



جامعة وهران 2

كلية العلوم الإجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية

أطروحة

مقدمة لنيل شهادة دكتوراه الطور الثالث " ل.م.د" في علوم التربية

تخصص: التربية الخاصة

التفأول و التشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا

- دراسة ميدانية بالمنظمة الوطنية للمكفوفين بوهـران والاتحاد الولائي جمعية الامل بتلمسان

إعداد الطالبة :علام سعاد

إشراف: أ.د قادري حليلة

أعضاء لجنة المناقشة

الإسم واللقب	الرتبة	الصفة	الجامعة
أ.د ياسين أمينة	أستاذة التعليم العالي	رئيسا	جامعة وهران 2
أ.د قادري حليلة	أستاذة التعليم العالي	مشرفا ومقررا	جامعة وهران 2
أ.د جفال مريم	أستاذة محاضرة.أ	مناقشا	جامعة وهران 2
أ.د برزاوي نادية	أستاذة محاضرة.أ	مناقشا	جامعة خميس مليانة
أ. دبو كصاصة نوال	أستاذة محاضرة.أ	مناقشا	جامعة تيارت

السنة الجامعية 2025/2026

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الاهداء

أهدي هذا العمل المتواضع الى والدي ووالدتي أطال الله عمرهما وأمدهما

بالصحة والعافية وأثابهما في الدنيا والآخرة

الى اخوتي ايمان والياس حفظهم الله ووفقهم.

الشكر والتقدير

الحمد و الثناء و الشكر لله عزوجل العلي القدير

على نعمه و توفيقه لانجاز هذه الرسالة

أتوجه بخالص الشكر والتقدير للأستاذة المحترمة " قادري حليمة"

لتفضلها الاشراف الأكاديمي للرسالة و على التوجيهات و النصائح السديدة وخاصة على

صبرها فجزاها الله عني خير الجزاء

كما أتقدم بالشكر الى الفئة التي اشتغلت معها و كانت سببا في هذا البحث " المكفوفين"

الى الأساتذة و الزملاء وكل من ساهموا في توفير الدعم النفسي والعلمي ويسروا لي

الطريق لاتمام هذا العمل.

الباحثة: علام سعاد

ملخص البحث:

هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا ، و الكشف عن الفروق في هذه المتغيرات وفقا للسن و الجنس و المستوى الدراسي و المهنة ، واستخدم لهذا الغرض المنهج الوصفي ، وتم تطبيق القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم أ.(عبد الخالق) و القائمة العربية للرضا عن الحياة أ.(مجدي الدسوقي) على عينة قوامها(141) من فئة المعاقين بصريا ، وتوصلت نتائج البحث الى :

- 1-وجود علاقة بين التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا.
 - 2-عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة لدى عينة المعاقين بصريا يعزى لمتغير الجنس.
 - 3-عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متغيري التفاؤل و الرضا عن الحياة يعزى لمتغير السن في حين توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التشاؤم و الرضا عن الحياة يعزى لمتغير السن.
 - 4- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية للتفاؤل لدى المعاقين بصريا يعزى لمتغير المستوى الدراسي ، بينما أظهرت النتائج على وجود فروق ذات دلالة احصائية للتشاؤم لدى المعاقين بصريا يعزى لمتغير المستوى الدراسي لصالح المستوى الدراسي.
 - 5-عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة يعزى لمتغير المهنة.
 - 6-السمة السائدة بين المعاقين بصريا هي التفاؤل.
 - 7-لا يمكن التنبؤ بالتفاؤل لدى المعاقين بصريا بالاعتماد على المتغيرات (الجنس، السن، المستوى الدراسي، المهنة)، بينما التشاؤم يمكن التنبؤ به لدى المعاقين بصريا استنادا الى المتغيرات (السن و المستوى الدراسي) فيزيد التشاؤم عند التقدم في السن، في حين ينخفض التشاؤم عند الأفراد المعاقين بصريا ذوي المستويات الأعلى في الدراسة، أما الجنس و المهنة فلا يؤثران على التشاؤم .
- الكلمات المفتاحية: التفاؤل ، التشاؤم، الرضا عن الحياة، الاعاقة البصرية.

Abstract:

This study aimed to identify the relationship between optimism, pessimism, and life satisfaction among the visually impaired individuals, and to explore differences in these variables according to age, gender, educational level, and profession. to achieve this, the descriptive method was used, the arabic list of optimism and pessimism by professor Abdel khalek and the arabic list of life satisfaction professor Magdy El-Desouky were applied to a sample of (141) visually impaired individuals, the study's results indicated :

1. There is a relationship between optimism, pessimism, and life satisfaction among the visually impaired.
2. There are no statistically significant differences in optimism, pessimism, and life satisfaction among the visually impaired sample attributable to the gender variable.
3. There are no statistically significant differences in optimism and life satisfaction attributable to the age variable, while there is a statistically significant relationship between pessimism and life satisfaction attributable to the age variable.
4. There are no statistically significant differences in optimism among the visually impaired attributable to the educational level variable. However, the results showed statistically significant differences in pessimism among the visually impaired attributable to the educational level variable.
5. There are no statistically significant differences in optimism, pessimism, and life satisfaction attributable to the profession variable.
6. The dominant trait among the visually impaired is optimism.
7. Optimism among the visually impaired cannot be predicted based on the variables (gender, age, educational level, profession), whereas pessimism among the visually impaired can be predicted based on the variables (age and educational level). accordingly, Pessimism increases as individuals age, while it decreases among visually impaired individuals with higher levels of education. as for Gender and profession they do not affect pessimism.

Keywords: Optimism, Pessimism, Life Satisfaction, Visual Impairment.

Résumé:

L'objectif de l'étude était de connaître la relation entre l'optimisme, le pessimisme et la satisfaction de vie chez les personnes malvoyantes, et de révéler les différences dans ces variables selon(le genre, l'âge, le niveau d'études et la profession. Pour cela, la méthode descriptive a été utilisée, et la liste arabes d'optimisme et de pessimisme de l'enseignant Abdel Khalek, ainsi que la liste arabe de satisfaction de vie de l'enseignant Magdy El-Dsouqi, ont été appliquées sur un échantillon de 141 personnes malvoyantes. Les résultats de la recherche ont démontré :

1. L'existence d'une relation entre l'optimisme, le pessimisme et la satisfaction de vie chez les malvoyants.
2. L'absence de différences statistiquement significatives entre l'optimisme, le pessimisme et la satisfaction de vie au sein de l'échantillon, attribuable a la variables du genre.
3. L'absence de différences statistiquement significatives entre les variables optimisme et satisfaction de vie, d'âge, alors qu'il y avait une relation statistiquement significative entre le pessimisme et la satisfaction de vie, attribuable a la variables d'âge.
4. L'absence de différences statistiquement significatives pour l'optimisme chez les malvoyants, attribuable a la variables du niveau d'études, tandis que les résultats ont démontré des différences statistiquement significatives pour le pessimisme attribuable a la variables du niveau d'études.
5. L'absence de différences statistiquement significatives pour l'optimisme, le pessimisme et la satisfaction de vie, a la variables de la profession.
6. L'attitude prédominante parmi les malvoyants est l'optimisme.
7. Il n'est pas possible de prédire l'optimisme chez les malvoyants à partir des variables genre, âge, niveau d'études, profession, tandis que le pessimisme peut être prédit chez les malvoyants en s'appuyant sur l'âge et le niveau d'études, le pessimisme augmentant avec l'âge, tandis qu'il diminue chez les malvoyants ayant un niveau d'études plus élevé, alors que le genre et la profession n'ont pas d'effet sur le pessimisme.

Mots-clés : Optimisme, Pessimisme, Satisfaction de la vie, Déficience visuelle.

قائمة المحتويات

الموضوع	الصفحة
الاهداء	أ
الشكرو التقدير	ب
ملخص الدراسة	ج
قائمة المحتويات	و
قائمة الجداول	ك
قائمة الأشكال	ن
قائمة الملاحق	س
مقدمة	1
الفصل الأول: تقديم الدراسة	
1- الاشكالية.	4
2- فرضيات الدراسة.	10
3- أهداف الدراسة.	10
4- أهمية الدراسة.	11
5- المفاهيم الاجرائية للدراسة.	11
الفصل الثاني:التفاؤل و التشاؤم	
- تمهيد.	
1- مفهوم التفاؤل و التشاؤم.	14
2- وجهة نظر الباحثين في تحديد مفهومي التفاؤل و التشاؤم .	15
3- التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالصحة النفسية و الجسدية.	19

21	4- أنواع التفاؤل.
24	5- أنواع التشاؤم.
28	6- أسباب التفاؤل .
29	7- أسباب التشاؤم.
29	8- خصائص المتفائلين.
29	9- خصائص المتشائمين.
30	10- ملامح الشخصية المتفائلة.
31	11- ملامح الشخصية المتشائمة.
34	12- العوامل المؤثرة في التفاؤل و التشاؤم .
42	13- النظريات المفسرة للتفاؤل و التشاؤم .
45	14- التفاؤل و التشاؤم من المنظور الديني و العربي .
	خلاصة.
	الفصل الثالث : الرضا عن الحياة
	تمهيد.
51	1- تعريف الرضا عن الحياة.
53	2- المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة و الفرق بينهما .
57	3- محددات الشعور بالرضا عن الحياة .
58	4- علاقة الرضا عن الحياة بالتدين.
59	5- العوامل المساعدة على تحقيق الرضا عن الحياة .
60	6- أبعاد الرضا عن الحياة .
64	7- النظريات المفسرة للرضا عن الحياة.
	خلاصة.

	الفصل الرابع: الاعاقة البصرية
	تمهيد.
69	1- تعريف الاعاقة البصرية.
73	2- تاريخ الاعاقة البصرية.
74	3- آلية الابصار.
75	4- كيف تتم الرؤية.
76	5- الجهاز البصري.
79	6- أهمية حاسة البصر.
80	7- أبرز المشكلات التي يعاني منها الطلبة الجامعيين المعاقين بصريا.
81	8- أسباب الاعاقة البصرية.
82	9- أنواع الاعاقة البصرية.
85	10- تصنيف المعاقين بصريا.
88	11- نسبة انتشار الاعاقة البصرية.
90	12- سمات المعاقين بصريا.
98	13- قياس وتشخيص الاعاقة البصرية.
101	14- العوامل المؤثرة على الاعاقة البصرية.
102	15- البرامج التربوية للتلاميذ المكفوفين.
102	16- الخدمات التربوية لذوي الاعاقات البصرية.
105	17- مناهج و أساليب تدريس التلاميذ المكفوفين.
106	18- الوقاية من الاعاقة البصرية .
106	19- الأدوات الخاصة بالمعاقين بصريا.
	خلاصة.

	الفصل الخامس: الاجراءات المنهجية للدراسة الاستطلاعية
	تمهيد.
111	1- منهج الدراسة.
111	2- أهمية الدراسة الاستطلاعية.
112	3- الاطار الزمني و المكاني للدراسة الاستطلاعية.
113	4- عينة الدراسة الاستطلاعية.
113	5- خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية.
117	6- أدوات الدراسة.
118	7- وصف الأدوات.
120	8- خصائص السيكمترية لأدوات الدراسة الاستطلاعية.
	الفصل السادس: الاجراءات المنهجية للدراسة الأساسية
140	1- الاطار الزمني و المكاني للدراسة الأساسية.
141	2- مواصفات العينة الأساسية.
142	3- خصائص عينة الدراسة الأساسية.
146	4- أدوات الدراسة الأساسية.
146	5- الأساليب الاحصائية للمعالجة.
	خلاصة.
	الفصل السابع : عرض نتائج اختبار الفرضيات
	اختبار فرضيات البحث و مناقشتها.
149	1- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية الأولى.
150	2- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية الثانية.
151	3- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة.

152	4- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة.
153	5- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة.
154	6- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية السادسة.
155	7- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية السابعة.
	الفصل الثامن: تحليل و مناقشة النتائج
159	1- عرض و مناقشة نتائج السؤال الأول.
161	2- عرض و مناقشة نتائج السؤال الثاني.
163	3- عرض و مناقشة نتائج السؤال الثالث.
164	4- عرض و مناقشة نتائج السؤال الرابع.
165	5- عرض و مناقشة نتائج السؤال الخامس.
168	6- عرض و مناقشة نتائج السؤال السادس.
169	7- عرض و مناقشة نتائج السؤال السابع.
173	خاتمة.
173	المساهمة العلمية.
174	اقتراحات
175	قائمة المراجع.
186	الملاحق.

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
01	تلخيص ملامح الشخصية المتفائلة	32
02	تلخيص ملامح الشخصية المتشائمة	33
03	أبرز المشكلات التي يعاني منها الطلاب	81
04	التوزيع التكراري و النسب المئوية لعينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس و السن	113
05	التوزيع التكراري و النسب المئوية لعينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس والمستوى الدراسي	115
06	التوزيع التكراري و النسب المئوية لعينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس و المهنة	116
07	كيفية تقدير درجات عبارات القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم	118
08	معاملات الصدق الاتفاقي مع مقاييس أخرى	119
09	معاملات الثبات للقائمة العربية في بيئة جزائرية	119
10	نتائج التحكيم في قائمة التفاؤل و نسبة اتفاق المحكمين	121
11	معاملات الارتباط بين درجة العبارة و الدرجة الكلية لاستبيان التفاؤل	123
12	الصدق التمييزي لقائمة التفاؤل	123
13	قيمة معامل ألفاكرونباخ لقائمة التفاؤل	124
14	معاملات الثبات بأسلوب التجزئة النصفية	125
15	نتائج التحكيم في قائمة التشاؤم و نسبة اتفاق المحكمين	125
16	معاملات الارتباط بين درجة العبارة و الدرجة الكلية لاستبيان التشاؤم	126

128	الصدق التمييزي لقائمة التشاؤم	17
128	قيمة معامل ألفا كرونباخ لقائمة التشاؤم	18
129	معامل الثبات بأسلوب التجزئة النصفية لقائمة التشاؤم	19
130	توزيع فقرات قائمة الرضا عن الحياة على الأبعاد	20
131	تقدير درجات عبارات قائمة الرضا عن الحياة	21
132	حساب معامل الصدق التمييزي للذكور	22
132	حساب معامل الصدق التمييزي للإناث	23
133	حساب معامل الثبات للذكور والإناث	24
133	نتائج التحكيم في قائمة الرضا عن الحياة ونسبة اتفاق المحكمين	25
135	معاملات الارتباط بين درجة العبارة و الدرجة الكلية لقائمة الرضا عن الحياة	26
137	الصدق التمييزي لقائمة الرضا عن الحياة	27
137	قيمة معامل ألفا كرونباخ لقائمة الرضا عن الحياة	28
138	معامل الثبات بأسلوب التجزئة النصفية لقائمة الرضا عن الحياة	29
142	توزيع تكراري و النسب المئوية لعينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس و السن	30
143	توزيع تكراري و النسب المئوية لعينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس و المستوى الدراسي	31
144	توزيع تكراري و النسب المئوية لعينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس و المهنة	32
149	معاملات الارتباط بين التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة	33
150	نتائج اختبار "ت" لعينة مستقلة لمقارنة التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة حسب الجنس	34
151	نتائج تحليل التباين لمتغيرات التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة حسب السن	35

152	نتائج تحليل التباين لمتغيرات التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة حسب المستوى الدراسي	36
153	نتائج تحليل التباين لمتغيرات التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة حسب المهنة	37
154	اختبار العينة الواحدة لمتغيري التفاؤل والتشاؤم	38
155	نتائج تحليل تباين الانحدار المتعدد للتنبؤ بالتفاؤل لدى عينة المعاقين بصريا	39
155	نتائج تحليل تباين الانحدار المتعدد لمتغير التفاؤل	40
156	نتائج تحليل تباين الانحدار المتعدد للتنبؤ بالتشاؤم لدى عينة المعاقين بصريا	41
156	نتائج تحليل تباين الانحدار المتعدد لمتغير التشاؤم	42

قائمة الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
1-	العوامل الأساسية في تحديد التفاؤل الديناميكي (تفسير الخبرات)	24
2-	الشكل رقم (2): يوضح العوامل الأساسية في تحديد التفاؤل الديناميكي (التأثير على النتائج بشكل ايجابي)	25
3-	الشكل رقم (3): يوضح أبعاد الرضا عن الحياة	62
4-	مسار العصب البصري	74
5-	مجال الرؤية للشخص العادي و الكفيف	75
6-	صورة الجهاز البصري لدى الانسان	76
7-	تشرح العين	77
8-	الرؤية عند المصابين بالكلاكوما	84
9-	لوحة سنيلن تحدد حدة الابصار القديمة	100
10-	لوحة سنيلن لقياس حدة الابصار	100
11-	آلة برايل	107
12-	أعمدة بيانية لتوزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس و السن	114
13-	أعمدة بيانية لتوزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس و المستوى الدراسي	115
14-	أعمدة بيانية لتوزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس و المهنة	117
15-	أعمدة بيانية لتوزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس و السن	142

144	أعمدة بيانية لتوزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس و المستوى الدراسي	16-
145	أعمدة بيانية لتوزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس و المهنة	17-

قائمة الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق
01	قائمة التفاؤل في صورته الأولية للتحكيم
02	قائمة التشاؤم في صورته الأولية للتحكيم
03	قائمة الرضا عن الحياة في صورته الأولية للتحكيم
04	قائمة الأساتذة المحكمين
05	جداول النسب والتكرارات بالنسبة لاجابات الأساتذة المحكمين
06	مراسلة قسم علوم التربية رخصة اجراء الجانب التطبيقي قسم علوم التربية
07	شهادة ادارية للسيد رئيس المنظمة الوطنية للمكفوفين تتضمن اجراء الجانب الميداني للدراسة
10	البطاقة الفنية للمنظمة الوطنية للمكفوفين
11	نتائج الدراسة الاستطلاعية
12	نتائج الدراسة الأساسية

مقدمة:

قد يكون الفرد مصدرا للتفاؤل كما قد يكون مصدرا للتشاؤم ،فهو الذي يعطي وزنا وقيمة من منظوره الذاتي ،بما يتحقق مع تقديراتهم و أهدافهم الشخصية ،الا أن سمة التفاؤل و التشاؤم تبقى تتأثر و تؤثر في الانسان،هذا ما جعله موضوعا يشغل حيزا كبيرا بين العلماءو الباحثين في علم النفس و علم الاجتماع،فالتفاؤل و التشاؤم عبارة عن سمة في الشخصية ،تحدد أحاسيسه وانفعالاته فتكون اما ايجابية كالفرح و الانبساط و السعادة أو سلبية تنسم بالحزن و التوتر و القلق فتؤثر على سلوك الفرد وعلى صحته النفسية و الجسدية و تنعكس بدورها على الرضا عن الحياة ،فكما للبدن وظائف تشريحية له أخرى روحية ،فهو الهيكل الذي تتلبسه الروح و قد أوصى ديننا الاسلامي بعدم التفرقة و الرعاية ،بل دفعنا للاهتمام بالأفراد الذين يعانون قصورا في أحد الجوانب ،وتعتبر فئة المعاقين بصريا من أشد الفئات المحتاجة للاعتناء و التكفل بها ،لتكون عنصرا فعالا في المجتمع ،و من هنا نستدل بأهمية الموضوع باعتبار التفاؤل و التشاؤم له علاقة بالرضا عن الحياة لدى المعاقين بصريا وهذا ما يجعلنا نبحث عن طبيعة العلاقة القائمة بين هذه المتغيرات عند المعاق بصريا وفقا (للجنس،السن،المستوى الدراسي،المهنة)وقد تضمنت الدراسة الحالية 8 فصول موزعة الى جانبين ،الجزء الأول النظري و الثاني تطبيقي حيث يضم الجانب النظري أربعة فصول خصص الفصل الأول بتقديم موضوع الدراسة و يتضمن تحديد مشكلة الدراسة ،و صياغة فرضياتها ،ثم أبرزنا أهميتها و أهدافها و بعد ذلك تم ضبط و تحديد المفاهيم الاجرائية للبحث. أما الفصل الثاني فقد تم عرض فيه الاطار النظري مفهوم التفاؤل و التشاؤم ، وجهة نظر الباحثين في تحديد مفهومي التفاؤل والتشاؤم،علاقة التفاؤل و التشاؤم بالصحة النفسية و الجسدية ،كما سنعرض أنواعهم و الأسباب التي تقف وراءهم ثم خصائص المتفائلين و المتشائمين والى أهم ملامح شخصيتهم ،ثم سنتعرض الى العوامل المؤثرة والمحددة للتفاؤل والتشاؤم و النظريات المفسرة لهم،وأخيرا التفاؤل والتشاؤم من المنظور الديني و العربي فخلاصة الفصل.

في حين تطرقنا في الفصل الثالث بداية الى تعريف الرضا عن الحياة ،المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة،و الفرق بينهما ،محددات الشعور بالرضا عن الحياة،علاقة الرضا بالحياة بالتدين ،العوامل المساعدة على تحقيق الرضا عن الحياة،أبعاد الرضا عن الحياة ،النظريات المفسرة للرضا عن الحياة فخلاصة الفصل.وخصص الفصل الرابع الى الاعاقة البصريةتضمن هذا الفصل أهم التعريفات للإعاقة البصرية وتاريخها،آلية الإبصار وكيف تتم عملية الرؤية ومدى أهمية هذه الحاسة وأهم المشكلات التي يعاني منها الطلبة الجامعيين المعاقين بصريا ، إلى الأسباب المؤدية إليها كما سنتطرق إلى أنواع ،تصنيف ،نسبة الانتشار الاعاقة البصرية والسمات التي تميزهم وكيفية قياسها و تشخيصها والعوامل المؤثرة عليها، اضافة لذلك الخدمات التربوية المقدمة لهم،

ثم نتطرق الى مناهج و أساليب تدريس التلاميذ المكفوفين و الطرق و الاجراءات الوقائية من الاعاقة البصرية، و أخيرا الأدوات الخاصة بهم.

أما الجانب الميداني فقد ضم أربعة فصول وهم: الفصل الخامس والذي تعلق بالاجراءات المنهجية للدراسة ،حيث تم عرض أبرز وأهم الخطوات المنهجية المتبعة في هذه الدراسة من اجراءات استطلاعية أهمية ومنهج الدراسة الاستطلاعية ،الاطار الزمني و المكاني للدراسة الاستطلاعية، عينة الدراسة الاستطلاعية وخصائصها ثم عرض الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة بعد أن خضعت للخصائص السيكمترية ،وصف الأدوات الخصائص السيكمترية لأدوات الدراسة الاستطلاعية.كما تمحور الفصل السادس حول عرض نتائج الدراسة و أهم اجراءات الدراسة الأساسية من عينة و خصائص و نتائج .و اشتمل الفصل السابع على اختبار نتائج الفرضيات فيما تم تخصيص الفصل الثامن لمناقشة و تفسير نتائج الفرضيات على ضوء الدراسات السابقة و في الأخير خاتمة مع تقديم المساهمة العلمية اضافة الى بعض الاقتراحات التي قدمتها الباحثة و عرض قائمة المراجع و الملاحق.

الفصل الأول: تقديم الدراسة

- 1 - الاشكالية
- 2-فرضيات الدراسة.
- 3-أهداف الدراسة.
- 4- أهمية الدراسة
- 5-المفاهيم الاجرائية للدراسة.

الاشكالية:

يعد علم النفس الايجابي فرعاً من فروع علم النفس، يركز على عدة مفاهيم معقدة ومتداخلة، كما يهدف الى دراسة الجوانب الايجابية للفرد، وأبرز مجالات البحث في سمات الشخصية كالتفاؤل والتشاؤم، التي تعتبر من أهم الدراسات لما لها من أثر وأهمية كبيرة على المجتمعات الانسانية، فالتفاؤل ينمي الايجابية في نفسية الفرد و يمنحه الأمل من أجل الدفع الى الأمام وتحقيق الأهداف المرجوة، بينما التشاؤم يؤثر على سلوكيات الانسان وتوقعاته بالنسبة للحاضر والمستقبل، خصوصاً اذا كان الفرد يعاني من اعاقة بصرية، يشير (الدعدي، 2009) بأن حاسة البصر تعتبر حاسة مهمة في حياة الانسان، لأن الحرمان من حاسة البصر يفقد الفرد معظم خبراته اليومية، فالبصر يتفرد دون غيره من الحواس الأخرى بنقل معظم جوانب البيئة الاجتماعية والمادية المحيطة بالانسان، وما تحويه من تفاعلات وعلاقات الى العقل الذي يترجمها بدوره في ضوء المعلومات والخبرات السابقة الى موضوعات ذات معنى (بلعظم، 2021، ص 6).

ما يجعل الفرد يتأثر بشكل كبير في سلوكه و تنعكس على حالته النفسية و الجسمية بالتفاؤل أو التشاؤم والرضا عن الحياة، وهذا ما جعل مفهومي التفاؤل والتشاؤم يحظى بإهتمام كبير في أوساط الباحثين من مختلف طبقات و شرائح المجتمع. نظراً لإرتباطهما بالصحة النفسية والجسمية للفرد، فقد أكدت مختلف النظريات على ارتباط التفاؤل بالسعادة والصحة والمثابرة والإنجاز والنظرة الإيجابية للحياة. وتعد الدراسات النفسية للتفاؤل والتشاؤم دراسات حديثة، ظهر الاهتمام بهذين المفهومين خلال العقود الثلاثة الأخيرة، وكان أول كتاب أسهم في بلورة هذا المجال التفاؤل "بيولوجية الأمل" لصاحبه تايجر (Tiger, 1979) وهناك كتاب آخر يعد الأول من نوعه بالعربية أعده (الأنصاري، 1998)، عن التفاؤل والتشاؤم يعرض فيه المفهوم والقياس والمتعلقات بشكل مفصل (سني، 2021، ص 3).

يعد التفاؤل والتشاؤم ذو أهمية بالغة في حياة الانسان، لما له من اثر كبير في سلوك الفرد وحالته النفسية والجسمية من نواحي مختلفة، كما يعتبر الرضا عن الحياة عند الأشخاص عامل أساسي ومهم في تلائمهم وانسجامهم مع الظروف وتوافقهم و تقبلهم للأحداث و ما يتعرضون له في الحياة اليومية، ان للتفاؤل والتشاؤم دور هام في احساس الفرد بالرضا عن الحياة والقناعة بما يعيشه فعندما يحقق حلمه و هدفه المرجو مستخدماً قدراته الى أقصى حد ممكن للوصول الى الرضا عن النفس فسيكون راضياً عن حياته أيضاً، و يزيد شعوره بالسعادة والسرور والتفاؤل بما هو قادم في المستقبل، على عكس الذي لم يصل الى مبتغاه ولم يحقق طموحاته تعرضه الى خيبة أمل والاحساس بالفشل والافاق والاحباط ما يؤدي به الى التشاؤم و

يجعله يتوقع حصول الأسوأ في حياته الحاضرة والمستقبلية ، هذا ما يؤكد (الدسوقي، 2001) أن للتفاؤل و التشاؤم أهمية على السلوك الانساني حيث يؤثر كل منهما على الحالة النفسية للفرد ، وتوقعاته بالنسبة للحاضر والمستقبل سواء كانت تفاؤلية أو تشاؤمية. والتي قد تعكس رضاه من عدمه عن الحياة.

كما يعتبر مفهوم الرضا عن الحياة من بين المفاهيم الهامة في حياة الانسان و سلامته النفسية و الذي يشير الى كيفية تقييم الأفراد لحياتهم بأبعادها المختلفة من وجهة نظرهم الخاصة فتكون طريقة تقييمهم لحياتهم بناء على تكرار الأحداث السارة أو غير السارة، و التي تسبب اما السعادة و الفرح أو التوتر و القلق و الاكتئاب وبالتالي الشعور بالرضا أو عدمه بدرجاته المختلفة (عبد العال ، 2018، ص 2). وتظهر الدراسة الحالية أن هذه التقييمات تتأثر بتكرار الأحداث السارة أو غير السارة ، حيث تشكل أحاسيس كالسعادة و الفرح أو الحزن و القلق و تترجم على شكل سلوكيات تنعكس على رضاهم عن الحياة ، وهذا الارتباط يبين أهمية التفاؤل و التشاؤم .

تؤكد (النوي، 2016، ص5) أن الشعور بالرضا أو عدم الرضا عن الحياة يمثل مظهرًا هامًا من مظاهر حياة الفرد ، كما يرتبط ارتباطًا وثيقًا بصحته النفسية و تكيفه الشخصي و الاجتماعي ، فالأشخاص الأكثر رضا عن حياتهم يتمتعون بصحة نفسية وجسمية و قدرة على التكيف مع ظروف الحياة المتغيرة أكثر من الأشخاص الأقل رضا ، و يترافق الشعور بالرضا العام عن الحياة بالعديد من المشاعر ذات الطبيعة الايجابية لدى الأفراد ، كمشاعر الأمل ، التفاؤل ، الطموح و النظرة الايجابية الى المستقبل ، في حين يترافق الشعور بعدم الرضا لدى الأفراد بالعديد من الأحاسيس و المشاعر ذات الطبيعة السلبية ، الاحساس بالقهر و الظلم ، الانعزال و غيرها. ترى أيضا (عبيد ، 2013) أنه لا يمكن للحياة أن تسير على وتيرة واحدة بل يعترضها بعض الصعاب التي تنغص على الانسان سعادته ، وتجعله يعيش مهموما لفترة ما قد تطول أو تقصر (قنيطة ، 2016، ص2). وهم ما يتوافق مع دراستنا، إذ أن الأشخاص ذوي الرضا يتأقلمون أكثر مع الظروف ، في حين من يعانون من عدم الرضا عن الحياة يشعرون بثقل وعبء مستمر ، يؤثر على صحتهم النفسية و تنعكس على صحتهم الجسدية .

أشارت دراسة بسيوني (2011): التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالانجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن، وتكونت العينة من 343 طالبة من كلية التربية للبنات وينتمون للمستويات التعليمية المختلفة وتتراوح أعمارهن ما بين 20 إلى 25 عاماً، واستخدمت الباحثة العديد من المقاييس أهمها مقياس التفاؤل/ التشاؤم إعداد الباحثة، مقياس الرضا عن الحياة إعداد إيمان شاهين وسميرة شند، معدلات الطالبات.

توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات الطالبات على مقياس التفاؤل ودرجاتهن على مقياس الرضا عن الحياة. وتبين وجود علاقة ارتباطية سالبة بين درجات الطالبات على مقياس التشاؤم ودرجاتهن على مقياس الرضا عن الحياة والانجاز الأكاديمي. وهذا ما توافق مع جزء من دراستنا تتعلق بالمستوى الدراسي وعلاقته بالتشاؤم والرضا عن الحياة فكلما كان المستوى التعليمي أعلى ارتفع الرضا عن الحياة وانخفض التشاؤم عند الفرد، فالتفاؤل يرفع الرضا عن الحياة ، والتشاؤم يضعف الانسان ويقلل من فرص النجاح.

في دراسة أجراها ماهر يوسف المجدلاوي (2012) بعنوان: التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية لدى موظفي الأجهزة الأمنية الذين تركوا مواقع عملهم بسبب الخلافات السياسية في قطاع غزة.

من أجل التعرف على العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وبين الرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية ، وعلى الفروق في متغيرات الدراسة تبعاً للمتغيرات الديموغرافية (العمر، الدخل ، سنوات الخدمة) . وتكونت عينة الدراسة من 205 من موظفي الأجهزة الأمنية الذين تركوا مواقعهم بسبب الخلافات السياسية ، واستخدم الباحث مقياس التفاؤل والتشاؤم من إعداد الباحث ، مقياس الرضا عن الحياة من إعداد الباحث ، مقياس الأعراض النفسجسمية من إعداد الباحث وأظهرت النتائج أن (52) من العينة متشائمون، و (55) غير راضين عن حياتهم و (22) يعانون من أعراض نفسجسمية ، كما أظهرت وجود علاقة سالبة بين التشاؤم والرضا عن الحياة ، وأنه لا توجد علاقة كبيرة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة وبين الأعراض النفسجسمية، كذلك توصلت إلى عدم وجود فروق كبيرة في مقياس التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة تبعاً للمتغيرات الديموغرافية ، كما توصلت إلى وجود فروق جوهريّة في مقياس الأعراض النفسجسمية تبعاً للمتغيرات الديموغرافية إذ تبين أن الأفراد الذين أعمارهم ودخلهم وخبرتهم مرتفعة ارتفعت عندهم الأعراض النفسجسمية أكثر من غيرهم ، فقد اتفقت هذه الدراسة مع الدراسة الحالية في الهدف الأساسي وهو التعرف على العلاقة بين المتغيرات التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة ، كما اختلفت في وجود فروق جوهريّة حسب العمر حيث ارتفعت الأعراض النفسجسمية في دراسة (المجدلاوي) وارتفع التفاؤل وانخفض التشاؤم في دراستنا الحالية عند التقدم في السن.

بينما أجرت نهدي سعاد (2015) دراسة هدفت إلى التعرف على التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة علم النفس بجامعة قاصدي مرباح بورقلة بأخذ المتغيرات التالية بعين الاعتبار: الجنس وتقدير الذات وأثر هذه المتغيرات على كل من التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (119) طالبا بكلية العلوم الانسانية والاجتماعية شعبة علم النفس، وكانت أداة الدراسة مقياس التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة وتقدير الذات

، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية : توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة ، لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التشاؤم والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة، لا تختلف سمة التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة باختلاف الجنس، تختلف سمة التفاؤل باختلاف مستوى تقدير الذات. اتفقت دراستنا الحالية مع هذه الدراسة في الهدف و طبيعة المتغيرات و المنهج واختلفت مع طبيعة العينة و حجمها حيث كان أقل من حجم عينة الدراسة الحالية ، كما اتفقت في وجود علاقة ارتباطية احصائية بين التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة مما يدل على أن النتائج سواء كانوا عاديي أو من فئات التربية الخاصة المعاقين بصريا الا أنهم يشتركون في آليات نفسية، فيساهم التفاؤل في تحسين القدرة على التكيف ومواجهة الضغوطات مما ينعكس بالإيجاب على الرضا عن الحياة.

أجرت لما القيسي (2017) دراسة هدف إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة والتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية الأميرة رحمة في السلط، وتكونت عينة الدراسة من (350) طالب وطالبة (163) من الذكور و (187) من الإناث، تم اختيارهم بطريقة العينة القصدية واعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي القائم على وصف الظاهرة، وكانت أداة الدراسة مقياس الرضا عن الحياة من إعداد شقورة (2012) ومقياس التفاؤل والتشاؤم من إعداد محيسن (2012)، وأظهرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين الرضا عن الحياة والتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الكلية، ووجود درجة متوسطة من الرضا عن الحياة والتفاؤل لدى الطلبة، بينما كانت درجة التشاؤم منخفضة، وتبين وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى ($\alpha=0,05$) بين الرضا عن الحياة والتفاؤل والجنس لصالح الذكور. اتفقت هذه الدراسة من حيث العينة مع دراستنا حيث اشتملت على كلا الجنسين ، كما اختلفت مع مقاييس الدراسة للمتغيرات، وتبين وجود اختلاف من خلال النتائج اذ توصلت نتائج دراسة (القيسي) الى وجود فروق بين الجنسين في التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة ، بينما لم نسجل فروق بين الجنسين في دراستنا الحالية وهو ما يفسر ذلك لاختلاف حجم العينة و بيئتها وأدوات القياس كما ارتبطت دراسة (القيسي) بمتغيرات أخرى مع الجنس اختلفت مع متغيرات الدراسة الحالية.

هدفت دراسة تقي الدين ونجمة (2017) إلى فحص العلاقة بين سمّي التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات ، والكشف عن الفروق بين الطالبات في متغير التفاؤل والتشاؤم ومتغير الرضا عن الحياة تبعاً لنوع إقامتهن (مقيمة بالإقامة الجامعية غير مقيمة، وقد اعتمدتا على المنهج الوصفي واستخدمتا مقياس التفاؤل والتشاؤم ومقياس الرضا عن الحياة كأداة لدراستهما، وبلغت عينة الدراسة (100) طالبة (50) طالبة مقيمة بالإقامة الجامعية و (50) غير مقيمة بالإقامة الجامعية ، وأظهرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية داله احصائيا بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى طالبات

الجامعة، ولا توجد فروق بين الطالبات الجامعيات المقيمات والغير مقيمات في متغير التفاؤل والتشاؤم. يتضح من خلال هذه الدراسة أن التفاؤل والتشاؤم يعتبران من المتغيرات النفسية المرتبطة بشكل كبير مع الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين وهو ما يتفق مع نتائج الدراسة الحالية التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة غير أن هذا الاتفاق لا ينفي وجود اختلاف في طبيعة العينة، حيث أجريت الدراسة الحالية على فئة المعاقين بصريا وهي فئة قد تتأثر بظروف نفسية واجتماعية، ضغوطات والقدرة على التكيف فقدتواثر عليهم وتنعكس على سلوكياتهم وعلى طبيعة المتغيرات.

أشارت حليلة الدقوشي (2017) في دراستها والتي هدفت إلى معرفة التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب جامعة المختار بالبيضاء، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي في دراستها، وقد تكونت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة من كلية التربية وكلية العلوم بالبيضاء جامعة عمر المختار منهم (158) من الذكور (142) من الإناث وقد استخدمت في الدراسة القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من إعداد عبد الخالق (1996) وتتكون القائمة من مقياسين فرعيين أحدهم للتفاؤل والآخر للتشاؤم ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد الدسوقي (1998) وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين التفاؤل والرضا عن الحياة، وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين التشاؤم والرضا عن الحياة. اختلفت هذه الدراسة مع دراستنا الحالية في طبيعة وحجم العينة واتفقت مع أدوات العينة ومن حيث النتائج اتفقت على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل والرضا عن الحياة ووجود علاقة سلبية بين التشاؤم والرضا عن الحياة رغم اختلاف العينة مما يدل على أن الاعاقة البصرية لا تلغي طبيعة العلاقة بين المتغيرات لكن قد تؤثر في شدتها أو مستوياتها.

اتفقت الدراسات السابقة من حيث الهدف في معرفة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة بينما المتغير الآخر جاء مختلفا ومتنوعا بحيث تم ربطه بكل من الطلبة، الانجاز الأكاديمي...، كما أشارت دراسة (حليلة الدقوشي ولما القيسي و تقي الدين نجمة، 2017) ودراسة (نهدي سعاد، 2015) للتفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى عينة من الطلاب أما دراسة (المجدلاوي، 2012) الذي قام بالتعرف على مدى شيوع التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية لدى عينة الدراسة فكانت النتائج تشير بأنه لا توجد علاقة كبيرة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة وبين الأعراض نفسجسمية أما من ناحية العينة فاتفقت الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية بأن معظم عينات الدراسة اشتملت على كلا الجنسين كدراسة (الدقوشي والقيسي، 2017) ودراسة (نهدي) في حين اقتصرت دراسة (المجدلاوي، 2012) وكذا دراسة (تقي الدين و نجمة، 2017) على جنس واحد فقط أما من ناحية الأدوات فقط أجمع الأغلبية على تطبيق القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم (لعبد الخالق

(1996) و(محيسن، 2012) أما الرضا عن الحياة فتنوعت بين مقياس (دنير، 1985) و (الدسوقي، 1996) و(شقورة، 2012)، (ايمان شاهين و سميرة شند) أيضا بينما استعملنا في دراستنا للتفاؤل والتشاؤم القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم ل (عبد الخالق، 1996)، و قد قام بتطبيقها بشير معمريّة على البيئة الجزائرية أما بالنسبة للرضا عن الحياة فقد تم تطبيق مقياس (الدسوقي، 1998) وقام بشير معمريّة أيضا بتقنيته على عينة جزائرية).

من حيث البيئة: طبقت معظم الدراسات السابقة التي تم تناولها في الجامعات في حين أن البعض طبق خارج الجامعة بينما ارتكزت دراستنا على جمعية المكفوفين بوهراة و جمعية الأمل للمكفوفين بتلمسان ومن حيث النتائج للدراسات السابقة اجمعت معظمها بين ماهو ايجابي فيما يتعلق بالتفاؤل و الرضا عن الحياة و بين وجود الفروق أو عدمها على حسب المتغيرات...

يعتبر كل معاق بصري يعاني من الاعاقة البصرية و التي تعد فترة حساسة يمر بها لما لها من خصوصيات و أهمية كبيرة في نفسها ينفرد بها الفرد بوتيرة خاصة به تؤدي الى حدوث تحولات و تغيرات جذرية قد تسبب انعكاس كثير على نواحي شخصية الفرد و تجعله يتصرف وفق متطلبات هذه المرحلة ، من هنا جاءت هذه الدراسة لتسلط الضوء على فئة المعاقين بصريا ،هدفت من خلالها الى معرفة التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا ،ولغرض التحقق من هذه العلاقة تم الاعتماد على المقاييس التالية :القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم(أحمد عبد الخالق و القائمة العربية للرضا عن الحياة ل مجدي الدسوقي).

وجاءت اشكالية الدراسة كالتالي:

هل توجد علاقة بين التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة لدى عينة من المعاقين بصريا؟

-التساؤلات الفرعية:

1-هل توجد فروق في التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير الجنس؟

2-هل توجد فروق في التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير السن ؟

3 -هل توجد فروق في التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير المستوى الدراسي ؟

4 - هل توجد فروق في التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة يعزى لمتغير المهنة ؟

5- ماهي السمة السائدة (التفاؤل أو التشاؤم) بين المعاقين بصريا ؟

7- هل يمكننا التنبؤ بالتفاؤل أو التشاؤم لدى المعاقين بصريا؟

أما فرضيات الدراسة : الفرضية الرئيسية : توجد علاقة بين التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة لدى عينة من المعاقين بصريا.

-الفرضيات الفرعية:

- 1- توجد فروق في التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير الجنس .
- 2-توجد فروق في التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير السن.
- 3-توجد فروق في التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير المستوى الدراسي.
- 4-توجد فروق في التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة يعزى لمتغير المهنة.
- 5 - سمة التفاؤل هي السمة التي يتسم بها المعاقين بصريا.
- 6-يمكننا التنبؤ بالتفاؤل أو التشاؤم لدى المعاقين بصريا.

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية الى تحقيق الأهداف التالية:

- _تحديد الفرق الذي يعزى للمتغيرات الوسطية كالجنس و السن و المستوى الدراسي و المهنة.
- _تحديد العلاقة بين التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا .
- _معرفة دلالة الفروق بين الذكور و الاناث في مقياس التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا .
- _معرفة السمة السائدة (التفاؤل أو التشاؤم) بين المعاقين بصريا.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

تكمن أهمية هذه الدراسة في كونها تسعى للكشف عن وجود علاقة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا، كما تندرج أهميتها أكثر في الجانب النظري والتطبيقي.

نحاول من خلال عرض هذه الدراسة تسليط الضوء على فئة المعاقين بصريا، تكتسي هذه الدراسة أهمية بالغة في حد ذاتها بسبب تناول موضوع جديد حديث في حدود الباحثين وخاصة على المستوى المحلي، إذ اتضح للباحثة من خلال اطلاعها على عدد من الدراسات السابقة عدم تسجيل دراسة المتغيرات (التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى المعاقين بصريا)، وهو الأمر الذي جعلنا نركز على فئة مهمة من المجتمع وهي المعاقين بصريا.

الأهمية التطبيقية:

استنادا لما سبق من نتائج الدراسة يمكن الاستفادة منها في فهم المعاق بصريا أكثر وتساعد في بناء مستقبل يتناسب مع قدراته و تحقيق أهدافه المرجوة.

المفاهيم الاجرائية للدراسة:

التفاؤل : التفاؤل هو رؤية الفرد لما هو آت في المستقبل بطريقة ايجابية ومن زاوية واسعة و انتظاره بفرح و بهجة و متحمس لما سيحصل له، و يقاس من خلال الدرجات التي يتحصل عليها المعاق في مقياس التفاؤل.

التشاؤم : هو رؤية الفرد للحياة والمستقبل من زاوية ضيقة ورؤية سلبية من جميع النواحي و غير مبالي لما هو قادم، و يقاس من خلال الدرجات التي يتحصل عليها المعاق في مقياس التشاؤم.

الرضا عن الحياة : الدرجة التي يقيم بها الشخص نفسه تقييما ايجابيا للنوعية الشاملة لحياته و يقاس من خلال الدرجات التي يتحصل عليها المعاق .

المعاق بصريا : الفرد الذي لا يستطيع استخدام عينه في الرؤية و عدم القدرة على القراءة أو الكتابة مثل الأشخاص العاديين.

الفصل الثاني :التفاؤل والتشاؤم

تمهيد

- 1- مفهوم التفاؤل والتشاؤم
- 2- وجهة نظر الباحثين في تحديد مفهومي التفاؤل والتشاؤم
- 3- التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالصحة النفسية والجسدية
- 4- أنواع التفاؤل
- 5- أنواع التشاؤم
- 6- أسباب التفاؤل
- 7- أسباب التشاؤم
- 8- خصائص المتفائلين
- 9- خصائص المتشائمين
- 10- ملامح الشخصية المتفائلة
- 11- ملامح الشخصية المتشائمة العوامل المؤثرة في التفاؤل والتشاؤم
- 12- النظريات المفسرة للتفاؤل والتشاؤم
- 13- التفاؤل والتشاؤم من المنظور الديني والعربي

خلاصة

تمهيد:

يعتبر التفاؤل والتشاؤم من المواضيع المهمة في علم النفس خصوصا في الآونة الأخيرة في ميدان علم النفس الايجابي فلكل منهم تأثير على سلوك الانسان و انعكاسات على حياته اليومية فإما تكون ايجابية بتحقيق أهدافه التي يطمح للوصول اليها و إما تكون سلبية فتؤثر عليه .

كما أنه قد بينت الدراسات أن الأفكار التفاؤلية تزيد من فعالية الدماغ و قدرته على التحليل و التركيز على غرار الأفكار التشاؤمية، التي تعطل من عمل الدماغ وتحد من قدرته على إيجاد الحلول المبتكرة والإبداعية، وفي هذا الخصوص سنسلط الضوء في هذا الفصل إلى مفهوم التفاؤل و التشاؤم ، وجهة نظر الباحثين في تحديد مفهومي التفاؤل والتشاؤم، علاقة التفاؤل و التشاؤم بالصحة النفسية و الجسدية ، كما سنتطرق الى أنواعهم و الأسباب التي تقف وراءهم ثم خصائص المتفائلين و المتشائمين و الى أهم ملامح شخصيتهم ، ثم سنتعرض الى العوامل المؤثرة والمحددة للتفاؤل والتشاؤم و النظريات المفسرة لهم، وأخيرا التفاؤل والتشاؤم من المنظور الديني و العربي فخلاصة الفصل.

1- مفهوم التفاؤل والتشاؤم:

تشير (شكري، 1999) إلى أهمية مفهومي التفاؤل والتشاؤم في الحياة الإنسانية عامة، وفي الدراسات النفسية خاصة، (Mahasneh et al، محاسنة وآخرون، 2013، ص 71)، فتاريخ الاهتمام بهذين المفهومين لم يتجاوز العقدين الأخيرين، حيث استطاع أن يجذب اهتمام الكثير من الباحثين في مجالات الشخصية وعلم النفس الاجتماعي وعلم النفس الإكلينيكي وعلم النفس الصحة (منصوري وآخرون، 2017، ص 13).

التفاؤل لغة:

يعرف (ابن منظور) التفاؤل هو من الفأل، وهو قول أو فعل يستبشر به، وتفاءل بالشيء التيمن به. ويقال : لا فأل عليك معناه لا ضير عليك. ويستعمل في الخير والشر، والفال ضد الطيرة، وتفاءل ضد تشاءم. (الأنصاري، 1998، ص 13).

كما يعرف أيضا "نظرة استبشار نحو المستقبل ، تجعل الفرد يتوقع الأفضل، و ينتظر حدوث الخير و يرنو الى النجاح و يستبعد ما خلا ذلك" (الأنصاري: 1998، ص 15).

أما اصطلاحاً فيعرف التفاؤل عند شايروكافار بأنه "النظرة الايجابية والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل، بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجدي من الأشياء بدلا من حدوث الشر". (القحطاني، 2013، ص40).

التشاؤم لغة:

التشاؤم لغويا في لسان العرب لابن منظور مأخوذ من الشؤم: "خلاف اليمن، التشاؤم من باب شام، وشام الرجل قومه أي جر عليهم الشؤم ويقال شأم فلان أصحابه إذا أصابهم شؤم من قبله فهو شائم ومشؤوم ، والجمع مشائيم، والشؤم الشر، فيد اليمن والفأل والبركة. واليد الشؤمى ضد اليمنى، والأشأم هي الأيسر، والمشأمة الميسرة ضد الميمنة، وفي التنزيل الحكيم: هم أصحاب المشأمة"

"وتشاءم بالأمر تطير به وعده شوما وترقب الشر، والمتشائم المتطير من يسي الظن بالحياة، وهذا استخدام محدث" (الانصاري، 1998، ص 13).

2-وجهة نظر الباحثين في تحديد مفهومي التفاؤل و التشاؤم:

-يرى (عيد الرماضين، 2009، ص5) التفاؤل: النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة والاعتقاد بالقدرة على تحقيق الرغبات في المستقبل واحتمال حدوث الخير بدل حدوث الشر (الرشود ، 2006) أما التشاؤم فيوضح أنه: استعداد شخصي أو خاصية كامنة بداخل الفرد تؤدي إلى التوقع السلبية للأحداث، كما أن التشاؤم أيضا" ينطوي على نزعة لدى الفرد للتوقع السلبي للأحداث المستقبلية".

ويشير دانييل جولمان (D. Goleman, 1995)، إلى "أن الشخصية المتفائلة تعبر عن امتلاك الفرد لتوقعات إيجابية عامة نحو الأحداث التي يتفاعل معها وتولد لديه الإحباط. فالتفاؤل يعتبر بمثابة آلية Mechanism نفسية تساعد على مقاومة الاكتئاب واليأس والفشل. (بركات، 1998، ص4) أما الشخصية المتشائمة فتعبر عن امتلاك صاحبها لتوقعات سلبية عامة نحو الأحداث التي يتفاعل معها وتوصله بالتالي إلى حياة رتيبة تتميز بعدم الاهتمام واللامبالاة والتعاسة" (معمرية ، 2021، ص176).

كما أشار في دراسة رضوان (2001) والتي هدفت الى بحث العلاقة بين الاكتئاب والتشاؤم وعلاقتهما ببعض المتغيرات النفسية وبالعمر والجنس وتحديد الفروق بين الجنسين والفئات العمرية المختلفة في كل من الاكتئاب والتشاؤم وتحديد نسب انتشار الاكتئاب والتشعب لدى الطلبة وطلبة المرحلة الثانوية السوريين وتكونت عينة الدراسة من 1134 طالبا وطالبة من كلية جامعة دمشق و522 طالب وطالبة من مدارس مدينة دمشق وظهرت النتائج وجود علاقة ايجابية داله بين كل من الاكتئاب والتشاؤم

وجود ارتباط دال بين الجنسين والاكتئاب في حين لم يرتبط الجنس بالتشاؤم فما لم يظهر ارتباط دال بين العمر والاكتئاب في التشاؤم وكانت هناك فروق دالة بين الجنسين في بعض بنود قائمه الاكتئاب والتشاؤم وظهرت فروق بين طلبة المرحلة الجامعية والثانوية فيما يتعلق بالاكتئاب والتشاؤم. ودراسة هاردن (2002) هدفت الدراسة الى التعرف على القلق الاجتماعي والاكتئاب لدى الامريكيين من الاصول الآسيوية والأوروبية ودور كل من الانضباط الداخلي والتفاؤل والتشاؤم وقد تم اجراء الدراسة في جامعة اوهايو في الولايات المتحدة الأمريكية وهدفت الدراسة الى التعرف على المفاهيم الحضارية للذات والانضباط الذاتي ودورها في التفاؤل والتشاؤم لدى عينه مكونة 148 من الامريكيين من الأصول الأوروبية والآسيوية و 193 من الطلبة ذوي العرقيات الأخرى وأشارت نتائج الدراسة الى ان الامريكيين ذوي الأصول الأوروبية يعانون من الاكتئاب عندما تكون مؤشرات الانضباط الذاتي والقلق الاجتماعي عالية لديه اما بالنسبة للامريكيين من الأصول الآسيوية فان عدم التغلب على الانضباط الداخلي يعد من أهم الأسباب التي تسبب الاكتئاب لديه وتشير الدراسة ايضا الى النظرة الذاتية للنفس كانت من أهم المؤشرات على القلق الاجتماعي ضمن المجموعتين التي تم اجراء الدراسة عليهم.

يرى (عينو، 2016) التشاؤم أن يكون لدى الطفل استعداد وتهيؤ نفسي ، وقد يكون في شخصيته سمة كامنة تؤدي به لتوقع الأحداث والتصورات السلبية لما يخص حياته الدراسية. و التفاؤل: يكون عبارة عن توقعات وتصورات الذات الايجابية لدى الفرد والتلميذ خصوصا ما تعلق بمستقبله الدراسي وجوانب حياته. (عينو، 2016، ص 6).

يوضح (المجدلاوي، 2012، ص 211) التفاؤل بأنه " توقع الفرد للأحداث التي ستحصل له في المستقبل بأنها ستكون بشكل أفضل وستجلب الخير والسعادة والنجاح، أما التشاؤم فهو توقع الفرد للأحداث التي ستحصل له في المستقبل بأنها ستكون بشكل أسوأ وستجلب الشر والتعاسة وال فشل واليأس وخيبة الأمل".

يعرف التشاؤم عبد الخالق (2005) بأنه "توقع سلبي للأحداث القادمة، يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل ويستبعد ما عدا ذلك إلى حد بعيد" (زقاوة وآخرون، 2020، ص 66).

وتشير (بقال ومعروف، 2021، ص ص 252-253) "أن التفاؤل هو التنبؤ بتوقعات مستقبلية إيجابية و بالنجاح ، مما يولد لدى الفرد قوة محركة تدفعه لمواجهة المواقف الصعبة لتحقيق أهدافه. أما التشاؤم: فهو عبارة عن " توقعات سلبية من شأنها التنبؤ بالفشل مما يؤدي إلى تثبيط عزيمة الفرد ويضعف إرادته في مواجهته للمواقف الحياتية الصعبة"

كم يعرف أيضا التفاؤل بأنه هو موقف إيجابي أو نزعة بأن الأمور الجيدة ستحدث بغض النظر عن قدرة المرء (Brisette و Scheier و Carver، 2002). يعني التفاؤل أن المرء يتوقع أفضل نتيجة ممكنة من أي موقف معين (Ahmad et al، أحمد وآخرون، 2016، ص ص 184-185).

وقد عرف كل من (شاپير و كارفر Carver&Scheier) التشاؤم "بأنه التوقع السلبي للنتائج، وأن الأشخاص ذوي التوجه التشاؤمي في الحياة يتوقعون نتائج سلبية. يقومون ببذل جهد أقل ممكن، قد يتنازلون عن الأهداف المراد تحقيقها". (مرباح و نجمة، 2017، ص 39). أشار الباحثان (sheier& carver، 1985) للتفاؤل والتشاؤم على أنهما توقعات عامة إيجابية و سلبية للنتائج (Delenay، دلناي، 1994، ص 53).

تعددت التعاريف التي تناولت مفهوم التشاؤم و تمايزت فيما بينها و اتفق البعض منها فقد عرفه اندرسون و برجه (Bargh&Andersen 1992) " بأنه نزعة لدى الأفراد للتوقع السلبية للأحداث المستقبلية ". (مأمون، 2015، ص 71). كما ترى (بن مهيدي وآخرون، 2018، ص 71) بأن التفاؤل خاصية يستطيع الفرد أن يكتسبها فتجعله ينظر للنواحي الجيدة من الأشياء وتدفعه لتفسير ما يتعرض له من أحداث تفسيراً إيجابياً بالإضافة إلى المساهمة في تكوين توقعات إيجابية نحو مجالات اهتمامه ومستقبله، هذا ما سينعكس إيجاباً على حياته النفسية وعلاقاته الاجتماعية. وعرفته (إبراهيم سماح، 2009، ص 11) التفاؤل "يعني توقع حدوث الخير أكثر من حدوث الشر" أما التشاؤم يعني "توقع حدوث الشر والأشياء السيئة".

فكما ذكر العفيفي (2003) فإن " الإنسان المتفائل يفكر بطريقة النظر إلى النصف المليء من الكأس بالتالي يولد في نفسه شعور التفاؤل، بينما الإنسان المتشائم يفكر بطريقة النظر إلى النصف الفارغ من الكأس، بالتالي يولد في نفسه شعور التشاؤم والعكس بالعكس، إذ أن الإنسان المتشائم يكون في حالة من القلق والتوتر لا تمكنه من التفكير الإيجابي ولا تمكنه من التفكير على الإطلاق". (مرباح و نجمة، 2017، ص 38).

-يشير (سني، 2021، ص 26) للتفاؤل optimism: "هي نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث خير، والتشاؤم pessimism : عكس التفاؤل نظرة سوداوية للمستقبل و عدم توقع الفرد الأفضل أو حدوث الخير".

التفاؤل " هو نظرة الفرد الإيجابية نحو الحياة، حيث تساعده على تقبل خبرات الفشل والنجاح التي تمر بحياته، ويعدّها خبرات يمكنه الاستفادة منها في المرات القادمة، والتشاؤم: النظرة السلبية للحياة والمستقبل وتوقع حدوث الفشل وخيبة الأمل". (قلجة، 2015، ص8).

تستنتج (خنوش وبن عتو، 2018، ص 298) "أن التشاؤم محرك لدوافع الأفراد وأهدافهم ليمنعوا وقوعها، فهو عبارة عن نزعة لدى الأفراد، كما أن هناك فروق فردية في إدراك التشاؤم فهو تعامل يدفع الفرد لإتباع استراتيجية معرفية لحل المشكل والخروج من المأزق، أو تعامل يدفع الفرد لتوقع الأسوأ و حدوث الفشل في المواجهة، فالتفاؤل والتشاؤم مرتبط بالعزو الداخلي والخارجي، فكلما كان الفرد أكثر تركيزاً على قدراته في حل المشكلات واقتراح بدائل متعددة لها كان متفائلاً وكان أكثر ضبطاً داخلياً، بحيث يعزو ما يحدث له ويربطه بقدراته، إنجازاته وتوقعاته وأما الخارجي فيعزو عجزه إلى ظروف خارجة عن سيطرته قد تكون راجعة للصدفة والحظ ويرفض الفرد التعلم من أخطائه فيعجز وبالتالي يكون مدركات خاطئة عما سيحدث، فالخبرات المعرفية تؤدي إما للتناقص المعرفي وهو توقع حدوث الأفضل ويحدث عكس ما يعتقد أو إتيان سلوك ينافي ما هو متعارف عليه في المجتمع هناك تناقض بين التفكير والسلوك، وأن المتفائل يقوم سلوكه ومهاراته، والمتشائم ينفرو يهرب من الواقع".

ويضيف سيلجمان (seligman, 1995) نقلاً عن "(خرموش، 2022، ص9) بأنه: " إدراك الفرد للأشياء والمواقف من حوله بطريقة سلبية ، فالفرد المتشائم يرى الفشل بأنه مأساة لا يمكن التخلص منها أو حلها و تلازمه في جميع المواقف الحياتية. وقد أشارت دراسة كوزومي (1995) والتي هدفت الى التعرف على توقعات الطلبة نحو الحياة والمستقبل (التفاؤل و علاقته بالشعور بالفشل لدى عينه من الطلبة اليابانيين في جامعه فوكويا في اليابان) حيث تكونت العينة من 584 طالبة من المنتقلين الى المدارس الثانوية في اليابان حيث أشارت نتائج الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة احصائية تتعلق باحساس الطلبة نحو المستقبل مرتبطة بالتفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة.

- التفاؤل: عرفه عبد الخالق (1996) بأنه: "نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما خلا ذلك". ويعرفه مكي (2014)، بأنه: "انشرح القلب وتوقع الخير".

كما عرف التشاؤم بأنه: " بأنه توقع سلبي للأحداث القادمة يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل ويستبعد ما خلا ذلك إلى حد بعيد" (الجمال، 2020، ص97).

وعرف كرانداال التشاؤم (Crandall 1969) بأنه "عبارة عن التوقع قصير المدى بالنجاح في تحقيق بعض المطالب في المستقبل" (معمرية، 2021، ص175).

تري الحكاك (2001) بأن التفاؤل هو "سمة لدى الفرد بالتوقع الايجابي و الأفضل للنتائج المختلفة في جميع مجالات الحياة (خرموش، 2022، ص 8).

تشير (شارف و يقال ، 2018، ص 229) للتفاؤل بأنه "استعداد انفعالي و معرفي، يتمثل في توقعات الفرد الايجابية نحو المستقبل و نظرة استبشار تجعله يتوقع الأفضل و ينتظر حدوث الخير".

يبين (مرباح و نجمة، 2017، ص 38) أن التفاؤل "نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل، و ينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح و يستبعد ما خلا ذلك، كما أنه يرتبط بالجوانب الإيجابية في سلوك الإنسان و مختلف جوانب شخصيته، وبإمكانه أن يؤثر تأثيراً طيباً في الصحة النفسية والجسمية للفرد".

تري الباحثة من خلال التعريفات السابقة و التي كانت متقاربة نوعاً ما في التعريف أن التفاؤل هو رؤية الفرد لما هو آت في المستقبل بطريقة ايجابية و من زاوية واسعة و انتظاره بفرح و بهجة و متحمس لما سيحصل له، أما التشاؤم فهو رؤية الفرد للحياة و المستقبل من زاوية ضيقة و رؤية سلبية من جميع النواحي و غير مبالي لما هو قادم.

3 - التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالصحة النفسية والجسمية:

يوجد علاقة جوهريّة موجبة بين التفاؤل وكل من الشعور بالسعادة و الصحة النفسية، هذا ما كشفت عنه الأبحاث و الدراسات في حين يرتبط التشاؤم سلبياً بالصحة النفسية و السعادة (الأنصاري، 1998؛ شكري، 1999؛ عبد الخالق، 1999؛ Scheier &

Cerver 1987, Tayler 1996

و ظهرت ارتباطات إيجابية دالة بين التفاؤل و الصحة، و التشاؤم و الأعراض الجسمية، كما ظهرت ارتباطات سلبية بين التفاؤل و الأعراض الجسمية و التشاؤم و الصحة و الأعراض الجسمية (أحمد عبد الخالق، 1998). كما ارتبط التفاؤل إيجاباً بالتغلب على الضغوط و إمكانية حل المشكلات، و البحث عن الدعم الاجتماعي، و النظرة الإيجابية للمواقف الضاغطة، و سرعة العودة إلى ممارسة الأنشطة الحياتية بصفة عادية بعد إجراء العمليات الجراحية، و سرعة الشفاء من المرض و القدرة على المواجهة الفعالة للضغوط، و التفسير الإيجابي، و التقبل، (الأنصاري ، 2002). في حين يرتبط التشاؤم بعدم القدرة على حل المشكلات، و النظرة السلبية لصدمات الحياة، و الهروب من محاولة التغلب على المشكلات (سني، 2021، ص 78).

هدفت دراسة (الطيب ، 2018) إلى معرفة العلاقة بين التفاؤل و التشاؤم و الصحة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة الجوف، كما هدفت إلى معرفة مستوى التفاؤل و التشاؤم و مستوى الصحة النفسية، استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، تكونت

عينه الدراسة من (113) طالباً من طلاب كلية التربية بجامعة الجوف للعام الجامعي 2017/2018، تم اختيارها عن طريق العينة العشوائية العنقودية، ولأغراض الدراسة استخدمت القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من إعداد أحمد عبد الخالق (1996) ومقياس الصحة النفسية من إعداد خليل (2006)، وذلك بعد التحقق من خصائصهما السيكومترية، أظهرت نتائج الدراسة أن طلاب كلية التربية يتسمون بدرجة تفاؤل كبيرة، وأن نسبة التشاؤم منخفضة لديهم، كما أظهرت النتائج كذلك بأن طلاب كلية التربية يتمتعون بمستوى صحة نفسية مرتفع، ودلت النتائج كذلك على وجود علاقة موجبة بين التفاؤل والصحة النفسية، وهناك علاقة سالبة بين التشاؤم والصحة النفسية.

كما أشارت دراسة (أحمد محمد عبد الخالق، 2000) ارتباط التفاؤل والتشاؤم بالصحة النفسية والجسمية للفرد. وارتباط التفاؤل بالسعادة والمثابرة والإنجاز والنظرة الإيجابية للحياة، وإدراك السيطرة على الضغوط ومواجهتها واستعمال المواجهة الفعالة، وإعادة التفسير الإيجابي للموقف، وحل المشكلات بنجاح، والبحث عن الدعم الاجتماعي، والنظرة الإيجابية للمواقف الضاغطة، والتحصيل الدراسي، والأداء الوظيفي، وضبط النفس، وتقدير الذات، وسرعة الشفاء من المرض، والانبساط، والتوافق، والصحة الجسمية، والسلوك الصحي، وسرعة العودة إلى ممارسة الأنشطة العادية في الحياة بعد إجراء العملية الجراحية.

بينما بينت الدراسات كدراسة (بدر محمد الأنصاري، 2007)، ارتباط التشاؤم باليأس، والفشل، والمرض، والنظرة السلبية للحياة، والغضب، والعدائية والاكتئاب والانتحار، والقلق والوسواس القهري، والعصابية والشعور بالوحدة النفسية، وهبوط الروح المعنوية، وانخفاض الدافعية للعمل والإنجاز، والشعور بالحزن، والشعور بالقنوط، والانسحاب الاجتماعي، والفشل في حل المشكلات، والنظرة السلبية لصدمات الحياة (معمرية، 2021).

وقد أشار (زقاوة وآخرون، 2020) في دراسته التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والصحة النفسية على ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية (النوع والتخصص الأكاديمي تم استخدام المنهج الوصفي من خلال اعتماد القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم لمحمد عبد الخالق (1996) واستمارة الصحة النفسية من إعداد الباحثين. طبقت الأدوات على عينة مكونة (300) طالب وطالبة من المركز الجامعي غليزان وجامعة وهران 2 (الجزائر). أبرزت النتائج أن نسبة شيوع التفاؤل عند الطلاب بلغت (57.37%) بينما كانت نسبة التشاؤم لدى العينة (42.63%)، وهذه النتيجة توضح أن طلبة عينة الدراسة يتمتعون بمستوى متوسط على العموم من التفاؤل. كما تبين أن مستوى الصحة النفسية لدى الطلاب كان متوسطاً. وكشفت النتائج عن وجود علاقة موجبة بين التفاؤل والصحة النفسية ($R(0.281)$)، وعلاقة سالبة بين التشاؤم والصحة النفسية ($R(0.44)$)، ولم

تظهر النتائج فروقا دالة احصائيا تعزى الى متغير الجنس والتخصص الأكاديمي. أوصت الدراسة بتوسيع البحث الحالي ليشمل عينات واسعة من المجتمع في المناطق الحضرية والريفية وأثر الثقافة الشفوية والموروث الشعبي على الصحة النفسية للأفراد.

هدفت دراسة روثيج وآخرون (2009) الى التعرف على تأثير التفاؤل والدعم الاجتماعي على الصحة النفسية لطلاب الجامعات في السنة الجامعية الاولى وذلك من منطلق ان الطلاب في السنة الجامعية الاولى يواجهون خبرات وتحديات عديدة بحكم البيئة الجديدة التي انتقلوا اليها حيث من الممكن ان تصبح هذه التأثيرات اكثر حدة واكثر سلبية وتؤدي الى تعرض الطلبة الى الضغوط النفسية والاكتئاب لهذا بحثت هذه الدراسة الطولية العلاقة بين التفاؤل والدعم الاجتماعي والضغوط النفسية والاكتئاب لدى العينة. حيث تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد لتقييم قدرة متغيرات التفاؤل والدعم الاجتماعي في بداية العام الدراسي، وتكونت العينة من 288 طالبا من طلبة الجامعات الجدد، وقد خلصت الدراسة الى ان كلا من التفاؤل والدعم الاجتماعي تنبأ بالمستويات اقل من الضغوط النفسية والاكتئاب، حيث تبين وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين التفاؤل والضغوط النفسية وبين التفاؤل والاكتئاب، وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية وبين الدعم الاجتماعي والاكتئاب وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين التفاؤل والتحصيل.

مما سبق ذكره نستطيع القول أن للتفاؤل والتشاؤم علاقة متينة بالصحة النفسية كما تنعكس بدورها على الصحة الجسدية أيضا فكل ما له علاقة بالفرح والسرور يؤثر على نفسية الفرد بإيجابية، تسمح الموارد الداخلية النفسية للفرد بالمقاومة وتجاوز المرحلة السيئة التي يمر بها ، فيستطيع المتفائل رؤية المشاكل والصعوبات التي يواجهها من منظور واسع تكون له القدرة على حلها، وكل ما له علاقة بالحزن والكآبة ينعكس بدوره على صحته بالأمراض و العلل بسرعة فالمتشائم لا يقدر على مجابهة الصعاب وتحديات الحياة و يلعب دور الضحية فلا يستطيع حل مشاكله بنفسه، و انما يلجأ الى الهروب وتجنب المواجهة، فإذا توفر التفاؤل في شخصية الفرد فهذا مؤشر على الصحة النفسية و الجسدية السليمة و المتوازنة و يعود على الشخص بفوائد جمة.

4-أنواع التفاؤل:

أ-التفاؤل غير الواقعي Unrealistic optimism :

يرى واينشتاين (Weinstein, 1980) أن التفاؤل غير الواقعي " هو اعتقاد الفرد بقلّة أو شبه انعدام حدوث الأمور السلبية له، مع ارتفاع حدوث الأمور الإيجابية له مقارنة بغيره". و يقر الأنصاري (2001) التفاؤل غير الواقعي " توقع حدوث الأمور الإيجابية أكثر من حدوثها في الواقع مع توقع حدوث الأمور السلبية أقل من حدوثها في الواقع ، دون مبررات منطقية ، مما ينجر عنه نتائج غير

محتملة قد تعرض صاحبه للخطر". كما عرف "هاريس" و"ميديلتون" "Harris" و "Middleton" 1994 التفاؤل غير الواقعي "بأنه عبارة عن نزعة داخل الفرد غالبا لتوقع حدوث الأشياء الإيجابية أكثر مما يحدث فعلا، وتوقع حدوث الأشياء أقل مما يحدث فعلا" (بولجبال و أمزيان، 2021، ص645).

هدفت هذه الدراسة (غرغوط و مسعودي، 2022) للكشف عن العلاقة بين التفاؤل غير الواقعي والصحة النفسية لدى طلاب الجامعة وفقا لمتغير الجنس، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الوادي. إذ تم تطبيق أدوات البحث على عينة الدراسة، والتي تتمثل في مقياس التفاؤل غير الواقعي لبدر الأنصاري (2000)، ومقياس الصحة النفسية لعماد عبد الأمير نصيف ونغم هادي حسين (2007). وقد جرت المعالجة الإحصائية للبيانات باستخدام البرنامج الإحصائي (spss) للإجابة على التساؤلات الدراسة وللتحقق من صدق الفرضيات التي انطلق منها البحث، وقد توصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها أن مستوى التفاؤل غير الواقعي لدى عينة الدراسة ضعيف أما مستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة متوسطة . وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل غير الواقعي والصحة النفسية، مع عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في كل من التفاؤل غير الواقعي والصحة النفسية.

ب- التفاؤل غير الواقعي :والذي يعد نمط من أنماط التفاؤل قدمه Weinstein عام 1980 وأورد تقريراً حوله هدف إلى الكشف عن نزعة الأفراد إلى التفاؤل غير الواقعي لأحداث الحياة وعرفه بأنه اعتقاد الناس بأن الحوادث السلبية يقل احتمال حدوثها لهم بالمقارنة مع الآخرين(فلاق، 2014، ص23)

و أشارت دراسة (دراسة الانصاري 2001) و التي هدفت الى تقديم مفهوم التفاؤل غير الواقعي بوصفه سمة في الشخصية ووضع او اثبات وتحديد معالمه السيكومترية وفحص ارتباطه بمتغيرات الشخصية واستخدمت هذه الدراسة عينات متعددة من طلبة الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب من جامعة الكويت بواقع سبع عينات وبواقع 270 من طلبة الجامعة لاجراء السؤال المفتوح لجمع عينة بنود المقياس و425 طالبا وطالبة لحساب الصدق والثبات العاملي 644 فردا لفحص الفروق بين 360 فردا و 85 فردا و 162 طالبا وطالبة و 274 فردا من طلبة جامعة الكويت لحساب معاملات ثبات مقياس الشخصية وظهرت النتائج عن تمتع مقياس التفاؤل غير الواقعي بخصائص قياسية من ناحية الصدق والثبات وقد كشفت نتائج التحليل العاملي عن استخلاص عاملي الاحداث السارة والاحداث الموجهة وقد ارتبطت التفاؤل غير الواقعي ارتباطات جوهرية موجبه مع التفاؤل في حين ارتبط بارتباطات جوهرية سالبة مع كل من التشاؤم والقلق واخيرا اسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق جوهرية بين الجنسين في التفاؤل غير الواقعي وقدم الباحث عدد من المعايير لمقياس التفاؤل غير الواقعي.

