فاعلية برنامج إرشادي لتحسين مستوي جودة الحياة وعلاقته بتحسين مفهوم الذات لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم

د. عبير طوسون أحمد

أستاذ مساعد بكلية التربية بالجبيل جامعة الأمام عبدالرحمن بن فيصل

مستخلص الدراسة :

الأطفال هم طاقة الأمة النابض، ويقع عبء تشكيل شخصية الأطفال على عاتق الأسرة و المدرسة و الهيئات و المنظمات التعليمية و التربوية و الصحية، و في ضوء تضافر جهود الجميع يتم توفير التنشئة الاجتماعية السليمة، و المناخ الأسري الهادئ و البرامج التعليمية والصحية الهادفة، مما يؤدي إلى تشكيل الشخصية بصورة متزنة و فعالة، وأن تحقيق تقدير الذات بالنسبة للإنسان وجودة حياته ضرورة لكل فرد، ليعيش حياة يتحقق فيها التوازن الانفعالي والنفسي والصحة النفسية،ويستشعر التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بنقص تقدير الذات وذلك نظراً لما يعانونه من انخفاض بمستوي التحصيل الأكاديمي، وهذا الشعور السلبي ينعكس بصورة أو بأخرى على كثير من جوانب شخصياتهم، وقد يكون سبباً في حدوث بعض الاضطرابات النفسية بمرحلة الرشد، وعلية فقد سعت الدراسة الحلية إلي قياس مدي فعالية برنامج لتحقيق جودة الحياة ورفع مستوي مفهوم الذات لدي التلميذات ذوي صعوبات التعلم وأسفرت النتائج عن فعالية البرنامج الإرشادي في رفع مستوي مفهوم الذات، وجودة الحياة لدي التلميذات بصورة داله .

Abstract

Children are the nation's pulsating energy. The burden of shaping the children's personality falls on the family, school, educational, educational and health organizations and organizations, and in light of the concerted efforts of all, healthy socialization, a calm family environment and targeted educational and health programs are provided. To shape the character in a balanced and effective.

And that the achievement of self-esteem for the human being and the quality of his life is a necessity for everyone, to live a life in which emotional balance is achieved, psychological and mental health, and students with learning disabilities suffer from a lack of self-esteem due to their low academic achievement. This negative feeling is reflected in one way or another on many And may be the cause of some mental disorders in adulthood, the study sought to measure the extent of the effectiveness of the program to achieve quality of life and raise the level of self-concept of students with learning disabilities and results resulted in the effectiveness of the program guidance in Raising the level of self-concept, and the quality of life I have students in a function

مقدمة :

يرجع ظهور مصطلح جودة الحياة إلي العصر اليوناني وأول من أستخدمه أرسطو في كتاب الأخلاق، إلا أنه لم يرق إلي الاهتمام إلا في بداية القرن الحالي مع ظهور علم النفس الايجابي، ولقد كان لعلم النفس السبق في فهم وتحديد المتغيرات المؤثرة على جودة حياة الإنسان.

الجودة، هي انعكاس للمستوى النفسي ونوعيته، وإن ما بلغه الإنسان اليوم من مقومات الرقي والتحضر، تعكس بلا شك مستوى معين من جودة الحياة. وهكذا فإن الجودة هي هدف جميع المكونات النفسية، ويقصد بجودة الحياة بشكل عام: جودة خصائص الإنسان من حيث تكوينه الجسمي والنفسي والمعرفي، ودرجة توافقه مع ذاته ومع الآخرين (كاظم، ٢٠٠٦) .

يسعى الإنسان للحصول على السعادة من خلال إشباع جميع حاجاته، دون التعرض لعقبات تحول بينه وبين ذلك ويتطلب ذلك الاهتمام بالفرد والبيئة معاً و لذلك فقد اهتم المختصون النفسيون بالبناء النفسي للفرد .

مفهوم جودة الحياة يعتبر مفهوم متعدد الأبعاد ونسبي يختلف من شخص لأخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية، وفق المعايير التي يعتمدها الفرد لتقويم الحياة ومطالبها، والتي غالباً ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة كالقدرة على أدارة الظروف المحيطة، والصحة الجسمية والنفسية والقدرة على التفكير واتخاذ القرار، و الظروف الاقتصادية، والمعتقدات الدينية، والقيم الثقافية والحضارية، والتي يحدد خلالها الأفراد الأشياء المهمة التي تحقق سعادتهم في الحياة، وتحقيق تقدير الذات بالنسبة للإنسان وجودة حياته أمر ضروري لكل فرد، ليعيش حياة يتحقق فيها التوازن الانفعالي والنفسي والصحة النفسية .

وفي هذا السياق، أصبح ينظر لإدراك الفرد لجودة حياته من المنظور النفسي كقضية تتداخل مع أبعاد جودة الحياة من المنظورات الأخرى، باعتبارها من العوامل الأساسية المساعدة على حسن استثمار ما لدى الفرد من طاقات وامكانات، وتؤثر بصورة مباشرة على سعادته وتكيفه واستقراره ومدى إيجابيتة أو إعاقته عن أداء أدواره الطبيعية في الحياة، ومن ثم أصبح موضوع جودة الحياة مفهوما محوريا في البحوث والدراسات، واستخدم بمعان متعددة في سياقات مختلفة في العلوم الطبيعية والإنسانية، فكما يرى (الأشول ٢٠٠٥) فإنه نادرا ما يحظى مفهوم ما بالتبني الواسع على مستوى الاستخدام العلمي أو الاستخدام العملي العام في حياتنا اليومية بهذه السرعة مثلما حدث لمفهوم جودة الحياة .

تعتمد جودة الانسان على حسن توظيف امكانياته العقلية، ومشاعره، وقيمه الدينية، والاجتماعية، والانسانية، واثراء وجدانه ليتسامى بها، وتتحقق جودة الحياة وجودة المجتمع، حيث يتم ذلك عبر قنوات او نواقل عديدة كالأسرة والمدرسة والجامعة وبيئة العمل، من خلال التركيز على ثلاثة محاور هامة هي: التعليم – التثقيف – التدريب .(hampton2009)

مشكلة الدراسة:

يسعى الإنسان للحصول على السعادة من خلال إشباع جميع حاجاته، دون التعرض لعقبات تحول بينه وبين ذلك ويتطلب ذلك الاهتمام بالفرد والبيئة معاً ولذلك فقد اهتم المختصون النفسيون بالبناء النفسي للفرد.

مفهوم جودة الحياة يعتبر مفهوم متعدد الأبعاد ونسبي يختلف من شخص لأخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية، وفق المعايير التي يعتمدها الفرد لتقويم الحياة ومطالبها، والتي غالباً ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة كالقدرة على أدارة الظروف المحيطة، والصحة الجسمية والنفسية والقدرة على التفكير واتخاذ القرار، و الظروف الاقتصادية، والمعتقدات الدينية، والقيم الثقافية والحضارية، والتي يحدد خلالها الأفراد الأشياء المهمة التي تحقق سعادتهم في الحياة، وتحقيق تقدير الذات بالنسبة للإنسان وجودة حياته أمر ضروري لكل فرد، ليعيش حياة يتحقق فيها التوازن الانفعالي والنفسي والصحة النفسية

ومن هنا ظهرت مشكلة الدراسة وأهميتها لدي الباحثة من حيث تصميم برنامج إرشادي لتنمية جودة الحياة وعلاقته بتحسين مفهوم الذات لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم وتتبلور تساؤلات الدراسة فيما يلي:

١- هل توجد علاقة بين مستوي مفهوم الذات ومستوي جودة الحياة لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم ؟

٢- هل توجد فروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس مفهوم الذات ؟

٣- هل توجد فروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس جودة الحياة ؟

٤- هل توجد فروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية علي القياس التتبعي بعد مرور شهرين من توقف البرنامج ؟

أهداف الدراسة :

١- قياس مستوي جودة الحياة لدي التلميذات العاديات وذوات صعوبات التعلم .

٢- قياس مستوي مفهوم الذات لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم .

٣- دراسة العلاقة بين مدي تحسن جودة الحياة وعلاقته بتحسين مفهوم الذات لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم .

