودة الحياة لدى الأشخاص ذوي الإعاقة وغير ذوي الإعاقة في دولة الإمارات العربية المتحدة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأشخاص من ذوي الإعاقة والأشخاص غير المعاقين في جميع أبعاد جودة الحياة لصالح الأشخاص غير المعاقين.

لتحسين النواحي النفسية والاجتماعية لتلاميذ التربية الفكرية القابلين للتعلم، ومن أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة ما يلى، البرنامج الترويحى الرياضى المقترح له تأثير إيجابى فى تحسين الناحية النفسية بنسبة مائة قدرها (٤١.٧١%)، والناحية الاجتماعية بنسبة مائة قدرها (٤١.٣٣%).

دراسة أية الحسينى محمود (٢٠١٩م) (٣)، وهدفت إلى التعرف على تأثير برنامج ترويحى مقترح على تحسين بعض المهارات الحركية لتلاميذ الصم والبكم فى محافظة بنى سويف، ومن أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة ما يلى، برنامج الألعاب الترويحى له تأثير إيجابى فى تحسين المهارات الحركية للتلاميذ، وتوصى الباحثة بالإسترشاد بالبرنامج المقترح لتنمية المهارات الحركية لما له من تأثير إيجابى على المهارات الحركية.

دراسة بلقاسم بن عبد الرحمن، ومحمد زواق (٢٠١٩م) (٧)، وهدفت إلى التعرف على دور النشاط البدنى الرياضى الترويحى المكيف فى تعزيز مفهوم الذات لدى صغار الصم والبكم، ومن أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة ما يلى، توجد فروق دالة إحصائية فى مفهوم الذات بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدنى الرياضى الترويحى المكيف لدى صغار الصم والبكم لصالح الفئة الممارسة.

دراسة عمر مصطفى النعاس، والسيد مصطفى السنباطى (٢٠١٩م) (٢٢)، وهدفت إلى التعرف على العلاقة بين الأنشطة الثقافية والترفيهية والرياضية داخل الوسط المدرسى وعلاقتها بجودة الحياة المدرسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، ومن أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة ما يلى: توجد علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين ممارسة (الأنشطة

دراسة رضا عبد الحميد عامر (٢٠١٥م) (١٥)، وهدفت إلى التعرف على تأثير برنامج ترويحى رياضى مقترح على جودة الحياة لدى الكفيفات بمحافظة بور سعيد، ومن أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة ما يلى، البرنامج الترويحى له تأثير إيجابى على تنمية جودة الحياة للفتيات الكفيفات.

دراسة رقية محمد مهدى (٢٠١٦م) (١٦)، وهدفت إلى التعرف على تأثير برنامج ترويحى على تنمية المهارات الاجتماعية للصم والبكم بمحافظة المنوفية، ومن أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة ما يلى، تحسنت المهارات الاجتماعية للصم والبكم نتيجة لممارسة البرنامج الترويحى.

دراسة أمل حسن إبراهيم محمد (٢٠١٧م) (٢)، وهدفت إلى التحقق من الصدق البنائى لمقياس جودة الحياة النفسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الإسماعيلية، ومن أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة ما يلى، أكدت الدراسة من خلال تقصى نتائج مقياس جودة الحياة النفسية أن نتائج الصدق والثبات جميعها مقبولة ومرضية وصالحة لتطبيق الاختبار على عينة الدراسة.

دراسة قورارى بن على، والشيوخ صافى (٢٠١٨م) (٢٤)، وهدفت إلى التعرف على أثر برنامج ترويحى رياضى مقترح على بعض المهارات الاجتماعية لدى المعاقين سمعياً، ومن أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة ما يلى، البرنامج الترويحى الرياضى المقترح ساهم فى تحسين مهارات الإتصال لعينة البحث، كما يوصى الباحثان بضرورة استخدام البرامج الترويحى الرياضية فى مدارس المعاقين سمعياً لما لها من أثر إيجابى نحوهم.

دراسة محمود السيد إسماعيل (٢٠١٨م) (٢٨)، وهدفت إلى التعرف على برنامج ترويحى رياضى



بالمنصورة للصم وضعاف السمع بالمرحلة الإعدادية بمحافظة الدقهلية وبلغ قوامها (٥٦) تلميذ، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل مجموعة (٢٠) فرد، بالإضافة إلى عدد (١٦) فرد كعينة استطلاعية.

#### شروط اختيار عينة البحث:

- مراعاة الحالة الصحية لعينة البحث (درجة السمع، الخلو من الأمراض المزمنة، الإعاقات المصاحبة)، حتى لا تؤثر على إدراك المفاهيم المتضمنة للبرنامج.
  - أن يكون أفراد عينة الدراسة لديهم الرغبة في المشاركة في البرنامج بدافع شخصي بعد توضيح فوائده وإجراءاته للوصول إلى أفضل نتائج ممكنة.
  - عدم وجود أي مشكلة حركية لدى التلاميذ تحول دون مشاركته بإيجابية في أنشطة البرنامج الترويحي المقترح.
  - مواظبة التلاميذ في حضور وحدات البرنامج الترويحي الرياضي المقترح.
- إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث:

قام الباحثان بحساب اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث من حيث المتغيرات الأساسية (الطول، الوزن، درجة السمع، السن)، وجودة الحياة النفسية النفسية بأبعادها (تقبل الذات، الإستقلالية، الرضا عن الحياة، النمو والتطور الشخصي، التفاعل مع التغيرات الحياتية)، وجودة الحياة الإجتماعية بأبعادها (التفاعل الإجتماعي، الإسهام الإجتماعي، التقدير الإجتماعي).

الثقافية، والترفيهية، والرياضية) وجودة الحياة المدرسية لطلبة المرحلة الثانوية من الذكور.

دراسة حازم جاسم الدوسري (٢٠٢١م) (٩)، وهدفت إلى التعرف على تأثير برنامج ترويحي مقترح في تنمية بعض المهارات الحياتية والحركية للأطفال من ذوي الإحتياجات الخاصة ذوي الإعاقة الذهنية القابلين للتعلم، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي، أن المنهج الترويحي المقترح له أثر إيجابي في تنمية المهارات الحياتية والحركية وفقاً لنتائج الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

دراسة حنان عبد الناصر جمال الدين (٢٠٢٢م) (١٠)، وهدفت إلى التعرف على تأثير برنامج ترويحي باستخدام الألعاب الصغيرة لتحسين معنى الحياة لمرضى الفصام، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي، البرنامج الترويحي المقترح له تأثير إيجابي في تحسين محاور مقياس معنى الحياة، وتوصى الباحثة بضرورة استخدام البرنامج لما له من تأثير إيجابي على عينة البحث.

#### إجراءات البحث:

#### منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة البحث بواسطة التصميم (القبلي- البعدي) لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

#### مجتمع وعينة البحث:

اشتمل مجتمع البحث على التلاميذ الصم وضعاف السمع بمحافظة الدقهلية للعام الدراسي (٢٠٢٢م/٢٠٢٣م)، وقام الباحثان باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من تلاميذ الصف الثاني بمدرسة الأمل

جدول (١)

اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في (المتغيرات الأساسية، وجودة الحياة النفسية، وجودة الحياة الاجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
المتغيرات الأساسية	الطول	سنتيمتر	١٥٦.٤٧	١٥٧.٢٥	٣.٩١٤	٠.١٣٢
	الوزن	كيلو جرام	٤٩.٢١	٤٦.٣٣	٦.٠٨٨	٠.٨٢٧
	درجة السمع	ديسيبل	٦٨.٢١	٦٨.٠٠	٥.٣١١	٠.٠١٩-
	السن	سنة	١٣.٧٤	١٣.٨٥	٠.٢٩٦	١.٧٨٤-
جودة الحياة النفسية	تقبل الذات	درجة	١٦.٢٠	١٦.٥٠	١.٩٣٠	١.٠٩٢-
	الاستقلالية	درجة	١٣.٧١	١٤.٠٠	١.٤٧٤	٠.٤٤٦
	الرضا عن الحياة	درجة	١٠.٨٦	١١.٠٠	١.٠١٧	١.١٠٣-
	النمو والتطور الشخصي	درجة	١٠.٨٩	١١.٠٠	١.٠٩٠	٠.٣٩٤
	التفاعل مع التغيرات الحياتية	درجة	١١.٣٤	١١.٠٠	١.٥٧٦	٠.٣٦٥
جودة الحياة الاجتماعية	مقياس جودة الحياة النفسية للصم وضعاف السمع	درجة	٦٣.٠٠	٦٢.٠٠	٣.٢٤٢	٠.٠٦٦
	التفاعل الاجتماعي	درجة	١٩.١٤	٢٠.٠٠	٢.٣٦٢	٠.٢٥٤-
	الإسهام الاجتماعي	درجة	١٢.٤٥	١٢.٥٠	١.٤٠٠	٠.٢٧٨-
	التقدير الاجتماعي	درجة	١٧.١٤	١٧.٠٠	١.٨٤٣	٠.١٤٥-
	مقياس جودة الحياة الاجتماعية للصم وضعاف السمع	درجة	٤٨.٧٣	٤٩.٠٠	٣.٤٧٢	٠.٢٨٥

يشير إلى اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

يتضح من جدول (١)، أن جميع قيم الالتواء للمتغيرات (الأساسية، وجودة الحياة النفسية، وجودة الحياة الاجتماعية) بأبعادها، تنحصر ما بين (٣±) مما

جدول (٢)

التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في (المتغيرات الأساسية، وجودة الحياة النفسية، وجودة الحياة الاجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع)،