في دراسة أجراها (كروم ، 2012) تحليل شامل للتفاؤل ، التفاؤل ليس مجرد ثقة في المستقبل، بل يمكن أن يكون استراتيجيًا ولكنه لا يقتصر على ذلك. يمكن أن يعتمد على نوع الأهداف التي يتم تحديدها. الطريقة التي تفسرها الشخص ما يحدث له، خاصة إذا كانت هذه الطرق متكررة، يمكن أن تدخل أيضًا في تعريف التفاؤل. قد تكون هناك عوامل عصبية فسيولوجية متورطة، ولكن بالنسبة للشخص، قد تعكس أيضًا طريقة لتقديم نفسه للآخرين. من الممكن أن يتقلب التفاؤل حسب اللحظات والسياقات. فيتبين أنه بناء معقد. من الممكن أن يكون الأفراد متفائلين ومتشائمين في نفس الوقت، أو لا يكونوا أيًا منهما. وفقًا للنهج، قد تكون هناك استراتيجيات متاحة للحفاظ عليه أو تعديل مستواه.

يؤثر التفاؤل على مجموعة من المتغيرات، سواء كانت معرفية أو عاطفية أو سلوكية، في مجالات الصحة والعمل والمدرسة والعلاقات الاجتماعية، إلخ. من ناحية أخرى، على الرغم من أنه يقدم العديد من المزايا، فقد تم تسليط الضوء أيضًا على عيوبه. يمكن أن يكشف التفاؤل عن جانب أكثر قتامة، مستعملًا مصطلحات (Dillard و Midboe و Klein (2009) في الواقع، أظهرت نتائج دراسة أجروها أن التفاؤل، عندما يكون غير الواقعي، يمكن أن يؤدي بالطلاب إلى اتباع سلوكيات محفوفة بالمخاطر لصحتهم، لا سيما من حيث استهلاك الكحول (Krumm، 2012، ص ص 124-125).

فالنجاح مثلما يحتاج إلى تفاؤل يرفع من مستوى أمل صاحبه في تحقيق هدفه، فهو أيضا بحاجة إلى نظرة موضوعية، ترفع من مستوى قلق صاحبها لبذل مزيد من الجهد و العطاء تكفي للتغلب على احباطات موقف وصعوبة المهمة (الخضر، 1999، ص 221).

ج- التفاؤل الدفاعي Defensive optimism :

هو عبارة عن إستراتيجية تستخدم كوسيلة لحماية الذات عندما يكون النجاح غير مؤكد، فعالة للتكيف مع موقف معين.

د- التفاؤل الفعال Effective optimism :

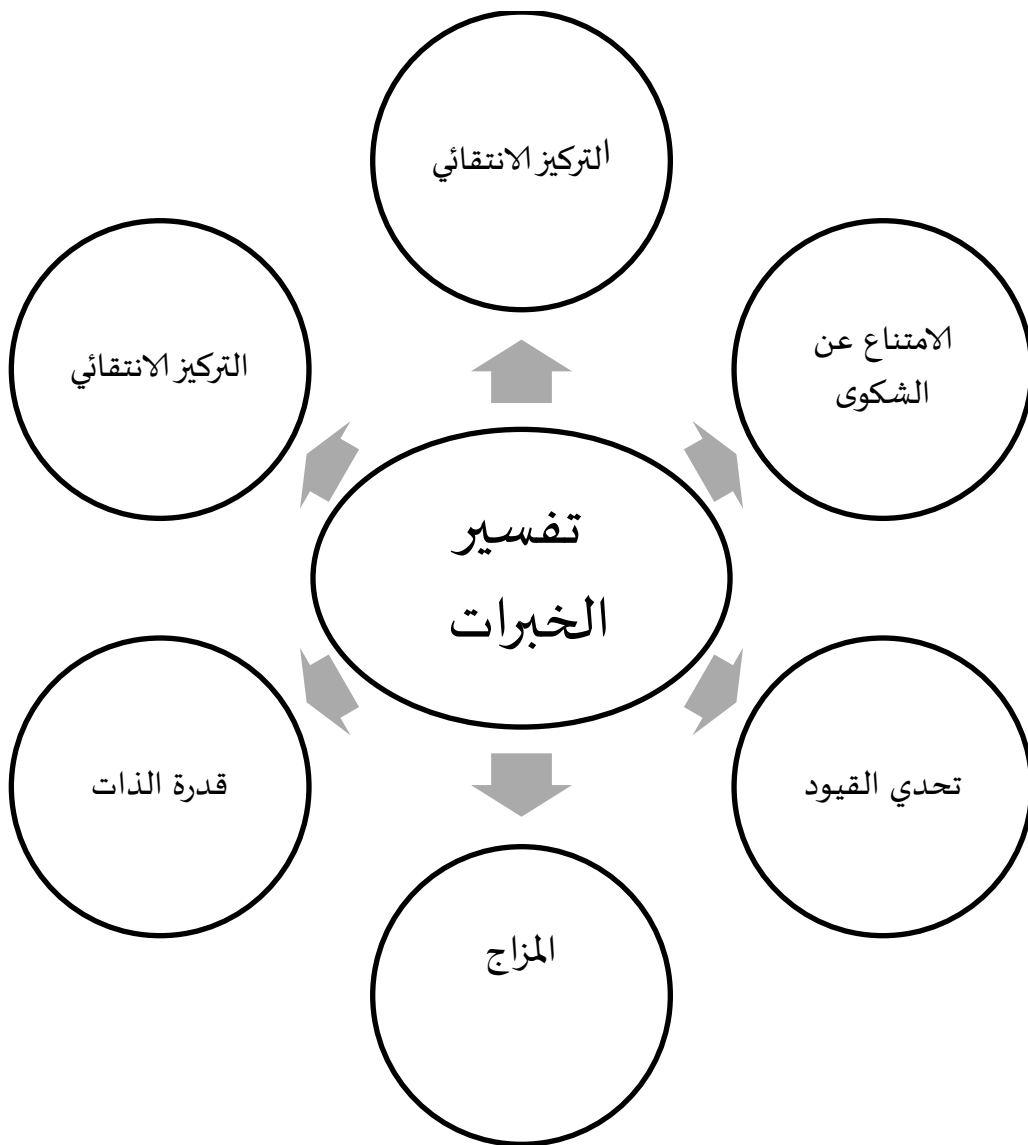
هو تفاؤل منطقي نشط ذو اتجاهات إيجابية متفائلة، يستدعي أكثر من مجرد توقع الأفضل من النتائج، مع إمكانية التأثير الإيجابي في التفكير، وسلوك، والإنجاز، و يساعد على التغلب على المشكلات والصعوبات التي تواجه الفرد عند استخدام التفكير المنطقي والإيجابي (بقال و معروف ، 2021، ص 253).

5 - أنواع التشاور :

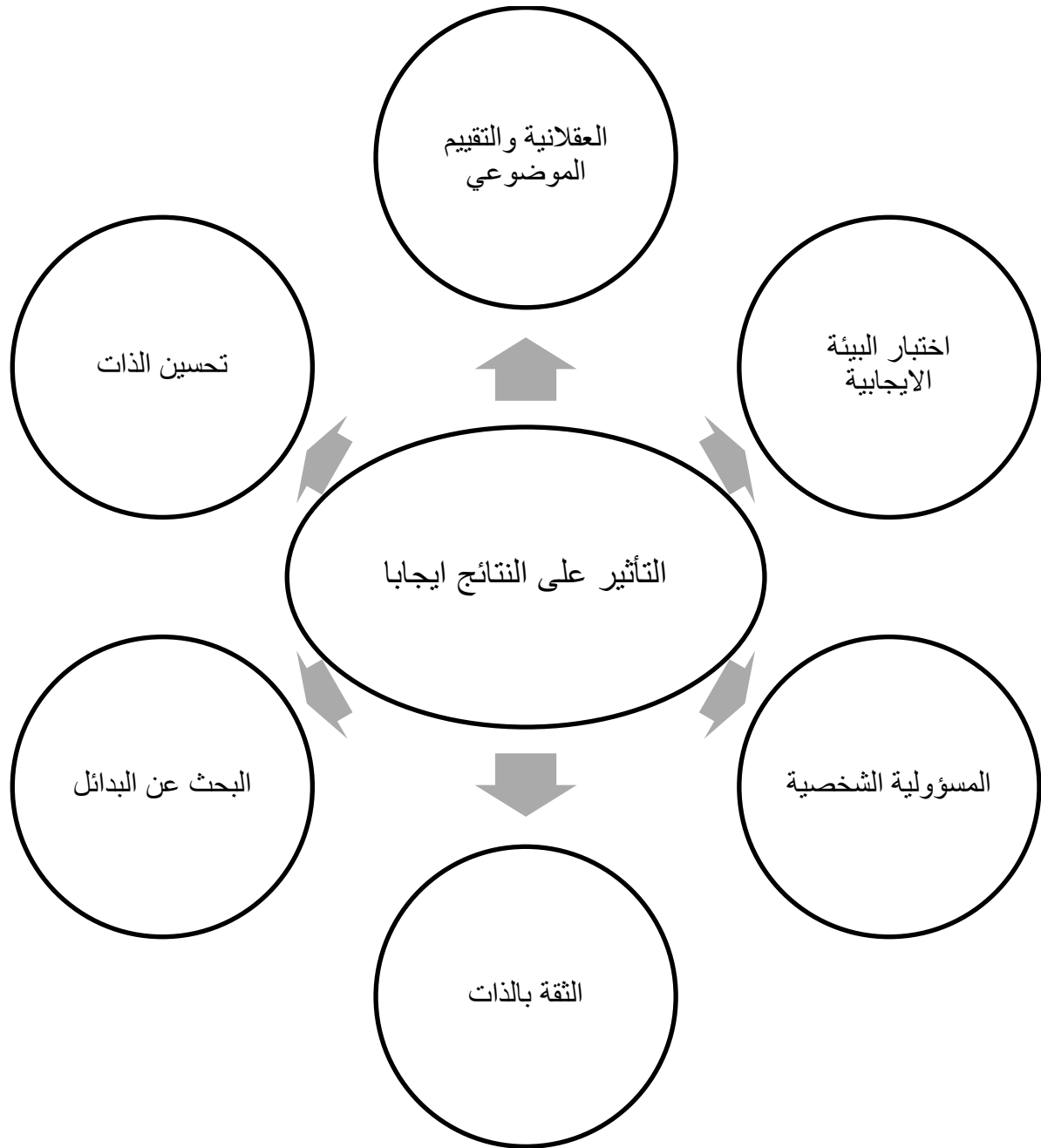
أ- التفاؤل الديناميكي: أشارت اليه (صالح، 2014، ص 150) يقصد به الاتجاه العقلاني والايجابي نحو امكانياتنا الفردية والجماعية ،فهو يهئ الظروف للنجاح من خلال التركيز على القدرات و الفرص ، قام عدة باحثون بتحديد عاملين أساسيين له:

(1) تفسير الخبرات وينقسم الى 6 ،

(2) التأثير على النتائج ايجابا وينقسم الى 6.



الشكل رقم (1): يوضح العوامل الأساسية في تحديد التفاؤل الديناميكي (تفسير الخبرات)



الشكل رقم (2): يوضح العوامل الأساسية في تحديد التفاؤل الديناميكي (التأثير على النتائج بشكل ايجابي)

ب- التشاؤم غير الواقعي **Unrealistic pessimism**: على عكس مفهوم التفاؤل غير الواقعي، قدم بعض الباحثين مفهوم

التشاؤم غير الواقعي حيث يعرف دولنسي وآخرون (1987) التشاؤم غير الواقعي بأنه: "اعتقاد الفرد بأن الأحداث السيئة يمكن

أن تحدث بدرجة أكبر من حدوثها للآخرين". وقد ذكر الأنصاري (1998) أن التشاؤم غير الواقعي هو أن يواجه كل فرد حتما خطرا في أن يصبح ضحية لحادث، أو مرض مستعص غير قابل للشفاء، أو طوفان أو زلزال أو غير ذلك .

كما أشار (Krumm, 2012) التفاؤل هو أحد المتغيرات التي تخضع للبحث في مجال علم النفس الإيجابي، سواء تم النظر إليه كقوة أو كعنصر متورط في عمليات أكثر تعقيداً مرتبطة بالسعادة أو المرونة على سبيل المثال (Gaucher, 2010؛ أو Martin-Krumm & Tarquinio 2011). ولكن هل هو حل لجميع المشاكل؟ هل يفسر لماذا البعض سعداء والبعض الآخر غير سعيد؟ البعض يتمتع بصحة جيدة والبعض الآخر لا؟ قادرون على إظهار المرونة أم لا؟ هل يخفي متغيراً آخر؟ متغيراً فسيولوجياً؟ لقد رأينا أن التفاؤل لا يضمن النجاح أو الإنجاز، ولا يعني التشاؤم الفشل واليأس. لذلك، لا تزال هناك حاجة إلى المزيد من الأبحاث لتقديم إجابات على هذه الأسئلة الصريحة وتلك الكامنة، وكذلك لتبسيط الضوء على العمليات التي يشارك فيها.

في النهاية، لم يتم طرح سؤال فائدة التفاؤل. ما هي الإجابة التي يجب تقديمها؟ ظاهرياً، بالنظر إلى العواقب الإيجابية العديدة على السعادة والرفاهية والصحة والأداء، إلخ، فإن هناك إغراء كبير للاعتقاد بأن من المفيد جداً أن نكون متفائلين. ولكن إلى أي مدى؟ في الواقع، لا يرتبط التشاؤم بالضرورة بأداء أقل. من ناحية أخرى، في الدراسات الثلاث التي أجروها، تمكن Helweg-Larsen و Sadeghian و Webb (1999) من تبسيط الضوء على ظاهرة الرفض الاجتماعي المرتبطة بمستوى التشاؤم لدى الأشخاص. إذن، إلى أي مدى يجب أن يكون المرء متشائماً؟ هنا أيضاً، ستتطلب تحديد هذه النقطة المتوازنة مزيداً من التحقيقات. في النهاية، يكشف التفاؤل والتشاؤم، عندما يتم ذكرهما في وسائل الإعلام، عن تعقيد أكبر بكثير مما كنا نعتقد في البداية (Krumm, 2012، ص ص 124-125).

ج- التشاؤم الدفاعي **Defensive pessimism**: لقد تم استخدام مصطلح التشاؤم الدفاعي في منتصف الثمانيات من قبل "نانسي كانتور" Nancy Kantor ويشير للطريقة المعرفية تتمثل في شعور الأفراد السيئ للأحداث المستقبلية، إلا أن هؤلاء الأفراد يقرون بأدائهم الجيد في مواقف مماثلة في الماضي كما يتخذ هؤلاء الأفراد موقف الشخص المدافع عن التشاؤم، ويعتبرون التشاؤم مذهبا ومنهاجا في سلوكهم عامة (خنوش و بن عتو ، 2018، ص ص 299-300).

يعرف كل من "فرون و كنتور" (Voren&Gantor 1986)، التشاؤم الدفاعي بأنه: "نزعة لدى الأفراد إلى التوقع السيئ للأحداث المستقبلية" (بقال ومعروف ، 2021، ص 253).

ويعرف التشاؤم الدفاعي أيضا على أنه : إستراتيجية معرفية تهدف لحماية قيمة الذات يستخدمها الأفراد القلقون، لمساعدتهم على التحكم بقلقهم ولتمكنهم من العمل بإنتاجية، وخفض توقعاتهم من خلال تحضير أنفسهم لمواجهة الأحداث السيئة التي قد تحدث ، ما يجعلهم يلجئون إلى التركيز بعيدا عن انفعالاتهم السلبية ، وقد تمكنهم من التخطيط الجيد والتصرف بفاعلية لتحقيق النجاح (جعيس و الحديدي ،2015، ص473).

يتم اللجوء إلى التشاؤم الدفاعي (نوريم و كانتور، 1986 أ، 1986 ب) عندما يكون الخوف من الفشل كبيراً ولكن الرغبة في النجاح قوية. ويشبه هذا التشاؤم استراتيجيات الإعاقة الذاتية الناجمة عن القلق (جونز و بيرجلز، 1978؛ تاييس و باومستر، 1990)، حيث يسمح باستغلال المشاعر السلبية من خلال كمية الجهد المبذول".

على العكس، يستخدم الأفراد الذين تتمتع ثقتهم بأنفسهم بمستوى عالٍ، والذين يعانون من انخفاض في القلق، والذين يرفضون أي احتمال للفشل، استراتيجية التفاؤل (نوريم و كانتور، 1986 أ، 1986 ب). (غالبا ما يرتبط الناتج بشعور بالسيطرة، وتكون تصوراتهم عن قدراتهم قريبة جداً من الواقع. ويتم عزو الفشل إلى أسباب خارجية لحماية احترام الذات (نوريم، 2000)

يتفوق المتشائمون الدفاعيون بشكل أكبر في المواقف التي تتطلب اختباراً لقدراتهم (نوريم وإلينغورث، 1993؛ تومبسون ولي فافر، 1999؛ سبنسر ونوريم، 1996). وينطبق الشيء نفسه على المتفائلين، طالما لم يضطروا إلى إعادة تقييم أنفسهم بشكل مباشر. وهكذا، اقترح تايلور و براون (1988) أن التفاؤل يشبه تعديل المعلومات السلبية. طالما لا يوجد شيء يعارض الصورة التي لديه عن نفسه، فلن يحاول المتفائل التساؤل عن سير المهمة، حيث تحميه ثقته بقدراته من المشاعر السلبية. والهدف من هذه الاستراتيجية التحفيزية لتجنب المعلومات السلبية هو حماية احترام الذات الذي قد يكون مبالغاً فيه عن طريق تجنب أي تفكير (نوريم وإلينغورث، 1993)

"في حين يعتمد المتشائمون الدفاعيون على استراتيجيات تهدف إلى حماية أنفسهم من الفشل، يفضل المتفائلون تبني نظرة إيجابية للحياة والمستقبل. كما أشار نوريم و كانتور (1986 أ، 1986 ب)، يرتبط التفاؤل عادة بثقة عالية بالنفس وقبول محدود للقلق. هؤلاء الأفراد يميلون إلى رؤية أنفسهم قادرين على تحقيق أهدافهم، وحتى في حالة الفشل، فهم يميلون إلى عزو ذلك إلى عوامل خارجية للحفاظ على احترامهم لذواتهم (نوريم، 2000)

على الرغم من أن التشاؤم الدفاعي قد يكون مفيداً في بعض المواقف، إلا أن الدراسات (نوريم والينغورث، 1993؛ تومبسون ولي فافر، 1999؛ سبنسر ونوريم، 1996) أظهرت أن المتفائلين يحققون أداءً أفضل بشكل عام، خاصة عندما لا يتعرضون لتحديات كبيرة. هذا يدل على أن التفاؤل يمكن أن يكون بمثابة قوة دافعة قوية، حيث يساعد الأفراد على الحفاظ على معنوياتهم والمثابرة في وجه الصعاب.

اقترح تايلور و براون (1988) أن المتفائلين يميلون إلى تفسير المعلومات بطريقة إيجابية. عندما يواجهون تحدياً، فإنهم يركزون على نقاط قوتهم وقدراتهم بدلاً من التركيز على العقبات. هذا التوجه الإيجابي يساعدهم على الحفاظ على صورة إيجابية عن أنفسهم، حتى عندما لا تسير الأمور كما هو مخطط لها (pérès et al، براس وآخرون، 2005، ص94).

وعليه تستنتج الباحثة مما سبق أن التفاؤل غير الواقعي و التشاؤم غير الواقعي يمتازان إما بالايجابية المفرطة أو السلبية المفرطة و الزائدة عن اللزوم ، أما التفاؤل الدفاعي و التفاؤل الفعال هو الطريقة التي يفكر وينظر بها الفرد للحياة وكيفية تفسيره للأحداث من حوله و حماية ذاته اما أن تنعكس عليه بالراحة و الطمأنينة والسعادة إذا كان التفكير بايجابية وبطريقة عقلانية و استطاع التكيف مع جميع المواقف التي قد يتعرض لها ، أو التشاؤم الدفاعي الذي تنعكس طريقة تفكيره بسلبية الى الحزن و التشاؤم اذا استخدم منهاج غير عقلاني و سليم في حماية ذاته.

6-أسباب التفاؤل:

يرجع التفاؤل إلى جملة من الأسباب من أهمها:(فضيلة عرفات، 2009)

1--الحلم: أن يحلم الإنسان أثناء نومه بشيء معين في إلحاق خير به، فإذا صحا وجد هذا الشيء أمامه تفاؤل به، وظن أن هذا الشيء هو السبب في حصوله على خير.

2--تقليد الآباء: تعليم الأبناء بعض الأمور التي يكون دلالتها الخير، ويتم ترسيخها لهم في أذهانهم ، و اعتقادهم أن ذلك الشيء يجلب الخير فيتفاءل به.

3--الصدفة: من خلال تجارب الانسان في الحياة فانه يقوم بربط بعض الأمور التي تحدث له نتيجة التكرار اما بالخير أو الشر

4--الحب: أن يربط الانسان أحاسيسه ومشاعره بشيء يريده ، اذا حدث له خير فسينسبه اليه (مرباح ونجمة ، 2017، ص38).

7-أسباب التشاؤم :

- 1- الضعف والفتور والتداعي . فالمتشاؤم لا يثق بانفراج ولا بعلاج .
 - 2 -الإخفاق والفشل، لأنه يضع نصب عينيه الخيبة .
 - 3- الحقد وحب الإيذاء ؛ لأنه غيور حسود .
 - 4 - مراقبة الناس بالمنظار الأسود ، لأنه يشعر في صميمه أنه أخط من الناس .
 - 5 - التردد والانزواء والانطواء ، لأنه خجول مصاب بمركب النقص . فالتشاؤم إذن مرض . ولكنه غير عضال ، لأنه مرض دخيل يتقهقر أمام الإرادة والتصميم ومحاسبة النفس (خليفة ، 2001، ص47).
- نستخلص مم ذكره أنفا أن الحياة عبارة عن مراحل ومحطات فلكل انسان خبرات سابقة لا يخلو فيها من التفاؤل أو التشاؤم ،قد يكون التعبير عنهما يختلف من شخص لأخر ومن مجتمع الى آخر بنسب متباينة حسب :
- الفئة العمرية، الثقافة و التقاليد والعادات المتوارثة فقد تساهم التنشئة الاجتماعية في غرس بعض السلوكيات والمعتقدات عنده .
- درجة التفاؤل و التشاؤم لدى الأفراد و انعكاسها على سلوكياتهم.
- الأحلام و التجارب في الحياة و ما يتعرض له فالشخص المتفائل لا يكبت ولا يقمع أحاسيسه و مشاعره ولكن قد يربطها بتوقعات يريد الحصول عليها أما المتشاؤم فتكون له نظرة سوداوية اتجاه الحياة.

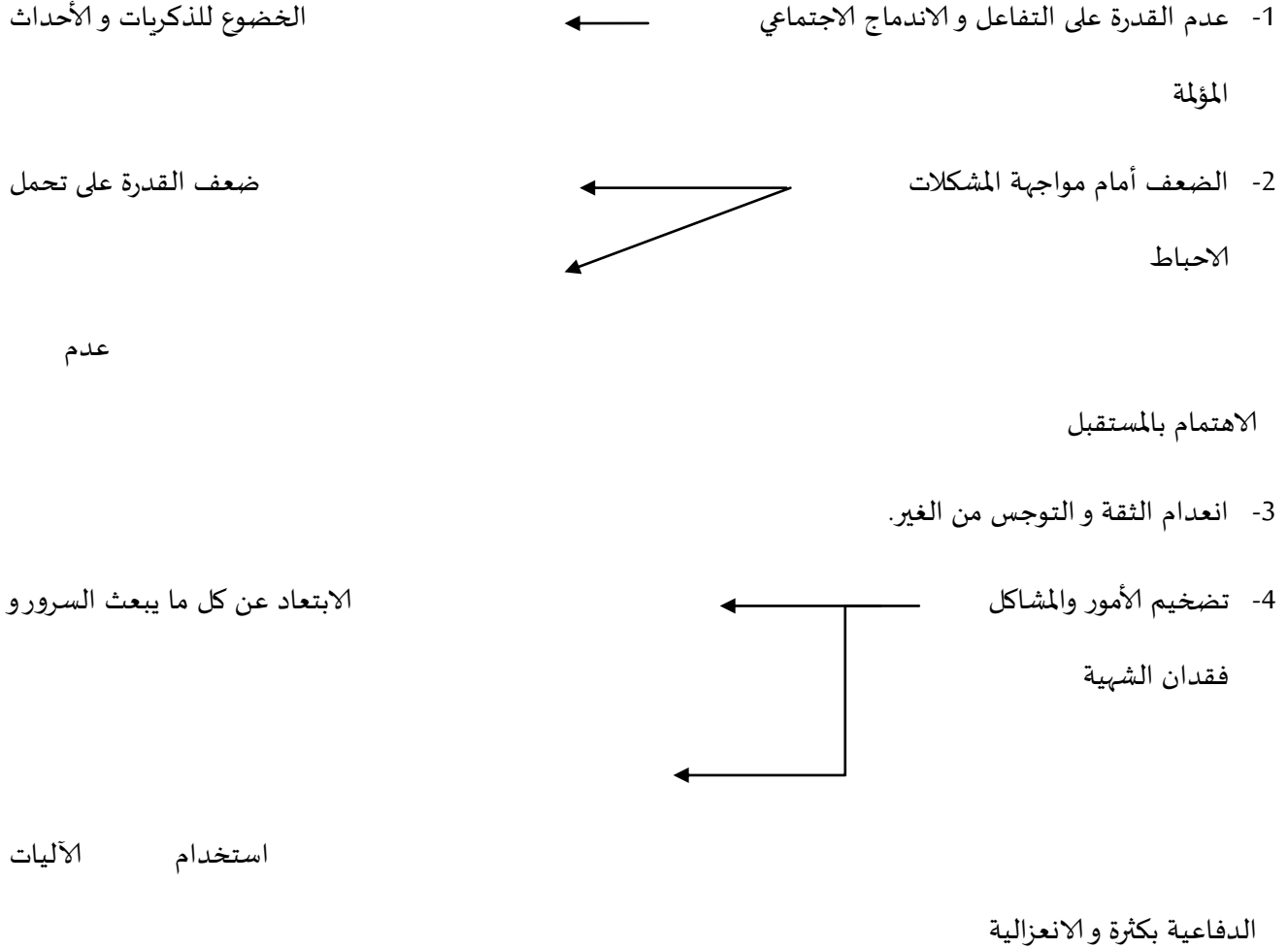
8-خصائص المتفائلين:

يختصر صبحي (2003) خصائص الشخصية المتفائلة فيما يلي:

- تقدير الأمور والظروف تقديرا سليما.
- الإقبال على الحياة بمرح وانشراح التعامل مع الآخرين بمودة وثقة.
- الاستقرار الانفعالي و التعلق بالأمل والتخطيط للمستقبل .
- مواجهة المشكلات بمرونة والعمل على حلها.
- توظيف الإرادة أمام المواقف الصعبة.

➤ المشاركة في الخدمات الاجتماعية بفاعلية (بن مهيدي وآخرون، 2018، ص ص 75-76).

9- خصائص المتشائمين: توضح (بن حدو، 2019، ص 181)



10- أهم ملامح المتفائلين والمتشائمين: (أسعد، د، ت، 118-157) ملامح الشخصية المتفائلة:

أ- الملامح الجسمية: يتميز المتفائل بملامح جسمية اعتمد عليها الباحثون في تفسيراتهم ،كملامح الوجه فإما نجدها تتسم بالأمل أو الغضب و اليأس، الحاجبين و النظرات بالإضافة الى تمدد الأوعية في الجلد و ظهورها على البشرة وحركات الوقوف و الجلوس و المشي و علاقتها بالتوتر و الاسترخاء الطبيعي بعد النشاط فهذا يدل على أن الحالة متوازنة و سليمة، وفسروا أيضا من خلال ثبات الصوت و خلوه من الترددات و الاضطرابات و الطعام اذا كان الفرد يتمتع بجهاز هضمي سليم هذا يدل على تفاؤله والنوم إذا كان يتمتع بالهدوء و السكينة

ب- الملامح الوجدانية: يتسم الشخص المتفائل بالاتزان الوجداني من خلال التوازن في المواقف التي تستدعي الضحك أو البكاء أو الأمل واليأس، يميل إلى توقع الخير.

ج- الملامح العقلية: الاكتساب المعرفي أي الميل إلى تحصيل المعرفة باكتساب الأنماط العقلية الصحيحة وليس الوقوف على معلومات غير صائبة .

د- الملامح الكلامية: ذكر كل ما له علاقة بالأخبار السارة و مبشرة بالخير، وكل التعبيرات التي تدل على الكلام من أصوات لها دلالتها كالبساطة و الغموض و التعقيدات فهي تعبر عن مدى الارتباط بين الوجدان و العقل والاحساس و الانفعالات و المشاعر.

هـ- الملامح الاجتماعية: حسب (Trottier et al، تروتيي وآخرون، 2007، ص 11) تتميز شخصية المتفائل بالتكامل و التداخل و الاطمئنان ، فنجد أنه يتأمل الجوانب الحسية من الآخرين ولا ينتظر الشر من أحد، كما يتسم بعدم معارضته نجاحه مع نجاح الآخرين و لا يعتبر ذلك تهديدا له ، بالإضافة إلا أنه يساهم في بناء الأجيال الصاعدة و يتعامل مع جميع الأزمات و المشكلات التي تعترضه و يحاول التغلب عليها (أسعد ، د، ت، 118- 135). وقد أشار شاير وكارفر (1985، 1992) في منظوره اتجاه التفاؤل وكيف يتعامل المتفائلون مع الحياة بطريقة مختلفة عن المتشائمين. فمن ناحية، هناك المتفائلون الذين يميلون إلى أن يكون لديهم توقعات إيجابية تجاه المستقبل. يتوقع هؤلاء الأشخاص بشكل عام حدوث المزيد من الأشياء الجيدة لهم أكثر من الأشياء السيئة. من ناحية أخرى، هناك المتشائمون الذين لديهم معتقدات مختلفة، حيث يميلون إلى أن يكون لديهم توقعات سلبية تجاه المستقبل.

11- ملامح الشخصية المتشائمة:

أ- الملامح الجسمية: يتخذ البعض من أصحاب الشخصية المتشائمة موقفا واضحا إزاء الآخرين عند تعامله معهم في سلوكه و أخلاقه و تصرفاته بسبب وجود عاهة أو تشوه أو مرض وقد نجد البعض الآخر منهم قد استطاع تعويض نفسه عما أصابه.

ب- الملامح الوجدانية: من بين أهم الملامح التي تتسم بها الشخصية المتشائمة هي التوجس من المجهول و انعدام الثقة والوسواس ، كراهية الماضي و الحاضر و المستقبل ، توقع حدوث الشر المصائب و استشعار الخطر .

ج- الملامح العقلية : يبحث المتشائم عن كل ما له علاقة بالسليبي لأنه يميل الى الفكر التشاؤمي ولديه انكار للحواس والمحسوسات لما له من أهمية في المعرفة و الرجوع في كلامه الذي كان سبق أن قاله وهذا ما يسعى بالتفكير الرفضي و الاكتفاء بالقول أن السبب هو الخطأ والسهو.

د- الملامح الكلامية: تتسم الشخصية التشاؤمية بالإجابات التي تدل على الكراهية و القسوة و توقع الشر و الرغبة في حدوث الكوارث و سرد الوقائع المؤلمة و الحزينة و استعمال كلمات سيئة عكس المتفائلين الذين تتجه اجاباتهم في الغالب الى التفاؤل والاستبشار بالخير.

هـ- الملامح الاجتماعية:

إن الشخصية المتشائمة تتجه الى السلوك السليبي في علاقاتها الاجتماعية فهم يبدون كراهيتهم حتى للأشخاص الذين لا يعرفونهم (أسعد ، د،ت، 139 - 157).

جدول رقم (1) يوضح تلخيصنا لملامح الشخصية المتفائلة:

ملامح الشخصية المتفائلة	
<p>- ملامح الوجه، إما تتسم بالأمل أو اليأس</p> <p>- حركات الجسم كالمشي والوقوف والجلوس في استخدامهما الطبيعي للتوتر والاسترخاء بعد النشاط</p> <p>- الصوت وتكيفه مع المواقف كالضحك أو البكاء</p> <p>- الطعام كسلامة الجهاز الهضمي والنوم الهادئ</p>	الجسمية
<p>- الاتزان الوجداني و عدم الانقلاب بين الحزن و الفرح في مدة قياسية قصيرة</p> <p>- الميل الى توقع الخير</p>	الوجدانية
<p>- الاكتساب المعرفي بتحصيل المعارف الصحيحة والمؤكددة وليست المشبوهة</p> <p>- يبحث المتفائل عن الصائب لتأكيدده وليس الخاطئ وتكذيبه</p>	العقلية

الكلامية	-التعبيرات الكلامية من أصوات تدل على الغموض والوضوح، التعقد و الدقة -ارتباط الوجدان والعقل والاحساس والعاطفة والانفعالات
الاجتماعية	-التكامل والتداخل في شخصية المتفائل والاطمئنان -التأمل في الجوانب الحسية من الآخرين -عدم انتظار الشر من الغيرو معارضة نجاحه مع نجاحهم ولا يعتبر ذلك تهديدا -المساهمة في بناء الأجيال

جدول رقم (2) يوضح تلخيصنا لملامح الشخصية المتشائمة:

ملامح الشخصية المتشائمة	
الاجسمية	اتخاذ موقف متشائم أمام الآخرين في سلوكاته وتصرفاته بسبب وجود تشوه أو عاهة أو مرض
الوجدانية	-استشعار الأخطار والمصائب وتوقع الشر -التوجس من المجهول -انعدام الثقة، الوسواس والشك -الكراهية للماضي والحاضر والمستقبل
العقلية	-البحث عن السلبيات -اتجاه الفكر التشاؤمي الى انكار الحواس والمحسوسات كأساس للمعرفة -التفكير الرفضي والرجوع في ما قد سلم به من قبل وترجيح قبوله الى الخطأ والسهو -الشك وضعف القابلية للتصديق والايمان عند المتشائم
الكلامية	-الكراهية والقسوة في الاجابات عند المتشائمين -توقع الشر والرغبة في حدوث مصائب

الميل لاستخدام الكلمات السلبية	
اجتماعية	<p>-اتجاه السلوك السلبي في العلاقات الاجتماعية</p> <p>-ابداء الكراهية حتى مع الأشخاص الذين لا يعرفونهم</p>

12- العوامل المؤثرة في التفاؤل والتشاؤم:

إن التفاؤل والتشاؤم يؤثران في السلوك الإنساني من نواح كثيرة، (محمد وآخرون ، 2009) حيث يسيطر على سلوك الفرد أحياناً نزعة تؤدي إلى توقع الخير وتوصف هذه الحالة بالتفاؤل، وفي أحيان أخرى توقع الشر وتوصف هذه الحالة بالتشاؤم، وهذا يعني أن التفاؤل والتشاؤم تأثيره كبير لا يمكن التقليل من أهميته على السلوك الإنساني أو إنكاره ، حيث يؤثر كل منهما على الحالة النفسية للفرد وعلى توقعاتهما بالتفاؤل أو التشاؤم بالنسبة للحاضر والمستقبل (جعيس والحديدي ، 2015، ص450).

من بين هذه العوامل المؤثرة على التفاؤل والتشاؤم:

أشار (نصرالله، 2008). إلى الأسرة: من الجو العام الذي يسودها وطريقة تربية الأطفال وزرع القيم والأفكار فهم، يثب الطمأنينة والأمان والرعاية وكل هذا يسهل شخصية الطفل و فيؤثر تأثير كبير عليه ما يجعله إما متفائل أو متشائم.

-المدرسة: مدى انعكاس التفاؤل للطاغم التربوي من مدرء وأساتذة على شخصيات الطلبة.

كما يشير (شاوو و آخرون، 2023، al chao et.) في دراسته معنى الحياة المرتبط بالعمل والتفاؤل، تعد هذه الدراسة من بين الدراسات الأولى التي تبحث في كيفية تفسير تصورات المعلمين حول جودة القيادة المدرسية، والمعنى المرتبط بالعمل في الحياة، والتفاؤل، للرفاه النفسي لـ 509 معلماً في رياض الأطفال في هونغ كونغ، الصين. أظهر نمذجة المعادلات الهيكلية أن المعلمين الذين لديهم تصورات أفضل حول جودة القيادة المدرسية وجدوا معنى أكبر مرتبطاً بالعمل في الحياة، وكانوا أكثر تفاؤلاً، بينما فسر المعنى المرتبط بالعمل في الحياة التفاؤل بشكل إيجابي، والتفاؤل فقط هو الذي وسيط بين تصورات جودة القيادة المدرسية والرفاه النفسي. تشير النتائج إلى أهمية العلاقة المتبادلة بين تصورات جودة القيادة المدرسية والمعنى المرتبط بالعمل في الحياة والتفاؤل. يجب أن تولي الإدارة المدرسية اهتماماً لهذه العلاقات عند تصميم خطط المدرسة وبرامج تدريب المعلمين لتعزيز الرفاه النفسي للمعلمين.

يُعرّف التفاؤل بأنه أحد موارد التأقلم الداخلية أو استراتيجيات حل المشكلات (بارك وفولكمان، 1997) التي تميل إلى خلق وتجربة معنى الحياة (جو وآخرون، 2013). يميل المتفائلون إلى التعامل مع المحن أو التحديات بشكل أكثر فعالية والاستفادة منها نفسياً (ويمبيرلي وآخرون، 2008). لذلك، قد يؤدي التفاؤل أيضاً إلى شعور الناس وتجربتهم لمعنى الحياة المرتبط بالعمل وتعزيز رفاههم النفسي. أظهرت دراسة جو وآخرون (2013) أن معنى الحياة المرتبط بالعمل كان متغيراً مهماً من خلال التفاؤل ويرتبط بالوظيفة النفسية الإيجابية (شاوو وآخرون، 2023، al chao et، ص1254).

أشارت دراسة (شان وآخرون 2024، chan et al) بأنه على الرغم من العلاقة القوية بين الرضا عن الحياة والتعليم، إلا أن القليل معروف عن الصلة بين الرضا عن الحياة والتعلم غير الرسمي في سياق برامج التدريب والتلمذة. يفحص هذا البحث تأثير برنامج (LaunchCode)، وهو برنامج تدريب وتلمذة مبتكر في مجال العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات، على رضا المشاركين عن الحياة وتفاؤلهم. كما يستكشف الأدوار الوسيطة للتوظيف في مجالات العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات والدخل، وكذلك الدور المحدد لمستويات التحصيل التعليمي للمشاركين.

وجد مستويات عالية من الرضا عن الحياة والتفاؤل بين أولئك الذين أكملوا دورة التدريب ومكون التلمذة. بالإضافة إلى ذلك، وجد تأثيراً وسيطاً مهماً للتوظيف في مجالات العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات على العلاقات بين المشاركة في البرنامج والرضا الحالي عن الحياة والتفاؤل بين من أكملوا التلمذة. وأخيراً، وجد تأثيراً تعديلياً مهماً لمستوى التعليم على العلاقة بين إكمال البرنامج والحصول على وظيفة في مجال العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات، حيث أن المشاركين الحاصلين على درجة جامعية أكثر عرضة لتأمين عمل في مجال العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات من خلال الدورات الدراسية وحدها.

تسلط النتائج الضوء على أهمية التلمذة في زيادة الرضا عن الحياة والتفاؤل، وكذلك أهمية التوظيف في مجالات العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات في تفسير التأثير الكبير للتلمذة على الرضا عن الحياة والتفاؤل. وتشير هذه النتائج إلى أن ما يفعله الناس من أجل العيش أكثر أهمية من مقدار ما يكسبونه. ومع ذلك، على الرغم من أن التلمذة قد توفر طريقاً بديلاً لسوق العمل، إلا أن التعليم قد يسهل بناء العلاقات الوظيفية في مجال العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات.

في هذا الصدد، فإن منظوراً بديلاً لـ "الإفراط في التعليم" في سياق برامج إعادة التدريب والتعليم البديل هو "القدرة على التكيف". هنا، قد يكون الفرد الحاصل على درجة البكالوريوس والذي يعود للحصول على شهادة أكثر قابلية للتكيف، وبالتالي قد نتوقع أن يكون الرضا عن الحياة أعلى بالنسبة لهؤلاء الأفراد. باستخدام استبيان لطلاب الدراسات العليا في ماليزيا، وجد Ng وآخرون

(2020) أن القدرة على التكيف الوظيفي - والتي تنطوي على قيام الأفراد بالسيطرة على مساراتهم المهنية - كانت مرتبطة ارتباطاً إيجابياً بالرضا عن الحياة (شان وآخرون 2024،chan et al ، ص 4) .

هدفت الدراسة (Jenny Marcionetti · Luciana Castelli، 2023)، رضا المعلمين عن وظائفهم وحياتهم: نموذج معرفي اجتماعي يدمج الإرهاق الوظيفي والكفاءة الذاتية والتفاؤل الشخصي والدعم الاجتماعي لدى المعلمين"

إلى اختبار نموذج للعوامل التي تتنبأ برضا المعلمين الوظيفي ورضاهم عن الحياة، والاحتراق الوظيفي، والتفاؤل الشخصي، والدعم الاجتماعي، وعبء العمل المدرك، والكفاءة الذاتية. يوسع النموذج نموذج لينت و براون ، المعرفي الاجتماعي لتفاعل مصادر الرضا الوظيفي ورضا الحياة. على وجه التحديد، تم إدراج الإحترق الوظيفي، وهي حالة ذات معدل حدوث مرتفع بين المعلمين. شملت الدراسة 676 معلماً سويسرياً. تم استخدام نمذجة المعادلات البنوية لتحليل البيانات. كشفت النتائج عن التأثير التفاضلي للمتغيرات التي تم أخذها في الاعتبار على الإحترق الوظيفي ورضا المعلمين عن العمل، بالإضافة إلى رضاهم عن الحياة. قد يؤدي التفاؤل الشخصي والدعم الاجتماعي وعبء العمل المدرك إلى تقليل خطر الإحترق الوظيفي لدى المعلمين؛ يبدو أن التفاؤل الشخصي والدعم الاجتماعي والكفاءة الذاتية للمعلم تؤثر بشكل إيجابي على الرضا الوظيفي؛ ويرتبط التفاؤل الشخصي وحده، جنباً إلى جنب مع الإحترق الوظيفي والرضا الوظيفي، ارتباطاً مباشراً برضا المعلمين عن الحياة.

نتستنتج مما سبق ان التفاؤل يسمح للفرد بالقيام بتحديات و الخوض في تجارب جديدة ،والقدرة على التعامل مع الأزمات بأمل وروح معنوية قوية ،ومحاولة ايجاد حلول ما يجعل الأفراد يشعرون بمعنى الحياة و الرضا عن حياتهم ،فالتفاؤل مرتبط بجميع جوانب الحياة كالعمل و الدراسة والتعلم والطموح للحصول على وظائف مرموقة أو درجات جامعية مرتفعة ،فكونه متفائل تجعله يتكيف و يحاول القيادة و السيطرة على مسار حياته ليكون راضيا عن نفسه و عن حياته.

- المجتمع الشعبي: كل مجتمع يحمل طابعا خاصا به يتسم اما بالتفاؤل أو التشاؤم تتميز بملامح وجدانية واجتماعية خاصة ما تعرض له من أحداث وظروف اقتصادية وتكنولوجية التي تستحدث القيم التي تحدد وتطور ذلك.

- وسائل الإعلام:تؤثر بشكل بالغ في تشكيل وجدانيات الأفراد وصبغتها بالتفاؤل أو التشاؤمحيثما توجه إليهم من أفكار(قنيطرة ،2016، ص 15).

-الصحة:(حمدان،1999) يرى أن التفاؤل أو التشاؤم يؤثر على صحة الشخص فالإنسان المتفائل يكون خالي من القلق والاكتئاب و التوتر مما يساعده على اكتساب صحة سليمة تتمتع بطابع ايجابي (نصر الله ، 2008، ص29) .

دراسة (karhu et al, 2024) العلاقات التبادلية بين التفاؤل والتشاؤم والأعراض الاكتئابية في مرحلة البلوغ - دراسة متابعة لمدة 15 عامًا على المواليد في شمال فنلندا تم قياس التفاؤل والتشاؤم باستخدام اختبار اتجاه الحياة المعدل (LOT-R) الذي يقيس الميل الشخصي والاختلافات في التوقعات المستقبلية (Scheier و Carver، 1985). يتضمن الاختبار ثلاثة بنود للتفاؤل (مثل: أنا دائمًا متفائل بشأن مستقبلي) وثلاثة بنود للتشاؤم (مثل: إذا كان هناك شيء يمكن أن يخطئ بالنسبة لي، فإنه سيحدث). تم تقديم الاستجابات باستخدام مقياس ليكرت يتراوح من 1 = أختلف تمامًا إلى 5 = أوافق تمامًا. كما هو مقترح في الدراسات السابقة، يتم فحص التفاؤل والتشاؤم هنا كمتغيرين منفصلين (Bates، 2015، Dember، 1989، Glaesmer، 2012، Herzberg et al، 2006). كانت الاتساق الداخلي (ألفا كرونباخ) لبنود التفاؤل $0.69\alpha = 0$ عند المتابعة لمدة 31 عامًا و $0.74\alpha = 0$ عند المتابعة لمدة 46 عامًا، ولبنود التشاؤم، $0.77\alpha = 0$ عند المتابعة لمدة 31 عامًا و $0.82\alpha = 0$ عند المتابعة لمدة 46 عامًا (karhu et al، 2024، وآخرون، ص 470).

في دراسة أشار إليها (Graig et al, 2021) الارتباط بين التفاؤل والتشاؤم ومعدل الوفيات من جميع الأسباب: مراجعة منهجية: تشير الأبحاث إلى ضرورة دراسة التفاؤل والتشاؤم كبنين منفصلين وليس كبعد واحد متضادين. يرتبط التفاؤل والتشاؤم بشكل مختلف بالسلوكيات المرتبطة بالصحة، وأسلوب التأقلم، وعدد من نتائج الصحة. هدفت هذه الدراسة إلى مراجعة منهجية للأدلة حول ارتباط التفاؤل والتشاؤم ومعدل الوفيات من جميع الأسباب. تم إجراء بحث منهجي في قواعد البيانات MEDLINE و EMBASE و PsycINFO وفقًا لإرشادات تقارير الأبحاث المنهجية والتحليلات التلوية (PRISMA) من بين 6837 دراسة رصدية/مستقبلية تم تحديدها، تم تضمين 25 دراسة، بإجمالي 217256 مشاركًا. أفادت إحدى عشرة دراسة من أصل 18 دراسة قاست التفاؤل بأن التفاؤل مرتبط بانخفاض خطر الوفاة، بينما أفادت سبع دراسات من أصل ثمانية دراسات قاست التشاؤم والدراستين اللتين قاستا التفاؤل غير الواقعي بأن ارتفاع التشاؤم/التفاؤل غير الواقعي مرتبط بزيادة خطر الوفاة. أظهرت نتائج التحليل التلوي أن التفاؤل المقاس تصنيفياً مرتبط بانخفاض خطر الوفاة (نسبة المخاطر المجمعة = 0.85، فاصل الثقة 95٪: 0.79-0.91). نقترح قياس التفاؤل والتشاؤم كمنبئين منفصلين، حيث أن لكل منهما تأثيرات مختلفة على خطر الوفاة. يلزم إجراء المزيد من الأبحاث للتحقق مما إذا كانت التدخلات النفسية لزيادة التفاؤل أو تقليل التشاؤم يمكن أن تقلل من خطر الوفاة من جميع الأسباب. وقد توصل في الأخير إلى نتائج هذه المراجعة المنهجية التي تشير أن غالبية الدراسات التي تبحث في التفاؤل (59%) أفادت بأن التفاؤل مرتبط بانخفاض خطر الوفاة لجميع الأسباب. وارتبط التفاؤل غير الواقعي المفرط والتشاؤم بزيادة خطر الوفاة. لم تبلغ دراستان من أصل ثلاث دراسات أفادت بالعلاقة بين كل من التفاؤل والتشاؤم والوفيات عن أي ارتباط بين

التفاؤل والوفيات، بينما لاحظوا أن التشاؤم زاد من خطر الوفاة لجميع الأسباب. تدعم نتائج هذه المراجعة الحجج الحديثة التي تدعو إلى أن تبحث الأبحاث المستقبلية التفاؤل والتشاؤم كبنائين منفصلين. يعتبر التفاؤل والتشاؤم من المحددات الصحية التي يمكن تعديلها. لذلك، فإن تصميم وتنفيذ تدخلات نفسية لزيادة التفاؤل وتقليل التشاؤم قد يقلل من خطر الوفاة المبكرة" (Graig & al، كراك وآخرون، 2021، ص 9).

و توضح دراسة (Alloy et aherns 1987) الاكتئاب والتشاؤم للمستقبل: الاستخدام المتحيز للمعلومات الإحصائية ذات الصلة في التنبؤات للذات مقابل الآخرين، تؤكد النظريات المعرفية للاكتئاب على دور التشاؤم بشأن المستقبل في نشأة الاكتئاب واستمراره. صُمم البحث الحالي لسببين: (أ) تقديم دليل واضح على أن توقعات الأفراد المكتئبين لاحتمالية النتائج المستقبلية أكثر تشاؤماً من توقعات الأفراد غير المكتئبين عند إعطائهم نفس المعلومات لاتخاذ التوقعات ونفس ظروف التنبؤ، و(ب) اختبار فرضيتين إضافيتين بشأن الآليات المحتملة الكامنة وراء التشاؤم النسبي للمكتئبين في التنبؤ: فرضية المقارنة الاجتماعية وفرضية الأسلوب الإنساني التفاضلي. استخدمنا تعديلاً لنموذج استخدام الإشارات الذي وضعه أيزن (1977، التجربة 1) وفحصنا توقعات الأشخاص المكتئبين وغير المكتئبين لاحتمالية النتائج الإيجابية والسلبية المستقبلية لأنفسهم وللآخرين. وقد قدمت النتائج دعماً قوياً للتشاؤم من جانب الأفراد المكتئبين مقارنة بالأفراد غير المكتئبين في التوقعات لأنفسهم وللآخرين. بالإضافة إلى ذلك، بينما أظهر غير المكتئبين تحيزاً نحو تعزيز الذات حيث بالغوا في تقدير احتمالية نجاحهم وقدرّوا احتمالية فشلهم بشكل أقل مقارنة بالآخرين المماثلين، لم يستسلم المكتئبون للتحيزات المقارنة الاجتماعية الإيجابية أو السلبية في التنبؤ. وأخيراً، تماشياً مع فرضية الأسلوب الإنساني، تم الحصول على فروق بين المكتئبين وغير المكتئبين في أنماط استخدام الإشارات، خاصة في التوقعات الذاتية. تمت مناقشة النتائج فيما يتعلق بالآليات الكامنة وراء التفاؤل والتشاؤم التنبؤي والوظائف المحتملة لهذه التحيزات التنبؤية وأثارها.

وفي دراسة (Alloy et aherns، ألوي وأثنس، 1987) الاكتئاب والتشاؤم تجاه الذات مقابل الآخرين

تعد مسألة تشابه أو اختلاف توقعات الأشخاص المكتئبين وغير المكتئبين عند إجراء تنبؤات لأنفسهم مقابل الآخرين مسألة مهمة. وقد جادل بيك (1967) بأن استنتاجات الأشخاص المكتئبين تتميز بـ "تحيز منهجي ضد الذات" حيث يقومون بإصدار أحكام واستخلاص استنتاجات لها آثار سلبية على أنفسهم ولكن ليس بالضرورة على الآخرين. وبالمثل، ميز أبرامسون وآخرون (1978) بين حالات العجز الشخصي والعجز العام. يشير العجز الشخصي إلى الاعتقاد بعدم القدرة الشخصية على تحقيق النتائج المستقبلية

المرغوبة، بينما يشير العجز العام إلى الاعتقاد بأن هذا العجز يتعمم على الآخرين أيضاً. وقد قدم جابر وهولون (1980) أدلة تشير إلى أن الأشخاص المكتئبين يميلون أكثر إلى أن يتميزوا بالعجز الشخصي بدلاً من العجز العام. وبالتالي، فإن البحث والنظريات من منظور النظريات المعرفية للاكتئاب تشير إلى أن تشاؤم المكتئبين النسبي في التنبؤ بالنتائج غير المؤكدة قد يكون خاصاً بالذات وقد لا يمتد بشكل عام إلى توقعاتهم للآخرين. بدلاً من ذلك، قد يكون تشاؤم المكتئبين حول المستقبل أكثر شمولية ويتضمن توقعات حول نتائج الآخرين وكذلك نتائجهم الخاصة. وقد يعكس هذا التشاؤم العام تصور المكتئبين السلبي للعالم ولأنفسهم (بيك، 1967) ومن ثم، كان أحد المكونات المهمة للبحث هو مقارنة محددة لاستخدام المعلومات والتوقعات الخاصة بالأفراد المكتئبين وغير المكتئبين لأنفسهم وللآخرين (Alloy et aherns، ألوي و أئنس، 1987، ص 367).

- **العوامل السياسية :** (طه وعلي خان) نشأة الاضطرابات في العلاقات الإنسانية الذي يولد الانعزال الوجداني والفقر العاطفي والشعور بفراغ الحياة وفقدان التوازن النفسي في ظل استغلال التطور وتقدم المخترعات لهيمنة الدول على غيرها من أجل إهلاك النوع الآدمي وتضاربها مع العوامل الثقافية والحضارية والاجتماعية السائدة في أي مجتمع فيشعر الفرد إنه عاجز ضعيف مهدد لا يجد من يحميه فيقع فريسة الهم والقلق النفسي كل ذلك يؤدي إلى صراعات نفسية لا تلبث أن تصبح مظاهر سلوكية للفرد كالخوف من المستقبل والتشاؤم والشعور بالنقص والتردد والشك و التوتر والضغط النفسي الممارس عليه (عبد الكريم، 2012، ص 469).

وهناك في الواقع كثير من العوامل المحددة التي يفترض أن تحدد درجات الأفراد في كل من التفاؤل والتشاؤم حسب (الأنصاري ، 1998، ص ص 20-21) منها:

- **العوامل البيولوجية:** تتمثل في المحددات الوراثية أو الاستعدادات الموروثة، وقد افترض بعض الباحثين أن لهذه المحددات دور في التفاؤل والتشاؤم.
- **العوامل الاجتماعية:** دور العوامل الاجتماعية في التفاؤل و التشاؤم من خلال التنشئة الاجتماعية التي تطبع الفرد وتساعد على اكتساب اللغة والعادات والقيم والاتجاهات السائدة في مجتمعه.
- **المواقف الاجتماعية المفاجئة:** مصادفة الشخص في حياته سلسلة من المواقف العصبية المحبطة أو المفاجئة تنعكس عليه في الغالب إلى التشاؤم، والعكس صحيح إلى حد بعيد.

التفاؤل، الذي يُعتبر سمة شخصية مستقرة، آثار مهمة على الطريقة التي ينظم بها الناس أفعالهم (شاير وكارفر، 1985). ويُوصف الأسلوب المتفائل بأنه لديه ميل إلى إعطاء أسباب محددة وغير مستقرة وخارجية للنتائج السلبية وأسباب عالمية مستقرة وداخلية للأحداث الإيجابية (أبراهامسون، سيلجمان، وتيسديل، 1978؛ بيترسون وسيلجمان، 1984). وعلى طول هذه النقاط، يظهر الأفراد المتفائلون وهمًا بالسيطرة، أو الاعتقاد بأنهم يؤثرون على النتائج التي قد لا يكون لديهم سيطرة حقيقية عليها (غولين، تيريل، وجونسون، 1977). ومع ذلك، فإن هذا الشعور بالسيطرة يسمح للفرد بأن يكون أكثر ثقة وحسماً عند الدخول في موقف ما.

استنادًا إلى نموذج شاير وكارفر (1985)، وجدت العديد من الدراسات أن التفاؤل مرتبط بتعديلات نفسية وجسدية أكبر (بيترسون، 2000). تجعل صفات التفاؤل من الجذاب دراستها كعامل عازل للإجهاد لأن التفاؤل هو تمثيل مباشر لدافع الشخص وإدراكه لعمله (شاير وكارفر وبريدجز 2001). على الرغم من أن الباحثين ركزوا على التفسيرات التصرفية لنتائج الإجهاد، إلا أن هناك القليل من الأبحاث التي تستكشف العلاقة بين الاختلافات الشخصية المستقرة والإجهاد وكيف يؤثر هذا على الفرد في العمل (لونغ 1993). كما ذكر أعلاه، قد يكون التفاؤل مؤشراً مهماً للإجهاد الوظيفي والإرهاق لدى الأفراد (chan، شان، 2004، صص 31-32).

- عامل التدين: يرى (عوض، 2012) أنه يعتبر نقص التدين عاملاً مساهماً في ظهور التشاؤم، وتعكس درجة تدين الفرد عن تفاؤله أو تشاؤمه ، فقد كشفت نتائج العديد من الدراسات وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التفاؤل والتدين وسلبية بين التشاؤم والتدين (يقال و معروف ، 2021، ص 255)، يعرف (سليم، 2000) التدين بأنه التزام الفرد بكل ما جاء به الاسلام من الالتزام بالعقيدة والايمان والتمسك بتطبيق أحكام الشريعة في سلوكه اليومي سواء كان ذلك في التعامل مع الله عزوجل أو في التعامل مع الناس (قنيطة، 2016، ص 31). وفي دراسة أوضحت المومني (2020) هدفت الدراسة إلى تعرف مستوى التدين ومستوى الرضا عن الحياة في ضوء بعض المتغيرات وتعرف العلاقة بين التدين والرضا عن الحياة لدى عينة مكونة من (156) فرد من الخريجين الجامعيين العاطلين أو المتعطلين عن العمل في محافظة جرش، تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة، واستخدمت الباحثة لذلك مقياس التدين ومقياس الرضا عن الحياة وقد اعتمدت الباحثة لاستخلاص النتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الثلاثي ومعامل ارتباط بيرسون وقد أظهرت نتائج الدراسة. أن مستوى التدين لدى الخريجين الجامعيين العاطلين عن العمل جاء بمستوى مرتفع، وأن هناك فروقا دالة إحصائية في مستوى التدين تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الاناث، بينما لم يكن هناك فروق

دالة إحصائية في مستوى التدين تبعاً لمتغيرات العمر وعدد سنوات البطالة. كما أظهرت النتائج أن مستوى الرضا عن الحياة لدى الخريجين الجامعيين العاطلين عن العمل جاء بمستوى متوسط، وأن هناك فروقاً دالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث، بينما لم تكن هناك فروق دالة إحصائية تبعاً لمتغيرات العمر وعدد سنوات البطالة. وأخيراً أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائية بين مستوى التدين ومستوى الرضا عن الحياة لدى الخريجين الجامعيين العاطلين عن العمل.

تشير صالح (2014، ص 152) في دراسة التفاؤل والتشاؤم من المنظور النفسي أن المتدينين هم أكثر تفاؤلاً من غير المتدينين، فقد يكون نقص التدين عاملاً فعالاً في التشاؤم، فقد كشفت نتائج دراسة عبد الخالق (2000)، على وجود علاقة إيجابية بين التفاؤل والتدين وعلاقة سلبية بين التشاؤم والتدين.

هدفت دراسة (fastame et al، فازتام ، 2021) إلى تقييم تأثير السياق الاجتماعي الثقافي على التفاؤل والتكيف الشخصي، والرضا عن الحياة، والتدين في مرحلة الشيخوخة المتأخرة.

علاوة على ذلك، تم التحقيق في الارتباطات بين هذه المقاييس النفسية والتدين. أكمل خمس وتسعون فرداً مسناً تم تجنيدهم في المنطقة الزرقاء بسردينيا وكالياري مجموعة من الأدوات التي تقيم الصحة المعرفية والعقلية، والتدين. ارتبط الرضا عن الحياة بالمرونة والتدين، بينما ارتبطت المرونة بالتفاؤل. علاوة على ذلك، أبلغ المشاركون من المناطق الريفية عن تفاؤل ورضا عن الحياة أكبر من نظرائهم الذين يعيشون في المناطق الحضرية. في الختام، يدعم التفاؤل والرفاهية الهدونية الشيخوخة المثلى في المنطقة الزرقاء.

كما هدفت دراسة محيسن (2012) إلى التعرف على نسبة شيوع التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الاقصى بغزة، وعلاقتها بالتدين ودرجة اختلاف الفروق في التفاؤل والتشاؤم، بالتخصص، مكان الانتماء التنظيمي، الجنس، واجريت الدراسة على عينة (263) من طلبة جامعة الاقصى بغزة ولتحقيق اهداف الدراسة اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي وقد أسفرت نتائج الدراسة عن شيوع التفاؤل بنسبة 60.66% وتعد هذه النسبة متوسطة، والتشاؤم بنسبة 41.6 وتعد دون المتوسط، كما وجدت علاقه ايجابية بين التفاؤل الطالب ودرجه تدينه، والسلبية بين التشاؤم ودرجه التدين، وعدم وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم توزع للجنس او لمكان السكن (قرية، مدينه، معسكر)، وان المتزوجين اقل تشاؤماً من غير المتزوجين كما كشفت ان طلبة التخصص الادبي اكثر تشاؤماً من طلبة التخصص العلمي ووجود فروق داله احصائيا في التفاؤل تعزى للانتماء التنظيمي ولصالح المنتمين للاتجاه الاسلامي في التفاؤل والمنتمين لحركة فتح في التشاؤم وعدم تمايز التفاؤل عن التشاؤم في العامل المستقل.

يؤثر كل من التفاؤل والتشاؤم في تشكيل سلوك الفرد، وعلاقاته الاجتماعية وصحته النفسية والجسمية، فالتفاؤل يولد أفكاراً ومشاعر للرضا والتحمل والثقة بالنفس، وينجح في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، بينما التشاؤم يميز الجوانب السلبية للحياة فقط مما يستنزف طاقة المرء ويشعره بالضعف والنقص في نشاطه (عايش، 2019، ص 80).

نستنتج مما سبق أن التفاؤل والتشاؤم عوامل عديدة ومتغيرات تتأثر وتؤثر بدورها على الفرد فالعوامل البيولوجية و الوراثية تؤثر في نشأة وتكوين الفرد ،والعوامل الذاتية والموضوعية والعوامل السياسية تعتبر عوامل مساهمة في تحديد نسبة ودرجة التفاؤل الذي يرتفع وينخفض على حسب اختلاف الأفراد وشخصياتهم إلا أن العوامل الاجتماعية التي ترتبط بالمحيط والأسرة والمجتمع وما تعرض الفرد اليه من مواقف ،تأثير كبير وبالغ ينعكس على الانسان في سلوكه وتصرفه اذا كان الشخص متفائلاً سيؤثر بالإيجاب على الأفراد أما اذا كان متشائماً فلن يتوقف عنده فقط بل ينتقل و يمتد تأثيره إلى المجتمع، بالإضافة إلى العامل الديني كلما ارتفع زاد التوافق والتوازن النفسي للفرد.

13- النظريات المفسرة للتفاؤل والتشاؤم: على الرغم من أهمية مفهومي التفاؤل والتشاؤم في الحياة الإنسانية بشكل عام، وفي الدراسات النفسية بشكل خاص، إلا أن تاريخ الاهتمام بهذين المفهومين حديث نسبياً، حيث ظهر الاهتمام بدراستهما في نهاية السبعينيات من القرن الماضي، وفي خلال العقدين السابقين احتل مفهوم التفاؤل والتشاؤم مركز الصدارة في عدد من البحوث والدراسات النفسية (عزيزة، 2019، ص 3-4) وفسرتها العديد من النظريات نذكر منها:

■ نظرية التحليل النفسي:

يرى فرويد أن التفاؤل هو القاعدة العامة للحياة وأن التشاؤم لا يقع في حياة الفرد إلا إذا تكونت لديه عقدة نفسية، ان سمة التشاؤم هي الطارئ الذي يحدث عند تشكل المشكلات والعقد النفسية (عينو، 2019، ص 123) والعقدة النفسية هي ارتباط وجداني سلبي شديد التعقيد والتماسك حيال موضوع خارجي أو داخلي فالفرد المتفائل إذا لم تحدث في حياته حوادث تجعل نشوء العقدة النفسية لديه أمراً ممكناً ولو حدث العكس لتحول إلى شخص متشائم الأنصاري، 1998). ويعتقد فرويد أن الطفل يمر بسلسلة من المراحل المتواصلة دينامية خلال السنوات الخمس الأولى، ويلمها مدة تستمر من خمس إلى ست سنوات تسمى فترة الكمون، فيتحقق قدر من الثبات والاستقرار الدينامي، وتحدد كل مرحلة من النمو خلال السنوات الخمس الأولى ففي خلال المرحلة الأولى التي تستمر قرابة العام يكون الفهم هو المنطقة الرئيسية للنشاط الدينامي (سليم، 2018، ص 49).

■ النظرية السلوكية:

يري السلوكيون أن التفاؤل والتشاؤم هي عبارة عن استجابات شرطية مكتسبة، فتكرار ظهور مثير ما بحادث سيئ لشخص ما يؤدي إلى التشاؤم، في حين أن ارتباطه بحادث سار يترتب عليه التفاؤل لدى شخص آخر (حسين، 2011) يرى أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي أن سلوك الفرد يرتبط بتاريخ التعليم لبعض المواقف وحين يفضل بعض الأفراد في أداء بعض المهمات تتكون لديهم توقعات سلبية تجاه الأمور والمواقف وكثيرا ما يغلب عليهم التشاؤم بهذا يختلف الأفراد في توقعاتهم للنجاح أو الفشل إزاء الأحداث المستقبلية (سني، 2021، ص 80).

أشار (عبد الله ، 2008) أن باندورا (Bandoura) اهتم بمفهوم الفاعلية الذاتية والتي تعني توقع الفرد بأنه لديه القدرة على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوب فيها، وميز بين الفاعلية وتوقعات النتيجة، حيث يري توقع نتائج التفاؤل والتشاؤم هو الاعتقاد بأن القيام بسلوك معين سيترتب عليه نتائج مرغوب فيها، فتوقع النتائج يعتبر أحد المحددات المؤثرة في السلوك وذلك من خلال تقويم الفرد لنتائج الأداء الناجح واحتمالات الوصول إلى الهدف المنشود عن طريق هذا السلوك، فإذا لم يقتنع الشخص بأن السلوك سوف يؤدي إلى الهدف، فإنه لن يقوم به حتى لو كان يعتقد بأنه يقدر على القيام به، بالرغم من الاختلافات بين مفهومي التفاؤل والفاعلية الذاتية، فإن هناك علاقة موجبة بين الفاعلية الذاتية المرتفعة والتفاؤل المرتفع كما أشارت لذلك Stanley Alet (سني، 2021، ص 81).

■ **نظرية إيزنك:** تتلخص نظرية إيزنك في وجود قطبين رئيسيين للشخصية الانبساط والانطواء يرى بأن الانبساطيين والانطوائيين يختلفون في الموصفات النفسية والعصبية والميول السلوكية الملحوظة، فالانبساطي يكون اجتماعيا محتاجا إلى الناس متفائلا ولديه القدرة على تأدية الأعمال المكلف بها في مستويات عالية من الضوضاء، أما الانطوائي (camball.1982)، فيحب الابتعاد عن الناس ويمتاز بالتشاؤم وتقل قدرته ولا يستطيع العمل أو المطالعة في مستويات عالية من الضوضاء أو التشتت (عينو ، 2017، ص 198).

■ النظرية المعرفية:

أخذ التوجه نحو التفاؤل والتشاؤم يتغير في الستينيات والسبعينيات، حيث أشار كل من (multin, stang) إلى أن اللغة والذاكرة والتفكير تكون إيجابية بشكل انتقائي لدى المتفائلين، إذ يستخدم الأفراد المتفائلون نسبة أعلى من الكلمات الإيجابية مقارنة بالكلمات السلبية، سواء في الكتابة أو الكلام أو التذكر. (الحربي، 2008) كما يرى (Kelly) أن أنشطة الفرد السلوكية والفكرية يمكن توجيهها في اتجاه معين من خلال تركيباته الشخصية التي يستخدمها في توقع الأحداث، ويرى أن الطريقة التي بواسطتها يتنبأ الفرد للأحداث المستقبلية مهمة وحاسمة لتحديد سلوكه، ويوضح إلى أن الناس يبحثون عن طرق

وأساليب للتنبؤ بما سيحدث، كما أنهم يوجهون سلوكياتهم وأفكارهم حول العالم وجهة تميل إلى التنبؤات الدقيقة والصحيحة والمفيدة من كل هذا، وبناء على آرائه في المستقبل وليس الحاضر، هو المحرك الرئيسي للسلوك، وذكر (wriener) أن الاعتقاد بأن سبب الفشل يعود إلى عامل مستقر داخلي أو خارجي فإن هذا سيؤثر على توقعاته المستقبلية المتشائمة لدى الفرد نفسه أو لدى الغير، ويزداد هذا التشاؤم عندما يعتقد الفرد بأن السبب لا يمكن التحكم فيه وتغييره والعكس صحيح (قلجة، 2015، ص 31).

■ -نظرية التنظيم الذاتي:

يرى (Carver, Blarneys, and Scherier) أنه قد تم تعريف التفاؤل من حيث التوقعات الإيجابية للنتائج بأنه "الميل إلى الاعتقاد بأن المرء سيعاني بشكل عام من نتائج جيدة في الحياة"، وهذه التوقعات قابلة للتعميم على مجموعة متنوعة من الحالات. وقد تم تعريف التفاؤل ضمن نظرية التنظيم الذاتي التي اقترحها (Carver, Blarneys, and Scherier 1979).

حيث تفترض هذه النظرية أن التوقعات الإيجابية تؤدي إلى زيادة الجهود الرامية إلى السعي لتحقيق النتائج المرجوة من الأهداف، في حين أن التوقعات السلبية تؤدي إلى تقليل الجهود وفك الارتباط عن السعي لتحقيق الأهداف. ويشمل التفاؤل التخطيطي التوقعات الإيجابية مقابل التوقعات السلبية، (Harry, 2012) وبالتالي يتوقع المشاركة والجهد عبر سياقات متعددة ومواقف محتملة (الغامدي، 2020، ص 217).

- التفاؤل عند شاير وكارفر (carver&Scheier): إن التفاؤل عند شاير وكارفر (1985) في فكرة مؤداها أن توقع النتائج وهو كيف يتوقع الناس نتائج أعمالهم وما هو شكل التطلع للمستقبل، وذلك من خلال بعد التفاؤل والذي يقسم الناس على هذا البعد بين متفائلين ومتشائمين وتركز النظرية على دور التوقعات المتفائلة وهو ما أطلق عليها شاير وكارفر نزعة التفاؤل وهذه فكرة قريبة الصلة بنظرية الأمل حيث إن فكرة المسارات في نظرية الأمل هي نفسها توقع النتائج في نظرية التفاؤل وأيضا فكرة الطاقة أو القوة في نظرية الأمل وهي نفسها توقع الفاعلية رغم بعض الاختلافات من حيث دافع الشخص للإنجاز وغيرها من المتغيرات التي تؤدي إلى الاختلاف بين النظريتين، (ديغم، 2008) وتهتم هذه النظرية بتوقعات الإيجابية حيال المستقبل وتوقع حدوث النتائج الجيدة أكثر من توقع حدوث النتائج السيئة (قنيطة، 2016، ص ص 18-19).