أهمية الدراسة:

١- تسهم في التركيز على أهمية جودة الحياة لدى الطلاب وأهميتها في معايشة جودة الحياة بفاعلية مما ينعكس على جوانب الصحة النفسية الإيجابية والنمو السوي.

٢- أهمية تنمية مفهوم الذات لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم وانعكاساته وآثاره على تحسين الجانب النفسي لدي التلميذات وكذلك الجانب الأكاديمي.

٣- احتياج التلميذات ذوات صعوبات التعلم لبرامج إرشادية لعلاج المشكلات التي تواجههن على المستوي النفسي والأكاديمي.

٤- أهمية مرحلة الطفولة وتشكيل مفهوم الذات في تلك المرحلة وتأثيره على استمرار هذا المفهوم وامتداده في المراحل العمرية المختلفة.

مصطلحات الدراسة:

تعرف جودة الحياة بأنها: الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال، وإشباع الحاجات، والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لقوى ومضامين حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الايجابية وإحساسه بالسعادة وصولا إلى عيش حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في مجتمعه". (عبد الفتاح وحسين،٢٠٠٦)

وتبنت الدراسة الحالية التعريف الإجرائي التالي:

مستوي جودة الحياة هي "الدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس جودة الحياة المستخدم في الدراسة الحالية".

التلميذات ذوات صعوبات التعلم:

"هن التلميذات الملتحقات بغرفة المصادر والذي تم تشخيصهن من قبل معلمة صعوبات التعلم بالمدرسة".

مفهوم الذات:

"يشير إلى أدراكات الفرد ومشاعره المتعلقة بهويته الخاصة التي تميزه عن غيره ".**(** Tam2003**)**

وتعرف الدراسة إجرائيا مفهوم الذات:

"هي الدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس مفهوم الذات المستخدم في الدراسة الحالية".

الإطار النظري :

أولاً : مفهوم جودة الحياة : ويشير مفهوم جودة الحياة إلي " كل ما يتمتع به الفرد من مسكن وملبس ومأكل ومشرب، ويتحدد ذلك عادة بمستوى دخله والبيئة التي يعيش فيها، والطبقة الاجتماعية التي ينتمي إليها" . (الجاجان، آدم٢٠١٤)

مفهوم جودة الحياة تعرفه منظمة الصحة العالمية (WHO) بأنه: " إدراك الأشخاص إلي مواقعهم في الحياة"،وتشمل العديد من المكونات منها الثقافة والقيم والنظام الذي من خلاله يعيشون ويتماشى مع أهدافهم وتطلعاتهم ومعاييرهم وكذلك اعتباراتهم . (نعيسة ٢٠٠٤)

وقد عرف (فلوفيد ٢٠٠١) الإحساس بجودة الحياة :" بأنه حالة شعورية تجعل الفرد يرى نفسه قادرا على إشباع حاجاته المختلفة الفطرية والمكتسبة والاستمتاع بالظروف المحيطة به" .

وزاد اهتمام الباحثين بمفهوم جودة الحياة منذ بداية النصف الثاني للقرن العشرين كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي، والذي جاء استجابة إلى أهمية النظرة الإيجابية إلى حياة الأفراد كبديل للتركيز الكبير الذي أولاه علماء النفس على الجوانب السلبية من حياة الأفراد، وقد تعددت قضايا البحث في هذا الإطار، فشملت الخبرات الذاتية والعادات والسمات الإيجابية للشخصية، وكل ما يؤدي إلى تحسين جودة الحياة،

وقد أكدت دراسات القرن الماضي أن الجانب الإيجابي في شخصية الإنسان هو أكثر بروزا من الجانب السلبي، وأن هذين الجانبين لا يمثلان بالضرورة اتجاهين متعاكسين، وإنما يتحرك السلوك الإنساني بينهما طبقاً لعوامل كثيرة مرتبطة بهذا السلوك . (جبر2005)

وقد تعددت الآراء حول تحديد مفهوم جودة الحياة، فقد عرف تايلور وروجان ٢٠١٢ جودة الحياة بأنها :

" رضا الفرد بقدره في الحياة والشعور بامتلاك الفرص لتحقيق الراحة والسعادة".

ويرى (العارف،1999) أن جودة الحياة هي البناء الكلّي الذي يتكون من مجموعة المتغيرات التي تهدف إلى إشباع الفرد، وهناك مؤشّرات ذاتية تقيس مقدار الإشباع الذي تحقق، ومؤشّرات موضوعية تقيس الإمكانات المتدفقة على الفرد .

أما عبد المعطي ٢٠٠٨ فيعرف جودة الحياة بأنه " تعبير عن الإدراك الذاتي للفرد، وتقييمه للنواحي المادية المتوافرة في حياته، ومدى أهمية كل جانب منها بالنسبة للفرد في وقت محدد، وفي ظل ظروف معينة، ويظهر بوضوح في مستوى السعادة أو الشقاء الذي يكون عليه، ويؤثر بدوره على تعاملات الفرد وتفاعلاته اليومية ".

ويلاحظ من التعريفات السابقة أنه لا يوجد اتفاق بين الباحثين حول تعريف موحد لمفهوم جودة الحياة، إلا أنه يمكن القول بأنه مفهوم واسع يمثل إشباع الحاجات جزءاً مهماً فيه بما يحقق التوافق النفسي للفرد .

وعلى الرغم من أن مفهوم الجودة يطلق أساسا على الجانب المادي والتكنولوجي لكن يمكن استخدامه للدلالة على بناء الإنسان ووظيفته ووجدانه، وجودة الإنسان هي حسن توظيف إمكانياته، وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية، وتكون المحصلة جودة الحياة وجودة المجتمع .

وتعرف الدراسة الحالية جودة الحياة لدي ذوي الإعاقة بأنها : رضا الفرد عن حياته وشعوره بالسعادة وقدرته على اشباع حاجاته المختلفة بما يتماشى مع أهدافه باستقلالية .

ولقد حددت مؤشرات جودة الحياة فيما يأتي :

تتمّثل مقومات جودة الحياة وفق تعريف منظمة الصحة العالمية في عناصر عدة هي:

- الصحة الجسدية :القدرة على القيام بوظائف الجسم الديناميكية وحالة مثلى من اللياقة البدنية.
- الصحة النفسية :القدرة على التعرف على المشاعر والتعبير عنها، وشعور الفرد بالسعادة والراحة النفسية دون اضطراب أو تردد. (الجاجان، ٢٠١٤)
- الصحة الروحية : وهي صحة تتعلق بالمعتقدات والممارسات الدينية للحصول على سلام مع النفس.
- الصحة العقلية :وهي صحة تتعلق بالقدرة على التفكير بوضوح وتناسق والشعور بالمسؤولية، وقدرة على حسم الخيارات واتخاذ القرارات وصنعها.
- الصحة الاجتماعية :وهي القدرة على إقامة العلاقات مع الآخرين والاستمرار بها والاتصال والتواصل مع الآخرين واحترامهم. (بوعيشة، محمدي ٢٠١٥)

وتعتبر الجودة الشخصية والمهنية ضرورية للشباب الذين هم بصدد بدء مشروعاتهم الذاتية، ويصنفها بعض من الباحثين إلى قدرات ومهارات وسمات رئيسية تتفرع إلى أخرى فرعية مثل :الرؤية، المبادرة، البديهة، الحاجة للإنجاز، الحاجة للاستقلال، والميل لتحمل قدر معقول من المخاطرة، وتحمل المسؤولية، هذا بالإضافة إلى مهارات الاتصال والثقة بالنفس، والوعي بالذات، والدافعية نحو التعلم بطرق متنوعة، ومهارات الإقناع، والقدرة على التحمل والتسامح، والتخطيط ومهارات اتخاذ القرار والقدرة على التركيب، ومهارات الإصغاء، وجمع المعلومات وتحليلها، كذلك مهارات حل المشكلات، وتدوين الملاحظات، وإدارة المشروعات، وإدارة الفريق، وإدارة الوقت، والقدرة على الإبداع . (المعشني 2006)

ومن خلال استقراء التراث البحثي حول المصطلح يمكن ملاحظة وجود ثلاثة مستويات كمدخل، لفهم جودة الحياة لدى الأشخاص وهي: الحصول على ضرورات الحياة الأساسية، والشعور بالرضا عن جوانب الحياة المهمة في حياة الفرد، وتحقيق مستويات عالية من المتعة الشخصية والإنجازات.

