

## فعالية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي سلوكي في تنمية الشعور بالأمن النفسي والرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين

ملخص:

استهدفت الدراسة الحالية الوقوف على فعالية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي سلوكي في تنمية الشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين . تكونت عينة الدراسة من مجموعتين، إحداهما تجريبية، والأخرى ضابطة، عدد كل منهما (٧) مراهقين من الذكور المكفوفين بمحافظة الدقهلية، طبق عليهم الأدوات الآتية: مقياس الأفكار اللاعقلانية (إعداد الباحث)، مقياس الشعور بالأمن النفسي (إعداد الباحث)، مقياس الرضا عن الحياة (إعداد الباحث)، برنامج إرشادي عقلاني انفعالي (إعداد الباحث)، وباستخدام اختبار مان ويتنى للقياسات المستقلة، واختبار ويلكوسون للقياسات المرتبطة تمت معالجة فروض الدراسة، وقد أسفرت الدراسة عن النتائج الآتية: وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس: الأفكار اللاعقلانية، والشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة لصالح المجموعة التجريبية. وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس: الأفكار اللاعقلانية، والشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي. عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس: الأفكار اللاعقلانية، والشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة في القياسين البعدي والمتابعة . فعالية البرنامج العقلاني الانفعالي في تنمية الشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين أفراد المجموعة التجريبية . وفي ضوء نتائج الدراسة تم تقديم عدد من التوصيات والبحوث المقترحة.

الكلمات المفتاحية: الأمن النفسي - الرضا عن الحياة - المكفوفين .

### The Effectiveness of a Counseling Rational Emotional behavioral program in Developing The sense of psychological Safety and Life Satisfaction among Blind Adolecence

Abstract:

The present study aimed to investigate the effectiveness of a counseling rational emotional behavioral program in Developing The sense of psychological Safety and Life Satisfaction among Blind Adolecence . The study sample consisted of two groups, one of them experimental and the other is a control group, the number

of each (7) adolescent males blind Dakahlia Governorate. Applied to them the following tools: irrational thoughts scale ( prepared by the researcher ) , a sense of psychological Safety scale ( prepared by the researcher ) , acounceling program in Developing irrational thoughts (prepared by the researcher ) , and using Mann-Whitney test, Wilcoxon test used to analyze the hypothesis . The results showed that: There were statistically significant differences between means Rank of the experimental group and control group on irrational thoughts scale , a sense of psychological Safety scale and Life Satisfaction scale in favor of experimental group . There were statistically significant differences between means Rank of the experimental group in the pre , post measurements on irrational thoughts scale, a sense of psychological Safety scale and Life Satisfaction scale in favor of post measurements . There were no statistically significant differences between means Rank of the experimental group in the: post , Follow up measurements on irrational thoughts scale, a sense of psychological Safety scale and Life Satisfaction scale . The Effectiveness of acounceling Rational Emotional Behavioral program in Developing psychological sense of Safety and Life Satisfaction scale among Blind Adolecence members of the experimental group . In light of the findings of the study was to provide a number of recommendations and proposed research .

**Key words:** psychological Safety - Life Satisfaction - Blind .

**مقدمة:**

يؤثر كف البصر سلبا على الصحة النفسية للكفيف عامة، وربما يؤدي إلى سوء التوافق الشخصي والاجتماعي نتيجة شعوره بالعجز، والدونية والإحباط، والتوتر، وفقدان الشعور بالأمن والطمأنينة (عادل عبدالله محمد، ٢٠٠٤: ١١٧)، حيث يتعرض الكفيف لأنواع متعددة من الصراعات، فهو في صراع بين الدافع إلى التمتع بمباحج الحياة، والدافع إلى الانزواء طلبا للأمان وبين الدافع إلى الاستقلالية، والحاجة إلى الرعاية ؛ إذ يرغب أن تكون له شخصية مستقلة دون تدخل من الآخرين، ولكنه يدرك أنه مهما نال من استقلالية فإنها استقلالية إلى درجة محدودة، لا يستطيع أن يتجاوزها، ولا يمكنه أن يتعدها ( زينب محمود شقير، ١٩٩٩: ٢٤٣).