تري الباحثة من خلال العرض السابق للنظريات أنها مفسرة تفسيراجزيا للتفاؤل و التشاؤم بحسب الباحثين و نظرا لاختلاف مجالاتهم وتوجهاتهم بالإضافة إلى الحقبة الزمنية و العينة المدروسة وحسب القيم السائدة في المجتمع واختلاف الثقافة لكن عند الربط بينهم نجد تكامل فيما بينهم، حاولت نظرية فرويد تفسير التفاؤل و التشاؤم من خلال شخصية الفرد، واعتمدت النظرية السلوكية في تفسيرها من منطلق تكرار السلوك و ربطه بالأحداث اذا كانت سارة يترتب على الشخص التفاؤل و اذا كانت سيئة

يترتب على الشخص التشائم، ثم نظرية ايزنك التي أوضحت قطبين رئيسيين الانبساطية و هذا النمط يعبر فيه الفرد عن انخراطه مع المواقف الاجتماعية و يعتبر عنصر فعال و ايجابي في الجانب الاجتماعي عكس النمط الانطوائي الذي يفتقر الى المهارات الاجتماعية لكنه يتمتع بالجدية و الصرامة في مواقفه، أما النظرية المعرفية فتركز على الطرق والأساليب للتنبؤ فتأثري الاعتقادات ومنها يتحدد سلوك الانسان اما بالتفاؤل أو التشاؤم، ثم تلمها نظرية التنظيم الذاتي التي استندت في تفسيرها الى التوقعات الايجابية وارتباطها بالسعي لتحقيق الأهداف والتوقعات السلبية فإنها تميل إلى الحد من السعي في تحقيق هذه الانجازات.

14- التفاؤل و التشاؤم من المنظور الديني و العربي:

يأتي التفاؤل بمعنى الاستبشار والأمل المقابل للقنوط واليأس والإحباط، التفاؤل بمعنى التيمن المقابل للتشاؤم، والفأل المقابل للشؤم، فإذا تكلم عن التشاؤم وأراد كف الناس عنه أردفه بالتفاؤل، وبما أن التفاؤل هو الأصل، والذي ينبغي التخلق به، وتربية النفس عليه فإن الأمر لا يحتاج إلى تأصيل بل هو ما جاءت به الشريعة ودعت إليه.

لقد ركز الدين الإسلامي على التفاؤل و التشاؤم واعتبرهما من المشاعر البشرية الثابتة داخل الوجدان فلا يمكن للشخص أن يمنعهما، ولكن يمكن الحد من تأثيرهما عليه بالابتعاد عن حالة جعلهما عادة تسيطر على ردود أفعاله واستجاباته للمنبهات أو الأحداث التي تمر عليه كل يوم ومقارنتها بأحداث مرت عليه ، كمثل من يتشاءم من صوت حيوان معين أو رؤية شخص أو فعل معين يقوم به هو أو غيره، وعندما نسأله عن سبب هذا التشاؤم أو التفاؤل تكون الإجابة، إن هذه الرؤية أو هذا الفعل قد اقترن سابقا بحدث سيئ أو حسن قد مر بهذا الشخص صدفة، وهذه الاعتقادات مختلفة من مجتمع لآخر ومن شخص لآخر، فقد تكون هنا غير محببة بينما تراها في مجتمع آخر محببة، لذلك فالتفاؤل و التشاؤم يعتمد على ثقافة تلك المجتمعات البشرية وموروثاتها من المعتقدات (قلجة، 2015، ص 35)، فيدراسة (اليجوفي 2002) هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين التفاؤل والدين من المتغيرات الاجتماعية الديموغرافية من وجهه اخرى والطبقة الاجتماعية والجنس والموقع الجغرافي والوضع العائلي والانتماء الديني والجامعة وكذلك هدفت الدراسة الى معرفة مدى انتشار التفاؤل والتشاؤم لدى افراد العينة اختيرت عينة عشوائية من طلبة السنة الثانية في فروع كليات الاداب والعلوم الانسانية من الجامعتين اللبنانية والامريكية في بيروت وعددهم 200 ذكر و 310 انثى 304 مسيحيين 306 مسلمين 408 من الجامعة اللبنانية و 202 من الجامعة الامريكية 281 من المدينة 320 من الريف وظهرت النتائج الى وجود تفاعل دال احصائيا بين الجامعة والدين كما تبين ارتباط قوي بين الجامعة والدين وتبين ان الذكور المسيحيين الذين ينتمون الى الجامعة الامريكية هم اكثر تساؤلا من اقرانهم كما ظهر تفاعل دال احصائيا بين متغير الدين والطبقة الاجتماعية

واشارت الى متوسط المسلمين الاناء من الطبقة الوسطى اللواتي ينتمين الى الجامعة الامريكية هو الاعلى باختصار تدل النتائج على ان الذكور المسيحيين حضريين والاناث المسلمين من الطبقات الوسطى الذين ينتمون الى الجامعة الامريكية هم اكثر تفاؤلا مقارنة باقرانهم طلبة الجامعة اللبنانية اما التفاعلات الاخرى بين كافة المتغيرات فلم تسفر عن نتائج دالة احصائيا.

وقد حث الإسلام على التفاؤل واجتناب التشاؤم في مواقع متعددة من القرآن الكريم لقوله تعالى: "فإن مع العسر يسرا (5) إن مع العسر يسرا (6)" سورة الشرح، وكذلك قوله تعالى: "يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر" سورة البقرة آية 85 . فيجب الابتعاد عن المعتقدات والخرافات التي ليس لها أي أساس من الصحة من الناحية العلمية، فمن هذا نرى أن أنماط التفاؤل و التشاؤم تختلف من شخص لآخر ومن حضارة الأخرى (الأمامي، 2010) والتشاؤم في الإسلام، هو أن تنسب ما لحق بك من ضرر أو أذى لغير فاعله الحقيقي بسبب كراهيتك للمنسوب له، ويشار له في الإسلام بمصطلح التطير، وقد ورد التطير في القرآن الكريم في عدة مواضع، وهي قول الله تعالى في سورة الأعراف: "فإذا جاءتهم الحسنة قالوا لنا هذه وإن تصبهم سيئة يطيروا بموسى ومن معه ألا إنما طائرهم عند الله ولكن أكثرهم لا يعلمون"، فالله يبين لنا أن قوم فرعون إذا أعطاهم الله خيرا قالوا لنا هذا ويقصدون بهذا أنهم السبب في نزول هذا الخير ومن ثم فهو ملك لهم لا شريك لهم فيه وأما إذا ابتلاههم الله بسيئة (قلجة ، 2015، ص 35-36).

لهذا ربي الاسلام أتباعه على التفاؤل والأمل والابتعاد عن التطير والتشاؤم وحذر من أثر التشاؤم والتطير ونسب الفرد ما لحق به من ضرر لغيره، يضيف(الرشاد، 2008) المتفائل يعين الانسان على مواجهة و تجاوز الصعاب فقد كانت العرب اذا أرادت السفر تقوم بنفر أول طائر تلقاه اذا طار يميننا معناه السيرو التفاؤل اما اذا طار يسارا عادت وتشاءمت مع الحرص على العمل و الاجتهاد والسعي للوصول الى الهدف المنشود فالمتفائل انسان ايجابي نحو ذاته والآخرين عكس المتشائم تجده انسان سلبي ودائم الاحباط و الحزن أما في العصر الحديث انتقلت عادات و تقاليد جديدة كتشاؤم البعض من الحيوانات وهذا مخالف لما هو متعارف عليه في الاسلام فقد حث على التفاؤل والابتعاد عن التشاؤم في مواقع متعددة من القرآن الكريم (قنيطة، 2016 ، ص 26).

1-التفكير التطيري:

ترى (الطرطور ، 2011 ، ص35) أن الفأل فرد من أفراد الطيرة ومن أنواعه : فأل مذموم و هو داخل في عموم الطيرة المذمومة و الفأل الحسن و هو المحمود الذي دعا اليه النبي صلى الله عليه وسلم وتعرف التطير بأنه"توقع حصول الشر من الشيء المكروه للنفس " كما توضح أنه لا وجود معنى للطيرة، فالأشياء كلها مقدرة من عند الله تعالى .

-يعرف (وجدي ، 1971) التطير لغة يعني التشاؤم و الطيرة ما تتشائم به من الفأل الرديء" فالتطير له علاقة وطيدة بقوى الشر"(عبد الحميد ،2015،ص87).

اصطلاحاً: يتمثل التطير في التشاؤم وفي الظروف و المواقف ويختلف التطير باختلاف الثقافات و الديانات ،(مجدي ،1997)فهناك من يتطير بالحيوانات كالغراب والبومة وهناك من يتطير بأيام من الأشهر المعينة،فيتخذ الفرد منها نذير شؤم وقد يكون سببا في تشاؤمه(بن حدو ، 2019،ص166).

تعتبر ظاهرة أخذ التطير و التشاؤم من عادة الأقوام الجاهلة التي تؤمن بالخرافات باستخدام الحيوانات و التفكير بالمعتقدات الشعبية و تصديقها مثل علامات الفأل و العلامات الحسية كرف العين أو رؤية السلحفاة كشيئ حسن ورؤية البومة لشيئ سيئ و هناك علامات سلوكية أخرى كصب الماء الساخن و فتح المظلة في المنزل،كلها تعتبر من المخلقات القوية للأصول البدائية للتفكير البشري فتقف عائقا أمام تطور السلوكات البشرية والتي تخضع للمنطق والموضوعية .

2-قراءة الطالع و العرافة :عبارة عن وسائل يتوسلها الانسان المقهور لتلاقي عجزه و ادخال الطمأنينة في نفسه مثل قراءة الأبراج (عبد الحميد ،2015،ص91).

وتشير (الطرطور، 2011، ص45) في هذا الخصوص أن الشعوب القديمة اعتمدت قديما على الأحلام و الرؤى وقد وردت قصص في الكتابات تبين اعتمادهم عليها في معرفة المستقبل و الطالع فيتفاءلوا بخيره وينفروا من شره .يعد التطير من عقائد و عادات الجاهلية و ليس من الاسلام فقد ذم القرآن الكريم ذلك و رجح أسباب التطير الى ضعف الايمان و الابتعاد عن الدين و عدم الايمان بالقضاء وقدره.(الطرطور ،2011، ص65-66).

ترى (بن حدو ،2019،ص168) في هذا الخصوص أنه يوجد علاقة تحول بين التشاؤم و مختلف المتغيرات المرتبطة به ذلك أن التطير وفقدان الأمل و سوء الطالع ،يمكن اعتبارها مراحل لبداية تحول الفرد من التفاؤل الى التشاؤم .

يوضح (ماجد،2017،ص72).و يوضح أيضا الفرق بين التشاؤم والتطير: مما سبق يظهر أن التطير و التشاؤم مترادفان في معناهما، مع خصوصية كل منهما في أصل اصطلاحه، فالتطير هو توقع السوء من جهة الطيور و حركاتها و أصواتها ، ثم ، أطلق على كلمات وهم أنه سبب في الضرر والشور، أما التشاؤم فهو توهم الضرر والشور ارتباطاً، بجهة الشمال يذهب إليها، أو يأتي منها، أو يكون فيها كل ما يخاف قدوم السوء منه ثم أطلق اللفظ وعم .كما فرق بين التفاؤل و التشاؤم: يتضح أن التشاؤم ضد التفاؤل، فالتفاؤل فيما يستحب، والتشاؤم لا يكون إلا فيما يكره (ماجد،2017،ص72).

3- القدريّة: تعني الاستسلام و التخاذل و السلبية في تغيير الواقع و محاولة اقناع الفرد لذاته بأنها حكمة خفية للانسان بأن يعاني و يبتلى سواء في ماله أو اهله ، هنا ترتبط بالجانب الديني ، فالذي يؤمن بقضاء الله و قدره يتحول القلق الى اطمئنان و بالتالي قناعة بمستقبل افضل و أن هذه الفترة بالرغم من كونها عسيرة الا أنه سيأتي الفرج بعدها ، وهناك أمثال شعبية قد يستعين بها المحتال على الأفراد في محاولة تفسير الظواهر و تنظيمها و جعلها تبث راحة و شعور بالسيطرة (عبد الحميد ، 2015، ص ص 93-94).

تختلف نظرة البعض إلى التفاؤل والتشاؤم من بيئة لأخرى، و المعروف عند العرب أن للتشاؤم والتفاؤل مؤشرات أو دلالات فهم يتفاءلون من رؤية قطع الغنم كدلالة على الغنيمة والقطعة عندما تلحس وتمد كفها بوجهها أو إستحكاك الحاجب الأيسر أو رؤية من يحبون صباحا فيعد ذلك النهار سعيدا حسب نظر العامة. ورؤية الهلال والماء الوفير أو رؤية بعض الوجوه المحبوبة ، دلالة على الخير والبركة، (الأنصاري، 1998)، وأما انقلاب علبة كبريت على جانبها أو وقوع الصحن أو كسره فهذا دلالة على الشر، كما أن سماع صوت الغراب أو سقوط براز الطير على احد المارة فهذا يُعد إشارة على الشر والتشاؤم (سني ، 2021، ص ص 63-64).

فرق العلماء بين الفأل و الطيرة بأن الطيرة هي القصد أما الفأل يأتي من غير قصد كما أن الرسول صلى الله عليه وسلم يحب الفأل ويتفاءل بالأسماء الصالحة و الكلمة الطيبة :وقد سأل عن حكم الطيرة و ذكر بأنها شرك ،فالتشاؤم يعتبر سوء الظن بالله بغير سبب و التفاؤل حسن الظن بالله فعلى المؤمن الحق الاستخارة و التفاؤل بالخير ليجده (نصر الله، 2008، ص ص 34-35).

ترى. (قنيطة ، 2016، ص 27) أن التفاؤل يحمل في ثناياه باقات الأمل، ويشعر الفرد بالرضا عن الحياة، ويجعل العالم مكان أفضل، فيضيء بداخله حب الخير والايجابية في توقع الأمور ويمنحه القدرة على مواجهة المشكلات التي تعرقل مسيرة الفرد بالحياة، فالتفاؤل يمنح الفرد شعورا بالسعادة والأمل ويعمق الفكر ويحفزه على السعي نحو النجاح، ويعطى الفرد القدرة على التحدي لخروج الطاقات والمواهب الكامنة مما يشعر بثقته بنفسه، وينعكس على حياة الفرد ويمكنه من التغلب على الصعوبات التي تعترض طريقه وتؤدي به إلى الرقي وتحقيق الرفاهية ويساهم في تنمية قدرة الفرد على الشعور بالاستقرار والطمأنينة، فالشخص المتفائل يتوقع الخير والنجاح ويحقق التوافق النفسي والاجتماعي وينظر للحياة بمنظار ايجابي ومشرق ويتوقع الافضل في جميع مناحي الحياة وتكون نظرتة أكثر واقعية، وابتعد عن التردد ويثق بما يفعل والتفاؤل يكون منبع قوته وعزيمته، فالتفاؤل هو سلاح الفكر الإيجابي لمحاربة الأفكار السلبية والسوداوية، واقتناص المواقف الأكثر إيجابية.

نسنتج مما سبق أن التفاؤل يعين الفرد على الأمل و الشعور بالسعادة ويمده بالطاقة الايجابية ويجعل توقعه في الأمور ايجابية ،بمنحه القدرة على مواجهة الصعاب والدفع بالفرد نحو الأمام و العزم على السعي في تحقيق الطموحات التي يرمي اليها ،مما يزيد

مستوى الثقة في نفسه ويساهم في تنمية ذاته والاحساس بالسكينة والأمان ، فالشخص المتفائل ينتظر الخير والأحسن من جميع جوانب الحياة ويؤمن بالقضاء والقدر خيره وشره ويكون منطقيا في تفكيره وعقلانيا في اتخاذ قراراته وليس باتباع طقوس يقوم بها بعض الأفراد والتي هي عبارة عن أوهام لا أساس لها في الحقيقة ولا علاقة لها بالواقع وإنما هي أساليب وهمية توهم الإنسان القلق أو المهتموم بمساعدته وحل مشاكله و ادخال البهجة والسرور عليه .

خلاصة:

كثرت الدراسات التي تناولت سمة التفاؤل والتشاؤم في الآونة الأخيرة وحازت على اهتمام كبير من قبل الباحثين والخبراء في مجالات عدة، فأصبح ضرورة حتمية نظرا لما يواجهه العالم من مشاكل وصعوبات وأمراض أدت الى تأثر المجتمعات وبالتالي الميل الى سمة التشاؤم والسلبية في التفكير وانتشار الحزن والكآبة، التي لها تأثير كبير على الحياة النفسية للإنسان مما جعل علم النفس يركز على الاضطرابات النفسية و علم النفس الايجابي أصبح مؤخرا يهتم بالجوانب الايجابية والتي تؤدي دورا كبيرا في جوانب مختلفة من حياة الأفراد، كما لسمتي التفاؤل والتشاؤم تأثيرا لا يمكن إنكاره أو التقليل من شأنه على تصرفات الأفراد فالتفاؤل عكس التشاؤم عملية نفسية ارادية تولد أفكارا ايجابية ومشاعر الرضا والثقة والأمل فتبعد الأفكار السلبية والاحساس باليأس والعجز وتوقع أحسن النتائج أي النجاح سواء كان في الحياة المهنية أو الدراسية أو الأسرية.

الفصل الثالث: الرضا عن الحياة

تمهيد

1-تعريف الرضا عن الحياة

2-المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة ة الفرق بينهما

3-محددات الشعور بالرضا عن الحياة

4-علاقة الرضا عن الحياة بالتدين

5-العوامل المساعدة على تحقيق الرضا عن الحياة

6-أبعاد الرضا عن الحياة

7-النظريات المفسرة للرضا عن الحياة

خلاصة

تمهيد:

يعد الرضا عن الحياة من المؤشرات الهامة للصحة النفسية السوية الايجابية اذ يشكل المكون الذاتي الذي يعبر عن تحمس الفرد للحياة و الاقبال عليها و عن تقديره لحياته فدراسة هذا العنصر له أهمية في مختلف مجالات الدراسات النفسية ويرتبط بمدى تحقيق الفرد للأهداف التي وضعها علما بأن هذه الأهداف هي التي تنظم وتوجه سلوك الفرد، فاذا فشل في تحقيقها قد تكون ذات تأثير سلبي و غير مرغوب و بالتالي تؤثر على رضا الفرد عن حياته واذا تمكن من تحقيق التوازن بين طموحاته و امكاناته فالفرد يكون راضيا عن حياته وهذا أقصى ما يطمح اليه الانسان بهدف تجنب الصراعات النفسية و الاحباطات ، و القلق الذي يجتاحه نتيجة انفعالاته المختلفة بناء على المواقف التي يمر بها، وانطلاقا من هذا سنتناول هذا الموضوع في فصلنا هذا، أين نبدأ بتعريف الرضا عن الحياة، المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة، و الفرق بينهما، محددات الشعور بالرضا عن الحياة، علاقة الرضا بالحياة بالتدين، العوامل المساعدة على تحقيق الرضا عن الحياة، أبعاد الرضا عن الحياة، النظريات المفسرة للرضا عن الحياة فخلاصة الفصل.

1-تعريف الرضا عن الحياة:

وردت العديد من التعريفات بشأن مفهوم الرضا عن الحياة، و نحن بدورنا سنورد مجموعة من التعريفات من مختلف الزوايا و المجالات النظرية:

يعرفه (الدسوقي 1998)"أنه يقيم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي و هو يعتمد على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته".

يعرف (عبد الخالق، 2008)الرضا عن الحياة "أنه التقدير الذي يضعه الفرد لنوعية حياته بوجه عام انتماء على حكمه الشخصي"

يعرفه (المجدلاوي، 2012، ص 211)"بأنه شعور الفرد بالفرح والسعادة والراحة و الطمأنينة واقباله على الحياة بحيوية نتيجة لتقبله لذاته و لعلاقاته الاجتماعية و رضاه عن اشباع حاجاته".

ترى(عبد العال، 2018، ص 12)أن الرضا عن الحياة هو عبارة عن حالة شعورية فردية، يشعر بها الفرد تجاه جوانب متعددة من حياته أو تجاه حياته بشكل عام، كما أنها تأخذ منحى إيجابي في الشعور وما يترتب عليه من سلوك إيجابي نحو الإقبال على الحياة

والعمل نحو تحقيق الأهداف، واشباع الرغبات والحاجات للوصول إلى حالة الاستقرار والطمأنينة وهذا أسمى ما يسعى ويطمح إليه الفرد.

يوضح (علي، 2018، ص245) أن الرضا عن الحياة عبارة عن حالة تقييم فردية تعبر عن شعور ذاتي للفرد تجاه مسارات متعددة من حياته بشكل شامل، وأن الرضا عن الحياة يدل على حالة السعادة والطمأنينة والاستمتاع وتقبل الذات والبيئة المحيطة بالفرد وما يصحب ذلك من استجابات وسلوك إيجابي يتمثل في إقباله وتحمسه تجاه الحياة لإشباع حاجاته وتحقيق أهدافه ورغباته.

وتعرف (أبو عبيد، 2013، ص16) الرضا عن الحياة: حالة من التقبل و السعادة التي يبدىها الفرد اتجاه نواحي الحياة وتنبع هذه الحالة من خلال رضا الفرد بما قسمه الله له و إيمانه بعدل الله ،

تعرفه أيضا (ابليش، 2016 ، ص 492) الرضا عن الحياة بأنه رضا الفرد عن ذاته وتقبلها لها وشعوره بالاستقرار والارتياح النفسي فضلا عن استمتاعه بعلاقاته الاجتماعية وتقييمه الإيجابي لها.

يشير (معمرية، 2021، ص93) ان رضا الفرد عن حياته ,انما يعني تقبله لانجازاته و نتائج سلوكه و تقبله لذاته كجزء من البيئة و تقبله للآخرين أيضا .

اذ يعتمد على مقارنة الفرد لظروفه أو أحواله بالمستوى الذي يعتقد أنه مناسب له. فالفرد يكون راضيا عن حياته من خلال عقد مقارنات بالمستوى الذي يقرره لنفسه، وهذا أمر داخلي بالنسبة للفرد. ويحدده حكم الفرد بنفسه، أي يركز على معيار الفرد ذاته وليس على معيار خارجي.

ويمكن أن يشمل التقدير الشخصي للحياة فترات مختلفة من الزمن، كأن يقدر الفرد كيف كانت الحياة بالنسبة له سابقا، وكيف هي الآن، وماذا يحتمل أن تكون عليه في المستقبل وليس من الضروري أن تتساوى هذه التقديرات، فقد يكون توجه الفرد اما إيجابيا بالنسبة للحياة في فترة ماضية، ولكن توجهه يكون سلبيا بالنسبة للمستقبل. على أن توجهات البحوث حول الرضا عن الحياة تركز على الحياة الحاضرة بوجه عام. (معمرية، 2021) كما يشير الى أن الجوانب الأساسية في التعريفات السابقة للرضا عن الحياة، هي كما يلي:

(1) يعتمد حكم الشخص على تقديره الشخصي وليس كما يحدده غيره.

(2) يحدد الفرد بنفسه المعايير التي يقوم على أساسها حكمه على نوعية حياته.

(3) ينتمي الحكم على الحياة إلى الجوانب المعرفية للشخصية وليس الوجدانية.

(4) يتعلق هذا التقدير أو الحكم بالحياة بشكل عام، وليس بمجال أو بقطاع محدد فيها.

(5) يتعلق الرضا عن الحياة بتقبل الذات وسلوكها، وتقبل الإنجازات وما حدث في الماضي، وتقبل الآخرين والبيئة.(بشير معمري، 2021، ص 92).

وتوضح (شبعاني، 2019، ص26) لمفهوم الرضا عن الحياة بأنه تقدير، و اقبال لنوعية الحياة والشعور بالسعادة.

تعرفه الباحثة على أنه الدرجة التي يقيم بها الشخص نفسه تقييما ايجابيا للنوعية الشاملة لحياته .

2-المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة والفرق بينهما:

جودة الحياة :لغويا: (Etal&Frish , 2005) جودة الحياة أصلها من فعل جاد، الجودة ، جود، جودة أي صار جيدة وضد الرديء ، وجود الشيء أي حسنة وجعله جيدا .

إصطلاحا :

جودة الحياة تعتبر انعكاس للمستوى النفسي والنوعية ، وأن ما بلغه الإنسان اليوم من مقومات الرقي والتحضر ، تعكس بلا شك مستوى معين من جودة الحياة ، ويقصد بجودة الحياة بشكل عام : جودة خصائص الإنسان من حيث تكوينه الجسدي والنفسي والمعرفي ودرجة توافقه ذاته ومع الآخرين وتكوينه الاجتماعي والأخلاقي (صالح، 2018، ص62).

جودة الحياة: بالنسبة للجزائر فكان الفضل في استكشاف و دراسة مفاهيم جودة الحياة و الارتياح النفسي لمخبر العمليات التربوية و السياق الاجتماعي لجامعة وهران2 باشراف الأستاذ الدكتور "تيلوين حبيب" حيث قام بانجاز أول دراسة مسحية لقياس جودة الحياة في الجزائر منذ سنة 2003 الى غاية 2013 ، وذلك بالتعاون مع عدة باحثين عبر العالم(بلعزوق سمية، تيلوين حبيب، ص ص 143- 144 ، 2023).

يجب التنويه بأن مفهوم جودة الحياة (quality of life)تنتمي الى مجموعة كبيرة من المصطلحات المشابهة و المتداخلة معه مثل: السعادة، الحياة المطمئنة، الرضا الشخصي، الارتياح النفسي و الرفاه (مشري، 2014) ويرتبط بصورة وثيقة بمفهومين أساسيين وهما: الرفاه (Well fare)و التنعم أو الارتياح النفسي (Well- being)و في هذا السياق نجد توجيها في استخدام هذين المصطلحين فالتوجه الأول يرى أنهما مترادفين و يمثلان نفس المعنى، لذلك نجدهما يستخدمان بالتبادل و يبرز هذا من خلال تعريف "جوزيف اوليفر" الذي يعرف جودة الحياة على انها :الشعور بالارتياح النفسي و الرضا الناجم لتقدير الأشخاص لشروط

حياتهم الحالية ،(Veenhoven,2009)أما التوجه الثاني فهو يفصل و يحدد اختلاف بين المصطلحين حيث يرى أن جودة الحياة ، تخص الجانب المعرفي، الشروط الموضوعية و التقييم الذاتي عليها أما الارتياح فيقصد به الجانب الوجداني (بلعزوق سمية،تيلوين حبيب،ص 144،2023).

ويرى(مسعودي ،2017، ص129)أن جودة الحياة النفسية عبارة عن تقييم الفرد النوعية حياته أو الحكم بالرضا عن حياته، ويشمل هذا التقييم الجانبين المزاجي والمعرفي حيث يشعر الإنسان بجودة حياته النفسية حينما يمر بكثير من الخبرات السارة في حياته، وقليل من الخبرات غير السارة، مع شعوره بالرضا عن حياته بشكل عام ومجالات الحياة المختلفة بالإضافة إلى تغلب المشاعر الإيجابية على المشاعر السلبية.

وتعرف منظمة الصحة العالمية (WHO, 1994)جودة الحياة بأنها" إدراك الفرد لوضعه المعيشي في سياق أنظمة الثقافة والقيم في المجتمع الذي يعيش فيه، وعلاقة هذا الإدراك بأهدافه وتوقعاته ومستوى اهتمامه".

وتعرف اليونسكو UNISCO جودة الحياة بأنها : كل جوانب الحياة كما يدركها الأفراد، وهو يتسع ليشمل إشباع الحاجات الأساسية التي تحقق التوافق النفسي للفرد" (بشير معمريه ،2021، ص 222).

وتعرف (صالح ،2018، ص64) جودة الحياة "بأنها البناء الكلي المتكامل الذي يهدف إلى اشباع حاجات الفرد الأساسية من خلال مجموعة المتغيرات المتنوعة في نطاق حياته موضوعية وذاتية ودرجة قبوله و الرضا عليها و امتلاكه الإرادة القوية لمواجهة الضغوط التي تواجهه في حياته".

يوضح (معمريه،2021،ص222) ان جودة الحياة تعبر عن صحة الإنسان الجسدية والنفسية ونظافة البيئة المحيطة به، والرضا عن الخدمات التي تقدم له، مثل التعليم والخدمات الصحية والاتصالات والمواصلات والممارسات الديمقراطية والعدالة الاجتماعية وشيوع روح المحبة بين الناس والتفاؤل والسعادة، والإيجابية وارتفاع الروح المعنوية والانتماء والولاء للوطن.

(ويعرف دودسون،1994) الجودة على أنها الشعور الشخصي للكفاءة وإجادة التعامل مع التحديات (دهيمة ،2018، ص119).

لقد اهتم علم النفس بجودة الحياة، وتبنته مختلف التخصصات الفرعية فيه. فقد كان لعلم النفس السبق في فهم وتحديد المتغيرات المؤثرة على جودة حياة الإنسان. ويرجع ذلك في المقام الأول إلى أن جودة الحياة في النهاية هي تعبير عن الإدراك الذاتي لتلك الجودة، فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها. والمتتبع للدراسات النفسية الحديثة، يلاحظ اهتماما واضحا بمفهوم الجودة بصفة عامة، وجودة حياة الفرد بشكل خاص. ويعكس هذا الاهتمام أهمية هذا المفهوم، وتأثيره على مختلف الجوانب

النفسية، فالجودة هي انعكاس للمستوى النفسي ونوعيته. وإن ما بلغه الإنسان اليوم من الرقي هو انعكاس لسعيه وراء تحقيق مستوى معين من جودة الحياة. فالجودة هي هدف جميع المكونات النفسية.

ورغم أن مفهوم الجودة يطلق أساساً على الجانب المادي والتكنولوجي، لكن يمكن استعماله للدلالة على بناء الإنسان. وجودة الإنسان هي حسن توظيف إمكاناته العقلية والإبداعية، وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية، وتكون النتيجة هي جودة الفرد وجودة المجتمع وجودة الحياة. (معمرية، 2021، ص219).

ويتضح أن مفهوم الرضا عن الحياة يرتبط بشكل وثيق ومتداخل بمفهوم جودة الحياة، حيث يعتبر الرضا عن الحياة جزءاً مهماً وأحد مؤشرات جودة الحياة كونه يمثل انعكاساً لتقدير الفرد الخاص وتقييمه لجودة حياته التي يعيشها.

يعرف (النادر، 2017، ص96) جودة الحياة هي الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس جودة الحياة وتتمثل بشعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرتهم على إشباع حاجاتهم من خلال ما يتوافر لديهم من قدرات وإمكانات، وما يقدم لهم من خدمات في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارتهم للوقت والاستفادة منه. في دراسة قام بها (Hans et wolfram, 2023) معنى الحياة، أهمية دور الحياة، ضغط الحياة، ورضا الحياة. هدفت هذه الدراسة إلى فحص الافتراضات المستمدة من العلاج الوجودي (لوجونيري) لف فرانكل (1998/1946) والتحليل الوجودي. باستخدام استبيان إلكتروني شمل 891 من سكان المملكة المتحدة، ارتبط معنى الحياة بمستوى أعلى من الرضا عن الحياة، حتى بعد التحكم في التأثير الإيجابي والسالب. علاوة على ذلك، كثف معنى الحياة الآثار الإيجابية لأهمية الدور الأسري وأهمية الدور الوظيفي على الرضا عن الحياة. وأخيراً، عمل معنى الحياة على تحييد التأثير المشترك للضغط الأسري العالي وأهمية الدور الأسري العالي على انخفاض الرضا عن الحياة، ولكن افتقاد معنى الحياة فاقم التأثير المشترك للضغط الوظيفي العالي وأهمية الدور الوظيفي العالي على انخفاض الرضا عن الحياة. توفر هذه الدراسة دليلاً على أن معنى الحياة هو مصدر وعامل مساهم وعامل وقائي للرضا عن الحياة. من المرجح أن يساعد مساعدة الناس على إيجاد معنى من خلال تحقيق القيم الإبداعية والتجريبية والالتحاذية (فرانكل، 1996/1950) في الحياة الشخصية أو المهنية على تحسين الرضا عن الحياة.

تري الباحثة أن مصطلح جودة الحياة من المفاهيم الحديثة والمعاصرة، ومن الموضوعات التي تستحوذ على حيز هام من الاهتمام من طرف الباحثين في مختلف مجالات وميادين علم النفس، ويرتبط بالحالة الصحية والنفسية للفرد إضافة إلى مدى الاستقلال الذي يتمتع به في علاقاته الاجتماعية والبيئية التي يعيشها ومعتقداته الشخصية.

ان جودة الحياة تدفع بالاجابية الى الأمام فتعكس جودة التفكير على جودة المشاعر و بالتالي تنعكس على جودة الحياة و السلوك الانساني بشكل عام .

نوعية الحياة :

يرتبط مفهوم نوعية الحياة بما يقوم به الفرد من عمل أو ما يشغله من وظيفة، وهناك مؤشرات هامة يمكن أن يكون لها تأثير على تحقيق هذا المفهوم إجرائيا، مثل : ظروف العمل، وما يجنيه الفرد من عائد من عمله، ومايمكن أن يوفره العمل من فرص للحراك المهني. والمكانة المهنية للفرد، مما يكون له تأثيره على حياة الفرد في علاقته بالمهنة، ويعتبر نوعية الإشراف وعلاقات الزمالة من العوامل الفعالة في تحقيق نوعية الحياة، لأنها تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا أو عدم رضا العامل عن عمله (معمريه، 2021، ص222).

تعرف منظمة الصحة العالمية (2005): مصطلح نوعية الحياة Quality of Life بأنه «معتقدات الفرد عن موقعة في الحياة وأهدافه وتوقعاته ومعاييرها واهتماماته، في ضوء السياق الثقافي، ومنظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه وهو مفهوم واسع يتأثر بطريقة مركبة بالصحة الجسمية للفرد، وبحالته النفسية، وباستقلاليتته، وعلاقاته الاجتماعية، وعلاقته بكل مكونات البيئة التي يعيش فيها.

ويعد مفهوم نوعية الحياة حسب (Wagh&Mudley, Ambekar, Goyal, Agarekar, 2011) بنية نفسية متعددة الأبعاد، ترتبط بالعديد من المتغيرات النفسية الهامة وشاملة الأبعاد عدة وتعد هذه البنية المؤشر الأساسي للنجاح في التكيف مع ظروف الحياة المتغيرة وتتضمن أبعاده الحالة الصحية العامة والرضا عن الحياة والصحة النفسية، والرفاهة ، ولا يركز فقط على الوضع الفيزيائي و النفسي والاجتماعي الروحي للفرد بل على علاقة هذا الوضع بالبيئة المحيطة حوله (كالدعم الاجتماعي مصادر الدخل) وفرص المحافظة أو تحسين المهارات.

عرف جو ألكسندر (Jon Alexandre) نوعية الحياة على أنها تجاوز عن توفير ضروريات الحياة فيجب أن توفر أساليب الراحة، أي يجب أن تتجاوز عن الحاجات الضرورية إلى الحاجات الكمالية التي تشعر الانسان بالبهجة والسعادة في الحياة (ديهي، 2018، ص119).

كما تعرف (ديهي، 2018، ص120) نوعية الحياة بأنها قدرة الفرد في التحكم بحياتهم وإدارتها بما يتناسب مع طبيعتهم النفسية والشخصية وكما يدركون هذه الحياة بجميع أبعادها الصحية، الاسرية، النفسية، البيئية، وإدارة الوقت مع إجادة التعامل معه.

مفهوم نوعية الحياة في تعبير عام يمكن تعريف النوعية على أنها درجة من الجودة"، فنوعية الحياة في هذه الحالة هي عن جودة الحياة، وبالنسبة للصحة فإن الجودة تتعلق بمظاهر الحياة المتأثرة بالصحة، ونوعية الحياة المرتبطة بالصحة في إحدى الأبعاد النوعية الحياة الأشمل (ان بولنج، 2008، ص37)

من خلال عرض التعريفات السابقة لمفهوم الرضا عن الحياة و جودة الحياة و نوعية الحياة يتبين للباحثة بأنه يمكن القول أن الرضا عن الحياة.وهو أن يكون الفرد راضيا عن نفسه و عما حوله و ماحققه من انجازات أما نوعية الحياة فهي تضم جميع جوانب الحياة كما يقيمها، و يدركها الفرد لتحقيق التوافق، من خلال مجمل ما سبق نستطيع القول أيضا أن جودة الحياة هي الارتقاء بمستوى الحياة و أن تتحقق السعادة و الرفاهية لكل أفراد المجتمع في جميع مراحل حياتهم وبالتالي فالرضا عن الحياة يعد عنصرا مهما في تحقيق جودة الحياة.

3-محددات الشعور بالرضا عن الحياة:

محددات الشعور بالرضا عن الحياة **Determinants of Life Satisfaction** يعد الشعور بالرضا واحدة من المكونات الأساسية للسعادة، والشعور بالرضا هو نوع من التقدير الهادئ والتأمل لمدى حسن سير الأمور سواء الآن أو في الماضي، وهناك شعور بالرضا عن الحياة بوجه عام، وعن العمل وعن وقت الفراغ وعن الزواج وعن المجالات الأخرى، ويختلف الناس في درجة تقديرهم لمدى رضاهم عن الحياة، ويمكن تفسير الاختلاف في الشعور بالرضا عن الحياة بين الناس بعدة محددات أو عوامل منها:

أ. تأثير الظروف الموضوعية على الشعور بالرضا: ما من شك أن ظروف الحياة تؤثر على الشعور بالرضا، فالأشخاص المستقرون في زواجهم ولديهم عمل مشوق وصحتهم جيدة لاشك أنهم أكثر سعادة من الآخرين، ولكن هذا ليس كل شيء، فهناك الكثير من الشعور بالرضا المستمر من أنشطة ممتعة ولكنها لا ترتبط بإشباع الحاجات. في دراسة (lee et al لي و آخرون، 2017) تأثير القلق والاكتئاب والتفاؤل على الرضا بعد الجراحة والنتائج السريرية لمرضى ضيق القناة الشوكية القطنية والانزلاق الفقاري التنكسي: دراسة المجموعة وهدفت هذه الدراسة لتقييم تأثير الاكتئاب والقلق والتفاؤل على الرضا بعد الجراحة والنتائج السريرية لدى المرضى الذين خضعوا لعمليات اندماج فقرات قطنية خلفية أقل من مستويين لضيق القناة الشوكية القطنية والانزلاق الفقاري التنكسي.

تمثلت الطريقة في تقييم الحالة النفسية المسبقة للمشاركين مثل الاكتئاب والقلق والتفاؤل باستخدام مقياس القلق والاكتئاب بالمستشفى (HADS) ومقياس اتجاه الحياة المعدل (LOT-R). تم تحديد التقييم السريري من خلال قياس التغيرات في مقياس

التشابه البصري (VAS) ومؤشر العجز في أوسويستري (ODI) قبل وبعد الجراحة. تم تحليل رضا المرضى بعد الجراحة الذي تم تقييمه باستخدام استبيان جمعية العمود الفقري الأمريكية الشمالية للعمود الفقري القطني بشكل مقارن مع الحالة النفسية قبل الجراحة. تم تقييم الارتباط بين الحالة النفسية المسبقة للمريض (الاكتئاب، القلق، والتفاؤل) والنتائج السريرية (VAS و ODI). وتوصلت النتائج الى انخفاض درجات VAS و ODI بشكل ملحوظ بعد الجراحة ($p > 0.001$)، مما يشير إلى نتائج سريرية إيجابية. لم تكن الحالة النفسية المسبقة للمرضى (القلق، الاكتئاب، والتفاؤل) مرتبطة بدرجة التحسن في النتائج السريرية (VAS و ODI) بعد الجراحة. ومع ذلك، كان هناك ارتباط معتدل بين الرضا بعد الجراحة والتفاؤل. كان للقلق والتفاؤل ارتباط أكبر برضا المريض أكثر من النتائج السريرية. وفقاً لذلك، يمكن للجراح التنبؤ برضا المريض بعد الجراحة بناءً على تقييم دقيق للحالة النفسية قبل الجراحة.، فقد يرتبط القلق والتفاؤل قبل الجراحة بدرجة التحسن في الإعاقة الذاتية بعد الجراحة من حيث الرضا والنتائج السريرية. لذلك، ينبغي إجراء تقييم دقيق وإدارة مناسبة للحالة النفسية للمرضى قبل الجراحة من أجل التنبؤ بالنتائج السريرية وزيادة رضا المرضى (lee et al لي وآخرون، 2017، 182).

ب. خبرة الأحداث السارة: إذا كان الشعور بالرضا لا يتأثر دوماً بالظروف الموضوعية، فربما كان يتأثر أيضاً بخبرة الأحداث السارة والتي تولد مشاعر ايجابية، وقد تبين أن مجرد وضع الناس في حالة مزاجية حسنة يزيد من تعبيرهم عن الشعور بالرضا عن الحياة ككل.

ج. الطموح والإنجاز: يكون الشعور بالرضا أكثر عندما تقترب الطموحات من الإنجازات ويكون أقل عندما تبتعد عنها، وتقوم الطموحات على المقارنة بالآخرين أو على خبرة الفرد الماضية.

د. المقارنة مع الآخرين: لكي تحدد ما إذا كان الفرد قصيرة أم طويلاً لابد من عقد مقارنات مع الآخرين، وتعتمد كيفية إصدار الناس للأحكام أو التقديرات على فهمهم لمعنى الدرجات على مقاييس التقدير هذه، ويحتمل أن تكون التقديرات الذاتية للشعور بالرضا عن الحياة معتمدة على المقارنة مع الآخرين، بينما يعتمد تقدير السعادة على الحالات المزاجية المباشرة (شقورة، 2012، ص ص 40-41).

4- علاقة الرضا عن الحياة بالتدين: يميل الإنسان بفطرته إلى التدين ،فالتدين فطرة أودعها الله سبحانه وتعالى في البشر وهو ضرورة لحياة الناس، رضي الله، لعباده فالدين حصانة للمجتمع ومنظم لحياة أفرادها، والمتدين هو أكثر الناس سعادة ورضا بالحياة وأفضل صحة واستقراراً، في حياته. والتدين ظاهرة عامة في كل المجتمعات وكل الديانات وليست خاصة بالمسلمين اذا كان

التدين حاجة انسانية و فطرة فطر الله الناس عليها، فإن التدين بدين الإسلام هو الذي لايقبل الله لعباده غيره ولايرضى لهم سواه. قال تعالى:("ومن يبتغ غيرالإسلام ديناً فلن يقبل منه") آل عمران(المومني،2020، ص 166).

أشارت دراسة(يونس و النعيمي و آخرون، 2012)الى الهدف من هذه الدراسة هو فحص دور المعتقدات الروحانية والدينية والشخصية في تعزيزرضا الأفراد عن جودة حياتهم من خلال تطبيق النسخة العربية المعدلة لاستبيان منظمة الصحة العالمية لجودة الحياة - المعتقدات الروحانية والدينية والشخصية (WHOQOL-SRPB) لأول مرة في الأردن.

الطريقة:تم إكمال 100 استمارة من النسخة العربية المعدلة من استبيان WHOQOL-SRPB الذاتي، الذي يقيس الرضا الذاتي عن جودة الحياة من خلال المعتقدات الروحانية والدينية، بواسطة عينة متجانسة مناسبة من طلاب الطب بجامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية. تم التحقق من العلاقة بين معتقدات الطلاب والمتغيرات الاجتماعية والديموغرافية المختارة. تم تقدير الأهمية المتصورة للمعتقدات الروحانية والدينية.

النتائج:كانت هناك مستويات متوسطة إلى عالية من الرضا عن جودة حياة المستجيبين التي تم تقييمها من خلال قوة معتقداتهم. أظهرت النتائج عدم وجود ارتباط واضح بين العوامل الاجتماعية والديموغرافية وجوانب أداة WHOQOL-SRPB المقاسة. تمثل عينة الدراسة طلاب جامعة أصحاب ومتعلمين يعتزون بنفس المعتقدات الإسلامية.

الاستنتاج:تعكس هذه الدراسة التأثير الإيجابي للمعتقدات الدينية والروحانية على الرضا الذاتي عن جودة حياة الطالب و يدعو المؤلفون إلى إجراء دراسات مستقبلية في المجتمعات العربية الأخرى.

5-العوامل المساعدة على تحقيق الرضا عن الحياة:

حدد مرسي (2000)بعض عوامل الرضا عن الحياة منها :

-العيش في ظروف طيبة تشعرالانسان بالأمن و السكينة.

-ادراك الخبرات المفرحة التي تمتعه وتسره،

-تحقيق أهداف الحياة و التغلب على الصعوبات التي تواجه الانسان.

-الوصول الى تحقيق و انجاز طموحات في مستوى قدرات و امكانيات الفرد حتى لا يتعرض للاحباط.

في حين أن الأشخاص المتفائلين لديهم ميل لبذل الجهد، فإن الأشخاص المتشائمين ينفصلون عنه. أكدت الأدبيات السابقة أن المتفائلين أكثر نجاحًا في بيئات العمل (سيلغمان وشولمان، 1986)، ويديرون المواقف الصعبة بشكل أكثر فعالية (وروش وشير، 2003)، ويوازنون بشكل أفضل بين إنفاق الجهد (سيجرستروم، 2006)، ولديهم علاقات اجتماعية أفضل (نيف وجيرز، 2013، سريفاستافا وآخرون، 2006) وصحة أفضل (كيم وآخرون، 2011)، وهم أقل عرضة للاكتئاب (شويزر وآخرون، 1999) من المتشائمين في الواقع، يفترض نموذج السمات الأساسية - الرضا الوظيفي (SCM-JS)، أن السمات الشخصية والعاطفية مرتبطة بالرضا الوظيفي والحياة بشكل مباشر وغير مباشر من خلال العديد من المسارات المعرفية والعاطفية والسلوكية والاجتماعية. (Marcionetti&Luciana Castelli,2023,P445)

كما يرى (Rahtz. Diener&al 2000) أن العوامل متغيرة وليست ثابتة إذ تؤثر الأحداث السلبية والإيجابية على تغيير الفرد لدرجة رضاه. حيث يلعب النموذج المعرفي دورا مهما في كيفية رؤية وتفسير الأحداث في الشعور بالرضا، ويرى الباحثون أن هناك عوامل خارجية كالبيئة والظروف الاجتماعية والاقتصادية والعوامل الداخلية مثل سمات الشخصية كالانبساطية والمرح والتفاؤل والتشاؤم، والعامل المعرفي له دور في استقرار الرضا من خلال رؤية وتفسير الأحداث وأساليب العزو الذاتي (نوبيات د.س، ص ص 132-133).

وكخلاصة لهذا العنصر فإن من بين أهم العوامل الداخلية والخارجية، الحالة النفسية التي لها دور وتأثير كبير بالإضافة إلى الظروف البيئية والتي تتفاعل معها، القيم، المعتقدات والتفكير في كيفية تحسين الحياة والتطور والازدهار بها.

6-أبعاد الرضا عن الحياة:

يرى فرانكن (1994) أن من مظاهر الرضا عن الحياة السعادة، العلاقات الاجتماعية، الطمأنينة، الاستقرار الاجتماعي والتقدير الاجتماعي، لأن من يشعر بهذه الأشياء ويعمل على تحقيقها وإشباع رغبته منها يكون راضيا عن حياته بصورة إيجابية، حيث إن السعادة هدف للأفراد برغم تباين إدراك ما يجلب للفرد السعادة، ويؤكد مجدي محمد الدسوقي (2000) أن أبعاد الرضا عن الحياة تتمثل بالآتي :

- السعادة؛ مقدار ما يشعر به الفرد من سعادة وشعور بالرضا وارتياح ظروف حياته.
- الاستقرار النفسي: وتتمثل بالرضا عن النفس والشعور بالبهجة والتفاؤل تجاه المستقبل.
- التقدير الاجتماعي: وتتمثل في ثقة الفرد في قدراته وإمكاناته، والإعجاب تجاه سلوكه الاجتماعي.
- القناعة: وتعبر عن رضا الفرد وقناعته بما وصل إليه واقتناعه بمستوى حياته التي يعيشها.

- الرضا عن الظروف الاجتماعية: وهي وصف السلوك الفرد بالتسامح والمرح وميله إلى الضحك وتبادل الدعابة وتقبل الآخرين.

- الطمأنينة: وتعني استقرار الفرد الانفعالي والنوم الهادئ المسترخي و الرضا عن الظروف الحياتية وتقبل الآخرين وانتقادهم.

ويرى جمال السيد تفاحة (2009) أن أبعاد الرضا عن الحياة تتمثل بالآتي:

- التفاعل الاجتماعي **Social interaction**: أي قدرة الفرد على التفاعل والاندماج والاتصال مع الآخرين، وأن يؤثر فيهم ويتأثر بهم، وأن يدرك أنه مصدر ثقة وانتماء.

في دراسة معنى الحياة كمصدر للرضا الحياتي وفقًا لفرانكل (1950/1996)، يجد الناس معنى للحياة من خلال تحقيق القيم الكونية. يقترح التحليل الوجودي وجود ثلاثة أنواع من هذه القيم الكونية: يمكن للناس أن يجدوا معنى للحياة من خلال تحقيق القيم الإبداعية، والتي تشير إلى أي سلوك يخلق أو يشكل شيئًا ذا قيمة. لا يقتصر هذا على العمل المدفوع الأجر، بل يمكن أن يتجلى في أي مجال من مجالات الحياة. ثانيًا، يمكن للناس تحقيق القيم التجريبية، ويمكن أن تكون هذه التجارب مرتبطة اجتماعيًا (مثل الحب، الرعاية)، أو غير مرتبطة اجتماعيًا (مثل تقدير الطبيعة أو الفن). وأخيرًا، يمكن للناس تحقيق القيم الواقفية، والتي تشير إلى الحفاظ على الهدوء حتى عند التعرض للمعاناة، طالما أن هذه المعاناة ليست ذاتية، بل ذات طبيعة مأساوية. الأهم من ذلك، أن جميع الخيارات المذكورة أعلاه لإيجاد معنى تتشابه في أن الناس يتجاوزون أنفسهم، ولا يركزون بشكل أساسي على رفاهيتهم الشخصية، بل يكرسون أنفسهم لمهمة أو تجربة، أو يثقون بشيء أو شخص ما حتى عند الشعور باليأس (فرانكل، 1950/1996) (Hans et wolfram، هانس ووالفرام، 2023 ص 29906).

- القناعة **Contentment**: هي رضا الفرد بما يقدم له من مساعدة وعون، وقبول ذاته والمحيطين به.

- التفاؤل **Optimism**: توقعات الفرد الإيجابية نحو مستقبل حياته، والاستبشار والأمل في أن العسر يليه يسر.

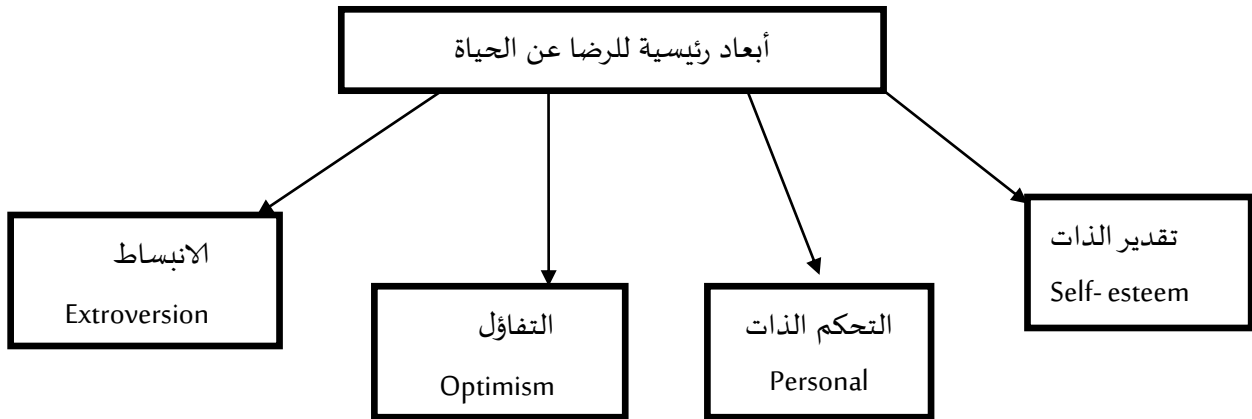
- الثبات الانفعالي **Emotional stability**: التعايش مع الأحداث والمواقف بالثبات النسبي، مع القدرة على ضبط النفس

واستقرار الحالة المزاجية، والاعتدال في إشباع الحاجات النفسية والبيولوجية.

- التقدير الاجتماعي **Social appreciation**: هو شعور الفرد بالتقبل والحب والاعتراف به، والسماح له بالمشاركة في صنع القرارات، وحرية التعبير في الرأي، والثناء على ما قدمه وما يفعله.

- الحماية **Protection**: إدراك الفرد لحجم الرعاية التي تقدم له (علي، 2018، ص 256 - 257).

يشير (Rahtz&Diener, 2000) أن هناك أربعة أبعاد الشكل رقم (3) يوضح ذلك:



وترى (أمانى عبد المقصود، 2009) أن أبعاد الرضا عن الحياة تتمثل في:

أ. الرضا عن الذات: وهي مقدار ما يشعر به الفرد من قبول لذاته، وشعوره بالارتياح عن ظروفه الحياتية.

ب. الرضا عن الأسرة: ويتمثل في العطاء المتبادل بين الفرد وأسرته وحبه للتواجد وسطهم والشعور بالبهجة والتفاؤل بوجودهم.

ج. الرضا عن الأصدقاء : ويتمثل في ثقة الفرد في أصدقائه والفرح لوجودهم والإعجاب بسلوكهم نحوه. دراسة وانغ (wang et al ، 2023) التفاؤل وجودة الصداقة كوسيطين بين الذكاء العاطفي السّماتي والرضا عن الحياة لدى المراهقين الصينيين: دراسة طولية من موجتين استخدمت هذه الدراسة عينة مناسبة من المراهقين (ن = 1609؛ 563٪ إناث؛ متوسط العمر = 16) لاستكشاف ما إذا كان الذكاء العاطفي يتنبأ بالرضا عن الحياة لدى المراهقين وما إذا كانت جودة الصداقة والتفاؤل يتوسطان هذه العلاقة خلال جائحة كوفيد-19. كشفت النمذجة المعادلات الهيكلية أن الذكاء العاطفي تنبأ بالرضا عن الحياة لدى المراهقين، وجودة الصداقة، والتفاؤل، وأن جودة الصداقة وُسّطت جزئياً العلاقة بين الذكاء العاطفي والرضا عن الحياة، وأن التفاؤل وُسّط جزئياً العلاقة بين الذكاء العاطفي وجودة الصداقة. تثبت هذه النتائج أن النهج النفسي أو التعليمي الذي يركز على الذكاء العاطفي يمكن أن يزيد من الرضا عن الحياة لدى المراهقين خلال الأوقات الصعبة مثل كوفيد-19، ولكن قد يكون الذكاء العاطفي مرتبطاً بالرضا عن الحياة من خلال جودة الصداقة فقط. كما يمكن أن تعزز برامج تدريب التفاؤل وبرامج تعزيز جودة الصداقة الرضا عن الحياة بشكل فعال.

تم تقييم الرضا عن الحياة باستخدام مقياس الرضا عن الحياة (Diener et al, 1985) (SWLS) ، والذي ثبت أنه يتمتع بمستويات جيدة من الموثوقية والصدق لدى المراهقين الصينيين (Lu et al., 2020) أجاب المشاركون على خمسة بنود، مثل "خلال الأشهر الخمسة الماضية، أنا راضٍ عن حياتي"، على مقياس ليكرت من 7 نقاط من 1 (أختلف بشدة) إلى 7 (أوافق بشدة)، حيث تعكس

الدرجات الأعلى رضا أعلى عن الحياة. (Lu et al., 2020) كان ألفا كرونباخ للعينة الحالية 92.0 (Wang et al., 2023). وآخرون، 2023، ص29921).

د. الرضا عن المدرسة أو العمل: ويتمثل في تعبير الفرد وقناعاته بما وصل إليه عمله من انجازات وشعوره بالقيمة، المهنية وسط زملائه و رؤسائه (عبد العال، 2018، ص13). أجريت وايت (White 2004) دراسة في تكساس بالولايات المتحدة الأمريكية، هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الرضا الوظيفي والرضا عن الحياة غير المرتبط بالعمل لدى معلمي التعليم العام في غرب تكساس. تكونت عينة الدراسة (563) معلما ومعلمة (448 منهم إناث) يدرسون في المراحل التعليمية من (1) - (12) وتتراوح أعمارهم بين (18 - 59) سنة ولتحقيق هدف الدراسة تم تطبيق مقياس الرضا العام عن الحياة والرضا الوظيفي المكون من (45) فقرة عامة. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط دالة بين الرضا الوظيفي والرضا عن الحياة وبخاصة من جانبي الرواتب والترقيات والسعادة والرفاهية، وبينت الدراسة أن ظروف العمل تؤثر في رضا المعلم عن الحياة وعن بيئته المنزلية، وعدم وجود علاقة دالة إحصائية بين وعي الرضا وعمر المعلم وجنسه. أكد (أرجايل، 1993، ص ص 10-11) بأن هناك عدة عوامل مؤثرة في الشعور بالرضا عن الحياة من ضمنها: الرضا عن ظروف العمل، اذن هناك ارتباط وثيق بين الرضا عن العمل و تارضا العام عن الحياة ويعد من أهم جوانب الحياة.

هـ- الرضا عن البيئة المحيطة: وهي تعبر عن استقرار الحالة الانفعالية ممثلة في النوم الهادئ المسترخي والرضا عن الظروف الحياتية وتقبل نقد الآخرين. وترى (نعمات شعبان، 2007) أن أبعاد الرضا عن الحياة هي السعادة والعلاقات الاجتماعية والطمأنينة والاستقرار الاجتماعي والتقدير الاجتماعي.

وقامت (سهام عليوة، 2013) بتصنيف الرضا عن الحياة على النحو التالي:

أ. الحماس مقابل الفتور واللامبالاة: ويتعلق هذا البعد بالإقبال على الحياة.

ب. الإقدام والشجاعة: يقيس هذا البعد القبول الإيجابي للمستجيبين لمسؤوليتهم الشخصية عن حياتهم بدلا من القبول السلبي أو التفاضلي عما حدث لهم.

ج. التطابق بين الأهداف المنشودة والأهداف المحققة: تقيس الفروق النسبية بين الأهداف المنشودة والتي تسبب الرضا أو عدم الرضا بالحياة.

د. مفهوم الذات: يؤسس هذا المتغير على الأبعاد الانفعالية والجسدية والفكرية للشخص وتساهم الحياة الناجحة الماضية في هذا المتغير بصورة غير مباشرة.

هـ. الحالة المزاجية: وهي تتصل بالسعادة والتفاؤل وغيرها من الاستجابات العاطفية الإيجابية أو السلبية مثل الاكتئاب

والحزن والتشاؤم.

وكما أشار (الدسوقي، 2013) والذي ينظر إلى الرضا عن الحياة على أنه "تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته وذلك كما يقاس بالمقياس المستخدم بالأبعاد التالية:

- أ. السعادة : وهي شعور الفرد بالرضا والارتياح عن ظروفه الحياتية وشعوره بالأمن والطمأنينة وأنه أسعد حالا من الآخرين.
 - ب. الاجتماعية: تقبل الفرد للآخرين والتعايش معهم وشعوره بالسعادة لوجود علاقات طيبة تربطه بالآخرين ويتسم سلوكه مع الآخرين بالتسامح والمرح ويميل للضحك والدعابة.
 - ج. الطمأنينة: شعور الفرد بأنه لا يعاني من مشاعر اليأس أو خيبة الأمل وينام نوما هادئامسترخيا وروحه المعنوية مرتفعة ويتقبل نقد الآخرين ويشعر بأن حياته مشرقة وملينة بالأمل.
 - د. الاستقرار النفسي: هو شعور الفرد بأنه راض عن نفسه وعن كل شيء في حياته ويشعر بالبهجة الممزوجة بالتفاؤل اتجاه المستقبل.
 - هـ. التقدير الاجتماعي: وهو شعور الفرد بالثقة تجاه سلوكه الاجتماعي وثقة الآخرين في قدراته وينظر إليه باحترام ولديه القدرة على اتخاذ القرار وتحمل نتائجه وأفكاره وآرائه تنال إعجاب الآخرين.
 - و.القناعة: وهي رضا الفرد بما وصل إليه في الحياة ويشعر بأنه يعيش في مستوى حياة أفضل مما كان يتمناه أو يتوقعه (عبد العال، 2018، ص ص 13-15).
- يمكننا القول أن أبعاد الرضا عن الحياة هي تقبل الذات و التصالح و التسامح معها و قدرة الفرد على الاعتماد على نفسه، القيام بعلاقات اجتماعية تكون ايجابية و انسجام الفرد و القدرة على التكيف مع الغير و التواصل معهم.
- العمل على تنمية قدرات الفرد و تطوير امكانياته الشخصية فالشخص الراضي عن حياته يدعم أهدافه و قراراته ويسعى لتحقيقها.

7-النظريات المفسرة للرضا عن الحياة:لقد تعددت النظريات التي حاولت تقديم تفسير للرضا عن الحياة غير أننا نحن في اطار هذا البحث سنسلط الضوء على أهم هذه النظريات:

1-7-نموذج المقارنة الاجتماعية Social Comparison Model:

يبين ايسترلين (Easterlin 2001) أن الأفراد يقارنون أنفسهم مع الآخرين ضمن الثقافة الواحدة، ويكونون أكثر سعادة إذا كانت ظروفهم أفضل ممن يحيطون بهم، فالمقارنة تخلق درجات مختلفة من الرضا ضمن المجتمع والثقافة الواحدة. والرضا عن الحياة يعتمد على المقارنة بين المعايير الموضوعية أو المتوقعة، الثقافية أو الاجتماعية أو المادية من ناحية، وما تم تحقيقه على أرض الواقع من ناحية أخرى. وقد تكون المقارنة بين الأفراد أو الجماعات أو الدول المحيطة، وبالتالي تختلف درجات الرضا عن الحياة باختلاف المعايير الذاتية والاجتماعية والاقتصادية. ويبين (ايسترلين) أن الأفراد العاديين في أي ثقافة يكونون معتدلين أو متوسطين في درجة الرضا، بينما يكون البعض فوق المعدل والبعض تحت المعدل، ويركز ايسترلين على دور الدخل المادي وعلاقته بالسعادة والرضا عن الحياة لأن الدخل المادي يرتبط بجميع مراحل الحياة خاصة عند الأفراد الذين يضعون مستوى حياتهم المادي في المقام الأول، فقد أثبتت بعض الدراسات بأن خريجي الجامعات الذين يحصلون على دخل جيد أقل شعورا بالرضا ممن لم يحصلوا على تعليم جامعي ويحصلون على نفس الدخل. وقد كان أكثر الأفراد إغراء للمقارنة معهم، وأكثر المقارنات وضوحا هي تلك التي مع الجيران والأقارب أو زملاء الدراسة أو الجامعة السابقين؛ أي الذين مروا بنفس الظروف وتبين العديد من التجارب أن الناس تحت ظروف المشقة أو الذين لديهم تقدير ذات منخفض يختارون مقارنة أنفسهم بمن هم أقل منه مكانة لتحسين صورة الذات لديهم بل وصحتهم (عبد العال، 2018، ص 18).

لقد ركزت هذه النظرية على المقارنة الاجتماعية أي مقارنة الفرد انجازاته وطموحاته مع الآخرين اذا وجد أن ما حققه أفضل من الآخرين سيجعله ذلك يشعر بالسعادة والفرح ويكون راضيا عن نفسه.

2-7-نظرية التقييم الجوهرى للذات Core Self Evaluation Theory:(Judge, 1997، جادج)

ترى هذه النظرية أن الشعور بالرضا يمكن قياسه من خلال عدة معايير، وأحد هذه المعايير يعتمد على الفرد ومزاجه والثقافة والقيم السائدة، كما أن الظروف السائدة تؤثر على درجة الشعور بالرضا. وعلى سبيل المثال فالأفراد عندما يقيمون مدى رضاهم عن الحياة لا يفكرون عادة بقدرتهم الحركية إلا إذا واجدوا مع أحد الأفراد الذين يعانون من إعاقة حركية، كما أن الشعور بالرضا أو عدمه لا يرتبط بالعمر الزمني للفرد. ويرتبط الرضا عن الحياة بالمستوى الاقتصادي للأفراد، وبحسب نظرية ماسلو للحاجات فإن الأفراد في الدول الغنية يفترض أن يكونوا أكثر سعادة ورضا في حياتهم مقارنة بالدول الفقيرة التي تعاني من نقص مادي، والتي تؤثر على إشباع الحاجات الأساسية للأفراد، مما يجعل حاجات الأمن أكثر أهمية في تلك الثقافات، في حين تكون حاجات الحب وتحقيق الذات أكثر أهمية في الدول الغنية، وبالمقابل فقد أشارت بعض الدراسات إلى أن العلاقات الاجتماعية أكثر أهمية من الجوانب المادية من أجل الشعور بالرضا في بعض الثقافات.

إن الأفراد الذين يمتلكون تقييما جوهريا مرتفعا للذات أكثر شعورا بالرضا عن الحياة وعن الميادين العديدة الحياة، مثل الأسرة، والعمل، والدراسة، لأنهم أكثر ثقة في قدراتهم على الاستفادة بكل ميزة وفرصة تلوح في أفق حياتهم.

كما يرى (Judge, 1997) أن التقييم الجزئي لكل الجوانب الخاصة بأي مجال من مجالات الحياة هو الذي ينتج الشعور النهائي بالرضا عن ذلك المجال الخاص في الحياة مثل (العمل أو الأسرة)، ومن ثم يتسبب في الشعور العام بالرضا عن الحياة. وقد أثبتت الدراسات أن الرضا عن مجالات هامة في الحياة مثل الأسرة أو العمل والصحة تفسر حوالي خمسين بالمائة من التباين في الرضا العام عن الحياة، أما الخمسون بالمائة الباقية فتفسرها الفروق الفردية والأخطاء التجريبية والمتغيرات الدخيلة. ويعرف التقييم الجوهري للذات على أنه " مجموعة من الاستنتاجات الأساسية التي يصل إليها الأفراد عن ذواتهم وقدراتهم،

حيث حدد (جادج، 1997، Judge) أربعة محكات معيارية لتحديد العوامل الممثلة للتقييم الجوهري للذات وهي:

-مرجعية الذات.

-بؤرة التقييم، وهو ما يمكن موازاته بعمليات العزو.

-السمات السطحية.

-اتساع الرؤية وشمول المنظور.

وقد وجد أن الأفراد الذين يمتلكون تقييما جوهريا مرتفعا للذات أكثر شعورا بالرضا عن الحياة وعن الميادين العديدة للحياة مثل الأسرة والعمل والدراسة، لأنهم أكثر ثقة في قدراتهم على الاستفادة بكل ميزة وفرصة تلوح في أفق حياتهم (علي، 2018، ص 263 - 265).

تقوم هذه النظرية على ثقافة و قيم الفرد اذ تؤثر الظروف و العوامل الذاتية و الموضوعية على الشعور بالرضا كالعامل الاقتصادي و المادي .

3-7-نظرية التكيف او التعود Adaptation Theory: تتلخص هذه النظرية في فرضية أن الأفراد يتصرفون بشكل مختلف إتجاه الأحداث الجديدة التي تمر عليهم في حياتهم ، وذلك إعتقادا على نمط شخصياتهم، و رودود أفعالهم وأهدافهم في الحياة، ولكن نتيجة التعود والتأقلم مع الأحداث ومع مرور الوقت فإنهم يعودون إلى النقطة الأساسية التي كانوا عليها قبل وقوع الأحداث، كما أن الأفراد المختلفون لا يتكيفون بنفس الطريقة أو بشكل مطلق مع الأحداث والظروف المحيطة بهم (عله، 2015، ص 96).

4-7-نظرية القيم والأهداف والمعاني: Theory Values, Goals and Meanings يرى (Oishi et al، 1999) أن الأفراد يشعرون بالرضا عندما يحققون أهدافهم، ويختلف الشعور بالرضا باختلاف أهداف الأفراد ودرجة أهميتها بالنسبة لهم حسب القيم السائدة في البيئة التي يعيشون بها، وأن الأفراد يدركون حقيقة أهدافهم وطموحاتهم وأهميتها بالنسبة لهم، وينجحون في تحقيقها، ويتمتعون بدرجة أعلى من الرضا عن الحياة مقارنة بأولئك الذين لا يدركون حقيقة أهدافهم، ويعتمد تحقيق الأهداف على الاستراتيجيات المتبعة في تحقيقها، والتي تتلائم مع شخصية الأفراد، وتختلف هذه الأهداف باختلاف المراحل العمرية للأفراد و أولويات هذه الأهداف (علي، 2018، ص 265).

وعليه نرى أن هذه هذه النظرية ركزت في تفسيرها على الفرد الذي يشعر بالرضا عندما يحقق طموحاته و انجازاته لأنه قام باختيار أهداف قريبة يستطيع الوصول اليها فيشعر بالامتنان لما حققه لأن لديه درجة من الوعي بالرضا عن الحياة فتؤثر على سعادة الفرد و مدى تقبله لحياته.

من خلال ما سبق يمكننا القول أنه بالرغم من اختلاف النظريات السابقة في تفسيرها للرضا عن الحياة إلا أننا نجدها تكمل بعضها البعض لأن الرضاعن الحياة نسبي و يختلف من شخص لآخر فمنهم من يرضون عن الحياة عندما تكون ظروف الحياة ملائمة و تتماشى مع رغباتهم و منهم من يرضون بمقارنة انجازاتهم بانجازات الآخرين و منهم من يرضون عندما يصلون الى تحقيق أهدافهم بالوعي و الادراك وهناك من يرضون عند سماعهم لأخبار مفرحة .

خلاصة:

من خلال عرضنا للجانب النظري للرضا عن الحياة تبين لنا أن له الأهمية البالغة في تحقيق التوافق النفسي والانفعالي والاجتماعي والشعور بالهدوء والاستقرار النفسي والاتزان الوجداني و في ظل المستجدات الحديثة أصبح علم النفس الايجابي يركز على كل ما يدل على الأمل والفرح والايجابية فالرضا عن الحياة يتضمن نظرة ايجابية مرتبطة بمختلف جوانب حياة الفرد، تساعد على استعادة التوازن والقدرة على التحمل والصبر .

الفصل الرابع : الاعاقة البصرية

تمهيد

1-تعريف الاعاقة البصرية

2-تاريخ الاعاقة البصرية

3-آلية الابصار

4-كيف تتم الرؤية

5-الجهاز البصري

6-أهمية حاسة البصر

7-أبرز المشكلات التي يعاني منها الطلبة الجامعيين المعاقين بصريا

8-أسباب الاعاقة البصرية

9-أنواع الاعاقة البصرية

10-تصنيف المعاقين بصريا

11-نسبة انتشار الاعاقة البصرية

12-سمات النعاقيين بصريا

13-قياس وتشخيص الاعاقة البصرية

14-العوامل المؤثرة على الاعاقة البصرية

15-البرامج التربوية للتلاميذ المكفوفين

16-الخدمات التربوية لذوي الاعاقات البصرية

17-مناهج وأساليب تدريس التلاميذ المكفوفين

18-الوقاية من الاعاقة البصرية

19-الأدوات الخاصة بالمعاقين بصريا

خلاصة

تمهيد:

تمس الإعاقة البصرية جميع الفئات من المجتمع و كل الأعمار فتؤثر على الفرد وتترتب عنها نتائج لعدم الفهم الصحيح للإعاقة وبالتالي تنخفض مهاراتهم عن الأفراد العاديين في مختلف المجالات يحتاج المعاق بصريا للتشجيع والمساندة من قبل المحيط القريب و المجتمع وخصوصا من الناحية النفسية لذلك تتطلب هذه الفئة التكفل التام سواء من الناحية التربوية أو الحياة اليومية و المهنية في المستقبل. لكن العلم الحديث بين في السنوات الأخيرة أن المكفوفين يتمتعون بدرجة ذكاء عادية وقد يتفوقون على العاديين في بعض الجوانب ، سبحان من قال أنه لا تعى الأبصار ولكن تعى القلوب التي في الصدور .سنتعرض في هذا الفصل إلى أهم التعريفات للإعاقة البصرية وتاريخها، آلية الإبصار وكيف تتم عملية الرؤية ومدى أهمية هذه الحاسة وأهم المشكلات التي يعاني منها الطلبة الجامعيين المعاقين بصريا ، إلى الأسباب المؤدية إليها كما سنتطرق إلى أنواع ، تصنيف ،نسبة الانتشار الإعاقة البصرية والسمات التي تميزهم وكيفية قياسها و تشخيصها و العوامل المؤثرة عليها، إضافة لذلك الخدمات التربوية المقدمة لهم، ثم نورد مناهج و أساليب تدريس التلاميذ المكفوفين و الطرق و الاجراءات الوقائية من الإعاقة البصرية، و أخيرا الأدوات الخاصة بهم.

1-تعريف الإعاقة البصرية (visual impairment):

التعريف اللغوي للإعاقة البصرية:

حسب (الدمرداش محمد السيد أحمد مجدي عزيز إبراهيم، 2006) تستخدم في اللغة العربية ألفاظ كثيرة للدلالة على الشخص الذي فقد بصره كالأعمى، والأكمه، والأعتمه والضرير والكفيف، وكلمة أعمى أصل مادتها "العماء" والعماء هو الضلالة، ويقال في فقد البصر أو ذهابه أصلا وفي فقد البصيرة مجازا، أما كلمة الأكمه فمأخوذة من الكمه، وهي العمى الذي يحدث قبل الميلاد ويشار هنا إلى من يولد أعمى.