جودة الحياة بناء متعدد الأبعاد يتضمن عددا من المؤشرات: الذاتية والموضوعية إلا أن الإسهام النسبي لهذه المؤشرات يتوقف على مستوى إدراك الفرد لأهمية كل مؤشر في حياته.

(Fallow field٢٠١٢)

جودة الحياة ذات طبيعة فردية ذاتية تعكس مدى إدراك الفرد لمكانته في الحياة على ضوء منظومة القيم في بيئته، ومدى رضاه عن الملاءمة بين الواقع والطموحات، وهي دائمة التغير بتغير العوامل الخارجية والداخلية المساهمة في تحقيقها ومستوى إدراك الفرد لأهمية هذه العوامل ومستوى رضاه عنها.

(Dew, T. & Huebner2011)

ونجد عند (عبد الفتاح، وحسين، ٢٠٠٦) مجموعة من التعريفات لجودة الحياة لبعض من الباحثين فمنهم من عرف جودة الحياة على أنها" رضا الفرد بنصيبه وقدره في ومن ثم الشعور الحياة، والشعور الداخلي بالراحة، وامتلاك الفرص لتحقيق أهداف ذات ".

وترى (جمعة والعاتي ٢٠٠٦) أن توافر الشخصية الإنسانية القادرة على التفكير الحر والنقد البناء والقدرة على التغيير والإبداع، مع الشعور بالمسؤولية تعد من ركائز النمو الاجتماعي والاقتصادي والسبيل إلى التنمية المستدامة. فلم تعد برامج تعليم الكبار تقتصر على سد العجز فقط في التعليم لمن فاته قطار التعليم، بل صار جزءا من عملية تربوية مستمرة تمتد مدى الحياة، يكتسب الفرد عبرها مقومات جودة الحياة

فمن خلال تقدير مشاعر الذات واحترامها تتضح هوية الفرد ضمن الإطار الوطني ثم العالمي ثم الإنساني برمته جهد الباحثون في إيجاد مقاييس لجودة الحياة، فمفهوم جودة الحياة هو التطور الأحدث في قضية شغلت البشرية منذ القدم تحت مسميات متعددة، وهي تعيين مستوى الرفاه البشري وتباينه في الزمن، وفي المكان، وفي المجال الاجتماعي والسياسي والصحي .

يؤكد أن جودة الحياة تعكس شعور بالكفاءة الذاتية وإجادة التعامل مع التحديات

Dodson, (٢٠١4)

أما جودة حياة الطالب كما يرى تايلور فهي وصوله إلي الكفاءة والجودة في التعليم Tayler (2005)

مما يؤدي إلى نجاحه في الحياة، وشعوره بالرضا والسعادة أثناء أداؤه الأعمال المدرسية، التي يعبر عنها بحصوله على درجة الكفاءة في التعليم وأداء بعض الأعمال التي تتميز بالجودة في الحياة وشعوره بالمسئولية الشخصية والاجتماعية والتحكم الذاتي والفعال في حياته وبيئته وقدرته على حل مشكلاته مع ارتفاع مستويات الدافعية الداخلية نتيجة تفاعل مع بيئة تعليمية جيدة يشعر فيها بالأمن النفسي وإمكانية النجاح وإدارة جيدة من المعلم ويشعر بالمساندة الاجتماعية من زملائه ومعاونيه ..

ثانياً :مفهوم الذات :

يعتبر مفهوم الذات هي الصورة التي يرى فيها الفرد نفسه علي أساسها ينمي قدراته ويستقل إمكانية وهي مطلب أساسي في عملية التعليم لأنه كل ما كان الفرد مفهوم ذاته مرتفع كل ما كان له القدرة علي التحصيل الدراسي بصورة اكبر وتجاوز الصعوبات في العملية التعليمية ويتكون مفهوم الذات عادته من النواحي النفسية والشخصية والانفعالية والاجتماعية وتمثل صعوبات التعلم احدي العوائق في التحصيل الأكاديمي المرتفع وان ذوي صعوبات التعلم هي فئة حدية واقرب إلى العاديين من حيث القدرة علي المواءمة وهي فئة غير متجانسة لأنها تظهر في واحدة أو أكثر من العمليات

الأساسية التي تتضمن فهم أو استعمال اللغة المكتوبة واللغة المنطوقة والتفكير والكلام والتهجئة والحساب وان مفهوم صعوبات التعلم يمثل فئة كبيرة من التلاميذ لا يدخلون ضمن فئة التلاميذ المعوقين ولكنهم بالأريب بحاجة لمساعدة لاكتساب المهارات المدرسية .

أشار حامد زهران (٢٠٠٣م) أن مفهوم الذات من أهم جوانب الشخصية، ويقصد بمفهوم الذات الفكرة التي يحملها الفرد عن نفسه . فالصورة التي يري بها الفرد ذاته وعالمه المحيط به لها أهميتها في العملية التعليمية حيث أن فكرة الفرد عن إمكانياته وقدراته تؤثر تأثيراً كبيرة علي تحصيله وقد نزع التلاميذ ذو التحصيل العلمي القليل إلي امتلاك مفاهيم ضعيفة عن ذواتهم وقدراتهم ولا يجد التلاميذ المتأخرون دراسيا ملاذا يصفهم بحكم قدراتهم التي تتراوح دون مستوي التلاميذ العاديين بقليل بعد أن اعتبرتهم المدرسة ضمن مجموعة يجب أن تتلقي تعليما خاصا وكذلك المعلم الذي يعتبرهم اقل فهما لبرنامجه المدرسي وإضافة لعدم وجود مؤسسات ذوي الاحتياجات الخاصة لهذه الفئة باعتبارهم ليسوا معاقين ويجب أن يلتحقوا ببرنامج التعليم النظامي مع أقرانهم العاديين .

ومفهوم الذات عند روجرز هو "تصور كلي يتكون من إدراكات الفرد عن ذاته في مفردها، أو في علاقاتها بالأشخاص الآخرين والأشياء الموجودة في البيئة أي علاقتها بالحياة، إضافة إلى القيم والأحكام المتصلة بهذه الإدراكات" .

(الشناوي، ٢٠١٣).

مفهوم الذات وصعوبات التعلم:

إن مفهوم الطفل عن ذاته وتقديره لها يتوقف على مدى نجاحه أو إخفاقه في العملية التعليمية، ولذلك فإن دراسة جوانب معينة في شخصية الطلبة ذوي صعوبات التعلم شيء مهم من أجل زيادة معرفتنا بخصائصهم والاستفادة منها في البرامج التدريبية والعلاجية التي تقدم لهم للتخفيف من حدة المشكلات التي يواجهونها .

فقد أظهرت العديد من الدراسات أن الأطفال ذوي صعوبات التعلم أظهروا انخفاضاً دالاً إحصائياً في تقديرهم لذواتهم، وتوصلت دراسات أخرى إلى أن الأطفال ذوي صعوبات التعلم يميلون إلى التحكم الخارجي بالمقارنة مع العاديين فهم يعزون فشلهم إلى ظروف وأسباب خارجة عن إرادتهم و تحكمهم .

(Seligman & Csikszenimihaly ٢٠٠٣)

ويشير تقدير الذات (Self Esteem) إلى تقييم الطفل لذاته بشكل عام فيما يتعلق بمدى أهميتها ويعني التقدير الإيجابي للذات قبول الطفل لذاته، على ما هي عليه وإدراكه لذاته وإعجابه بها على أنه شخص ذو قيمة وجدير باحترام الآخرين، أما التقدير السلبي للذات فيشير إلى عدم قبول الفرد لنفسه وتقليله من شأنها وشعوره بالنقص عند مقارنته لنفسه بالآخرين. ( )

يضيف حامد عبد السلام (٢٠٠٧) آن الصورة التي يري بها الفرد ذاته وعالمه المحيط به لها أهميتها في العملية التعليمة حيث ان فكرة الفرد عن إمكانياته وقدراته توثر تأثيراً كبيرا في تحصيله. الدراسي أوضح عادل العدل (٢٠٠٦) بأنه ظل اعتقاد سائد لفترة طويلة بان للجوانب النفسية غير المعرفية او الوجدانية والاجتماعية دورا

ثانويا في عملية التعليم ولكن بعد البحث والدراسة وجد انه لا يمكن فصل الجوانب غير المعرفية وأنها ترتبط بوظيفة الدماغ تعمل كقوة شاحنة ونشطة ومحركة للخطط المعرفية والبيئة الفكرية كما أن السلوك الظاهر الذي يختلف باختلاف الأشخاص مع تساويهم في الجانب المعرفي يعتبر دليلا لدور الجوانب الغير معرفية في تحديد السلوك.