ويعانى المكفوفون من اضطراب في التكوين المعرفي ؛ نتيجة وجود قصور في إدراكهم، وتفسيرهم الخاطئ للمواقف والأحداث المحيطة بهم، ولذا يتولد لديهم العديد من الأفكار اللاعقلانية والمعتقدات الخاطئة، ومنها: الشعور بالدونية والعجز أمام الآخرين، وإلقاء اللوم على الآخرين، والتشاؤم، والتوقع الدائم للخطر، والعزلة،

والانسحاب الاجتماعي، والاعتمادية المسرفة، وتجنب الصعوبات والمخاطر (سعيد عبدالرحمن محمد وحماده على عبدالمعطي، ٢٠١٣: ٧٣) .

وقد أشارت نتائج دراسة زهاو ( Zhao , 2009 ) والتي أجريت على (٤٢) مكفوفاً في المدرسة الثانوية إلى وجود الأفكار اللاعقلانية بين المراهقين ذوي الإعاقة البصرية والتي تؤثر في تقبلهم لإعاقتهم، وفي توافقهم النفسي .

وأشارت نتائج دراسة سمية طه جميل ( ٢٠٠٣ ) إلى أن احتياج الكفيف إلى رفيق يعينه على قضاء احتياجاته يولد لديه شعوراً بالعجز وانخفاض القيمة والكفاءة وعدم الرضا عن الحياة وشعوره أن حياته ليس لها معنى . وقد أورد الباحثون ومنهم: ( عبدالمطلب القريظي، ٢٠٠٥ ؛ منى حسين الدهان، ٢٠٠٣ ؛ فتحى عبدالرحمن الضبع، ٢٠٠٩ ) عدداً من جوانب العجز لدى المراهق الكفيف ومنها: عجزه عن استقبال الخبرات الحسية البصرية، والتي يتوقف عليها تشكيل المدركات والمفاهيم البصرية التي تسهم في إرساء أساس قوى للنمو العقلي المعرفي لديه، وعجزه عن إدارة شؤون حياته اليومية، ويعد هذا الفقدان الرئيس في حياة الكفيف لما ينطوي عليه من تبعية للآخرين، وعجزه عن التخطيط لحياته، وتحديد أهدافه، واتخاذ قرارات تتعلق بمستقبله، وعجزه عن تكوين تصور واضح عن مفهوم ذاته الجسمية نتيجة لفقدانه لكف البصر، وعجزه عن المشاركة في الأنشطة المختلفة .

وتشير إيمان فؤاد كاشف (٢٠١٠: ٢٧٩) إلى أن كثرة تعرض الطفل المعاق بصريا لمواقف الإحباط والإحساس بالفشل والدونية وعدم الأمن النفسي تجعله يلجأ إلى حيل الدفاع النفسي مثل: إسقاط الغضب على الآخرين، وإبداله بتكوين مشاعر الخوف من الآخرين.

وينتاب الكفيف أنواعاً متعددة من القلق فهو يخشى أن يرفضه الآخرون، ويستهنون سلوكه وأفعاله، كما أنه في خوف دائم من فقدان حب الأشخاص الذين يعتمد أمنه على وجودهم، ويخشى كذلك أن تقع له حوادث لا يمكنه تفاديها، إضافة إلى أنه يخشى الوحدة لأنها تشعره بالفراغ (زينب محمود شقير، ٢٠٠٦: ٨٠)، كما تحد الإعاقة البصرية من ممارسة الكفيف كثيراً من الأنشطة والأعمال التي يؤديها المبصر، مما يؤدي إلى عجزه عن التحكم في بيئته، ونمو شعوره بالخوف وعدم الأمن والقلق والتردد والحذر (عبدالمطلب القريظي، ١٩٩٦: ٣٥)، ويمكن أن يرجع القلق بشكل عام إلى نقص ثقة الكفيف فيما يتعلق بكفاءته الاجتماعية، ومظهره الشخصي، وعدم قدرته على التكيف مع كف بصره، كما يزداد هذا القلق بدخول الكفيف مرحلة المراهقة (إيهاب البيلوى ومحمد خضر، ٢٠١٤: ١٥٣) .