وأصل مادة كلمة الأعتمه "العتمة" وتعني على لسان العرب السخير والتردد، ويقال العمه في افتقاد البصر والبصيرة، بينما كلمة الضرير مأخوذة من "الضر" وهو سوء الحال إما في نفس الشخص أو بدنه والضرارة هي العمى، أما كلمة الكفيف فاصلها من "الكف" ومعناه المنع، والكفيف أو المكفوف هو من كف بصره أي عمي (عليه، 2013، ص 28).

المفهوم الاصطلاحي للإعاقة البصرية:

تعرف الإعاقة البصرية على أنها حالة يفقد الفرد فيها القدرة على استخدام حاسة البصر بفاعلية، بما يؤثر سلباً في أدائه ونموه ، كما يقصد بالمعاقين بصرياً الأشخاص الذين فقدوا حاسة البصر كلياً أو جزئياً (جبور، 2012، ص 3).

كما ظهرت تعريفات أخرى متعددة للإعاقة البصرية بعضها ركز على الجوانب القانونية والبعض الآخر ركز على الجوانب التربوية، وقد ظهر تعريف الإعاقة البصرية من الناحية القانونية قبل تعريف الإعاقات البصرية من الناحية التربوية.

ويركز التعريف القانوني: على حدة البصرويشير إلى أن الشخص الكفيف هو ذلك الشخص الذي لا تزيد حدة إبصاره عن 20/20 قدم في العين الأقوى بعد التصحيح ومعنى ذلك أن الشخص الكفيف يحتاج لتقريب الشيء الذي يراه الشخص العادي من مسافة 200 قدم إلى 20 قدم حتى يرى الشخص الكفيف (كوافحة وعبد العزيز، 2010، ص 83).

أما التعريف التربوي: فيشير إلى أن الإنسان المكفوف هو الذي فقد بصره بالكامل ولا يستطيع تعلم القراءة والكتابة إلا بطريقة برايل (كوافحة وعبد العزيز، 2010، ص 83).

ومما سبق يبدو لنا أن التعريف القانوني المعتمد في الولايات المتحدة وفي معظم الدول الأوروبية يحدد حدة الإبصار سواء كان في أحسن العينين أو باستعمال النظارة الطبية أيضاً بحسب نتيجة الفحص أما التعريف التربوي يشير إلى أن الشخص الكفيف هو ذلك الشخص الذي لا يستطيع أن يقرأ أو يكتب إلا بطريقة برايل.

لقد تعددت تعاريف الإعاقة البصرية بتعدد الباحثين و اتجاهاتهم و مجالاتهم من بينها: تعريف أشروفتوزامبون (1980 Zambone&Ashroft) الإعاقة البصرية على أنها حالة عجز أو ضعف في الجهاز البصري تعيق أو تغير أنماط النمو عند الإنسان.

يعرف ديموت (Demott، 1982) الإعاقة البصرية بأنها ضعف في أي من الوظائف البصرية الخمسة وهي: البصر المركزي، والبصر المحيطي، والتكيف البصري، والبصر الثنائي، ورؤية الألوان، وذلك نتيجة تشوه تشريحي أو إصابة بمرض أو جروح في العين، ومن أكثر أنواع الإعاقات البصرية شيوعاً الإعاقات التي تشمل البصر المركزي والتكيف البصري والانكسار الضوئي (الحديدي، 2014، ص 35).

حسب (Chapman et al, 1988) الأفراد المعوقين بصريا: من وجهة النظر الطبية فإن الشخص الكفيف هو ذلك الشخص الذي تقل حدة إبصاره بأقوى العينين بعد التصحيح عن 6/60 أو 20/200 أو يقل مجاله البصري عن زاوية مقدارها 20 درجة ، يعتمد هذا التعريف قانونيا في الولايات المتحدة الأمريكية ومعظم الدول الأوروبية (بن عبد الله وآخرون، 2018، ص 339).

يوضح (الزريقات ، 2006 ، ص 99) ان مصطلح الاعاقة البصرية في العموم " تعود الى أي حالة صحية لا يمكن تصحيح الابصار بالعين الى الدرجة الطبيعية.

يشير (صالح بربر، 2015، ص 655)، في تعريفه للطالب المكفوف أنه " الشخص الذي يصاب بعجز بصري حاد يجعله يعتمد في القراءة على طريقة برايل.

ومن أكثر التعاريف المستخدمة حاليا تعريف باراجا (Barraga، 1976) الذي ينص على أن الأطفال المعوقين بصريا هم الأطفال الذين يحتاجون إلى تربية خاصة بسبب مشكلاتهم البصرية، الأمر الذي يستدعي إحداث تعديلات خاصة على أساليب التدريس والمناهج ليستطيعوا النجاح تربويا (الحديدي، 2014، ص 35).

من المنظور الفزيولوجي : تشير(بن غدفة ، 2005) اليها بالحالة التي يفقد فيها الفرد جزئيا أو كليا القدرة على الرؤية بالجهاز البصري سواء كانت الأسباب داخلية أو خارجية.

من المنظور الطبي: يوضح (عادل، 2010) انه يمكن تعريفها من الناحية الطبية استنادا إلى الجوانب الطبية المعتمدة على طبيعة التشخيص ومعايير من وجهة نظر الأطباء، ويختلف تعريفها طبيا من بلد لآخر، ومن بينها ما يلي: عجز العين عن القيام بوظيفتها على الوجه المطلوب إذ يضعف البصر على أثر ذلك إلى الدرجة التي يعجز الفرد عن القيام بأي عمل يحتاج أساسا للرؤية، وبذلك فالمفهوم الطبي للإعاقة البصرية يميز بين حالتين للإعاقة وهما:

- العمى الكلى أو فقد البصر كلية Totallyblind: يعني عدم قدرة العين على القيام بأداء وظيفتها نتيجة لعدم تفاعل إنسان العين مع الضوء مطلقا (جبراني و برو ، 2021 ، ص 775).

التعريف المهني:

يوضح(عبد العزيز، 2005) ان المعاق بصريا هو ذلك الفرد الغير قادر على ممارسة عمله بسبب ضعف أو عجز في بصره، الأمر الذي يؤدي إلى عجزه الاقتصادي، بحيث لا يستطيع كسب عيشه، وعرفته الجمعية الملكية للطب في لندن بأنه "الفرد الذي يضعف بصره لدرجة يعجز فيها عن عمل يحتاج أساسا للرؤية"(بلعظم ، 2021، ص ص 23-24).

التشريع الجزائري:

في:(الجريدة الرسمية ، 2014)حاول المشرع الجزائري أن يدعم تعريف الشخص ذي الإعاقة، الذي أورده في القانون 09/02 الخاص بحماية الأشخاص المعوقين وترقيتهم، والصادر بتاريخ 08 ماي 2002، فأصدر المرسوم التنفيذي رقم 14/204 الخاص بتحديد الإعاقات حسب طبيعتها ودرجتها بتاريخ 15 جويلية 2014 في المادة الثانية بقوله: "تعتبر إعاقة طبقا للتشريع المعمول بها كل محدودية في ممارسة نشاط أو عدة أنشطة أولية في الحياة اليومية الشخصية والاجتماعية نتيجة إصابة في الوظائف الذهنية أو الحركية، أو العضوية و الحسية، تعرض لها كل شخص في محيطه مهما كان سنه وجنسه، وتنتج الإعاقة عن إصابة ذات أصل وراثي أو خلقي أو مكتسب" (بلعظم، 2021، ص15).

التعريف المعرفي:هو الشخص الذي لا يمكنه التعرف على الحرف باستعمال بصره، أي أنه لا يستقبل المعلومات عن طريق البصر (تومي ، 2010، ص76).

- تعرف.(جبراني و برو، 2021، ص 775) بأنها وجود حساسية ضعيفة للضوء يستطيع الفرد بموجها أن يميز فقط بين مصادر الضوء المختلفة أي أن حدة إبصاره تقل عن 6/60 ، لذلك فهو يعتبر من الناحية العملية في حكم المكفوفين.

- ويوضح (شعبان ، 2010، ص 81)أنه" الشخص الذي لديه خلل، أو عجز جزئي، أو كلي في أحد العينين، مما يؤثر سلبا على أنشطة حياته اليومية، وكذلك يؤثر على قدرته على القراءة أو الكتابة مما يستلزم استخدام المعينات البصرية".

يشير (اقبال إبراهيم مخلوف ، 1991) أن المعاق بصريا هو الشخص الذي يستطيع أن يجد طريقة دون القيادة في بيئته غير معروفة لديه أو كانت قدرته على الإبصار عديمة القيمة اقتصاديا ، والمعوقين بصريا ، أو المكفوفين هم " الأطفال الذين فقدوا

بصرهم كليا أو بلغت حدة الإبصار لديهم أقل من 02/20 في كلتا العينين" ، أو في العين الأقوى بعد العلاج والتصحيح بالنظارات الطبية (خينش وآخرون، 2020 ، ص 120).

تعرف (نادية بلعظم، 2021، ص 26) المعاق بصريا بأنه: "الشخص الذي يفقد بصره تماما فيصبح عاجزا عن أداء أنشطة الحياة اليومية بصورة عادية ، ويكون بحاجة إلى القيادة أو المساعدة، كما أنه يحتاج إلى الاعتماد على حواس أخرى من أجل تعلمه، أو يفقد بصره جزئيا فيكون ضعيف البصر، ويمكنه الاستفادة في هذه الحالة من بقايا بصره خصوصا باستخدام المعينات البصرية".

تعريف منظمة الصحة العالمية للإعاقة البصرية:

الإعاقة البصرية الشديدة: حالة يؤدي الشخص فيها الوظائف البصرية على مستوى محدود.

الإعاقة البصرية الشديدة جدا: حالة يجد فيها الإنسان صعوبة بالغة في تأدية الوظائف البصرية الأساسية.

شبه العمي: حالة اضطراب بصري لا يعتمد فيها على البصر.

العمي: فقدان القدرات البصرية (الحديدي ، 2014 ، ص 37).

استنادا لما سبق نستطيع القول أن المعاق بصريا هو الانسان الذي لا يستطيع ان يعتمد على حاسة الابصار والاستفادة من وظائف العين في اداء الاعمال التي يؤديها غيره من الأفراد العاديين.

تعريف الكفيف : هؤلاء الأفراد الذين تتراوح أعمارهم ما بين (16- 19) وتقل حده أبصارهم بأقوى العينين بعد التصحيح عن 6/60 او 20/200 أو يقل مجاله البصري عن زاوية مقدرها 20 درجة ، مع عدم قدرتهم على القراءة والكتابة بالطريقة العادية حتى بعد استخدام المصححات البصرية مما يحتم عليهم استخدام حاسة اللمس لتعلم القراءة والكتابة بطريقة برايل (زيدان و آخرون ، 2017 ، ص 151).

تعرف (معتوق و مجاهدي، 2021، ص 81) الكفيف بأنه الشخص الذي يعجز عن استخدام بصره في الحصول على المعرفة، وهو الذي لم تتح له البقايا البصرية القدرة على القراءة والكتابة بالطريقة العادية حتى بعد استخدام المصححات البصرية، مما يحتم عليه استخدام حاسة اللمس لتعلم القراءة والكتابة بطريقة البرايل.

2-تاريخ الاعاقة البصرية:

كان المكفوفون الأوفر حظا فقد أنشأت مؤسسات خاصة لرعايتهم قبل ظهور أية مؤسسات لفئات أخرى ، افتتح فالنتين valentine في (1784) أول مدرسة للمكفوفين لرعاية الشباب المكفوف وهو من أوجد نظام الحروف البارزة ، وعمل louis brail () على تطوير نظام بريل في القراءة و الكتابة ، وتم افتتاح أول مدرسة أمريكية في (1821) وأول دراسة للطلبة كانت في اسكتلندا (1872) لتعليم الطلبة المكفوفين في صفوف الطلبة المبصرين من أجل إدماجهم.

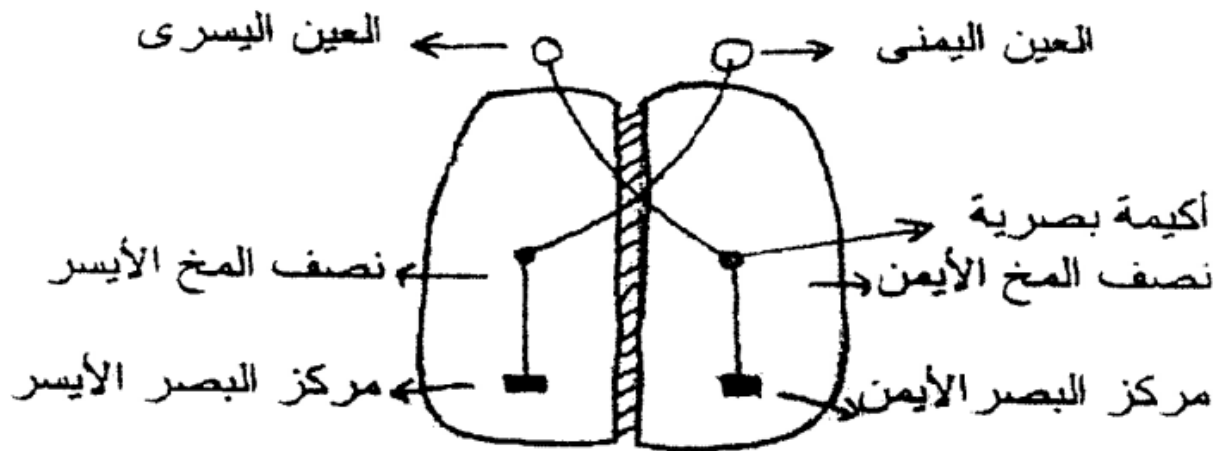
حاول (frank hall) إقناع الناس بضرورة التحاق الطلبة المكفوفين في المدارس وتخصيص خدمات التربية الخاصة و معلم التربية الخاصة واستخدام طريقة برايل إضافة إلى ذلك قام (hall) بتطوير آلة كاتبة محمولة لتدوين الملاحظات و اكمال المهمات الكتابية الأخرى.

توالى التطورات بخصوص الأدوات و المواد المطبوعة المكبرة التي يحتاجها المعوقين بصريا على مدى السنوات من أجل توفير نوعية الحياة الأفضل لهم (الزريقات ، 2006 ، ص ص23 - 25).

3-آلية الابصار: تتكون العين من جسم كروي موجود داخل تجويف خاص بها بداخل الجمجمة ويخرج منها من الخلف العصب البصري الذي ينقل الأحاسيس التي تنطبع على العين الى مراكز الابصار بالمخ.(ماجد السيد و خولة أحمد، 2007، 16).

الشكل رقم (4): يوضح مسار العصب البصري

المصدر(الشريف، 2011، ص 318)

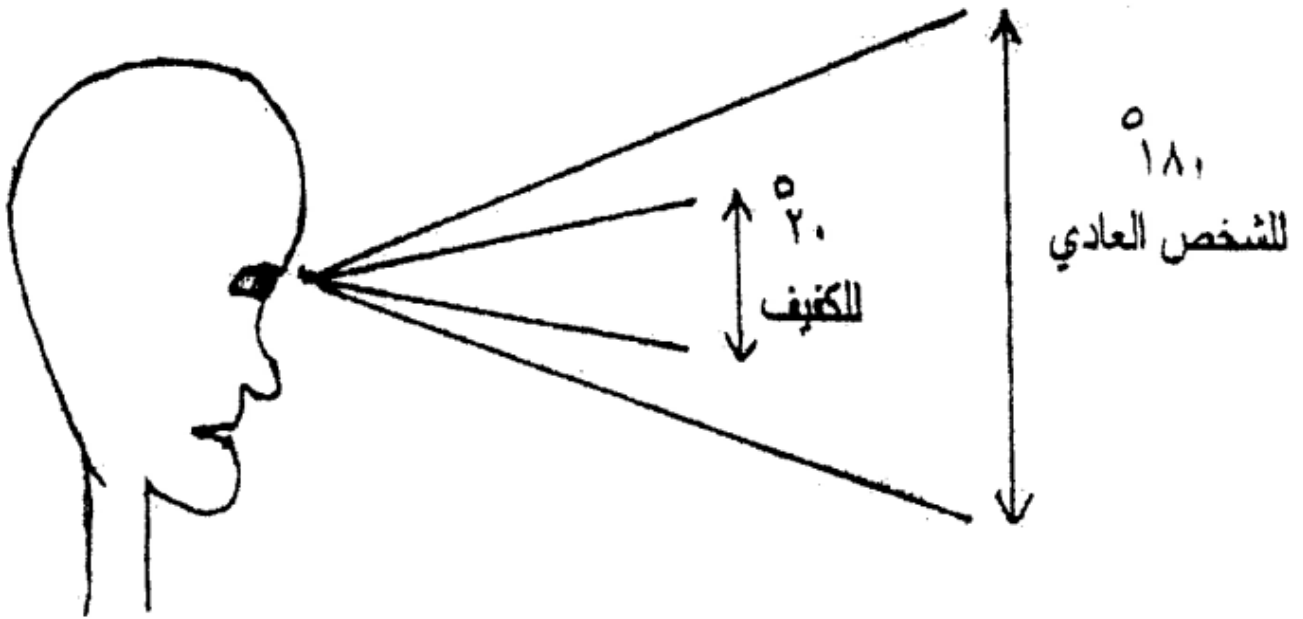


لقد أشار ساودر (Souder، 2004) أن عملية الإبصار تلخص فيما يلي:

- 1- دخول الأشعة الضوئية من خلال القرنية والبؤبؤ و ثم العدسة.
- 2- تكيف عضلات العين الداخلية شكل العدسة وتركز الأشعة الضوئية خلف الشبكية.
- 3- تحول خلايا العصب والمخاريط الشبكية الضوء إلى نبضات كهربائية.
- 4- يحمل العصب البصري النبضات الكهربائية إلى الدماغ.
- 5- يفسر الدماغ النبضات الكهربائية من خلال التنسيق والخيال الناتج من كل عين الإنتاج صورة ثلاثية الأبعاد للإبصار (اللالا وآخرون، د.ت، ص 237).

الشكل رقم (5): يوضح مجال الرؤية للشخص العادي و الكفيف

المصدر (الشريف، 2011، ص 320)

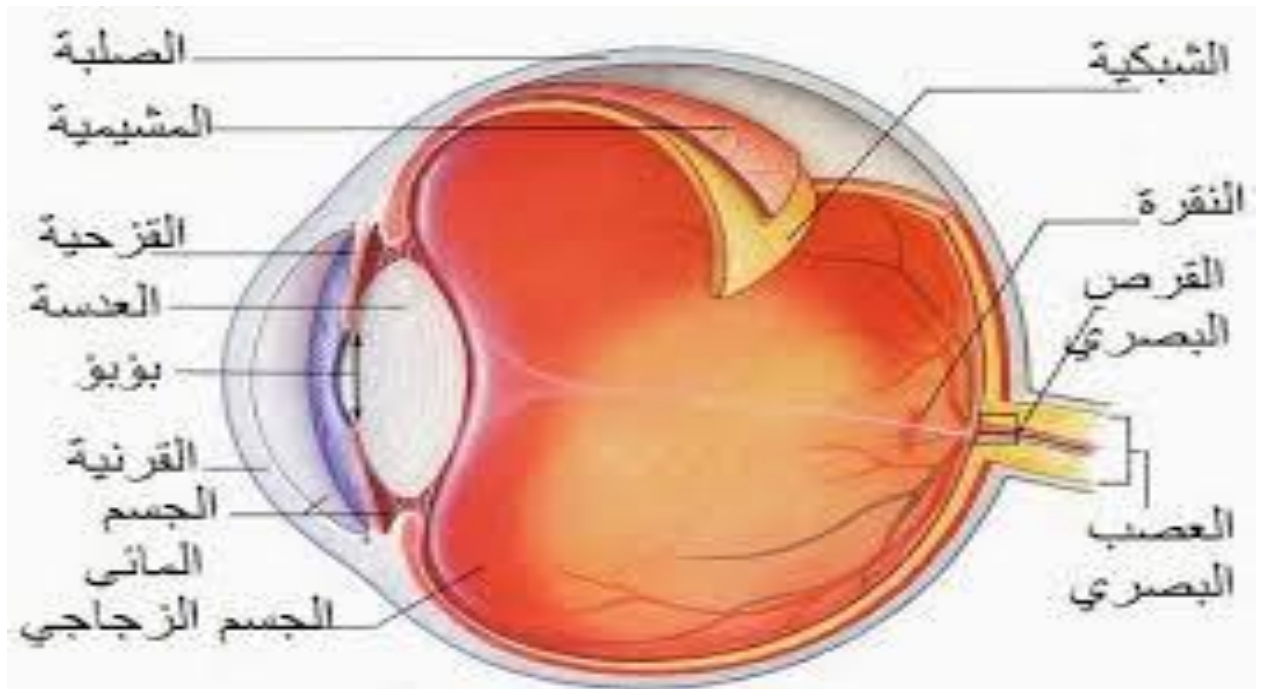


4-كيف تتم عملية الرؤية؟

عندما تكون العين مفتوحة تسقط الصور على العدسة البلورية المحدبة فينكسر الضوء داخل العين ليسقط على الشبكية وتنطبع الصور في وضع مقلوب ، يقوم العصب البصري بنقل هذه الصور المتلاحقة إلى مركز البصر في الدماغ الذي يعيدها إلى وضعها الطبيعي ويضفي عليها معانيها ومدلولاتها (الشريف ، 2011، ص ص 318-319).

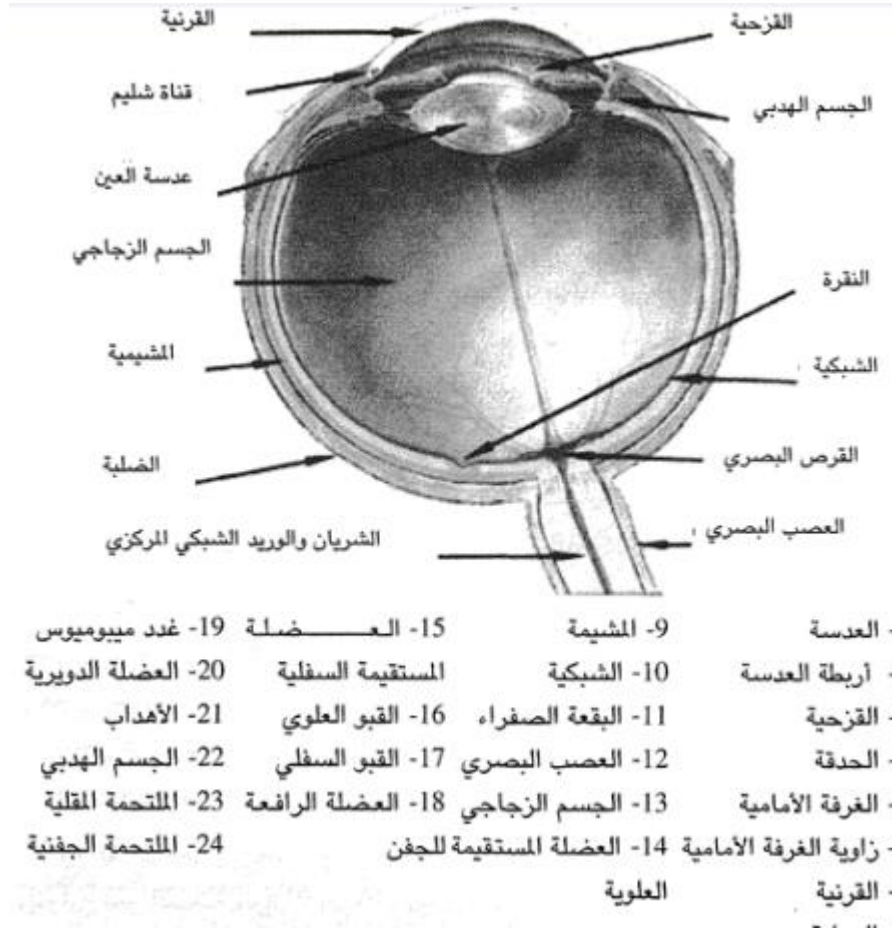
5-الجهاز البصري:

يتكون الجهاز البصري لدى الإنسان من العين والعصب البصري والقشرة البصرية (الفص الدماغي الخلفي)، وتتألف العين من ثلاث طبقات هي: الطبقة الخارجية، الطبقة الوسطى، الطبقة الداخلية.



الشكل رقم(6):يوضح صورة الجهاز البصري لدى الانسان

المصدر: https://pccole.blogspot.com/2016/10/blog-post_57.html



الشكل رقم(7): يوضح تشريح العين

المصدر (الحديدي، 2014، ص 48)

الطبقة الخارجية (OuterTunic):

تتكون الطبقة الخارجية للعين من القرنية (Cornea) وهي جزء شفاف يخلو من الأوعية الدموية وتعمل بمثابة نافذة للعين، والصلبة (Sclera) وهي الجزء الأبيض ووظيفتها الأساسية حماية العين.

الطبقة الوسطى (Middle Tunic):

تتكون الطبقة الوسطى للعين من الأجزاء التالية:

- 1- المشيمة (Choroid) وهي جزء غني بالأوعية الدموية ووظيفتها تغذية العين .
- 2 - الجسم الهدبي (Ciliary Body) ومن أهم أجزائه العضلات الهدبية التي تعمل على انقباض واسترخاء الألياف وبذلك تعمل على ضبط مستوى الضغط على عدسة العين. كذلك يفرز هذا الجسم السائل المائي.
- 3 - العدسة (Lens) وهي جزء شفاف محدب من الجانبين ووظيفتها الأساسية تركيز الضوء على الشبكية حيث أنها تعمل على انكساره.

- 4 - القزحية (Iris) وهي الجزء الملون من العين وتقع بين القرنية والعدسة، وفي منتصفها الحدقة (Pupil) التي تعمل بمثابة فتحة تنظم دخول الضوء إلى الجزء الداخلي من العين حيث أنها تتوسع في الظلام وتنقبض في حالة الإضاءة الشديدة.
- ويسمى الجزء الذي يقع بين القرنية والقزحية بالغرفة الأمامية (Anterior Chamber) في حين يسمى الجزء الذي يقع بين القزحية والعدسة بالغرفة الخلفية (Posterior Chamber). أما الجزء الذي تقع فيه العدسة والشبكية فيسمى بالسائل الزجاجي وهو سائل يحافظ على شكل العين ويدعمها.

الطبقة الداخلية (Inner Tunic):

من أهم أجزاء الطبقة الداخلية للعين الشبكية (Retina) وهي جزء بالغ التعقيد تشريحيا ووظيفتها تحويل الضوء إلى سيالات عصبية وإيصالها إلى المراكز العليا في الدماغ عن طريق العصب البصري، في منتصف الشبكية يوجد نقطة صفراء تسمى بالنقطة المركزية (Fovea Centralis) ويكون فيها الإبصار حادة جدا ويطلق عليه اسم البصر المركزي .

(Central Vision) أما الإبصار الذي يحدث من خارجها فهو يسمى البصر المحيطي (Peripheral Vision) وتسمى المنطقة التي تتصل فيها الشبكية مع العصب البصري بالنقطة العمياء (Blind Spot) حيث أن هذه المنطقة منطقة ليفية تخلو من الخلايا المستقبلة.

ويوجد في الشبكية خلايا متخصصة (يزيد عددها عن 25 مليون خلية) تسمى بالمخاريط (Cones) والعصي (Rods) وهذه الخلايا مسؤولة عن رؤية الألوان، فعندما تثار العصي والمخاريط بالضوء تقوم بإرسال نبضات عصبية إلى الدماغ (القشرة البصرية عبر العصب البصري (Optic Nerve) وهو العصب القحفي الثاني. وتشعب ألياف من كل عصب بصري وتتجه إلى الجانب المعاكس من الدماغ فتتقاطع مع بعضها مكونة ما يعرف باسم التصلب البصري (Optic Chiasma) (الخطيب و الحديدي ، 2009، ص 168-169).

6-أهمية حاسة البصر:

لا شك أن حاسة البصر من أهم حواس الإنسان على الإطلاق، حيث إن الحرمان من حاسة البصر يفقد الطفل معظم خبراته اليومية المتعلقة بالصورة واللون والشكل، ويحرمه من تكوين الصور الذهنية عن معظم الأشياء في البيئة. وكما هو معلوم فإن تكوين الصور الذهنية عن الأشياء و تخزينها واستدعائها عند الحاجة تعتبر من أهم مقومات عملية التعلم. ولهذا نجد كتب ومناهج رياض الأطفال والصفوف الابتدائية الأولى تركز على الصورة بشكل أساسي.

إن 85 بالمئة مما يتعلمه الإنسان من معرفة يأتي عن طريق حاسة البصر، والفرد الذي يعاني من مشاكل بصرية، تصبح فرصته المتاحة للتواصل مع البيئة والتعلم العرضي أقل بكثير من أقرانه المبصرين، ومع أن الفرد في هذه الحالة يعوض عن فقدان حاسة البصر بحاستي السمع واللمس، لكن التعويض لا يكفي ولا يكون بديلا تماما عن حاسة البصر، إن الحرمان من حاسة البصر في النهاية، يحرم الفرد من معظم خبراته الحياتية المتعلقة باللون، والشكل، ومن تكوين الصور الذهنية عن الأشياء تُظهر بعض الدراسات حول حدود التصور الذهني لدى المكفوفين أن قدرات توليد الصور الذهنية محدودة لدى المكفوفين. أثبت أرديتي وهولزمان وكوسلين، في عام (1988)، أن قدرات التصور لدى المكفوفين منذ الولادة محدودة بوجود بعض جوانب التصور التي تكون بصرية فقط، وبالتالي غير موجودة لدى المكفوفين وهذا ما قد أشار اليه (Dulin et Martins، 2006، ص 161-160)، وبالتالي مشكلات في التعلم. وبالإضافة إلى ذلك فإن الحرمان من حاسة البصر أو ضعفها تحد من قدرة الفرد المصاب على الاستفادة من المادة المكتوبة من جهة، وتقلص قدرته على الانتقال والمشاركة والتفاعل في النشاطات المدرسية المختلفة من جهة أخرى (القمش، 2013، ص 126-127).

وقد أشار (دريادي، 2015، ص 255)، الذي يعتبر فقدان البصر صعبا، لأن الإنسان يعتمد على هذه الحاسة اعتمادا كبيرا، وتكون قدرته على الإدراك نتيجة لما يحصل عليه من إحساسات عن طريق المستقبلات الحسية، التي تميزه وتجعله مستفيدا من خبرات

غيره، وتعتمد سرعة الإدراك على سهولة اتصال مناطق الدماغ المختلفة التي تخزن التجارب السابقة، وكذلك على يقظة الفرد، وحسن انتباهه لما يدور حوله.

لذلك فإن فقدان البصر سيولد مشاكل في اكتساب المهارات والمعلومات وهذا ما يولد الانطواء والقصور في الحركة، مما يحد من حريته ويجعله محتاجا لمساعدة الآخرين.

وقد بينت العديد من الدراسات أن للإعاقة البصرية تأثيرا عميقا وسلبيا على الطفل المعوق بصريا في السلوك الاجتماعي، إذ ينتج عنها العديد من الصعوبات في عمليات النمو والتفاعل الاجتماعي، وفي اكتساب المهارات اللازمة، لتحقيق الإستقلالية والشعور بالاكتماء الذاتي.

كما يوضح (Hatwell، هاتويل، 2003، ص ص 92-93) بما أن الرؤية هي المصدر الرئيسي للمعلومات المكانية، فهي متورطة بشكل كبير أيضا في بدء وسيطرة الأفعال. لا يمتلك السمع واللمس نفس القدرات، وبالتالي فإن العمى المبكر يؤخر التطور الحسي الحركي والمعرفي للأطفال الرضع والصغار. تتضاءل هذه الآثار مع التقدم في العمر عندما تتحسن الإجراءات الاستكشافية وتظهر استراتيجيات معالجة أخرى. على الرغم من أن ممارسة اللمس والسمع لا تغير العتبات الحسية، إلا أنها تؤدي إلى إعادة تنظيم قشرية (زيادة في مناطق الإسقاط الحسي والجسدي وتنشيط المناطق القذالية البصرية أثناء النشاط اللمسي) لدى المكفوفين مبكرا، ولكن ليس لدى المكفوفين متأخرا. لا يواجه هؤلاء المكفوفون المتأخرون نفس الصعوبات التي يواجهها المكفوفون المبكرون في تمثيل الفضاء، لأن عماهم ظهر بعد بناء فضاء حسي حركي متعدد الحواس. ولكن إذا كان الحرمان البصري يؤثر إحصائيا على التطور الحسي الحركي والمكاني، فإن 10 إلى 20٪ من المكفوفين المبكرين لا يظهرون الصعوبات الموصوفة هنا لذلك، فإن التمثيلات البصرية ليست ضرورية، وهناك طرق أخرى تؤدي إلى نفس المعرفة.

استنادا لما سبق تكمن أهمية البصر في كونها حاسة هامة وعنصر أساسي في عملية التعلم واكتساب المعرفة والخبرات مما يدفعه إلى الاعتماد على حاستي السمع واللمس ولكن لا يستطيع أن يعوض حاسة البصر كليا بل تساعدانه في التكيف والتأقلم مع وضعه ومحاولة اكتساب خبرات جديدة .

7-أبرز المشكلات التي يعاني منها الطلبة الجامعيين المعاقين بصريا:

توضح الباحثة في الجدول رقم(3) أهم المشكلات التي يعاني منها الطلاب في المرحلة الثانوية و الجامعية(الحارثي، 2019، ص ص 526-527).

الجدول رقم (3): يوضح أبرز المشكلات التي يعاني منها الطلاب

مشكلات نفسية	مشكلات اجتماعية	مشكلات أكاديمية
<p>-انفعالات ومشاعر و ادراكه للعالم الذي حوله.</p> <p>-سوء التكيف واضطرابات انفعالية</p> <p>ترد الى عوامل اجتماعية أكثر من عامل فقد البصر.</p> <p>-الاتجاهات الوالدية و تأثيرها على نمو شخصية الكفيف وسلوكه</p>	<p>-صعوبة التصرف في المواقف الاجتماعية و عدم على التكيف مع بيئة اجتماعية جديدة، نظرا لغياب ونقص المعلومات البصرية التي تلعب دورا أساسيا في تكوين السلوك الاجتماعي لدى الأطفال .</p>	<p>-تشير كيلي أن أبرز العقبات تكون تتعلق بالدراسة داخل الجامعة اجتماعية و شخصية و أكاديمية ومهنية ،تختلف من حيث النوع باختلاف العمر والجنس والخبرات ، كما تختلف أيضا حسب الحالة الاجتماعية و الاقتصادية ،بالإضافة الى صعوبة التوافق مع البيئة الجديدة.</p>

8-أسباب الإعاقة البصرية:

تعددت الأسباب التي تؤدي إلى الإصابة بالإعاقة البصرية، فهناك أسباب ما قبل الولادة أو أثناءها كالعوامل الوراثية (العوامل الجينية) والعوامل البيئية (كتناول العقاقير والأدوية والحوادث والإصابة ببعض الأمراض والالتهابات وغيرها التي تؤدي إلى ولادة الطفل كفيفا كلياً أو جزئياً، وهناك أسباب ما بعد مرحلة الولادة تؤدي إلى الإصابة بالإعاقة البصرية كسوء التغذية والحوادث والأمراض (كوافحة، عبد العزيز، 2010، ص86).

بالتالي فان مرحلة ما قبل الولادة يقصد بها العوامل الوراثية والبيئية التي تؤثر على نمو الجهاز العصبي المركزي والحواس بشكل عام وهناك أسباب ما بعد الولادة كإهمال في معالجة بعض الصعوبات البصرية البسيطة التي تؤدي الى آثار جانبية .

ترجع الإعاقة البصرية إلى أربعة أسباب رئيسية هي :

أ- الوراثة : فقد يكون أحد الوالدين مصابا بعوق في البصر فينتقل ذلك إلى ذريته ، وعادة ما تظهر الإعاقة البصرية الوراثية بعد عدة شهور أو عدة سنوات من الولادة .

ب - أسباب بيئية : داخلية تحدث أثناء الحمل بسبب تعرض الأم الحامل إلى أمراض خطيرة أو تعرضها للأشعة السينية أو لتناولها عقاقير طبية أو لتعاطيها للمخدرات مما يؤثر على مخ الجنين فتحدث الإعاقة .

ج - أسباب ولادية : مثل حالات نزيف المخ أو الاصطدام أو الاختناق التي تحدث في الولادة المتعثرة .

د - عوامل مكتسبة : وهي التي تحدث بعد الولادة مثل :

* إصابة العين بالأمراض المعدية كالرمد الحبيبي أو الرمد الصديدي .

* زيادة أو نقص إفراز الدموع .

* التعرض لاصطدام الرأس مما يؤثر على مركز البصر في الدماغ .

* التقدم في السن أو الإصابة بمرض مزمن مثل السكري المرضى (الشريف، 2011، ص 321).

مم تم ذكره أنما نلاحظ أن أسباب الاعاقة البصرية تعود الى عوامل عدة اما تكون فطرية أي وراثية أو قبل الولادة، أثناءها أو مكتسبة حدثت بعد الولادة، وقد تكون بسبب حدوث أمراض قد تعرضت لها الأم سابقا، تسببت في مضاعفات وسببت خللا في العين بالإضافة إلى عوامل أخرى كتعرض الأم إلى صدمات نفسية أو جسدية أثرت عليها وترجع أيضا إلى أمراض مزمنة.

9-أنواع الاعاقة البصرية:

لاحظ الباحثون الكنديون في جامعتي مونترال وماكجيل أن الأطفال الذين يصابون بالعمى في سن مبكرة جدا يستطيعون تطوير مهارات وقدرات سمعية أفضل من ضعاف البصر بل ومن الأفراد العاديين (الحديدي ، 1419هـ). ولقد أجمع خبراء التعامل مع المعاقين السمعية والبصرية على أن الكفيف يستطيع أن يدرك بأذنه ويستشعر بها كل شئ تماما كالشخص المبصر .

كما أوضحت بعض الدراسات الحديثة أن عقول الأطفال الذين يصابون بالكفف في مراحل العمر الأولى تعيد تنظيم وظائفها بسرعة لتتعامل مع الأصوات بطرق أخرى غير طريق البصر وبشكل أفضل، كما تبين أن المكفوفين لديهم قدرة عالية على تمييز الأصوات وتحديد مصادرها بطريقة أفضل من العاديين كما أن لديهم إحساسات متطورة بالنغمات الموسيقية وقدرة عالية على تمييز الأصوات .

وقد أرجع العلماء ذلك إلى مرونة دماغ الطفل خلال العامين الأوليين من العمر وقدرته على إعادة برمجة نفسه للتكيف مع حالات الكفف .

لذلك ركزت البرامج التربوية الحديثة في مجال الإعاقة على الاستفادة من المكفوفين كشريحة هامة في المجتمع لديها من الإمكانيات ما يؤهلها للمشاركة في الإنتاج والتطوير (الشريف، 2011، ص 315) من بين هذه الأنواع:

أ- حالة قصر النظر (Myopia): تبدو مظاهر هذه الحالة في صعوبة رؤية الأشياء البعيدة لا القريبة، ويعود السبب في مثل هذه الحالة إلى سقوط صورة الأشياء المرئية أمام الشبكية، وذلك لأن كرة العين أطول من طولها الطبيعي، وتستخدم النظارات الطبية ذات العدسات المقعرة لتصحيح رؤية الأشياء بحيث تساعد هذه العدسات على إسقاط صورة الأشياء على الشبكية نفسها.

ب- حالة طول النظر (Hypermetropia): تتجلى مظاهر هذه الحالة في صعوبة رؤية الأشياء القريبة لا البعيدة، ويعود السبب في مثل هذه الحالة إلى سقوط صورة الأشياء المرئية خلف الشبكية وذلك لأن كرة العين أقصر من طولها الطبيعي وتستخدم النظارات الطبية ذات العدسات المحدبة لتصحيح رؤية الأشياء بحيث تساعد هذه العدسات على إسقاط صورة الأشياء على الشبكية نفسها.

ت- حالة صعوبة تركيز النظر (Astigmatism): تبدو مظاهر هذه الحالة في صعوبة رؤية الأشياء بشكل مركز، أي صعوبة رؤيتها بشكل واضح، ويعود السبب في مثل هذه الحالة إلى الوضع غير العادي أو الطبيعي لقرنية العين أو العدسة وتستخدم النظارات الطبية ذات العدسة الاسطوانية لتصحيح رؤية الأشياء بحيث تساعد مثل هذه العدسة على تركيز الأشعة الساقطة من العدسة وتجميعها على الشبكية (عبيد، 2000، ص 144).

ث- الجلوكوما (الماء الأزرق) (Glaucoma): يعد من الأمراض التي تصيب قرنية العين نتيجة لازدياد السائل المائي الموجود فيها مما يؤدي إلى ارتفاع ضغط العين (سيسالم، 1997، ص 17).



Source: Photograph taken and edited by Ann Heard, exact date and location unspecified, published with permission from Ann Heard.

FIGURE 7.10: Tunnel vision as a result of glaucoma.

الشكل رقم (8):توضح الصورة الرؤية عند المصابين بالكلاكوما

المصدر:(2020,Ronel Ferreira&Maximus.sefotho,ص210)

- أ- -اللابؤرية (Astigmatism): تحدث هذه الحالة نتيجة عيوب او عدم انتظام في شكل القرنية أو العدسة مما يؤدي إلى عدم انتظام في انكسار الضوء الساقط عليهما، حيث يتشتت الضوء بشكل يؤدي إلى عدم وضوح الصورة، وفي معظم الحالات يمكن علاج هذه الحالة عن طريقة الجراحة أو العدسات اللاصقة (القمش، 2013، ص 132).
- ب- -الحول (Strabismu): هو اختلال في وضع العين أو إحداها، مما يؤدي إلى صعوبة في الرؤية ويؤدي إلى إرهاق للعين، أو قد يكون الحول عرضاً من أعراض حالات أكثر خطورة كأمراض الشبكية.
- ت- -انفصال الشبكية (Retinal Detachment): يحدث بسبب انفصال الشبكية عن جدار مقلة العين ما يسبب حدوث ثقب في الشبكية فيسمح للسائل بالتجمع، ثم ينتهي بانفصال الشبكية عن الأجزاء التي تصل بها، وبسبب انفصال الشبكية، ويشعر الفرد بضعف في مجال الرؤية والآلام الشديدة.
- ث- -توسع الحدقة (Aniridia): يحدث بسبب تشوه ولادي، تتسع فيه الحدقة نتيجة عدم تطور القزحية، يشعر الفرد بسببها بحساسية مفرطة للضوء وضعف بصر.

ج- تنكس الحفيرة (Macular Degeneration): خلل في الشبكية يحدث فيه تلف في الأوعية الدموية في منطقة الحفيرة، بسبب صعوبة في رؤية الأشياء البعيدة، والأشياء القريبة، وفقدان بصر مركزي.

ح- -المهق (Albinism): يحدث نتيجة قلة أو انعدام الصبغة، مما يؤدي إلى عدم امتصاص الضوء الذي يأتي إلى الشبكية، وسبب المهق هو خلل في البناء بحيث يكون جلد الشخص وشعره أبيض وعيناه زرقاوين، والقزحية تكون شاحبة ولا تمنع الضوء الزائد من الدخول إلى العين لذلك تكون لدى الشخص حساسية مفرطة للضوء (القمش، 2013، ص 133-134).

خ- -الرأرأة (Bystagmus) : حالة يحدث فيها حركات لا إرادية سريعة في العين ، ينجم عنه غثيان و دوار وقد تكون حالة الرأرأة مؤشرا على وجود خلل في الدماغ أو مشكلة في الأذن الداخلية (الحديدي و الخطيب، 2009، ص174).

د- -التهاب الشبكية الصباغي (Retinitis Pigmentosa): يحدث تلف في العصبي في الشبكية بشكل تدريجي، (Warren 1984) و (الصمادي و آخرون 2003) وهو مرض وراثي يصيب الذكور أكثر من الاناث فينتج عنه عمى ليلي لدى الفرد ثم يصبح مجال الرؤية محدودا بالتدريج (القمش، 2013، ص 134).

لقد لفت انتباهنا وجود علاقة وطيدة بين أسباب وأنواع الاعاقة البصرية وهناك العديد من الباحثين من اعتبر مظاهراً وأنواع الإعاقة كمسببات للإعاقة البصرية مثل صبغي الحديدي وجمال الخطيب في كتاب مدخل الى التربية الخاصة ، واتفق العديد منهم على أن الاحتمال الأكبر غالباً يكون سببه وراثي مثلاً :رأرأة أو قصر النظر أو طول النظر و من جانب آخر تكون مرتبطة بالظروف النفسية و الجسدية و الحوادث و الأمراض التي تصيب العين فتحدث عاهة أو تشوه مثل : تقرحات العين و تورمها ، حساسية العين و احمرارها أو عتامة عدسة العين .

10-تصنيف المعاقين بصريا :

يمكن تقسيم المعاقين بصريا إلى الفئات التالية :

- الأفراد ذوي الكف الكلي الولادي: هم الأفراد الذين ولدوا عمياناً أو أصيبوا بالعمى قبل سن الخامسة.

- الأفراد ذوي الكف الكلي الحادث : هم الأفراد الذين أصيبوا بالعمى قبل سن الخامسة .

- الأفراد ذوي الكف الجزئي الولادي: هم الأفراد الذين ولدوا أو أصيبوا بالعجز قبل سن الخامسة .

- الأفراد ذوي الكف الجزئي الحادث : هم الأفراد الذين أصيبوا بالكف بعد سن الخامسة .

ويرجع (وليد السيد أحمد خليفة، 2007) اختيار سن الخامسة كحد لتقسيم هذه الفئات، إلى افتراض أن من يفقد بصره جزئياً أو كلياً قبل سن الخامسة لا يمكنه الاحتفاظ بصورة بصرية نافعة للخبرات التي مر بها، أما الأفراد الذين يفقدون أبصارهم كلياً أو جزئياً بعد سن الخامسة، فلديهم الفرصة للاحتفاظ بإطار من الصور البصرية بدرجة أو بأخرى من الدقة (الشيخ، 2019، ص 63-64).

قد يتأثر التطور العام للطفل المولود أعمى على العديد من المستويات: الحسية الحركية والعاطفية والاجتماعية والفكرية. لإثبات ذلك، يكفي إجراء مقارنة موجزة مع الطفل المبصر. في الحالتين، ينتظر الطفل: يتم حشد الزوجين من خلال فترة الحمل، وبروتوكول المتابعة الطبية، والنصائح المتنوعة ... هذا الطفل موجود بالفعل ؛ هناك عناصر موضوعية (تحولات جسدية للأم، الموجات فوق الصوتية، أحاسيس حركاته) تثير في الزوجين عملية ارتباط وتوقعات مشروعة.

كما يوضح في دراسته (Heyraud، هايرود، 2013، ص 28-29) فوق إعاقة الإبصار، فإن المواجهة مع هذا الطفل المنتظر والمستثمر فيه بالفعل تحير في كثير من الأحيان ؛ هناك حاجة إلى فترة تكيف معينة. تأخذ الوظيفة الأبوية التي كانت "خيالية" حتى الآن شكلاً ملموساً فجأة، وتتطلب بعض التعديلات، ففي الأشهر الأولى من حياة الطفل المبصر، يتم تنظيم مجموعة من الإدراكات الحسية (البصرية، السمعية، اللمسية، الحسية الجسدية) بشكل طبيعي ودون جهد. يجذب الطفل الصغير إلى ما يراه تدريجياً، سيستكشف بيئته، ليس بصرياً فقط ولكن أيضاً بطريقة لمسية. تدريجياً، تشكل هذه التحفيزات الأساس لتطوره الحركي: اتجاه جسدي مناسب في مختلف حالات التحقيق، واكتساب المراحل المختلفة لـ "الجلوس" و "الوقوف"، وحركات أكثر مهارة ... علاوة على ذلك، فإن الوظيفة البصرية هي التي تسمح بتبادل النظرات والابتسامات، وطرق الاتصال غير اللفظية مع الأم بشكل خاص. تؤدي هذه التفاعلية مقترنة بالخبرات الحسية الحركية بالطفل بشكل طبيعي إلى اكتشاف ما يحيط به والتقدم نحو الاستقلالية الوظيفية".

تظهر الأبحاث في علم النفس الإدراكي (Hatwel, 2003)، أن العواقب على التطور تكون أكثر أهمية إذا حدثت الإعاقة عند الولادة أو قبل سن سنة واحدة. عامل آخر مهم هو أصل الإعاقة، والذي قد يكون وراثياً أو حادثياً، أو يحدث بعد مرض ما. قد تصاحب بعض الأمراض البصرية اضطرابات أخرى: حالياً، وبفضل التقدم الطبي، يعاني الأطفال المولودون قبل الأوان جداً من اضطرابات بصرية أحياناً كبيرة، ولكن قد يعانون أيضاً من اضطرابات أخرى (حركية، عقلية) لا يتم اكتشافها دائماً منذ الولادة.

طبيعة تطور المرض البصري أو عدم تطوره هو عنصر آخر يجب أخذه في الاعتبار: بعض الحالات تبقى مستقرة، بينما تتضمن حالات أخرى تدهورًا تدريجيًا للبصر، مما يسبب، لا سيما في سن المراهقة، قلقًا كبيرًا وإعادة تنظيم المشاريع الدراسية أو الحياة (Blatgé ، 2012: Sémelin، 2007)

تؤثر هذه العناصر بشكل مختلف حسب بيئة حياة الطفل، وما تمكن هو والديه من القيام به، والدعم الذي تلقاه، والاختلافات بين الأفراد تجعل التعميمات صعبة في كثير من الأحيان" (Dument، دمانت، 2013، ص 151).

كما أشار كل من (عبيد ، 2009) و (kauffman&hallahan, 1991) إلى أصناف الإعاقة البصرية بأنه أمر ضروري ومرحلة أساسية لمعرفة مدى ودرجة الإعاقة ومظاهرها وهذا من أجل التحكم الجيد في تشخيصها وضبطها وسنقدم مجموعة من التصنيفات عبر مجموعة من الأبحاث المقدمة على النحو الآتي:

(1) فقد بصر تام، ولادي، أو مكتسب قبل سن الخامسة.

(2) فقد بصر تام، مكتسب بعد سن الخامسة.

(3) فقد بصر جزئي ولادي.

(4) فقد بصر جزئي مكتسب.

(5) ضعف بصر ولادي.

(6) ضعف بصر مكتسب. (بن عبد المولى ، 2014، ص 74).

وهناك تصنيف آخر يستند إلى مجموعتين رئيسيتين: حسب (القمش، 2013، ص 130)

الأولى: مجموعة المعاقون بصريا كليا (Totally Blind): وهي تلك المجموعة التي ينطبق عليها التعريف القانوني والتربوي للإعاقة البصرية، أو المكفوفون (Blind) حسب (Hallahan, Kuffinal 1992). الذين يستخدمون أصابعهم للقراءة، ويطلق عليها اسم قارئ بريل .

الثانية: مجموعة المعاقون بصريا جزئيا (BartiallySighted): وهي تلك المجموعة التي تستطيع أن تقرأ الكلمات المكتوبة بحروف مكبرة أو وسيلة تكبير أو باستخدام النظارة الطبية (عبد الرحمن سيد، 2001) هذه الفئة تستطيع القراءة باستخدام

وسيلة تكبير أو نظارة طبية، كما يطلق عليهم فئة قارئ الكلمات المكبرة لاستخدامهم وسائل التكبير المساعدة. (حوحو و رابعي، 2019 ص ص، 98-99).

حددها (Hallahan, Kuffman.1992) المبصرون جزئياً (partiallysighted) بأولئك الذين يستخدمون عيونهم للقراءة، ويطلق عليها أيضاً اسم قارئ الكلمات المكبرة (large-type readers) وهذه الفئة تستطيع القراءة باستخدام وسيلة تكبير أو نظارة طبية وتتراوح حدة إبصار هذه الفئة ما بين 20/70 إلى 20/200 قدم في العين الأقوى حتى مع استعمال النظارة الطبية (كوافحة، عبد العزيز، 2010، ص 84).

بالإضافة لما سبق تصنف الإعاقة البصرية إلى كفيف فقد حاسة البصر كلياً ولا يرى شيئاً ويحتاج إلى أساليب تعليمية لا تعتمد على استخدام البصر ويستخدم طريقة برايل في القراءة والكتابة وضعيف البصر يعني فقدان جزئي في قوة وحدة الابصار تمنعه من متابعة الدراسة بشكل سليم فيحتاج إلى استخدام معينات بصرية تمكنه من التعلم.

11-نسبة انتشار الإعاقة البصرية:

تعتبر الصعوبات البصرية من الحالات الأقل حدوثاً مقارنة بفئات الإعاقة الأخرى، ويشير هالهانوكوفمان إلى أن نسبة كف البصر لدى أطفال المدارس قد تصل إلى 10% من حالات كف البصر لدى الراشدين، وتشير التقديرات أن نسبة انتشار الإعاقة البصرية تتراوح ما بين 0,5 و 5,1 بين الأفراد العاديين وتزداد هذه النسبة مع تقدم العمر (Hlar- ing1982).

يشير التقرير الذي نشرته منظمة الصحة العالمية لهيئة الأمم المتحدة عام 1973 يوجد "10 مليون" كفيف تقريباً، أي نسبة 4% بالنسبة لعدد السكان. ويشير كل من د.أبو النجا ود.عمرو بدوان إلى أن الإعاقة البصرية هي إحدى مشاكل الصحة العامة على المستوى الدولي، حسب (عقل، 2009) يقدر معدل انتشار العمى بحوالي 7.10% على مستوى العالم حتى سنة 2000م وتشير الإحصائيات الصادرة عن منظمة الصحة العالمية (World Health Organization) في سنة 2002م إلى أن بالعالم ما يزيد عن (161) مليون معاق بصرياً، من بينهم (37) مليون كفيف، وتشير هذه الإحصائيات أيضاً إلى أن هذه الأعداد لا تتوزع توزيعاً متساوياً على المناطق المختلفة بالعالم، وأن نسبة انتشار العمى تختلف من دولة إلى أخرى، وأن حوالي 80% من المعوقين بصرياً يوجدون في دول العالم الثالث، (الأشرم، 2008) يرى أن تزايد نسبة انتشار الإعاقة البصرية يكون بتقدم السن، وفي الدول التي تفتقر إلى

الرعاية الصحية المناسبة. وفي عام 2010 يشير (يحياوي، 2011) الى نسبة الإحصائيات قدرت ب (37) مليون مصاب بالعمى، و75 % من الحالات لا يمكن علاجها، و90% من المصابين بالعمى يعيشون في الدول غير المتطورة.

وبناء على التقرير الذي أصدرته منظمة الصحة العالمية عام 2012، يعاني 285 مليون شخص في جميع أنحاء العالم من ضعف البصر (39 مليون كفيف، و246 مليون) لهم ضعف بصر، ويعيش حوالي 90% من هؤلاء في البلدان النامية.

أما بالنسبة لدولة الجزائر (يحياوي، 2011) فقد أشارت إحصائيات وزارة الصحة والسكن وإصلاح المستشفيات بالتعاون مع الديوان الوطني للإحصائيات عام 2010، بأن نسبة انتشار الإعاقة البصرية قد بلغت 24 % من مجمل الإعاقات، أي ما يعادل 173362 وهي تحتل المرتبة الثالثة وطنيا (بلعظم ، 2021. ص 29).

من خلال التقارير والمستندات السابقة لاحظنا معدل الإعاقة البصرية في البلدان المتقدمة منخفض و أقل مقارنة بالبلدان النامية التي تشهد ارتفاعا واضحا وهذا راجع لأسباب قد تكون افتقار هذه الدول الى المعدات والوسائل التشخيصية وعدم مواكبة التطور و الحداثة في المجال العلمي والصحي بالإضافة إلى انخفاض المستوى المعيشي للأفراد وعدم إعطاء أهمية كبيرة للإعاقة البصرية قد يؤدي لنتائج وخيمة وتأخر في العلاج بسبب عدم التشخيص المبكر،تستطيع هذه الدول التقليل من الإعاقة البصرية من خلال:

-الأخذ بالأسباب والعمل على تطبيق واستعمال استراتيجيات حديثة للعلاج .

-التحسيس ونشر الثقافة لدى النساء الحوامل،والحرص على التغذية المتوازنة والصحية للأم والوقاية من الأمراض.

تهيئة الجو الملائم والمساعد في الولادة .

-العمل على تقدم التكنولوجيا وتقييم الأعمال المتطورة لما لها من أهمية ودور كبير في التشخيص المبكر واستخدام وسائل و تقنيات حديثة تساعد على التحسين من الحالة أو الحد منها، تحسين الظروف والأوضاع المعيشية لدى الأفراد وتقديم المساعدة في استعمال المعينات والوسائل البصرية.

12- سمات المعاقين بصريا: تؤثر الإعاقة البصرية على مظاهر النمو المختلفة للفرد المعاق، وتعتمد طبيعة هذه التأثيرات على عوامل عديدة منها: شدة الإعاقة البصرية، ونوع الإعاقات المصاحبة للإعاقة البصرية، والعمر عند حدوث الإعاقة، وكذلك و مقدار الفرص المتاحة للتدريب والتعلم، وبشكل عام يتميز المعاقين بصريا بخصائص تميزهم عن المبصرين وهي كالتالي :

أولاً: السمات العقلية: (النمو المعرفي)

يشير كيرك وجولوفر (Gallagher&Kirk, 1989) إلى أن الاعتقاد الذي كان سائدا في الأربعينات والخمسينات هو أن الإعاقة البصرية لا تؤثر على ذكاء الإنسان باستثناء كونها تحد من إمكانية استخدام بعض المفاهيم البصرية وبنوه كيرك وجولوفر إلى أن تفسير الذكاء وتطوره كان مستندا إلى افتراض مفاده أن العوامل الوراثية وليس البيئية هي التي تحدد القدرات العقلية العامة وأن العوامل البيئية بالتالي لا تترك أثرا ملحوظا إلا إذا كانت تتضمن حرمانا هائلا وأن الإعاقة البصرية لا تشكل أحد أشكال ذلك الحرمان البيئي على أن هذا الاعتقاد لم يعد سائدا حاليا حيث أننا ندرك الآن أن الذكاء إنما هو نتاج جزئي للخبرات التراكمية في حياة الإنسان وخاصة خبرات الطفولة المبكرة. (Gallagher, 1989&Kirk) وبناء على ذلك فإن الإعاقة البصرية هي إعاقة رئيسية وحالة قد تعيق النمو المعرفي لأنها تحد من إمكانية تكامل وفهم الخبرات التي يمر بها الإنسان المبصر بصورة طبيعية عبر حاسة البصر ويؤكد (يسلدايكوالجوزين) (Algozzine&Yssellydyke, 1990) على ذلك إذ يلاحظ أن الذكاء إنما هو قضية تطوير للمفاهيم وأن مفاهيم عديدة من تلك التي يتعلمها الإنسان تكتسب كاملا عبر الوسائل البصرية. ولذلك فليس أمرا مدهشا أن يواجه الإنسان المعوق بصريا صعوبات في تعلم المفاهيم. كذلك فإن المعلومات البصرية تثير السلوك وتوجهه وتزود الفرد بمعلومات عامة تمكنه من تنظيم عالمه الخارجي، وبسبب الافتقار إلى المعلومات البصرية فإن الإنسان المعوق بصريا يعتمد على حاسة السمع واللمس وغيرهما لتكوين المفاهيم، وهذه الحواس قد لا تزود الإنسان إلا بمعلومات جزئية. ولا يعني ذلك بأي حال من الأحوال إن الإنسان المعوق بصريا متأخر عقليا ولكن المقصود هو أن أداء أفراد كثيرين ممن يعانون من الإعاقة البصرية يكون ضعيفا على اختبارات الذكاء المقننة المعروفة، وليس من شك في أن السبب في ذلك هو طبيعة اختبارات الذكاء نفسها حيث أن هذه الاختبارات تتضمن فقرات تتطلب الإجابة عنها بشكل صحيح معلومات بصرية يفتقر لها الإنسان المعوق بصريا (جمال الخطيب و الحديدي، 2009، ص 177-178). وفي هذا الصدد أشار (Dulin et al، دلان و آخرون، 2009) في دراسة الضعف البصري والتصوير الذهني البصري للمادة الإملائية والألوان والوجوه والعلاقات المكانية (dulin, 2009) في العقود الخمسة الماضية، حظيت الصور الذهنية باهتمام متزايد بين الباحثين في علم النفس العصبي وعلم النفس الإدراكي. ومع ذلك، لا تزال طبيعة الصور الذهنية مجهولة. يعتبر مراقبة المرضى الذين يعانون من إعاقات بصرية نموذجًا مرضيًا قيمًا لدراسة العلاقة بين الصورة

والتصور والقدرات المعرفية الأخرى. كان الغرض من هذه الدراسة هو تحديد ما إذا كانت العيوب الإدراكية للمشاركين تؤثر على قدراتهم على التصوير الذهني للمادة الإملائية، واللون، والوجه، والعلاقات المكانية، وتحليل آثار الحس اللمسي عندما يكون جزءًا من مهام حل الصور الذهنية البصرية. أظهرت النتائج أن القدرة على التصوير الذهني للمادة الإملائية والوجه واللون تتأثر بالعجز البصري. ومع ذلك، فإن التعويض اللمسي القائم على الكتابة يسمح للمرضى ضعيفي البصر بتحسين أدائهم أثناء مهام التصوير الذهني الإملائي.

"يمثل الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات بصرية أو عصبية نموذجًا مرضيًا مثاليًا لدراسة طبيعة الصورة الذهنية، والتي على الرغم من الاهتمام المتزايد بها في مجال علم الأعصاب الإدراكي، لا تزال غير مفهومة بشكل كامل. في الواقع، فإن دراسة العلاقة أو الانفصال بين اضطرابات الإدراك واضطرابات الصورة الذهنية تسمح باختبار فرضية وجود رابط وظيفي أو تشريحي بين العمليات المعرفية المعنية بالجوانب الإدراكية والتمثيلية للوظيفة البصرية (Dulin et al، دulan وآخرون، 2009، ص ص 201-202).

تشير الدراسات أيضا أنه لا توجد فروق كبيرة في الذكاء بين المعاقين بصريا والمبصرين، رغم أن تطبيق الاختبارات عليهم دلت على وجود فرق ضئيل لصالح المبصرين، وبالتالي نسبة المتفوقين من المبصرين أعلى من المكفوفين (أبو مصطفى، نظمي وشعنت، رزق، 1997) أن الإعاقة البصرية يمكن أن تؤثر على نمو الذكاء، وذلك لارتباط الإعاقة بجوانب القصور الآتية :

1 - معدل نمو الخبرات .

2- القدرة على التنقل، والحركة بحرية وفاعلية .

3 - علاقة المعاق بصريا ببيئته، وقدرته على السيطرة عليها، والتحكم فيها (عامر وآخرون، 2007). وهذا ما يؤثر على الأداء العقلي، ومستوى الذكاء (شعبان، 2010، ص ص 89-90).

وبناء عليه لاحظنا وجود اختلاف بين الباحثين فيما يخص الخصائص العقلية فمنهم من يري اختلاف في نسبة ذكائهم مع المبصرين لا يؤكد وجود اعاقه عقلية أو تأخر و انما يدل على اختلاف في الفروق الفردية و هذا موجود لدى العاديين أيضا اذ تختلف نسبة الذكاء من شخص لآخر وبالتالي تختلف نسب الأداء وهناك من يرجح اختلاف نسبة الذكاء الى الاختبارات التي لا تتناسب بعض فقراتها مع الاعاقه البصرية و منهم من لاحظ وجود صعوبات لدى المعاقين بصريا كصعوبة تعلم المفاهيم و

اكتساب المعلومات البصرية كاملة و لكنهم يتفوقون في عمليات عقلية كالانتباه والذاكرة السمعية لأنهم يعتمدون على حاسة السمع كثيرا ولديهم القدرة على التخيل والتصور البصري.

ثانيا: السمات اللغوية:

من النادر أن نجد طفلا معاقا بصريا متمتع بحاسة سمع جيدة ولم ينمو لديه التواصل اللفظي بشكل فعال. فغياب البصر لا يعتبر حاجزا كبيرا أمام نمو اللغة والكلام، ولكن رغم ذلك فإن البحوث والدراسات في هذا المجال قد أوردت بعض الفروق بين كل من المعاقين بصريا والمبصرين في طبيعة اللغة والكلام، وإن هذه الفروق راجعة إلى أن المعاقين بصريا يعتمدون بشكل كبير على حاسة السمع والقنوات اللمسية في استقبال وتعلم اللغة والكلام، وهذا قد يؤدي إلى بعض القصور أو الاضطرابات في اللغة والكلام لديهم؛ لأن تعلم اللغة والكلام مرتبط أيضا ، إضافة إلى السمع بتتبع وملاحظة التلميحات الصادرة من المتحدث، وكذلك حركة الشفاه والتعبيرات الوجهية المصاحبة للكلام والتي يمكن للمبصر ملاحظتها وتقليدها، وبالتالي هذا يسهل عليه تعلم اللغة والكلام، في حين يصعب على المعاق بصريا ذلك، مما يؤدي إلى بطء في نمو اللغة والكلام لديه أو قصور واضطراب فيهما (سيسالم، 1997، ص 62) . كما أنه قد أشار (Muscle، ماسكل 2023) في هذا السياق ضمن سياسة الإدماج المدرسي والمساواة في الحقوق والفرص. التي تركز البحوث على الكتب التوضيحية الملموسة للأطفال الذين يعانون من إعاقات بصرية. في الواقع، تلعب الكتب التوضيحية دورًا منذ سن مبكرة في تطوير الوعي بالقراءة والكتابة (نيومان، 1999)، فهي أدوات للتبادل والمشاركة، سواء داخل دائرة الأسرة أو في المدرسة. في سياق الإدماج المدرسي، من المهم إذن أن يتمكن الأطفال الذين يعانون من إعاقات بصرية من الاستفادة من الكتب التوضيحية مثل أقرانهم المبصرين. ومع ذلك، هناك عدد قليل جدًا من الكتب التي تتكيف مع الإعاقة البصرية (Mascle، ماسكل 2023، ص311).

يوضح (كوافحة و عبد العزيز، 2010، ص 89) بأنه لا تؤثر الإعاقة البصرية تأثيرا مباشرا على اكتساب اللغة لدى المعاق بصريا ولكن يواجه المعوقون بصريا مشكلات في اكتساب اللغة غير اللفظية، فهم لا يستطيعون رؤية تعابير الوجه والإيماءات و الحركات الصادرة عن الآخرين، ولذلك فهم يواجهون مشكلات في التواصل معهم، وبالرغم من أنه لا توجد فروق بين المعاقين بصريا والعادين في طريقة اكتساب اللغة المنطوقة، إلا أنه يوجد اختلاف في طريقة كتابة اللغة، حيث يستخدم المعوقين بصريا طريقة برايل في الكتابة ويواجه المعوقون بصريا مشكلات في تكوين المفاهيم ومهارات التصنيف للموضوعات المجردة، خاصة مفاهيم الحيز والمكان والمسافة والألوان .

نستنتج مما سبق أن المعاقين بصريا لديهم استجابة سمعية أكثر اذ يعتمدون على الصوت أكثر من الذي يقرأه أو يكتبه ويدقق في الكلام والألفاظ من قبل الآخرين أكثر محاولة منه تعويض حاسة البصر ولو جزئيا فغياب اكتساب اللغة الغير منطوقة راجع لعدم قدرتهم رؤية الأحياء التي يصدرها الأفراد و التغييرات التي تحدث على مستوى الوجه لدى الأفراد من حوله والقدرة على التقليد والملاحظة مما يجعله يواجه صعوبة في التواصل ، أما بالنسبة للغة المنطوقة فلا توجد لها علاقة مباشرة مع البصر لكن يوجد اختلاف في الوسائل و الطرق المستعملة في الكتابة.

ثالثا: السمات الحركية.

لقد أشار ريان (1971) إلى أنه لا يوجد اختلاف في النمو الحركي للطفل المعلق بصريا ولاديا في الأشهر الأولى من حياته بشكل واضح عن النمو الحركي للطفل المبصر، حيث أن معدل نمو القدرة على الجلوس والتدحرج من وضع الانبطاح إلى وضع الاستلقاء لا يختلف بين الطفل المعاق بصريا وبين الطفل المبصر، ومع ذلك فإن بعض المهارات الحركية التي تتعلق بالحركة الذاتية للطفل مثل رفع الجسم، والجلوس في وضع معين والمشي باستقلالية تكون متأخرة لدى الطفل المعاق بصريا وذلك لارتباطها بقدرته على الثبات ودقة الحركة، وعندما يتمكن المعاق بصريا من الثبات والدقة في الحركة فإنه يكون أبطء في السرعة من الطفل المبصر فهو لا يتمكن من المشي باستقلالية الا في حوالي الشهر التاسع عشر من عمره، في حين أن الطفل المبصر يتمكن من المشي باستقلالية في حوالي الشهر الثاني عشر من عمره إضافة إلى ذلك هناك مشكلات أخرى يواجهها المعاق بصريا متعلقة بإتقان المهارات الحركية وتمثل هذه المشكلات في: التوازن- الوقوف والجلوس. - الاحتكاك- الاستقبال أو التناول. - الجري (عبيد، 2000، ص 157).

وقد أشار (كوافحة و عبد العزيز، 2010، ص 90) أن المعوقون بصريا يواجهون مشكلات في القدرة على الحركة بأمان من مكان إلى آخر بسبب عدم معرفتهم بالبيئة التي يتنقلون فيها وهذا ما يعرف بمهارة التعرف والتنقل ويظهر المعوقون بصريا مظاهر جسمية نمطية مثل تحريك اليدين أو الدوران حول المكان الموجود فيه الفرد المعاق أو شد الشعر أو غيرها من السلوكات النمطية. ومع أن الأطفال المعوقون بصريا لا يختلفون عن العاديين فيما يتعلق بتطور النمو الحركي لديهم إلا أن المشكلات في الإبصار تحد من قدرتهم على الوصول إلى الأشياء لأنهم لا يعرفون بوجودها.

بالإضافة لما سبق يواجه البعض منهم قصورا في التناسق الحركي ونقص في الخبرات البيئية الذي ينتج عن محدودية الحركة وعدم القدرة على المحاكاة والتقليد بسبب قلة الفرص المتاحة لتدريب المهارات الحركية وعدم القدرة على تكوين المفاهيم المجردة

كالمكان الموجود وصعوبة تقدير ومعرفة تفاصيل المكان وهذا ما يجعله مقيدا فلا يستطيع التحرر والمشي و الجري بحرية لأنه لا يعرف مكان وجود الأشياء

رابعا: السمات الجسمية: (C corporal Characteristics) إن النمو البدني والحركي عند المعاقين بصريا يعتبر نموا طبيعيا لا يتأثر بالإعاقة في مراحله المختلفة فهو يخضع لقوانين النمو العادية . إلا أن المشكلات التي تصاحب الإعاقة تكمن في الجوانب التالية :

1- بطء في التحرك من مكان إلى آخر.

2 - صعوبة في تحديد الاتجاهات والفراغات والمساحات والعوائق مما يعرضهم للاصطدام أو السقوط .

اعتمدت هذه الدراسة (Tsai et al) 2019 منهج الملاحظة لدراسة الاختلافات بين الأشخاص ضعيفي البصر (المجموعة أ) والأشخاص غير ضعيفي البصر (المجموعة ب) في الملاحة الصوتية. في هذه الدراسة، تم تنفيذ مهام الملاحة الصوتية المكانية الداخلية وأظهرت النتائج اختلافاً كبيراً بين المجموعتين في الملاحة الصوتية. استخدمت المجموعة أ بشكل متكرر المعالم الموجودة في البيئة للتوجه وأوصاف البيئة الداخلية. من ناحية أخرى، اعتبرت المجموعة ب نفسها مركزاً لوصف مسارات الملاحة الخاصة بها.

تضمنت تجربة هذه الدراسة أربع مراحل: أوصاف المهام، ولاستكشاف البيئة، واختبار المسار، والتسجيل الصوتي. خاضت كل من المجموعتين أ و ب (أربعة مشاركين لكل مجموعة) اختبار المسار. تم ترميز المشاركين من A1 إلى A4 للمجموعة أ ومن B1 إلى B4 للمجموعة ب. 3.1 المشاركون ضعيفو البصر (المجموعة أ) شارك في الاختبار الأربعة مشاركين الذكور (من A1 إلى A4) الذين يعانون من العمى الكامل. تم تسجيل مسار حركة المراحل الأربعة لكل مشارك. من بين المشاركين الأربعة، طلب المشاركون A4 إنهاء التجربة بسبب عدم الراحة الجسدية في مرحلة استكشاف البيئة. لذلك، تم إنهاء مشاركة A4 في المرحلة الثانية أما المشاركون غير ضعيفي البصر (المجموعة ب) فكانت هذه المجموعة تتمتع ببصر طبيعي شاركوا في الاختبار. نظراً لأن المشاركين الأربعة ذوي البصر الطبيعي استكشفوا البيئة بصرياً دون الحاجة إلى التحرك، فإن مسار حركتهم كان متطابقاً.