في إطار تحديد الخصائص النفسية التي تميز الاطفال ذوي صعوبات التعلم أجريت العديد من الدراسات التي تميز هؤلاء الاطفال مقارنة بأقرانهم العاديين، حيث أشار الشرقاوي، ١٩٩٨ في تحليله لعدد من الدراسات التي تناولت بعض الخصائص الشخصية وأبعاد السلوك الاجتماعي لدى الاطفال ذوي صعوبات التعلم عددا من الخصائص التي تميزهم كانخفاض متوسط درجات تقدير الذات، وارتفاع مستوى القلق، وصعوبة التفاعل الاجتماعي، واكثر العوامل ارتباطا بحالات صعوبات التعلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية هي الاحساس بالعجز وعدم الثقة في النفس والظروف الاسرية والعلاقة المدرسية.

ومن الأسباب التي تؤدي إلى مفهوم الذات المنخفض عند ذوي صعوبات التعلم يتمثل في حاجة هؤلاء الأفراد للدعم الأسري أكثر من الطفل الطبيعي، حتى يتحسن مستوى مفهوم الذات عندهم لكن هذا الدعم لا يتوفر غالبا.

(Rowley2013)

ومن أسباب ذلك أيضاً أن الطالب إذا بدأ بشكل فاشل داخل قاعة الدروس، فإن المعلم يدركه على أنّه فاشل في كل شيء ويعامله على أنه فاشل وهذا يعزّز مفهوم الذات السلبي لديه وينظر المعلمون إلى الأطفال ذوي صعوبات التعلم ويقدرون مفهوم الذات لديهم على أنه أقل مما هو لدى الطلبة العاديين، مما يؤدي إلى سيادة مشاعر التعاسة والسلبية لديهم مقارنة بأقرانهم العاديين .

(Bear, Minke & Manning, 2002)

مفهوم الذات وجودة الحياة :

ترى الباحثة أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات، وأن تحقيق تقدير الذات بالنسبة للإنسان وجودة حياته ضرورة لكل فرد، ليعيش حياة يتحقق فيها التوازن الانفعالي والنفسي والصحة النفسية،ويستشعر التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بنقص تقدير الذات وذلك نظراً لما يعانونه من انخفاض بمستوي التحصيل الأكاديمي، وهذا الشعور السلبي ينعكس بصورة أو بأخرى على كثير من جوانب شخصياتهم، وقد يكون سبباً في حدوث بعض الاضطرابات النفسية بمرحلة الرشد، حيث يعتبر فروم أن تقدير الذات المنخفض شكلاً من أشكال العصاب فعندما يكون للأفراد اتجاهات إيجابية نحو أنفسهم يكون تقدير الذات لديهم مرتفع، أما إذا كان لديهم اتجاهات سلبية نحو أنفسهم فيكون تقدير الذات لديهم منخفض وهذا الشعور بانخفاض تقدير الذات يتنافى مع أسباب جودة الحياة وبهجتها. ويتوقف القياس الجيد لجودة الحياة على الوصف الدقيق للحياة الجيدة، ومن ثم فإن نظرة الطلبة لجودة الحياة تؤثر في أدائهم الدراسي، وفي دافعيتهم للإنجاز وتحقيق الأهداف الذاتية والموضوعية لهم، وتعد مرحلة التعليم الابتدائي من أهم المراحل التعليمية التي تؤثر في مدركات الطلبة لجودة الحياة، حيث يستعدون للالتحاق بالمهن المختلفة، والزواج والاستقرار الأسري. (الجاجان، أدم ٢٠١٤)،

صعوبات التعلم :

الأطفال هم طاقة الأمة النابض، و عماد المستقبل المنير، خلق الله عز و جل الأطفال لا يفقهون شيئا و أنعم الله عليهم بالسمع و البصر والأفئدة ليتعرفوا على العالم المحيط بهم و ليكتسبوا المفاهيم والمهارات و الخبرات التي تساعدهم على الحياة والتوافق مع المجتمع الذي يعيشون فيه .

ويقع عبء تشكيل شخصية الأطفال على عاتق الأسرة و المدرسة و الهيئات و المنظمات التعليمية و التربوية و الصحية، و في ضوء تضافر جهود الجميع يتم توفير التنشئة الاجتماعية السليمة، و المناخ الأسري الهادئ و البرامج التعليمية والصحية الهادفة، مما يؤدي إلى تشكيل الشخصية بصورة متزنة و فعالة

وعلى الرغم من الجهود التي تبذل إلا أن هناك فئة من الأطفال يعانون من الصعوبات مثل تأخر الكلام، ومشكلات القراءة أو الكتابة أو التهجئة أو الحساب أو فهم اللغة، أو الاندفاعية و تشتت الذهن و سوء تركيز الانتباه والحركة المفرطة، و كذلك سوء التوافق و التواصل الاجتماعي، وقد أرجع المتخصصين حدوث تلك الصعوبات والتي أطلق عليها مصطلح صعوبات التعلم إلى أسباب كثيرة من أهمها الخلل الوظيفي في نمو المخ، أو الاضطرابات العصبية و النفسية، أو العوامل البيئية الخارجية، وغيرها من الأسباب .

لقد ظهر مصطلح صعوبات التعلم لأول مرة في عام ١٩٦٣ من القرن الماضي وكان اول من استخدم هذا الاصطلاح (صموئيل كيرك) .

حيث اقترح كيرك الذي يعد من أشهر المختصين في هذا المجال، صيغة التعريف وقدمها إلى اجتماع لممثلي عدد من المجتمعات المهتمة بشؤون الأطفال الذين يعانون من تلف دماغي أو صعوبات في الإدراك .وتمت الموافقة على التعريف بنصه الآتي :

"يشير مفهوم صعوبات التعلم إلى تأخر أو اضطراب أو تخلف في واحدة أو أكثر من عمليات الكلام، اللغة، القراءة ، التهجئة ، والكتابة ، أو العمليات الحسابية ، نتيجة خلل وظيفي في الدماغ أو اضطراب عاطفي أو مشكلات سلوكية .

ويستثنى من ذلك الأطفال الذين يعانون من صعوبات التعلم الناتجة عن حرمان حسي أو تخلف عقلي أو حرمان ثقافي. " (مصطفى القمش ،٢٠١٢)

في الواقع هناك العديد من التعاريف لصعوبات التعلم، ومن أشهرها أنها الحالة التي يظهر صاحبها مشكلة أو أكثر في الجوانب التالية :

القدرة على استخدام اللغة او فهمها، أو القدرة على الإصغاء والتفكير والكلام والقراءة أو الكتابة أو العمليات الحسابية البسيطة، وقد تظهر هذه المظاهر مجتمعة وقد تظهر منفردة ،أو قد يكون لدى الطفل مشكلة في التحصيل الأكاديمي في مواد القراءة أو الكتابة أو الحساب ،وغالبا يسبق ذلك مؤشرات ،مثل صعوبات في تعلم اللغة الشفهية

،فيظهر الطفل تأخرا في اكتساب اللغة وغالبا يكون ذلك متصاحبا بمشاكل نطقية، وينتج ذلك عن صعوبات في التعامل مع الرموز . (فؤاد الجوالدة، ٢٠١٢)

ثم بعد ذلك تنوعت تعريفات العلماء حول مصطلح صعوبات التعلم وفيما يلي أهم هذه التعريفات:

تعريف مايكل بست : " أنها اضطرابات نفسية عصبية في التعلم وتحدث في أي سن وتنتج عن انحرافات في الجهاز العصبي المركزي وقد يكون السبب راجعا إلى الإصابة بالمرض أو التعرض للحوادث أو لأسباب نمائية ".