كما يؤدي كف البصر إلى تدهور التقدير الموضوعي للذات، وازدياد مشاعر الدونية وتحقير الذات، وانخفاض الشعور بالأمن لدى المكفوفين مقارنة بالمبصرين، وهنا تبرز أهمية التدخل الإرشادي لمساعدة الكفيف على إعادة تشكيل تقدير واقعي لذاته من خلال تذكير الفرد بمميزاته وقدراته وإمكاناته، وكذلك مناقشة المشكلات والصعوبات التي تواجهه، والفهم الحقيقي لحالته وتحقيق قدر من الأمن النفسي لديه ( زينب محمود شقير، ٢٠٠٦؛ إيهاب الببلاوى ومحمد خضر، ٢٠١٤: ١٥٣ ) .

ويفتقر المكفوف إلى الرعاية والاهتمام، فلا تهتم أسرته بإكسابه الخبرات اللازمة لإدراك البيئة من حوله، وتتركه إلى الأوهام والتخيل، حيث يكون هو هذه الخبرات بنفسه وهي خبرات مفتقدة للإدراك البصري الذي يعطى الصورة الحقيقية والواقعية للأشياء، وبالتالي يتكون لدى الكفيف معاني وإدراكات غير صحيحة، وتنمو لديه خيالات وأوهام لا يستطيع مواجهتها ( إيمان فؤاد كاشف، ٢٠١٠: ٣٢٤ ) .

ولذلك يقترح نيدهام وإيهامير (Needham& Ehmer, 1980) تعديل الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية لدى المعاقين بصريا لإنجاح برنامج التدخل المقدم .

حيث تظهر حاجة المراهقين المعاقين بصريا للتوجيه والإرشاد نفسيا وتربويا ومهنيا، وضرورة تصميم برامج إرشادية وعلاجية للتعامل مع ما يواجهونه من أفكار لاعقلانية وقواعد ونظم فكرية سلبية، من خلال مساعدتهم على الوعي بذواتهم وقدراتهم، والتعامل مع كف البصر بطريقة إيجابية ( فتحي عبدالرحيم الضبع، ٢٠٠٨: ٢٥؛ أحمد محمد أبو زيد، ٢٠١٢: ٥١)، وتشير دراسة ( Wamocho , 2010 & ) إلى معاناة المراهقين المكفوفين من أزمة كبيرة بسبب الرقص والاتجاهات السلبية من الأسرة والأقران والوصم الاجتماعي لهم، وأن هناك حاجة ماسة لتعزيز خدمات الإرشاد النفسي للمكفوفين .

وقد نجح استخدام الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي مع حالات الإعاقة البصرية لاعتماده على الأداء الشفهي واللغة اللفظية في الحوار، كما يعتمد على التفكير والمعتقدات العقلية بعيدا عن الأداء العملي المهارى، واعتماده على الصور الذهنية، كما أنه يساهم في نمو الطلاقة اللغوية والتشجيع على التفاعل الاجتماعي للمكفوفين ( زينب محمود شقير، ٢٠٠٥ أ: ١٣١ )، كما ظهرت فعاليته في خفض مستوى القلق والتوتر واليأس والمخاوف المرضية ( هشام عبدالله، ١٩٩٢؛ سيد محمد عبدالعظيم، ١٩٩٨؛ إيمان فؤاد كاشف، ٢٠١٠ ) .

من هذا المنطلق تسعى الدراسة الحالية إلى الوقوف على فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي في تنمية الشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين .

## مشكلة الدراسة:

تفرض طبيعة الإعاقة البصرية - على المكفوفين - مشكلات وصعوبات وأزمات وصراعات نفسية معينة، وتولد لديهم بعض الأفكار اللاعقلانية . حيث تؤثر الإعاقة البصرية تأثيرا سلبيا على حياة المعاق الشخصية، والنفسية، والاجتماعية، والمهنية فيشعر بالعجز والشك في الذات، وغموض الهوية، وفقدانه معنى الحياة، والعجز عن التخطيط لحياته، وتحديد أهدافه وانجازها، واتخاذ قرارات تتعلق بمستقبله خصوصا مع تزايد ما تفرضه التغيرات العلمية والتكنولوجية السريعة والمتلاحقة من تعقيدات في الوسط البيئي داخل المنزل وخارجه (عبدالمطلب القريطي، ٢٠٠٥: ٢٠١؛ أحمد محمد أبو زيد، ٢٠١٢: ٣١) .