مال المشاركون ضعيفو البصر إلى استخدام عصيهم للتجول وجمع المعلومات عن البيئة تدريجياً. أما بالنسبة للمشاركين غير ضعيفي البصر، فقد تعرفوا على البيئة بسرعة و مباشرة باستخدام أعينهم. ، انخفضت مسارات حركة استكشاف المشاركين ضعيفي البصر بشكل كبير، وبالنسبة للمشاركين غير ضعيفي البصر، قاموا بعدد الخطوات المتخذة. في المرحلة الرابعة، أظهر المشاركون ضعيفو البصر اعتماداً أكبر على المعالم الثابتة في البيئة. أما بالنسبة للمشاركين غير ضعيفي البصر، فقد استخدموا

عدد الخطوات لوصف موقعهم والمسافة من نقاط المهمة. بالإضافة إلى ذلك، كان عدد الكلمات في الملاحظة الصوتية التي أنشأها المشاركون ضعيفو البصر ضعف عدد الكلمات التي أنشأها المشاركون غير ضعيفو البصر (Tsai et al ، تساي و آخرون ، 2019، ص ص 297-298) .

فيما يخص العمى والإدراك المكانية بالنسبة للأفراد المكفوفين، يُعد التوجه والملاحظة مهمتين معقدتين وغالبًا ما تسببان التوتر والإرهاق (نيلسون وآخرون، 2006). حتى عند استخدام كلب مساعد أو عصا بيضاء، عادةً ما تكون الملاحظة أكثر صعوبة عندما لا يكون المسار معروفًا مسبقًا. تختلف درجة الصعوبة اعتمادًا على العوامل البيئية مثل كثافة السكان والطقس والقيود المعمارية ووجود أو عدم وجود معالم مميزة. هناك اختلاف كبير بين الأفراد في إدراك هذه الصعوبات.

يجب على الأفراد المكفوفين منذ الولادة الاعتماد على حواس أخرى غير البصر لبناء تمثيلات مكانية (شينازي، وثرش، وشبات، 2016). يوفر العضو البصري الذي يعمل بشكل طبيعي مصادر متعددة للمعلومات (بما في ذلك المسافات القريبة والبعيدة) في إطار زمني قصير جدًا. يجب على الأفراد المكفوفين إعادة إنشاء هذه العملية عن طريق دمج المعلومات عبر حواس متعددة، بما في ذلك السمع واللمس والحس العميق. هذه عملية معرفية مكلفة وتستغرق وقتًا طويلاً.

بما أن الأفراد المكفوفين لا يمكنهم الوصول إلى المعلومات المتعلقة بالأشياء البعيدة (أوبراين وأوفرأي، 2014 ؛ بركس وتودوروف وتابلور إيكين ودي سوزا، 2016)، يجب عليهم دمج المعلومات بشكل تسلسلي، حيث تتوفر هذه المعلومات أثناء التنقل. على سبيل المثال، سيواجه الفرد الكفيف تجربة المشي على العشب، ثم على الطريق، ثم على الرصيف، بينما يستطيع الشخص المبصر استيعاب تتابع التضاريس دفعة واحدة وتكوين مشهد بصري شامل في لحظة.

لأن الأفراد المكفوفين يكتسبون المعلومات المكانية ويدمجونها بشكل تسلسلي، يميلون إلى تنظيم هذه المعلومات بطريقة أنانية، حيث يتذكرون مواقع العناصر المكانية بالنسبة إلى موضع أجسامهم (أرنولد، سبنس، وأوفرأي، 2017). على النقيض من ذلك، يميل الأفراد المبصرون إلى تنظيم تمثيلاتهم المكانية بشكل خارجي، بمعنى أن مواضع العناصر المكانية مشفرة بشكل مستقل عن موضع المراقب. يكتسب هذا التمييز، الذي تم تقديمه من قبل O'Keefe (و Nadel 1978)، بين الرؤية من منظور الشخص الأول (الأنانية، منظور يشبه الطريق) والرؤية من منظور الشخص الثالث (خارجية، منظور يشبه الخريطة) أهمية خاصة عند تطبيقه على قدرات التمثيل المكاني للأفراد المكفوفين والمبصرين.

قام (نوروزيج و Zuidhoek و Postma (2007) بدراسة خصائص التمثيلات العقلية للبيئات التي تم وصفها شفهيًا للمشاركين المكفوفين والمبصرين، إما كخريطة أو كطريق. استخدم المؤلفون مهمة تعرف مع التمهيد حيث عُرض على المشاركين أسماء عنصرين. إما أن تكون هذه العناصر موجودة أو غير موجودة في الوصف اللفظي الأولي للمشاهد. كانت مهمة المشارك هي الإشارة بأسرع وقت ممكن إلى ما إذا كان العنصر الثاني موجودًا في البيئة الموصوفة سابقًا. أظهرت النتائج أنه عندما كان العنصران موجودين في الوصف، لوحظ تأثير تمهيدي لدى كل من المشاركين المكفوفين والمبصرين، حيث كان وقت الاستجابة أسرع عندما كان العنصران المسميان قريبين مكانيًا من بعضهما البعض أكثر من وجودهما بعيدين. لم يُلاحظ هذا التأثير في أي من المجموعتين عندما كانت الكلمات قريبة في النص ولكنها بعيدة في المكان الموصوف في البداية. لذلك، خلص المؤلفون إلى أن الأفراد المكفوفين يمكنهم تكوين تمثيلات ذهنية مكانية غير لفظية لبيئات موصوفة شفهيًا، وأن هذه التمثيلات المكانية تحتوي على نفس المعلومات القياسية الموجودة لدى الأفراد المبصرين (Brunet et al.، برونرو وآخرون، 2018، ص ص 145-146).

3 - إن قيام المعاق بصريا ببسط يديه للأمام وثني ركبتيه عند المشي يسبب له بعض التشوهات القوامية مثل

* استدارة الكتفين : التجويف القطبي في فقرات أسفل الظهر.

* تصلب أربطة الركبتين (الشريف ، 2011، ص ص 327-328).

خامسا: السمات الأكاديمية:

- يشير (عساس ، 2021، ص 46) للخصائص الأكاديمية والتعليمية: يقصد بها (سعيد عبد العزيز) الوسائل والبرامج والأجهزة والأسس والمتطلبات التي يحتاجها الكفيف ولا بد منها، فهي غير تلك المستعملة عند المبصرين سواء في العملية التعليمية أم خارجها، وحتى أن هذه الوسائل تختلف بين المكفوفين أنفسهم؛ فالكفيف كليا يستعمل أدوات ووسائل مصممة بطريقة برايل، ولا يستطيع التعامل مع الحروف العادية، إلا إذا توفرت برامج ناطقة تحول له النص المكتوب بالخط العادي إلى كلام منطوق، في حين يستطيع ضعيف البصر أو الكفيف جزئيا قراءة المادة المكتوبة بالحروف العادية بما تبقى له من بقايا بصرية، شرط أن تتوفر لديه وسائل وأجهزة التكبير. وتواجه هذه الفئة مشكلات جمة كمشكلات أشكال معالجة المعلومات والصعوبة المتعلقة بالكتابة في مجال التعلم المعرفي. لا تتوقف خصائص الكفيف عند هذه المحطة، بل تتعداها إلى خصائص أخرى لا تقل أهمية عن سابقتها، كالخصائص الاجتماعية والنفسية ... وهذا للخصائص تختلف باختلاف المجال الموظف والميدان المعرفي المقصود.

تؤكد نيولاند (New land, 1986) أن العمليات التعليمية الرئيسية لدى الأطفال المكفوفين لا تختلف عن تلك التي يستخدمها الأطفال المبصرون باستثناء بعض المشكلات الخاصة المتعلقة ببعض أشكال معالجة المعلومات. أما تأثير الإعاقة البصرية على الأداء الأكاديمي فهو يعتمد أساساً على شدة الإعاقة البصرية والعمر عند الإصابة. ويرى يسليدايكوألجوزين (Ysseldyke, 1990) أن الإعاقة البصرية القابلة للمعالجة بالعدسات الطبية ليس لها تأثير كبير على الأداء الأكاديمي إذا اتخذت التدابير الصفية اللازمة مثل الإضاءة الخاصة ومكان جلوس الطفل في الصف، أما الأطفال الذين يعانون من إعاقة بصرية جزئية فهم بحاجة إلى مواد تعليمية الكتابة فيها مكبرة وواضحة وإلى معينات بصرية وغير ذلك من الأدوات وأخيراً فإن المكفوفين يحتاجون في العادة إلى استخدام بريل وهؤلاء الأطفال هم الذين يواجهون مشكلات أكاديمية جمة (الخطيب و الحديدي، 2009، ص 181).

استناداً لما سبق نرى وجود اختلاف عند الكفيف كلياً مع ضعيف البصر جزئياً و المبصر، يلزم استخدام منهج خاص وأحياناً على حسب كل فرد بالنسبة للمعاقين بصرياً و ضرورة الأخذ بعين الاعتبار درجة و شدة الإعاقة والسن، كلها تساعد في اختيار طرق التدريس المتبعة والوسائل المستعملة لكل حالة والكيفية المناسبة و الملائمة لاستقبال المعلومة وتسهيل التلقين وبالتالي كلها تساهم بشكل كبير في العملية التعليمية التعليمية .

سادساً: السمات الانفعالية والاجتماعية:

بصفة عامة ليس هناك خصائص انفعالية واجتماعية تميز المكفوفين المبصرون أن الخصائص التالية تحدث لبعضهم بسبب ظروف اجتماعية بنية مختلفة وقد تكون نتيجة اتجاهات الآخرين نحوهم:

- 1- يتساوى الكفيف مع المبصر في مفهوم الذات ولكن بعض حالات عدم الثقة بالنفس تعود إلى اتجاه الآخرين نحو الكفيف .
- 2- العوامل النفسية لا تتأثر بالإعاقة البصرية فنجد الكفيف يتمتع بالهدوء والاستقرار والتكيف الاجتماعي وروح الدعابة.
- 3 - يعاني الكفيف من الخوف والتردد بسبب عدم قدرته على التنقل الآمن وخوفه من الاصطدام أو السقوط. وهذا ما أشارت إليه (الحارثي، 2019، ص 527)، أن الطالبات المعاقين بصرياً دون النظر للإعاقة تعاني من تحديات الانتقال من البيئة المدرسية المحدودة من حيث المساحة و الطلبة و المعلمين وحتى الكتب المدرسية و الأنشطة التعليمية الى بيئات أكثر تعقيداً في الجامعات من حيث بعد مواقعها و اتساع المساحة و تعدد المباني وكثرة الطلبة واختلاف اتجاهات أعضاء هيئة التدريس.

وان كانت هذه التحديات الجامعية تواجه الطلبة المبصرين فانها تكون مضاعفة لمن لديهم مشكلات بصرية ،فانتقال الطالب المعاق بصريا الى الحياة الجامعية يعني تعرضه لبيئات أرضية متنوعة و مباني متباعدة .

يرى Many أن عملية الدمج لذوي الإعاقة البصرية لا تعني مجرد وضعه في الفصل الدراسي العادي ،انما يحتاج لرعاية واستفادة من خبرات و مناهج مقدمة لهم بصورة مناسبة ووقت ملائم.

4 - تصدر عن المكفوف بعض الحركات العشوائية كهز الساقين أو التلويح باليدين وغير ذلك.

5 - يلجأ بعض المكفوفين إلى استخدام حيل الدفاع النفسي لتبرير بعض تصرفاتهم الغير مقبولة ومن هذه الحيل النفسية(التبرير - التقمص - أحلام اليقظة) .

-من الناحية الاجتماعية فإن بعض المعاقين يعانون من صعوبات في التكيف نتيجة عزوفهم عن الانخراط في الجماعة،وهؤلاء يعانون منمشكلات مع الآخرين أكثر مما يعانونه من إعاقته ذاتها (كوافحة ، عبد العزيز، 2010، ص90).

نستنتج مما سبق أن المعوقين بصريا الذين تلقوا خدمات تربوية وتعليمية في المدارس العامة أكثر توافقا من الذين لم يسعفهم الحظ فأن هناك مستوى جيد من اللغة لديهم فلا يجدون مشكلة في التفاعل الاجتماعي وتبقى مشكلة لغة الجسد وتعبيرات الوجه والعيون والاشارات التي تزيد من عملية التواصل مع الآخرين، ذلك لوجود اختلاف عند المكفوفون عن المبصرين في الطرق و الوسائل التي يستعملها كل منهم في التواصل.

13- قياس وتشخيص الإعاقة البصرية:

يشير(Hallahan&Kauffman, 1992)أن هنالك بعض المؤشرات غير المطمئنة تصدر عن الطفل وهي تدل على وجود مشكلة بصرية عنده، والتي يجب أن ينتبه إليها الأهل والمعلمون في المدرسة وخصوصا عند الأطفال الذين لديهم مشكلات بصرية أقل حدة ومن هذه المؤشرات ما يلي:

1- احمرار العينين.

2- فرك العينين بشكل مستمر،

3- كثرة إدماء العينين

4-ظهور عيوب ظاهرة للعينين مثل الحول.

5- تكرار رمش العينين

6-تحاشي الضوء أو الطلب بزيادة الضوء

7- تقريب أو إبعاد الأشياء لرؤيتها .

8- الاصطدام بالأشياء بشكل متكرر

9-الشعور بالتعب بسرعة أثناء القراءة .

10- الصداع المستمر

11- كثرة الأخطاء في القراءة والكتابة .

12-مشكلات في التمييز بين الألوان.

13- صعوبة تلقف الأشياء التي ترمي باتجاهه.

14- وضع غير طبيعي للرأس أثناء المشي(كوافحة، عبد العزيز، 2010، ص86).

هذه بعض الأعراض التي يمكن أن تدل المعلم في الصف على أن المتعلم يعاني من مشكلة في القدرة على الابصار أما طرق قياس

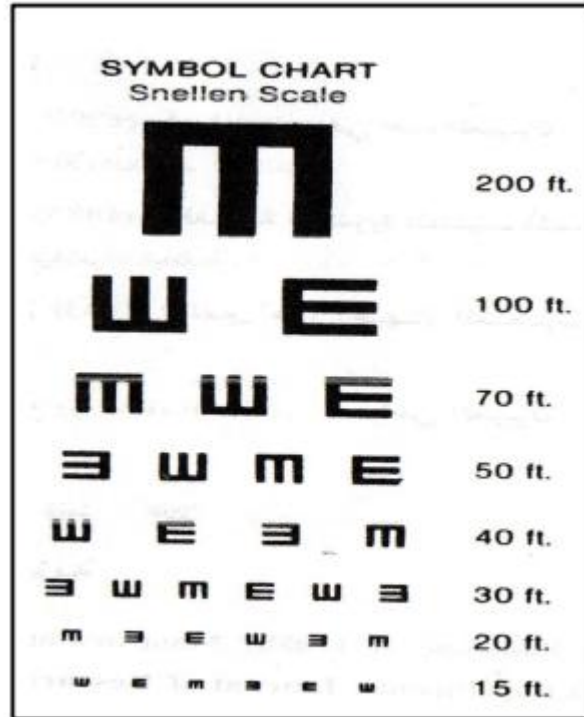
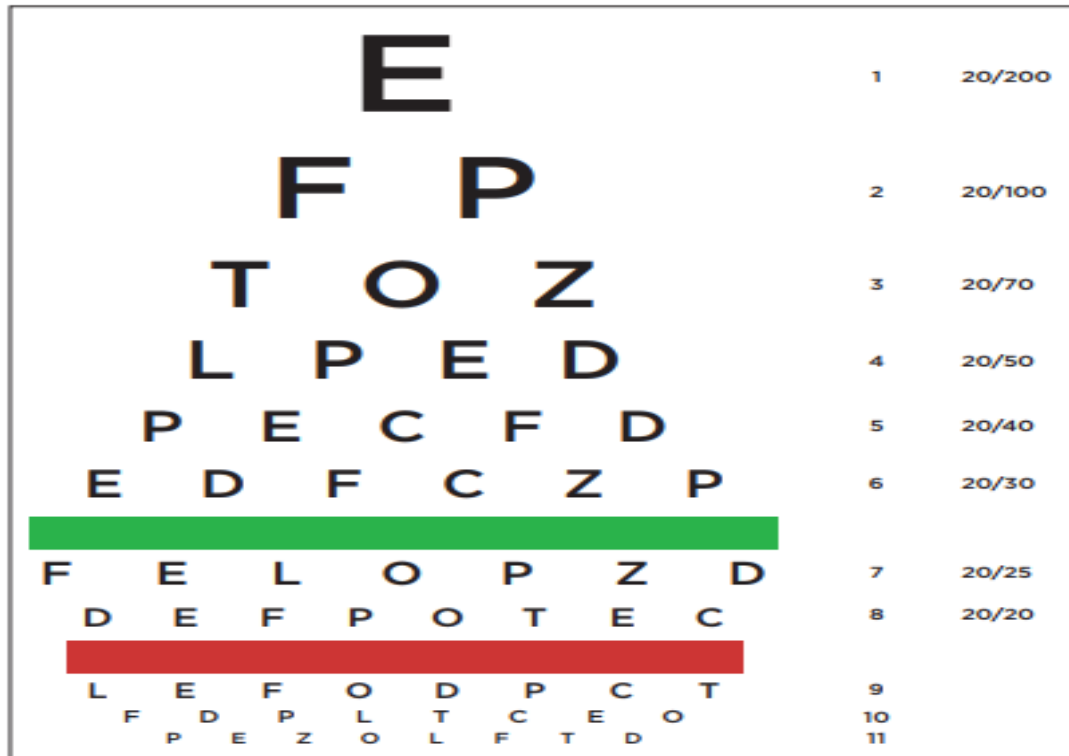
وتشخيص القدرة البصرية تكون كالتالي:

1-الطريقة التقليدية :لوحة سينلن تحتوي على حروف تكون مفتوحة على الجانب الأيمن أو الأيسر أو الى الأعلى أو الأسفل مختلفة

الأحجام ينظر إليها المتعلم بإحدى العينين وتحدد هنا حدة الإبصار.

الشكل رقم (9): يوضح لوحة سنيلن التي تحدد حدة الابصار

المصدر (الحديدي، 2014، ص 48)



Source: Wikipedia (n.d.).

FIGURE 7.4: Snellen chart in feet.

الشكل رقم (10) : يوضح لوحة سنلن لقياس حدة البصر

المصدر: (Ronel Ferreira&Maximus.sefotho, 2020, ص199)

2- الطريقة الحديثة: يقوم بها اختصاصي في البصر حيث يحدد نوع ومدى المشكلة البصرية باستخدام الأجهزة الحديثة لقياس وتشخيص القدرة البصرية.

وعليه تعد وظيفة الابصار التي تقوم بها العين من الوظائف الرئيسية للفرد في حياته اليومية وقياس وتشخيص المبكر للحالة يساعد كثيرا في تحسين الحالة .

هناك العديد من وسائل قياس وتشخيص الإعاقة البصرية التي يستخدمها الأطباء المتخصصون مثل اختبار باراجا واختبار فيرستنج الذي يقيس عدة جوانب من الإعاقة منها تأزر العين ، الشكل والأرضية، الوضع في الفراغ، العلاقات المكانية، إلا أن الاختبار الأكثر شيوعا في تحديد شدة البصر هو مقياس سنيلين المستخدم في عيادات العيون ، وهو عبارة عن لوحة مكونة من ثمانية صفوف بها دوائر ذات فتحات أو أحرف اللغة الإنجليزية ، ويوضع الشخص المفحوص على بعد ستة أمتار من اللوحة فإذا استطاع أن يحدد الفتحات الموجودة في الصف الأسفل فإن حدة إبصاره تكون 6/6 مما يعني أنه يتميز ببصر حاد . وإذا اقتصرت قدرته على رؤية فتحات الصف العلوي فمعنى ذلك أن حدة بصره 24/6 ويختص هذا المقياس بتحديد درجات ضعف البصر وليس له علاقة بالكفيف (الشريف، 2011، ص 328).

ومما سبق الذكر أن الطريقة التقليدية والمعروفة من قبل الباحثين والمتفق عليها هي لوحة سنيلين والطريقة الحديثة تتمثل في قياس وتشخيص القدرة البصرية لدى الأخصائي البصري حيث يحدد نوع ومدى المشكلة البصرية وذلك باستخدام الأجهزة الفنية الحديثة.

14-العوامل المؤثرة على الإعاقة البصرية: ان للإعاقة البصرية تأثير على الفرد ليس في جانب واحد و إنما في عدة جوانب وهي ليست درجة واحدة لهذا يختلف تأثيرها من فرد لآخر وبمتغيرات عدة كدرجة الإعاقة ودود فعل الفرد وأساليب تعامل الأولياء والعمر (الظاهر، 2008، ص159).

تتأثر الإعاقة البصرية بالسن التي حدثت بها، فالأطفال الذين فقدوا البصر قبل سن الخامسة، يختلفون عن الأطفال الذين فقدوا البصر بعد ذلك، وتتأثر بشدة الإعاقة، وبالظروف التأهيلية والأسرية، والقدرات الخاصة، ومن تلك العوامل :

- 1- درجة النظر : حيث أن درجة النظر تؤثر حسب شدتها، فيختلف ضعيف البصر عن الكفيف الكلي .
- 2- أسباب الإعاقة : إن بعض عيوب النظر تنتج عن أمراض جسمية لا تصيب العين وحدها، ولكنها تحتاج إلى علاج عام، كالتدريب الرئوي مثلا، وكذلك معرفة هل السبب وراثي، أو بيئي مكتسب.
- 3- السن عند حدوث الإعاقة: فمن أصيب في صغره، أو في السنوات الأولى من حياته، أو في كهولته يلقون مشاكل مختلفة، ويحتاجون إلى خدمات و أساليب مختلفة لتدريبهم .
- 4- كيفية حدوث الإعاقة : تحدث الإعاقة إما بشكل مفاجئ، أو تدريجي وببطء، والإعاقة المفاجئة تحدث صدمة للفرد لفقدانه أعلى حواسه، فيشعر نحو الإعاقة نفس شعور الجمهور العادي تجاه الإعاقة البصرية
- 5- حالة العين ومنظرها : حيث أن هذان العاملان لهما أهميتهما من الناحية العاطفية(شعبان ، 2010، ص 86).

15-البرامج التربوية للتلاميذ المكفوفين:

الجهات التي تقدمها لهاته الفئة هي:

*مراكز الإقامة العاملة للمعوقين بصريا. و مراكز التربية الخاصة النهارية للمعوقين بصريا.

* الصفوف الخاصة والملحقة بالمدرسة العادية.

كما يدرب الأطفال المكفوفين بطرق عديدة وباعتماد على ما يلي:

*الدليل المبصر وهو شخص يساعد الكفيف على الحركة والتنقل.

*الكلاب المرشدة التي تصطحب الكفيف إلى المدرسة أو مكان آخر.

*العصا البيضاء وتعمل بأشعة الليزر.

* النظارة الصوتية.

*الأجهزة الصوتية التي تعلق على عنق الكفيف وتعرفه بوجود عوائق في الطريق (تومي، 2016، ص 101).

16- الخدمات التربوية لذوي الإعاقات البصرية:

أولا :في البيت : هناك بعض الاعتبارات التربوية التي يجب على الوالدين مراعاتها في التعامل مع الطفل الكفيف منها :

- 1- التعامل معه بطريقة حسنة وعدم إشعاره بأنه معاق .

- 2- عدم استعمال الكلمات التي يعتمد فهمها على البصر عند التحدث معه. فمثلا لا نقول له (انظر) أو (كما تري) فإنمثل هذه العبارات تجرح مشاعره.
- 3- عدم وضع الطفل الكفيف في موقف المجيب على أسئلة محرجة كأن تسأله (هل تعرفني ؟) ولكن نحاول تنبيهه عند الدخول عليه أو عند مغادرة المكان الذي يجلس فيه ، وحاول أن نعرفه بنفسك بدلا من سؤاله.
- 4- تحدث معه بصوت عادى ولا داعي لرفع الصوت ظنا بأنه لا يسمع ، فالكفيف يمتلك حاسة سمع قوية قد تفوق العاديين.
- 5- يجب تدريبه على القيام بواجباته اليومية بالاعتماد على نفسه بارتداء الملابس وترتيب الفراش واستعمال الحمام واستخدامه فرشاة الأسنان.
- 6- عند تدريبه على التنقل لا تمسك بيده ودعه يحاول ذلك بنفسه مع توجيهاتك له (هناك كرسي أمامك ، انحرف يمينا، اصعد الدرج ، وغيرذلك).
- 7- زرع الثقة في نفسه عن طريق التعزيز المستمر والتشجيع المتواصل لما يحتله من إنجازات، وقد يكون التعزيز بالكلمة المشجعة أو بالتعزيز المادي أو بالضغط اللين على يده عند مصافحته .
- 8- عندما تصحبه إلى خارج المنزل حاول أن توضح له الشوارع والمنحنيات والاتجاهات وأنتتسير بجانبه تحدثه ولا تمسك يده كثيرا ، ودربه أيضا على عد خطواته للتعرف على الأماكن .
- 9- - عوده على استخدام الوسائل المعينة في التنقل مثل العصا العادية أو عصا الليزر (إذا توفرت) .

ثانيا :في المدرسة : هناك عدة اعتبارات للتعامل مع الطفل محدود البصر في الفصل منها :

- تقديم الطفل ضعيف البصر إلى الصف الأول في الفصل .
- تهيئة حجرة الدراسة من حيث الإضاءة الجيدة الغير مباشرة .
- وفي حالة الطفل الكفيف يتم تدريبه على استخدام الحواس الأخرى في الفهم كالسمع واللمس. ويجب تعليمه القراءة والكتابة بطريقة برايل أو بإحدى الوسائل الأخرى . هذا ويمكن للمعلم القيام بدور فعال وإيجابي في الجوانب التالية :
- 1-تقديم الخبرات التربوية بطريقة تناسب الطفل المعاق بصريا مثل :

* دعم سلوكه الاجتماعي وتعويد العادات السلوكية التي تتفق مع عادات وقيم المجتمع وتقاليده وتوجيه التلميذ

لممارسة الأنشطة الرياضية المحببة لديه والتي يستطيع مزاولتها.

*تعويد التلميذ الاعتماد على نفسه وعدم طلب المساعدة إلا في الحالات الضرورية

*تكليف التلميذ المعاق بأعمال داخل الفصل وفي المدرسة .

* مناداته التلميذ باسمه عند التحدث إليه أو طلب قيامه بمهمة .

* تعريف الكفيف بطرقات المدرسة وملاعها وتعويد على السير فيها .

* تنبيه الكفيف إلى أي تغيير يحدث داخل الفصل أو خارجه .

*التعاون مع المرشد الطلابي لتقديم أفضل الخدمات النفسية للمعاق. والتعامل مع الطفل المعاق كأنه طفل عادي .

2- توفير الفرص التعليمية المناسبة للتلميذ المعاق في الجوانب التالية :

* أن يقرأ المدرس ما كتبه على السبورة حتى يسمعه المعاق وغير المعاق، وأن يخرج كلامه بصوت عادي لا هو مرتفع ولا منخفض والتحلي بالصبر ومنح التلميذ المعاق فسحة من الوقت أكثر من زملائه عند الرد أو أداء الواجبات وفي الاختبارات يمكن استخدام الأسئلة الشفوية بدلا من التحريرية.

* استخدام الوسائل التعليمية الصوتية كالمسجلات ومكبرات الصوت، وإذا تعلق الأمر بمهارات بصرية يمكن كتابة

الكلام على السبورة بحروف كبيرة .

* عند إجراء تجارب في المعمل يفضل أن يقف التلميذ فريبا من مكان التجربة مراعاة الفروق الفردية بين العاديين والمعاقين بصريا، استخدام أسلوب التعزيز والتشجيع وإشعار الطفل بأن وجوده في الفصل يضفي سعادة عليه وعلى زملائه.

* استخدام أسلوب النشاطات الجماعية في المدرسة (مى الحديدي).والجدير بالذكر هنا أن العلماء توصلوا إلى ابتكار برنامج يساعد الكفيف على التعامل مع الحاسب الآلي يسمى برنامج جاوس ، (Jows)يعمل البرنامج على إصدار أصوات ناطقة لكل حرف من الحروف بحيث إذا ضغط الكفيف على حرف الألف يسمع صوتا يقول ألف.

كما قام أحد المختصين السوريين بتطوير هذا البرنامج عن طريق إجراء تعديلات في الماوس وإدخال نظام برايل على جهاز الحاسوب بما يمكن المعاق من التواصل مع العالم عن طريق الإنترنت ، وفيما يلي عرض لبعض أساليب التواصل مع المكفوفين (الشريف، 2011 ، ص ص330-332).

ومما سبق ذكره فان تواجد جملة من الاحتياجات التربوية التي يحتاجها المعاق بصريا لا تقتصر على البيت والاولياء فقط ولا على المدرسة والمعلمين لوحدهم بل يجب تتعدها الى وجود علاقة تعاون بين البيت و المدرسة و تنسيق برنامج بين الأولياء والمعلمين لتتبع حالة المعاقين بصريا والعمل على التحسين و التطوير ومساعدتهم على التواصل أكثر فيما بينهم ومع الآخرين .ان للمعاقين بصريا عدة طرق قد تكون لمسية أو سمعية لأنه يعتمد على الحواس كثيرا وقد تكون بطرق أخرى اجتماعية من خلال الكتابة في الأخير يبقى التواصل مع المكفوف أمر ضروري و أساسي يساعده في الاندماج و التحرر من الأفكار السلبية وهذا يجعله يحس بأهميته و دوره الفعال في الحياة فيساهم في بناء نفسه على الصعيد الشخصي و المهني والاعتماد على ذاته أكثر.

17-مناهج وأساليب تدريس التلاميذ المكفوفين:

إن تعلم الأطفال المكفوفين يعتمد على حد كبير على مدى العجز والقصور أو الضعف البصري لديهم، ووجود أية إعاقات مرافقة لإعاقاتهم البصرية كالتخلف العقلي أو القصور الحسي الحركي أو إعاقات في حاسة السمع، ويعتمد تعلمهم على مدى توفر إمكانات خاصة بطرق تعليمهم ومن هؤلاء الأطفال من يستطيع أن يلتحق بالمدارس العادية خاصة الأطفال الذين لا يعانون من صعوبات كبيرة في حاسة البصر(سعيد حسني العزة: 2000) ويمكنهم الاستفادة من جهود معلم التربية الخاصة ، أو من خلال تدريس المدرس العادي لهم بطرائق خاصة ومكيفة، وهناك إجراءات مقترحة لتعليم وتدريب الأطفال المعاقين بصريا منها ما يلي :

- الأخذ بعين الاعتبار أهمية الوالدين في عملية التعليم وأن دور المدرب أو المعلم مرحلي.
- إعطاء الطفل الكفيف خبرة حقيقية يستطيع من خلالها التفاعل بشكل لائق وجيد.
- الأخذ بعين الاعتبار بأن هؤلاء الأطفال لا يستطيعون التعلم بالتقليد بسبب قصورهم البصري لذلك فهم بحاجة إلى توضيح الأحداث اليومية لهم.
- يجب أن يكون التعليم متسلسلا ويخدم أغراضهم الدراسية وحتى الحياتية.
- الاستماع الجيد وطرح الأسئلة القليلة وإعطاء الأجوبة الكثيرة.
- ضرورة التواصل مع الطفل وتقديم إشارات سمعية له واستخدام الأصوات المشجعة و المطمئنة للكفيف، وتقديم التغذية الرجعية باستمرار (تومي، 2016، ص ص 99-100).

18-الوقاية من الاعاقة البصرية:

هناك عدة إجراءات وقائية لا بد من إتباعها لتجنب الإصابة بالإعاقة البصرية حسب (المعايطة و القمش والبواليز، 2000) وهي:

* التأكد من التاريخ الأسري لكل من الزوجين وخلوهم من حالات الإعاقة البصرية قبل الإنجاب .

* ضرورة تطعيم الأم الحامل ضد الحصبة الألمانية قبل الحمل .

* ضرورة توفير الغذاء الصحي الكامل للام.

* تجنب الأم الحامل الأشعة السينية .

* تجنب الأم الحامل تناول الأدوية والعقاقير إلا بأمر وإشراف الطبيب .

* الوقاية من الحوادث التي تصيب العين بأنواعها .

* العلاج السريع لحالات التراكوما ونقص الفيتامينات "A" المسبب لكف البصر وحالات الجذام.

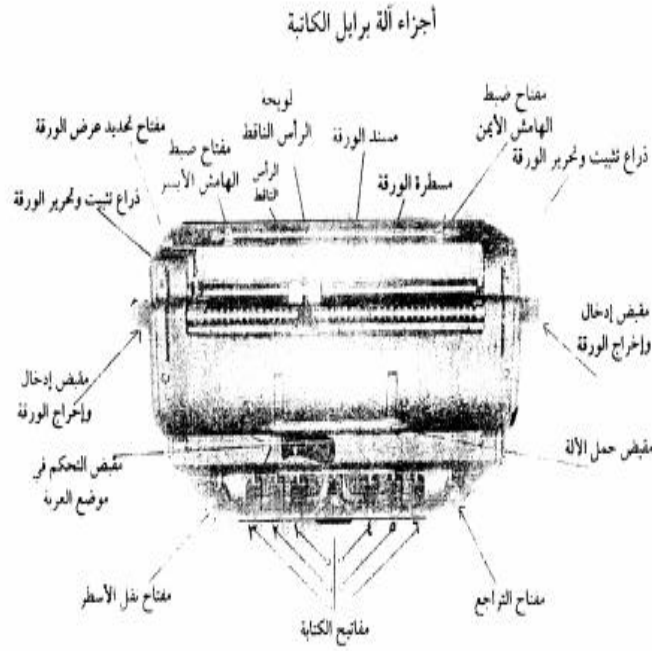
* الكشف المبكر لحالات أمراض العيون وعلاجها مما يخفف من حدة الإصابة والإعاقة (تمار، 2015، ص 177).

19-الأدوات الخاصة بالمعاقين بصريا:

يستخدم المعاقون بصرية العديد من الأجهزة والأدوات ومنها:

• آلة بريل (Brialle):

تعتبر آلة بريل الوسط الرئيسي الذي يستخدمه كثيرون من المكفوفين للقراءة، والة بريل هي نظام للقراءة من خلال اللمس حيث تعتمد على استخدام خلايا من ست نقاط، ويكتب المكفوفون من خلال استخدام آلة بريل للكتابة. كذلك يمكن استخدام اللوح والمغرز (المثقب) وذلك من خلال تثقيب الورقة، وتكتب المعلومات من اليمين إلى اليسار وعند القراءة تقلب الصفحة وتقرأ من اليسار إلى اليمين.



الشكل رقم (11): يوضح آلة برايل

المصدر: (الشريف، 2011، ص 449)

• الابتاكون (Optacon):

هو أداة للقراءة تستخدم تقنيات إلكترونية بالغة التعقيد تعمل على تحويل المادة المكتوبة إلى ذبذبات لمسية يستطيع الشخص المكفوف الإحساس بها بإصبع واحد. ولأن القراءة بالابتاكون ليست سريعة، فهي ليست بديلاً لآلة بديل (الخطيب والحديدي، 2009، ص 194).

• آلة الكتابة (البيركنز):

تسمى بآلة برايل للكتابة حيث تعمل هذه الآلة اليدوية التي تحتوي على ستة مفاتيح وهي تطبع الحروف والكلمات بلغة برايل وطريقة عمل هذه الآلة تقوم على ما يلي:

- يضع الكفيف الورقة بين فكي مفصله لها فرع علوي عبارة عن مسطرة معدنية مقسمة إلى خانات في صفوف ومفرغة وكل خانة مقسمة إلى ست أقسام تمثل أرقام من 1 وينتهي ب6 والتي من خلالها يعمل الكفيف على تكوين جميع الحروف وتحتوي المفصلة على فرع سفلي مقسم إلى خانات غير مفرغة في المسطرة مقابل الخانات الميت في المسطرة العليا ويعمل الكفيف على إقفال المفصلة على الورقة الخاصة بالطباعة والتي تكون سميكة ومن نوع خاص بحيث تظهر الحروف عليها بشكل بارز حتى يستطيع الكفوف أن بتلمسها وبالتالي معرفة الحروف والكلمات تتحرك هذه المسطرة على لوحة خشبية عريضة ثم يضع الكفيف القلم في وضع رأسيمبتدئا بالخانة الأولى في الصف الأول من اليمين ثم يقوم بالضغط على الورقة بالقلم من الرقم (1) إلى الرقم (6) ويستمر حتى تنتهي الصفوف على المسطرة ثم يبدأ بتحريك المسطرة إلى الأسفل ويقوم بتثبيتها وهكذا حتى ينتهي من الكتابة على الورقة كلها ، أما إذا أراد الكفيف التأكد من صحة ما كتبه فيقوم بتمرير أصابعه على النقاط البارزة على الورقة المطبوعة من اليسار إلى اليمين حيث يقوم بقراءة تلك الكلمات.

• المعداد الحساي:

يستخدم هذا المعداد من أجل إجراء العمليات الحسابية للمكفوفين ويتكون من ثلاثة عشر عمود بشكل متوازي ويقسم إلى جزأين علوي ويحتوي على كرة مثقوبة واحدة في كل عمود وسفلي ويحتوي على أربع كرات مثقوبة في كل عمود وتم مؤخرة إصدار وسيلة الكترونية حديثة بإجراء العمليات الحسابية عن طريق إصدار الأصوات.

• مواد التكبير:

تستخدم خصوصا من قبل الأفراد ضعيفي البصر حيث يحتاج الى تكبير الأحرف حتى يتمكن نسبة من المعاقين بصريا من قراءة الكلمات المطبوعة بما تبقى من القدرة البصرية لديهم، وهذه المعينات يحددها الطبيب لكل حالة وتشمل مواد التكبير أنواع تستخدم باليد (المكبر اليدوي)، ونوع آخر يوضع على قاعدة محمولة ويستخدم مع الأشخاص الذين لا يستطيعون التحكم في حمل المكبر اليدوي، وقد يستخدم البعض الميكروسكوب لرؤية الأشياء وقراءتها عن طريق تقريب المادة المقروءة.

• الحاسوب:

هو نظام لغوي يقوم على استخدام المعاقين بصريا للحاسوب كوسيلة للحصول على المعرفة عن طريق استخدام اللغة الصناعية، ويهدف مشروع اللغة الصناعية إلى تطوير نظام صوتي بديل عن نظام الصوت الإنساني الطبيعي حتى يساعد الأفراد من ذوي المشكلات اللغوية على تنمية مهارة الاتصال مع الآخرين كالمكفوفين والصم وغيرهم.

ويعمل الحاسوب على تحويل المواد المطبوعة إلى مواد منطوقة بطريقة لفظية ومسموعة ومن خلالها يستطيع المكفوفون الحصول على المعرفة بهذه الطريقة (كوافحة وعبد العزيز، 2010، ص ص 94-96).

واستنادا لما سبق نرى الأهمية الكبرى للمهارات التي من المناسب تنميتها للمعاقين بصريا والتي يجب العمل عليها :

- مهارة فن الحركة التنقل والامن.
- مهارة القراءة والكتابة بطريقة برايل.
- مهارة اجراء العمليات الحسابية والتدريب السمعي.
- مهارة استعمال الحاسوب.
- مهارة التفاعل الاجتماعي والمهارات الحياتية.

خلاصة

في ضوء ماسبق يتبين لنا أن هناك حاجة ماسة لتنفيذ خطة عمل صارمة ومحكمة ومدرسة لتطوير الخدمات التربوية التعليمية والتأهيلية للمعاقين بصريا من خلال دراسة الإعاقة البصرية من جميع جوانبها وكيفية الحد أو التقليل من حدوثها من خلال معرفة العوامل المؤدية لها ثم التطرق الى العمل على تطوير آليات الكشف و التشخيص المبكر للإعاقة البصرية وأخيرا إعادة النظر في البرامج والمناهج التعليمية على حسب درجة و شدة الإعاقة لدى الأفراد بحيث تتناسب مع هذه الفئة والعمل على دمج هذه الشريحة في المجتمع ليكون عنصرا فعالا فيه.

الفصل الخامس: الاجراءات المنهجية للدراسة الاستطلاعية

تمهيد

1- منهج الدراسة

2- أهمية الدراسة الاستطلاعية

3- الاطار الزماني و المكاني للدراسة الاستطلاعية

4- عينة الدراسة الاستطلاعية

5- خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية

6- أدوات الدراسة

7- وصف الأدوات

8- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة الاستطلاعية

تمهيد :

ككل الدراسات العلمية يتضمن هذا الفصل وصفا للاجراءات التي اتبعتها الباحثة في الدراسة الميدانية، بداية من إتباع منهج واضح ومناسب للوصول إلى أهداف الدراسة، وتحديد مجتمع الدراسة و عينتها، الى الأداة من تعريف ووصف لها، الى اجراءات تطبيقها على عينة الدراسة الى غاية الوصول الى استخدام الأساليب الإحصائية التي تتلائم مع نوعية الدراسة لمعالجة البيانات للتأكد من صحة الفرضية باثباتها أو نفيها.

1. منهج الدراسة :

إن مناهج البحث العلمي متعددة ومتنوعة ولا يمكن إنجاز أي بحث دون إعتداد منهج واضح يساعد على الدراسة وتحديد الإشكال، فالمنهج مجموعة من الخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق النتائج المرجوة من بحثه. وفي دراستنا هذه تم الاعتماد على المنهج الوصفي بإعتباره الأنسب في وصف درجة العلاقة بين المتغيرات وصفا كميًا، بغرض الحصول على نتائج علمية، ومن ثم يتم تفسيرها بطريقة موضوعية، بما يتناسب مع المنهج المتبع تماشيًا مع أهداف وفروض البحث وانسجامًا مع المعطيات الفعلية للظاهرة دون تدخل متعمد فيها، بل يكتفي الباحث بدراسة الأحداث والمواقف وتفسيرها تبعًا لمتغيراتها من أجل الوصول إلى استنتاجات تشبع فضوله وتجب عن تساؤلاته.

تعد هذه الدراسة من الدراسات الوصفية الارتباطية، تتمحور حول موضوع التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا، ودراسة العلاقة الارتباطية بين تلك المتغيرات للوصول الى تصور أعمق حول هذه الظاهرة عن طريق وصفها وتحليلها واستخدام المعالجات الإحصائية الملائمة للوقوف على المؤشرات والدلالة الإحصائية بين متغيرات التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا، لهذا اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الذي يحدد الظروف ويكشف العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم بالرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا، من خلال استخدام أدوات جمع البيانات وتحليل النتائج المتوصل إليها.

2. أهمية الدراسة الاستطلاعية:

ان التطرق الى الجانب التطبيقي للأطروحة يتطلب تحديد منهجية واضحة ومضبوطة، وماتحتويه من معطيات والتأكد من الخصائص السيكموترية لأدوات الدراسة قبل الشروع في اجراءات الدراسة الأساسية، ثم توزيع أدوات الدراسة المتمثلة كل من استبيان التفاؤل واستبيان التشاؤم واستبيان الرضا عن الحياة على عينة الدراسة، المتمثلة في فئة المعاقين بصريا بجمعية

المكفوفين حي سان شارل بوهران وجمعية الأمل للمكفوفين بصريا بتلمسان ،ثم قراءة تعليمات أدوات الدراسة وشرح طريقة الاجابة على بنود كل استبيان.

تكمّن أهمية الدراسة الاستطلاعية في التعرف على مكان اجراء الجانب التطبيقي للدراسة واستكشاف الميدان ،ثم تحديد وسائل وأدوات الدراسة التي يعتمد عليها الباحث في جمع المعطيات حول مجتمع الدراسة والقيام بجمع معلومات أولية حول امكانية تطبيقها على المكفوفين ومدى فعالية الاستمرار في تحقيق أهداف الدراسة ومن بين أهدافها:

- التعرف على جمعية المكفوفين بوهران و المكفوفين في جمعية تلمسان.
- التعرف على أفراد العينة وكيف يتم التعامل معهم المكفوفين بصريا و تقييم مدى استجابتهم.
- التعرف على الظروف التي سيتم اجراء البحث فيها ،والصعوبات التي ستواجهنا في أدوات الدراسة الأساسية .
- التحقق من صحة أدوات جمع البيانات التي تم اختيارها والتأكد من خصائصها السيكموترية من أجل استعمالها في الدراسة الأساسية.

- تحديد مجتمع الدراسة وضبط العينة.
- تحديد الوقت اللازم لتطبيق الأدوات المستعملة .
- التحقق من مدى ملائمة الاستبيانات و مدى فهم فئة المعاقين بصريا لبنودها وفقراتها .
- اكتشاف بعض الثغرات في اجراء و تطبيق الاستبيان من أجل تفاديها واصلاحها لاجراءها على الدراسة الأساسية .
- تحديد خطة تطبيق اجراءات الدراسة الأساسية.

3.الاطار الزماني و المكاني للدراسة الاستطلاعية:

أجريت الدراسة الاستطلاعية التي تضمنت زيارات ميدانية خلال الفترة الممتدة من 2023/03/19 إلى غاية 2023/06/20 على مستوى جمعية المكفوفين بصريا بوهران لتلاميذ المرحلة الثالثة ثانوي المزاولين لدراسهم بالتخصص العلمي و الأدبي و فئة الكهول العاملين و البطالين و المتقاعدين من المعاقين بصريا.

و أعادت الباحثة الاستبيان مرة أخرى بسبب تقارب الاجابات لدى الأفراد في المرة الأولى ومن أجل اعطاء اجابات أكثر مصداقية،قامت بتوزيع الاستبيانات مرة أخرى على عينة أخرى بتاريخ 2024/05/05 إلى غاية 2024/05/19 بالمنظمة الوطنية للمكفوفين الجزائريين اتحادية ولاية وهران حي سان شارل بوهران :منظمة جماهيرية تأسست غداة الاستقلال في 24 مارس 1963 بموجب المرسوم الرئاسي رقم 63 /200 المؤرخ في 08/03/1963،تعنى بالدفاع عن الحقوق المادية و المعنوية للمكفوفين بواسطة

مكاتبها الولائية و البالغ عددها حاليا 50 بين مكتب ولائي يسمى الاتحاد الولائي للمكفوفين و لجنة ولائية و تعد امتدادا طبيعيا للمكتب الوطني و اتحاد المكفوفين بولاية وهران احداها والمنظمة الوطنية للمكفوفين الجزائريين الاتحاد الولائي جمعية الأمل بتلمسان.

4. عينة الدراسة الاستطلاعية:

طبقت أدوات الدراسة على عينة مقصودة. وشملت ولاية وهران. قامت الباحثة بإجراء تطبيق أولي على عينة استطلاعية قوامها 30 (ذكور وأنثى)، تتراوح أعمارهم ما بين (18 و 55 سنة) ومن مستويات تعليمية مختلفة. طلبة وعمال و بطالين و متقاعدین وموظفين، طبقت عليهم مقاييس الدراسة بغرض التحقق من صلاحية الأدوات للتطبيق على أفراد العينة الكلية وذلك من خلال حساب صدقها وثباتها بالطرق الإحصائية الملائمة، والتأكد من مدى وضوح البنود وفهمها وتحديد الوقت اللازم لتطبيقها، حيث وجدت الباحثة أن تطبيق الاستبيان للتفاوض والتشاور كل منها من 5 الى 10 دقائق أما استبيان الرضا عن الحياة يستغرق من 10 الى 15 دقيقة، وبهذا يكون مجموع الوقت المستغرق لتطبيق كل الاستبيانات حوالي (20 الى 30 د) على الأكثر.

كما طبقت الباحثة أدوات الدراسة على عينة مقصودة استطلاعية للتحقق من صدق المقاييس والأدوات وثباتها للتحقق من خصائصها السيكومترية قبل تطبيقها نهائيا على عينة الدراسة الأساسية.

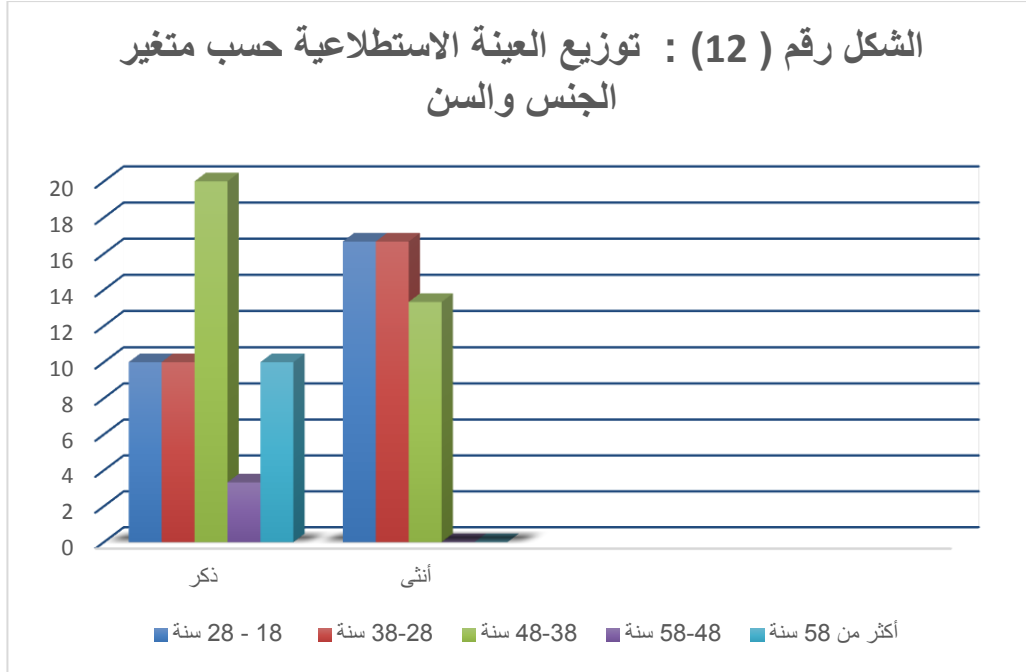
5- خصائص العينة الاستطلاعية للدراسة الحالية :

الجدول رقم (04): التوزيع التكراري لعينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس والسن

السن	28 - 18		38 - 28		48 - 38		58 - 48		أكثر من 58 سنة		المجموع	
	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%
ذكر	3	10	3	10	6	20	1	3.33	3	10	16	53.33
أنثى	5	16.67	5	16.67	4	13.33	0	0	0	0	14	46.67

المجموع	8	26.67	8	26.67	10	33.33	1	3.33	3	10	30	100
---------	---	-------	---	-------	----	-------	---	------	---	----	----	-----

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27



نلاحظ من الجدول رقم (04) أن عينة الدراسة الاستطلاعية تتكون من 30 مكفوفاً موزعين حسب الجنس و السن. بلغت نسبة الذكور في العينة 53.33%، بينما شكّلت الإناث 46.67%، أما فيما يخص التوزيع العمري، فإن أكبر نسبة تركزت في الفئة العمرية من 38 إلى 48 سنة بنسبة 33.33%، تليها الفئتان من 18 إلى 28 سنة ومن 28 إلى 38 سنة بواقع 26.67% لكل منهما. في المقابل، كانت الفئة العمرية من 48 إلى 58 سنة الأقل تمثيلاً، حيث لم تتجاوز 3.33% من إجمالي العينة، تليها فئة أكثر من 58 سنة بنسبة 10%، والتي تضم فقط الذكور.

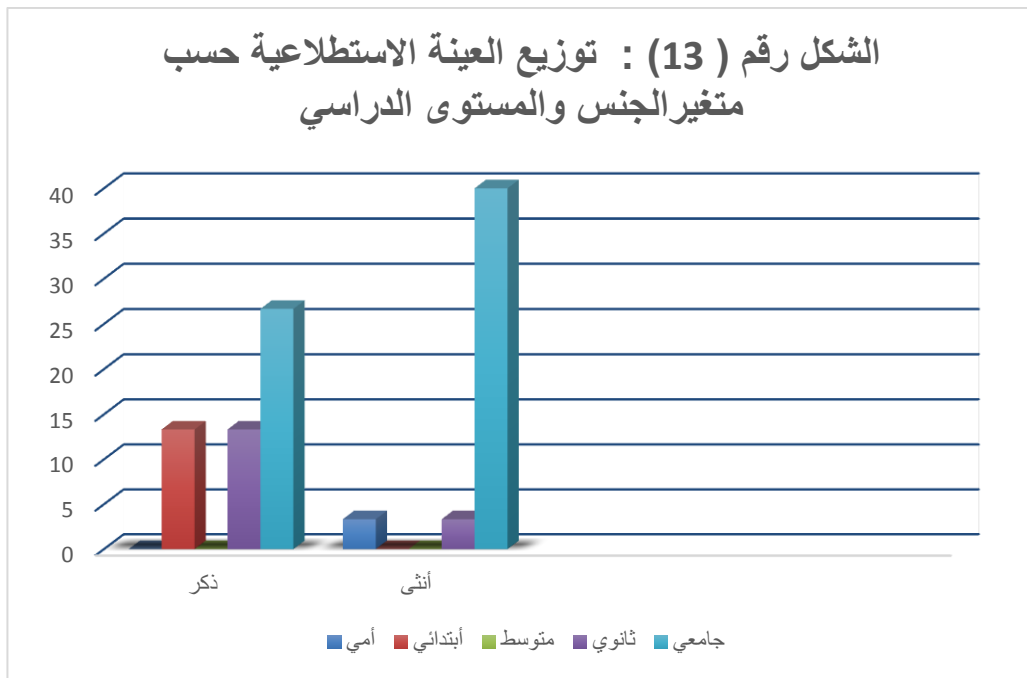
يتضح من خلال الجدول أن عدد الذكور يفوق عدد الإناث و أن عدد الذكور تنوع في مختلف الاعمار من 18 سنة الى أكثر من 58 سنة أما الإناث فتركزت الفئات العمرية بين 18 سنة الى 48 سنة.

الجدول رقم (05): التوزيع التكراري لعينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس والمستوى الدراسي

المستوى	أمي	ابتدائي	متوسط	ثانوي	جامعي	المجموع
---------	-----	---------	-------	-------	-------	---------

الدراسي	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%
ذكر	0	0	4	13.33	0	0	4	13.33	16	53.33	8	26.67
أنثى	1	3.33	0	0	0	0	1	3.33	14	46.67	12	40
المجموع	1	3.33	4	13.33	0	0	5	16.67	30	100	20	66.67

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27



يظهر الجدول رقم (05) توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب الجنس والمستوى الدراسي، حيث نلاحظ أن غالبية المبحوثين ينتمون إلى فئة التعليم الجامعي بنسبة 66.67%، يلها المستوى الثانوي بنسبة 16.67%، ثم المستوى الابتدائي بنسبة 13.33% في المقابل، نجد أن نسبة الأفراد غير المتعلمين ضئيلة جداً، حيث لم تتجاوز 3.33% من العينة.

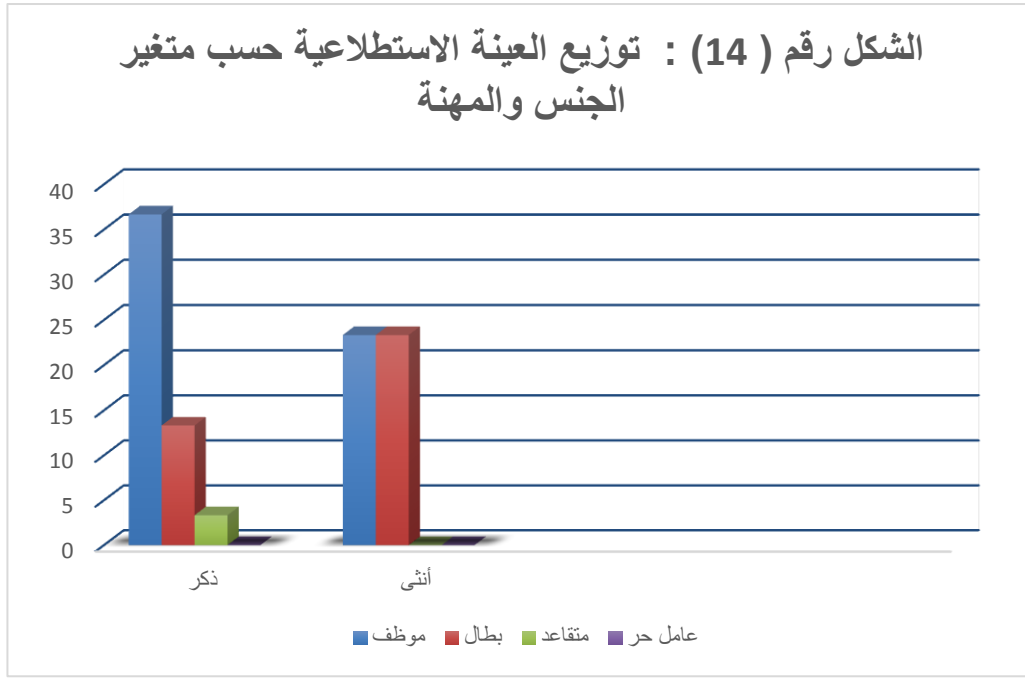
عند تحليل التوزيع حسب الجنس، نلاحظ أن نسبة الذكور المتعلمين في المستوى الجامعي بلغت 26.67%، بينما كانت نسبة الإناث في نفس المستوى أعلى حيث بلغت 40%، مما يشير إلى ارتفاع تمثيل الإناث في التعليم الجامعي مقارنة بالذكور. كما نلاحظ أن هناك 3.33% فقط من الإناث لم يحصلن على أي مستوى تعليمي، في حين لم يسجل الذكور أي حالة أمية في العينة.

يتبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن عدد الذكور أكثر من عدد الإناث و أن عدد الذين لديهم مستوى جامعي عند الإناث بنسبة أكثر من نسبة الذكور تليها مرحلة الثانوي و التي نجد فيها الأغلبية من فئة الذكور بينما نلاحظ وجود فئة الذكور في المستوى الابتدائي أكثر من الإناث و غياب الأمية عند الذكور لدى عينة المعاقين بصريا على غرار الإناث فقد سجلنا نسبة الأمية لدى البعض، كذلك لاحظنا عدم تواجد المستوى المتوسط عند الذكور والإناث معا.

الجدول رقم (06): التوزيع التكراري لعينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس والمهنة

المهنة / الجنس	موظف		بطل		متقاعد		عامل حر		المجموع	
	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%
ذكر	11	36.67	4	13.33	1	3.33	0	0	16	53.33
أنثى	7	23.33	7	23.33	0	0	0	0	14	46.67
المجموع	18	60	11	36.67	1	3.33	0	0	30	100

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27



يبين الجدول رقم (06) التوزيع التكراري لعينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس والمهنة، حيث نلاحظ أن النسبة الأكبر من المبحوثين يعملون كموظفين بنسبة 60%، مما يعكس أن أغلب العينة تنتمي إلى الفئة العاملة في القطاع الوظيفي. يليها فئة العاطلين عن العمل بنسبة 36.67%، مما يشير إلى نسبة بطالة مرتفعة بين أفراد العينة. أما فئة المتقاعدين، فقد شكلت نسبة 3.33% فقط، في حين لم يتم تسجيل أي أفراد يعملون في المهن الحرة ضمن العينة.

عند تحليل التوزيع حسب الجنس، نجد أن نسبة الموظفين الذكور بلغت 36.67% مقارنة بـ 23.33% لدى الإناث، مما يعكس تفوق الذكور في الوظائف مقارنة بالإناث. وعلى العكس، نجد أن نسبة البطالة لدى الإناث كانت مساوية تماما لنسبتها عند الذكور، حيث بلغت 23.33% لكل منهما. كما يظهر الجدول أن هناك فردا واحدا فقط من الذكور ضمن فئة المتقاعدين بنسبة 3.33%، بينما لم تسجل أي حالة تقاعد لدى الإناث.

6-أدوات الدراسة:

1-6-قائمة التفاوض و التشاؤم:

- القائمة العربية للتفاوض و التشاؤم من إعداد " احمد عبد الخالق" (1998). مقنن ومطبق في البيئة الجزائرية من إعداد أ. (بشير معمري، 2021 و قام بتطبيقه أ.مأمون عبد الكريم) مقياس القائمة العربية للتفاوض والتشاؤم يتكون من 15 بنداً، يجاب عنها

ضمن خمس بدائل هي. لا وتنال درجة واحدة قليلا وتنال درجتين و متوسطاتنال ثلاث درجات كثيرا وتنال أربع درجات وكثيرا جدا تنال خمس درجات

2-6- قائمة الرضا عن الحياة:

- قائمة الرضا عن الحياة من اعداد أ. (مجدي الدسوقي1996)تقنين بشير معمريهيتكون من 30 بندا ،يجاب عنها ضمن 4 بدائل ،لا وتنال درجة صفر ،قليلا تنال درجة واحدة ،متوسط تنال درجتين ،كثيرا تنال 3 درجات.

7-وصف الأدوات:

أ-القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم (عبد الخالق،1998)

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة ذات الصلة بالموضوع تم اختيار القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم (عبد الخالق،1998)و قائمة الرضا عن الحياة ل(مجدي الدسوقي،1996) نظرا لاستخدامهم في بحوث كثيرة ذات علاقة بهذه المتغيرات ب-طريقة تطبيق القائمة وتصحيحها وتقدير درجة المفحوص.

تنص التعليمات على أنه عند الإجابة على قائمة التفاؤل و التشاؤم/ عبد الخالق،و الذي قام بتطبيقها على عينة جزائرية أ بشير معمريه وأ.مأمون عبد الكريم ،بعد قراءة الباحثة للتعليمية و شرحها تبدا في قراءة العبارات لكل فرد على حدا و المطلوب منه الاجابة. نظرا لعدم قدرة فئة المعاقين بصريا على الابصار تضع الباحثة علامة x تحت واحد من الاختيارات الخمس وذلك حسب انطباق مضمون العبارة عليه من قبل الفرد.

ج-طريقة التصحيح و التفسير:

أما بالنسبة لطريقة تصحيح القائمة، فقد سبقت الإشارة إلى أن قائمة التفاؤل/ عبد الخالق تتكون من 15 بندا، يجاب عنها ضمن خمس بدائل هي. لا وتنال درجة واحدة قليلا وتنال درجتين و متوسطا تنال ثلاث درجات كثيرا وتنال أربع درجات وكثيرا جدا تنال خمس درجات.

..ويتم تقدير درجات عبارات القائمة للتفاؤل و التشاؤم على النحو التالي:

الجدول رقم (07) يوضح كيفية تقدير درجات عبارات القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم

البدائل	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا	كثيرا جدا

الأوزان	01	02	03	04	05
---------	----	----	----	----	----

أ- الخصائص السيكومترية الصدق و الثبات : (التفاؤل و التشاؤم)

- عينة التقنين. على البيئة الجزائرية (بشير معمري، 2021)

تكونت عينة التقنين من 498 فردا، منهم 242 ذكور و 256 إناث. تراوحت أعمار عينة الذكور بين 16 . 45 سنة. بمتوسط حسابي قدره 29.15 وانحراف معياري قدره 5.01 وتراوحت أعمار الإناث بين 15 . 46 سنة. بمتوسط حسابي قدره 27.25 وانحراف معياري قدره 5.11 وتم سحب العينتين (الذكور والإناث) من كليات جامعة الحاج لخضر باتنة، وشملت الطلبة والموظفين والأساتذة، ومن مراكز التكوين المهني والتكوين شبه الطبي بمدينة باتنة. تم تطبيق قوائم التفاؤل والتشاؤم من قبل الباحث شخصيا. واستغرقت عملية التطبيق من 11 أكتوبر 2009 إلى 30 جوان 2010.

جدول رقم (08) يوضح معاملات الصدق الاتفاقي مع مقاييس أخرى

المتغيرات	حجم العينة	معاملات الصدق
التفاؤل (عبد الخالق)	45	**0,59
	84	**0,41
التشاؤم (عبد الخالق)	88	**0,41
	88	**0,25

**دالة احصائية عند مستوى 0,01

أما بالنسبة لمعامل ثبات القائمة على البيئة الجزائرية كانت كمايلي:

جدول رقم (09) يوضح معاملات الثبات للقائمة في البيئة الجزائرية

المتغيرات	حجم العينة	معاملات الثبات
التفاؤل (عبد الخالق)	96	**0,70

معامل ألفا كرونباخ	90	**0,73
التشاؤم (عبد الخالق)	79	**0,61
طريقة اعادة تطبيق الاختبار (25) يوم		
معامل ألفا كرونباخ	79	**0,73

**دالة احصائية عند مستوى 0,01

يتضح من خلال الجدولين أن معاملات الصدق والثبات التي تم الحصول عليها، في قائمة التفاوض و التشاؤم، يتميزان بشروط سيكومترية مرتفعة على عينات من البيئة الجزائرية، مما يجعلهما صالحين للاستعمال بكل اطمئنان، سواء في مجال البحث النفسي أو مجال التشخيص العيادي.

❖ 8-حساب الخصائص السيكومترية للدراسة الحالية :

أ- قائمة التفاوض:

-الصدق:صدق المحكمين:أ. الصدق الظاهري(التفاوض)

للتحقق من صدق القائمة العربية للتفاوض تم عرضه على تسعة محكمين متخصصين في نفس المجال في علم النفس من بعضالجامعات الجزائرية وهي كالتالي: (جامعة تلمسان،جامعة وهران، جامعة الشلف، تيارت، مستغانم، الأغواط ، الجزائر،بلعباس،أم البواقي.) انظر الملحق رقم(4)،لابداء ملاحظاتهم حول فقرات القائمة،من حيث الصياغة و الملائمة و الوضوح للفقرات و بدائلها ،كما طلب من المحكمين ابداء ملاحظاتهم واقتراحاتهم وبناء عليها تم اجراء التعديلات اللازمة التي طلبها المحكمون .

وقد أسفرت هذه العملية عن إتفاق المحكمين على صدق بعض العبارات، و وجود تعديلات لبعضها الآخر مع إعادة صياغة البعض منها ،ليتم انهاء وخروج القائمة في صورتها النهائية كما هو وارد في الملحق رقم (2و3) وبالتالي أصبحتتمتع بالوضوح والدقة بما يسمح تطبيقه والجدول التالي يوضح تفاصيل التحكيم ومدى الإتفاق ونسبته المئوية حول فقرات القائمة . والجدول في قائمة الملاحق يوضح القائمة الإسمية للمحكمين حسب الدرجة العلمية والتخصص والمؤسسة التابع لها كل محكم.

طلبت الباحثة من اللجنة المحكمة إبداء رأيها في الفقرات والقائمة ككل من حيث :

➤ تناسق الفقرات.

➤ مدى تلائم الفقرات مع خصائص عينة الدراسة (المعاقون بصريا).

➤ مدى سلامة الصياغة اللغوية لفقرات القائمة.

➤ مدى ملائمة أوزان سلم التصحيح. وأظهرت نتائج التحكيم في الجدول التالي:

الجدول رقم (10) يوضح نتائج التحكيم في قائمة التفاؤل ونسبة إتفاق المحكمين

رقم الفقرة	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل	نسبة الإتفاق
01	تبدولي الحياة جميلة	ستكون الحياة جميلة	88.8
04	أنظر الى المستقبل على أنه سيكون سعيدا	أنظر الى المستقبل على أنه سيكون ملأه سعادة	77.77
07	ستكون حياتي أكثر سعادة	ستكون حياتي أكثر سعادة	88.88
08	أرى أن الفرج سيكون قريبا	أشعر أن الفرج آت قريبا	77.77
09	أتوقع الأحسن في الحياة	أتوقع حدوث الأفضل	88.88
10	أرى الجانب المشرق المضيئ من الحياة	أرى الأمور والأحداث من جانبها الايجابي	88.88
11	أفكر في الامور المبهجة المفرحة	أفكر في الأمور المفرحة	66.66
12	أرى أن الآمال والأحلام التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غدا	لدي اعتقادات أن الأحلام و الطموحات التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غدا	66.66
14	أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم	أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم	88.88

تم الإتفاق بين المحكمين على إبقاء بعض الفقرات من القائمة. وهناك بعض الفقرات المبينة في الجدول أعلاه التي أُجري عليها بعض التعديلات الطفيفة في بعض الألفاظ مع الإبقاء على سياق الجملة بما يتماشى مع اللغة السائدة والمعاني الرائجة في مجتمعنا وتغيير في الترتيب، حيث بلغت نسبة الإتفاق من 60% إلى 90%.

• ب- الصديق: لقد تم حساب صديق الاستبيان (التفاؤل) عن طريق حساب مايلي:

- صديق الاتساق الداخلي: تم قياس صديق الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للقائمة.

- الصديق التمييزي: تم قياسه بمقارنة متوسطات الدرجات بين المجموعتين العليا والدنيا باستخدام اختبار (ت).

صديق الاتساق الداخلي لعبارات استبيان التفاؤل:

الجدول رقم (11): يوضح معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية لاستبيان التفاؤل

رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
01	0.650**	0.001	دال
02	0.587**	0.001	دال
03	0.577**	0.001	دال
04	0.605**	0.001	دال
05	0.560**	0.001	دال
06	0.522**	0.001	دال
07	0.691**	0.001	دال
08	0.725**	0.001	دال
09	0.742**	0.001	دال

10	0.675**	0.001	دال
11	0.745**	0.001	دال
12	0.647**	0.001	دال
13	0.665**	0.001	دال
14	0.632**	0.001	دال
15	0.702**	0.001	دال
معامل الارتباط دال احصائيا عند مستوى الدلالة 0.05*			
معامل الارتباط دال احصائيا عند مستوى الدلالة 0.01**			

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27

نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لقائمة التفاضل كانت موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.001)، مما يشير إلى قوة العلاقة بين العبارات والقائمة ككل.

تتراوح قيم معاملات الارتباط بين (0.522) و(0.745)، حيث تظهر بعض العبارات ارتباطا أعلى من غيرها، مثل العبارة (11) التي سجلت أعلى قيمة ارتباط (0.745)، تليها العبارة (09) بقيمة (0.742)، مما يدل على أن هذه العبارات لها تأثير كبير في قائمة التفاضل. وعليه تشير هذه النتائج إلى تجانس العبارات واتساقها مع المفهوم العام للتفاضل، مما يدعم صدق القائمة في قياس الظاهرة المستهدفة وبالتالي يمكن الاعتماد على هذه القائمة في الدراسة الأساسية.

الصدق التمييزي لقائمة التفاضل:

الجدول رقم (12) يوضح الصدق التمييزي لقائمة التفاضل

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
----------	-------	-----------------	-------------------	----------	---------------	-------------------

دال	0.001	-8.125	6.59630	49.8000	10	المجموعة الدنيا
			2.58199	68.0000	10	المجموعة العليا

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27

يوضح الجدول رقم (12) نتائج الصديق التمييزي لقائمة التفاضل، حيث تمت مقارنة متوسطات الدرجات بين المجموعة الدنيا (الأفراد ذو الدرجات الأقل) والمجموعة العليا (الأفراد ذوو الدرجات الأعلى)

حيث نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا بلغ 49.80 مع انحراف معياري قدره 6.60، بينما كان المتوسط الحسابي للمجموعة العليا 68.00 مع انحراف معياري أقل بلغ 2.58، كما أظهرت قيمة (ت) البالغة -8.125 أن الفرق بين المجموعتين كبير ودال إحصائيًا عند مستوى 0.001، مما يعكس قدرة القائمة على التمييز بين الأفراد ذوي المستويات المختلفة من التفاضل. وبالتالي النتائج تدعم الصديق التمييزي للقائمة، ويمكن اعتماده كأداة قياس موثوقة في الدراسة.

- الثبات: لقد تم حساب ثبات القائمة (التفاضل) بواسطة:

1. ألفا كرونباخ.

2. التجزئة النصفية.

- قيمة ألفا كرونباخ لقائمة التفاضل:

الجدول رقم (13): يوضح قيمة معامل ألفا كرونباخ لقائمة التفاضل

عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
15	0.899

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27

يشير الجدول رقم (13) إلى أن معامل ألفا كرونباخ لقائمة التفاضل بلغ 0.899، وهو مستوى مرتفع يدل على درجة عالية من الاتساق الداخلي بين العبارات، مما يعكس ثباتاً جيداً لقائمة. وبذلك، يمكن اعتبار القائمة موثوقة للاستخدام في الدراسة الأساسية.