(سعيد العزة ،٢٠٠٩)

تعريف ليرنر: وقد تضمن بعدين رئيسين هما:

١- البعد الطبي : ويركز في هذا التعريف على الأسباب الفسيولوجية الوظيفية والتي تتمثل في الخلل العصبي أو تلف الدماغ .

٢- البعد التربوي : ويشير الى عدم نمو القدرات العقلية بطريقة منتظمة ،ويصاحب ذلك عجز أكاديمي ، وبخاصة في مهارات القراءة والكتابة والتهجئة والمهارات العددية ،ولا يكون سبب ذلك العجز الأكاديمي عقليا أو حسيا، كما يشير التعريف التربوي إلى وجود تباين في التحصيل الأكاديمي والقدرة العقلية للفرد

(سعيد العزة،٢٠٠٧)

وفي عام ١٩٨٤ أقرت الجمعية الأمريكية لصعوبات التعلم تعريفا اكثر شمولا من حيث أنه لا يقتصر صعوبات التعلم على الأطفال في سن المدرسة على تعلم المهارات الأكاديمية الأساسية ، بل يشمل الآثار المترتبة على الشخصية وفرص التفاعل الاجتماعي وأنشطة الحياة بشكل عام ،كما أنه يتضمن إشارة واضحة لاختلاف درجة شدة الصعوبة ، و ينص التعريف على أن "صعوبات التعلم الخاصة حالة مزمنة ذات منشأ عصبي تؤثر في نمو أو تكامل أو استخدام المهارات اللفظية أو غير اللفظية ، وتظهر صعوبات التعلم الخاصة كصعوبة واضحة لدى أفراد يتمتعون بدرجات عالية أو متوسطة من الذكاء ،وأجهزة حسية وحركية طبيعية ،وتتوافر لديهم فرص التعلم المناسبة ،وتختلف آثار هذه الصعوبات على تقدير الفرد لذاته وعلى نشاطاته التربوية والمهنية والاجتماعية ونشاطات الحياة الطبيعية باختلاف درجة شدة تلك الصعوبات ".

(مصطفى القمش ،٢٠١٢)

وتعرف اللجنة المشتركة لصعوبات التعلم في الولايات المتحدة صعوبات التعلم بأنه " مصطلح وراثي يشير إلى مجموعة غير متجانسة من الاضطرابات في النطق، والقراءة، و الكتابة، والمنطق أو القدرات الحسابية. وهي اضطرابات داخلية بالنسبة للشخص، ويفترض أنها تنتج عن مرض أو خلل وظيفي في الجهاز العصبي المركزي، مع أن صعوبات التعلم ترافق حالات أخرى (مثل الاضطرابات الحسية، والتخلف

العقلي، والاضطرابات الاجتماعية والعاطفية، والتدريس غير الكافي/ غير الملائم، والعوامل الوراثية، والعوامل النفسية

(National Information Center for Children and Youth with Disabilities [NICHCY] ,2003)

الاجراءات المنهجية للدراسة :

يعتمد البحث الحالي على المنهج التجريبي لقياس فاعلية برنامج لتحسين مستوي جودة الحياة وقياس أثر ذلك على تحسين مفهوم الذات لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم .

ثانياً: عينة البحث:

محددات وشروط اختيار العينة:

مجموعة من تلميذات المرحلة الابتدائية من ذوي صعوبات القراءة من جمهورية مصر العربية والمملكة العربية السعودية، وتم اختيارهن كالآتي :

١- أن تكون التلميذات ممن تم تشخيصهن بأنهن يعانين من صعوبات بالقراءة وملتحقات ببرنامج صعوبات التعلم بإحدى المدارس الابتدائية .

٢- أن تكون أعمارهن ما بين ٧ : ١٠ سنوات .

٣- ألا تكون التلميذات يعانين من أية اضطرابات بالنطق والكلام .

٤- أن تكون التلميذات منتظمات بالدراسة ولا يتغيبن عن مواعيد الجلسات الخاصة بغرفة المصادر بالمدرسة

٥- أن ينخفض أداء التلميذات ذوات صعوبات التعلم على مقياس مفهوم الذات المستخدم بالدراسة .

٦- أن ينخفض أداء التلميذات على مقياس جودة الحياة المستخدم بالدراسة .

طريقة الحصول على عينة البحث:

للحصول على عينة البحث قامت الباحثة بتحديد المدارس التي يوجد بها غرفة مصادر، ومعلمة صعوبات تعلم بمنطقة الدمام والجبيل، ومدرسة ٦ أكتوبر الابتدائية المشتركة، حيث تم اختيار الطالبات اللاتي تم تشخيصهن من قبل إحدى مراكز الطب النفسي التابعة للهيئة العامة للتأمين الصحي ، وتم تحديد ثلاث مدارس من بين المدارس وذلك لما ذكر عنهم من الالتزام والكفاءة ببرنامج صعوبات التعلم داخل تلك المدارس، وتم اختيار الطالبات عن طريق العينة القصدية وذلك نظرا لقلة عدد الطالبات التي ينطبق عليهن شروط البحث، واختيار العينة بشكل قصدي يعنى أن أساس الاختيار خبرة الباحث ومعرفته بأن مفردات العينة تمثل مجتمع الدراسة والجدول التالي يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة :

جدول رقم (١): توزيع العينة الأولية للدراسة

المدارس	عدد الطالبات
المدرسة ال25 بالدمام	12
المدرسة الخامسة بالجبيل	٧
مدرسه ٦ أكتوبر الابتدائية المشتركة	١١
المجموع	30

ثالثا: أدوات البحث:

١- البرنامج الإرشادي:

مصادر البرنامج :

١- الاطلاع على العديد من الأطر النظرية التي تناولت جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات كما في،)mercer 2015دراسة آدم، الجاجان ٢٠١٢، دراسة Mead 2014 anدراسة، 2014

٢- في ضوء الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت جودة الحياة ومفهوم الذات لدى ذوى صعوبات التعلم خاصة تم إعداد برنامج تحسين جودة الحياة لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم

٣- قامت الباحثة بعرض أنشطة البرنامج على عدد من أساتذة الجامعة للتحكيم وبغرض تحديد مدى مناسبة الأنشطة، وقد أشار المحكمون* إلى صلاحية أنشطة البرنامج وملاءمتها لعمر الأطفال، وللهدف الموضوعة من أجله .

الفترة الزمنية للبرنامج :

أستغرق تطبيق البرنامج ثلاثة أشهر وقد تم بطريقة جماعية بواقع ثلاث حصص أسبوعياً .

المهارات التي يتكون منها البرنامج :

١- أن تقوم الطالبة بتقديم أنشطة بالإذاعة المدرسية .

٢- أن تستعين المعلمة بالطالبة في مساعدتها ببعض المهام أثناء الحصة الدراسية كمساعدة زميلاتها .

٣- أن يتم الاستفادة من نقاط القوة التي تتمتع بها بعض الطالبات وعمل يوم مفتوح داخل المدرسة يبرز مواهبهن وتم توزيع جوائز عليهن وتمثلت تلك المواهب في(الرسم، التلوين،الأنشاء، قراءة القرآن الكريم).

الهدف العام للبرنامج:

" تحسين مستوي جودة الحياة لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم والذي سيكون له تأثير في تحسين مستوي مفهوم الذات لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم ".

مصادر إعداد البرنامج:

الاطلاع على التراث النظري للبحوث والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت جودة الحياة وتقدير الذات

أهمية البرنامج:

١- تعزيز النجاح المدرسي، خاصة بالنسبة للمتعلمين ذوي صعوبات التعلم، الذين يعانون من الفشل التعليمي والذي سيكون له تأثيره على شعور التلميذات بجودة الحياة

٢- يصلح استخدامه مع مختلف التخصصات الدراسية والمواد التعليمية.

٣- ارتفاع تقدير الذات لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم.

٤- يمكن الاستفادة من البرنامج من قبل المعلمين بالمدارس والأخصائيين النفسيين في التعامل مع حالات نقص تقدير الذات والتي قد يترتب عليها تغيب الطالبات عن المدارس.