ومن أكثر الأفكار اللاعقلانية التي تنشأ لدى المكفوفين، والتي ينتج عنها العديد من الاضطرابات المعرفية والنفسية والسلوكية ما يأتي: تجعلني الإعاقة موضع سخيرية من جانب الآخرين، يختلف شكلي عن الأشخاص العاديين، يتجاهلني الآخرون نظرا لإعاقتي، أشعر أن مستقبلي بائس، لا فائدة من الحياة بالنسبة لي، لست محبوبا كغيري من الأفراد العاديين، من الصعب علي أداء عمل يقوم به العاديون، أشعر أنني أترقب حدوث كارثة . (سعيد عبدالرحمن محمد وحماده على عبدالمعطي، ٢٠١٣: ٧٦) .

ومن خلال لقاء الباحث بالطلاب المكفوفين، وحواره معهم أثناء إشرافه على بعض مجموعات التدريب الميداني لطلاب الدبلوم المهني شعبة التربية الخاصة، تبين له وجود أفكار لاعقلانية سلبية لدى الطلاب المكفوفين عن أنفسهم، وعن الآخرين، وعن الحياة بشكل عام تؤدي إلى تدني شعورهم بالأمن النفسي، وعدم رضاهم عن الحياة .

وبمراجعة الإطار النظري والدراسات السابقة ومنها دراسة: ( إيهاب الببلاوي، ١٩٩٩؛ زينب محمود شقير، ٢٠٠٦؛ سعيد كمال عبدالحميد، ٢٠٠٩؛ سعيد عبدالرحمن محمد وحماده علي عبدالمعطي، ٢٠١٣ ) تبين للباحث وجود أفكار لاعقلانية تؤدي إلى انخفاض الشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى المكفوفين؛ إلا أن الدراسات السابقة لم تهتم باستخدام الإرشاد العقلائي الانفعالي السلوكي في تنمية الشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى المكفوفين؛ مما دفع الباحث لإجراء الدراسة الحالية.

ويمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في التساؤل الرئيس التالي:

ما فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي مقترح في تنمية الشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين؟

وعليه تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات الفرعية التالية:

- ١- هل توجد فروق بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الأفكار اللاعقلانية، الشعور بالأمن النفسي، الرضا عن الحياة ؟
- ٢- هل توجد فروق بين أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية، الشعور بالأمن النفسي، الرضا عن الحياة في القياسين القبلي والبعدي ؟
- ٣- هل توجد فروق بين أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية، الشعور بالأمن النفسي، الرضا عن الحياة في القياسين البعدي والمتابعة ؟

#### أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى اختبار فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي في تنمية الشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين .

#### أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة الحالية فيما يأتي:

- ١- الأهمية النظرية: تستمد الدراسة أهميتها النظرية من تناولها لموضوع يعد - في حدود علم الباحث - واحداً من الموضوعات المهمة في مجال دراسات الإرشاد النفسي للمراهقين المكفوفين ؛ فالجهود البحثية - خاصة العربية - في استخدام الإرشاد العقلائي الانفعالي السلوكي في تنمية الشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين لا تزال قليلة في هذا المجال. إضافة إلى أهمية الفئة العمرية التي تتعرض لها الدراسة وهم المراهقون المكفوفون، وما تنطوي عليه تلك المرحلة من تغيرات جسمية، وعقلية، وجدانية، وبما تنطوي عليه من أزمات يعيشها المراهق المكفوف ؛ مما يحتم ضرورة إعداد برامج إرشادية وعلاجية لمساعدة هؤلاء الأبناء على مواجهة ما يتبنونه من أفكار لاعقلانية تؤدي إلى تدنى شعورهم بالأمن النفسي، ورضاهم عن الحياة . كما تأتي الدراسة استجابة لتوصية بعض الدراسات السابقة ( محمد الجعافرة وإياد الحوارنة ومنذر الخرشة، ٢٠١٥) بضرورة إعداد برامج إرشادية لتنمية التفكير العقلائي والمنطقي بين الطلاب كجزء من برامج تربية الشخصية والصحة النفسية .
- ٢- الأهمية التطبيقية: تتمثل في الاستفادة من البرنامج الإرشادي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين المكفوفين ؛ مما ينعكس إيجابيا في تنمية شعورهم بالأمن النفسي والرضا عن الحياة، مما يساعد في تحسين توافقهم وصحتهم النفسية . كما تتمثل أهمية الدراسة في توجيه أنظار المعلمين وأولياء الأمور والمهتمين بالعملية التعليمية إلى ضرورة الاهتمام بالتلاميذ المكفوفين، والعمل على