– الثبات بالتجزئة النصفية لقائمة التفاضل:

الجدول رقم (14): يوضح معامل الثبات بأسلوب التجزئة النصفية لقائمة التفاضل

المقياس	عدد البنود	العبارات	معامل الارتباط قبل التصحيح	معامل الارتباط بعد التصحيح (سبيرمان-براون)
أداة التفاضل	15	العبارات الزوجية (7)	0.800	0.889
		العبارات الفردية (8)		

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27

يظهر الجدول رقم (14) أن معامل الثبات بأسلوب التجزئة النصفية لقائمة التفاضل كان مرتفعاً، حيث بلغ 0.800 قبل التصحيح وارتفع إلى 0.889 بعد التصحيح باستخدام معادلة سبيرمان-براون. وهذا يدل على درجة عالية من الثبات في القائمة وهو صالح للدراسات المتعلقة بالمجال البحث.

❖ ب - الخصائص السيكومترية لقائمة التشاؤم:

-الصدق:صدق المحكمين:أ. الصدق الظاهري:(التشاؤم)

الجدول رقم (15) يوضح نتائج التحكيم في قائمة التشاؤم ونسبة إتفاق المحكمين

رقم الفقرة	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل	نسبة الإتفاق
01	تعلمت من الخبرة أن الحياة سوادكالليل المظلم	خبرتي في الحياة علمتني أن الدنيا	66.66

	سوداء كالليل المظلم		
02	حظي قليل في هذه الدنيا	أرى أن حظي قليل في هذه الدنيا	77.77
03	أشعر أنني أتعس مخلوق	أتوقع التعاسة	66.66
04	سيكون مستقبلي تعسا	أشعر أن مستقبلي سيكون مظلما	77.77
06	مكتوب على الشقاء	أتنبأ بأنه مكتوب علي الشقاء و سوء الطالع	66.66
09	يخيفني ما يمكن أن يحدث لي في المستقبل من سوء حظ	حظي سيكون سيئ	66.66
10	أتوقع أن أعيش حياة تعيسة في المستقبل	أتوقع أني سأعيش حياة تعيسة في المستقبل	77.77
11	لدي شعور قوي بأنني سأفارق الأحبة قريبا	لدي شعور بأنني سأفارق الأحبة قريبا	77.77
13	أشعر بأن كل المصائب خلقت من أجلي	أشعر أن كل المصائب تأتي على رأسي	77.77
14	يبدو لي أن المنحوس منحوس مهما حاول أن يكون غير ذلك	يبدو لي أن المنحوس منحوس سيلازمه النحس مستقبلا	66.66

صدق الاتساق الداخلي لعبارات قائمة التشاؤم:

الجدول رقم (16): يوضح معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية لقائمة التشاؤم

رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
01	0.661**	0.001	دال
02	0.716**	0.001	دال

03	0.761**	0.001	دال
04	0.645**	0.001	دال
05	0.781**	0.001	دال
06	0.560**	0.001	دال
07	0.794**	0.001	دال
08	0.448*	0.013	دال
09	0.621**	0.001	دال
10	0.520**	0.001	دال
11	0.562**	0.001	دال
12	0.527**	0.003	دال
13	0.719**	0.001	دال
14	0.444*	0.014	دال
15	0.368*	0.045	دال
معامل الارتباط دال احصائيا عند مستوى الدلالة 0.05*			
معامل الارتباط دال احصائيا عند مستوى الدلالة 0.01**			

المصدر: spss27 من اعداد الباحثة بواسطة برنامج

يظهر لنا الجدول رقم (16) أن معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للقائمة جميعها دالة إحصائية، مما يعزز من صدق الاتساق الداخلي للقائمة. القيم المرتفعة تعكس قوة العلاقة بين العبارات والقائمة ككل، مما يشير إلى أن القائمة تتمتع بتجانس داخلي جيد. في المقابل، توجد بعض القيم الأقل نسبياً، لكنها تبقى ضمن الحدود المقبولة، مما يعني أن جميع العبارات تساهم في

قياس الظاهرة المستهدفة، وإن كان بدرجات متفاوتة. وعليه تدل هذه النتائج على أن القائمة قادر على تقييم التشاؤم بشكل متسق، مما يدعم اعتماده كأداة قياس موثوقة في الدراسة.

- الصديق التمييزي لقائمة التشاؤم:

الجدول رقم (17): يوضح الصديق التمييزي لقائمة التشاؤم

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
المجموعة الدنيا	10	15.9000	1.19722	-6.647	0.001	دال
المجموعة العليا	10	32.7000	7.90288			

spss27 المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج

يبين الجدول رقم (17) أن قائمة التشاؤم يتمتع بقدرة تمييزية جيدة، حيث يوجد فرق جوهري بين المجموعتين العليا والدنيا في درجات التشاؤم. فقد سجلت المجموعة الدنيا متوسطاً حسابياً قدره 15.90 بانحراف معياري 1.20، في حين حققت المجموعة العليا متوسطاً أعلى بلغ 32.70 بانحراف معياري 7.90. كما أظهرت قيمة (ت) البالغة -6.647 أن هذا الفرق دال إحصائياً عند مستوى 0.001، مما يشير إلى أن القائمة يميز بوضوح بين الأفراد ذوي المستويات المختلفة من التشاؤم. وبناءً على هذه النتائج، يمكن القول إن القائمة تتمتع بصديق تمييزي مرتفع، مما يمكن استخدامه في الدراسة الأساسية.

- قيمة ألفا كرونباخ لقائمة التشاؤم:

الجدول رقم (18): يوضح قيمة معامل ألفا كرونباخ لقائمة التشاؤم

عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
15	0.858

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27

يُبين الجدول رقم (18) أن معامل ألفا كرونباخ في قائمة التشاؤم بلغ 0.858، مما يدل على مستوى عالٍ من الاتساق الداخلي بين العبارات. ويشير هذا إلى ثبات جيد للقائمة، مما يؤكد صلاحيته وموثوقيته لتوظيفه في الدراسة الأساسية.

- الثبات بالتجزئة النصفية لقائمة التشاؤم:

الجدول رقم (19): يوضح معامل الثبات بأسلوب التجزئة النصفية لقائمة التشاؤم

المقياس	عدد البنود	العبارات	معامل الارتباط قبل التصحيح	معامل الارتباط بعد التصحيح (سييرمان-براون)
أداة التشاؤم	15	العبارات الزوجية(7)	0.814	0.898
		العبارات الفردية(8)		

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27

يوضح الجدول رقم (19) أن معامل الثبات بأسلوب التجزئة النصفية لقائمة التشاؤم بلغ 0.814 قبل التصحيح، وارتفع إلى 0.898 بعد التصحيح باستخدام معادلة سييرمان-براون، وعليه تعكس هذه القيم درجة عالية من الثبات، مما يشير إلى موثوقية القائمة في قياس التشاؤم بدقة.

2 - قائمة الرضا عن الحياة :

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة ذات الصلة بالموضوع تم اختيار قائمة مجدي الدسوقي لقياس الرضا عن الحياة نظرا لاستخدامه في بحوث كثيرة ذات علاقة بهذا المتغير.

-وصف قائمة الرضا عن الحياة :

أعد هذه القائمة مجدي محمد الدسوقي 1998 ونشرها ضمن بحث له حول أبعاد الرضا عن الحياة وعلاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة من الراشدين صغار السن". وتتكون القائمة من 30 بنداً تقيس أبعاد الرضا عن الحياة. يجاب عنها بأسلوب تقرير (مجدي محمد الدسوقي، 1998) قائمة الرضا عن الحياة وقام بتقنيها على عينة من الجزائريين (بشير معمري، 2021 ص

ص119-125)

ألف في مجمله من 30 عبارة تقيس عدة أبعاد وهي:

بعد السعادة : مكون من 7 عبارات.

بعد الاجتماعية: مكون من 5 عبارات

بعد الطمأنينة وهو مكون من (6) فقرات.

بعد الاستقرار النفسي وهو مكون من (3) فقرات.

بعد التقدير الاجتماعي وهو مكون من (6) فقرات.

بعد القناعة وهو مكون من (3) فقرات.

وقد وزعت درجات فقرات المقياس على النحو التالي:

0 = لا

1= قليلا

2= متوسطا

3= كثيرا

جدول رقم (20) :يوضح توزيع فقرات قائمة الرضا عن الحياة على الأبعاد

البعد	الفقرات
السعادة	15-11-9-8-7-3-1
الاجتماعية	.28-22-18-16-14
الطمأنينة	.30-29-25-23-20-19
الاستقرار النفسي	12-5-2
التقدير الاجتماعي	.27-26-24-21-6-4

القناعة	17-13-10
---------	----------

-طريقة تطبيق القائمة وتصحيحها وتقدير درجة المفحوص (الرضا عن الحياة).

تم تطبيق قائمة الرضا عن الحياة (الدسوقي) في الحصص الدراسية، سواء لطلاب الجامعة . أما بالنسبة للموظفين والعمال الأحرار و المتقاعدين فقد أجابوا على الاستبيانات عند الالتحاق بالجمعية . وكان عدد المفحوصين في كل تطبيق يتراوح بين 10 إلى 20 فردا. مما جعل الباحث يتحكم في العملية من حيث مراقبته لفهم أفراد العينة لتعليمات القائمة وطريقة الإجابة عن بنودها. وكان يطلب منهم الإجابة بكل اهتمام وجدية، لأن ذلك سيفيد في صدق وموضوعية هذه الدراسة. وكان الوقت المستغرق في كل جلسة للإجابة على قائمة الرضا عن الحياة (الدسوقي) والاستبيانات التي طبقت معها لحساب الصدق الاتفاقي والتعارض والثبات يتراوح بين 10 - 15 دقيقة.

وتنص التعليمات على أنه عند الإجابة على القائمة، يطلب من المفحوص أن يضع علامة x تحت واحد من الاختيارات الأربعة السابقة وذلك حسب انطباق مضمون العبارة عليه وقد قامت الباحثة بوضع العلامة بسبب عدم قدرة هذه الفئة على القيام بذلك. أما بالنسبة لطريقة تصحيح القائمة، فقد سبقت الإشارة إلى أنها تتكون من 30 بندا يجب عنها ضمن أربعة بدائل أو اختيارات هي : لا وتنال صفرا، قليلا وتنال درجة واحدة، متوسطا وتنال درجتين، كثيرا وتنال ثلاث درجات.

ويتم تقدير درجات عبارات قائمة الرضا عن الحياة على النحو التالي:

الجدول رقم (21): يوضح تقدير درجات عبارات قائمة الرضا عن الحياة

البدائل	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
الأوزان	00	01	02	03

-الخصائص السيكومترية لقائمة الرضا عن الحياة:

تقنين قائمة الرضا عن الحياة على البيئة الجزائرية (لبشير معمريّة)

عينة التقنين: تكونت عينة التقنين من 427 فردا ؛ منهم 203 ذكور و 224 إناث.

تراوحت أعمار عينة الذكور بين 15 . 40 سنة. بمتوسط حسابي قدره 22.05 وانحراف معياري قدره 5.26 وتراوحت أعمار الإناث بين 15 . 40 سنة. بمتوسط حسابي قدره 20.65 وانحراف معياري قدره 4.87 وتم سحب العينتين (الذكور والإناث من تلاميذ

الفصل الخامس:

الاجراءات المنهجية للدراسة الاستطلاعية

وتلميذات مؤسسات التعليم الثانوي بولاية باتنة، ومن كليات جامعة الحاج لخضر - باتنة، وشملت الطلبة والموظفين والأساتذة، ومن مراكز التكوين المهني والتكوين شبه الطبي بمدينة باتنة.

تم تطبيق قائمة الرضا عن الحياة، من قبل الباحث شخصيا. واستغرقت عملية التطبيق من 11 أكتوبر 2010 إلى 30 ماي 2011
تم حساب معامل الصدق التمييزي واستعمل المقارنة الطرفية للمقارنة بين عيّنتين تم سحبهما من طرفي الدرجات العليا للذكور و
للإناث :

جدول رقم(22) :يوضح حساب معامل الصدق التمييزي للذكور :

المتغير	العيينة العليا ن =19		العيينة الدنيا ن=19		قيمة " ت "
	م	ع	م	ع	
الرضا عن الحياة (الدسوقي)	72.37	6.95	43.79	6.42	12.82**

**دالة احصائية عند مستوى 0.001

جدول رقم(23) يوضح حساب معامل الصدق التمييزي للإناث :

المتغير	العيينة العليا ن =21		العيينة الدنيا ن=21		قيمة " ت "
	م	ع	م	ع	
الرضا عن الحياة (الدسوقي)	75.72	5.84	48.05	6.41	14.16**

**دالة احصائية عند مستوى 0.001

لقد تبين من خلال قيم "ت" أن القائمة تتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين و المنخفضين في الرضا عن الحياة ما يجعلها
تتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الذكور وعينة الإناث

وتم حساب الثبات بطريقتين: طريقة اعادة التطبيق بعد أسبوعين ومعامل ألفا كرونباخ

جدول رقم (24): يوضح حساب معامل الثبات للذكور والاناث

نوع معامل الثبات	جنس العينات	حجم العينات	معاملات الثبات
طريقة اعادة التطبيق بعد أسبوعين	ذكور	42	**0.742
	اناث	37	**0.723
معامل ألفا كرونباخ	ذكور	42	0.914
	اناث	37	0.824

خلصت النتائج من خلال الجدول أن قائمة الرضا عن الحياة يتميز بشروط سيكومترية مرتفعة على عينات من البيئة الجزائرية ما يجعلها صالحة للاستعمال بكل اطمئنان في المجال النفسي أو التشخيص العيادي مما يمكننا من استعمالها في هذه الدراسة

❖ ج- الخصائص السيكومترية لقائمة الرضا عن الحياة في الدراسة الحالية :

-الصدق:صدق المحكمين:أ. الصدق الظاهري:(الرضا عن الحياة)

الجدول رقم (25) يوضح نتائج التحكيم في قائمة الرضا عن الحياة ونسبة إتفاق المحكمين

رقم الفقرة	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل	نسبة الإتفاق
01	أنا أسعد حالا من الآخرين	أنا أسعد انسان مقارنة بالآخرين	77.77
03	ظروف حياتي ممتازة	أعيش في مستوى معيشي جيد	77.77
04	في معظم الأحيان تقترب حياتي من المثالية	أشعر أنني مثالي	77.77
05	أنا راض عن حياتي	أنا راض عن ظروف في الصحية	88.88
06	أشعر بالثقة اتجاه سلوكي الاجتماعي	أثق في تصرفاتي وسلوكي مع الآخرين	88.88

10	حصلت حتى الآن على الأشياء المهمة في حياتي	66.66	حققت حتى الآن أشياء مهمة في حياتي
11	أشعر أنني موفق في حياتي	88.88	أشعر أن حياتي تسير بشكل جيد
12	أشعر بالبهجة والتفاؤل اتجاه المستقبل	8.88	لدي تفاؤل اتجاه مستقبلي
13	أنا راض عن ما وصلت اليه	88.88	أنا راض بما حققته لحد الآن
14	أميل الى الضحك وتبادل الدعابة	88.88	أمتلك روح الدعابة
15	أشعر بالرضا والارتياح عن ظروف حياتي	88.88	أنا راض عن ظروف حياتي
16	أقبل الآخرين و أتعاش معهم كما هم	88.88	أقبل الآخرين و أتعاش معهم كما هم
17	أعيش في مستوى حياة أفضل مما كنت أتمناه وأتوقعه	66.66	أعيش حياة أفضل مما كنت أتوقع و أتمنى
18	أشعر بالسعادة لوجود علاقات طيبة تربطني مع الآخرين	88.88	أشعر بالسعادة لوجود علاقات طيبة تربطني مع الآخرين
22	يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح والمرح	66.66	أتسامح مع الآخرين
23	أنام نوما هادئا مسترخيا	88.88	أنام نوما هادئا ومريحا
24	ينظر الآخرون الى باحترام	88.88	يحترموني الآخرون
25	أنا خال من مشاعر اليأس و خيبة الأمل	88.88	لا تتأبني مشاعر اليأس و خيبة الأمل
30	لو قدر لي أن أعيش من جديد فلن أغير شيء في حياتي	88.88	لو قدر لي أن أولد من جديد لن أغير شيء من حياتي

صدق الاتساق الداخلي لقائمة الرضا عن الحياة:

الجدول رقم (26): معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية لقائمة الرضا عن الحياة

رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
02	0.599**	0.001	دال
03	0.477**	0.008	دال
06	0.420*	0.021	دال
07	0.547**	0.002	دال
08	0.462*	0.010	دال
09	0.486**	0.006	دال
11	0.684**	0.001	دال
13	0.365*	0.048	دال
15	0.561**	0.001	دال
16	0.465**	0.010	دال
17	0.545**	0.002	دال
18	0.467**	0.009	دال
19	0.533**	0.002	دال
20	0.469**	0.009	دال
21	0.481**	0.007	دال

دال	0.001	0.569**	23
دال	0.001	0.652**	24
دال	0.002	0.549**	26
دال	0.009	0.466**	27
دال	0.003	0.526**	29
معامل الارتباط دال احصائيا عند مستوى الدلالة 0.05*			
معامل الارتباط دال احصائيا عند مستوى الدلالة 0.01**			

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27

نلاحظ من الجدول رقم (26) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية لقائمة الرضا عن الحياة موجبة ودالة إحصائية، مما يشير إلى أن العبارات المدرجة في الاستبيان ترتبط بشكل وثيق بالمفهوم العام للرضا عن الحياة. تتراوح قيم معاملات الارتباط بين 0.365 و0.684، حيث تُظهر بعض العبارات ارتباطاً قوياً نسبياً، كما أن معظم القيم تقع ضمن نطاق الدلالة الإحصائية عند مستويات 0.001 و0.01 و0.05 مما يدل على أن القائمة تتمتع بدرجة جيدة من الصدق الداخلي. وبناءً على هذه النتائج، يمكن الاستنتاج أن استبيان الرضا عن الحياة يتمتع بقدرة جيدة على قياس الظاهرة المستهدفة، حيث تُساهم جميع العبارات بشكل دال في تكوين الدرجة الكلية للقائمة، مما يعزز من موثوقيته وصلاحيته للاستخدام في الدراسة الأساسية.

مع العلم لقد تم حذف بعض العبارات من القائمة، وهذا عند تحليل العبارات بشكل أكثر دقة، وجدت الباحثة أن 10 عبارات من أصل 30 عبارة لم تكن دالة إحصائية، وهذا بسبب ضعف ارتباطها بباقي العبارات. لذلك، قامت بحذف هذه العبارات وأعدت حساب الصدق والثبات، فوجدت أن قيمة ألفا كرونباخ لم تتأثر بشكل سلبي بل بالعكس، مما يعني أن الحذف ساهم في تحسين دقة القائمة دون التأثير على ثباته العام. وهذا الإجراء ينسجم مع المنهجيات العلمية المتبعة في ضبط أدوات القياس لضمان جودتها وفعاليتها.

(العبارات المحذوفة: 1،4،5،10،12،14،22،25،28،30)(أنظر الى الملحق رقم (03)

- الصدق التمييزي لقائمة الرضا عن الحياة:

الجدول رقم (27): يوضح الصدق التمييزي لقائمة الرضا عن الحياة

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
المجموعة الدنيا	10	61.1000	6.26188	-7.526	0.001	دال
المجموعة العليا	10	79.2000	4.31535			

نلاحظ من الجدول رقم (27) أن قائمة الرضا عن الحياة يتمتع بصدق تمييزي واضح، حيث يوجد فرق جوهري بين متوسط درجات المجموعة الدنيا والمجموعة العليا. فقد بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا 61.10 بانحراف معياري 6.26، بينما سجلت المجموعة العليا متوسطاً أعلى بلغ 79.20 بانحراف معياري 4.32. كما أظهرت قيمة (ت) البالغة -7.526 أن الفرق بين المجموعتين دال إحصائياً عند مستوى 0.001، مما يشير إلى أن القائمة قادرة على التمييز بوضوح بين الأفراد ذوي المستويات المختلفة من الرضا عن الحياة. وبناءً على هذه النتائج، يمكن الاستنتاج أن القائمة تتمتع بصدق تمييزي مرتفع، مما يعزز من صلاحيتها لقياس الفروق الحقيقية بين الأفراد من حيث مستوى الرضا عن الحياة.

قيمة ألفا كرو نباخ لقائمة الرضا عن الحياة:

الجدول رقم (28): يوضح قيمة معامل ألفا كرونباخ لقائمة الرضا عن الحياة

عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
20	0.857

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27

يُظهر الجدول رقم (28) أن معامل ألفا كرونباخ لقائمة الرضا عن الحياة بلغ 0.857، مما يدل على مستوى مرتفع من الاتساق الداخلي بين العبارات. يشير هذا إلى أن الاستبيان يتمتع بثبات جيد، مما يجعله أداة موثوقة لتوظيفها في الدراسة الأساسية.

- الثبات بالتجزئة النصفية لقائمة الرضا عن الحياة:

الجدول رقم (29): يوضح معامل الثبات بأسلوب التجزئة النصفية لقائمة الرضا عن الحياة

معامل الارتباط بعد التصحيح (سبيرمان-براون)	معامل الارتباط قبل التصحيح	العبارات	عدد البندود	القائمة
0.841	0.726	العبارات الزوجية(8)	20	أداة الرضا عن الحياة
		العبارات الفردية(12)		

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27

يُوضح الجدول رقم (29) أن معامل الثبات بأسلوب التجزئة النصفية لقائمة الرضا عن الحياة بلغ 0.726 قبل التصحيح، وارتفع إلى 0.841 بعد التصحيح باستخدام معادلة سبيرمان-براون، مما يشير إلى وجود ثبات قوي للاستبيان، ويعني ذلك أن القائمة تتمتع بصفه عالية من الثبات وهو صالح للاستخدام في الدراسة الحالية.

الفصل السادس: الاجراءات المنهجية للدراسة الأساسية

1- الاطار الزماني والمكاني للدراسة الأساسية

2- عينة الدراسة الأساسية و مواصفاتها

3- خصائص العينة الأساسية

4- أدوات الدراسة الأساسية

5- الأساليب الاحصائية للمعالجة

- خلاصة

-الدراسة الأساسية :

1- الاطار الزماني والمكاني للدراسة الأساسية:

أجريت الدراسة الأساسية التي تضمنت زيارات ميدانية خلال الفترة الممتدة من 2024/10/06 الى غاية 2024/12/17 غاية على مستوى جمعية المكفوفين بصريا بوهرا ل تلاميذ المرحلة الثالثة ثانوي المزاو ل لدراس تهم بالتخصص العلمي والأدبي و فئة الكهول العاملين و البطالين والمتقاعدين من المعاقين بصريا 2024/2025.

تعتبر عملية إختيار عينة الدراسة من أهم الخطوات المنهجية التي يقوم عليها البحث، ولقد حرصت الباحثة على ضرورة إختيار هذه العينة بطريقة قصدية. فتمثل المجتمع الذي اتخذناه مجالا بشريا لدراستنا من المعاقين بصريا ببعض ولايات الغرب الجزائري(تلمسان، وهران) وعددهم (141) بعد تطبيق عليهم قائمة التفاؤل و التشاؤم ل(عبد الخالق) وقائمة الرضا عن الحياة ل (مجدي الدسوقي)، ولقد تم تحديد هذه الفئات في حدود ما أتيح لنا الاتصال بهم.

بعد التأكد من صلاحية أدوات الدراسة(من صدق، ثبات وصدق المحكمين) في الدراسة الإستطلاعية قامت الباحثة بتوزيع القوائم الثلاثة (قائمة التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة) على عدد من المعاقين بصريا من الجهة الغربية من القطر الجزائري وشملت ولايات (وهران، وتلمسان) للتشابه في الثقافة والتقارب في العادات والتقاليد. المنظمة الوطنية للمكفوفين الجزائريين اتحادية ولاية وهران حي سان شارل بوهرا والمنظمة الوطنية للمكفوفين الجزائريين الاتحاد الولائي لجمعية الأمل بتلمسان وقد تم توزيع القوائم على أفراد عينة الدراسة الأساسية بغرض إطلاعهم والشرح لهم مضمون فقرات مقاييس الدراسة بإستخدام المقابلة نصف الموجهة التي تعتمد على السرية وخصوصية المفحوصين. حيث طُلب من أفراد العينة على التعاون والإجابة بكل صدق وموضوعية، مع التأكيد على عدم وجود إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، بإعتبار أن الاختبارات المستعملة ليست تقييمية بل ولا تستغل لأي غرض آخر عدا الغرض العلمي وتوجهاته.

وبعد الانتهاء من تطبيق الدراسة الأساسية والتي إستغرقت ثلاث أشهر، قامت الباحثة بتفريغ البيانات بإستخدام شبكة التفريغ حددت من خلالها الرموز المستعملة والخاصة بكل سؤال وكل متغير، وبعدها رصدت الدرجات التي تحصل عليها كل فرد، بعدها

تم حساب الدرجة الكلية لكل مقياس مع جدولة النتائج المتحصل عليها في الدراسة الاستطلاعية ليسهل معالجتها إحصائيا عن طريق إستعمال برنامج الحزمة الاحصائية Spss27.

2- عينة الدراسة الأساسية:

-طريقة اختيار العينة الأساسية ومواصفاتها: يتكون مجتمع البحث من فئة المعاقين بصريا من ذكور وإناث مختارين بطريقة

قصدية وهي شبيهة بالعينة الهادفة أي أنها تختلف عن الطريقة العشوائية، لكونها أن أفراد العينة يشتركون في الميزات التالية :

الخصائص العقلية : التي تتمثل في قصور في معدل الخبرات و التنقل و الحركة.

خصائص جسمية :بطئ في التحرك و صعوبة تحديد الاتجاهات.

خصائص حركية: سلوكات نمطية بسبب عدم القدرة على الوصول الى الأشياء.

خصائص لغوية : يعتمد المعاق بصريا على حاسة السمع و اللمس كثيرا .

و تعد من الفروقات بينهم وبين المبصرين ما يؤدي الى بطئ في النمو اللغوي والكلام .

خصائص أكاديمية: أدوات ووسائل يعتمد عليها المعاقين بصريا ك البريل.

خصائص انفعالية و اجتماعية : التردد و الخوف.

كما تتم عملية البحث عن أفراد العينة، ويتم ذلك بقصد الجمعيات و المراكز التي تضم فئة المعاقين بصريا والاستعانة أيضا

بأفراد العينة أنفسهم وأشخاص لديهم معرفة بمن يشكلون العينة المقصودة التي تفي بالغرض. باختصار هي عملية تستوجب

البحث عن أفراد العينة التي تجيب عن تساؤلات الدراسة من حيث متغيراتها.

وذلك بقصد جمعية المكفوفين و جمعية تلمسان مباشرة، وهناك من تم فيها التعرف على فرد من المجتمع الأصلي يقود لفرد آخر،

وهكذا يتسع مجال عينة مجتمع البحث، وتم الاعتماد على هذه الطريقة للاعتبارات التالية:

- صعوبة تحديد حجم عينة المعاقين بصريا و التواصل معهم من جهة، وبناء على حساسية البعض من المعاقين بصريا اتجاه بقية

الأفراد لاسيما في المجتمع الجزائري المحافظ الذي يمتنع عن الخوض في كل ما يتعلق بالحياة الخاصة له عموما.

- الحاجة إلى موافقة بعض أفراد العينة لأصولها المحافظة على الإجابة على فقرات المقاييس التي فيها مساسا بالحياة الشخصية

لأفراد العينة خصوصا الإجابة على استبيان التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة ، وهو أمر صعب، مما حتم على الباحثة

الإلحاح ومحاولة اقناع بعض المبحوثين على الإجابة والطلب منهم الموافقة على أن يقودونا لأفراد آخرين يكونون مستعدين للتجاوب معنا طواعية.

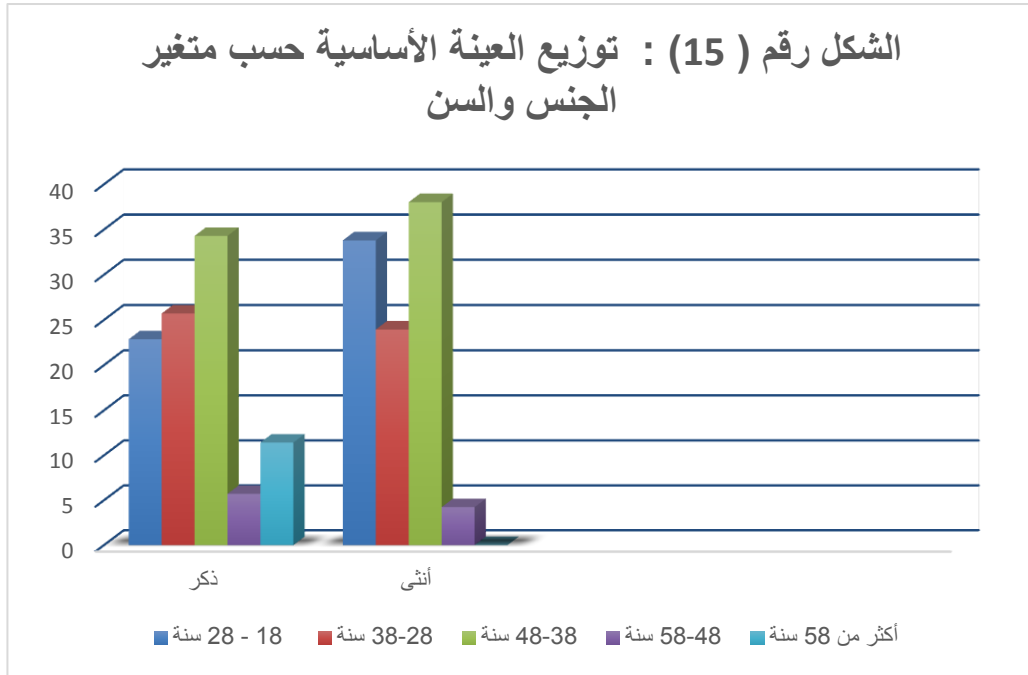
3- خصائص العينة الأساسية: تتصف العينة الأساسية بما يلي:

-توزيع العينة حسب متغير الجنس والسن:

الجدول رقم (30): يوضح التوزيع التكراري لعينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس والسن

السن الجنس	18 - 28 سنة		28 - 38 سنة		38 - 48 سنة		48 - 58 سنة		أكثر من 58 سنة		المجموع	
	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%
ذكر	16	22.86	18	25.71	24	34.29	4	5.71	8	11.43	70	49.65
أنثى	24	33.80	17	23.94	27	38.03	3	4.23	0	0	71	50.35
المجموع	40	28.37	35	24.82	51	36.17	7	4.96	8	5.67	141	100

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27



يبين الجدول رقم (30) التوزيع التكراري لعينة الدراسة الأساسية وفقا للجنس والفئات العمرية، حيث يتضح أن الفئة العمرية الأكثر تمثيلا هي فئة 38 - 48 سنة بنسبة 36.17% من إجمالي العينة، تليها الفئة 18 - 28 سنة بنسبة 28.37%، مما يشير إلى أن غالبية المبحوثين ينتمون إلى الفئات العمرية الشابة ومتوسطة العمر. أما الفئات العمرية الأكبر سنا، مثل 48 - 58 سنة وأكثر من 58 سنة، فتمثلان معا نسبة أقل بكثير، حيث بلغت 4.96% و 5.67% على التوالي.

عند النظر إلى التوزيع حسب الجنس، نلاحظ أن نسبة الذكور بلغت 49.65%، بينما كانت نسبة الإناث 50.35%، مما يعكس توازنا بين الجنسين في العينة. كما يتبين أن نسبة الإناث كانت أعلى من الذكور في الفئة العمرية 18 - 28 سنة و 38 - 48 سنة، حيث بلغت 33.80% و 38.03% مقارنة بـ 22.86% و 34.29% عند الذكور، في المقابل، كانت نسبة الذكور أعلى في الفئة أكثر من 58 سنة، حيث سجلت 11.43% مقابل 0% لدى الإناث.

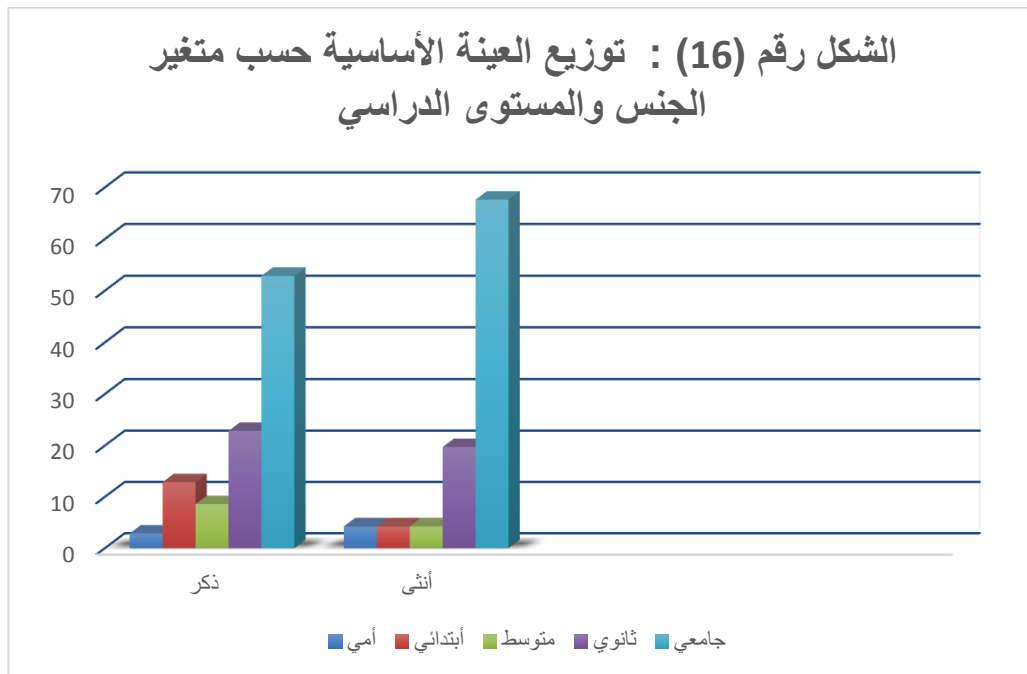
-توزيع العينة حسب متغير الجنس والمستوى الدراسي:

الجدول رقم (31): التوزيع التكراري لعينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس والمستوى الدراسي

المستوى	أمي	ابتدائي	متوسط	ثانوي	جامعي	المجموع

الدراسي	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%
ذكر	2	2.86	9	12.86	6	8.57	16	22.86	37	52.86	70	49.65
أنثى	3	4.23	3	4.23	3	4.23	14	19.72	48	67.61	71	50.35
المجموع	5	3.55	12	8.51	9	6.38	30	21.28	85	60.28	141	100

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27



يبين الجدول رقم (31) توزيع المبحوثين حسب الجنس والمستوى الدراسي، حيث يتضح أن أغلبية العينة تنتمي إلى فئة المستوى الجامعي بنسبة 60.28% من إجمالي المبحوثين، مما يشير إلى أن العينة المدروسة تتميز بمستوى تعليمي مرتفع. تأتي بعد ذلك فئة المستوى الثانوي بنسبة 21.28%، في حين أن نسب المستويات التعليمية الأخرى، مثل المتوسط (6.38%)، الابتدائي (8.51%)، والأمي (3.55%)، تعتبر منخفضة مقارنة بالمستويات العليا.

عند تحليل التوزيع حسب الجنس، نجد أن نسبة الذكور الذين حصلوا على تعليم جامعي بلغت 52.86%، بينما كانت النسبة 67.61% لدى الإناث، مما يدل على تفوق نسبة النساء الحاصلات على تعليم جامعي مقارنة بالرجال في هذه العينة. كما نلاحظ

أن الذكور يمثلون النسبة الأعلى في فئة المستوى الابتدائي (12.86%) مقارنة بالإناث (4.23%)، في حين أن نسبة الأفراد الأميين كانت منخفضة جداً لدى الجنسين، حيث بلغت 2.86% لدى الذكور و 4.23% لدى الإناث.

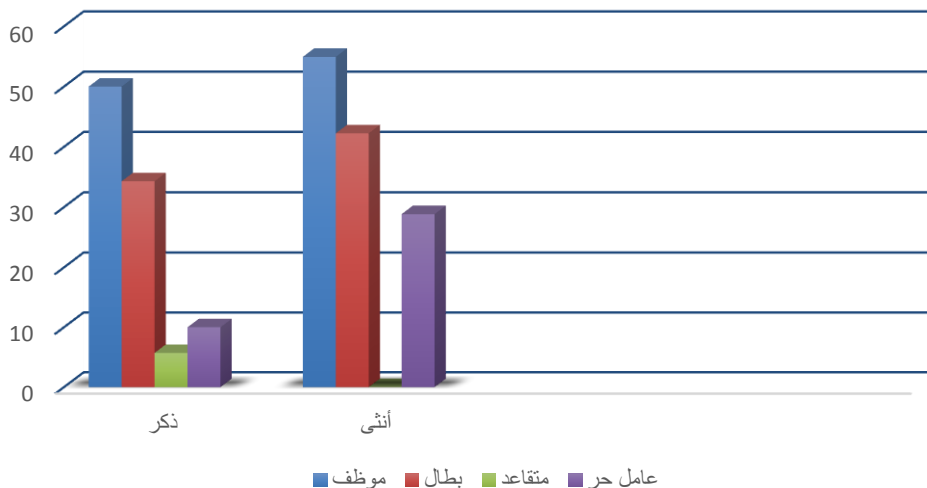
-توزيع العينة حسب متغير الجنس والمهنة:

الجدول رقم (32): يوضح التوزيع التكراري لعينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس والمهنة

المهنة \ الجنس	موظف		بطل		متقاعد		عامل حر		المجموع	
	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%
ذكر	35	50	24	34.29	4	5.71	7	10	70	49.65
أنثى	39	54.93	30	42.25	0	0	2	28.84	71	50.35
المجموع	74	52.48	54	38.30	4	2.84	9	6.38	141	100

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة برنامج spss27

الشكل رقم (17) : توزيع العينة الأساسية حسب متغير الجنس والمهنة



يوضح الجدول رقم (32) توزيع عينة الدراسة الأساسية وفقا لمتغير الجنس والمهنة، حيث نلاحظ أن النسبة الأكبر من المبحوثين هم من الموظفين، إذ يمثلون 52.48% من إجمالي العينة، وهو ما يبين أن معظم المبحوثين ينتمون إلى فئة العمالة المستقرة. تليها فئة البطالة بنسبة 38.30%، مما يشير إلى وجود نسبة معتبرة من الأفراد العاطلين عن العمل ضمن العينة.

عند تحليل التوزيع حسب الجنس، نلاحظ أن نسبة النساء الموظفات (54.93%) تفوق نسبة الرجال الموظفين (50.00%) كما أن نسبة البطالة بين النساء بلغت 42.25%، وهي أعلى بقليل من نسبة البطالة لدى الرجال التي بلغت 34.29% من جهة أخرى، يظهر أن نسبة المتقاعدين تقتصر على الرجال فقط بنسبة 5.71%، في حين لم تسجل أي امرأة ضمن هذه الفئة. وبالنسبة لفئة العمل الحر، نجد أن نسبة الذكور فيها بلغت 10.00%، مقارنة بنسبة 2.82% لدى الإناث، مما يبين ميل الرجال أكثر من النساء لمزاولة الأعمال الحرة في هذه العينة.

4- أدوات الدراسة الأساسية:

4-1- قائمة التفاؤل والتشاؤم:

- القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم هي قائمة خضعت للخصائص السيكمومترية ليكون في كل واحد منهما 15 عبارة من إعداد "احمد عبد الخالق" (1998). مقنن ومطبق في البيئة الجزائرية أ. (بشير معمري، 2021 و أ. مأمون عبد الكريم) ، يجاب عنها ضمن خمس بدائل هي. لا وتنال درجة واحدة قليلا وتنال درجتين و متوسطاتنال ثلاث درجات كثيرا وتنال أربع درجات وكثيرا جدا تنال خمس درجات

4-2- قائمة الرضا عن الحياة:

- قائمة الرضا عن الحياة هو قائمة خضعت للخصائص السيكمومترية من اعداد أ. (مجدي الدسوقي 1998) تقنين بشير معمري، يجاب عنها ضمن 4 بدائل ، لا و تنال درجة صفر ، قليلا تنال درجة واحدة ، متوسط تنال درجتين، كثيرا تنال 3 درجات. يتكون من 20 عبارة موزعة على الأبعاد التالية: السعادة، الاجتماعية، الطمأنينة، الاستقرار النفسي، التقدير الاجتماعي، القناعة.

5- الأساليب الإحصائية في التحقق من صدق وثبات الأدوات:

قامت الباحثة بإستخدام برنامج الحزم الإحصائية (SPSS.Version 27) لتفريغ البيانات ومعالجتها كالآتي:

- معامل ارتباط بيرسون لصدق الاتساق الداخلي بين معاملات ارتباط كل فقرة و الدرجة الكلية لاجابات الأفراد

- الصدق التمييزي باختبار "ت" للرتب.

- معامل ألفا كرونباخ لحساب الثبات.
- معامل التجزئة النصقية "سبيرمان براون" حساب الثبات.
- التكرارات و النسب المئوية لاستجابات الأفراد للعبارات لكل استبيان.
- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات الأفراد للعبارات لكل استبيان.
- معامل ارتباط بيرسون الذي يدرس العلاقة الارتباطية بين متغيرين أو أكثر.
- اختبار "ت" لعينتين مستقلتين : يدرس الفروق بين مجموعتين مستقلتين (ذكر، أنثى).
- التباين الأحادي ANOVA : يدرس الفروق بينا لمتوسطات لمجموعتين وأكثر.
- اختبار "ت" لعينة واحدة : هو اختبار احصائي يستخدم لمقارنة المتوسط لعينة واحدة بمتوسط نظري معروف.
- الانحدار المتعدد: اختبار احصائي يستخدم لتحليل العلاقة بين المتغير التابع الواحد وعدة متغيرات مستقلة.

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل الى أهم الخطوات المتبعة في الدراسة الميدانية فقد اعتمدنا في إنجاز الشق التطبيقي من البحث على منهج الدراسة و هو المنهج الوصفي ، حيث إستهلّت بالدراسة الإستطلاعية بغرض التقصي ودراسة الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة التي تمتعت بصدق ثابت وإتساق داخلي يسمح بإستخدامها في الدراسة الحالية بغية الوصول لأفضل النتائج، لنعرض بعد ذلك اجراءات الدراسة الأساسية و تحديد مجتمع الدراسة حيث ، حددت عينة الدراسة الأساسية بـ 141 حسب التنوع ذكر و أنثى ، المستوى الدراسي ، السن ، المهنة.

قامت الباحثة بعدها بتوزيع قوائم الدراسة على المفحوصين في ظل عراقيل جمة تمثلت في خصوصية أفراد العينة وصعوبة تجاوبهم معنا للإجابة عن فحوى مضامين الفقرات وفي نفس الوقت سعت الباحثة شرح الفقرات و التعليمات في كل مرة .

وبعد الإنتهاء من جمع إجابات المفحوصين، تم إدخال المعطيات على الحاسوب بهدف تحليلها ومناقشتها إحصائيا، للتعرف ميدانيا على مدى تحقق الفرضيات التي قدمت مع تقديم تفسيرات موضوعية لنتائج البحث، ونحاول في الفصل الموالي عرض و تحليل نتائج اختبار الفرضيات و مناقشتها.

الفصل السابع : عرض نتائج اختبار الفرضيات

-اختبار فرضيات البحث و مناقشتها

1- -اختبار ومناقشة نتائج الفرضية الأولى

2- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية الثانية

3- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

4- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة

5- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة

6- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية السادسة

7- اختبار ومناقشة نتائج الفرضية السابعة

- اختبار نتائج الفرضيات:

1- توجد علاقة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى عينة من المعاقين بصريا.

الجدول رقم (33): يوضح معاملات الارتباط بيرسون بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة

معامل بيرسون للارتباط		التفاؤل	التشاؤم	الرضا عن الحياة
التفاؤل	معامل الارتباط	1	-0.376**	0.470**
	مستوى الدلالة	.	0.001	0.001
	عدد العينة	141	141	141
التشاؤم	معامل الارتباط	-0.376**	1	-0.468**
	مستوى الدلالة	0.001	.	0.001
	عدد العينة	141	141	141
الرضا عن الحياة	معامل الارتباط	0.470**	-0.468**	1
	مستوى الدلالة	0.001	0.001	.
	عدد العينة	141	141	141

spss27 المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة

تشير نتائج جدول معاملات الارتباط إلى وجود علاقة سلبية متوسطة بين التفاؤل والتشاؤم ($r=-0.376$)، ($p=0.001$)، مما يدل على أن الأفراد الأكثر تفاؤلاً يكونون أقل تشاؤماً والعكس صحيح. كما تظهر علاقة إيجابية متوسطة بين التفاؤل والرضا عن الحياة ($r=0.470$)، ($p=0.001$)، مما يعني أن الأفراد الأكثر تفاؤلاً يتمتعون بمستوى أعلى من الرضا عن حياتهم. في المقابل، هناك علاقة سلبية متوسطة بين التشاؤم والرضا عن الحياة ($r=-0.468$)، ($p=0.001$)، مما يشير إلى أن الأشخاص الأكثر تشاؤماً لديهم رضا أقل عن حياتهم.

2- توجد فروق في التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير الجنس.

اختبار "ت": لعينتين مستقلتين

جدول رقم (34): نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لمقارنة التفاؤل، التشاؤم، والرضا عن الحياة حسب الجنس

المتغير	الجنس	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التفاؤل	ذكر	70	59.7143	7.84846	-0.073	0.942
	أنثى	71	59.8169	8.88709		
التشاؤم	ذكر	70	23.7000	8.86182	-0.012	0.990
	أنثى	71	23.7183	8.98917		
الرضا عن الحياة	ذكر	70	48.7429	7.24456	0.378	0.706
	أنثى	71	48.2817	7.23717		

spss27 المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة

تشير نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في متغيرات التفاؤل، التشاؤم، والرضا عن الحياة لدى عينة المعاقين بصريًا، حيث كانت قيمة "ت" لمتغير التفاؤل (-0.073) عند مستوى دلالة $p = 0.942$ ، وهي قيمة غير دالة، مما يدل على تقارب المتوسطات الحسابية بين الذكور (59.71) والإناث (59.81). وبالمثل، أظهرت نتائج التشاؤم قيمة "ت" بلغت (-0.012) عند مستوى دلالة $p = 0.990$ ، ما يشير إلى عدم وجود فرق يذكر بين الذكور (23.70) والإناث (23.72) في هذا المتغير. أما بالنسبة للرضا عن الحياة، فقد بلغت قيمة "ت" (0.378) عند مستوى دلالة $p = 0.706$ ، مما يدل أيضًا على عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين الذكور (48.74) والإناث (48.28). وعليه، يمكن القول إن الجنس لا يؤثر بشكل ملحوظ على التفاؤل أو التشاؤم أو الرضا عن الحياة لدى هذه العينة.

3- توجد فروق في التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير السن.

جدول رقم (35): يوضح (ANOVA نتائج تحليل التباين) لمتغيرات التفاؤل، التشاؤم، والرضا عن الحياة حسب السن:

المتغير	المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية (df)	متوسط المربعات	f قيمة	(sig) الدلالة
التفاؤل	بين المجموعات	176.409	4	44.102	0.625	0.646
	داخل المجموعات	9602.868	136	70.609		
التشاؤم	بين المجموعات	881.139	4	220.285	2.939	0.023
	داخل المجموعات	10193.939	136	74.955		
الرضا عن الحياة	بين المجموعات	411.474	4	102.869	2.032	0.093
	داخل المجموعات	6883.760	136	50.616		

spss27 المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة

يُظهر تحليل التباين (ANOVA) في الجدول عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات في متغيري التفاؤل والرضا عن الحياة، حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية (Sig) لكل منهما 0.646 و 0.093 على التوالي، وهي قيم أعلى من مستوى الدلالة المعتمد (0.05)، مما يشير إلى أن الفروق بين المجموعات ليست معنوية. في المقابل، أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في متغير التشاؤم، حيث بلغت قيمة 2.939 (F) ومستوى الدلالة 0.023، وهو أقل من 0.05، مما يدل على وجود تأثير للعامل المدروس على التشاؤم لدى المعاقين بصريا. وبناء على ذلك، يمكن الاستنتاج أن السن لم يكن له تأثير معنوي على التفاؤل والرضا عن الحياة، بينما كان له تأثير واضح على التشاؤم.

4- توجد فروق في التفاؤل والتشاؤم و الرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير المستوى الدراسي.

جدول رقم (36): يوضح نتائج تحليل التباين (ANOVA) لمتغيرات التفاؤل، التشاؤم، والرضا عن الحياة حسب المستوى الدراسي:

المتغير	المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية (df)	متوسط المربعات	f قيمة	(sig) الدلالة
التفاؤل	بين المجموعات	376.968	4	94.242	1.363	0.250
	داخل المجموعات	9402.308	136	69.135		
التشاؤم	بين المجموعات	837.584	4	209.396	2.782	0.029
	داخل المجموعات	10237.494	136	75.276		
الرضا عن الحياة	بين المجموعات	306.967	4	76.742	1.493	0.208
	داخل المجموعات	6988.267	136	51.384		

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة spss27

تشير نتائج تحليل التباين (ANOVA) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية للتفاؤل لدى المعاقين بصريًا حسب المستوى الدراسي، حيث بلغت قيمة ($F = 1.363$) وكانت الدلالة الإحصائية ($Sig = 0.250$)، وهي غير دالة عند مستوى 0.05. أما بالنسبة لمتغير التشاؤم، فقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويات الدراسية، حيث بلغت قيمة ($F = 2.782$) بمستوى دلالة ($Sig = 0.029$)، مما يدل على تأثير المستوى الدراسي على درجة التشاؤم لدى الأفراد. في المقابل، لم تكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة حسب المستوى الدراسي، حيث بلغت قيمة ($F = 1.493$) ومستوى الدلالة ($Sig =$

(0.208)وعليه، يمكن القول إن المستوى الدراسي يؤثر على التشاؤم، لكنه لا يؤثر بشكل كبير على التفاؤل والرضا عن الحياة لدى

المعاقين بصريًا.

وبناء على هذه النتائج، نستنتج أن متغير التشاؤم فقط هو الذي يتأثر بالمستوى الدراسي، بينما لا توجد فروق ذات دلالة في متغيري التفاؤل والرضا عن الحياة.

5- توجد فروق في التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة بين المعاقين بصرياً يعزى لمتغير المهنة.

جدول رقم (37): يوضح نتائج تحليل التباين (ANOVA) لمتغيرات التفاؤل، التشاؤم، والرضا عن الحياة حسب

المهنة.

المتغير	المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية (df)	متوسط المربعات	fقيمة	(sig) الدلالة
التفاؤل	بين المجموعات	175.099	3	58.366	0.833	0.478
	داخل المجموعات	9604.177	137	70.103		
التشاؤم	بين المجموعات	510.899	3	170.300	2.209	0.090
	داخل المجموعات	10564.179	137	77.111		
الرضا عن الحياة	بين المجموعات	143.215	3	47.738	0.914	0.436
	داخل المجموعات	7152.019	137	52.205		

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة spss27

تشير نتائج تحليل التباين (ANOVA) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل والرضا عن الحياة بين الأفراد المعاقين بصرياً يعزى لمتغير المهنة. حيث بلغت قيمة F لمتغير التفاؤل 0.833 عند مستوى دلالة 0.478، وبلغت قيمة F لمتغير الرضا عن الحياة

0.914 عند مستوى دلالة 0.436، وكلاهما أعلى من 0.05، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئات المختلفة للمهنة في هذين المتغيرين. أما بالنسبة لمتغير التشاؤم، فقد بلغت قيمة F 2.209 عند مستوى دلالة 0.090، وهو أيضاً أعلى من 0.05، مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئات المختلفة للمهنة في التشاؤم. بناءً على هذه النتائج، يمكن القول إن متغير المهنة لا يؤثر بشكل واضح على التفاؤل، التشاؤم، أو الرضا عن الحياة لدى الأفراد المعاقين بصرياً.

6- السمة السائدة (التفاؤل أو التشاؤم) بين المعاقين بصرياً.

اختبار "ت" لعينة واحدة:

جدول رقم (38): يوضح اختبار العينة الواحدة لمتغيري التفاؤل والتشاؤم

المتغير	T	درجات الحرية (df)	(sig) الدلالة	الفرق المتوسط	فترة الثقة 95% للفرق
متغير التفاؤل	80.651	140	0.001	56.76596	[55.3744, 58.1575]
متغير التشاؤم	27.648	140	0.001	20.70922	[19.2283, 22.1901]
المتوسط النظري: 3					

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة spss27

تشير نتائج اختبار t لعينة واحدة إلى أن التفاؤل بين المعاقين بصرياً أعلى بشكل ملحوظ من المتوسط النظري، حيث بلغت قيمة t = 80.651 بمستوى دلالة (Sig. < 0.001)، مما يشير إلى فرق دالاً إحصائياً. كما أن متوسط الفرق بلغ 56.77 ضمن نطاق ثقة 95% يتراوح بين (55.37 و 58.16)، مما يدل على ارتفاع واضح في التفاؤل.

أما بالنسبة لمتغير التشاؤم، فقد أظهرت النتائج أنه أيضاً يختلف دالاً إحصائياً عن المتوسط النظري، حيث بلغت قيمة t = 27.648 عند (Sig. < 0.001)، إلا أن متوسط الفرق كان 20.71 وهو أقل بكثير من متوسط التفاؤل، مما يعكس مستوى أقل من التشاؤم لدى العينة.

وبناءً على هذه النتائج، يمكننا أن نستنتج أن التفاؤل هو السمة السائدة بين المعاقين بصرياً مقارنةً بالتشاؤم، حيث أظهرنا مستويات عالية من الإيجابية.

7- يمكننا التنبؤ بالتفاوت والتشاؤم بين المعاقين بصريا.

اختبار: (تحليل تباين الانحدار المتعدد)

للإجابة على هذه الفرضية، تم إجراء تحليل الانحدار المتعدد لمعرفة مدى قدرة المتغيرات المستقلة (الجنس، العمر، المستوى الدراسي، المهنة) على التنبؤ بالتفاوت والتشاؤم لدى المعاقين بصريا.

الجدول رقم (39): يوضح نتائج تحليل تباين الانحدار المتعدد للتنبؤ بالتفاوت لدى عينة المعاقين بصريا

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية (ddl)	متوسط المربعات	F	sig
الانحدار	196.155	4	49.039	0.696	0.596
الخطأ	9583.121	136	70.464	-	-
المجموع	9779.277	140	-	-	-

spss27 المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة

الجدول رقم (40): يوضح نتائج تحليل الانحدار المتعدد لمتغير التفاؤل:

المتغير المستقل	B	الخطأ المعياري	Beta	t	sig
الثابت	52.679	4.944	-	10.654	0.001
الجنس	0.262	1.468	0.016	0.178	0.859
العمر	0.779	0.672	0.104	1.159	0.249
المستوى الدراسي	0.956	0.669	0.129	1.429	0.155
المهنة	0.485	0.902	0.048	0.538	0.592

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة spss27

أظهرت نتائج تحليل التباين (ANOVA) الخاص بالانحدار المتعدد أن نموذج التنبؤ بالتفاوت لدى عينة المعاقين بصريا لم يكن دالاً إحصائياً، حيث بلغ معامل F قيمة 0.696 عند مستوى دلالة 0.596. مما يشير إلى أن المتغيرات المستقلة المدخلة في النموذج (الجنس، العمر، المستوى الدراسي، والمهنة) لا تفسر نسبة كبيرة من التباين في التفاؤل.

أما بالنسبة لنتائج تحليل معاملات الانحدار، فقد تبين أن الثابت في النموذج بلغ 52.679 بقيمة دالة إحصائية عند $p = 0.001$ ، مما يعني أن التفاؤل المتوقع عند تثبيت جميع المتغيرات الأخرى يعادل هذه القيمة. ومع ذلك، فإن جميع المتغيرات المستقلة لم تكن ذات تأثير معنوي على متغير التفاؤل، حيث كانت قيم t لجميع المتغيرات منخفضة، وقيم sig أعلى من 0.05، مما يدل على عدم وجود تأثير دال لكل من:

- الجنس: $\beta = 0.016$ ، $p = 0.859$ (غير دال إحصائياً).

- العمر: $\beta = 0.104$ ، $p = 0.249$ (غير دال إحصائياً).

- المستوى الدراسي: $\beta = 0.129$ ، $p = 0.155$ (غير دال إحصائياً).

- المهنة: $\beta = 0.048$ ، $p = 0.592$ (غير دال إحصائياً).

بناءً على هذه النتائج، لا يمكن التنبؤ بالتفاؤل لدى المعاقين بصرياً بالاعتماد على المتغيرات (الجنس، السن، المستوى الدراسي والمهنة)

الجدول رقم (41): يوضح نتائج تحليل تباين الانحدار المتعدد للتنبؤ بالتشاؤم لدى عينة المعاقين بصرياً

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية (ddl)	متوسط المربعات	F	sig
الانحدار	1015.052	4	253.763	3.431	0.010 ^b
الخطأ	10060.026	136	73.971		
المجموع	11075.078	140			

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة spss27

الجدول رقم (42): يوضح نتائج تحليل الانحدار المتعدد لمتغير التشاؤم

المتغير المستقل	B	الخطأ المعياري	Beta	t	sig
الثابت	36.021	5.066	-	7.111	0.001
الجنس	0.084	1.504	0.005	0.056	0.955
العمر	-1.546	0.689	-0.194	-2.246	0.026

المستوى الدراسي	-2.156	0.685	-0.273	-3.146	0.002
المهنة	0.233	0.924	0.022	0.253	0.801

المصدر: من اعداد الباحثة بواسطة spss27

أظهرت نتائج تحليل التباين (ANOVA) أن نموذج الانحدار المتعدد للتنبؤ بالتشاؤم لدى عينة المعاقين بصريًا كان دالًا إحصائيًا ($F = 3.431$, $p = 0.010$)، مما يشير إلى أن المتغيرات المستقلة تساهم في تفسير نسبة معتبرة من التباين في التشاؤم. وبالنظر إلى معاملات الانحدار، تبين أن كلاً من العمر والمستوى الدراسي كان لهما تأثير دال إحصائيًا نستطيع من خلالهما التنبؤ بالتشاؤم لدى المعاقين بصريًا. حيث أظهر العمر تأثيرًا سلبيًا ($\beta = -0.194$, $p = 0.026$)، مما يدل على أن التشاؤم يقل مع التقدم في العمر، بينما كان للمستوى الدراسي تأثير سلبي أيضًا ($\beta = -0.273$, $p = 0.002$)، مما يعني أن الأفراد ذوي المستويات الدراسية الأعلى لديهم مستويات أقل من التشاؤم. في المقابل، لم يكن للجنس ($\beta = 0.005$, $p = 0.955$) أو المهنة ($\beta = 0.022$, $p = 0.801$) تأثير دال على التشاؤم، مما يشير إلى أن هذين المتغيرين لا نستطيع من خلالها التنبؤ لدى المعاقين بصريًا.

الفصل الثامن: تحليل ومناقشة النتائج

- 1- عرض ومناقشة نتائج السؤال الأول
- 2- عرض ومناقشة نتائج السؤال الثاني
- 3- عرض ومناقشة نتائج السؤال الثالث
- 4- عرض ومناقشة نتائج السؤال الرابع
- 5- عرض ومناقشة نتائج السؤال الخامس
- 6- عرض ومناقشة نتائج السؤال السادس
- 7- عرض ومناقشة نتائج السؤال السابع

- تحليل ومناقشة النتائج

1- عرض و مناقشة الفرضية الأولى و التي نصها : توجد علاقة بين التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة لدى عينة من

المعاقين بصريا و لاختبار هذه الفرضية استخدمنا معامل الارتباط لبيرسون، حيث دلت النتائج على ما يلي:

تنص الفرضية الأولى على أنه " توجد علاقة بين التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا " حيث جاءت النتائج تقرر بوجود علاقة قوية طردية بين المتغيرات فارتفاع التفاؤل وانخفاض التشاؤم يؤدي الى ارتفاع الرضا عن الحياة و كلما انخفض التفاؤل ارتفع التشاؤم وانخفض الرضا عن الحياة لدى الفرد المعاق بصريا. يرى (حمدان، 1999) أن التفاؤل أو التشاؤم يؤثر على صحة الشخص فالإنسان المتفائل يكون خالي من القلق و الاكتئاب و التوتر مما يساعده على اكتساب صحة سليمة تتمتع بطابع ايجابي. و هذا يعني أن المعاق بصريا ليس بالضرورة متشائم بل قد تكون اعاقته هي السبب في كونه يتحدى الصعاب ما يجعله راض عن صحته البدنية فيكون لديه رضا عن الحياة يجعله يطمح في الوصول لأهدافه و يؤمن بالقضاء خيره و شره و القدرة على التحمل و الصبر و هذا ما لاحظناه من خلال نتائج الدراسة، وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع هذه الدراسة

وقد عرف كل من ميشيل شير، تشارلز كارفر (1987، scheier&carver) التفاؤل بأنه " استعداد لتوقع حدوث الأشياء الجيدة و الايجابية ، أي توقع النتائج الايجابية للأحداث المستقبلية " و يؤكدان على وجود الفروق الفردية الثابتة في التفاؤل ، كما يبرهnan على وجود علاقة بين التفاؤل و الصحة البدنية و قد جاءت دراسة عبد الخالق (1998) التي هدفت الى التعرف على العلاقة بين التفاؤل و التشاؤم و الصحة الجسمية و قد توصلت النتائج بوجود علاقة ايجابية بين التفاؤل و الصحة العامة بينما كانت سلبية بين التشاؤم و الصحة العامة. كما قد يتأثر بعوامل عديدة منها، التنشئة الاجتماعية، وأسلوب التربية الذي خضع له في مراحل نموه السابقة وهذا ما أكدته نظرية التحليل النفسي لفرويد أن التفاؤل هو القاعدة العامة للحياة وأن التشاؤم لا يقع في حياة الفرد إلا إذا تكونت لديه عقدة نفسية، والعقدة النفسية هي ارتباط وجداني سلبي شديد التعقيد والتماسك حيال موضوع خارجي أو داخلي فالفرد المتفائل إذا لم تحدث في حياته حوادث تجعل نشوء العقدة النفسية لديه أمرا ممكنا ولو حدث العكس لتحول إلى شخص متشائم ويعتقد فرويد أن الطفل يمر بسلسلة من المراحل المتواصلة دينامية خلال السنوات الخمس الأولى، ويلعبها مدة تستمر من خمس إلى ست سنوات تسمى فترة الكمون، فيتحقق قدر من الثبات والاستقرار الدينامي، وتتحدد كل مرحلة من النمو خلال السنوات الخمس الأولى ففي خلال المرحلة الأولى التي تستمر قرابة العام يكون الفم هو المنطقة الرئيسية للنشاط الدينامي. (سليم، 2018)

ان الوسط الأسري الذي يعيشون فيه اذا كانوا متفائلين سيؤثر حتما عليهم كثيرا والوسط الاجتماعي من أصدقاء وأقارب فطريقة التواصل والنجاح في الانسجام و التفاعل مع الغير ينمي لدى المعاقين بصريا مهارات تجعلهم أكثر تفاؤلا وتمكنهم من تحقيق رغباتهم بالاعتماد على أنفسهم و اثبات ذواتهم ما يجعل نظرتهم للحياة تفاؤلية و يتحقق الرضا عن الحياة لديهمما يوضح (الأنصاري ، 1998. عوامل محددة لدرجات الأفراد لكل من التفاؤل و التشاؤك كدور العوامل الاجتماعية من خلال التنشئة الاجتماعية التي تطبع الفرد وتساعد على اكتساب اللغة والعادات والقيم والاتجاهات السائدة في مجتمعه.

والمواقف الاجتماعية المفاجئة: مصادفة الشخص في حياته سلسلة من المواقف العصبية المحبطة أو المفاجئة تنعكس عليه في الغالب إلى التشاؤم، والعكس صحيح إلى حد بعيد. وهذا ما جاءت به دراسة جينا أبادي (Jennabadi,2013) حول العلاقة بين المساندة الاجتماعية المدركة و الرضا عن الحياة لدى عينة من الطلاب المكفوفين وضعاف البصر والثقة بالنفس وأشارت النتائج الى وجود ارتباط ايجابي دال من المساندة الاجتماعية بشكل عام و الرضا عن الحياة عند (0.01) لدى أفراد العينة من الطلبة المكفوفين وضعاف البصر، ووجود ارتباط دال موجب بين الرضا عن الحياة و الأسرة و المناخ الدراسي و دعم الأصدقاء عند (0.01) لدى أفراد العينة، ووجود ارتباط دال موجب بين الثقة و الدعم الاجتماعي و كذلك الجانب الاقتصادي في الرضا عن الحياة اذن فتقديم المساندة الاجتماعية ببطلاب المكفوفين وضعاف البصر يمكن أن يؤثر بدرجة عالية على رضاهن عن حياتهم وثقتهم بأنفسهم.

يشير (شاير وآخرون) أن التفاؤل سمة من سمات الشخصية وليست حالة تتميز بالثبات خلال المواقف فيعرف التفاؤل عند شاير وكافار بأنه "النظرة الايجابية والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل، بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجدي من الأشياء بدلا من حدوث الشر وتشير (بقال ومعروف، 2021) أن التفاؤل هو التنبؤ بتوقعات مستقبلية إيجابية و بالنجاح ، مما يولد لدى الفرد قوة محركة تدفعه لمواجهة المواقف الصعبة لتحقيق أهدافه. أما التشاؤم: فهو عبارة عن " توقعات سلبية من شأنها التنبؤ بالفشل مما يؤدي إلى تثبيط عزيمة الفرد ويضعف إرادته في مواجهته للمواقف الحياتية الصعبة"

و تعتقد الباحثة أن هذه النتيجة أمر منطقي ويمكن تفسير ذلك بأن الأفراد المعاقين بصريا المتفائلين نجد لديهم تطلع للمستقبل و رؤية واضحة للأمور من الجهة الايجابية على عكس المتشائمين نجدهم في الغالبية ليس لديهم طموح و نظرة سلبية للحياة ما يجعل الرضا عن الحياة متدني عندهم.

2-عرض ومناقشة الفرضية الثانية و التي نصها:توجد فروق في التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير الجنس ولاختبار هذه الفرضية استخدمنا اختبار "ت"، حيث دلت النتائج على ما يلي: تنص الفرضية الثانية :

توجد فروق في التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير الجنس. وقد أظهرت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في متغيرات التفاؤل، التشاؤم، والرضا عن الحياة لدى عينة المعاقين بصريًا وهذا ما اتفقت معه دراسة حمدان (1999) التي هدفت الى التعرف على مستوى التفاؤل و التشاؤم لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية في محافظة جنين اضافة الى معرفة أثر المتغيرات كل من الجنس و نوع فرع الثانوية و المستوى التعليمي للأولياء و مهنتهم و توصلت النتائج الى أن طلبة الثانوية العامة كانوا متفائلين ولكن بدرجة قليلة بينما عدم وجود فروق في سيكولوجية التفاؤل و التشاؤم لدى الطلبة تعزى لمتغيرات الجنس و المستوى التعليمي للأولياء و مهنتهم، على عكس ذلك، كما هدفت دراسة رضوان(2001) الى بحث العلاقة بين الاكتئاب و التشاؤم و علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية و بالعمر و الجنس و أظهرت النتائج وجود علاقة ايجابية دالة بين كل من الاكتئاب و التشاؤم ووجود ارتباط دال بين الجنسين و الاكتئاب في حين لم يرتبط الجنس بالتشاؤم ، كما لم يظهر ارتباط دال بين العمر و الاكتئاب في التشاؤم، يرى كل من (schowers&ruben1990) أن التشاؤم يزيد من جهود الفرد لكي يعزز أو يدعم أدائه الجيد حتى يتفادى تلك الأحداث ، من ثم سعي هذا الجانب بالتشاؤم الدفاعي ، أو التأهب للتشاؤم

بينما أجرت نهدي سعاد (2015) دراسة هدفت إلى التعرف على التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة علم النفس بجامعة قاصدي مرباح بورقلة بأخذ المتغيرات التالية بعين الاعتبار: الجنس وتقدير الذات وأثر هذه المتغيرات على كل من التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة.، اتفقت دراستنا الحالية مع هذه الدراسة في الهدف و طبيعة المتغيرات و المنهج واختلفت مع طبيعة العينة و حجمها حيث كان أقل من حجم عينة الدراسة الحالية ، كما اتفقت في وجود علاقة ارتباطية احصائية بين التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة مما يدل على أن النتائج سواء كانوا عاديين أو من فئات التربية الخاصة المعاقين بصريا الا أنهم يشتركون في آليات نفسية، فيساهم التفاؤل في تحسين القدرة على التكيف ومواجهة الضغوطات مما ينعكس بالايجاب على الرضا عن الحياة.

اتفقت دراسة (القيسي، 2017) من حيث العينة مع دراستنا حيث اشتملت على كلا الجنسين ، كما اختلفت مع مقاييس الدراسة للمتغيرات، وتبين وجود اختلاف من خلال النتائج اذ توصلت نتائج دراسة (القيسي) الى وجود فروق بين الجنسين في التفاؤل والتشاؤم و الرضا عن الحياة ، بينما لم نسجل فروق بين الجنسين في دراستنا الحالية وهو مايفسر ذلك لاختلاف حجم العينة وبيئتها وأدوات القياس كما ارتبطت دراسة (القيسي) بمتغيرات أخرى مع الجنس اختلفت مع متغيرات الدراسة الحالية.

يعرف دولنسكي وآخرون (1987) التشاؤم غير الواقعي بأنه: "اعتقاد الفرد بأن الأحداث السيئة يمكن أن تحدث بدرجة أكبر من حدوثها للأخريين". وقد ذكر الأنصاري (1998) أن التشاؤم غير الواقعي هو أن يواجه كل فرد حتما خطرا في أن يصبح ضحية لحادث، أو مرض مستعص غير قابل للشفاء، أو طوفان أو زلزال أو غير ذلك .

أظهرت دراسة الأنصاري (2001) الى تقديم مفهوم التفاؤل غير الواقعي بوصفه سمة في الشخصية ووضعه أو اثباته وتحديد معالمه السيكومترية ، وفحص ارتباطه بمتغيرات الشخصية وقد ارتبط التفاؤل غير الواقعي ارتباطات جوهرية موجبة مع التفاؤل في حين ارتبط بارتباطات جوهرية سالبة مع كل من التشاؤم و القلق وأسفرت النتائج عن عدم وجود فروق جوهرية بين الجنسين في التفاؤل غير الواقعي .

و عليه تستنتج الباحثة مما سبق أن التفاؤل الغير الواقعي و التشاؤم الغير الواقعي يمتازان إيجابا لاجابية المفرطة أو السلبية المفرطة و الزائدة عن اللزوم أما التفاؤل الدفاعي و التفاؤل الفعال هو الطريقة التي يفكر وينظر بها الفرد للحياة وكيفية تفسيره للأحداث من حوله و حماية ذاته اما أن تنعكس عليه بالراحة و الطمأنينة والسعادة إذا كان التفكير بايجابية وبطريقة عقلانية واستطاع التكيف مع جميع المواقف التي قد يتعرض لها ، أو التشاؤم الدفاعي الذي تنعكس طريقة تفكيره بسلبية الى الحزن والتشاؤم اذا استخدم منهاج غير عقلائي و سليم في حماية ذاته.

كما أشارت دراسة الحميري (2010) التي اتفقت مع الدراسة الحالية و التي أجراها للتعرف على مدى شيوع سمة التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة ذمار ، وطبيعة الفروق بينهم في السمة المذكورة بحسب الجنس (ذكور و اناث) و لم تبين النتائج الاحصائية وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطي الذكور والاناث في سمة التفاؤل و التشاؤم .

على عكس ما جاءت بهدراسة اليجوفي والأنصاري(2005) فقد هدفت الى التعرف على الفروق بين اللبنانيين و الكويتيين في التفاؤل و التشاؤم فضلا عن التعرف الى الفروق بين الذكور والاناث في هاتين السمتين من الثقافة الواحدة ، وكشفت النتائج عن وجود فروق جوهرية بين الجنسين اذ أن الذكور اللبنانيين أكثر تشاؤما من الاناث اللبنانيات في حين لم تظهر فروق جوهرية في التفاؤل كما كشفت النتائج عن فروق جوهرية بين الجنسين في التفاؤل لدى العينة الكويتية حيث حصل الكويتيون الذكور على متوسط

أعلى من الاناث في التفاؤل في حين لم تظهر فروق جوهريّة بينها . فربما يكون سبب ذلك في كون كل نوع (ذكر أو أنثى تقع عليهم مسؤوليات .

3-عرض و مناقشة الفرضية الثالثة و التي نصها:توجد فروق في التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير السن.