أسماء المحكمين:*

د/ هاله الغلبان أستاذ مساعد بجامعة القصيم د/عفاف أسماعيل أستاذ مساعد بجامعة القصيم د/عبدالله سيد أستاذ مساعد بكلية التربية جامعة حائل – د/منى حمودة أستاذ مساعد بجامعة القصيم د/ سحر منصور أستاذ مساعد بجامعة القصيم د/عبير فوزى أستاذ مساعد بجامعة القصيم

٢-مقياس جودة الحياة: إعداد . محمود عبدالحليم منسي، على مهدي كاظم

نظراً لأن المقياس معد على طلبة الجامعة فقد قامت الباحثة بتعديل بعض العبارات بما يتناسب مع تلاميذ المدارس.

وصف المقياس:

يتكون من خمس محاور هي: جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، جودة التعليم، جودة العواطف (الجانب الوجداني)، جودة الصحة النفسية، جودة إدارة الوقت.

تم صياغة ١٠ فقرات لكل محور خمس فقرات موجبة و٥ فقرات سالبة وأمام كل فقرة قياس تقدير خماسي (أبداً، قليلاً جداً، إلى حدما، كثيراً، كثيراً جداً)

أعطيت الفقرات الموجبة الدرجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) في حين أعطي عكس الميزان السابق للفقرات السالبة وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين ٦٠- ٣٠٠ درجة، في حين تتراوح الدرجة الكلية على المحاور من ١٠-٥٠ درجة

تصحيح المقياس :

م	محاور المقياس	ارقام الفقرات	مدي الدرجات
١	جودة الصحة العامة	١- ١٠	١٥- ٤٧
٢	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	١١- ٢٠	٥-020
٣	جودة التعليم	٢١- ٣٠	١٧-٥٠
٤	جودة العواطف (الجانب الوجداني)	٣١-٤٠	١٣-٥٠
٥	جودة الصحة النفسية	٤١-٥٠	٢٢-٤٨
٦	جودة إدارة الوقت	٥١-٦٠	51-05
مقياس جودة الحياة بشكل عام		1-60	١٣٩-٢٨١

إجراءات التطبيق :

العينة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بأخذ عينة استطلاعية قوامها ٢٠ تلميذ من مدارس الأمير فهد، والابتدائية الخامسة عشر، ومدرسة السادس من أكتوبر وتم اختيارهن من خارج عينة التقنين للتأكد من وضوح العبارات الواردة بالاستبيان بالنسبة لهم، وأظهر أفراد العينة فهم كامل للعبارات الموجودة.

أولا حساب الصدق :

قامت الباحثة بحساب الثبات والصدق على المقياس نظراً لاختلاف عينة الدراسة عن عينة التقنين الأصلية للمقياس واختلاف مجتمع العينة وقد تم التحقق من صدق المحكمين حيث تم عرض المقياس على المحكمين بعد إجراء تعديل لبعض الفقرات، حيث أجمع المحكمون على ملاءمة الفقرات للأبعاد التي تقيسها بنسبة اتفاق تزيد عن (٩٠%).

ثانياً : الثبات :

كما تم استخراج دلالات ثبات أداة الدراسة بطريقة التجزئة النصفية، والاتساق الداخلي، و باستخدام معادلة كرونباخ ألفا ، والجدول رقم( ) يبين قيم معاملات الثبات الكلي للأداة و التي تم التوصل إليها

درجة ثبات مقياس جودة الحياة	معامل ثبات ألفا	معامل ثبات التجزئة النصفية	الاتساق الداخلي
	٠.٧٥	٠.٦٧	٠.٨٦

ثانياً : مقياس مفهوم الذات : إعداد . أسامة البطاينه، و غوانمة ٢٠٠٥

وصف الاستبيان :

يتكون من خمس أبعاد :

أولا : مفهوم الذات العائلي : وبلغ عدد فقراته (١١) فقرة وهي : (١-١١) .

ثانيا : مفهوم الذات الاجتماعي : وبلغ عدد فقراته (١١) فقرة، وهي الفقرات (١٢-٢٢) .

ثالثا : مفهوم الذات الجسمي: وبلغ عدد فقراته (٦) فقرات، وهي الفقرات من (٢٣-٢٨).

رابعا : مفهوم الذات الشخصي : وبلغ عدد فقراته (١١) فقرة، وهي الفقرات من (٢٩-٣٩) .

خامسا : مفهوم الذات الأكاديمي : وبلغ عدد فقراته (١٢) فقرة، وهي الفقرات من (٤٠-٥١) .

صدق وثبات أداة الدراسة :

نظراً للتشابه بين عينة الدراسة الحالية وعينة الدراسة الأصلية التي تم تقنين المقياس عليها حيث أعد الباحثان المقياس للتلاميذ ذوي صعوبات التعلم وبناءاً عليه فقد اعتمدت الباحثة على الثبات والصدق المحدد من قبل الباحثان القائمان على إعداد المقياس وكانت النتائج الآتي:

صدق المقياس : أولا : قام الباحثان بحساب إجراءات الصدق للمقياس بأن تم عرضها على ١٥ محكماً في التربية الخاصة، والقياس والتقويم، وعدد من معلمي صعوبات التعلم إذ طلب إليهم إبداء الرأي في فقرات المقياس من حيث مدى وضوح اللغة، ومدى ارتباط الفقرة بالمقياس وبالمجال، إضافة إلى أية تعديلات يرونها مناسبة وقد تم تعديل ما أجمع عليه أكثر من المحكمين .

ثبات الأداة :

تم التأكد منه بتوزيعه على عينة إستطلاعية من طلبة المرحلة الأساسية، بلغ عددهم (١٥) من خارج عينة الدراسة .

وبعد ذلك حسب معامل الاتساق الداخلي لاستجاباتهم بإستخدام معادلة كرونباخ ألفا الذي بلغت قيمته الحالية(٠.٨٤) وهو معامل ثبات مقبول لأغراض الدراسة .

تصحيح المقياس : تقسيم الإستجابات إلى ثلاث فئات هي:

١. مفهوم ذاتٍ منخفض، وهي الفئة التي انحصرت متوسطاتها الحسابية بين (١.٣٣– ١) .
٢. مفهوم ذات متوسط، و تضم الفئة التي انحصرت متوسطاتها بين (١.٣٤-١.٦٦) .
٣. مفهوم ذات عال، وشملت الفئة التي انحصرت متوسطاتها الحسابية بين (١.٦٧-٢).

الفرض الأول :

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوي مفهوم الذات ومستوي جودة الحياة لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم .

جدول رقم ( ) يوضح نتائج العلاقة بين مستوي مفهوم الذات ومستوي جودة الحياة لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم .

أبعاد مقياس جودة الحياة / أبعاد مقياس تقدير الذات	جودة الصحة العامة	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	جودة التعليم والدراسة	جودة العواطف (الجانب الوجداني)	جودة الصحة النفسية	جودة إدارة الوقت	مقياس جودة الحياة بشكل عام
مفهوم الذات العائلي	٠.٠٨٢	.٢١٧**	٤٥2٠. *	.٢٢٥**	.٢٩٤**	.٢٠٥**	.٢٨٠**
مفهوم الذات الاجتماعي	٠.٠٣٣	.٢٨٤**	.٢٨٠**	.٢٠٥**	.١٩٩**	.٢٣٥**	.٢٤٠**
مفهوم الذات الجسمي	.٢٩٢**	.٢٧٤**	.٢٤٠**	.٢١٥**	.١٩٦**	.٢٢٥**	.٢٦١**
مفهوم الذات الشخصي	.١٩٩**	.٢٠٥**	.١٩٩**	٠.٠٤٣	.٢٨٤**	.٢٧٠**	.٢٤٥**
الدرجة الكلية للمقياس	.٢٩٢**	.٢٩٤**	.٢٤٠**	.٢٩٢**	.٢٨٤**	.٢٤٠**	.٢٥٠**
مفهوم الذات الأكاديمي	.١٩٩**	.٢١٣**	.١٩٩**	.١٩٩**	.٢٠٥**	.١٩٩**	.٢١٠**
المجموع الكلى للمقياس	.٢٩٢**	.٢٨٤**	.٢٤٠**	.٢٩٢**	.٢٩٤**	.٢٤٠**	.٢١٥**