(ن=٢٠-٢٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية (ن=٢٠)		المجموعة الضابطة (ن=٢٠)		قيمة (ت)	مستوى المعنوية
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
المتغيرات الأساسية	الطول	سنتيمتر	١٥٦.٣٥	٣.٩١٧	١٥٦.٥٠	٣.٩٦٠	٠.١٢٠	٠.٩٠٥
	الوزن	كيلو جرام	٤٩.٢٩	٦.٢٣٩	٤٩.٢٦	٦.١٥٦	٠.٠١٨	٠.٩٨٦
	درجة السمع	ديسيبل	٦٧.٨٥	٥.٤٢٢	٦٨.١٠	٥.٥٣٤	٠.١٤٤	٠.٨٨٦
	السن	سنة	١٣.٧٥	٠.٢٨٢	١٣.٧٥	٠.٣١٤	٠.٠٠٠	١.٠٠٠
جودة الحياة النفسية	تقبل الذات	درجة	١٦.٣٠	١.٨٦٧	١٦.٠٥	١.٩٥٩	٠.٤١٣	٠.٦٨٢
	الاستقلالية	درجة	١٣.٨٥	١.٤٩٦	١٣.٦٠	١.٦٩٨	٠.٤٩٤	٠.٦٢٤
	الرضا عن الحياة	درجة	١٠.٧٥	١.١١٨	١٠.٩٠	١.٠٧١	٠.٤٣٣	٠.٦٦٧
	النمو والتطور الشخصي	درجة	١٠.٨٠	١.٢٨١	١١.٠٠	١.٠٢٦	٠.٤٥٤	٠.٥٨٩
	التفاعل مع التغيرات الحياتية	درجة	١١.٢٥	١.٦٥٠	١١.٤٥	١.٣٥٦	٠.٤١٩	٠.٦٧٨
جودة الحياة الاجتماعية	مقياس جودة الحياة النفسية للصم وضعاف السمع	درجة	٦٢.٩٥	٣.٣٧٩	٦٣.٠٠	٣.٠٠٨	٠.٠٤٨	٠.٩٦٢
	التفاعل الاجتماعي	درجة	١٩.١٥	٢.٤٧٧	١٩.٣٠	٢.٢٢٧	٠.٢٠١	٠.٨٤١
	الإسهام الاجتماعي	درجة	١٢.٤٠	١.٤٢٩	١٢.٦٠	١.٥٣٦	٠.٤٢٦	٠.٦٧٢
	التقدير الاجتماعي	درجة	١٧.١٥	١.٧٨٥	١٧.٣٠	١.٩٧٦	٠.٢٥٢	٠.٨٠٢
	مقياس جودة الحياة الاجتماعية للصم وضعاف السمع	درجة	٤٨.٧٠	٢.٥٧٠	٤٩.٢٠	٣.٥٤٨	٠.٤٤٤	٠.٦٥٩

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٢٠.٢١)

Tokuda, Y، Cushing, C (2011)(37)، وعبد العزيز السرطاوى وآخرون (٢٠١٤م) (١٩)، وبثينة محمد فاضل محمد (٢٠١٥م) (٥)، ورضا عبد الحميد عامر (٢٠١٥م) (١٥)، وفؤاد بن غضبان (٢٠١٥م) (٢٣)، ومسعودى أحمد (٢٠١٧م) (٣٠)، ومحمود السيد إسماعيل (٢٠١٨م) (٢٨)، وعمر مصطفى النعاس، والسيد مصطفى السنباطى (٢٠١٩م) (٢٢)، وحازم جاسم الدوسرى (٢٠٢١م) (٩)، ونهال حمدان حميد الهاشمى (٢٠٢١م) (٣٢)، وحنان عبد الناصر جمال الدين (٢٠٢٢م) (١٠)، وذلك حتى يتسنى للباحثان تحديد الأبعاد المناسبة، وقد تم التوصل إلى سبعة أبعاد رئيسة لبناء المقياس وهم: (الإستقلالية، الطمأنينة النفسية، تقبل الذات، النمو والتطور الشخصى، الحياة الهادفة، التعامل مع التغيرات الحياتية، الرضا عن الحياة).

عرض الأبعاد المقترحة على السادة المحكمين:

تم عرض الأبعاد المقترحة على مجموعة من المحكمين المختصين فى مجالى علم النفس التربوى والرياضى وعددهم (٧) محكمين \* مرفق (١)-، وذلك للتأكد من مناسبتها لقياس جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع؛ حيث يطلب من المحكمين وضع علامة (√) أمام البعد الموافق عليه، وكتابة المقترحات أسفل الجدول إن وجدت فى حالة دمج أو إضافة أو تعديل لغوى للأبعاد المقترحة مرفق (٢)-.

يتضح من جدول (٢)، وجود تكافؤ بين مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى المتغيرات الأساسية، وجودة الحياة النفسية النفسية، وجودة الحياة الإجتماعية بأبعادها. وسائل وأدوات جمع البيانات:

استخدم الباحثان الوسائل والأدوات التى تساعد فى جمع البيانات لتحقيق هدف البحث (المراجع العلمية، والدراسات المرجعية، وآراء السادة المحكمين). أولاً: مقياس جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع: (إعداد الباحثان).

فى ضوء هدف البحث قام الباحثان ببناء مقياس جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع، متبعاً الخطوات التالية:

تحديد الهدف من المقياس:

يهدف المقياس إلى قياس مستوى جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع، وذلك للتعرف على مدى تأثير ضعف السمع على إدراكه لجودة الحياة النفسية.

تحديد الأبعاد المقترحة لبناء المقياس:

لتحديد الأبعاد المقترحة لبناء المقياس قام الباحثان بإجراء مسح شامل للمراجع العلمية والدراسات المرجعية مثل دراسة { Klassen, A. (41)(2004)، وهدى حسن محمود، وماهر حسن محمد (٢٠٠٨م) (٣٣)، (48)(2008)

### جدول (٣)

#### آراء الخبراء في أبعاد مقياس جودة الحياة النفسية لتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن=٧)

النسبة المئوية	موافق مع التعديل		غير موافق		موافق على البعد		البعد	م
	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد		
(%٨٥.٧١)	%٠	-	(%١٤.٢٨)	١	(%٨٥.٧١)	٦	الاستقلالية	١
(%٥٧.١٤)	%٠	-	(%٤٢.٨٥)	٣	(%٥٧.١٤)	٤	الطمأنينة النفسية	٢
(%١٠٠)	%٠	-	-	-	(%١٠٠)	٧	تقبل الذات	٣
(%٨٥.٧١)	%٠	-	(%١٤.٢٨)	١	(%٨٥.٧١)	٦	النمو والتطور الشخصي	٤
(%٤٢.٨٥)	%٠	-	(%٥٧.١٤)	٤	(%٤٢.٨٥)	٣	الحياة الهادفة	٥
(%١٠٠)	(%٧١.٤٢)	٥	-	-	(%١٠٠)	٧	التعامل مع التغيرات الحياتية	٦
(%٧١.٤٢)	%٠	-	(%٢٨.٥٧)	٢	(%٧١.٤٢)	٥	الرضا عن الحياة	٧

بعد تحديد الأبعاد المتفق عليها من قبل المحكمين والتي بلغ عددها خمسة أبعاد، قام الباحثان بصياغة مجموعة من العبارات المقترحة لبناء المقياس، وبلغ عددها (٥٠) عبارة شاملة وموزعة على أبعاد المقياس بواقع (١٠) عبارات لكل بعد من أبعاد المقياس وذلك من خلال القراءات النظرية والدراسات المرجعية- وكذلك استرشادًا ببعض المقاييس النفسية في مجال علم النفس العام وعلم النفس الرياضي السابق ذكرها، واستطلاع آراء عدد (٧) محكمين في علم النفس التربوي والرياضي وذلك لإبداء الرأي حول الموافقة على وجود العبارة أو حذفها، الموافقة على صياغة العبارة أو تعديل صياغتها، أو ما يرونها مناسبًا لعبارة المقياس المقترحة - ملحق (٣).

يتضح من جدول (٣)، أن نسب موافقة السادة المحكمين على أبعاد المقياس تراوحت ما بين (٤٢.٨٥%) إلى (١٠٠%)، وبذلك تم حذف محوري (٢)، (٥)، وكذلك إعادة صياغة البعد رقم (٦) ليصبح (التفاعل مع التغيرات الحياتية)، وقد ارتضى الباحثان نسبة موافقة (٧٠%) فأكثر؛ حيث تم التوصل إلى خمسة أبعاد وهم:-

- البعد الأول: تقبل الذات.
  - البعد الثاني: الاستقلالية.
  - البعد الثالث: الرضا عن الحياة.
  - البعد الرابع: النمو والتطور الشخصي.
  - البعد الخامس: التفاعل مع التغيرات الحياتية.
- وضع العبارات المقترحة حول كل بعد من أبعاد

المقياس:

### جدول (٤)

#### نسب موافقة آراء السادة المحكمين حول عبارات مقياس جودة الحياة النفسية لتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن=٧)

البعد الخامس		البعد الرابع		البعد الثالث		البعد الثاني		البعد الأول	
نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م
%٧١.٤٢	٤١	%٧١.٤٢	٣١	%١٠٠	٢١	%٨٥.٧١	١١	%٨٥.٧١	١
%١٠٠	٤٢	%٨٥.٧١	٣٢	%٤٢.٨٥	٢٢	%١٠٠	١٢	%١٠٠	٢
%٧١.٤٢	٤٣	%٤٢.٨٥	٣٣	%١٠٠	٢٣	%٧١.٤٢	١٣	%١٠٠	٣
%١٠٠	٤٤	%١٠٠	٣٤	%٧١.٤٢	٢٤	%٥٧.١٤	١٤	%١٠٠	٤

البعد الأول		البعد الثاني		البعد الثالث		البعد الرابع		البعد الخامس	
م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %
٥	٨٥,٧١%	١٥	٨٥,٧١%	٢٥	٨٥,٧١%	٣٥	٢٨,٥٧%	٤٥	٨٥,٧١%
٦	٨٥,٧١%	١٦	١٠٠%	٢٦	٥٧,١٤%	٣٦	٧١,٤٢%	٤٦	٧١,٤٢%
٧	٢٨,٥٧%	١٧	٧١,٤٢%	٢٧	٨٥,٧١%	٣٧	٥٧,١٤%	٤٧	٨٥,٧١%
٨	٨٥,٧١%	١٨	٧١,٤٢%	٢٨	٧١,٤٢%	٣٨	١٠٠%	٤٨	٥٧,١٤%
٩	٨٥,٧١%	١٩	٤٢,٨٥%	٢٩	١٠٠%	٣٩	٧١,٤٢%	٤٩	٧١,٤٢%
١٠	١٠٠%	٢٠	٨٥,٧١%	٣٠	٧١,٤٢%	٤٠	٨٥,٧١%	٥٠	٧١,٤٢%

ومن خلال دراسة جدول (٤)، يتبين تراوح

النسبة المئوية للعبارة ما بين (٢٨.٥٧%) إلى

الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع:

(١٠٠%)، وقد ارتضى الباحثان بالعبارة التي حصلت

- صدق الاختبارات:

نسبة مئوية قدرها (٧٠.٠٠%) فأكثر، حيث تم حذف

- الصدق: تم إيجاد صدق الاتساق الداخلي من خلال

عدد (٩) مفردات وهى:

معامل الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد

(٧)، (١٤)، (١٩)، (٢٢)، (٢٦)، (٣٣)، (٣٥)، (٣٧)،

الذى تمثله، ويوضح جدول (٥) قيم معاملات

(٤٨)، وبذلك بلغ العدد الإجمالى لمفردات المقياس بعد

الارتباط البسيط (ر).