حيث دلت النتائج على ما يلي::يظهر تحليل التباين (ANOVA) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات في متغيري التفاؤل والرضا عن الحياة ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التشاؤم والرضا عن الحياة على عكس ما جاءت به دراسة ماهر يوسف المجدلوي(2012) بعنوان: التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية لدى موظفي الأجهزة الأمنية الذين تركوا مواقع عملهم بسبب الخلافات السياسية في قطاع غزة.

من أجل التعرف على العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وبين الرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية ، وعلى الفروق في متغيرات الدراسة تبعاً للمتغيرات الديموغرافية (العمر، الدخل ، سنوات الخدمة) . وتكونت عينة الدراسة من 205 من موظفي الأجهزة الأمنية الذين تركوا مواقعهم بسبب الخلافات السياسية ، واستخدم الباحث مقياس التفاؤل والتشاؤم من إعداد الباحث ، مقياس الرضا عن الحياة من إعداد الباحث ، مقياس الأعراض النفسجسمية من إعداد الباحث وأظهرت النتائج أن (52) من العينة متشائمون، و (55) غير راضين عن حياتهم و (22) يعانون من أعراض نفسجسمية ، كما أظهرت وجود علاقة سالبة بين التشاؤم والرضا عن الحياة ، وأنه لا توجد علاقة كبيرة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة وبين الأعراض النفسجسمية، كذلك توصلت إلى عدم وجود فروق كبيرة في مقياس التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة تبعاً للمتغيرات الديموغرافية ، كما توصلت إلى وجود فروق جوهريّة في مقياس الأعراض النفسجسمية تبعاً للمتغيرات الديموغرافية إذ تبين أن الأفراد الذين أعمارهم ودخلهم وخبرتهم مرتفعة ارتفعت عندهم الأعراض النفسجسمية أكثر من غيرهم ، فقد اتفقت هذه الدراسة مع الدراسة الحالية في الهدف الأساسي و هو التعرف على العلاقة بين المتغيرات التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة ، واختلفت في وجود فروق جوهريّة حسب العمر حيث ارتفعت الأعراض النفسجسمية في دراسة (المجدلاوي) و ارتفع التفاؤل وانخفض التشاؤم في دراستنا الحالية عند التقدم في السن.

ويرى كذلك المجدلوي (2012) بأن الرضا عن الحياة هو شعور الفرد بالفرح والسعادة واقباله على الحياة والراحة والطمأنينة والحيوية نتيجة تقبله لذاته وعلاقاته الاجتماعية و رضاه عن إشباع حاجاته و قد أشارت دراسة أيديمر و سومير

(Aydemir&Sumer,2009) حول الرضا عن الحياة لدى المراهقين الأتراك من ذوي الإعاقة البصرية ، و تهدف الى التعرف على مدى تأثير الجنس و العمر و الدخل والمستوى و النشاط و المساعدة الاجتماعية من الأسرة و الأصدقاء ، على التنبؤ بالرضا التام عن الرضا عن الحياة و الرضا المتعلق بالأسرة و المدرسة و البيئة المعيشية للمراهقين الأتراك ذوي الإعاقة البصرية وكانت النتائج سلبية بالنسبة لمتغير العمر و ايجابية بالنسبة للدخل و سلبية بالنسبة لمستويات الأبعاد ، وفيما يتعلق بالرضا الأسري فقد كانت سلبية بالنسبة للعمر و ايجابية بالنسبة للمساعدة الأسرية وهذا ما يفسر نتائج دراستنا و توافقها مع العلاقة السلبية لمتغير العمر و ايجابية للمساعدة الأسرية فالمساعدة الأسرية تؤثر بشكل كبير في نفسية المعاق بصريا أما العمر فليس له علاقة مباشرة تجعله يتأثر بها و عن رضاه عن حياته، و في دراسة عبد الوهاب (2007) حول أثر المساعدة الوالدية على الشعور بالرضا عن الحياة لدى الأبناء المراهقين من الجنسين وأثره على الشعور بالرضا عن الحياة لديهم ، كما تهدف الى اختيار أثر الفروق بين السلوكيات المساعدة لكل من الآباء و الأمهات كمؤشر للرضا عن الحياة لدى الأبناء و أشارت النتائج الى وجود علاقات موجبة دالة احصائيا بين متوسط الدرجات التي حصل عليها الأبناء الذكور و الاناث و أفراد العينة ككل على مقياس المساعدة الوالدية بالنسبة للصورة الخاصة بالأب و الأم .

يتبين لنا من خلال الدراسات السابقة أن هناك العديد من الباحثين الذين يهتمون بالربط بين الرضا عن الحياة و متغيرات أخرى كالمساعدة الاجتماعية و الرضا عن الحياة في دراسة (Jennabadi,2013) و المساعدة الوالدية و الرضا عن الحياة في دراسة عبد الوهاب (2007) والمقارنة بين الذكور و الاناث من ذوي الإعاقة البصرية و الرضا عن الحياة (Aydemir ,Sumer,2009).

كما نستنتج من خلال ما سبق أن دراستنا اتفقت مع الدراسات السابقة بعدم وجود فروق في التفاؤل و الرضا عن الحياة بالنسبة لمتغير السن أي لم يكن للسن تأثير معنوي على التفاؤل والرضا عن الحياة من خلال النتائج المتوصل اليها ، بينما كان له تأثير واضح على التشاؤم فهناك تأثير للعامل المدروس و هو السن على مستوى التشاؤم لدى المعاقين بصريا. بما تعلق بالدراسة الحالية فعدم وجود فروق في التفاؤل و الرضا عن الحياة لدى عينة المعاقين بصريا يعزى لمتغير السن قد يعود سببه أن الظروف التي يعيشون فيها جميع الفئات العمرية متشابهة و ليست جديدة ، بحيث تتأثر بها فئة دون الأخرى وأصبحت من المعاش اليومي والحياتي للمعاق بصريا، بينما يوجد فروق بين التشاؤم و الرضا عن الحياة يعزى للسن ربما قد يكون العمر يشكل فارقا لدى البعض عند التقدم فيه و الاحساس بالعجز و عدم القدرة على المرونة في التعبير عن المشاعر و الخوف و التوتر الذي يتعرض له طوال حياته، الا أن هناك فئة من المعاقين لاحظنا أن التقدم في العمر زاد في تقوية الروابط مع الله واكتسب خبرة من حياته

وتجاربه السابقة جعلته يحاول اجتياز الصعوبات و القدرة على التأقلم مع الوضع الصحي و تسليم أمره و الرضا بما يملكه في حياته.

4-عرض و مناقشة الفرضية الرابعة و التي نصها:توجد فروق في التفاؤل والتشاؤم و الرضا عن الحياة بين المعاقين بصريا يعزى لمتغير المستوى الدراسي.حيث دلت النتائج على ما يلي:

أشارت دراسة بسيوني (2011): التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالانجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن، وتكونت العينة من 343 طالبة من كلية التربية للبنات وينتمون للمستويات التعليمية المختلفة وتراوح أعمارهن ما بين 20 إلى 25 عاماً، واستخدمت الباحثة العديد من المقاييس أهمها مقياس التفاؤل/ التشاؤم إعداد الباحثة، مقياس الرضا عن الحياة إعداد إيمان شاهين وسميرة شند، معدلات الطالبات.

توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات الطالبات على مقياس التفاؤل ودرجاتهن على مقياس الرضا عن الحياة. وتبين وجود علاقة ارتباطية سالبة بين درجات الطالبات على مقياس التشاؤم ودرجاتهن على مقياس الرضا عن الحياة والانجاز الأكاديمي. وهذا ما توافق مع جزء من دراستنا تتعلق بالمستوى الدراسي و علاقته بالتشاؤم و الرضا عن الحياة عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية للتفاؤل لدى المعاقين بصريا يعزى لمتغير المستوى الدراسي ،بينما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية للتشاؤم لدى المعاقين بصريا يعزى لمتغير المستوى الدراسي لصالح المستوى الدراسي.فكلما كان المستوى التعليمي أعلى ارتفع الرضا عن الحياة وانخفض التشاؤم عند الفرد،فالتفاؤل يرفع الرضا عن الحياة ، والتشاؤم يضعف الانسان و يقلل من فرص النجاح.

عكس ما بينت دراسة قامت بها (حسيبة مجادي ،2019)تهدف هذه الدراسة إلى إبراز العلاقة بين التفاؤل و التشاؤم من جهة والتحصيل الدراسي من جهة أخرى عند التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية بين التشاؤم و التحصيل الدراسي وفي مقابل ذلك كانت العلاقة الثنائية بين التفاؤل و التحصيل الدراسي ضعيفة و غير دالة تماماً، و في دراسة سوزان(2011)التي هدفت الى التعرف على العلاقة الارتباطية بين كل من التفاؤل و التشاؤم و متغيري الانجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة ،تبين على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين التفاؤل و الرضا عن الحياة و الانجاز الأكاديمي

وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائيا بين التشاؤم و الرضا عن الحياة و الانجاز الأكاديمي وفي دراسة المنشاوي أيضا (2006) التي هدفت الى دراسة التنبؤ بكل من التفاؤل و التشاؤم من خلال عدة متغيرات نفسية و ديموغرافية و نخص بالذكر منها ماهو متعلق بدراستنا المستوى الدراسي و أسفرت النتائج على وجود فروق دالة احصائيا في كل من التفاؤل و التشاؤم ترجع الى المستوى الدراسي على عكس ماتوصلت له نتائج الدراسة الحالية متغير التشاؤم كان له تأثير على المستوى الدراسي بينما لا توجد فروق ذات دلالة في متغيري التفاؤل والرضا عن الحياة. وهذا راجع لعدة عوامل كاختلاف العينة و حجمها و بيئتها اذ يري أصحاب النظرية السلوكية: السلوكيون أن التفاؤل والتشاؤم هي عبارة عن استجابات شرطية مكتسبة، فتكرار ظهور مثير ما بحادث سيئ لشخص ما يؤدي إلى التشاؤم، في حين أن ارتباطه بحادث سار يترتب عليه التفاؤل لدى شخص آخر (حسين، 2011) يرى أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي أن سلوك الفرد يرتبط بتاريخ التعليم لبعض المواقف وحين يفضل بعض الأفراد في أداء بعض المهمات تتكون لديهم توقعات سلبية تجاه الأمور والمواقف وكثيرا ما يغلب عليهم التشاؤم بهذا يختلف الأفراد في توقعاتهم للنجاح أو الفشل إزاء الأحداث المستقبلية ومن هنا نستنتج أنه يوجد عدة جوانب هامة للشعور بالرضا عن الحياة قد تشمل منها المستوى الدراسي فاذا كان الفرد يطمح للوصول الى أهداف فتجعله يشعر بالتفاؤل و الرضا عن الحياة حتى لو كان بشكل قليل أما اذا لم يستطع مواصلة دراسته فسيشعر بالتشاؤم وبالتالي يكون رضاه عن حياته منخفض وهو ما لاحظناه في العينة تجدر الاشارة الى أن الجامعيين الذين لاحظنا عندهم تفاؤل و رضا عن الحياة لدى الأفراد المعاقين بصريا هم الغالبية بنسبة 60.28% تلهم المرحلة الثانوية بنسبة 21.28%، ثم المرحلة المتوسطة 6.38%، ثم المرحلة الابتدائية 8.51% تلهم 3.55% وتمثل نسبة الأمية في العينة و هو ما تحقق في فرضية الدراسة كما قد تشمل جوانب أخرى من الحياة يكون لها الدخل في ذلك وقد أشار لها في دراسته (أبو العلا، 2007) إلى الجوانب الهامة بالشعور عن الرضا عن الحياة وتشمل الجوانب الجسدية والمادية والأسرية وجوانب العمل، الدين، ووسائل الإعلام وبالتالي رضا الفرد عن مختلف مجالات حياته. وينظر علماء النفس إلى التفاؤل والتشاؤم بوصفهما خلفية عامة تحيط برضا الفرد عن حياته، فالتفاؤل يرتبط بالمشاعر الإيجابية أكثر من السلبية كما أن المتفائل في إدراكه للأحداث والمواقف ينصب على الجوانب الإيجابية أكثر، أما انخفاض الرضا عن الحياة يدفع الفرد نحو التشاؤم وأن الشعور بعدم الرضا عن الحياة يعتبر واحد من المشكلات المهمة في حياة الفرد.

5- عرض و مناقشة الفرضية الخامسة و التي نصها: توجد فروق في التفاؤل والتشاؤم و الرضا عن الحياة بين المعاقين

بصريا يعزى لمتغير المهنة. حيث دلت النتائج على ما يلي: إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل والرضا عن

الحياة بين الأفراد المعاقين بصريا وفقا لمتغير المهنة.

القول إن متغير المهنة لا يؤثر بشكل واضح على التفاؤل، التشاؤم، أو الرضا عن الحياة لدى الأفراد المعاقين بصريا.

وفي دراسة (عبد الخالق، 2008) حول الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي و الفروق بين الجنسين و بين الأعمار في الرضا عن الحياة أشارت النتائج الى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الجنسين في عيني طلاب المدارس و كانت الفروق دالة احصائيا بين الموظفين و الموظفين فمّن جانب آخر و على عكس ما توصلت اليه الدراسة الحالية التي تنافت معها، فلم تكشف عن فروق جوهرية بين الذكور و الاناث في التفاؤل و التشاؤم وقد يرجع ذلك الى عدم تجانس العينة فقد تكونت من موظفين و عاملين أحرار و متقاعدين و بطالين من اناث و ذكور غالبيتهم خريجون جامعيون بنسبة 60.28%، وتجدر الاشارة الى أن العمر بحد ذاته لم يرتبط بالتفاؤل ولكن ارتبط بالتشاؤم، وقد سبق الاشارة الى ذلك في الفرضية المتعلقة بمتغير السن ،مما يرجع أن تكون الحالة الصحية سببا في هذا الاختلاف من خلال الملاحظة للعينة هناك من هو متقبل لحالته الصحية و راض عن حياته و كان تفاعله مع الفقرات و الاجابة عنها بكل ايجابية و هدوء بل جعلهم يحسون بالاطمئنان و اكتشاف أنفسهم أكثر من خلال الاجابة على حسب قولهم الا أننا قد استوقفتنا عينة رفضت الاجابة عن الفقرات في القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة ،مرجحين أنهم غير متقبلين وضعهم الصحي و يحاولون نسيان الأمر قدر المستطاع و بمجرد سماع الدراسة تختص بالمكفوفين تذكرهم بحالتهم وتجعلهم غير مرتاحين و يشعرون بعدم الطمأنينة و رفضهم الاجابة عن المقاييس رفضا قاطعا، وأنهم يتجنبون الأفراد العاديين ويتعاملون فقط مع الأفراد المكفوفين نظرا لعدة أسباب من بينها الاستهزاء بهم و عدم أخذهم على محمل الجد ،من خلال عدم اعطاء لهم فرص في العمل و التجربة على حسب قولهم أنهم يتقدمون للعمل و نظرا لاعاقتهم البصرية يتلقون الرفض ظنا منهم بأنهم أفراد لا يستطيعون العمل ما جعلهم يفضلون التعامل مع أقرانهم من المعاقين بصريا و تجنب الأشخاص العاديين، كما لفت انتباه الباحثة أن أكثر الأفراد المكفوفين المتقبلين حياتهم و راضين بها هم المتحصلين على شهادات جامعية و غالبيتهم لديهم تدين و ايمان كبير بقضاء الله و قدره و هو أهم عامل مؤثر في شعور الفرد بالرضا عن الحياة ،وهو الأمر الذي لم تتوفر لدينا بياناته يشير في دراسته (عوض، 2012) أن نقص التدين يعتبر عاملا مساهما في ظهور التشاؤم، وتعكس درجة تدين الفرد عن تفاؤله أو تشاؤمه ، يعرف (سليم، 2000) التدين بأنه التزام الفرد بكل ما جاء به الاسلام من الالتزام بالعقيدة و الايمان و التمسك بتطبيق أحكام الشريعة في سلوكه اليومي سواء كان ذلك في التعامل مع الله عزوجل أو في التعامل مع الناس يأتي التفاؤل في منظوره الاسلامي بمعنى الاستبشار والأمل المقابل للقنوط واليأس والإحباط، التفاؤل بمعنى التيمن المقابل للتشاؤم، والفأل المقابل للشؤم، فإذا تكلم عن التشاؤم وأراد كف الناس عنه أرففه بالتفاؤل، وبما أن التفاؤل هو الأصل، والذي ينبغي التخلق به، وتربية النفس عليه فإن الأمر لا يحتاج إلى تأصيل بل هو ما جاءت به الشريعة ودعت إليه.

لقد ركز الدين الإسلامي على التفاؤل و التشاؤم واعتبرهما من المشاعر البشرية الثابتة داخل الوجدان فلا يمكن للشخص أن يمنعهما، ولكن يمكن الحد من تأثيرهما عليه بالابتعاد عن حالة جعلهما عادة تسيطر على ردود أفعاله واستجاباته للمنبهات أو الأحداث التي تمر عليه كل يوم ومقارنتها بأحداث مرت عليه ، كمثل من يتشاءم من صوت حيوان معين أو رؤية شخص أو فعل معين يقوم به هو أو غيره، وعندما نسأله عن سبب هذا التشاؤم أو التفاؤل تكون الإجابة، إن هذه الرؤية أو هذا الفعل قد اقترن سابقا بحدث سيئ أو حسن قد مر بهذا الشخص صدفة، وهذه الاعتقادات مختلفة من مجتمع لآخر ومن شخص لآخر، فقد تكون هنا غير محبة بينما تراها في مجتمع آخر محبة، لذلك فالتفاؤل و التشاؤم يعتمد على ثقافة تلك المجتمعات البشرية وموروثاتها من المعتقدات(قلجة ،2015،ص 35) ، في دراسة (اليجوفي2002) هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين التفاؤل والدين من المتغيرات الاجتماعية الديموغرافية من وجهة اخرى والطبقة الاجتماعية والجنس والموقع الجغرافي والوضع العائلي والانتماء الديني والجامعة وكذلك هدفت الدراسة الى معرفة مدى انتشار التفاؤل والتشاؤم لدى افراد العينة اختيرت عينة عشوائية من طلبة السنة الثانية في فروع كليات الاداب والعلوم الانسانية من الجامعتين اللبنانية والامريكية في بيروت وعددهم 200 ذكر و 310 انثى 304 مسيحيين 306 مسلمين 408 من الجامعة اللبنانية و 202 من الجامعة الامريكية 281 من المدينة 320 من الريف وظهرت النتائج الى وجود تفاعل دال احصائيا بين الجامعة والدين كما تبين ارتباط قوي بين الجامعة والدين وتبين ان الذكور المسيحيين الذين ينتمون الى الجامعة الامريكية هم اكثر تساؤلا من اقرانهم كما ظهر تفاعل دال احصائيا بين متغير الدين والطبقة الاجتماعية وأشارت الى متوسط المسلمات الاناث من الطبقة الوسطى اللواتي ينتمين الى الجامعة الامريكية هو الاعلى باختصار تدل النتائج على ان الذكور المسيحيين حضريين والاناث المسلمات من الطبقات الوسطى الذين ينتمون الى الجامعة الامريكية هم اكثر تفاؤلا مقارنة باقرانهم طلبة الجامعة اللبنانية اما التفاعلات الاخرى بين كافة المتغيرات فلم تسفر عن نتائج دالة احصائية.

وقد حث الإسلام على التفاؤل واجتناب التشاؤم في مواقع متعددة من القرآن الكريم لقوله تعالى: "فإن مع العسر يسرا (5) إن مع العسر يسرا (6)" سورة الشرح، وكذلك قوله تعالى: "يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر" سورة البقرة آية 85 . فيجب الابتعاد عن المعتقدات والخرافات التي ليس لها أي أساس من الصحة من الناحية العلمية، فمن هذا نرى أن أنماط التفاؤل و التشاؤم تختلف من شخص لآخر ومن حضارة الأخرى (الأمامي،2010)فقد كشفت نتائج العديد من الدراسات وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التفاؤل والتدين وسلبية بين التشاؤم والتدين،و في دراسة فاطمة أحمد المومني(2020) هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التدين وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى العاطلين عن العمل الجامعيين الخريجين في ضوء بعض المتغيرات،وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التدين لدى الخريجين الجامعيين العاطلين عن العمل جاء بمستوى مرتفع، وأن هناك فروقا دالة إحصائية في مستوى التدين تبعا لمتغير الجنس ولصالح الاناث، بينما لم يكن هناك فروق دالة إحصائية في مستوى

التدين تبعاً لمتغيرات العمر وعدد سنوات البطالة. كما أظهرت النتائج أن مستوى الرضا عن الحياة لدى الخريجين الجامعيين العاطلين عن العمل جاء بمستوى متوسط، وأن هناك فروقا دالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث بينما لم تكن هناك فروق دالة إحصائية تبعاً لمتغيرات العمر، وعدد سنوات البطالة. وأخيراً أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائية بين مستوى التدين ومستوى الرضا عن الحياة لدى الخريجين الجامعيين العاطلين عن العمل كما قد يرجع إلى طبيعة شخصية الفرد من خلال ملاحظة أن الرجال أكثر تقبل لحالتهم من النساء وذلك بسبب شخصية الرجل التي تعتبر أكثر مبادرة وجرأة من النساء وفي التحدث والتعبير عن نفسه وإلى خبرتهم الاجتماعية والحياتية.

يوفر الدين الأمن والسلام والطمأنينة والتفاؤل والرضا عن الحياة، لأنه يحقق التوازن والاستقرار، خصوصاً إذا اعتمد الفرد على نفسه فحتماً سيخفف من حجم الضغوطات والأزمات التي يمر بها.

6- عرض و مناقشة الفرضية السادسة و التي نصها: السمة السائدة (التفاؤل أو التشاؤم) بين المعاقين

بصرياً. حيث دلت النتائج على ما يلي:

، نستنتج أن التفاؤل هو السمة السائدة بين المعاقين بصرياً مقارنةً بالتشاؤم لكن ليس سمة ثابتة بل هي سمة متغيرة لأنها تتأثر بعدة عوامل مثل النشاط وهو ما جاء في دراسة (خوجة وآخرون، 2018) أظهرت أن مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركياً يكون مرتفعاً لدى الممارسين للنشاط الرياضي في حين يكون متوسطاً لدى غير الممارسين مما يدل على أن التفاؤل و الرضا عن الحياة لا يرتبطان بالاعاقة في حد ذاتها، بل يتأثران بعوامل مثل النشاط البدني والاندماج الاجتماعي، وهو يشبه بعض التوقعات حول التفاؤل لدى المعاقين بصرياً حيث أظهرت مستويات عالية من الإيجابية في الدراسة الحالية. وهذا راجع لعدة خصائص ذكرها صبحي (2003) للشخصية المتفائلة منها تقدير الأمور والظروف تقديراً سليماً والإقبال على الحياة بمرح وانسراح، التعامل مع الآخرين بمودة وثقة، الاستقرار الانفعالي والتعلق بالأمل والتخطيط للمستقبل ومواجهة المشكلات بمرونة والعمل على حلها كذلك توظيف الإرادة أمام المواقف الصعبة والمشاركة في الخدمات الاجتماعية بفاعلية، وعوامل أخرى كاللحام الاجتماعي القدرة على الاندماج والتكيف وليس مجرد الاعاقة في حد ذاتها، كما أنه من الطبيعي أن تكون السمة السائدة هي التفاؤل الأكثر انتشاراً من سمة التشاؤم خصوصاً لدى الجامعيين حيث يتضح أن أغلبية عينة المعاقين بصرياً تنتمي إلى فئة المستوى الجامعي بنسبة 60,28% إضافة لذلك تعتبر الجامعة هي مكان يلتقي فيه الأفراد باختلاف شخصياتهم وعاداتهم وطباعهم وتقاليدهم وثقافتهم، ما يجعل المكفوفين منفتحين على المهارات والخبرات بجميع أنواعها والتي يكتسبونها من بعضهم البعض، وهذا ما يسهل عليهم القيام بالعديد من الأعمال في حياتهم، فعندما نربط النتيجة

المتوصل اليها مع السمات التي يمتلكها ذوي الاعاقة البصرية ، نجد الشخص المكفوف لديه حب التطلع والاستكشاف الى كل ماهو جديد فسمه المعاق البصري التفاؤل تجعله يبدي رغبة كبيرة في الاندماج و التفاعل الاجتماعي مع الأفراد و تجعل عنده القدرة على الانجاز أكثر ورغبة في النجاح، وهذا كله نتاج خبرات و كفاءات ، اتفقت نتائج الدراسة مع دراسة(خوجة وآخرون، 2018) دراسة مقارنة لمستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضي ، أظهرت أن مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا يكون مرتفعا لدى الممارسين للنشاط الرياضي في حين يكون متوسطا لدى غير الممارسين ، مما يدل على أن التفاؤل و الرضا عن الحياة لا يرتبطان بالاعاقة في حد ذاتها ، بل يتأثران بعوامل مثل النشاط البدني و الاندماج الاجتماعي، يؤكد يسليدايك و الجوزين ،(Algozzine&Yssellydyke, 1990) من السمات العقلية أنه بالرغم من افتقار المكفوفين الى المعلومات البصرية نجد من خصائصهم الاعتماد على حاسة اللمس و السمع و غيرهما لتكوين المفاهيم ، و من السمات الانفعالية و الاجتماعية هناك عوامل نفسية لا تتأثر بالاعاقة البصرية فنجد الكفيف يتمتع بالهدوء و الاستقرار و التكيف الاجتماعي و روح الدعابة خصوصا مع أقرانه المكفوفين فنجده يعبر بكل راحة و أمان و هذا لا ينفي وجود البعض من المكفوفين وهذا ما لاحظته الباحثة أثناء الحديث معهم ، الذين رفضوا الاجابة عن المقاييس بكونهم لا يستطيعون الاندماج بسرعة في المجتمع و التعامل مع الناس من الناحية الاجتماعية و يرجعون اسباب ذلك الى الأذى النفسي الذي يلحق بهم من استهزاء و احراج لهم من قبل العاديين و هو ما لا يستطيعون تقبله و يفضلون العزلة و التعامل مع اقرانهم من المكفوفين و أساتذتهم و المقربون منهم ، ويشير (كوافحة ، 2010) في هذا الصدد أن بعض المعاقين بصريا يعانون من صعوبة التكيف نتيجة عزوفهم عن الانخراط في الجماعة وهؤلاء يعانون من مشكلات مع الآخرين أكثر ممن يعانون من اعاقاتهم ذاتها.

7- عرض و مناقشة الفرضية السابعة و التي نصها: يمكننا التنبؤ (التفاؤل أو التشاؤم) بين المعاقين بصريا. حيث دلت النتائج على ما يلي: استنادا لما سبق ، لا يمكن التنبؤ بمستوى التفاؤل لدى المعاقين بصريا بالاعتماد على المتغيرات (الجنس، السن، المستوى الدراسي والمهنة) على عكس دراسة (المنشاوي، 2005) التي هدفت الى التنبؤ بكل من التفاؤل و التشاؤم من خلال بعض المتغيرات النفسية فأظهرت النتائج الى نسبة شيوع التفاؤل المرتفع لدى البنات أكثر من الذكور فقد تنافت مع الدراسة الحالية فأظهرت نتائج تحليل التباين (ANOVA) الخاص بالانحدار المتعدد أن نموذج التنبؤ بمستوى التفاؤل لدى عينة المعاقين بصريا لم يكن دالاً إحصائياً، حيث بلغ معامل F قيمة 0.696 عند مستوى دلالة 0.596، مما يوضح أن المتغيرات المستقلة (الجنس، العمر، المستوى الدراسي، والمهنة) لا تفسر نسبة كبيرة من التباين في مستوى التفاؤل.

وأظهرت نتائج تحليل التباين (ANOVA) أن نموذج الانحدار المتعدد للتنبؤ بالتشاؤم لدى عينة المعاقين بصريًا كان دالًا إحصائيًا ($F = 3.431, p = 0.010$)، مما يشير إلى أن المتغيرات المستقلة تساهم في تفسير نسبة معتبرة من التباين في مستوى التشاؤم. وبالنظر إلى معاملات الانحدار، تبين أن كلاً من العمر والمستوى الدراسي كان لهما تأثير دال إحصائيًا نستطيع من خلالهما التنبؤ بالتشاؤم لدى المعاقين بصريًا. حيث أظهر العمر تأثيرًا سلبيًا وقدر معامل بيتا $(\beta = -0.194, p = 0.026)$ ، مما يدل على أن التشاؤم يقل مع التقدم في العمر، بينما كان للمستوى الدراسي تأثير سلبي أيضًا $(\beta = -0.273, p = 0.002)$ ، مما يعني أن الأفراد ذوي المستويات الدراسية الأعلى لديهم مستويات أقل من التشاؤم. في المقابل، لم يكن للجنس $(\beta = 0.005, p = 0.955)$ أو المهنة $(\beta = 0.022, p = 0.801)$ تأثير دال على مستوى التشاؤم، مما يبين أن هذين المتغيرين لا نستطيع من خلالهما التنبؤ لدى المعاقين بصريًا بالتفاؤل أو التشاؤم مما يمكننا أن نعزى تفسير هذه النتيجة واعتبارها علاقة تنبؤية مقبولة. أظهرت القدرة على التنبؤ بالتشاؤم من حيث العمر والمستوى الدراسي أما الجنس والمهنة فلا نستطيع التنبؤ بهما في التشاؤم، وفيما يخص التفاؤل لم نجد علاقة تنبؤية للتفاؤل والتشاؤم مع المتغيرات وقد يكون بسبب عوامل عديدة، تشير (شعبان، 2010) إلى تأثير الإعاقة البصرية بالسن التي حدثت بها، فالذين فقدوا البصر قبل سن الخامسة، يختلفون عن الذين فقدوا البصر بعد ذلك، وتتأثر بشدة الإعاقة، وبالظروف التأهيلية والأسرية، والقدرات الخاصة، ومن تلك العوامل:

- درجة النظر: حيث أن درجة النظر تؤثر حسب شدتها، فيختلف ضعف البصر عن الكفيف الكلي.

- أسباب الإعاقة: إن بعض عيوب النظر تنتج عن أمراض جسمية لا تصيب العين وحدها، ولكنها تحتاج إلى علاج عام، كالتدريب الرئوي مثلاً، وكذلك معرفة هل السبب وراثي، أو بيئي مكتسب.

- السن عند حدوث الإعاقة: فمن أصيب في صغره، أوفي السنوات الأولى من حياته، أو في كهولته يلقون مشاكل مختلفة، ويحتاجون إلى خدمات وأساليب مختلفة لتدريبهم.

- كيفية حدوث الإعاقة: تحدث الإعاقة إما بشكل مفاجئ، أو تدريجي وببطء، والإعاقة المفاجئة تحدث صدمة للفرد لفقدانه أعلى حواسه، فيشعر نحو الإعاقة نفس شعور الجمهور العادي تجاه الإعاقة البصرية.

- حالة العين ومنظرها: حيث أن هذان العاملان لهما أهميتهما من الناحية العاطفية.

فهنا تظهر أهمية تمتع المعاق بصريا بحياته فتجعله في اتسامه بالتفاؤل يحقق النجاح الذي يصبو اليه و الذي يدفعه بالضرورة الى الأمام وتمتد تأثير سمة التفاؤل على عدة جوانب من الحياة الشخصية للفرد المكفوف اجتماعيا ونفسيا فنجد الأفراد المكفوفين الجامعيون أكثر شعورا بالتفاؤل نظرا لما توفره الجامعة من فرص و فتح لأفاق جديدة، ما يجعله يفكر بالايجاب نحو المستقبل ،و تجعل منه فردا صالحا يخطط و يبذل سوا على الصعيد الحياتي أو المهني على عكس الفرد المتشائم و الذي يفضل العزلة عن الجماعة ما يجعل القيام بأي عمل صعب في مختلف المواقف التي يواجهونها بسبب عدم خبرتهم الكافية و يجعلهم يفقدون الثقة بالنفس عند فشلهم و شعورهم بالاحباط ويؤدي بهم الى الانسحاب و لعل هذا ما يمكن ان نسجله بشأن مواصلة دراستهم و بسبب تشاؤمهم نجد طموحاتهم محددة و ليس لديهم أمل في المستقبل ما يؤدي بهم الى التوقف عن الدراسة عكس المتفائلين الذين نجدهم يتعرضون للفشل لكن يتمتعون بميزات و سمات خاصة ايجابية تكتسب عن طريق التجربة و التعلم منها فكلما الجنسيتين يتمتعون ب التفاؤل و التشاؤم و قد تكون الجامعة هي المحطة التي تفصل فالواقع الذي يعيشه المكفوف و المراحل التي اجتازها ستحدد السمة التي تميزه بالنسبة للذكور و الاناث.

الخاتمة :

يتضح من تناولنا للدراسات السابقة وفي الأطر النظرية التي تطرقت اليها الباحثة لمفهوم التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة قلة الدراسات التي تربط بصلة هذه المتغيرات مع المكفوفين ،لذا جاءت هذه الدراسة لتوضح ارتباط التفاؤل و التشاؤم بالرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا ،وهي نتيجة مهمة بلا شك ،فتفاؤل الفرد المكفوف ينعكس على ارتفاع الرضا عن الحياة و العكس صحيح والفرد المعاق بصريا المتشائم ينخفض الرضا عن الحياة لديه،فالمتفائل نجده أكثر قدرة على التكيف و الاندماج أمام مصاعب و عراقيل يمر بها ،فيكون أكثر تخطيطا و اصرارا على المواصلة و اجتياز الأزمات ،في حين أن المتشائم يتوقع الفشل و نجده ينسحب أحيانا قبل المحاولة.

حاولت هذه الدراسة التعرف على العلاقة بين التفاؤل و التشاؤم و لبرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا ،فقد تنوعت من حيث اختلاف الجنس(ذكرو أنثى) ومن حيث الفئلت العمرية من (18سنة الى أكثر من 58سنة) ،كذلك اختلاف في المستوى الدراسي (أمي، ابتدائي،متوسط،ثانوي،جامعي) وكذا اختلاف في المستوى المهني (بطل،عامل حر، موظف،متقاعد)،حاولت هذه الدراسة البحث عن الفروق ومدى تأثير هذه العوامل على المعاق بصريا من خلال الدراسة الميدانية وتطبيق القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم و القائمة العربية للرضا عن الحياة ،الا أنها تبقى بحاجة الى دراسات و بحوث أخرى على عينات أكبر ،خاصة في ظل الظروف المعيشية الصعبة و المهنية التي يعايشها المعاق بصريا التي قلصت فرص العمل بشكل كبير على جميع فئات المجتمع عموما والمعاقين بصريا خصوصا بالرغم من حولهم على شهادات ووصولهم لأعلى المستويات الدراسية ،مما أوجد لديهم شعورا لدى البعض بقلّة المسؤولية و الثقة اتجاههم على غرار ذلك يوجد لدى البعض الآخر من المعاقين بصريا ممن يعانون من هذه العراقيل التي ساهمت في زيادة طموحه و ابداعه وجديته أكثر في تحدى نفسه و غيره،حيث أن الرضا عن الحياة في وسط المعاقين بصريا كغيره من الأوساط داخل الفئات الأخرى ،اما أن تحقق توازنا و تكيفا للفرد فيستطيع تحقيق ذاته و أهدافه و الوصول للرضا عن الحياة و اما أن تخلق له ضغوطات تعيق انتاجه فتصعب من مهامه مما يؤدي به الى الشعور بعدم الرضا عن حياته داخل المحيط و المجتمع.

المساهمة العلمية:

المساهمة النظرية: حاولنا من خلال دراستنا أن نبرز أهميتها من الناحية النظرية ،كما كشفت عن العلاقة بين التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا ،في ضوء متغيرات الدراسة و هي الجنس،السن، المستوى الدراسي و المهنة ،كما تكتسب

أهمية الدراسة من خلال تناولها لشريحة هامة و واسعة في المجتمع و هم المعاقون بصريا ،كما استطعنا من خلال الدراسة الحالية التركيز على نفسية المعاق بصريا و ما يعايشه داخل الأسرة و المجتمع و ابراز أهمية الدعم النفسي في تحقيق الرضا عن الحياة و توضيح أهمية التفاؤل و دوره في تحسين التكيف مع الاعاقة.

المساهمة التطبيقية:

قد تشكل هذه الدراسة مدخلا لدراسات و أبحاث أخرى تستلهمها من خلال هذا المجال البحثي ،كما تظهر أهمية الدراسة من خلال اثراء الجانب النظري و التطبيقي ،استطعنا أن نجمع العديد من العناصر الأساسية حول متغيرات الدراسة و مشكلاتها فرضياتها ، التي قمنا بطرحها كاجابات مؤقتة للدراسة و التأكد من صحتها، أو نفيها ميدانيا ،أوضحنا من خلالها أهمية الدراسة ،فقد أجريناها مع فئة المعاقين بصريا ، في المنظمة الوطنية للمكفوفين(وهران وتلمسان) طبقنا القوائم على (141) فردا معاقا بصريا و تحصلنا على النتائج ،بعدها تم اجراء الخصائص السيكومترية.طبقت الباحثة معهم القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم والقائمة العربية للرضا عن الحياة ، كما اعتمدنا على الملاحظة و المقابلة نصف موجهة في دراستنا الاستطلاعية بهدف مساعدتنا على اختيار العينة في الدراسة الأساسية.

اقتراحات: في ضوء النتائج المتوصل اليها تقترح الباحثة:

- ضرورة اشراك فئة المعاقين بصريا و تفعيل دورهم من قبل المؤسسات المتخصصة كعامل داعم خصوصا أنه يتوفر لدى الكثيرين منهم ،على دراسات عليا ،وجعلهم عناصر داعمة و ذو انتاجية للمجتمع ،كما تبث في أنفسهم الأمل والامان ،عن طريق اعطائهم فرص في العمل تبعدهم على البطالة و تبعاتها.
- توجيه اهتمام الجهات المسؤولة لشريحة المعاقين بصريا الخريجين الجامعيين ،و اشباع حاجاتهم أكثر ليصبحوا أكثر رضا عن حياتهم ،و اشراك المعاقين بصريا غير متعلمين في برامج تطوعية ومجتمعية و ثقافية تعمل على توعيتهم وتعزيز ثقتهم بالنفس ،كما تنمي مهاراتهم حتى يحسوا بأن لهم دور في المجتمع .
- توفير وسائل تعليمية وادماج التكنولوجيا الحديثة مثل التطبيقات الناطقة ومحاولة نشر الوعي و تحسيس المجتمع أكثر لتقليل التمييز .
- اجراء المزيد من الدراسات و البحوث على فئة المعاقين بصريا مع متغيرات أخرى والتركيز على هذه الفئة التي تحتاج الى اهتمام ومراقبة ورعاية.

المراجع باللغة العربية:

1. بولحبال آية و أمزيان وناس، (2021)، التفاؤل غير الواقعي وأثره على الصحة، مجلة العلوم الانسانية لجامعة أم البواقي ، المجلد 8، العدد (1) .
2. تمار محمد، (2015)، فاعلية الأنشطة المكيفة في الرفع من مستوى تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصريا ، أطروحة دكتوراه ، معهد التربية البدنية ، جامعة الجزائر3.
3. ابراهيم سماح عبد الله ، (2009)، التفاؤل و التشاؤم و علاقتها بتنظيم الوقت لدى بعض الطلاب وطالبات الجامعات الحكومية، أطروحة ماجستير، جامعة أم درمان الاسلامية.
4. ابليش حواء ابراهيم احمد، (2016)، الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المراهقين ، مجلة البحث العلمي في التربية العدد 17، جامعة عين شمس كلية البنات ، ص ص 479-504
5. أبو عبيد دعاء شعبان شعبان، (2013)، الرضا عن الحياه وعلاقته بقلق المستقبل لدى الاسرى المحررين المبعدين الى قطاع غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الاسلامية غزة فلسطين.
6. أرجايل مايكل، (1993)، سيكولوجية السعادة، دار غريب للطباعة و النشر.
7. أسعد يوسف ميخائيل ، (دون تاريخ)، التفاؤل و التشاؤم، دار نهضة مصر للطبع و النشر الفجالة- القاهرة.
8. الأنصاري بدر محمد، (1998)، المفهوم والقياس و المتعلقات ، الطبعة الاولى ، الكويت ، مطبوعات جامعة الكويت.
9. بركات زياد أمين، (1998)، دراسة في سيكولوجية الشخصية: التفاؤل و التشاؤم و علاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي ، أطروحة ماجستير، جامعة اليرموك
10. بقال أسماء، معروف صفاء، (2021)، التفاؤل و التشاؤم لدى الأم غير المتزوجة دراسة ميدانية على عينة من الأمهات غير المتزوجات، مجلة التدوين، المجلد 13، العدد (1) ، ص ص 245-260.
11. بلعزوق سمية ، تيلوين حبيب ، (2023)، الارتياح المدرسي لدى الطفل الجزائري وجودة الحياة المدرسية، مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية ، المجلد 15 ، العدد (1)، ص 141-154، جامعة محمد بن أحمد وهران 2 – الجزائر.

12. بلعظم نادية ، (2022) ، اقترح طريقة بديلة عن كتابة برايل تتيح للمكفوفين التواصل كتابيا مع المبصرين،رسالة دكتوراه،جامعة وهران.
13. بن الشيخ عبد الحميد، (2015) ، أثر المعتقدات الشعبية في سلوك الانسان الجزائري المعاصر دراسة ميدانية لعينة من المثقفين، رسالة دكتوراه، جامعة الجزائر.
14. بن حدو مريم، (2019)، أنماط الشخصية و علاقتها بالتفاؤل و التشاؤم لدى عينة من طلبة الجامعة،رسالة دكتوراه، جامعة تلمسان- الجزائر.
15. بن عبد الله عبد القادر، الهادي عيسى، حبارة محمد،(2018)، مصادر ومستويات الضغوط النفسية لدى الأفراد المعاقين بصرياً الممارسين والغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية المكيفة،مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية ،المجلد (10) ،العدد(33)، ص ص 335-356،المسيلة.
16. بن عبد المولى رضوان،(2014)، التأهيل المهني للمعاقين بصريا وعلاقته بالرضا الوظيفي لديهم ،أطروحة ماجستير، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر 2.
17. بن مهدية سهام ،راحيس ابراهيم ، بوشينة صالح،(2018)التفاؤل (المفهوم،العوامل المؤثرة ومبادئ التعلم)، مجلة الفتح للدراسات النفسية و التربوية المجلد(2) ، العدد(1)،ص70-81، جامعة حسية بن بوعلي الشلف و جامعة محمد الصديق بن يحيى جيجل – الجزائر.
18. بولنج آن، (2008)، قياس الصحة عرض لمقاييس جودة الحياة، مجموعة النيل العربية، الطبعة(1)، القاهرة.
19. جبراني عايدة برو محمد،(2021)، العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والدافعية للتعلم لدى الافراد المعاقين بصريا مجلة العلوم الانسانية لجامعة ام البواقي،المجلد (8)،العدد(1)، برج بوعريريج.
20. جبور بشير، (2012)،التواصل التعليمي عند المعاقين بصريا السنة الأولى من التعليم الابتدائي نموذجا،أطروحة ماجستير،جامعة وهران.
21. جعيس عفاف محمد أحمد،الحديبي مصطفى عبدالمحسن، (2015) ، اعاقه الذات كمتغير وسيط بين التفاؤل الاستراتيجي- التشاؤم الدفاعي و جودة الحياة لدى طلاب الجامعة، المجلة العلمية، المجلد الحادي والثلاثين،العدد الخامس، جزء ثاني.
22. الجمل سمير سليمان،(2020)،التفاؤل و التشاؤم لدى الطلبة الجامعيين في ظل جائحة كورونا، مجلة الرواق للدراسات الاجتماعية والانسانية،المجلد(6)، العدد(2)، جامعة الخليل – فلسطين.

23. جواهر جعفر احمد كرم ومحمد علي ،(2018)،الرضا عن الحياة لدى الابناء، المجلة العلمية لكلية رياض الاطفال، جامعة منصوره حسن، محمد سعد الدين الحسيني كليه الاداب المجلد(5)، العدد (2)، ص ص 241 274.
24. الحارثي سهام منيف الشدادي ،(2019) ،مشكلات الطالبات الكفيفات في المرحلة الجامعية،المجلة العلمية، المجلد35، العدد(6) ، جزء ثاني ، جامعة أسيوط.
25. الحديدي منى صبيحي ،الخطيب جمال محمد، المدخل الى التربية الخاصة،(2009)،كلية العلوم التربوية قسم الارشاد الجامعة الاردنية، دار الفكر ناشرون وموزعون عمان- الاردن.
26. الحديدي منى صبيحي و الخطيب جمال محمد، (2009)،المدخل الى التربية الخاصة،الطبعة الأولى،دار الفكر ناشرون و موزعون ،عمان الأردن.
27. الحديدي منى صبيحي، (2014)، مقدمة في الاعاقة البصرية دار الفكر الناشرون وموزعون الطبعة(6)عمان -الاردن.
28. حوحو عائشة،رابحي اسماعيل، (2019)، واقع الخدمات التربوية المقدمة لذوي الاحتياجات الخاصة من فئة المعاقين بصريا ،مجلة الرواق للدراسات الاجتماعية والانسانية ،المجلد(5)، العدد(1)،جامعة محمد خيضر بسكرة-الجزائر.
29. خرموش سميرة،(2022)، التفاؤل و التشاؤم و الصحة النفسية في الكتابات الحائطية دراسة ميدانية ولاية المسيلة، مجلة الراصد لدراسات العلوم الاجتماعية،المجلد(2)، العدد(2)،جامعة أبو القاسم سعد الله الجزائر2.
30. الخضر عثمان حمود،(1999)،التفاؤل و التشاؤم و الأداء الوظيفي،المجلة العربية للعلوم الانسانية،المجلد(17)،العدد(67)،ص ص 214-242.جامعة الكويت
31. خليفة علي السيد ، (2001)،الخلج و التشاؤم وعلاجهما ،المركز العربي للنشر والتوزيع ، الاسكندرية.
32. خنوش عبد القادر، بن عتو عدة،(2018) ،البناء العاملي الاستكشافي و التوكيدي لمقياس التشاؤم، دراسات في علوم التربية ،المجلد الأول،العدد الرابع ،جامعة حسيبة بن بوعلي.
33. خينش علي،قيال موراد،محاد عامر،(2020)، مساهمة الأنشطة الرياضية المعدلة في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى فئة الاعاقة البصرية (ضعاف البصر 9-12 سنة)،مجلة المسار الرياضي،المجلد(3)،العدد (6)، ص ص 127-143،الجلفة-الجزائر.
34. دريادي نور الدين ،(2015) ، تأثير ممارسة التربية البدنية و الرياضية على تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الأطفال المعوقين بصريا المرحلة العمرية (9-12) جامعة الجزائر.

35. دهبية موفق ،(2018)،نوعية الحياة للمرضى المصابين بالضغط الدموي مجلة الدراسات لجامعة عمار فليجي الاغواط الجزائر،المجلد2018،العدد،63،صص119-128، جامعة يحيى فارس المدية.
36. الزريقات ابراهيم عبد الله فرج،(2006)، الاعاقة البصرية المفاهيم الأساسية و الاعتبارات التربوية ،الطبعة (1) دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ،الجامعة الأردنية.
37. الزريقات ابراهيم عبد الله فرج،(2006)، الاعاقة البصرية المفاهيم الاساسية والاعتبارات التربوية، قسم الارشاد والتربية الخاصة كلية العلوم التربوية الجامعة الاردنية دارالمسيرة، النشر والتوزيع والطباعة عمان- الاردن.
38. زقاوة أحمد ،بوفلجة غيات، بزايد نجاة،غيات حياة،المسوس يعقوب،(2020)،التفاؤل و التشاؤم وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة، مجلة العربية لعلم النفس،المجلد 5،العدد(2)،الجزائر
39. زيدان عصام محمد،المتولي ليلى عبد العظيم،الباز معتز محمد السيد،(2017)، العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من المراهقين المكفوفين،مجلة بحوث التربية النوعية،المجلد(2017)،العدد(47)، ص ص 145-170، كلية التربية، جامعة المنصورة.
40. سكر رجب ماجد،(2017)، التشاؤم في القرآن ،مجلة الجامعة الأقصى (سلسلة العلوم الانسانية) مجلد الحادي والعشرون ،العدد الثاني ،ص ص 68-108غزة-فلسطين.
41. سليم حنين أحمد، (2018) ،فاعلية برنامج ارشاد جماعي لتنمية التفاؤل الأكاديمي و بعض المتغيرات لدى عينة من الطلبة المتعثرين دراسيا في المرحلة الثانوية،أطروحة ماجستير،جامعة دمشق.
42. سني أحمد ،(2021)،القدرة التنبؤية للعوامل الخمس الكبرى للشخصية للكشف عن التشاؤم والتفاؤل في التوافق الزواجي، رسالة دكتوراه جامعة وهران 2 – الجزائر.
43. سيسالم كمال سالم،(1997) ،المعاقون بصريا خصائصهم و مناهجهم،الطبعة الأولى ،الدار المصرية اللبنانية،القاهرة.
44. شارف جميلة ، بقال أسماء، (2018)، أثر التفاؤل لدى الأمهات على تحقيق جودة الحياة بين الأبناء ،مجلة الحكمة للدراسات التربوية و النفسية ،المجلد (6)، العدد (14)،ص ص 224-243، جامعة وهران.
45. شبعاني فاطمة، (2019)، الرضا عن الحياة والشعور بالكفاءة الذاتية العامة لدى فئة المراهقين، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية المجلد(7)،العدد (1)، ص ص 120-146.

46. الشريف عبد الفتاح عبد المجيد، (2011)، التربية الخاصة وبرامجها العلاجية مكتبة الاجلو مصرية قسم التربية وعلم النفس كليه التربية، جامعة الحدود الشماليه المملكة العربية السعودية القاهرة جمهورية مصر العربية.
47. شعبان عبد ربه علي ، (2010)، الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا رسالة ماجستير قسم الجامعة الاسلامية، غزة.
48. شقوره يحيى عمر شعبان، (2012)، المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة، رسالة ماجستير جامعة الازهر غزة.
49. صالح بربر عمار، (2015)، تقبل المكفوفين إعاقته، مجلة كلية التربية الأساسية، المجلد (31)، العدد (88).
50. صالحى سعيدة، (2014)، التفاؤل و التشاؤم في المنظور النفسي، مجلة دفاتر علم الاجتماع، المجلد (2)، العدد (2)، ص ص 142-158، جامعة الجزائر
51. الطرطور عيبر بنت سليمان بن محسن، (2011)، التطير مفهومه و آثاره و سبل علاجه ، أطروحة ماجستير، الجامعة الاسلامية غزة.
52. طيب تومي، (2016)، علاقة بعض أساليب التفكير (لسترنبرج) بالتوافق الدراسي ومركز التحكم (الداخلي- الخارجي) لدى التلاميذ المكفوفين -سنة رابعة متوسط) أطروحة دكتوراه، كلية العلوم الاجتماعية قسم علوم التربية جامعة الجزائر- 2 أبو القاسم سعد الله.
53. الظاهر قحطان احمد، (2008)، مدخل الى التربية الخاصة، الطبعة 2، دار وائل للنشر والتوزيع.
54. عايش صباح، (2019)، التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالرضا عن الحياة لدى اخوة المعاقين عقليا، مجلة الجامع في الدراسات النفسية و العلوم التربوية، المجلد 4، العدد (2)، جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف- الجزائر.
55. عبد الحسن عبد الكريم ايمان، (2012)، قياس التفاؤل و التشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية ،جامعة المستنصرية، مجلة كلية التربية الأساسية ، المجلد 18، العدد (75)، ص ص 455-501، الجامعة المستنصرية.
56. عبد العال مي عبد الخير عبد اللطيف، (2018)، الرضا عن الحياه والوعي بالذات كمنبئات للصمود النفسي لدى عين من طلبة الاقسام العلمية والادبية، رساله ماجستير جامعه الدول العربيه بالجامعه كليه التربيه كفر الشيخ قسم البحوث والدراسات.
57. عبيد ماجد السيد ، يحيى خوله احمد، (2007)، أنشطة الأطفال العاديين ولذوي الاحتياجات الخاصة في مرحلة ما قبل المدرسة، طبعة واحد دار المسيرة للنشر والتوزيع عمان- الاردن.

58. عبيد ماجدة السيد، (2000)، تعليم الأطفال ذوي الحاجات الخاصة مدخل الى التربية الخاصة، الطبعة الأولى، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
59. عساس حسان، (2021)، دور الوسائل التكنولوجية في تنمية المهارات اللغوية لدى المكفوفين، أطروحة دكتوراه، كلية الآداب واللغات، جامعة العربي التبسي، تبسة.
60. عله عيشة، (2015)، الاشباع العاطفي بين الزوجين و علاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من أساتذة التعليم العالي، رسالة ماجستير، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة عمارثليجي-الأغواط.
61. عليه سماح، (2013)، تكييف المناهج التربوية حسب حاجات المعاقين بصريا مدرسه طه حسين للصغار المكفوفين بسكرة، كلية العلوم الانسانية قسم العلوم الاجتماعية اطروحة الدكتوراه، جامعة محمد خيضر بسكرة.
62. عنو عزيزة، (2019)، التفاؤل و التشاؤم من حيث علاقتهما بعدد من المتغيرات النفسية لدى المرأة الجزائرية مقارنة بالرجل، مجلة الحكمة للدراسات الفلسفية، المجلد 7، العدد (1)، ص ص 33-53 جامعة الجزائر 2.
63. عيد الرماضين ابراهيم محمد، (2009)، التفاؤل و التشاؤم و علاقتهما بالتدين لدى عينة من العاملين في جمعيات تحفيظ القرآن الكريم في مدينة الرياض، أطروحة ماجستير، جامعة مؤتة
64. عيد نانسي كمال صالح، (2018)، مقياس جودة الحياة للمراهقين ضعاف السمع مجلة البحث العلمي في التربية العدد (19)، ص ص 59-78، كلية التربية جامعة عين الشمس قسم الصحة النفسية والارشاد النفسي الدكتوراه فلسفة التربية.
65. عينو عبد الله، (2017)، تقنين مقياس سليجمان للتفاؤل والتشاؤم على بيئة سعيدة -الجزائر، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والانسانية، المجلد 2017 العدد (34)، ص ص 193-206، جامعة بابل.
66. عينو عبد الله، (2016)، فعالية استراتيجية في تنمية سمة التفاؤل لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والانسانية، العدد 25، جامعة بابل.
67. عينو عبد الله، (2017)، تقنين مقياس سليجمان للتفاؤل والتشاؤم على بيئة سعيدة- الجزائر، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والانسانية، المجلد 2017 العدد (34)، ص ص 193-206، جامعة بابل.
68. عينو عبد الله، (2019)، قياس مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية وطلاب الجامعة -دراسة ميدانية بمدينة سعيدة، مجلة سلوك، المجلد 05، العدد (01)، ص ص 119-138، جامعة الدكتور مولاي الطاهر بسعيدة-الجزائر.

69. الغامدي عبير علي محمد ، (2020) ، التفاؤل والتشاؤم و علاقته بالرضا عن الحياة لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدينة الباحة،المجلة التربوية لتعليم الكبار.المجلد الثاني ،العدد الأول ، كلية التربية، جامعة أسيوط
70. فلاق نبيلة، (2014)، التفاؤل غير الواقعي و علاقته بالسعادة النفسية، أطروحة ماجستير، كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية جامعة الجزائر.
71. القحطاني عبد الهادي بن محمد بن عبد الله ،(2013) ،الظغوط النفسية و علاقتها بالتفاؤل و التشاؤم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخير بالمنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية،أطروحة ماجستير،جامعة البحرين.
72. قلجة عمر زاهر،(2015)،التفاؤل و التشاؤم و علاقتهما بمركز الضبط و التحكم لدى الأطفال الأيتام في معهد الأمل للأيتام بغزة،أطروحة ماجستير، الجامعة الاسلامية غزة.
73. القمش مصطفى نوري،(2013)،الاعاقات المتعددة،الطبعة الثالثة ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة،،جامعة البلقاء التطبيقية، عمان الأردن.
74. قنيطة سهاد سمير،(2016)، التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة لدى المطلقات من قطاع غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الاسلامية غزة.
75. كوافحة تيسير مفلح،عبد العزيز عمر فواز،(2010) ،مقدمة في التربية الخاصة،الطبعة الرابعة ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة، عمان الاردن.
76. اللالا زياد كامل،الالا صائب كمال،حسونه مأمون محمد جميل،العلي وائل أمين،العابد يوسف محمد،الزيري شريفة عبد الله،الجلامني فوزية عبد الله ،الشрман وائل محمد، القبالي يحيي أحمد،بدون سنة، "أساسيات التربية الخاصة"،دار المسيرة للنشر و التوزيع.
77. مأمون عبد الكريم ،(2015)، علاقة التفاؤل و التشاؤم بجودة الحياة لدى المراهق مجهول النسب، أطروحة ماجستير ،جامعة البليدة 2 – الجزائر.
78. المجدلاوي ماهر يوسف،(2012)،التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية لدى موظفي الأجهزة الأمنية الذين تركوا مواقع عملهم بسبب الخلافات السياسية في قطاع غزة، مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية ، المجلد العشرون، العدد الثاني، ص ص(236- 207).

79. مرباح أحمد تقي الدين ،نجمة بلال،(2017)، سمتا التفاؤل و التشاؤم و علاقتهما بالرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات ،مجلة الدراسات الجامعية العدد،(51)، ص ص. 35-48،.دراسة ميدانية في القطب الجامعي تامة تيزي وزو.
80. مسعودي امحمد،(2017)، جودة الحياة النفسية، مجلة روافد للدراسات والابحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والانسانية العدد (1)، ص ص. 127-148 ،المركز الجامعي عين تموشنت.
81. معتوق خولة،مجاهدي الطاهر، (2021)، التوافق النفسي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى المكفوفين،مجلة الجامع في الدراسات النفسية و العلوم التربية- دراسة ميدانية بمدرسة المكفوفين، المسيلة، المجلد(6)،العدد(1).
82. معمريه بشير،(2021)،علم النفس الايجابي وقياس متغيراته في المجتمع الجزائري الرضا عن الحياة وجودة الحياة الجزء الثاني، جامعة الحاج لخضر، باتنة
83. معمريه بشير،(2021)،علم النفس الايجابي وقياس متغيراته في المجتمع الجزائري الجزء الأول، جامعة الحاج لخضر، باتنة.
84. منصوري نبيل ،لunas عبدالله ، لونس أحمد (2017) العوامل الخمس للشخصية و علاقتها بالتفاؤل و التشاؤم لدى الطلبة المقبلين على التخرج ،مجلة الباحث،المجلد9، العدد(1) ص ص 8-22، جامعة آكلي محند أولحاج البويرة-الجزائر.
85. المومني أحمد فاطمة،(2020)، التدين و علاقته بالرضا عن الحياة لدى الخريجين الجامعيين العاطلين عن العمل في ضوء بعض المتغيرات ، مجلة اتحاد الجامعة العربية للبحوث في التعليم العالي ،المجلد40، العدد(2).
86. النادرهيثم محمد،(2017)، جودة الحياة لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية مؤتة للبحوث والدراسات سلسلة العلوم الانسانية والاجتماعية، المجلد (32)،العدد(1).
87. نصر الله حسن نوال خالد، (2008)،أنماط التفكير السائدة و علاقتها بسلوكية التفاؤل و التشاؤم لدى طلبة مرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين،أطروحة ماجستير،جامعة النجاح الوطنية ، نابلس فلسطين.
88. نوبيات قدور،(2013)، الرضا عن الحياه والنظريات المفسره له ،مقاربات مجلة العلم والمعرفة المجلد (4)،العدد (1)، جامعة الجلفة

المراجع باللغة الاجنبية:

1. Ahmad M.Mahasneh ,Zohair H.al Zoubir,Omar T.Batayeneh(2013),The relationship between optimism pessimism and personality traits among students in the hashemite university vol(6)n°(8),faculty of education.
2. Carolane Mascle,(2023),Le livre tactile illustré influence de la technique d'illustration sur la reconnaissance des images par des personnes voyantes et non-voyantes, revue bulletin de psychologie ,4(N°582),311-315,
3. Céline Péres, Paul Fonyayne, Froncois Cury,Jean –Pierre Fanose,(2005),validation française du questionnaire de préselection de l'optimisme et du pessimisme de noren et cantor,staps 3 ,n°69,93-103.
4. Chih Nuo Grace Chao, Alan Chi-Keung Cheung, Elaine Lau, Angel Nga Man Leung,(2023),Teachers' Perceptions on Quality of School Leadership and Psychological Well-Being: The Mediating Roles of Work-Related Meaning in Life and Optimism in Hong Kong Kindergarten Teachers,Applied Research in Quality of Life, 18,1249–1268.
5. Christiane Trottier, Pièrre Trudel, Wayne Richard Hatwell,(2007),presentation des deux principales theories nord-américaines sur l'optimismen,de boeck superieur staps,3(n°77),9-28,departement de l'éducation physique,université travel- quèbec.
6. David Dulin, Céline Gavisiane, Colline serrière, Marine Kargoat, Anne Catherine Bachwoud-Levi Paolo Bartolomeo, Sylvie Chokron,(2009), Trouble de la vision et imagerie mentale visuelle du matériel prthographique, des couleurs, des visages et des relations spatiales, revue de neuropsychologie,3(vol1),201-209,
7. David Dulin, Daniel Martin, (2006),expérience tactile et capacités d'imagerie mental des aveugles Congénitaux,revue bulletin de psychologie,2(n°482),159-172 .

8. Delaney Ann Barbara ,(1994),the effect of optimism pessimism on the supervision working alliance,iregan state university.
9. Funy Ming Chan,(2004),the effects of optimism and the five –factor model of personality on stress and performance in the work place, doctoral dissertation trace ,Tennessee research and creative exchange graduate school, university of Tennessee.
- 10.Hans-Joachim Wolfram,(2023),Meaning in life, life role importance, life strain, and life satisfaction,Current Psychology , 42,29905–29917, Kingston University.
- 11.Heather Craig, Rosanne Freak-Poli, Aung Zaw Zaw Phy, Joanne Ryan, Danijela Gasevic,(2021),The association of optimism and pessimism and all-cause mortality: A systematic review,Personality and Individual Differences.
- 12.https://pccole.blogspot.com/2016/10/blog-post_57.html
- 13.Jaewon Lee, Hong-Sik Kim, Kyu-Dong Shim, Ye-Soo Park,(2017),The Effect of Anxiety, Depression, and Optimism on Postoperative Satisfaction and Clinical Outcomes in Lumbar Spinal Stenosis and Degenerative Spondylolisthesis Patients: Cohort Study,*Clinics in Orthopedic Surgery*, 9(2),177-183.
- 14.Jenny Marcionetti, Luciana Castelli,(2023),The job and life satisfaction of teachers: a social cognitive model integrating teachers’ burnout, self-efficacy, dispositional optimism, and social support,International Journal for Educational and Vocational Guidance,vol(23),441–463, Department of Education and Learning (DFA), University of Applied Sciences and Arts of Southern Switzerland.
- 15.Josiane Heyraud, Cristianne Almondros,(2013),l’accompagnement au quotidien des personnes defiecientes visuelles, Editions érès.
- 16.Jutta Karhu , Juha Veijola, Mirka Hintsanen ,(2024),The bidirectional relationships of optimism and pessimism with depressive symptoms in adulthood – A 15-year follow-up study from Northern Finland Birth Cohorts,Journal of Affective Disorders, vol(362), 468–476,Faculty of Education and Psychology.

- 17.Kai-Yu Tsai,Yu-Hsiu Hung,Rain Chen,Eva Chang,(2019),Indoor Spatial Voice Navigation for People with Visual Impairment and Without Visual Impairment,Publication rights licensed to ACM ,Aizu-Wakamatsu.
- 18.Krumm Charles-Martin,(2012),"l'optimism: une analyse synthétique", revue :les cahiers internationaux de psychologie sociale,1numéro(93),103-133.
- 19.Lauren B Alloy,Anthony H Ahrens, (1987), Depression and Pessimism for the Future: Biased Use of Statistically Relevant Information in Predictions for Self Versus Others,Journal of Personality and Social Psychology,Vol. 52, No. 2, 366-378.
- 20.Lucie Brunet ,Francoise Darces, Malika Auvray ,Strategies and needs of blind pedestrians during urban navigation,revue le travail humain ,2(vol.81),141,171.
- 21.Maria Chiara Fastame, Marilena Ruiiu, Ilaria Mulas, (2021),Mental Health and Religiosity in the Sardinian Blue Zone, Life Satisfaction and Optimism for Aging Well,Journal of Religion and Health ,vol(60),2450–2462.
- 22.Naseem Ahmad, Azmat Jahan , Nasheed Imtiyaz, (2016), Personality correlates optimism among couples, The international journal of Indian psychology,Volume 3, Issue 4No. 67.
- 23.Nathali Lewi-Dument ,(2015),Des besoins particulières des élèves aux besoins de formation des professionnelles :Exemple de la déficience visuelle, la nouvelle revue de l'adaptation et la scolarisation,2(N°70-71),149-164.
- 24.Ronél Ferreira&Maximus M.Sefotho,(2020),understanding education for the visually impaired.
- 25.Xiaobo Wang, Xiong Lu, Tao Hu, Shuang Xue, Wenjian Xu, Wanjie Tang,(2023),Optimism and friendship quality as mediators between trait emotional intelligence and life satisfaction in Chinese adolescents: A two-wave longitudinal study,Current Psychology, vol(42),29918–29927.

- 26.Yung Chun,, Jason Jabbari, Wenrui Huang, Carol Graham,(2024),Can training and apprentice programs in STEM increase worker life satisfaction and optimism?International Journal of STEM Education,11,6 .
- 27.Yvette Hatweel ,(2003),le développement perceptivo-moteur de l'enfant aveugle ,revue enfance ,1 (vol.55),88-94 .

الملاحق

الملحق (1): القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة في صورته الأولىة للتحكيم:



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique
كلية العلوم الاجتماعية
Faculté des sciences sociales

جامعة: وهران (2) بسم الله الرحمن الرحيم.....والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

كلية: العلوم الاجتماعية رسالة تحكيم المقاييس

الاسم و اللقب الأستاذ(ة) الدكتور(ة) الكريم(ة) :

تخصص:

الدرجة العلمية:

جامعة:

إستمارة تحكيم مقياس التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا.

إعداد: ط.د/ علام سعاد إشراف: أ.د. حليلة قادي

أستاذي الكريم/ أستاذتي الكريمة، تحية طيبة وبعد :

في إطار إعداد أطروحة الدكتوراه تخصص التربية الخاصة والموسومة ب: "التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا.

نعرض عليكم أدوات الدراسة للتحكيم فالرجاء منكم أستاذتي الكرام إبداء رأيكم الصريح حول مدى وضوح الصياغة اللغوية للفقرات، وإمكانية ادخال اي تعديلات ترونها مناسبة في الصياغة.

1- سلامة الفقرات لغويا ووضوحها

2- مدى ملائمة بدائل الأجوبة للفقرات.

3-وضوح التعليمات.

4-مناسبة البيانات الشخصية.

ابداء ملاحظاتكم واقتراح ماترونه مناسباً، مع بالغ الشكر والامتنان.

الباحثة: علام سعاد

ويتم تقدير درجات عبارات مقياس الاستبيان التفاضل و التشاؤم على النحو التالي:

البدائل	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا	كثيرا جدا
الأوزان	01	02	03	04	05

واليك المثال التوضيحي التالي:

العبارة	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا	كثيرا جدا
تبدولي الحياة جميلة	x				

-/ الفقرات:

عدد الفقرات	كاف	غير كاف	التعديل
وضوح الفقرات	كاف	غير كاف	التعديل
ترتيب الفقرات	كاف	غير كاف	التعديل
لغة الفقرات	كاف	غير كاف	التعديل

--	--	--	--

البدائل :

البدائل	كافية ومناسبة	غير كافية وغير مناسبة	التعديل
لا			
قليلا			
متوسطا			
كثيرا			
كثيرا جدا			

قائمة التفاضل:

البيانات الشخصية :

السن: الجنس :

المهنة: المستوى الدراسي :

تعليمات :أمامك مجموعة من العبارات التي تصف تفكيرك ومشاعرك وسلوكك وكيف تنظر الى مستقبلك والى الحياة اقرأها جيدا ثم بين مدى انطباقها عليك وذلك بوضع علامة xتحت كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا .أجب عن كل العبارات

الرقم	الفقرات بأبعادها	تقيس	لا تقيس	الصياغة اللغوية	البديل المقترح
				واضحة غير واضحة	
1	تبدولي الحياة جميلة				
2	اشعر أن الغد سيكون مشرقا				
3	أتوقع أن تتحسن الأحوال مستقبلا				

4	انظر إلى المستقبل على أنه سيكون سعيدا					
5	أنا مقبل على الحياة بحب و تفاؤل					
6	يخبئ لي الزمن مفاجأة سارة.					
7	ستكون حياتي أكثر سعادة.					
8	أرى أن الفرج سيكون قريبا.					
9	أتوقع الأحسن في الحياة					
10	أرى الجانب المشرق المضيء من الحياة.					
11	أفكر في الأمور المبهجة المفروحة.					
12	أرى أن الآمال والأحلام التي لم تتحقق اليوم سوف تتحقق غدا.					
13	أفكر في المستقبل بكل تفاؤل.					
14	أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم.					
15	حياتي كلها أمل					

قائمة التشاؤم:

الرقم	الفقرات وابعادها	تقيس	لا تقيس	الصياغة اللغوية		البديل المقترح
				واضحة	غير واضحة	
1	تعلمت من الخبرة أن الحياة سوداء كالليل المظلم					
2	حظي قليل في هذه الحياة					
3	اشعر أنني أتعس مخلوق					
4	سيكون مستقبلي تعسا					
5	يلازمني سوء الحظ					
6	مكتوب علي الشقاء					
7	أنا يائس من هذه الحياة					
8	أترقب حدوث أسوأ الأحداث					
9	يخيفني ما يمكن أن يحدث لي في المستقبل من سوء الحظ					
10	أتوقع أنني أعيش حياة تعيسة في المستقبل					
11	لدي شعور قوي بأنني سأفارق الأحبة قريبا					

12	تخيفني الأحداث السارة لأنها تعقبها أحداث مؤلمة				
13	اشعر بأن كل المصائب خلقت من أجلي				
14	يبدولي أن المنحوس منحوس مهما حاول ان يكون غير ذلك				
15	كثرة الهموم تجعلني اشعر بأنني أموت في اليوم مئة مرة				

ويتم تقدير درجات عبارات استبيان الرضا عن الحياة على النحو التالي:

البدائل	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
الأوزان	01	02	03	04

واليك المثال التوضيحي التالي:

العبرة	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
أنا أسعد حالا من الآخرين	x			

عدد الفقرات	كاف	غير كاف	التعديل
وضوح الفقرات	كاف	غير كاف	التعديل
ترتيب الفقرات	كاف	غير كاف	التعديل
لغة الفقرات	كاف	غير كاف	التعديل

البدائل :

البدائل	كافية ومناسبة	غير كافية وغير مناسبة	التعديل
لا			
قليلا			
متوسطا			
كثيرا			

قائمة الرضا عن الحياة:

العمر:.....الجنس:.....المهنة:.....

المستوى الدراسي:.....

التعليمة: فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن مدى رضاك عن حياتك بصفة عامة. اقرأ كل عبارة على حدى، قم اجب عنه بوضع علامة x تحت كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا، وذلك حسب انطباق العبارة عليك، أجب عن كل العبارات.

الرقم	الفقرات و أبعادها	تقي س	لا تقيس	الصياغة اللغوية		البديل المقترحة
				واضحة	غير واضحة	
1	أنا أسعد حالا من الآخرين					
2	أنا راض عن نفسي					
3	ظروف حياتي ممتازة					
4	في معظم الأحيان تقترب حياتي من المثالية					
5	أنا راض عن حياتي					

					أشعر بالثقة اتجاه سلوكي الاجتماعي	6
					أشعر بالأمن و الطمأنينة	7
					أتمتع بحياة سعيدة	8
					أشعر أن حياتي الآن أفضل من أي وقت مضى	9
					حصلت حتى الآن على الأشياء المهمة في حياتي	10
					أشعر أنني موفق في حياتي	11
					أشعر بالبهجة والتفاؤل اتجاه المستقبل	12
					أنا راض عن ما وصلت إليه	13
					أميل الى الضحك و تبادل الدعابة	14
					أشعر بالرضا والارتياح عن ظروف حياتي	15
					أقبل الآخرين و أتعاش معهم كما هم	16
					أعيش في مستوى حياة أفضل مما كنت أتمناه أو أتوقعه	17
					أشعر بالسعادة لوجود علاقات طيبة تربطني مع الآخرين	18
					أشعر أن حياتي مشرقة و مليئة بالأمل	19
					أقبل نقد الآخرين	20
					يثق الآخرين في قدراتي	21

					يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح و المرح	22
					أنام نوما هادئا مسترخيا	23
					ينظر الآخرون إلي باحترام	24
					انا خال من مشاعر اليأس أو خيبة الأمل	25
					لدي القدرة على اتخاذ القرارات وتحمل نتائجها	26
					أفكاري و أرائي تنال إعجاب الآخرين	27
					علاقاتي الاجتماعية بالآخرين ناجحة	28
					روحي المعنوية مرتفعة	29
					لو قدر لي أن أعيش من جديد فلن أغير شيء من حياتي	30

ملحق رقم (2): قائمة التفاؤل و التشاؤم و الرضا عن الحياة في صورته النهائية :

قائمة التفاؤل:

البيانات الشخصية :

السن: الجنس :

المستوى الدراسي : المهنة:

تعليمات : اقرا من فضلك كل عبارة مما يلي بعناية وقرر الى اي حد تعد مميزة لمشاعرك وسلوكك ورائك ثم بين مدى انطباقها او عدم انطباقها عليك وذلك بوضع علامة x تحت كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا أو كثيرا جدا.