وللإجابة عن هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية باستخدام معامل ارتباط بيرسون حيث تحقق صحة الفرض، حيث أظهرت النتائج معاملات ارتباط مرتفعة الدلالة بين نتائج مقياس جودة الحياة ومقياس مفهوم الذات لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم حيث وجد انخفاض في مفهوم الذات، وكذلك انخفاض في مستوي جودة الحياة لديهم ، وتري الباحثة أن ذلك راجع إلي ارتباط فكرة تقبلنا للتلميذ بمستوي تحصيله الدراسي حيث نجد غالباً أن المعلمين يبالغون في تقدير التلاميذ من ذوي التحصيل الدراسي المرتفع وتكليفه بالمهام وتشجيعه والثناء عليه في حين يلجؤون للسخرية أو تجنب التلاميذ من ذوي التحصيل الدراسي المنخفض، وهو ما قد يحدث أيضا داخل الأسرة من الثناء على الأبن المتفوق ومقارنة الأخرين به ولومهم على عدم تفوقهم مثله كل ذلك ينعكس على نفسية التلاميذ وتكوينهم لمفهومهم حول ذواتهم وبالتالي يؤثر على مستوي جودة الحياة عموماً، وقد اتفقت نتائج الدراسة مع دراسة (جعفر ٢٠٠٧)، (عثمان ٢٠٠٧)،(نعيسه ٢٠١٢) في حين اختلفت مع دراسة آدم ٢٠١٢ والتي أشارت لعدم وجود علاقة .

الفرض الثاني :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس مفهوم الذات .

الجدول رقم ( ) يوضح نتيجة الفروق بين نتائج القياس القبلي و القياس البعدي

الأبعاد	التطبيق القبلي		التطبيق البعدي		قيمة ت	د.ح	دلالة ت
	م	ع	م	ع			
مفهوم الذات العائلي	٢.٩٧	٠.٨٧	٤.٠٩	٠ . ٧٨	٥.٢	٢٩	.٠٠١
مفهوم الذات الاجتماعي	٢.٩٧	٠.٦٢	٣.٠٦	٠.٧٩	٥.٢	٢٩	.٠٠١
مفهوم الذات الجسمي	٢.٨٥	٠.٨٧	٧.٤٦	٠.٦٥	٢	٢٩	٠.٠٥
مفهوم الذات الشخصي	٣.٠٣	٠. ٨٦	٦ .٢٧	١.٤٥	١٠.٦	٢٩	. ٠١
مفهوم الذات الأكاديمي	٢.٥٧	٠ .٨٧	٢.٩	٢.٤٥	٢	٢٩	.٠٥
الدرجة الكلية للمقياس	٢.٣٧	٠ .٨٧	٢.٩	١.٦٥	٢	٢٩	.٠٥

ويتضح من خلال النتائج تحقق صحة الفرض حيث كانت هناك فروق ذات دلالة لصالح التطبيق البعدي مما يدل على فعالية البرنامج في تحسين مفهوم الذات لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم، وهو ما يتفق مع دراسات كلوموك وكوسدين ١٩٩٤ و التي أشارت إلي أن مفهوم الذات يساند ويقوي بالدعم الاجتماعي الملائم والمتواصل الذي يقوم به الوالدان والمعلمون والأصدقاء وزملاء الدراسة، وأشارت إلية دراسات باترسون ٢٠٠٢(

من أن نظرة المعلم السلبية إلى الطلبة ذوي صعوبات التعلم تؤثر سلباً في مفهوم الذات لديهم ، لاسيما أن المعلم يكون قدوة مهمة عند الطالب في المرحلة الأساسية وأن

القبـول الــسلبي لطلبة صعوبات التعلم عند أقرانهم يؤثر هو الأخر سلباً في مفهوم الذات لديهم، وهو ما ركزت عليه الباحثة في البرنامج الإرشادي من حيث تنويع الأنشطة الاجتماعية بين التلميذات ذوات صعوبات التعلم والعاديات وتحسن طريقة معاملة المعلمات لهن مما كان له أثر كبير في تحقق الهدف من حيث ارتفاع مفهوم الذات لديهم واتفقت نتائج الدراسة مع العديد من الدراسات (كوري ٢٠٠٩) (أسعد ٢٠٠٨) (هياجنه، الشكيري٢٠١٢) (كاتر ٢٠٠٩).

الفرض الثالث :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس جودة الحياة .

الجدول رقم ( ) يوضح نتيجة الفروق بين نتائج القياس القبلي و القياس البعدي

الأبعاد	التطبيق القبلي		التطبيق البعدي		قيمة ت	د.ح	دلالة ت
	م	ع	م	ع			
جودة الصحة العامة	٢.٨٧	٠.٧٧	٤.٠٩	٠.٧٨	٤.٢	٢٩	.٠٠١
جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	١.٩٧	٠.٦٦	٣.٠٦	٠.٧٩	٥.٢	٢٩	.٠٠١
جودة التعليم والدراسة	٢.٨٥	٠.٨٧	٧.٤٦	٠.٨٥	٢	٢٩	٠.٠٥
جودة الصحة النفسية	٢.٤٧	٠.٨٧	٢.٩	٢.٣٥	٢.٣	٢٩	.٠٥
جودة إدارة الوقت	٢.٨٧	٠.٧٢	٣.١٦	٠.٧٩	٣.٢	٢٩	.٠٠١
الدرجة الكلية للمقياس	٢.٣٧	٠.٨٧	٢.٩	١.٦٥	٢.٣٤	٢٩	.٠٥

ويتضح من خلال النتائج تحقق صحة الفرض حيث كانت هناك فروق ذات دلالة لصالح التطبيق البعدى مما يدل على فعالية البرنامج في تحسين مستوي جودة الحياة لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم لم توجد دراسات في حدود علم الباحثة تناولت جودة الحياة لدي التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، ولكن تشير النتائج إلي فعالية البرنامج الإرشادي في تحسين مستوي جودة الحياة حيث تم مساعدة التلميذات أثناء البرنامج على أتاحه مجالات أخري غير الجانب الأكاديمي لأثبات ذواتهم، وعدم التركيز على الجانب الأكاديمي فقط وربطه بمستوي تقبل التلميذات مما ساعد التلميذات علي التخلص من الإحساس بالفشل وشعورهم بالثقة بالنفس وهو ما أنعكس على تحسن مستوي جودة الحياة لديهم وما يتماشي مع تعريف جود لجودة الحياة بأنها امتلاك الفرص لتحقيق أهداف ذات معني، وهو ما أستشعرته التلميذات أثناء البرنامج واتفقت نتائج الدراسة مع دراسة العراقي ٢٠٠٥، (٢٠٠٦)، والتي أثبتت فاعلية البرنامج الإرشادي في تحسين

جودة الحياة لدي طلبة الجامعة ودراسة رخي (٢٠١٣) والتي أثبتت فاعلية البرنامج في تحسين جودة الحياة لدي المعلمات .

الفرض الرابع :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية علي القياس التتبعي بعد مرور شهرين من توقف البرنامج .

جدول رقم ( ) يوضح نتائج القياس البعدي لدرجات التلميذات ذوات صعوبات التعلم وبين نتائج تطبيق البرنامج بعد مرور شهرين من توقف البرنامج

	المتغيرات	التطبيق البعدي		التطبيق التتبعي		قيمة ت	الدلالة
		م	ع	م	ع		
١	مستوي جودة الحياة	٣.٠٠	١.٧٠	٢.٠٠	٤.٠٠	٠.٣٧	غير داله
٢	مستوي مفهوم الذات	١.٥	١.٥	٢.٢٥	٤.٥	٠.٨١٦	غير داله

ويتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسين البعدي والتتبعى للمجموعة التجريبية على مقياسي مفهوم الذات وجودة الحياة مما يدل على استمرارية الأثر الايجابي للبرنامج على التلميذات ذوات صعوبات التعلم وهو ما يحقق صحة الفرض، وتعزو الباحثة استمرار نجاح البرنامج نتيجة للإرشادات والتعليمات التي قدمتها للتلميذات والمعلمات والوالدين بعد توقف البرنامج، وحسن متابعة المعلمات بالمدرسة، ومن بين الإرشادات التي زودت بها الباحثة التلميذات لاستمرار نجاح البرنامج :

١- تكليف التلميذات بعمل أنشطة خاصة بهن ومناسبة لقدراتهن و متابعتهن .