استطلاع رأى السادة الخبراء (٤١) عبارة - ملحق (٤).

### جدول (٥)

#### قيم معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لأبعاد مقياس جودة الحياة النفسية لتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن=١٦)

رقم المفردة	قيمة (ر)	مستوى المعنوية	رقم المفردة	قيمة (ر)	مستوى المعنوية	رقم المفردة	قيمة (ر)	مستوى المعنوية	رقم المفردة	قيمة (ر)	مستوى المعنوية	رقم المفردة	قيمة (ر)	مستوى المعنوية
١	٠.٦٠١	٠.٠١٤	٢	٠.٦٦٨	٠.٠٠٥	٣	٠.٦٢٢	٠.٠١٠	٤	٠.٦٣٣	٠.٠٠٨	٥	٠.٥٢٣	٠.٠٣٨
٦	٠.٦٠٠	٠.٠١٤	٧	٠.٥٩٩	٠.٠١٤	٨	٠.٧١٩	٠.٠٠٠	٩	٠.٦٢٢	٠.٠١٠	١٠	٠.٤٦٧	٠.٠٦٨
١١	٠.٧٧١	٠.٠٠٠	١٢	٠.٥٠٧	٠.٠٤٥	١٣	٠.٧١٦	٠.٠٠٠	١٤	٠.٨٠٠	٠.٧٦٨	١٥	٠.٥٢٣	٠.٠٣٨
١٦	٠.٦٥٣	٠.٠٠٦	١٧	٠.٥٩٩	٠.٠١٤	١٨	٠.٥٠٧	٠.٠٤٥	١٩	٠.٦٣٣	٠.٠٠٨	٢٠	٠.٧١٤	٠.٠٠٠
٢١	٠.٥٤٢	٠.٠٣٠	٢٢	٠.٣٩٤	٠.١٣١	٢٣	٠.٥٦٩	٠.٠٢١	٢٤	٠.٧٥٣	٠.٠٠٠	٢٥	٠.٥٦٠	٠.٠٢٤
٢٥	٠.٦٥٣	٠.٠٠٦	٢٦	٠.٥٦٩	٠.٠٢١	٢٧	٠.١٣٧	٠.٦١٤	٢٨	٠.٦٢٢	٠.٠١٠	٢٩	٠.٦١٨	٠.٠١١
٣٠	٠.٥٤٢	٠.٠٣٠	٣١	٠.٥٢٧	٠.٠٣٦	٣٢	٠.٥٢٧	٠.٠٣٦	٣٣	٠.٧٢٠	٠.٠٠٠	٣٤	٠.٥٣٣	٠.٠٣٣
٣٥	٠.٧٠٣	٠.٠٠٠	٣٦	٠.٧٦٢	٠.٠٠٠	٣٧	٠.٣٤٨	٠.١٨٦	٣٨			٣٩	٠.٧٤٩	٠.٠٠٠
٤٠	٠.٧٦٦	٠.٠٠٠							٤٠			٤١	٠.٥٢٣	٠.٠٣٨

\* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٠.٤٩٧)

معنوية (٠.٠٥)، ما عدا مفردة رقم (٢٢) فى البعد

يتبين من جدول (٥)، وجود علاقة ارتباطية

الثانى (الإستقلالية)، ومفردة رقم (٢٧)، (٣٧) فى البعد

ذات دلالة إحصائية بين كل عبارة مع الدرجة الكلية

الثالث (الرضا عن الحياة)، ومفردة رقم (١٤) فى البعد

للبعد التى تنتمى إليه فى مقياس جودة الحياة النفسية

الرابع (النمو والتطور الشخصى)، ومفردة رقم (١٠)

للتلاميذ الصم وضعاف السمع حيث أن قيمة (ر)

فى البعد الخامس (التفاعل مع التغيرات الحياتية)؛ حيث

المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى

أن قيمة (ر) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (0.05)، مما يدل على صدق مقياس جودة الحياة النفسية لتلاميذ الصم وضعاف السمع.

### جدول (٦)

#### الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة النفسية لتلاميذ الصم

##### وضعاف السمع (ن=١٦)

م	الأبعاد	قيمة الارتباط (ر)	مستوى المعنوية
١	البعد الأول: تقبل الذات	*٠.٧١٧	٠.٠٠٢
٢	البعد الثاني: الإستقلالية	*٠.٧٤٤	٠.٠٠٠
٣	البعد الثالث: الرضاعن الحياة	*٠.٦٤١	٠.٠٠٧
٤	البعد الرابع: النمو والتطور الشخصي	*٠.٧٢٠	٠.٠٠٠
٥	البعد الخامس: التفاعل مع التغيرات الحياتية	*٠.٦٤٧	٠.٠٠٧

\* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = (0.497)

(0.744)؛ حيث إن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية، مما يدل على صدق المقياس.

- الثبات: تم حساب معامل الثبات بمعادلة ألفا كرونباخ، وذلك بالتطبيق على مجموعة الدراسة الإستطلاعية والبالغ عددهم (١٦) تلميذاً من نفس مجتمع البحث كما موضح بجدول (٧).

ومن خلال دراسة جدول (٦)، يتبين وجود ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مجموع البعد وبين المجموع الكلي للأبعاد بمقياس جودة الحياة النفسية لتلاميذ الصم وضعاف السمع، وذلك عند مستوى معنوية (0.05)؛ وتراوحت ما بين (0.641) إلى

### جدول (٧)

#### قيم الثبات لمقياس جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن=١٦)

م	الأبعاد	عدد المفردات	قيمة ثبات (ألفا)
١	البعد الأول: تقبل الذات	٩	*٠.٧٤١
٢	البعد الثاني: الإستقلالية	٨	*٠.٨٣٧
٣	البعد الثالث: الرضاعن الحياة	٨	*٠.٧١٥
٤	البعد الرابع: النمو والتطور الشخصي	٧	*٠.٧٥٤
٥	البعد الخامس: التفاعل مع التغيرات الحياتية	٩	*٠.٨١٣
	جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع	٤١	*٠.٨١٨

\* قيمة (ألفا) مرتفعة

## جدول (٨)

## أرقام عبارات مقياس جودة الحياة النفسية لتلاميذ الصم وضعاف السمع في صورة

## النهائية - ملحق - (٥).

م	البعد	أرقام العبارات الإيجابية	أرقام العبارات السالبة	المجموع
١	تقبل الذات	(٣٥/٣١/٢٢/١٩/١٤/١٠/١)	(٢٦/٦)	(٩)
٢	الاستقلالية	(٣٢/٢٧/٢٣/١١/٧/٢)	(١٥)	(٧)
٣	الرضا عن الحياة	(٢٨/١٦/١٢/٣)	(٢٠/٨)	(٦)
٤	النمو والتطور الشخصي	(٣٣/٢٩/٢٤/١٧/٩/٤)	—	(٦)
٥	التفاعل مع التغيرات الحياتية	(٣٦/٣٤/٢٥/١٨/١٣)	(٣٠/٢١/٥)	(٨)
المجموع	(٥)	(٢٨)	(٨)	(٣٦)

## مفتاح تصحيح مقياس جودة الحياة النفسية لتلاميذ

## الصم وضعاف السمع:

تم تحديد ميزان تقدير ثلاثي لتقدير الإستجابات لعينة الدراسة للتعبير عن أرائهم، وفقاً لمستويات تقدير على النحو التالي: (تنطبق دائماً) = (٣) درجات، (تنطبق أحياناً) = (٢) درجة، (لا تنطبق) = (١) درجة، بدرجات (١، ٢، ٣) للمفردات الإيجابية والعكس للمفردات السلبية، كما تشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع درجة الصفة التي يقسها المقياس أو البعد؛ حيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٣٦) درجة كحد أدنى إلى (١٠٨) درجة كحد أقصى.

ثانياً: مقياس جودة الحياة الإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع: (إعداد الباحثان)

في ضوء هدف البحث قام الباحثان ببناء مقياس جودة الحياة الإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع، متبعاً الخطوات التالية:

## تحديد الهدف من المقياس:

يهدف المقياس إلى قياس مستوى جودة الحياة الإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع، وذلك للتعرف على مدى تأثير ضعف السمع على إدراكهم لجودة الحياة الإجتماعية.

## تحديد الأبعاد المقترحة لبناء المقياس:

لتحديد الأبعاد المقترحة لبناء المقياس قام الباحثان بإجراء مسح شامل للمراجع العلمية والدراسات المرجعية مثل دراسة: { Ryff, C. (2008)(44)، (2010)(43) N.A. Ibrahim، عطية صالح عبد الرسول (٢٠١١م) (٢١)، خالد عبد الحميد عثمان (٢٠١٢م) (١١)، محمد مصطفى صالح (٢٠١٢م) (٢٧)، Badia M. (2013)(34)، بثينة محمد فاضل محمد (٢٠١٥م) (٥)، رقية محمد مهدى (٢٠١٦م) (١٦)، دارين عبد الفتاح خليفات (٢٠١٨م) (١٢)، قورارى بن على، والشيوخ صافى (٢٠١٨م) (٢٤)، الجوهره محمد الدوسرى (٢٠١٩م) (١)، حازم جاسم الدوسرى (٢٠٢١م) (٩) }، وذلك حتى يتسنى للباحثان تحديد الأبعاد المناسبة، وقد تم التوصل إلى خمسة أبعاد رئيسة لبناء المقياس وهم: (التقدير الإجتماعى، الإستقرار الإجتماعى، التفاعل الإجتماعى، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الإسهام الإجتماعى).

## عرض الأبعاد المقترحة على السادة المحكمين:

تم عرض الأبعاد المقترحة على مجموعة من المحكمين المختصين فى مجال علم النفس التربوى والرياضى وعددهم (٧) محكمين \* مرفق (١)-، وذلك للتأكد من مناسبتها لقياس جودة الحياة الإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع؛ حيث يطلب من

المحكمين وضع علامة (√) أمام البعد الموافق عليه،  
وكتابة المقترحات أسفل الجدول إن وجدت في حالة مرفق (٦) -.