ويتم تقدير درجات عبارات مقياس الاستبيان التفاؤل و التشاؤم على النحو التالي:

البدائل	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا	كثيرا جدا
الأوزان	01	02	03	04	05

واليك المثال التوضيحي التالي:

العبارة	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا	كثيرا جدا
تبدولي الحياة جميلة	x				

الرقم	الفقرات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا	كثيرا جدا
1	ستكون الحياة جميلة					
2	اشعر أن الغد سيكون مشرقا					
3	أتوقع أن تتحسن الأحوال مستقبلا					
4	انظر إلى المستقبل على أنه سيكون ملأه سعادة					

5	أنا مقبل على الحياة بحب و تفاؤل					
6	يخبي لي المستقبل مفاجأة سارة.					
7	ستكون حياتي أكثر سعادة.					
8	أشعر أن الفرج آت قريباً.					
9	أتوقع حدوث الأفضل.					
10	أرى الأمور و الاحداث من جانبها الايجابي.					
11	أفكر في الأمور المفرحة.					
12	لدي اعتقادات أن الأحلام و الطموحات التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غدا					
13	أفكر في المستقبل بكل ايجابية.					
14	أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم.					
15	حياتي كلها أمل.					

قائمة التشاؤم:

الرقم	الفقرات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا	كثيرا جدا
1	خبرتي في الحياة علمتني أن الدنيا سوداء كالليل المظلم					
2	أرى أن حظي قليل في هذه الدنيا					
3	أتوقع التعاسة					
4	أشعر أن مستقبلي سيكون مظلما					
5	سيلازمني سوء الحظ					
6	أتنبؤ بأنه مكتوب علي الشقاء و سوء الطالع					
7	أنا بائس في هذه الدنيا					
8	أترقب حدوث أسوء الأحداث					
9	حظي سيكون سيء					
10	أتوقع أني سأعيش حياة تعيسة في المستقبل					
11	لدي شعور بأنني سأفارق الأحبة قريبا					
12	تخيفني الأحداث السارة لأنها تعقبها أحداث مؤلمة					

13	اشعر أن كل المصائب تأتي على رأسي				
14	يبدولي أن المنحوس منحوس سيلازمه النحس مستقبلا .				
15	كثرة الهموم تجعلني أشعر أنني أموت في اليوم مئة مرة				

ويتم تقدير درجات عبارات استبيان الرضا عن الحياة على النحو التالي:

البدائل	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
الأوزان	00	01	02	03

واليك المثال التوضيحي التالي:

العبرة	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
أنا أسعد حالا من الآخرين	x			

ملحق رقم (3): القائمة العربية للرضا عن الحياة في صورته النهائية:

الرقم	العبرة	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1	أنا راض عن نفسي				
2	أعيش في مستوى معيشي جيد				
3	أثق في تصرفاتي و سلوكي مع الآخرين				
4	أشعر بالأمان و الطمأنينة				
5	أتمتع بحياة سعيدة				
6	أشعر أن حياتي الآن أفضل من أي وقت مضى				

7	أشعر أن حياتي تسير بشكل جيد				
8	أنا راض بما حققته لحد الآن				
9	أنا راض عن ظروف حياتي				
10	أتقبل الآخرين وأعيش معهم كما هم				
11	أعيش حياة أفضل مما كنت أتوقع وأتمنى				
12	أشعر بالسعادة لوجود علاقات طيبة تربطني مع الآخرين				
13	أشعر أن حياتي مشرقة و مليئة بالأمل				
14	أتقبل نقد الآخرين				
15	يثق الآخرون في قدراتي				
16	أنام نوما هادئا ومريحا				
17	يحترمني الآخرون				
18	لدي القدرة على اتخاذ القرار وتحمل نتائجه				
19	أفكاري و أرائي محل إعجاب الآخرين				
20	روحي المعنوية مرتفعة				

ملحق رقم (4):قائمة الأساتذة المحكمين

يوضح الجدول القائمة الإسمية للأساتذة المحكمين للقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم والقائمة العربية

للرضا عن الحياة

الرقم	الإسم واللقب	الرتبة العلمية	التخصص	جامعة الإنتماء
-------	--------------	----------------	--------	----------------

01	سيسبان فاطمة الزهراء	أستاذة محاضرة. أ	علم النفس المدرسي	جامعة مستغانم
02	خطيب زوليخة	أستاذة محاضرة. أ	علم النفس التربوي	جامعة الشلف
03	عبد المجيد طهراوي	أستاذ محاضر. أ	علم النفس	جامعة تلمسان
04	مأمون عبد الكريم	أستاذة محاضرة. أ	علم النفس	جامعة آفلو الأغواط
05	قمراري ايمان	أستاذة محاضرة. أ	علم النفس العيادي	جامعة ابن خلدون تيارت
06	زروالي وسيلة	أستاذة	علم النفس التربوي و الارشادي	جامعة أم البواقي
07	آيت حبوش سعاد	أستاذة التعليم العالي	علم النفس الأسري	جامعة أبو القاسم سعد الله. الجزائر 2
08	بن حليم أسماء	أستاذة محاضرة. أ	علم النفس	جامعة بلعباس
09	حمري سارة	أستاذة محاضرة. أ	صحة نفسية و تكيف مدرسي	وهران 2

ملحق رقم (5): يبين جداول النسب المئوية : (التفأول، التشاؤم الرضا عن الحياة)

التفأول:

رقم العبارة	تقيس	لا تقيس	تقيس	لا تقيس
-------------	------	---------	------	---------

ك	ك	%	%	
1	8	11.02	88.8	1
0	9	0	100	2
0	9	0	100	3
2	7	22.22	77.77	4
0	9	0	100	5
0	9	0	100	6
1	8	11.02	88.8	7
2	7	22.22	77.77	8
1	8	11.02	88.88	9
1	8	11.02	88.88	10
3	6	33.34	66.66	11
3	6	33.34	66.66	12
0	9	0	100	13
1	8	11.02	88.88	14
0	9	0	100	15

التشاؤم:

رقم العبارة	تقيس	لا تقيس	تقيس	لا تقيس
-------------	------	---------	------	---------

	%	%	ك	ك
1	66.66	33.34	6	3
2	77.77	22.22	7	2
3	66.66	33.34	6	3
4	77.77	22.22	7	2
5	100	0	9	0
6	66.66	33.34	6	3
7	100	0	9	0
8	100	0	9	0
9	66.66	33.34	6	3
10	77.77	22.22	7	2
11	77.77	22.22	7	2
12	100	0	9	0
13	77.77	22.22	7	2
14	66.66	33.34	6	3
15	100	0	9	0

الرضا عن الحياة:

رقم العبارة	تقيس	لا تقيس	تقيس	لا تقيس
-------------	------	---------	------	---------

ك	ك	%	%	
2	7	22.22	77.77	1
0	9	0	100	2
2	7	22.22	77.77	3
2	7	22.22	77.77	4
1	8	0	88.88	5
1	8	11.02	88.88	6
0	9	0	100	7
0	9	0	100	8
0	9	0	100	9
3	6	33.34	66.66	10
1	8	11.02	88.88	11
0	9	0	88.88	12
1	8	11.02	88.88	13
1	8	11.02	88.88	14
1	8	11.02	88.88	15
1	8	11.02	88.88	16
3	6	33.34	66.66	17

1	8	11.02	88.88	18
0	9	0	100	19
0	9	0	100	20
1	8	11.02	100	21
3	6	33.34	66.66	22
0	9	0	100	23
1	8	11.02	88.88	24
1	8	11.02	88.8	25
0	9	0	100	26
0	9	0	100	27
0	9	0	100	28
0	9	11.02	100	29
1	8	11.02	88.88	30

نتائج الدراسة الاستطلاعية:

البيانات الشخصية للدراسة الاستطلاعية:

Récapitulatif de traitement des observations

	Observations					
	Valides		Manquant		Total	
	N	Pourcentage	N	Pourcentage	N	Pourcentage
الجنس (ذكر ، أنثى) * l'age	30	100,0%	0	0,0%	30	100,0%

Tableau croisé الجنس (ذكر ، أنثى) * l'age

Effectif

		l'age					Total
		من 18 الى 28 سنة	من 28 الى 38 سنة	من 38 الى 48 سنة	من 48 الى 58 سنة	أكثر من 58 سنة	
الجنس (ذكر ، أنثى)	ذكر	3	3	6	1	3	16
	أنثى	5	5	4	0	0	14
Total		8	8	10	1	3	30

Récapitulatif de traitement des observations

	Observations					
	Valides		Manquant		Total	
	N	Pourcentage	N	Pourcentage	N	Pourcentage
الجنس (ذكر ، أنثى) * niveau d'études	30	100,0%	0	0,0%	30	100,0%

Tableau croisé الجنس (ذكر ، أنثى) * niveau d'études

Effectif

		niveau d'études				Total
		أمي	ابتدائي	ثانوي	جامعي	
الجنس (ذكر ، أنثى)	ذكر	0	4	4	8	16
	أنثى	1	0	1	12	14
Total		1	4	5	20	30

Récapitulatif de traitement des observations

	Observations					
	Valides		Manquant		Total	
	N	Pourcentage	N	Pourcentage	N	Pourcentage
الجنس (ذكر ،أنثى) * profession	30	100,0%	0	0,0%	30	100,0%

Tableau croisé profession (الجنس ذكر ،أنثى)

		profession			Total
		موظف	بطل	متقاعد	
الجنس (ذكر ،أنثى)	ذكر	11	4	1	16
	أنثى	7	7	0	14
Total		18	11	1	30

صدق الاتساق الداخلي مقياس التفاؤل:

Corrélations																		الدرجة الكلية للتفاؤل N
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
1	Corrélation de Pearson	1	,210	,220	,479**	,426*	,204	,643**	,337	,532**	,328	,564**	,276	,507**	,435*	,300	,650**	
	Sig. (bilatérale)		,265	,243	,007	,019	,280	<.001	,069	,002	,077	,001	,139	,004	,016	,107	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
2	Corrélation de Pearson	,210	1	,196	,191	,213	,524**	,172	,458*	,532**	,649**	,263	,307	,193	,279	,524**	,587**	
	Sig. (bilatérale)	,265		,299	,313	,258	,003	,364	,011	,002	<.001	,160	,099	,306	,135	,003	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
3	Corrélation de Pearson	,220	,196	1	,326	,362*	,093	,306	,343	,290	,168	,382*	,669**	,502**	,556**	,275	,577**	
	Sig. (bilatérale)	,243	,299		,079	,049	,624	,100	,063	,120	,375	,037	<.001	,005	,001	,142	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
4	Corrélation de Pearson	,479**	,191	,326	1	,638**	,246	,540**	,276	,298	,318	,310	,245	,379*	,412*	,316	,605**	
	Sig. (bilatérale)	,007	,313	,079		<.001	,189	,002	,140	,110	,087	,096	,193	,039	,024	,089	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
5	Corrélation de Pearson	,426*	,213	,362*	,638**	1	,204	,430*	,322	,309	,230	,314	,201	,269	,316	,369*	,560**	
	Sig. (bilatérale)	,019	,258	,049	<.001		,281	,018	,082	,097	,221	,091	,286	,151	,088	,045	,001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
6	Corrélation de Pearson	,204	,524**	,093	,246	,204	1	,359	,420*	,241	,273	,237	,269	,119	,295	,412*	,522**	
	Sig. (bilatérale)	,280	,003	,624	,189	,281		,052	,021	,200	,144	,207	,151	,532	,114	,024	,003	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
7	Corrélation de Pearson	,643**	,172	,306	,540**	,430*	,359	1	,415*	,416*	,334	,454*	,350	,484**	,554**	,292	,691**	
	Sig. (bilatérale)	<.001	,364	,100	,002	,018	,052		,022	,022	,071	,012	,058	,010	,001	,117	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
8	Corrélation de Pearson	,337	,458*	,343	,276	,322	,420*	,415*	1	,708**	,502**	,513**	,379*	,349	,241	,639**	,725**	
	Sig. (bilatérale)	,069	,011	,063	,140	,082	,021	,022		<.001	,005	,004	,039	,059	,200	<.001	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
9	Corrélation de Pearson	,532**	,532**	,290	,298	,309	,241	,416*	,708**	1	,677**	,671**	,408*	,424*	,266	,476**	,742**	
	Sig. (bilatérale)	,002	,002	,120	,110	,097	,200	,022	<.001		<.001	<.001	,025	,020	,156	,008	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
10	Corrélation de Pearson	,328	,649**	,168	,318	,230	,273	,334	,502**	,677**	1	,525**	,496**	,407*	,159	,459*	,675**	
	Sig. (bilatérale)	,077	<.001	,375	,087	,221	,144	,071	,005	<.001		,003	,005	,026	,402	,011	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
11	Corrélation de Pearson	,564**	,263	,382*	,310	,314	,237	,454*	,513**	,671**	,525**	1	,601**	,529**	,468**	,461*	,745**	
	Sig. (bilatérale)	,001	,160	,037	,096	,091	,207	,012	,004	<.001	,003		<.001	,003	,009	,010	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
12	Corrélation de Pearson	,276	,307	,669**	,245	,201	,269	,350	,379*	,408*	,496**	,601**	1	,447*	,486**	,361*	,674**	
	Sig. (bilatérale)	,139	,099	<.001	,193	,286	,151	,058	,039	,025	,005	<.001		,013	,006	,050	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
13	Corrélation de Pearson	,507**	,193	,502**	,379*	,269	,119	,464**	,349	,424*	,407*	,529**	,447*	1	,471**	,549**	,665**	
	Sig. (bilatérale)	,004	,306	,005	,039	,151	,532	,010	,059	,020	,026	,003	,013		,009	,002	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
14	Corrélation de Pearson	,435*	,279	,556**	,412*	,316	,295	,554**	,241	,266	,159	,468**	,486**	,471**	1	,385*	,632**	
	Sig. (bilatérale)	,016	,135	,001	,024	,088	,114	,001	,200	,156	,402	,009	,006	,009		,036	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
15	Corrélation de Pearson	,300	,524**	,275	,316	,369*	,412*	,292	,639**	,476*	,459*	,461**	,361*	,549**	,385*	1	,702**	
	Sig. (bilatérale)	,107	,003	,142	,089	,045	,024	,117	<.001	,008	,011	,010	,050	,002	,036		<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
الدرجة الكلية للتفاؤل	Corrélation de Pearson	,650**	,587**	,577**	,605**	,560**	,522**	,691**	,725**	,742**	,675**	,745**	,674**	,665**	,632**	,702**	1	
	Sig. (bilatérale)	<.001	<.001	<.001	<.001	,001	,003	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	

** La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

صدق الاتساق الداخلي لمقياس التشاؤم:

		Corrélations															الدرجة الكلية للتشاؤم
		01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	
01	Corrélation de Pearson	1	,404 [*]	,384 [*]	,499 ^{**}	,442 [*]	,160	,496 ^{**}	,445 [*]	,469 ^{**}	,460 [*]	,316	,251	,307	,273	,075	,661 ^{**}
	Sig. (bilatérale)		,027	,036	,005	,014	,399	,005	,014	,009	,011	,089	,181	,099	,145	,692	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
02	Corrélation de Pearson	,404 [*]	1	,604 ^{**}	,297	,457 [*]	,451 [*]	,639 ^{**}	,141	,252	,288	,231	,329	,536 ^{**}	,195	,341	,716 ^{**}
	Sig. (bilatérale)	,027		<,001	,111	,011	,012	<,001	,456	,179	,122	,219	,076	,002	,302	,066	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
03	Corrélation de Pearson	,384 [*]	,604 ^{**}	1	,680 ^{**}	,667 ^{**}	,332	,816 ^{**}	,083	,557 ^{**}	,580 ^{**}	,353	,257	,452 [*]	,217	,313	,761 ^{**}
	Sig. (bilatérale)	,036	<,001		<,001	<,001	,073	<,001	,662	,001	<,001	,056	,171	,012	,250	,092	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
04	Corrélation de Pearson	,499 ^{**}	,297	,680 ^{**}	1	,554 ^{**}	,164	,637 ^{**}	,386 [*]	,919 ^{**}	,563 ^{**}	,339	,300	,141	,053	,116	,645 ^{**}
	Sig. (bilatérale)	,005	,111	<,001		,001	,385	<,001	,035	<,001	,001	,067	,107	,457	,780	,541	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
05	Corrélation de Pearson	,442 [*]	,457 [*]	,667 ^{**}	,554 ^{**}	1	,590 ^{**}	,574 ^{**}	,142	,542 ^{**}	,415 [*]	,292	,487 ^{**}	,668 ^{**}	,317	,149	,781 ^{**}
	Sig. (bilatérale)	,014	,011	<,001	,001		<,001	<,001	,453	,002	,022	,117	,006	<,001	,088	,432	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
06	Corrélation de Pearson	,160	,451 [*]	,332	,164	,590 ^{**}	1	,400 [*]	-,088	,218	,128	,169	,272	,654 ^{**}	,243	,133	,560 ^{**}
	Sig. (bilatérale)	,399	,012	,073	,385	<,001		,028	,644	,247	,499	,372	,146	<,001	,196	,485	,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
07	Corrélation de Pearson	,496 ^{**}	,639 ^{**}	,816 ^{**}	,637 ^{**}	,574 ^{**}	,400 [*]	1	,182	,630 ^{**}	,473 ^{**}	,292	,274	,431 [*]	,153	,417 [*]	,794 ^{**}
	Sig. (bilatérale)	,005	<,001	<,001	<,001	<,001	,028		,336	<,001	,008	,117	,142	,017	,420	,022	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
08	Corrélation de Pearson	,445 [*]	,141	,083	,386 [*]	,142	-,088	,182	1	,459 [*]	-,032	,354	,389 [*]	,117	,335	,221	,448 [*]
	Sig. (bilatérale)	,014	,456	,662	,035	,453	,644	,336		,011	,866	,055	,034	,537	,071	,240	,013
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
09	Corrélation de Pearson	,469 ^{**}	,252	,557 ^{**}	,919 ^{**}	,542 ^{**}	,218	,630 ^{**}	,459 [*]	1	,263	,184	,372 [*]	,185	,090	,185	,621 ^{**}
	Sig. (bilatérale)	,009	,179	,001	<,001	,002	,247	<,001	,011		,160	,331	,043	,327	,634	,327	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
10	Corrélation de Pearson	,460 [*]	,288	,580 ^{**}	,563 ^{**}	,415 [*]	,128	,473 ^{**}	-,032	,263	1	,643 ^{**}	,125	,235	,089	-,081	,520 ^{**}
	Sig. (bilatérale)	,011	,122	<,001	,001	,022	,499	,008	,866	,160		<,001	,511	,211	,641	,672	,003
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
11	Corrélation de Pearson	,316	,231	,353	,339	,292	,169	,292	,354	,184	,643 ^{**}	1	,331	,358	,474 ^{**}	-,050	,562 ^{**}
	Sig. (bilatérale)	,089	,219	,056	,067	,117	,372	,117	,055	,331	<,001		,074	,052	,008	,792	,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
12	Corrélation de Pearson	,251	,329	,257	,300	,487 ^{**}	,272	,274	,389 [*]	,372 [*]	,125	,331	1	,344	,245	-,149	,527 ^{**}
	Sig. (bilatérale)	,181	,076	,171	,107	,006	,146	,142	,034	,043	,511	,074		,063	,191	,433	,003
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
13	Corrélation de Pearson	,307	,536 ^{**}	,452 [*]	,141	,668 ^{**}	,654 ^{**}	,431 [*]	,117	,185	,235	,358	,344	1	,409 [*]	,359	,719 ^{**}
	Sig. (bilatérale)	,099	,002	,012	,457	<,001	<,001	,017	,537	,327	,211	,052	,063		,025	,052	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
14	Corrélation de Pearson	,273	,195	,217	,053	,317	,243	,153	,335	,090	,089	,474 ^{**}	,245	,409 [*]	1	-,038	,444 [*]
	Sig. (bilatérale)	,145	,302	,250	,780	,088	,196	,420	,071	,634	,641	,008	,191	,025		,841	,014
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
15	Corrélation de Pearson	,075	,341	,313	,116	,149	,133	,417 [*]	,221	,185	-,081	-,050	-,149	,359	-,038	1	,368 [*]
	Sig. (bilatérale)	,692	,066	,092	,541	,432	,485	,022	,240	,327	,672	,792	,433	,052	,841		,045
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
الدرجة الكلية للتشاؤم	Corrélation de Pearson	,661 ^{**}	,716 ^{**}	,761 ^{**}	,645 ^{**}	,781 ^{**}	,560 ^{**}	,794 ^{**}	,448 [*]	,621 ^{**}	,520 ^{**}	,562 ^{**}	,527 ^{**}	,719 ^{**}	,444 [*]	,368 [*]	1
	Sig. (bilatérale)	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	,001	<,001	,013	<,001	,003	,001	,003	<,001	,014	,045	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

صدق الاتساق الداخلي لمقياس الرضا عن الحياة:

	Correlations																				الفرق في القيمة من		
	002 _{٠٠}	003 _{٠٠}	006 _{٠٠}	007 _{٠٠}	008 _{٠٠}	009 _{٠٠}	011 _{٠٠}	013 _{٠٠}	015 _{٠٠}	016 _{٠٠}	018 _{٠٠}	019 _{٠٠}	020 _{٠٠}	021 _{٠٠}	023 _{٠٠}	024 _{٠٠}	025 _{٠٠}	027 _{٠٠}	028 _{٠٠}				
002 _{٠٠}	Correlation de Pearson	1	.112	.366	.467 ⁺	.260	.529 ⁺	.427 ⁺	.073	.315	.101	.324	.098	.374 ⁺	.488 ⁺	.098	.146	.364 ⁺	.526 ⁺	.070	.341 ⁺	.599 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.555	.045	.009	.165	.003	.019	.703	.090	.597	.081	.605	.042	.006	.608	.441	.048	.003	.714	.065	<.001	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
003 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.112	1	-.212	.112	.216	.318	.468 ⁺	.034	.174	.491 ⁺	.192	.288	.239	.095	.364 ⁺	.554 ⁺	.428 ⁺	.033	.260	.424 ⁺	.477 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.555	.261	.261	.556	.252	.087	.009	.857	.357	.006	.309	.122	.203	.617	.048	.001	.018	.861	.165	.020	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
006 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.366 ⁺	-.212	1	.484 ⁺	.218	.009	.126	.200	.294	.181	.059	.203	.130	.473 ⁺	.236	.174	.227	.677 ⁺	.380 ⁺	.143	.420 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.045	.261	.007	.247	.962	.508	.289	.115	.338	.758	.282	.494	.008	.208	.359	.227	<.001	.038	.451	.021	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
007 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.467 ⁺	.112	.484 ⁺	1	.236	.307	.128	.058	.114	.288	.121	.005	.325	.369 ⁺	.496 ⁺	.178	.375	.205	.449	.093	.547 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.009	.556	.007	.209	.098	.502	.759	.547	.123	.525	.977	.080	.045	.005	.348	.041	.277	.013	.628	.002	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
008 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.260	.216	.218	.236	1	.373 ⁺	.488 ⁺	.199	.269	.029	.404 ⁺	.349	.379 ⁺	-.037 ⁻	-.083 ⁻	.362	.260	.372 ⁺	-.045	.306	.462 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.165	.252	.247	.209	.042	.006	.281	.150	.881	.027	.059	.039	.847	.662	.049	.165	.043	.815	.101	.010	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
009 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.529 ⁺	.318	.009	.307	.373 ⁺	1	.373 ⁺	.088	.235	.153	.388 ⁺	-.034 ⁻	.497 ⁺	.059	-.093 ⁻	.168	.529 ⁺	.206	-.039	.353	.486 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.003	.887	.062	.098	.042	.042	.645	.212	.419	.034	.859	.005	.755	.624	.375	.003	.275	.838	.056	.006	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
011 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.427 ⁺	.466 ⁺	.126	.128	.488 ⁺	.373 ⁺	1	.369 ⁺	.251	.301	.647 ⁺	.813 ⁺	.487 ⁺	.239	.199	.411	.514 ⁺	.467 ⁺	.172	.435 ⁺	.684 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.019	.009	.508	.502	.006	.042	.045	.182	.106	<.001	<.001	.006	.203	.291	.024	.004	.009	.363	.016	<.001	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
013 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.073	.034	.200	.058	.199	.088	.369 ⁺	1	.419 ⁺	.175	.381 ⁺	.204	.050	.083	.030	.066	.228	.420 ⁺	.262	.131	.365 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.703	.857	.289	.759	.291	.645	.045	.021	.356	.038	.280	.794	.661	.875	.728	.225	.021	.162	.492	.048	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
015 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.315	.174	.294	.114	.269	.235	.251	.419 ⁺	1	-.116	.163	.188	.131	.089	.336	.351	.421 ⁺	.691 ⁺	.253	.317	.561 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.090	.357	.115	.547	.150	.212	.182	.021	.543	.390	.320	.490	.069	.057	.021	<.001	.178	.098	.001	.010	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
016 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.101	.491 ⁺	.181	.288	.029	.153	.301	-.175	-.116	1	.127	.289	.246	.369 ⁺	.422 ⁺	.391 ⁺	.380 ⁺	.000	.372 ⁺	.318	.465 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.597	.006	.338	.123	.881	.419	.106	.356	.543	.503	.121	.189	.045	.020	.032	.038	1.000	.043	.086	.010	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
017 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.324	.192	.059	.121	.404	.386 ⁺	.647 ⁺	.381 ⁺	.163	.127	1	.583 ⁺	.670 ⁺	-.022	-.143	.129	.390 ⁺	.228	-.207	.220	.545 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.081	.309	.758	.525	.027	.034	<.001	.038	.390	.503	<.001	<.001	.907	.451	.497	.033	.223	.272	.242	.002	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
018 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.098	.288	.203	.005	.349	-.034	.613 ⁺	.204	.188	.289	.583 ⁺	1	.428 ⁺	.115	.160	.257	.225	.252	.062	.381 ⁺	.467 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.605	.122	.282	.877	.059	.859	<.001	.280	.320	.121	<.001	.018	.544	.369	.171	.079	.179	.744	.038	.009	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
019 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.374 ⁺	.239	.130	.325	.379	.497 ⁺	.487 ⁺	.050	.131	.246	.870 ⁺	.428 ⁺	1	.137	.014	.278	.479	.067	-.196	.390	.533 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.042	.203	.494	.080	.039	.005	.006	.794	.490	.189	<.001	.018	.008	.469	.943	.137	.007	.724	.299	.033	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
020 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.488 ⁺	.095	.473 ⁺	.369 ⁺	-.037	.059	.239	.083	.089	.369 ⁺	-.022	.115	.137	1	.450 ⁺	.064	.344	.342	.330	.120	.469 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.006	.617	.008	.045	.847	.755	.203	.661	.640	.045	.807	.544	.469	.013	.738	.062	.065	.075	.527	.009	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
021 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.098	.364 ⁺	.236	.496 ⁺	-.083	-.093	.199	.030	.336	.422 ⁺	-.143	.160	.014	.450 ⁺	1	.244	.342	.155	.659 ⁺	.273	.481 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.608	.048	.208	.005	.662	.624	.291	.875	.069	.020	.451	.399	.043	.013	.193	.065	.113	<.001	.145	.007	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
023 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.146	.554 ⁺	.174	.178	.362 ⁺	.168	.411 ⁺	.066	.351	.391 ⁺	.129	.257	.278	.064	.244	1	.499 ⁺	.292	.223	.616 ⁺	.569 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.441	.001	.359	.348	.049	.375	.024	.728	.057	.032	.497	.171	.137	.738	.193	.005	.118	.236	<.001	.001	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
024 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.364 ⁺	.428	.227	.375	.260	.529 ⁺	.514 ⁺	.228	.421 ⁺	.386 ⁺	.390 ⁺	.325	.479 ⁺	.344	.342	.499 ⁺	1	.404 ⁺	.157	.426 ⁺	.652 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.048	.018	.227	.041	.165	.003	.044	.225	.021	.038	.033	.079	.007	.062	.065	.005	.007	.407	.019	<.001	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
026 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.525 ⁺	.033	.677 ⁺	.235	.375 ⁺	.206	.467 ⁺	.420 ⁺	.601 ⁺	.000	.229	.252	.061	.342	.155	.292	.292	.404 ⁺	1	.323	.244	.540 ⁺
	Sig. (bilatérale)		.003	.061	.001	.277	.043	.275	.009	.021	<.001	.000	.223	.179	.794	.065	.413	.118	.027	.015	.073	.195	.002
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
027 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.070	.260	.390 ⁺	.449 ⁺	-.045	-.039	.172	.262	.253	.373 ⁺	-.207	.062	-.196	.330	.659 ⁺	.223	.157	.332	1	.088	.466 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.714	.165	.038	.013	.815	.838	.363	.162	.178	.043	.272	.744	.299	.075	<.001	.238	.407	.073	.645	.009	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
029 _{٠٠}	Correlation de Pearson	.341	.424 ⁺	.143	.093	.306	.353	.435 ⁺	-.131	.317	.318	.220	.381 ⁺	.390 ⁺	.120	.273	.616 ⁺	.426 ⁺	.244	.088	1	.526 ⁺	
	Sig. (bilatérale)		.065	.020	.451	.626	.101	.056	.016	.492	.088	.086	.242	.038	.033	.527	.145	<.001	.191	.195	.645	.003	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
الفرق في القيمة من	Correlation de Pearson	.599 ⁺	.477 ⁺	.420 ⁺	.547 ⁺	.462 ⁺	.486 ⁺	.684 ⁺	.365 ⁺	.561 ⁺	.465 ⁺	.545 ⁺	.467 ⁺	.533 ⁺	.469 ⁺	.481 ⁺	.569 ⁺	.652 ⁺	.549 ⁺	.466 ⁺	.526 ⁺	<.001	
	Sig. (bilatérale)		<.001	.008	.021	.002	.010	.006	<.001	.048	.001	.010	.002	.009	.002	.009	.007	.001	<.001	.002	.009	.003	
N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30									

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

** La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

الصدق التمييزي للتفاوت:

Statistiques de groupe

	المبحوثين	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne d'erreur standard
الدرجات	الدرجات الدنيا	10	49,8000	6,59630	2,08593
	الدرجات العليا	10	68,0000	2,58199	,81650

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	df	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Std. standard	Inférieur	Supérieur
الدرجات	Hypothèse de variances égales	4,304	,053	-8,125	18	<,001	-18,20000	2,24004	-22,90615	-13,49385
	Hypothèse de variances inégales			-8,125	11,695	<,001	-18,20000	2,24004	-23,09480	-13,30520

الصدق التمييزي للتشاور:

Statistiques de groupe

	المبحوثين	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne d'erreur standard
الدرجات 2	الدرجات الدنيا	10	15,9000	1,19722	,37859
	الدرجات العليا	10	32,7000	7,90288	2,49911

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	df	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Std. standard	Inférieur	Supérieur
الدرجات 2	Hypothèse de variances égales	18,153	<,001	-6,647	18	<,001	-16,80000	2,52763	-22,11034	-11,48966
	Hypothèse de variances inégales			-6,647	9,413	<,001	-16,80000	2,52763	-22,47988	-11,12012

الصدق التمييزي للرضا عن الحياة:

Statistiques de groupe

المبحوثين	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne d'erreur standard
الدرجات الدنيا	10	61,1000	6,26188	1,98018
الدرجات العليا	10	79,2000	4,31535	1,36463

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	df	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Std. standard	Inférieur	Supérieur
الدرجات 3	Hypothèse de variances égales	,470	,502	-7,526	18	<,001	-18,10000	2,40486	-23,15242	-13,04758
	Hypothèse de variances inégales			-7,526	15,975	<,001	-18,10000	2,40486	-23,19871	-13,00129

الثبات الفا كرونباخ (التفاؤل):

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclu ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,899	15

الثبات ألفا كرونباخ (التشاؤم):

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclu ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,858	15

الثبات ألفا كرونباخ (الرضا عن الحياة):

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclu ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,857	20

الثبات التجزئة النصفية التفاضل:

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclu ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,848
		Nombre d'éléments	8 ^a
	Partie 2	Valeur	,787
		Nombre d'éléments	7 ^b
	Nombre total d'éléments		15
Corrélation entre les sous-échelles			,800
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,889
	Longueur inégale		,889
Coefficient de Guttman			,887

a. Les éléments sont : 15س, 3س, 5س, 7س, 9س, 11س, 13س, 15س.

b. Les éléments sont : 14س, 2س, 4س, 6س, 8س, 10س, 12س, 14س.

الثبات التجزئة النصفية التشاؤم:

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclu ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,792
		Nombre d'éléments	8 ^a
	Partie 2	Valeur	,652
		Nombre d'éléments	7 ^b
	Nombre total d'éléments		
Corrélation entre les sous-échelles			,814
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,897
	Longueur inégale		,898
Coefficient de Guttman			,874

a. Les éléments sont : 01, 03, 05, 07, 09, 11, 13, 15.

b. Les éléments sont : 02, 04, 06, 08, 10, 12, 14.

التجزئة النصفية الرضا عن الحياة:

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclu ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,761
		Nombre d'éléments	10 ^a
	Partie 2	Valeur	,751
		Nombre d'éléments	10 ^b
	Nombre total d'éléments		20
Corrélation entre les sous-échelles			,726
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,841
	Longueur inégale		,841
Coefficient de Guttman			,838

a. Les éléments sont : 003, 007, 009, 011, 013, 015, 017, 019, 021, 023.

b. Les éléments sont : 027, 029, 002, 006, 008, 016, 018, 020, 024, 026.

نتائج الدراسة الأساسية:

البيانات الشخصية:

Récapitulatif de traitement des observations

	Valides		Observations Manquant		Total	
	N	Pourcentage	N	Pourcentage	N	Pourcentage
l'age * الجنس (ذكر، أنثى)	141	100,0%	0	0,0%	141	100,0%

Tableau croisé l'age * الجنس (ذكر، أنثى)

Effectif

		l'age					Total
		من 18 الى 28 سنة	من 28 الى 38 سنة	من 38 الى 48 سنة	من 48 الى 58 سنة	أكثر من 58 سنة	
الجنس (ذكر، أنثى)	ذكر	16	18	24	4	8	70
	أنثى	24	17	27	3	0	71
Total		40	35	51	7	8	141

Récapitulatif de traitement des observations

	Valides		Observations Manquant		Total	
	N	Pourcentage	N	Pourcentage	N	Pourcentage
niveau * الجنس (ذكر، أنثى) * niveau d'études	141	100,0%	0	0,0%	141	100,0%

Tableau croisé niveau d'études * الجنس (ذكر، أنثى)

Effectif

		niveau d'études					Total
		أمية	ابتدائي	متوسط	ثانوي	جامعي	
الجنس (ذكر، أنثى)	ذكر	2	9	6	16	37	70
	أنثى	3	3	3	14	48	71
Total		5	12	9	30	85	141

Récapitulatif de traitement des observations

	Observations					
	Valides		Manquant		Total	
	N	Pourcentage	N	Pourcentage	N	Pourcentage
الجنس (ذكر ، أنثى) * profession	141	100,0%	0	0,0%	141	100,0%

Tableau croisé * (الجنس (ذكر ، أنثى) profession

Effectif

		profession				Total
		موظف	بطل	مقعد	عامل حر	
الجنس (ذكر ، أنثى)	ذكر	35	24	4	7	70
	أنثى	39	30	0	2	71
Total		74	54	4	9	141

الإحصاءات الوصفية لمقياس التفاؤل:

Statistiques																
		متكون الحياة بجملة	تتم أن الله متكون متزجا	الفرح أن فليس الأجزاء مستغلة	اندر إلى المستغل على أنه متكون ماله مستغلة	أنا فعل على الحياة نند و نعاون	بمضي إلى المستغل متغلة سارر	متكون حياتي أكثر مستغلة	تتم أن الفرح أت فريدا	الفرح حدوث الأفضل	أرى الأمور و الأحداث من ماضيها الإيجابي	أفكر في الأمور الفرحنة	أرى أحداث أن الأمان و المتطلبات التي لم تحقق اليوم مستغلة عدا	أفكر في المستغل تلك البعيدة	أفكر أن يكون الله أفضل من اليوم	بجمالي كلها فعل
N	Valide	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141
	Manquant	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Moyenne	3,7801	4,0000	4,0638	3,9149	4,1418	3,6525	3,8369	4,2340	4,0355	3,8369	4,0426	4,0071	4,1489	4,1206	3,9645
	Ecart type	,93421	,94112	,83847	,86594	,88303	1,04871	,80732	,79855	,83162	,94585	,94015	,91415	,83611	,82354	,96667

متكون الحياة جميلة

	N	%
لا	2	1,4%
قليل	7	5,0%
متوسطا	47	33,3%
كثيرا	49	34,8%
كثيرا جدا	36	25,5%

اشعر أن الغد سيكون مشرقاً

	N	%
لا	2	1,4%
قليل	7	5,0%
متوسط	29	20,6%
كثيرا	54	38,3%
كثيرا جدا	49	34,8%

أتوقع أن تتحسن الأحوال مستقبلا

	N	%
لا	1	0,7%
قليل	5	3,5%
متوسط	24	17,0%
كثيرا	65	46,1%
كثيرا جدا	46	32,6%

انظر إلى المستقبل على أنه سيكون ملاء
سعادة

	N	%
قليل	8	5,7%
متوسط	35	24,8%
كثيرا	59	41,8%
كثيرا جدا	39	27,7%

أنا مقبل على الحياة بحب و تفاؤل

	N	%
لا	2	1,4%
قليل	5	3,5%
متوسط	19	13,5%
كثيرا	60	42,6%
كثيرا جدا	55	39,0%

يخبئ لي المستقبل مفاجأة سارة.

	N	%
لا	7	5,0%
قليل	11	7,8%
متوسط	35	24,8%
كثيرا	59	41,8%
كثيرا جدا	29	20,6%

ستكون حياتي أكثر سعادة.

	N	%
لا	2	1,4%
قليل	5	3,5%
متوسط	32	22,7%
كثيرا	77	54,6%
كثيرا جدا	25	17,7%

أشعر أن الفرج آت قريباً.

	N	%
لا	1	0,7%
قليل	5	3,5%
متوسط	11	7,8%
كثيرا	67	47,5%
كثيرا جدا	57	40,4%

أتوقع حدوث الأفضل.

	N	%
قليل	10	7,1%
متوسط	16	11,3%
كثيرا	74	52,5%
كثيرا جدا	41	29,1%

أرى الأمور و الاحداث من جانبها
الايجابي.

	N	%
لا	2	1,4%
قليل	8	5,7%
متوسطا	40	28,4%
كثيرا	52	36,9%
كثيرا جدا	39	27,7%

أفكر في الأمور المفردة.

	N	%
لا	3	2,1%
قليل	9	6,4%
متوسطا	14	9,9%
كثيرا	68	48,2%
كثيرا جدا	47	33,3%

لدي اعتقادات أن الاحلام و الطموحات
التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غدا

	N	%
لا	4	2,8%
قليل	3	2,1%
متوسطا	25	17,7%
كثيرا	65	46,1%
كثيرا جدا	44	31,2%

أفكر في المستقبل بكل ايجابية.

	N	%
لا	1	0,7%
قليل	4	2,8%
متوسطا	22	15,6%
كثيرا	60	42,6%
كثيرا جدا	54	38,3%

أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم.

	N	%
لا	3	2,1%
قليلاً	2	1,4%
متوسطاً	16	11,3%
كثيراً	74	52,5%
كثيراً جداً	46	32,6%

حياتي كلها أمل.

	N	%
لا	4	2,8%
قليلاً	6	4,3%
متوسطاً	26	18,4%
كثيراً	60	42,6%
كثيراً جداً	45	31,9%

الإحصاءات الوصفية لمقياس التشاؤم:

Statistiques													
	حسبي في الحياة عقلي أن الحياة سواء كليل أو عظيم	أرى أن حياتي أفضل في هذه الدنيا	الوضع العام	أستمر أن مستقبلي سكني مستقبلي	سأستمر في سوء المظن	المؤمل أنه مكتوب على القدر و سوء الظن	أنا بأتقن في هذه الدنيا	أرغب حدوث سوء الأمور	حسبي سيكون سيء	أوقع في ما أعتد حياة أفضل في المستقبل	أرى تحسروا نفسي سأفكر في الأمل في الدنيا	أستمر في الإحباط أستمر في الإحباط	أستمر أن كل الأمور سيئة
N	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141	141
Manquant	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Moyenne	2,0071	2,1206	1,3191	1,1844	1,3901	1,7447	1,3404	1,5816	1,2270	1,1986	1,7730	1,9149	1,5957
Ecarttype	1,34958	1,26194	,73016	,55553	,80864	1,24444	,78221	,97948	,65867	,55058	1,08476	1,19217	1,07556

خبرتي في الحياة علمتني أن الدنيا سواء كليل المظن

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	79	56,0	56,0	56,0
	قليلاً	18	12,8	12,8	68,8
	متوسطاً	20	14,2	14,2	83,0
	كثيراً	12	8,5	8,5	91,5
	كثيراً جداً	12	8,5	8,5	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

أرى أن حظي قليل في هذه الدنيا

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	65	46,1	46,1	46,1
	قليل	25	17,7	17,7	63,8
	متوسطا	28	19,9	19,9	83,7
	كثيرا	15	10,6	10,6	94,3
	كثيرا جدا	8	5,7	5,7	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

أتوقع التعاسة

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	113	80,1	80,1	80,1
	قليل	15	10,6	10,6	90,8
	متوسطا	10	7,1	7,1	97,9
	كثيرا	2	1,4	1,4	99,3
	كثيرا جدا	1	,7	,7	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

أشعر أن مستقبلي سيكون مظلما

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	123	87,2	87,2	87,2
	قليل	13	9,2	9,2	96,5
	متوسطا	2	1,4	1,4	97,9
	كثيرا	3	2,1	2,1	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

سبيلكم في سوء الحظ

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	108	76,6	76,6	76,6
	قليلا	17	12,1	12,1	88,7
	متوسطا	11	7,8	7,8	96,5
	كثيرا	4	2,8	2,8	99,3
	كثيرا جدا	1	,7	,7	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

أنتيق بأنه مكتوب علي الشقاء و سوء الطالع

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	95	67,4	67,4	67,4
	قليلا	14	9,9	9,9	77,3
	متوسطا	14	9,9	9,9	87,2
	كثيرا	9	6,4	6,4	93,6
	كثيرا جدا	9	6,4	6,4	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

أنا بانس في هذه الدنيا

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	113	80,1	80,1	80,1
	قليلا	14	9,9	9,9	90,1
	متوسطا	9	6,4	6,4	96,5
	كثيرا	4	2,8	2,8	99,3
	كثيرا جدا	1	,7	,7	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

أترقب حدوث أسوء الأحداث

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	93	66,0	66,0	66,0
	قليلا	26	18,4	18,4	84,4
	متوسطا	14	9,9	9,9	94,3
	كثيرا	4	2,8	2,8	97,2
	كثيرا جدا	4	2,8	2,8	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

حظي سيكون سيء

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	121	85,8	85,8	85,8
	قليلا	12	8,5	8,5	94,3
	متوسطا	6	4,3	4,3	98,6
	كثيرا جدا	2	1,4	1,4	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

أتوقع أني سأعيش حياة تعيسة في المستقبل

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	122	86,5	86,5	86,5
	قليلا	11	7,8	7,8	94,3
	متوسطا	7	5,0	5,0	99,3
	كثيرا	1	,7	,7	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

لدي شعور بأنني سأفارق الأحبة قريبا

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	83	58,9	58,9	58,9
	قليلا	23	16,3	16,3	75,2
	متوسطا	22	15,6	15,6	90,8
	كثيرا	10	7,1	7,1	97,9
	كثيرا جدا	3	2,1	2,1	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

تخيفني الأحداث السارة لأنها تعقبها أحداث مؤلمة

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	72	51,1	51,1	51,1
	قليلا	34	24,1	24,1	75,2
	متوسطا	19	13,5	13,5	88,7
	كثيرا	7	5,0	5,0	93,6
	كثيرا جدا	9	6,4	6,4	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

اشعر أن كل المصائب تأتي على رأسي

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	97	68,8	68,8	68,8
	قليلا	22	15,6	15,6	84,4
	متوسطا	10	7,1	7,1	91,5
	كثيرا	6	4,3	4,3	95,7
	كثيرا جدا	6	4,3	4,3	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

يبدو لي أن المنحوس منحوس سيلازمه التحس مستقبلا .

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	110	78,0	78,0	78,0
	قليلا	17	12,1	12,1	90,1
	متوسطا	6	4,3	4,3	94,3
	كثيرا	4	2,8	2,8	97,2
	كثيرا جدا	4	2,8	2,8	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

كثرة الهموم تجعلني اشعر أنني أموت في اليوم منه مرة

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	83	58,9	58,9	58,9
	قليلا	21	14,9	14,9	73,8
	متوسطا	16	11,3	11,3	85,1
	كثيرا	9	6,4	6,4	91,5
	كثيرا جدا	12	8,5	8,5	100,0
	Total	141	100,0	100,0	

الإحصاءات الوصفية لمقياس الرضا عن الحياة:

Statistiques																
		أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	أول الراس من نصفي	
N	Valide	Manquant	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
1	141	0	2,6879	,66692	0	4	379,0	2,6879	,66692	0	4	379,0	2,6879	,66692	0	4
2	141	0	2,0709	,67237	0	4	292,0	2,0709	,67237	0	4	292,0	2,0709	,67237	0	4
3	141	0	2,6879	,70847	0	4	379,0	2,6879	,70847	0	4	379,0	2,6879	,70847	0	4
4	141	0	2,5816	,67777	0	4	363,0	2,5816	,67777	0	4	363,0	2,5816	,67777	0	4
5	141	0	2,3333	,72375	0	4	327,0	2,3333	,72375	0	4	327,0	2,3333	,72375	0	4
6	141	0	2,3121	1,00096	0	4	326,0	2,3121	1,00096	0	4	326,0	2,3121	1,00096	0	4
7	141	0	2,3972	,65334	0	4	338,0	2,3972	,65334	0	4	338,0	2,3972	,65334	0	4
8	141	0	2,3972	,87733	0	4	338,0	2,3972	,87733	0	4	338,0	2,3972	,87733	0	4
9	141	0	2,5390	,67101	0	4	359,0	2,5390	,67101	0	4	359,0	2,5390	,67101	0	4
10	141	0	2,1206	1,06553	0	4	299,0	2,1206	1,06553	0	4	299,0	2,1206	1,06553	0	4
11	141	0	1,8227	1,05752	0	4	257,0	1,8227	1,05752	0	4	257,0	1,8227	1,05752	0	4
12	141	0	2,7872	,51836	0	4	393,0	2,7872	,51836	0	4	393,0	2,7872	,51836	0	4
13	141	0	2,5887	,63326	0	4	365,0	2,5887	,63326	0	4	365,0	2,5887	,63326	0	4
14	141	0	2,2270	1,00973	0	4	314,0	2,2270	1,00973	0	4	314,0	2,2270	1,00973	0	4
15	141	0	2,4965	,77112	0	4	352,0	2,4965	,77112	0	4	352,0	2,4965	,77112	0	4
16	141	0	2,2199	,94938	0	4	314,0	2,2199	,94938	0	4	314,0	2,2199	,94938	0	4
17	141	0	2,7943	,47083	0	4	394,0	2,7943	,47083	0	4	394,0	2,7943	,47083	0	4
18	141	0	2,6028	,75479	0	4	368,0	2,6028	,75479	0	4	368,0	2,6028	,75479	0	4
19	141	0	2,2908	,74200	0	4	323,0	2,2908	,74200	0	4	323,0	2,2908	,74200	0	4
20	141	0	2,5532	,69102	0	4	365,0	2,5532	,69102	0	4	365,0	2,5532	,69102	0	4

أنا راض عن نفسي

	N	%
لا	3	2,1%
قليلا	7	5,0%
متوسطا	21	14,9%
كثيرا	110	78,0%

أعيش في مستوى معيشي جيد

	N	%
لا	5	3,5%
قليل	12	8,5%
متوسطا	92	65,2%
كثيرا	32	22,7%

أثق في تصرفاتي و سلوكي مع الآخرين

	N	%
لا	5	3,5%
قليل	5	3,5%
متوسطا	19	13,5%
كثيرا	112	79,4%

أشعر بالأمان و الطمأنينة

	N	%
لا	3	2,1%
قليل	6	4,3%
متوسطا	38	27,0%
كثيرا	94	66,7%

أتمتع بحياة سعيدة

	N	%
لا	2	1,4%
قليل	15	10,6%
متوسطا	58	41,1%
كثيرا	66	46,8%

أشعر أن حياتي الآن أفضل من أي وقت مضى

	N	%
لا	14	9,9%
قليل	13	9,2%
متوسط	29	20,6%
كثيرا	85	60,3%

أشعر أن حياتي تسير بشكل جيد

	N	%
لا	2	1,4%
قليل	7	5,0%
متوسط	65	46,1%
كثيرا	67	47,5%

أنا راض بما حققته لحد الآن

	N	%
لا	8	5,7%
قليل	13	9,2%
متوسط	35	24,8%
كثيرا	85	60,3%

أنا راض عن ظروف حياتي

	N	%
لا	3	2,1%
قليل	5	3,5%
متوسط	46	32,6%
كثيرا	87	61,7%

أَتَقَبَّلُ الْآخَرِينَ وَ أَتَعَايِشُ مَعَهُمْ كَمَا هُمْ

	N	%
لا	18	12,8%
قليل	18	12,8%
متوسطا	34	24,1%
كثيرا	71	50,4%

أَعِيشُ حَيَاةَ أَفْضَلِ مِمَّا كُنْتُ أَتَوَقَّعُ وَأَتَمَنَّى

	N	%
لا	24	17,0%
قليل	21	14,9%
متوسطا	52	36,9%
كثيرا	44	31,2%

أَشْعُرُ بِالسَّعَادَةِ لَوُجُودِ عِلَاقَاتٍ طَيِّبَةٍ تَرْبِطُنِي مَعَ الْآخَرِينَ

	N	%
لا	1	0,7%
قليل	4	2,8%
متوسطا	19	13,5%
كثيرا	117	83,0%

أَشْعُرُ أَنَّ حَيَاتِي مُشْرِقَةٌ وَ مُلِينَةٌ بِالْأَمَلِ

	N	%
لا	2	1,4%
قليل	5	3,5%
متوسطا	42	29,8%
كثيرا	92	65,2%

أنتقبل نقد الآخرين

	N	%
لا	14	9,9%
قليل	17	12,1%
متوسطا	33	23,4%
كثيرا	77	54,6%

يثق الآخرون في قدراتي

	N	%
لا	5	3,5%
قليل	9	6,4%
متوسطا	38	27,0%
كثيرا	89	63,1%

أنا متواثما هادئا و مريحا

	N	%
لا	10	7,1%
قليل	21	14,9%
متوسطا	38	27,0%
كثيرا	72	51,1%

يحترمني الآخرون

	N	%
قليل	4	2,8%
متوسطا	21	14,9%
كثيرا	116	82,3%

لدي القدرة على اتخاذ القرار و تحمل
نتائجه

	N	%
لا	6	4,3%
قليلا	5	3,5%
متوسطا	28	19,9%
كثيرا	102	72,3%

أفكاري و أرائي محل إعجاب الآخرين

	N	%
لا	3	2,1%
قليلا	15	10,6%
متوسطا	61	43,3%
كثيرا	62	44,0%

روحي المعنوية مرتفعة

	N	%
لا	3	2,1%
قليلا	7	5,0%
متوسطا	40	28,4%
كثيرا	91	64,5%

الفرضية الأولى:

Corrélations

		متغير الشفاؤل	متغير الشساؤم	الرضا_عن_الحياه
متغير الشفاؤل	Corrélacion de Pearson	1	-,376**	,470**
	Sig. (bilatérale)		<,001	<,001
	N	141	141	141
متغير الشساؤم	Corrélacion de Pearson	-,376**	1	-,468**
	Sig. (bilatérale)	<,001		<,001
	N	141	141	141
الرضا_عن_الحياه	Corrélacion de Pearson	,470**	-,468**	1
	Sig. (bilatérale)	<,001	<,001	
	N	141	141	141

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

الفرضية الثانية:

Statistiques de groupe

	الجنس (ذكر، أنثى)	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne d'erreur standard
متغير الشفاؤل	ذكر	70	59,7143	7,84846	,93807
	أنثى	71	59,8169	8,88709	1,05470
متغير الشساؤم	ذكر	70	23,7000	8,86182	1,05919
	أنثى	71	23,7183	8,98917	1,06682
الرضا_عن_الحياه	ذكر	70	48,7429	7,24456	,86589
	أنثى	71	48,2817	7,23717	,85889

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	df	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Std. standard		Inférieur	Supérieur
متغير الشفاؤل	Hypothèse de variances égales	1,934	,167	-,073	139	,942	-,10262	1,41276		-2,89590	2,69067
	Hypothèse de variances inégales			-,073	137,354	,942	-,10262	1,41152		-2,89373	2,68849
متغير الشساؤم	Hypothèse de variances égales	,401	,528	-,012	139	,990	-,01831	1,50348		-2,99095	2,95433
	Hypothèse de variances inégales			-,012	139,000	,990	-,01831	1,50332		-2,99065	2,95403
الرضا_عن_الحياه	Hypothèse de variances égales	,301	,584	,378	139	,706	,46117	1,21961		-1,95022	2,87255
	Hypothèse de variances inégales			,378	138,967	,706	,46117	1,21962		-1,95024	2,87257

Tailles d'effet pour échantillons indépendants

		Standardisation ^a	Estimation des points	95% Intervalle de confiance	
				Inférieur	Supérieur
متغير الفاؤل	d de Cohen	8,38760	-,012	-,342	,318
	Correction de Hedges	8,43320	-,012	-,340	,316
	Delta de Glass	8,88709	-,012	-,342	,319
متغير الفناؤم	d de Cohen	8,92618	-,002	-,332	,328
	Correction de Hedges	8,97471	-,002	-,330	,326
	Delta de Glass	8,98917	-,002	-,332	,328
الرضا_عن_الحياه	d de Cohen	7,24084	,064	-,267	,394
	Correction de Hedges	7,28020	,063	-,265	,392
	Delta de Glass	7,23717	,064	-,267	,394

a. Dénominateur utilisé pour estimer les tailles d'effet.

Le d de Cohen utilise l'écart type combiné.

La correction de Hedges utilise l'écart type combiné, plus un facteur de correction.

Le delta de Glass utilise l'écart type échantillon du groupe de contrôle.

ANOVA

		Somme des carrés	df	Carré moyen	F	Sig.
متغير الفاؤل	Entre groupes	176,409	4	44,102	,625	,646
	Intra-groupes	9602,868	136	70,609		
	Total	9779,277	140			
متغير الفناؤم	Entre groupes	881,139	4	220,285	2,939	,023
	Intra-groupes	10193,939	136	74,955		
	Total	11075,078	140			
الرضا_عن_الحياه	Entre groupes	411,474	4	102,869	2,032	,093
	Intra-groupes	6883,760	136	50,616		
	Total	7295,234	140			

الفرضية الرابعة:

ANOVA

		Somme des carrés	df	Carré moyen	F	Sig.
متغير الفاؤل	Entre groupes	376,968	4	94,242	1,363	,250
	Intra-groupes	9402,308	136	69,135		
	Total	9779,277	140			
متغير الفناؤم	Entre groupes	837,584	4	209,396	2,782	,029
	Intra-groupes	10237,494	136	75,276		
	Total	11075,078	140			
الرضا_عن_الحياه	Entre groupes	306,967	4	76,742	1,493	,208
	Intra-groupes	6988,267	136	51,384		
	Total	7295,234	140			

الفرضية الخامسة:

ANOVA

		Somme des carrés	df	Carré moyen	F	Sig.
متغير الفاؤل	Entre groupes	175,099	3	58,366	,833	,478
	Intra-groupes	9604,177	137	70,103		
	Total	9779,277	140			
متغير الفناؤم	Entre groupes	510,899	3	170,300	2,209	,090
	Intra-groupes	10564,179	137	77,111		
	Total	11075,078	140			
الرضا_عن_الحياه	Entre groupes	143,215	3	47,738	,914	,436
	Intra-groupes	7152,019	137	52,205		
	Total	7295,234	140			

الفرضية السادسة:

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne d'erreur standard
متغير الفاؤل	141	59,7660	8,35775	,70385
متغير الفناؤم	141	23,7092	8,89425	,74903

Test sur échantillon unique

Valeur de test = 3

	t	df	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
مختبر الفاؤل	80,651	140	<,001	56,76596	55,3744	58,1575
مختبر الفسؤم	27,648	140	<,001	20,70922	19,2283	22,1901

Tailles d'effet pour échantillon unique

		Standardisation ^a	Estimation des points	95% Intervalle de confiance	
				Inférieur	Supérieur
مختبر الفاؤل	d de Cohen	8,35775	6,792	5,979	7,603
	Correction de Hedges	8,40286	6,756	5,947	7,562
مختبر الفسؤم	d de Cohen	8,89425	2,328	2,009	2,646
	Correction de Hedges	8,94226	2,316	1,998	2,631

a. Dénominateur utilisé pour estimer les tailles d'effet.

Le d de Cohen utilise l'écart type échantillon.

La correction de Hedges utilise l'écart type échantillon, plus un facteur de correction.

Variables introduites/éliminées^a

Modèle	Variables introduites	Variables éliminées	Méthode
1	profession, l'age, الجنس (ذكر, أنثى), niveau d'études ^b	.	Introduire

a. Variable dépendante : مختبر الفاؤل

b. Toutes les variables demandées ont été introduites.

الفرضية السابعة:

Récapitulatif des modèles^b

Modèle	R	R-deux	R-deux ajusté	Erreur standard de l'estimation
1	,142 ^a	,020	-,009	8,39429

a. Prédicteurs : (Constante), profession, l'age, الجنس (ذكر, أنثى), niveau d'études

b. Variable dépendante : مختبر الفاؤل

ANOVA^a

Modèle		Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
1	Régression	196,155	4	49,039	,696	,596 ^b
	de Student	9583,121	136	70,464		
	Total	9779,277	140			

a. Variable dépendante : متغير الفاعول

b. Prédictors : (Constante), profession, l'age, الجنس (ذكر، أنثى), niveau d'études

Coefficients^a

Modèle		Coefficients non standardisés		Coefficients standardisés	t	Sig.
		B	Erreur standard	Bêta		
1	(Constante)	52,679	4,944		10,654	<,001
	الجنس (ذكر، أنثى)	,262	1,468	,016	,178	,859
	l'age	,779	,672	,104	1,159	,249
	niveau d'études	,956	,669	,129	1,429	,155
	profession	,485	,902	,048	,538	,592

a. Variable dépendante : متغير الفاعول

Statistiques des résidus^a

	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecart type	N
Valeur prédite	55,9068	63,0685	59,7660	1,18368	141
de Student	-22,02779	14,35849	,00000	8,27350	141
Valeur prédite standard	-3,260	2,790	,000	1,000	141
Résidus standard	-2,624	1,711	,000	,986	141

a. Variable dépendante : متغير الفاعول

Variables introduites/éliminées^a

Modèle	Variables introduites	Variables éliminées	Méthode
1	profession, الجنس (ذكر، أنثى), niveau d'études ^b	.	Introduire

a. Variable dépendante : متغير الفاعول

b. Toutes les variables demandées ont été introduites.

Récapitulatif des modèles^b

Modèle	R	R-deux	R-deux ajusté	Erreur standard de l'estimation
1	,303 ^a	,092	,065	8,60063

a. Prédicteurs : (Constante), profession, l'age, الجنس (ذكر، أنثى), niveau d'études

b. Variable dépendante : معيار المساوؤ

ANOVA^a

Modèle		Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
1	Régression	1015,052	4	253,763	3,431	,010 ^b
	de Student	10060,026	136	73,971		
	Total	11075,078	140			

a. Variable dépendante : معيار المساوؤ

b. Prédicteurs : (Constante), profession, l'age, الجنس (ذكر، أنثى), niveau d'études

Coefficients^a

Modèle		Coefficients non standardisés		Coefficients standardisés	t	Sig.
		B	Erreur standard	Bêta		
1	(Constante)	36,021	5,066		7,111	<,001
	الجنس (ذكر، أنثى)	,084	1,504	,005	,056	,955
	l'age	-1,546	,689	-,194	-2,246	,026
	niveau d'études	-2,156	,685	-,273	-3,146	,002
	profession	,233	,924	,022	,253	,801

a. Variable dépendante : معيار المساوؤ

Statistiques des résidus^a

	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecart type	N
Valeur prédite	18,2942	32,9545	23,7092	2,69265	141
de Student	-13,95451	29,83103	,00000	8,47687	141
Valeur prédite standard	-2,011	3,434	,000	1,000	141
Résidus standard	-1,622	3,468	,000	,986	141

a. Variable dépendante : معيار المساوؤ

قسم علوم التربية

إلى السيد رئيس جمعية المعاقين بصريا - ولاية وهران -

الموضوع : إجراء الجانب التطبيقي.

في إطار إنجاز رسالة دكتوراه تخصص: علوم التربية، تربية خاصة ، يشرفني أن اطلب
من سيادتكم المحترمة الترخيص للطالبة علام سعاد ، بإجراء دراسة ميدانية بمؤسستكم.
موضوع الدراسة: التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا.

تحياتي الخالصة.

2023/03/19

رئيسة القسم





قسم علوم التربية

إلى السيد رئيس جمعية المعاقين بصريا ، بتلمسان

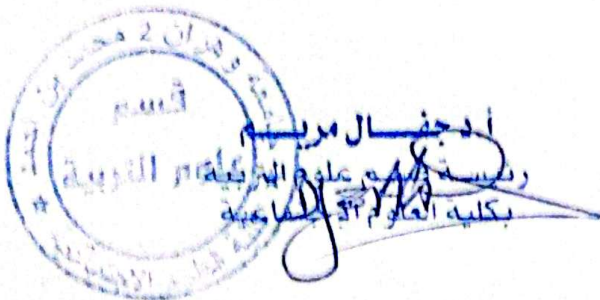
الموضوع : إجراء دراسة ميدالية

في إطار إنجاز رسالة دكتوراه تخصص: تربية خاصة، يشرفني أن اطلب من سيادتكم
الترخيص للطالبة علام سعاد بإجراء دراسة ميدالية بمؤسستكم.
موضوع الدراسة : دراسة التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالرضى عن الحياة لدى المعاق
بصريا.

تحياتي الخالصة .

وهران في 10/10/2022

رئيسة قسم





الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
المنظمة الوطنية للمكفوفين الجزائريين



ONAA

ORGANISATION NATIONAL DES AVEUGLES ALGERIENS

اتحادية ولاية وهران

29 شارع الأمير عبد القادر - وهران-

25 شارع صايم محمد - نهج المنور

الهاتف/فاكس: 041-38-62-58

0780. 22. 31. 82

المرجع : 2025/13

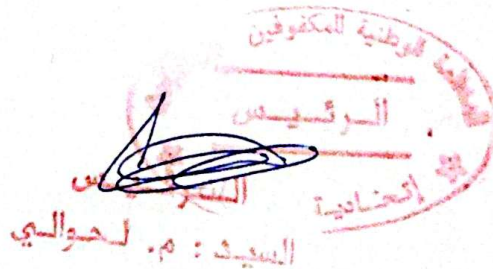
FACEBOOK : ONA ESPACE

شهادة إدارية

إن الطالبة علام سعاد و في إطار انجاز رسالة دكتوراه علوم التربية تخصص:
تربية خاصة موضوعها التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالرضا عن الحياة لدى المعاق
بصريا , و بعد موافقتنا على طلبكم المتمثل في الترخيص لها بإجراء التطبيق الميداني
على مستوى مصالحنا باشرت الطالبة الدراسة الأساسية بتاريخ 2024/10/06 إلى غاية
2024/12/17 .

هذه الوثيقة حررت حسب ما هو منصوص عليه للإدلاء بها في حدود ما يسمح به
القانون.

حرر بوهان في: 2025/04/16



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

منظمة آمال للمكفوفين لبلدية تلمسان

المقرر : المشور تلمسان

شهادة إدارية

ردا على مراسلتكم و تسهيلا لمهمة الطالبة علام سعاد ، في إطار إنجاز رسالة دكتوراه تخصص :
علوم التربية تربية خاصة ، موضوعها : التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا .
يشرفني منح الطالبة رخصة موافقتنا على طلبكم المتمثل في الترخيص لها بإجراء التطبيق الميداني
على مستوى مصالحي من شهر نوفمبر 2024 إلى ديسمبر 2024 .

تلمسان في 2024/12/17



بن شوك انوار
رئيس جمعية آمال
للمكفوفين

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
المنظمة الوطنية للمكفوفين الجزائريين
الإتحاد الولائي للمكفوفين تلمسان

المقرر : المشور تلمسان

شهادة إدارية

ردا على مراسلتكم و تسهيلا لمهمة الطالبة علام سعاد ، في إطار إنجاز رسالة دكتوراه تخصص :
علوم التربية تربية خاصة ، موضوعها : التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا .
يشرفني منح الطالبة رخصة موافقتنا على طلبكم المتمثل في ترخيص لها بإجراء التطبيق الميداني
على مستوى مصالحنا من شهر نوفمبر 2024 إلى ديسمبر 2024 .

رئيس الإتحاد
طهراوي، نصر الدين

تلمسان في 2024/12/17





الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
المنظمة الوطنية للمكفوفين الجزائريين



ONAA

ORGANISATION NATIONAL DES AVEUGLES ALGERIENS

اتحادية ولاية وهران

29 شارع الأمير عبد القادر - وهران-

25 شارع صايم محمد - نهج المنور

الهاتف/فاكس: 041-38-62-58

0780. 22. 31. 82

FACEBOOK : ONA ESPACE

المرجع : 2023/

بطاقة فنية حول المنظمة الوطنية للمكفوفين الجزائريين

اتحادية ولاية وهران

❖ **تعريف:** المنظمة الوطنية للمكفوفين الجزائريين منظمة جماهيرية تأسست غداة الاستقلال في 24 مارس 1963 بموجب المرسوم الرئاسي رقم 200/63 المؤرخ في 1963/06/08 , تعنى بالدفاع عن الحقوق المادية و المعنوية للمكفوفين بواسطة مكاتبها الولائية و البالغ عددها حاليا 50 بين مكتب ولائي يسمى الاتحاد الولائي للمكفوفين و لجنة ولائية و تعد امتدادا طبيعيا للمكتب الوطني و اتحاد المكفوفين لولاية وهران احداها

❖ **مقر الاتحاد الولائي للمكفوفين لولاية وهران:** له مقر اداري كائن بشارع الامير عبد القادر رقم 29 و مقر تقني بنهج الثور شارع صايم محمد رقم 25 يحتضن هذا الاخير كل نشاطات الاتحاد .

❖ **الفريق المسير للاتحاد:** يسيره مكتب تنفيذي منتخب خلال فعاليات الجمعية العامة الانتخابية يشارك فيها المنخرطون و يتكون المكتب من رئيس و اربعة نواب من المكفوفين وجوبا و امين عام و مساعده و امين مال و مساعده .

❖ **اقليم الاختصاص :** ينشط الاتحاد عبر كامل الولاية يستعين في ذلك بفروع للدوائر و مكاتب بلدية يسري عليهم ما يسري على اعضاء المكتب الولائي

❖ **نشاطات الاتحاد :** عدد منخرطيه لسنة 2023 , 407 منخرطا يستفيدون من الخدمات التالية

1- قطاع التربية و التعليم:

- أ- فصول لمحو الامية للمكفوفين حيث يبلغ عدد الدارسين و الدارسات 20 شخصا
- ب- مدرسة قرآنية للبنات بتعداد 7 طالبات.
- ج- مدرسة قرآنية للأولاد بتعداد 6 طلبة.

د- دروس الدعم للمسجلين في المركز الوطني لتعليم عن بعد بـتعداد 6 طلبة من بينهم 3 مترشحين لشهادة البكالوريا لدورة جوان 2023 .

هـ- توفير الوسائل البيداغوجية للمتمدرسين.

2- قطاع العمل و التكوين:

- أ- تكوين المكفوفين لموزع الهاتف بتنسيق مع مركز التكوين المهني بنات -1- بـتعداد 5 متربصين لهذه السنة تحصل 3 منهم على شهادة الكفاءة المهنية.
- ب- تكوين المكفوفين في صناعة الفرش و المكناس بـتعداد يتراوح ما بين 2 و 10 متربصين.

3- قطاع الرعاية الصحية:

- مرافقة المكفوفين في اجراء فحوصات و الاشعة الطبية و توفير نظارات طبية و بعض الادوية .

4- قطاع الشؤون الاجتماعية :

- أ- مرافقة المكفوفين المعوزين لتخفيف عنهم وطأة الغبن الاجتماعي بتقديم مساعدات عينية و مالية لسيما في المناسبات الدينية و الوطنية.
- ب - توفير الحقيبة المدرسية لأبناء المكفوفين .
- ج - مساعدة مدرسة الاطفال المعاقين بصريا عينيا .

❖ الهياكل :

كما يضم المقر التقني :

- أ- قاعة للمحاضرات
- ب - فضاء للألعاب مخصص لصغار المكفوفين و ابناء المكفوفين
- د - معرض للمنتوجات التي يصنعها المكفوفون او ذويهم
- ج - مطعم و مصلى
- هـ - قاعة للإنتاج و رسكلة نفايات البلاستيكية
- و- جناح مخصص للإدارة و التسيير
- ي - مخزنيين احدهما للمنتجات المصنعة و الثاني للهبات

❖ الموارد البشرية:

- أ- يستعين الاتحاد بثلاثة عمال يصرف لهم منح شهرية متواضعة
- ب- يستعين الاتحاد ايضا بأربعة معلمات في اطار عقود الاستراتيجية الوطنية للمحو الامية
- ج- كما يستعين بعدة متطوعين خمسة منهم دائمين

❖ الموارد المالية :

- أ- اشتراكات السنوية للمنخرطين
- ب- هبات و تبرعات المحسنين
- ج- عائدات منتجات التكوين





الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
المنظمة الوطنية للمكفوفين الجزائريين



ONAA

ORGANISATION NATIONAL DES AVEUGLES ALGERIENS

اتحادية ولاية وهران

29 شارع الأمير عبد القادر - وهران-

25 شارع صايم محمد - نهج المنور

الهاتف/فاكس: 041-38-62-58

0780. 22. 31. 82

FACEBOOK : ONA ESPACE

المرجع : 2025/13

شهادة إدارية

إن الطالبة علام سعاد و في إطار انجاز رسالة دكتوراه علوم التربية
تخصص : تربية خاصة موضوعها التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالرضا عن
الحياة لدى المعاق بصريا و بعد موافقتنا على طلبكم المتمثل في الترخيص لها
بإجراء التطبيق الميداني على مستوى مصالحها باشرت الطالبة الدراسة
الاستطلاعية بتاريخ 2024/05/05 إلى 2024/05/19 .



حرر بوهران في : 2025/04/16



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
المنظمة الوطنية للمكفوفين الجزائريين



ONAA

ORGANISATION NATIONAL DES AVEUGLES ALGERIENS

اتحادية ولاية وهران

29 شارع الأمير عبد القادر - وهران-

25 شارع صابم محمد - نهج المنور

الهاتف/فاكس: 041-38-62-58

0780. 22. 31. 82

المرجع: 2023/

FACEBOOK : ONA ESPACE

شهادة ادارية

ان الطالبة علام سعاد و في اطار انجاز رسالة دكتوراه تخصص : علوم التربية ,
تربية خاصة موضوعها التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالرضا عن الحياة لدى المعاق بصريا
و بعد موافقتنا على طلبكم المتمثل في الترخيص لها بإجراء التطبيق الميداني على مستوى
مصالحي باشرت الطالبة في ذلك بتاريخ 2023/03/19 الى غاية 2023/06/20 .



السيد: م. الحواشي

وهران في: 2023/06/21