٢- إعطاء التلميذات مهام مثل مهام قائدة الفصل وتشجيعها على أقل قدر من النجاح تحققه حتي يتحسن مفهومهم عن ذواتهن.

٣- تعزيز سلوكياتهن الإيجابية .

٤- الإيمان بأن لكل طفل نقاط قوة فيجب التركيز على دعم نقاط القوة لدي التلميذات ذوات صعوبات التعلم وإشعارهن بأن تقبلهن ليس أمر مرهون بأدائهن الأكاديمي بل يجب تقبلهن ودعمهن مهما كان مستوي تحصيلهن .

٥- متابعة تقدم التلميذات في غرفة المصادر حيث أن تقدم التلميذات في الجانب الأكاديمي سيساعد على تحسين مفهوم الذات وجودة الحياة لهن .

٥- الحرص على إقامة أنشطة تفاعلية بين التلميذات تبرز مواهبهن في المجالات الإخري بخلاف الجانب الاكاديمي مثل عمل مسابقات للرسم، كتابة القصة، حفظ القرآن الكريم، التمثيل، وغيرها من المجالات التي تبدع بها التلميذات .

التوصيات والخاتمة :

في ضوء نتائج الدراسة يمكن الأشارة الى توصيات فيما يلي :

١- أهمية أعداد المزيد من البرامج التدريبية خاصة للأطفال بمرحلة التعليم الأساسي والاهتمام بتنمية مفهوم جودة الحياة ومفهوم الذات في تلك المرحلة حيث ينعكس ذلك على تكوين شخصيتهم فيما بعد بمراحل نموهم المختلفة .

٢- عدم التركيز في المدارس وداخل الأسرة على تحقيق التفوق الأكاديمي لدي الأبناء وجعله أمر مشروط للحصول على الحب، بل يجب اكتشاف مواهب الطفل ودعمه حتي يتحسن مفهومه عن ذاته .

٣-أدخال التفريد في عملية التعلم وعدم التعامل مع التلاميذ بأسلوب تدريسي واحد واستبعاد التلاميذ الذين لا يصلح معهم هذا الأسلوب بل يجب الاهتمام بالفروق الفردية بين التلاميذ .

المراجع :

١- العزة، سعيد حسني (٢٠٠٧) الإعاقة واضطرابات الكلام والنطق واللغة، عمان، الدار العلمية الدولية للنشر

٢- المعشني، أحمد بن علي(٢٠٠٦) حاجات الجودة الشخصية والمهنية للشباب العماني. ندوة علم النفس الحياة جامعة السلطان قابوس .

٣- احمد ، إبراهيم أحمد: الجودة الشاملة في الإدارة التعليمية والمدرسية، دار الوفاء لدينا للطباعة والنشر، الإسكندرية، ٢٠١٣.

٤- الشناوي، محمد حسن، وآخرون: التنشئة الاجتماعية للطفل. دار الصفاء للنشر والتوزيع، ط ٠،عمان

٥- الجاجان، ياسر، آدم، بسماء (٢٠١٤) :جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات دراسة ميدانية على عينة من طلبة قسمي علم النفس والإرشاد النفسي بكلية التربية جامعة دمشق، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات الإنسانية، سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد٣٦ العدد ٥

٦- البطاينة، أسامة، غوانمة، مأمون (٢٠٠٥) : دراسة مقارنة بين مفهوم الذات لدي الطلبة ذوي صعوبات التعلم والطلبة العاديين في محافظة أربد بالأردن، المجلة الأردنية في العلوم التربوية المجلد (١) العدد (٢) ص١٢٣-١٣٥

٧- الأشول، عادل عز الدين (٢٠٠٥). نوعية الحياة من المنظور الاجتماعي والنفسي والطبي. وقائع المؤتمر العلمي الثالث: الإنماء النفسي والتربوية للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة (ص ٣-١١). جامعة الزقازيق- مصر، ١٥-١٦ مارس

٨- العارف بالله محمد، محمد الغندور: جودة الحياة توجه قومي للقرن الحادي والعشرين المؤتمر الدولي السادس مركز الإرشاد النفسي _جامعة عين شمس مصر ص ٢٢- ٨٢.

القمش، مصطفي، الجوالدة فؤاد ٢٠١٢، صعوبات التعلم رؤية تطبيقية، دار الثقافة للنشر والتوزيع ٩-

١٠- جبر، جبر محمد٢٠٠٥ علم النفس الإيجابي. ورقة عمل منشورة في وقائع المؤتمر العلمي الثالث للإنماء النفسي ص ٨٧-٩٣ –للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة، جامعة الزقازيق، مصر

١١- سالم، أحمد عوض وآخرون(٢٠٠٣) صعوبات التعلم الأكاديمية (التشخيص والعلاج)، الطبعة الأولي، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

١٢- عبد المعطي، حسن مصطفى: الإرشاد النفسي وجودة الحياة في المجتمع المعاصر. ورقة عمل منشورة في وقائع المؤتمر العلمي الثالث للإنماء النفسي والتربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة، جامعة الزقازيق، مصر.

١٣- فوزية، محمدي، بوعيشة، أمال (٢٠١٢): معوقات جودة الحياة الأسرية، مجلة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مربلة قاصدي ورباح، الجزائر .

١٤- كاظم، علي مهدي والبهادلي، عبد الخالق نجم٢٠٠٦ : مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة، ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، مسقط . ديسمبر ص٦٠

١٥- منصور، طلعت (٢٠٠٥): الصحة النفسية كسياسة اجتماعية من أجل جودة الحياة. بحث مقدم إلى المؤتمر الدولي الثاني (الصحة النفسية في دولة الكويت)، الكويت: مكتب الإنماء الاجتماعي، ١-٤ ابريل، ٣٤٣-

١٦- نعيسه رغداء٢٠١٢ : جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين "دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق مجلة جامعة دمشق، المجلد (٢٨) ص١٤٥ - ١٨١

17-Barbosa, T., Miranda, M., Santos, R & Bueno, O.(2009). Phonological Working Memory, Phonological Awareness and Language in Literacy Difficulties in Brazilian Children . Reading and Writing: An Interdisciplinary Journal, vol.22 (2),201-218.

18-Bear, Minke & Manning, 2002 Quality of life and disability: An approach for community practitioners. London, UK: Jessica Kingsley Publishers.

19-Diener,E, & Diener, M. (2007). Cross cultural correlates of life satisfaction and self esteem. Journal of Personality and Social Psychology. 68,653-663

20-Dew, T. & Huebner, E. S(2010) Adolescents perceived quality of life exploratory investigation Journal of School Psychology 32, 185-199.

21-Dodson (2005) Differentiating Happiness and self-esteem with Quality of Life : Journal. Individual Differences Research, vol (3) (2), (105-133

22-Fallow field, L(٢٠٠٩): The Quality of Life: the Missing Measurement in Health care, Human Horizons Series. London: Souvenir Press

23-Hampton(2009): Quality of Life: In S. Ayers, A Boum, C.Mc Manus, S., Newman, 24-K. Wallston. J. Weinman, R. West (Eds) Cambridge Handbook of Psychology. Health and Medicine, Cambridge University Lerner,(200٦) : Learning disabilities

Theories, diagnosis, and teaching strategies. Boston: Houghton Mifflin Company
25- National Information Center for Children and Youth with Disabilities [NICHCY],2003
26-mercer(2013) Optimism, Coping and Quality of life in Individual with Chronic Mental Illness. Unpublished doctoral Dissertation, Milwaukee, University & Wisconsin-Madison.
27-Ring,(2007): What (and Why) Is Positive Psychology? Review of General Psychology, Vol. 9, No. 2, 103–110
28-Rowley(t.) (2013): Quality of life in Bipolar Disorder: A Review of the literal are. The Journal of Life Long Learning in Psychiatry, 3(1), 117-134
29-Seligman & Csikszenimihaly,٢٠٠٣ positive psychology: An Introduction Rich, Journal of Humanistic Psychology, 41: 8-1
30-Tayler (2006): Quality of life and disability: An approach for community practitioners. London, UK: Jessica Kingsley Publishers