### جدول (٩)

#### آراء الخبراء في أبعاد مقياس جودة الحياة الاجتماعية لتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن-٧)

م	البعد	موافق على البعد		غير موافق		موافق مع التعديل		النسبة المئوية
		العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	
١.	التقدير الاجتماعي	٦	(%٨٥.٧١)	١	(%١٤.٢٨)	-	٠	(%٨٥.٧١)
٢.	الإستقرار الاجتماعي	٢	(%٢٨.٥٧)	٥	(%٧١.٤٢)	-	٠	(%٢٨.٥٧)
٣.	التفاعل الاجتماعي	٧	(%١٠٠)	-	-	-	٠	(%١٠٠)
٤.	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	٤	(%٥٧.١٤)	٣	(%٤٢.٨٥)	-	٠	(%٥٧.١٤)
٥.	الإسهام الاجتماعي	٦	(%٨٥.٧١)	١	(%١٤.٢٨)	-	٠	(%٨٥.٧١)

بعد تحديد الأبعاد المتفق عليها من قبل المحكمين والتي بلغ عددها ثلاثة أبعاد، قام الباحثان بصياغة مجموعة من العبارات المقترحة لبناء المقياس، وبلغ عددها (٣٦) عبارة شاملة وموزعة على أبعاد المقياس بواقع (١٢) عبارات لكل بعد من أبعاد المقياس وذلك من خلال القراءات النظرية والدراسات المرجعية - وكذلك استرشادًا ببعض المقاييس النفسية والاجتماعية السابق ذكرها، واستطلاع آراء عدد (٧) محكمين في علم النفس التربوي والرياضي وذلك لإبداء الرأي حول الموافقة على وجود العبارة أو حذفها، الموافقة على صياغة العبارة أو تعديل صياغتها، أو ما يروونه مناسبًا لعبارات المقياس المقترحة - ملحق (٧).

يتضح من جدول (٩)، أن نسب موافقة السادة المحكمين على أبعاد المقياس تراوحت ما بين (٢٨.٥٧%) إلى (١٠٠%)، وبذلك تم حذف بعد (الإستقرار الاجتماعي) (العلاقات الإيجابية مع الآخرين)، وقد ارتضى الباحثان نسبة موافقة (٧٠%) فأكثر؛ حيث تم التوصل إلى ثلاثة أبعاد وهم: ملحق (-)

- البعد الأول: التفاعل الاجتماعي.
- البعد الثاني: الإسهام الاجتماعي.
- البعد الثالث: التقدير الاجتماعي.

وضع العبارات المقترحة حول كل بعد من أبعاد المقياس:

### جدول (١٠)

#### نسب موافقة آراء السادة المحكمين حول عبارات مقياس جودة الحياة الاجتماعية لتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن-٧)

البعد الثالث		البعد الثاني		البعد الأول	
م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %
١	٨٥,٧١%	١٣	١٠٠%	١	٨٥,٧١%
٢	١٠٠%	١٤	٢٨,٥٧%	٢	١٠٠%
٣	٥٧,١٤%	١٥	٨٥,٧١%	٣	٥٧,١٤%
٤	١٠٠%	١٦	٨٥,٧١%	٤	١٠٠%
٥	٧١,٤٢%	١٧	٥٧,١٤%	٥	٧١,٤٢%
٦	١٠٠%	١٨	٧١,٤٢%	٦	١٠٠%
٧	١٠٠%	١٩	٨٥,٧١%	٧	١٠٠%
٨	٧١,٤٢%	٢٠	٧١,٤٢%	٨	٧١,٤٢%
٩	٨٥,٧١%	٢١	١٠٠%	٩	٨٥,٧١%
١٠	٨٥,٧١%	٢٢	٤٢,٨٥%	١٠	٨٥,٧١%



البعد الثالث		البعد الثاني		البعد الأول	
م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %
١١	٨٥,٧١%	٢٣	١٠٠%	١١	١٠٠%
١٢	٨٥,٧١%	٢٤	٧١,٤٢%	١٢	٨٥,٧١%

المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لمقياس جودة الحياة الإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع:

- الصدق: تم إيجاد صدق الاتساق الداخلي من خلال معامل الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله، ويوضح جدول (١١) قيم معاملات الارتباط البسيط (ر).

ومن خلال دراسة جدول (١٠)، يتبين تراوح النسبة المنوية للعبارة ما بين (٢٨.٥٧%) إلى (١٠٠%)، وقد ارتضى الباحثان بالعبارة التي حصلت نسبة منوية قدرها (٧٠.٠٠%) فأكثر، حيث تم حذف عدد (٥) مفردات وهى: (٣)، (١٤)، (١٧)، (٢٢)، (٣٢)، وبذلك بلغ العدد الإجمالى لمفردات المقياس بعد استطلاع رأى السادة الخبراء (٣١) عبارة - ملحق (٨).

### جدول (١١)

#### قيم معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لأبعاد جودة الحياة الإجتماعية لتلاميذ الصم

##### وضعاف السمع (ن-١٦)

رقم المفردة	قيمة (ر)	مستوى المنوية	رقم المفردة	قيمة (ر)	مستوى المنوية	رقم المفردة	قيمة (ر)	مستوى المنوية
١	*.٥٢٨	٠.٣٦	٢	*.٥٠٧	٠.٤٥	٣	*.٥١٩	٠.٤٠
٤	*.٥٥٩	٠.٢٤	٥	*.٥١٤	٠.٤٢	٦	*.٧٨٠	٠.٠٠
٧	*.٧١٨	٠.٠٠	١٠	٠.٣٨٩	٠.١٣٧	٨	*.٦٩٩	٠.٠٠
٩	*.٦٧١	٠.٠٤	١٣	*.٥٠٨	٠.٤٤	١١	*.٤٥٧	٠.٧٥
١٢	*.٧١٢	٠.٠٢	١٦	*.٥٢٨	٠.٣٦	١٤	*.٦٤٢	٠.٠٧
١٥	*.٥٢٦	٠.٣٨	٢١	*.٥٥٦	٠.٢٨	١٧	*.٥٥٨	٠.٢٥
١٨	*.٦٩٦	٠.٠٣	٢٤	٠.٤٢٠	٠.١٠٥	١٩	*.٥٠٧	٠.٤٥
٢٠	*.٦٦٦	٠.٠٥	٢٧	*.٥١٩	٠.٤٠	٢٢	*.٥٨٢	٠.١٨
٢٣	*.٧٥٩	٠.٠٠	٣٠	*.٧١١	٠.٠٤	٢٥	*.٥٥٩	٠.٢٤
٢٦	*.٥٨٤	٠.١٧				٢٨	*.٧٧٨	٠.٠٠
٢٩	*.٥٥٤	٠.٢٦				٣١	*.٧٠١	٠.٠٠

\* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٠.٤٩٧)

(الإسهام الإجتماعى)، ومفردة رقم (١١) فى البعد الثالث (التقدير الإجتماعى)؛ حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥)، مما يدل على صدق مقياس جودة الحياة الإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع.

يتبين من جدول (١١)، وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين كل عبارة مع الدرجة الكلية للبعد التى تنتمى إليه؛ حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، ما عدا مفردة رقم (١٠)، (٢٤) فى البعد الثانى

### جدول (١٢)

#### الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الاجتماعية لتلاميذ الصم

#### وضعاى السمع (ن-١٦)

م	الأبعاد	قيمة الارتباط (ر)	مستوى المعنوية
١	البعد الأول: التفاعل الإجتماعى	*٠.٧٨٣	٠.٠٠٠
٢	البعد الثانى: الإسهام الإجتماعى	*٠.٥٢٦	٠.٠٣٨
٣	البعد الثالث: التقدير الإجتماعى	*٠.٥٨٢	٠.٠١٨

\* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٠.٤٩٧)

و(٠.٧٨٣)؛ حيث إن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية، مما يدل على صدق المقياس.

- الثبات: تم حساب معامل الثبات بمعادلة ألفا كرونباخ، وذلك بالتطبيق على مجموعة الدراسة الإستطلاعية والبالغ عددهم (١٦) تلميذاً من نفس مجتمع البحث كما موضح بجدول (١٣).

ومن خلال دراسة جدول (١٢)، يتبين وجود ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مجموع البعد وبين المجموع الكلى للأبعاد بمقياس جودة الحياة الاجتماعية لتلاميذ الصم وضعاف السمع، وذلك عند مستوى معنوية (٠.٠٥)؛ وتراوحت ما بين (٠.٥٢٦)

### جدول (١٣)

#### قيم الثبات لمقياس جودة الحياة الاجتماعية لتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن-١٦)

م	الأبعاد	عدد المفردات	قيمة ثبات (ألفا)
١	البعد الأول: التفاعل الإجتماعى	١١	*٠.٨٠١
٢	البعد الثانى: الإسهام الإجتماعى	٩	*٠.٧٦٠
٣	البعد الثالث: التقدير الإجتماعى	١١	*٠.٧٥٧
	جودة الحياة الاجتماعية لتلاميذ الصم وضعاف السمع	٣١	*٠.٧٥٨

\* قيمة (ألفا) مرتفعة

### جدول (١٤)

#### أرقام عبارات مقياس جودة الحياة الاجتماعية لتلاميذ الصم وضعاف السمع فى صورة نهائية -

#### ملحق - (٩).

م	البعد	أرقام العبارات الإيجابية	أرقام العبارات السالبة	المجموع
١	التفاعل الإجتماعى	(٢٦/٢٣/٢١/١٦/١٣/١٠/٧/٤/١)	(١٨/٩)	(١١)
٢	الإسهام الإجتماعى	(٢٧/٢٤/١٩/١١/٥/٢)	(١٤)	(٧)
٣	التقدير الإجتماعى	(٢٨/٢٥/٢٠/١٧/١٥/٨/٣)	(٢٢/١٢/٦)	(١٠)
	المجموع	(٢٢)	(٦)	(٢٨)

مفتاح تصحيح مقياس جودة الحياة النفسية لتلاميذ الصم وضعاف السمع:

(تنطبق أحياناً) = (٢) درجة، (لا تنطبق) = (١) درجة، بدرجات (١، ٢، ٣) للمفردات الإيجابية والعكس للمفردات السلبية، كما تشير الدرجة المرتفعة إلى

تم تحديد ميزان تقدير ثلاثى لتقدير الإستجابات لعينة الدراسة للتعبير عن أرائهم، وفقاً لمستويات تقدير على النحو التالى: (تنطبق دائماً) = (٣) درجات،

بجودة الحياة النفسية والاجتماعية وطرق تحسينها لديهم.

#### ٢- الأهداف المهارية:

- إكساب التلاميذ القدرة على أداء الألعاب الصغيرة والمهارات الحركية والأنشطة الترويحية الملائمة لخصائصهم وقدراتهم بنجاح، بما يساهم في تحسين مستوى جودة الحياة النفسية والاجتماعية لديهم.

#### ٣- الأهداف الإنفعالية:

- إكساب التلاميذ الثقة بالنفس بما يتيح لديهم القدرة على الاعتماد على النفس في المشاركة في العمل التعاوني مع الآخرين، مع الشعور بالمتعة والسرور والسعادة وفقاً للمظاهر السلوكية المقبولة من المجتمع.