تعديل أفكارهم اللاعقلانية؛ مما يدعم شعورهم بالأمن النفسي، ورضاهم عن الحياة

### المفاهيم الإجرائية للدراسة:

- ١- المراهقون المكفوفون: الطلاب الذين فقدوا بصرهم ولاديا أو الذين فقدوا بصرهم قبل سن الخامسة، والذين تبلغ حدة الإبصار لديهم (٦/٦٠)، وليس لديهم أى إعاقات أخرى عدا كف البصر، تتراوح أعمارهم الزمنية بين (١٤-١٨) سنة، بمتوسط عمر زمني (١٥،٧٨٦)، وانحراف معياري (١،٤٧٦).
- ٢- الأفكار اللاعقلانية: مجموعة من المعتقدات الخاطئة وغير المنطقية وغير الموضوعية مبنية على توقعات وتعميمات خاطئة، حددها إليس في الأفكار الآتية:
  - طلب الاستحسان: من الضروري أن يكون الشخص محبوبا من كل المحيطين به .
  - طلب الكمال الشخصي: يجب على الفرد أن يكون على درجة كبيرة من الكفاءة والمنافسة والإنجاز حتى يكون ذا قيمة وأهمية .
  - اللوم القاسي للذات والآخرين: بعض الناس يتصفون بالشر والأذى وعلى درجة عالية من الخسة والندالة، وهم لذلك يستحقون العقاب والتوبيخ .
  - توقع الكوارث: إنه لمن النكبات المؤلمة أن تسير الأمور على غير ما يريد الفرد.
  - التهور الانفعالي: إن المصائب والتعاسة تنتج عن ظروف خارجية لا يستطيع الفرد التحكم فيها .
  - القلق الزائد: إن الأشياء الخطرة أو المخيفة تعتبر سببا للانشغال والفكر الدائم، وينبغي أن يتوقعها الفرد دائما .
  - تجنب مواجهة المشكلات: من الأسهل أن نتفادى بعض الصعوبات والمسئوليات الشخصية عن أن نواجهها .
  - الاعتمادية: يجب أن يعتمد الشخص على شخص آخر أقوى منه .
  - الشعور بالعجز: إن الخبرات والأحداث الماضية هي المحددات الأساسية للسلوك في الوقت الحاضر، وأن تأثير الماضي لا يمكن استبعاده .
  - الانزعاج لمشكلات الآخرين: ينبغي على الفرد أن يحزن لما يصيب الآخرين من مشكلات.