الأسس العلمية لوضع البرنامج الترويحي الرياضي (المقترح) لعينة البحث:

- أن يتناسب محتوى البرنامج مع الهدف الذي وضع من أجله.

- أن تتماشى الألعاب الترويحية مع ميول واتجاهات وقدرات وخصائص عينة البحث.

- أن يشتمل محتوى البرنامج على (تمارينات إحماء، تمارينات تهدئة).

- أن يكون زمن الوحدة مناسباً لخصائص العينة (التلاميذ الصم وضعاف السمع).

- أن يتسم البرنامج بالمرونة بحيث يمكن التعديل في بعض أجزائه ومكوناته وفقاً للحالة البدنية والنفسية لعينة البحث.

ارتفاع درجة الصفة التي يقاسها المقياس أو البعد؛ حيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٢٨) درجة كحد أدنى إلى (٨٤) درجة كحد أقصى.

#### ÇáÈÑäÇãÌ ÇáÈÑæíí ÇãÑiÇÖi (ÇáãPÊÑÍ):

قام الباحثان بتصميم البرنامج الترويحي الرياضي المقترح من خلال الإطلاع على المراجع العلمية المتخصصة والدراسات المرجعية في البرامج الترويحية مثل: تهاني محمد عبد السلام (٢٠٠١م) (٨)، ومحمد الحامشي، وعائدة عبد العزيز (٢٠٠٦م) (٢٥)، Gayle (2006) (40) Kassing، وعظيمة صالح عبد الرسول (٢٠١١م) (٢١)، Behrens,c (2013) (35) وبشير حسام، وحملاوى عامر (٢٠١٤م) (٦)، ورقية محمد مهدى (٢٠١٦م) (٠)، Marie Michele, (2016) (42) وقورارى بن على، والشيخ صافى (٢٠١٨م) (٢٤)، ومحمود السيد إسماعيل (٢٠١٨م) (٢٨)، وأية الحسينى محمود (٢٠١٩م) (٣)، وحازم جاسم الدوسرى (٢٠٢١م) (٩)، ومحمد كمال السمودى وآخرون (٢٠٢١م) (٢٦)، كما راعى الباحثان أن تخضع خطوات تصميم البرنامج المقترح للأسس العلمية متبعاً في ذلك ما يلي:

#### :ãÏÝ ÇáÈÑäÇãÌ

يهدف البرنامج بما يشمله من ألعاب ترويحية موجهة لتحسين جودة الحياة النفسية والاجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع، وذلك من خلال الأغراض التالية:

#### ١- الأهداف المعرفية:

- إكساب التلاميذ الصم وضعاف السمع المعلومات والمعارف عن العادات السلوية

ويحتوى هذا الجزء على مجموعة من الألعاب الصغيرة والمسابقات الترويحية الرياضية التى تتسم بطابع المرح والسرور والسعادة، وتتفق مع هدف الوحدة والبرنامج وخصائص التلاميذ الصم وضعاف السمع بغرض تحسين مستوى جودة الحياة النفسية والاجتماعية لديهم، وتتراوح المدة الزمنية لهذا الجزء (٣٠) دقيقة.

- الجزء الختامى:

ويحتوى هذا الجزء على مجموعة من تمارين التنفس والإسترخاء، والمشى، والمرجات، والجري الخفيف) يشترك فيها جميع التلاميذ فى وقت واحد عقب الإنتهاء من تنفيذ الجزء الرئيسى للوحدة الترويحية، بغرض تهدئة الجسم والعودة به إلى حالته الطبيعية، وتتراوح المدة الزمنية لهذا الجزء (٥) دقيقة.

التوزيع الزمنى لمحتوى البرنامج:

قام الباحثان بتحديد الخطة الزمنية لتنفيذ وتطبيق البرنامج وذلك من خلال الإطلاع على المراجع المتخصصة والدراسات المرجعية فى البرامج الترويحية -السابق ذكرها- حيث اشتمل البرنامج الترويحي الرياضى على (١٠) أسابيع بواقع (٣) وحدات ترويحية أسبوعياً؛ وبلغ زمن الوحدة (٤٥) دقيقة وبهذا يكون إجمالى عدد الوحدات (٣٠) وحدة.

الإعداد الإدارى لأفراد العينة قبل تنفيذ الوحدة:

قام الباحثان بمراعاة بعض الاعتبارات الهامة قبل تنفيذ الوحدة اليومية والحرص على أداؤها فى مدة زمنية لا تزيد عن (٥) دقائق كما يلى:

- متابعة حضور أفراد عينة البحث.

- التأكد من توافر الأدوات اللازمة لتنفيذ وتطبيق الوحدة.

- مراعاة عوامل الأمن والسلامة حتى تكون أوجه الأنشطة المختارة مناسبة لمستوى الحالة الصحية للتلاميذ الصم وضعاف السمع.

- أن تكون الألعاب الترويحية جذابة ومشوقة وتخلق جو من المرح والسعادة والسرور، وذلك لرفع مستوى جودة الحياة النفسية والاجتماعية لأفراد عينة البحث.

الأدوات المستخدمة فى تنفيذ البرنامج المقترح:

قام الباحثان بإعداد بعض الأدوات المتاحة وعمل بعض الأدوات البديلة وتوفير ما يمكن من (أطواق، كرات مختلفة الأحجام، أحبال، بالونات، أقماع، صولجانات، أعلام مختلفة، كراسى خشبية، صناديق).

إجراءات تحديد وحدات البرنامج المقترح:

قام الباحثان بإعداد محتوى البرنامج الترويحي الرياضى الموجه للتلاميذ الصم وضعاف السمع - ملحق (١٠)، وتم عرضه على مجموعة من السادة الخبراء فى مجال الترويح الرياضى- ملحق (١) - وذلك لإبداء آرائهم فى مدى إمكانية تحقيق البرنامج لأهدافه ومناسبته للعينة.

أجزاء الوحدة الترويحية:

- الجزء التمهيدي:

ويحتوى هذا الجزء على مجموعة من التمارين يشترك فيها جميع التلاميذ فى وقت واحد قبل بدء تنفيذ الوحدة الترويحية الرياضية، وذلك بهدف إعداد التلاميذ وتهينتهم بدنياً ونفسياً لتقبل المجهود وبث الحماس للمشاركة الإيجابية الفعالة فى الألعاب والمسابقات الترويحية الرياضية، وتتراوح المدة الزمنية لهذا الجزء (١٠) دقيقة.

- الجزء الرئيسى:

الدراسة الأساسية وذلك فى الفترة ٢٠٢٢/١٠/٩م إلى ٢٠٢٢/١٢/١٨م لمدة (١٠) أسابيع بواقع (٣) وحدات أسبوعية، بينما اكتفت المجموعة الضابطة بتنفيذ برنامج ممارسة الأنشطة الرياضية التقليدية بمدسة الأمل للصم وضعاف السمع بالمنصورة التابعة لمحافظة الدقهلية.

القياس البعدى:

قام الباحثان بإجراء القياس البعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة فى متغيرى جودة الحياة النفسية النفسية بأبعادها (تقبل الذات، الإستقلالية، الرضا عن الحياة، النمو والتطور الشخصى، التفاعل مع التغيرات الحياتية)، وجودة الحياة الإجتماعية بأبعادها (التفاعل الإجتماعى، الإسهام الإجتماعى، التقدير الإجتماعى)، بنفس الترتيب والأسلوب الذى نفذت به القياسات القبليّة، وذلك فى (٢٠٢٢/١٢/٢٠م).

المعالجات الإحصائية:

تم إجراء المعاملات العلمية والمعالجات الإحصائية لبيانات البحث باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الإجتماعية (SPSS V.22)، كما يلى:

- المتوسط الحسابى. الانحراف المعيارى.

- الوسيط. معامل الإلتواء.

- معامل الارتباط البسيط. اختبار (ت).

معدل التغير (نسبة التحسن).

**عرض ومناقشة النتائج:**

- تواجد المساعدين قبل البدء فى تنفيذ وحدات البرنامج مع أفراد عينة البحث.

- التشجيع المعنوى وتقديم الدعم الإيجابى على أداء التلميذات فى الوحدة السابقة.

- تقديم عرض بسيط عن كيفية تنفيذ الوحدة، مع خلق جو من الألفة والمحبة بينهم.

**الدراسة الإستطلاعية:**

قام الباحثان بإجراء الدراسة الإستطلاعية فى الفترة من ٢٠٢٢/١٠/٣م، على عدد (١٦) تلميذ من المجتمع الأسمى للبحث وخارج عينة البحث الأساسية، بهدف إيجاد معاملات (الصدق- والثبات) لأدوات البحث المستخدمة.

القياس القبلى:

قام الباحثان بإجراء القياس القبلى للمجموعتين التجريبية والضابطة فى متغيرى جودة الحياة النفسية النفسية بأبعادها (تقبل الذات، الإستقلالية، الرضا عن الحياة، النمو والتطور الشخصى، التفاعل مع التغيرات الحياتية)، وجودة الحياة الإجتماعية بأبعادها (التفاعل الإجتماعى، الإسهام الإجتماعى، التقدير الإجتماعى)، وذلك فى (٢٠٢٢/١٠/٨م).

تطبيق البرنامج الترويحي الرياضى (الدراسة الأساسية):

بعد التأكد من استكمال كافة الإجراءات اللازمة لتنفيذ الدراسة الأساسية قام الباحثان بتطبيق البرنامج الترويحي الرياضى المقترح ملحق (١٠) - على عينة

### جدول (١٥)

#### دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى متغير جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن = ٢٠)

م	الأبعاد	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة ت	مستوى المعنوية	معدل التحسن
			ع	م	ع	م			
١	تقبل الذات	درجة	١٦.٣٠	١.٨٦٧	٢٣.٤٠	٠.٩٤٠	١٣.٧١٨	٠.٠٠٠	٤٣.٥٦
٢	الإستقلالية	درجة	١٣.٨٥	١.٤٩٦	١٩.٠٥	٠.٩٩٩	١٣.١٧٥	٠.٠٠٠	٣٧.٥٥
٣	الرضا عن الحياة	درجة	١٠.٧٥	١.١١٨	١٣.٦٠	٠.٩٤٠	٩.٤٥٢	٠.٠٠٠	٢٦.٥١
٤	النمو والتطور الشخصى	درجة	١٠.٨٠	١.٢٨١	١٤.٢٥	١.٧٤٣	٧.٢٩٧	٠.٠٠٠	٣١.٩٤
٥	التفاعل مع التغيرات الحياتية	درجة	١١.٢٥	١.٦٥٠	١٤.١٥	١.٣٨٧	٨.٣٥٣	٠.٠٠٠	٢٥.٧٨
	مقياس جودة الحياة النفسية	درجة	٦٢.٩٥	٣.٣٧٩	٨٤.٤٥	٢.٩٤٦	٢٢.٧٦٣	٠.٠٠٠	٣٤.١٥

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٢.٠٩٣)

الذات، الإستقلالية، الرضا عن الحياة، النمو والتطور الشخصى، التفاعل مع التغيرات الحياتية) لصالح القياس البعدى.