- الحلول المثالية: هناك دائما حل صحيح أو كامل لكل مشكلة، وهذا الحل يجب التوصل إليه وإلا ستكون النتائج خطيرة أو مؤلمة .
- وتتحدد الأفكار اللاعقلانية إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها المكفوف على مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين المكفوفين (إعداد الباحث)، وتدل الدرجة المرتفعة على المقياس على ارتفاع الأفكار اللاعقلانية لدى الفرد، بينما تدل الدرجة المنخفضة على المقياس على انخفاض الأفكار اللاعقلانية لدى الفرد .
- ٣- الشعور بالأمن النفسي: تقبل المكفوف لذاته وللآخرين ونظراته المتفائلة للأحداث، وقدرته على حل مشكلاته، والانتماء لأسرته ومجتمعه ووطنه، وخلوه من الأعراض العصبية المرضية، ويتضمن الأبعاد الآتية:
- تقبل الذات: رضا المكفوف عن خصائصه وسماته وإمكاناته وقدراته الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية .
- تقبل الآخرين: احترام الأشخاص المحيطين بالفرد وتقديره لهم وفهم اختلافه سواء في الأفكار أو القيم أو التقاليد .
- التفاؤل: ميل الفرد إلى توقع حدوث أفضل النتائج ونظراته الإيجابية للأحداث والأشياء.
- القدرة على حل المشكلات: تحلى المكفوف بالصبر عند حدوث المشكلات وقدرته على التحكم في انفعالاته، والعمل على حل المشكلات بعقلانية .
- الشعور بالانتماء: انتساب الفرد لأسرته ومجتمعه واعتزازه وفخره بهم .
- الخلو من الأعراض العصبية: سلامة الفرد من المظاهر الجسمية المرضية كاضطرابات الشهية والصداع، وسلامته من المظاهر النفسية المرضية كالقلق والاكتئاب والمخاوف المرضية واضطرابات النوم .
- ويتحدد الشعور بالأمن النفسي إجرائيا بالدرجة على مقياس الشعور بالأمن النفسي لدى المكفوفين ( إعداد الباحث )، وتدل الدرجة المرتفعة على المقياس على الشعور المرتفع بالأمن النفسي لدى الفرد بينما تدل الدرجة المنخفضة على المقياس على الشعور المنخفض بالأمن النفسي .
- ٤- الرضا عن الحياة: تقدير المكفوف لذاته وثقته بها، وشعوره بالقناعة والسعادة النفسية واستمتاعه بحياته الأسرية والمدرسية، ويتضمن الأبعاد الآتية:
- الرضا عن الذات: تقدير المكفوف الإيجابي لذاته، وثقته في نفسه، وإدراكه لإمكاناته والقدرات التي يتمتع بها، وشعوره بقيمته وأهميته في الحياة .

- الرضا عن الحياة الأسرية: شعور المكفوف بالدفء والمشاركة والتقبل والمساندة تجاه علاقته بأفراد أسرته .
  - الرضا عن الحياة المدرسية: شعور المكفوف بالكفاءة والقدرة على إنجاز الأعمال المدرسية وتحقيق النجاح المدرسي .
  - الرضا عن الزملاء: شعور المكفوف بقدرته على إقامة علاقات شخصية إيجابية مع أقرانه.
  - السعادة: استمتاع الفرد بحياته وتحقيق التوازن والتفاؤل والاستقرار.
  - القناعة: شعور المكفوف بالرضا عن الحال، وعما حققه من إنجاز، وأنه بذل ما في وسعه للتحقيق أهدافه .
- ويتحدد الرضا عن الحياة إجرائيا بالدرجة على مقياس الرضا عن الحياة (إعداد الباحث)، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع الشعور بالرضا عن الحياة لدى المكفوف، بينما تدل الدرجة المنخفضة على الشعور المنخفض بالرضا عن الحياة .
- ٥- البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي السلوكي: مجموعة من الإجراءات والأنشطة المخططة والأساليب والفنيات الإرشادية للمراهقين المكفوفين، بهدف تعديل الأفكار اللاعقلانية، وأثره في تنمية الشعور بالأمن النفسي لديهم، لتحقيق النمو السوي والتوافق النفسي باستخدام أساليب وفنيات إرشادية متعددة مثل: المحاضرة، والمناقشة والنمذجة، والاسترخاء، والحديث الذاتي الإيجابي، والتكليفات المنزلية.

#### الإطار النظري:

#### الإعاقة البصرية:

يشير مصطلح الإعاقة البصرية إلى درجات متفاوتة من فقدان البصري، لأنهم يشكلون فئة غير متجانسة من الأفراد . وتركز التعريفات التربوية على الإبصار الوظيفي أو الأداء الوظيفي للإبصار في النواحي التعليمية، وهو مدى قدرة المعاق بصريا في الاستفادة من بقايا البصر لديه - مهما كانت محدودة - في التعامل مع المواد والوسائل والمواقف التعليمية ( حسن عبدالمعطي وزين ردادى وسهير شاش، ٢٠١٢: ٢١٥ ) .

ويمكن تقسيم المعاقين بصريا إلى فئتين:

أ- مكفوفون بصريا: وهم الأفراد الذين تكون حدة البصر لديهم (٢٠/٢٠) قدم أو (٦٠/٦) متر في أقوى العينين بعد التصحيح بالنظارات الطبية أو العدسات اللاصقة .