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى أبعاد جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع (تقبل

### جدول (١٦)

#### دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى متغير جودة الحياة الإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن = ٢٠)

م	الأبعاد	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة ت	مستوى المعنوية	معدل التحسن
			ع	م	ع	م			
١	التفاعل الإجتماعى	درجة	١٩.١٥	٢.٤٧٧	٢٦.٨٥	١.٦٦٣	١١.١٢٠	٠.٠٠٠	٤٠.٢١
٢	الإسهام الإجتماعى	درجة	١٢.٤٠	١.٤٢٩	١٥.٠٥	٢.٠١٢	٦.٣٣٢	٠.٠٠٠	٢١.٣٧
٣	التقدير الإجتماعى	درجة	١٧.١٥	١.٧٨٥	٢٣.٢٥	٢.١٢٤	١٠.٢٨٠	٠.٠٠٠	٣٥.٥٧
	مقياس جودة الحياة الإجتماعية	درجة	٤٨.٧٠	٢.٥٧٠	٦٥.١٥	٣.٤٨٣	١٦.٢١٨	٠.٠٠٠	٣٣.٧٨

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٢.٠٩٣)

بالتشوق والإثارة والسعادة والتي أدت إلى زيادة مفهوم الذات البدنية ومعرفة قدراتهم وخصائصهم الجسمية فتحسن الحالة المزاجية لديهم بالإضافة إلى الألعاب الترويحية والتي تساعد فى التخلص من التوتر والقلق وضغوط الحياة، مما ساهم فى إشباع حاجاتهم النفسية وإتاحة الفرصة لتكوين علاقات إجتماعية جديدة.

وتتفق هذه النتائج وفقاً لما أشار إليه كل من تهانى محمد عبد السلام (٢٠٠١م)، ومحمد الحماحمى، وعائدة عبد العزيز (٢٠٠٦م)، وطه عبد الرحيم

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى أبعاد جودة الحياة الإجتماعية (التفاعل الإجتماعى، الإسهام الإجتماعى، التقدير الإجتماعى) لصالح القياس البعدى.

ويرجع الباحثان التحسن فى أبعاد مقياسى جودة الحياة النفسية والإجتماعية لدى أفراد المجموعة التجريبية لفاعلية البرنامج الترويحى الرياضى والذى تضمن أنشطة وألعاب ترويحية متعددة ومتنوعة تتميز

ويضيف بشير حسام، وحملوى عامر (٢٠١٤م)، أن برامج وأنشطة الترويح الرياضى وسيلة ناجحة للترويح النفسى للفرد، فهو يكسبه خبرات تساعده على التمتع بالحياة وتحقيق الصحة النفسية وتنمية الثقة بالنفس، والتفائل، وتكوين صداقات للإرتقاء بالمستوى النفسى، كما تمنحه الشعور بالسعادة والرضا. (٦: ٦٢)

ويشير محمد كمال السمنودى وآخرون (٢٠٢١م)، أن مناشط الترويح تتميز بتعدد طبيعتها وأنواعها، وذلك حتى يتمكن من تحقيق القيم المتعددة للترويح كالترويح الرياضى. (٢٦: ٦٥)

وتؤكد نتائج دراسة كل من عطية صالح عبد الرسول (٢٠١١م)، (35) Behrens, c (2013)، بشير حسام، وحملوى عامر (٢٠١٤م)، رقية محمد مهدى (٢٠١٦م)، (42) Marie (2016) Michele, قورارى بن على، والشيوخ صافى (٢٠١٨م)، (٢٤)، محمود السيد إسماعيل (٢٠١٨م)، (٢٨)، وأية الحسينى محمود (٢٠١٩م)، (٣)، حازم جاسم الدوسرى (٢٠٢١م)، (٩)، على أهمية ممارسة البرامج الترويحية فى تحسين الجوانب المختلفة البدنية والصحية والنفسية والاجتماعية للممارسين لتلك الأنشطة.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول للبحث والذى ينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى جودة الحياة النفسية والاجتماعية لصالح القياس البعدى".

عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرض الثانى:

(٢٠٠٦م)، على أن ممارسة الأنشطة الترويحية توفر فرصة لتجربة خبرات جديدة لتأكيد الذات، وتنمية الثقة بالنفس، والتحكم فى الانفعالات للتخلص من الميول العدوانية ورفع مستوى الصحة العقلية، كما لها تأثيرها الإجماعى على تنمية القيم الإجتماعية المرغوبة كالتعاون واحترام الغير وتكوين علاقات وصداقات إجتماعية مع الآخرين، والشعور بالولاء والإلتزام للجماعة، وتنمية القدرة على التفاهم مع الآخرين. (٢٠: ٢٥)(٣٨: ١٨)(٢٦: ٨)

وهذا ما يؤكد (Gayle Kassing 2006)، أن الترويح الرياضى يعد من أفضل الأسلحة التى يمتلكها المجتمع لمقاومة المشكلات الإجتماعية، وإزالة ما يعانيه من أعباء نفسية وذهنية وتدعيم العلاقات الإنسانية والإجتماعية بما يحسن إحساس الفرد بجودة الحياة النفسية. (٤٠: ١٦٢)

وتشير كلاً من هدى حسن محمود، وماهر حسن محمود (٢٠٠٨م)، على أن أهم التأثيرات النفسية والاجتماعية لممارسة النشاط الترويحي إشباع الميول والدوافع وتحقيق السعادة والسرور وتنمية الثقة بالنفس والتحرر من الخوف والشعور بالأمان وتنمية الصحة الإنفعالية للفرد المعاق وإعادة توازنه النفسى وصولاً لتكيفه مع مجتمعه. (٣٣: ٣٠)

وهذا ما أشار إليه Behrens, c (٢٠١٣م)، على أهمية البرامج الترويحية فى تنمية وتطوير شخصية الفرد ككل وخلق روح التآلف وتوحيد الاتجاه بما يرفع مستوى الفرد فى كافة النواحي باعتبار أن الفرد العنصر الهام والأساس بالنسبة لهذا البرنامج. (٣٥: ١٩)

### جدول (١٧)

#### دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغير جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن = ٢٠)

م	الأبعاد	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت	مستوى المعنوية	معدل التحسن
			ع	م	ع	م			
١	تقبل الذات	درجة	١٦.٠٥	١٩.٢٥	٠.٧١٦	٦.٦٨٠	٠.٠٠٠	١٩.٩٤	
٢	الإستقلالية	درجة	١٣.٦٠	١٥.٢٠	٠.٨٩٤	٣.٨٧٥	٠.٠٠١	١١.٧٦	
٣	الرضاعن الحياة	درجة	١٠.٩٠	١١.١٥	١.٢٢٦	٠.٧٥٤	٠.٤٦٠	٢.٢٩	
٤	النمو والتطور الشخصي	درجة	١١.٠٠	١٢.١٥	٠.٧٤٥	٥.٢٠٥	٠.٠٠٠	١٠.٤٥	
٥	التفاعل مع التغيرات الحياتية	درجة	١١.٤٥	١٢.٠٥	٠.٨٢٦	١.٥٢٥	٠.١٤٤	٥.٢٤	
	مقياس جودة الحياة النفسية	درجة	٦٣.٠٠	٦٩.٨٠	٢.٠٤٢	٩.٣٩٢	٠.٠٠٠	١٠.٧٩	

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٢.٠٩٣)

الذات، الإستقلالية، الرضا عن الحياة، النمو والتطور الشخصي، التفاعل مع التغيرات الحياتية) لصالح القياس البعدي.

يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في أبعاد جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع (تقبل

### جدول (١٨)

#### دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغير جودة الحياة الإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن = ٢٠)

م	الأبعاد	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت	مستوى المعنوية	معدل التحسن
			ع	م	ع	م			
١.	التفاعل الإجتماعي	درجة	١٩.٣٠	٢٢.٧٥	١.٠٢٠	٥.٩٢٢	٠.٠٠٠	١٧.٨٨	
٢.	الإسهام الإجتماعي	درجة	١٢.٦٠	١٣.٢٠	١.٢٤٠	١.٥٨٠	٠.١٣١	٤.٧٦	
٣.	التقدير الإجتماعي	درجة	١٧.٣٠	٢٠.٧٠	١.١٢٩	٥.٩٣٣	٠.٠٠٠	١٩.٦٥	
	مقياس جودة الحياة الإجتماعية	درجة	٤٩.٢٠	٥٦.٦٥	١.٧٨٥	٨.٨٨٩	٠.٠٠٠	١٥.١٤	

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٢.٠٩٣)

والذى اشتمل على تدريبات (المشى، والجرى، والتمرينات السويدية) المناسبة لحالتهم الصحية دون ادخال أى تعديل على البرنامج التقليدى.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثانى للبحث والذى ينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في جودة الحياة النفسية والإجتماعية لصالح القياس البعدي".

يتضح من جدول (١٨) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أبعاد جودة الحياة الإجتماعية (التفاعل الإجتماعي، الإسهام الإجتماعي، التقدير الإجتماعي) لصالح القياس البعدي.

ويرجع الباحثان نتائج جدول (١٧)(١٨)، إلى أن أفراد المجموعة الضابطة خضعوا لتطبيق برنامج ممارسة الأنشطة الرياضية التقليدية بمدرسة الأمل بالمنصورة للصم وضعاف السمع بمحافظة الدقهلية،



## جدول (١٩)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن=٢٠-٢٠)

م	الأبعاد	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت	مستوى المعنوية
			ع	م	ع	م		
١.	تقبل الذات	درجة	٢٣.٤٠	٠.٩٤٠	١٩.٢٥	٠.٧١٦	١٥.٧٠٠	٠.٠٠٠
٢.	الإستقلالية	درجة	١٩.٠٥	٠.٩٩٩	١٥.٢٠	٠.٨٩٤	١٢.٨٤٣	٠.٠٠٠
٣.	الرضاعن الحياة	درجة	١٣.٦٠	٠.٩٤٠	١١.١٥	١.٢٢٦	٧.٠٩٢	٠.٠٠٠
٤.	النمو والتطور الشخصي	درجة	١٤.٢٥	١.٧٤٣	١٢.١٥	٠.٧٤٥	٤.٩٥٣	٠.٠٠٠
٥.	التفاعل مع التغيرات الحياتية	درجة	١٤.١٥	١.٣٨٧	١٢.٠٥	٠.٨٢٦	٥.٨١٨	٠.٠٠٠
٠.٠٠٠	مقياس جودة الحياة النفسية	درجة	٨٤.٤٥	٢.٩٤٦	٦٩.٨٠	٢.٠٤٢	١٨.٢٧٧	٠.٠٠٠

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٢.٠٢١)

تقبل الذات، الإستقلالية، الرضا عن الحياة، النمو والتطور الشخصي، التفاعل مع التغيرات الحياتية لصالح المجموعة التجريبية.