ب- ضعاف البصر: وهم الأفراد الذين تتراوح حدة إبصارهم ما بين (٧٠/٢٠) قدما أى (٢٠/٦) مترا و(٢٠٠/٢٠) قدما أى (٦٠/٦) مترا في أقوى العينين بعد التصحيح بالنظارات الطبية أو العدسات اللاصقة ( عبدالمنعم القريظي، ٢٠٠٥: ٣٥٣).

وتفرض الإعاقة البصرية على المعاق عددا من القيود النفسية منها: الحد من قدرة المكفوف على إدراك أشياء معينة، شعور الكفيف أن سلوكه مراقب من المبصرين، شعوره بالنقص أو الدونية، فقدان الاستقلالية، والاعتماد الدائم على الآخرين، ومعاناته من بعض الأفكار الاجتماعية التقليدية، مما يجعله دائم التوتر ويؤثر في نشاطه الشخصي وقدراته الإبداعية ( ماجدة السيد عبید، ٢٠١١: ١٦٠-١٦٢ ) . كما تسيطر على المكفوف مشاعر القلق، وعدم الاتزان الانفعالي، والشعور بالاغتراب، وقلق المستقبل، والحزن، والغضب، والسلوك العدواني نتيجة إحساسه بالنقص الناتج عن فقدان البصر، وبالتالي يكون أقل توافقا مع ذاته ومع المجتمع ( طارق عبدالرؤف عامر وربيع عبدالرؤف محمد، ٢٠٠٨: ٥٧ - ٥٨ ؛ سعيد كمال عبدالحميد، ٢٠٠٩: ٣٨ ) .

كما تنتشر الأمراض العصابية بين المكفوفين أكثر من المبصرين، ومن بين تلك الأمراض: الاكتئاب، القلق، الوسواس القهري، الرهاب والمخاوف المرضية ( إيمان فؤاد كاشف، ٢٠١٠: ٢٨٥ ) .

ووفقا لنظرية إليس Ellis تزيد الأفكار العقلانية من مشاعر الطمأنينة والأمن النفسي، وتعمل على تحقيق مستوى مرتفع من الصحة النفسية مقارنة بتسرب الأفكار غير العقلانية إلى عقل الفرد ( خالد ناهس الرقااص ويحيى عبدالله الرافعى، ٢٠١٠: ١٤٣ ) .

#### الشعور بالأمن النفسي:

يعد الأمن النفسي مدخلا لفهم شخصية الفرد، ومؤشرا لمعرفة المناخ النفسي الذي يعيشه الفرد، ويعد أحد المفاهيم الرئيسية في علم النفس، وقد توصل ماسلو Maslow إلى تحديده عن طريق البحوث الإكلينيكية، ويظهر الأمن النفسي في شعور الفرد بأنه محبوب ومتقبل من الآخرين، وأنهم يعاملونه بشفقة ومودة، وشعوره بالانتماء إلى الجماعة، وإحساسه بالسلامة، كما يشعر أن بيئته غير محبطة لا يوجد

فيها ما يهدده أو يقلقه (محمود عطا حسين، ١٩٩٠: ٣٠٦؛ أماني عبدالمقصود عبد الوهاب، ١٩٩٨: ٦٩١؛ فوقية حسن رضوان، ٢٠١٥: ٣).

وتبدو أهمية الشعور بالأمن النفسي في تقسيم ماسلو Maslow للحاجات الإنسانية، حيث وضعها في المستوى الثاني من النموذج الهرمي للحاجات، وهذا التقسيم يبدأ بالحاجات الفسيولوجية ثم حاجات الأمن، فالحاجة إلى الحب، فالحاجة إلى التقدير والاحترام، فالحاجة إلى تحقيق الذات، وتبعاً لنظام ماسلو، فإن الفرد لا يستطيع الانتقال من مستوى إلى مستوى أرقى في الحاجات إلا بعد إشباع الحاجات الخاصة بالمستوى الذي يوجد فيه، ويعنى هذا أنه عندما لا تشبع حاجات الأمن لدى الطفل فإنه يجد صعوبة في إشباع باقي الحاجات النفسية الأساسية مما يؤثر في سلوكه فيما بعد (أماني عبدالمقصود عبد الوهاب، ١٩٩٨: ٦٩٢-٦٩٣).