يتضح من جدول (١٩) وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في أبعاد جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع

## جدول (٢٠)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغير جودة الحياة الإجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع (ن=٢٠-٢٠)

م	الأبعاد	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت	مستوى المعنوية
			ع	م	ع	م		
١.	التفاعل الإجتماعي	درجة	٢٦.٨٥	١.٦٦٣	٢٢.٧٥	١.٠٢٠	٩.٤٠٠	٠.٠٠٠
٢.	الإسهام الإجتماعي	درجة	١٥.٠٥	٢.٠١٢	١٣.٢٠	١.٢٤٠	٣.٥٠٠	٠.٠٠١
٣.	التقدير الإجتماعي	درجة	٢٣.٢٥	٢.١٢٤	٢٠.٧٠	١.١٢٩	٤.٧٤١	٠.٠٠٠
٠.٠٠٠	مقياس جودة الحياة الإجتماعية	درجة	٦٥.١٥	٣.٤٨٣	٥٦.٦٥	١.٧٨٥	٩.٧١٢	٠.٠٠٠

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٢.٠٢١)

المجموعة التجريبية، وذلك لفاعلية البرنامج التروحي الرياضي والمطبق على أفراد المجموعة التجريبية والذي تضمن أنشطة وألعاب تروحية متعددة ومتنوعة تتميز بالتشويق والإثارة والسعادة والتي أدت إلى زيادة مفهوم الذات البدنية لمعرفة قدراتهم وخصائصهم فتحسن الحالة المزاجية، بالإضافة إلى الألعاب التروحية والتي تساعد في التخلص من التوتر والقلق وضغوط الحياة، مما ساهم في إشباع حاجاتهم النفسية وإتاحة الفرصة لتكوين علاقات إجتماعية جديدة.

يتضح من جدول (٢٠) وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في أبعاد جودة الحياة الإجتماعية (التفاعل الإجتماعي، الإسهام الإجتماعي، التقدير الإجتماعي) لصالح المجموعة التجريبية.

ويرجع الباحثان دلالة الفروق في القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في أبعاد مقياسي جودة الحياة النفسية والإجتماعية لصالح أفراد

الفرد وتشكيل وتنمية الشخصية المتكاملة للفرد.  
(٥ : ١٤٥)

كما تعد جودة الحياة النفسية والاجتماعية أحد الأبعاد الهامة لجودة الحياة العامة والتي أشار إليها كل من (Stewart-Brown, S (2000)، (Tokuda, Y. et. (2008)، (Biswas-Diener, R. Donnellan, c. Hevey. 'Ryff, C (2008)، (al (2012) et.al، ونهال حمدان حميد الهاشمي (٢٠٢١م)، بأنها تتمثل في الحالة العامة التي يشعر بها الفرد ويعتقد من خلالها بأن حياته تسير على ما يرام، ويتحدد ذلك من خلال قدرته على تنمية طاقاته النفسية والاجتماعية القائمة على الأمل والشعور بالتفاؤل والسعادة والإنجاز وتقبل الذات، واستقلاليته في تحديد مسار حياته، والسعى إلى تكوين علاقات اجتماعية ناجحة ومتبادلة مع الآخرين والنصيحة من أجل رفاهية المجتمع. (٤٦ : ٢٧٦) (٣٦ : ١٨٨) (٤٨ : ٣٩) (٤٤ : ٩٢) (٣٩ : ٥٤٢) (٣٢ : ٣)

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من عطية صالح عبد الرسول (٢٠١١م)، (35) (2013) Behrens, c، بشير حسام، وحملاوى عامر (٢٠١٤م)، (٦) رقية محمد مهدى (٢٠١٦م)، (42) (2016) Marie Michele، قورارى بن على، والشيوخ صافى (٢٠١٨م)، (٢٤) محمود السيد إسماعيل (٢٠١٨م)، (٢٨) وأية الحسينى محمود (٢٠١٩م)، (٣) حازم جاسم الدوسرى (٢٠٢١م)، (٩) على أهمية ممارسة البرامج الترويحية فى تحسين الجوانب المختلفة البدنية والصحية والنفسية والاجتماعية للممارسين لتلك الأنشطة.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث للبحث والذي ينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين البعدين للمجموعتين التجريبيّة

كما أن أفراد المجموعة الضابطة خضعوا لتطبيق برنامج ممارسة الأنشطة الرياضية التقليدية بمدرسة الأمل بالمنصورة للصم وضعاف السمع بالمرحلة الإعدادية بمحافضة الدقهلية، والذي اشتمل على تدريبات (المشى، والجرى، والتمرينات السويدية) المناسبة لحالتهم الصحية دون ادخال أى تعديل على البرنامج التقليدى.

وهذا؛ ما يكفله الدستور المصرى (٢٠١٤م)، على منح كافة الحقوق والواجبات تجاه الأشخاص ذوى الإعاقة، وتنص المادة (٨١) على أنه "تلتزم الدولة بضمان حقوق الأشخاص ذوى الإعاقة والأقزام صحياً، تعليمياً إقتصادياً، إجتماعياً، ثقافياً، ترفيهياً، رياضياً، وتهينة البيئة المحيطة بهم لممارستهم لجميع الحقوق السياسية ودمجهم مع غيرهم من المواطنين إعمالاً لمبادئ المساواة والعدالة وتكافؤ الفرص" (١٤).

كما توضح كل من شيماء حسن الليثى، وفاطمة فوزى عبد الرحمن (٢٠٠٨م)، أن برامج الترويج الرياضى تحتل مكانة الصدارة مما رأى علماء النفس والترويج والباحثين فى مجال الإعاقة لوضع مجموعة من الأسس النفسية والتي منها ضرورة محاولة إدماج المعاق فى المجتمع حتى لا يشعر بالوحدة والعزلة وإعطاءه الثقة فى نفسه وخلق الظروف التى تدفعهم إلى المشاركة فى البرامج المختلفة والمتنوعة المقدمة إليهم. (١٧ : ٤٢)

وتوضح بثينة محمد فاضل (٢٠١٥م)، أن برامج الترويج الرياضى لها تأثير إيجابى فى تنمية وتعديل أنماط السلوك وشخصية الأفراد وتكوين علاقات الصداقة والإدراك الإجتماعى فيما بينهم، كما تتيح الفرصة للتعرف على قدراتهم واستعداداتهم لكيفية التفاعل الطبيعى والإنتماء الجماعى والإرتقاء بسلوك

- تطبيق البرنامج الترويحي الرياضى المقترح على التلاميذ الصم وضعاف السمع لما له من تأثير فعال فى رفع مستوى جودة الحياة النفسية والاجتماعية.

- اشراك المعاقين قدر الامكان فى ممارسة الأنشطة الترويحية بأنواعها المختلفة لما لها من دور فى تخفيف الأمراض النفسية السلبية.

#### أولاً: المراجع باللغة العربية:

الجوهرة محمد الدوسرى: فاعلية برنامج قائم على تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى الفتيات الصم بالمدراس الابتدائية فى تعديل اتجاهين نحو الدمج مع العاديين، دراسات فى التعليم الجامعى، المجلد (٤٢)، العدد (١)، ٢٠١٩م.

أمل حسن إبراهيم محمد: الصدق البنائى لمقياس جودة الحياة النفسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الإسماعيلية، مجلة كلية التربية، جامعة قناة السويس، ٢٠١٧م.

أية الحسينى محمود: تأثير برنامج ترويحي مقترح على تحسين بعض المهارات الحركية لتلاميذ الصم والبكم فى محافظة بنى سويف، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية، المجلد (٢)، العدد (٤)، كلية التربية الرياضية، جامعة بنى سويف، ٢٠١٩م.

إيهاب الببلاوى، وياسر أحمد: التقنيات التعليمية المساعدة لذوى الإحتياجات الخاصة، دار الزهراء للنشر، الرياض، ٢٠١٤م.

بثينة محمد فاضل محمد: الرياضة للترويح وجودة الحياة، مجلة الأمن والحياة، المجلد (٣٤)،

والضابطة فى جودة الحياة النفسية والاجتماعية لصالح المجموعة التجريبية".

#### الاستخلاصات:

فى حدود هدف وفروض البحث والنتائج التى تم التوصل إليها، استخلص الباحثان ما يلى:

- التوصل إلى أداة بحث مقننة لقياس مستوى جودة الحياة النفسية والاجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع.

- البرنامج الترويحي الرياضى المقترح له تأثير ايجابى دال احصائياً على جودة الحياة النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع بأبعدها (تقبل الذات، الإستقلالية، الرضا عن الحياة، النمو والتطور الشخصى، التفاعل مع التغيرات الحياتية) للمجموعة التجريبية.

- البرنامج الترويحي الرياضى المقترح له تأثير ايجابى دال احصائياً على جودة الحياة الاجتماعية للتلاميذ الصم وضعاف السمع بأبعدها (التفاعل الاجتماعى، الإسهام الاجتماعى، التقدير الاجتماعى) للمجموعة التجريبية.

- فاعلية البرنامج الترويحي الرياضى الموجه فى تحسين مستوى جودة الحياة النفسية والاجتماعية مقارنة ببرنامج ممارسة الأنشطة الرياضية التقليدية المتبع على المجموعة الضابطة.

#### التوصيات:

فى ضوء النتائج التى تم التوصل إليها، يوصى الباحثان بما يلى:

خالد عبد الحميد عثمان: فاعلية برنامج ترويحى رياضى على تنمية المهارات الحركية الرياضية والمهارات الاجتماعية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، المجلد (١٨)، العدد (٤)، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠١٢م.

دارين عبد الفتاح خليفات: ثقافة مجتمع الصم الراشدين ودورها فى تعليمهم وعملهم وحياتهم الاجتماعية، رسالة دكتوراة، الجامعة الأردنية، الأردن، ٢٠١٨م.

دانييل هالاهان، وجيمس كوفمان: سيكولوجية الأطفال غير العادين وتعليمهم "مقدمة فى التربية الخاصة"، دار الفكر العربى للنشر والتوزيع، الأردن، عمان، ٢٠٠٨م.

دستور جمهورية مصر العربية المعدل: (٢٠١٤م).  
المؤرخ فى (١٨/٠١/٢٠١٤م)، الجريدة الرسمية، العدد (٣) مكرر (أ) لسنة (٢٠١٤م)، تم الاسترداد بتاريخ (٢٩/٠٩/٢٠٢١م)، من:

[https://www.egypt.gov.eg/arabic/laws/download/Constitution\\_2014.pdf](https://www.egypt.gov.eg/arabic/laws/download/Constitution_2014.pdf)

رضا عبد الحميد عامر: أثر برنامج ترويح رياضى على جودة الحياة لدى الكفيفات بمحافظة بور سعيد، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، المجلد (٢)، العدد (٤٠)، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠١٥م.

رقية محمد مهدى: تأثير برنامج ترويحى على تنمية المهارات الاجتماعية للصم والبكم بمحافظة المنوفية، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية، جامعة مدينة السادات، ٢٠١٦م.

العدد (٣٩٧)، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، ٢٠١٥م.

بشير حسام، وحملوى عامر: أهمية ممارسة النشاط الرياضى الترويحى فى تحقيق الصحة النفسية للمعاق حركيا، مجلة علوم الرياضة، المجلد (٧)، العدد (٢٠)، جامعة العربى بن مهيدى، الجزائر، ٢٠١٤م.

بلقاسم بن عبد الرحمن، ومحمد زواق: دور النشاط البدنى الرياضى الترويحى المكيف فى تعزيز مفهوم الذات لدى صغار الصم والبكم "دراسة ميدانية" لمدسة الأطفال المعاقين سمعيا بولاية المسيلة، مجلة الإبداع الرياضى، المجلد (١٠)، العدد (١)، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد بوضياف، المسيلة، ٢٠١٩م.

تهانى محمد عبد السلام: الترويح والتربية الترويحية، دار الفكر العربى، القاهرة، ٢٠٠١م.

حازم جاسم الدوسرى: تأثير برنامج ترويحى مقترح فى تنمية بعض المهارات الحياتية والحركية للأطفال من ذوى الإحتياجات الخاصة ذوى الإعاقة الذهنية القابلين للتعلم، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، المجلد (٣١)، العدد (٣)، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة البصرة، ٢٠٢١م.

حنان عبد الناصر جمال الدين: تأثير برنامج ترويحى باستخدام الألعاب الصغيرة لتحسين معنى الحياة لمرضى الفصام، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، المجلد (١)، العدد (٥٦)، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٢٢م.

قورارى بن على، والشيخ صافى: أثر برنامج ترويحى رياضى مقترح على بعض المهارات الاجتماعية لدى المعاقين سمعياً، المجلة العلمية لعلوم وتكنولوجيا النشاطات البدنية والرياضة، المجلد (١٥)، العدد (٢)، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم، الجزائر ٢٠١٨م.

محمد الحماحمى، وعائدة عبد العزيز: الترويح بين النظرية والتطبيق، ط ٣، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠٦م.

محمد كمال السمندى وآخرون: التربية الترويحية، مكتبة الإيمان، المنصورة، ٢٠٢١م.

محمد مصطفى صالح: تأثير برنامج ترويحى رياضى على مستوى مهارات التفاعل الاجتماعى لدى أطفال التوحيدين، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بور سعيد، ٢٠١٢م.

محمود السيد إسماعيل: برنامج ترويحى رياضى لتحسين النواحي النفسية والاجتماعية لتلاميذ التربية الفكرية بمحافظة كفر الشيخ، مجلة كلية التربية، المجلد (١٨)، العدد (٢)، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، ٢٠١٨م.

مراد رحلى: دور النشاط البدنى الرياضى الترويحى فى تنمية بعض مؤشرات السلوك التوافقى الذكاء التوافقى الحركى للمتخلفين عقلياً القابلين عقلياً للتعلم، مجلة الإبداع الرياضى، العدد (١٩)، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد بوضياف المسيلة، الجزائر، ٢٠١٦م.

مسعودى أمحمد: جودة الحياة النفسية، مجلة رواد الدراسات والأبحاث العلمية فى العلوم الاجتماعية

شيماء حسن الليثى، وفاطمة فوزى عبد الرحمن: فعالية برنامج تعليمى ترويحى للمهارات الأساسية للسياحة لعلاج إجهام الأطفال عن التعلم من (٦-٩) سنوات، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٨م.

طه عبد الرحيم: مدخل إلى الترويح، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ٢٠٠٦م.

عبد العزيز السرطاوى وآخرون: جودة الحياة لدى الأشخاص ذوى الإعاقة وغير ذوى الإعاقة فى دولة الإمارات العربية المتحدة، المجلة الدولية للأبحاث التربوية، العدد (٣٦)، جامعة الإمارات العربية المتحدة، الإمارات العربية المتحدة، ٢٠١٤م.

عبد المطلب أمين القريطى: ذوو الإعاقة السمعية "تعريفهم، خصائصهم، تأهيلهم"، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠١٤م.

عطية صالح عبد الرسول: تأثير برنامج ترويحى رياضى مقترح على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية والخصائص الاجتماعية للتلاميذ المعاقين سمعياً بشعبية بنغازى، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية والرياضة، جامعة الفاتح لبيبا، ٢٠١١م.

عمر مصطفى النعاس، والسيد مصطفى السنباطى: الأنشطة الثقافية والترفيهية والرياضية وعلاقتها بجودة الحياة المدرسية، المجلة العلمية لكلية التربية، المجلد (٥)، العدد (١٣)، كلية التربية، جامعة مصراته، ٢٠١٩م.

فؤاد بن غضبان: جودة الحياة، الدار المنهجية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ٢٠١٥م.

- curriculum, doctoral dissertation, 2013.
3. Biswas-Diener, R. & Diener, E: The subjective well-being of the homeless, and lessons for happiness, Social Indicators Research, 76 (2), 185-205, 2006.
4. Cushing, C : Validation of a Measure of Weight-Related Quality of Life in a Community Sample of Normal Weight, Over weight, and Obese 4th and 5th Grade Students. Ph.D. University of Kansas, 2011.
5. David Galloway: School pupils and special educational needs, London, Routledge, 2017.
6. Donnellan, c. Hevey, D. Hickey, A & neill, D.: Adaption to stroke using a model of successful aging, neuro psychology & cognition, 19.(4), 530-547, 2012.
7. Gayle Kassing: Introduction to Recreation and Leisure, Congress Cataloging-Publication Data, Human Kinetics, 2006.
8. Klassen, A., Miller. A& Fine, s: Health Related Quality of life in children and Adolescents who have
- والإنسانية، المجلد(١)، العدد(١)، المركز الجامعى، ٢٠١٧م.
- مصطفى حسن أحمد: أثر توظيف الألعاب التنافسية الرقمية فى تنمية مهارات استخدام الحاسب الآلى ومستوى الرضا لدى التلاميذ الصم وضعاف السمع بالمرحلة الابتدائية، رسالة دكتوراة، كلية التربية النوعية بقنا، جامعة جنوب الوادى، ٢٠١٩م.
- نهال حمدان حميد الهاشمى: فاعلية برنامج إرشادى عقلائى انفعالى سلوكى فى تحسين مستوى جودة الحياة النفسية لدى المعلمات المغتربات، مجلة مؤتة للبحوث والدراسات، المجلد(٣٦)، العدد(١)، سلسلة العلوم العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مؤتة، ٢٠٢١م
- هدى حسن محمود، وماهر حسن محمود: الترويج وأهميته فى التوافق النفسى والاجتماعى لمتحدى الإعاقة، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ٢٠٠٨م.
- ثانياً: المراجع باللغة الإنجليزية:
1. Badia M., Orgaz, B., Verdugo M., & Ullán A: Patterns and Determinants of Leisure Participation of Youth and Adults with Developmental Disabilities, Journal of Intellectual Disability Research, Vol.(57), No.(4), pp:(319-332), 2013.
2. Behrens,c: nature and outdoor recreation after-school program

12. Saklofske, D., Austin, E: Relationships of personality, affect, emotional intelligence and coping with student stress and academic success: Different patterns of association for stress and success. Learning and Individual Differences, 22 (2), 251 – 257, 2012.
13. Stewart-Brown, S: Parenting well-being, health and disease. In Buchanan, A., & Hudson, B.(eds). Promoting Children's Emotional Wellbeing. Oxford: Oxford University press, 2000.
14. Tidmore, L.: Effectiveness of a blended learning social skills intervention on high school students identified as at-risk for emotional and behavioral disorders. hD. Dissertation, Southeastern University, USA, 2018.
15. Tokuda, Y., Jimba, M., Yanai, H: Interpersonal Trust And Quality Of Life .Across Sectional Study In Japan. plos one. 2008.
- adiagnosis of Attention deficit hyper activity disorder. Pediatrics, 2004.
9. Marie Michele, D., Hélène C: Young people with disabilities: the influence of leisure experiences on family dynamics, Annals of Leisure Research, Special Issue on Children, Families and Leisure, Vol.(19), No.(4), pp:(405- 423), 2016.
10. N.A. Ibrahim, N Abuzaid Ali: Impact of the recreation of sport on some social skills and behavioral manifestation in a sample of Autistic children, world journal of sport: Dictionany of psychiatry and clinical psychopathology, paris, larouss bordas, 2010.
11. Ryff, C.; Love, G: Psychological well-being and being: Do they have distinct or mirrored biological correlates. Journal of Psychotherapy & Psychosomatics. Vol. 75, No. 1, PP. 85-95, 2008.

## *ABSTRACT*

### *The effect of a targeted recreational sports program on the psychological and social quality of life for deaf and hard-of-hearing students in Dakahlia Governorate*

**Dr. Mohamed El- Sayed Khamis**

Assistant Professor, Department of Sports Recreation  
- Faculty of Physical Education - Mansoura  
University

**Dr. Mustafa Mohamed Amin Al-Ashqar**

Assistant Professor, Department of Sports  
Psychology - Faculty of Physical Education -  
Mansoura University

The research aims to identify the effect of a directed sports recreational program on the quality of psychological and social life for students who are deaf and hard of hearing in Dakahlia Governorate. (56) students, and they were divided into two groups, one experimental and the other control, the strength of each group was (20) individuals, in addition to the number (15) individuals as an exploratory sample, and among the data collection tools (the proposed recreational and sports program, the measure of the quality of psychological life, and the measure of the quality of social life for students Deaf and hard of hearing - prepared by the researchers).

One of the most important findings of the study is that the recreational sports program has a statistically significant positive effect on the level of the quality of psychological life, and the quality of social life for deaf and hard-of-hearing students in its various dimensions.

The researchers also recommend the need to involve the disabled as much as possible in the practice of recreational activities of various kinds because of their role in alleviating negative mental illnesses.