ويشتمل الأمن النفسي على أبعاد أساسية هي: الشعور بالتقبل، والحب، وعلاقات الدفاء، والمودة مع الآخرين، والشعور بالانتماء للجماعة والمكانة فيها، والشعور بالسلام والسلامة، كما يشتمل الأمن النفسي على أبعاد فرعية ثانوية هي: إدراك العالم والحياة كبيئة سارة دافئة، وإدراك الآخرين بوصفهم ودودين، الثقة في الآخرين وحبهم، التسامح مع الآخرين، التفاؤل وتوقع الخير، الشعور بالسعادة والرضا، الشعور بالاستقرار الانفعالي، تقبل الذات والتسامح معها، الشعور بالكفاءة والقدرة على حل المشكلات، الخلو النسبي من الاضطراب النفسي (حامد عبدالسلام زهران، ٢٠٠٣: ٨٧).

وينقسم الشعور بالأمن النفسي إلى قسمين الأول: الشعور بالأمن الداخلي الذي يتوفر فيه الانسجام، والتوافق الشخصي، والانفعالي، أما الثاني: فهو الأمن الخارجي الذي يتوفر فيه الانسجام، والتوافق الاجتماعي، وهذا يعنى أن الشعور بالأمن من مصادر إحساس الطفل بالثقة في ذاته، وفي والديه، والمحيطين به. لذلك فإن فقدان الشعور بالأمن يكون له تأثير سلبي على شخصية الفرد في كل جوانبها (جمال عبدالله أبو زيتون ويوسف فرحان مقدادى، ٢٠١٢: ٢٥٢).

ومن العوامل المؤثرة في الشعور بالأمن النفسي: الإيمان بالله والتمسك بتعاليم الدين، أساليب التنشئة الاجتماعية السوية، المساندة الاجتماعية، المرونة الفكرية، الصحة الجسمية والنفسية، العوامل الاقتصادية، الاستقرار الأسري والاجتماعي. ولتحقيق الأمن النفسي يلجأ الفرد لأنشطة يستخدمها الجهاز النفسي لخفض التوتر أو التخلص منه، ويجد الفرد أمنة النفسية في انضمامه إلى جماعة تشعره بهذا الأمن كالانتماء، للأسرة، وجماعة الرفاق، والوطن (حامد عبدالسلام زهران، ٢٠٠٣: ٨٩؛ السيد عبدالمجيد عبدالعال، ٢٠١١، ٢٩٢-٢٩٥).

## الرضا عن الحياة:

يعد الرضا عن الحياة أحد محددات الصحة النفسية، ويشير الرضا عن الحياة إلى تحمس الفرد للحياة ورغبته الحقيقية في أن يعيشها، وتزداد أهمية الرضا عن الحياة في مرحلة المراهقة، لما لها من انعكاسات مهمة على مجمل حياة المراهق، حيث يعد شعور المراهق بالرضا عن الحياة مؤشرا إيجابيا لاستثمار قدراته لحياة مستقبلية صحية (مجدى محمد الدسوقي، ٢٠١٣: ٣؛ حسن عبدالله الحميدى، ٢٠١٣: ١١٦) .

والرضا عن الحياة تقييم شخصي لنوعية حياة الفرد، إنها الفرق بين ما يتمناه الفرد (ما هو مثالي) وما هو في الحقيقة (واقعي) ( Jenaabadi , 2013: 106 ) .

ويعرف أحمد محمد عبد الخالق (٢٠٠٨، ١٢٣) الرضا عن الحياة بأنها التقدير الذي يضعه الفرد لنوعية حياته بوجه عام اعتمادا على حكمه الشخصي .

ويرتبط الرضا عن الحياة إيجابيا بالعديد من المتغيرات منها: الصحة النفسية والجسمية للمراهقين، الاتزان الانفعالي، القدرة على مواجهة الضغوط النفسية، تقدير الذات، التوافق النفسي والاجتماعي، العلاقات الشخصية الإيجابية .

( Stoeber & Stoeber , 2009 ; Zulling , Valois , Huebner , & Drane , 2005 ; Adamiak , 2004

كما يرتبط انخفاض الرضا عن الحياة بمجموعة من الاضطرابات النفسية وخاصة القلق والاكتئاب والضغط الاجتماعية (Gilman & Huebner , 2006) .

وقد تناولت الدراسات السابقة الرضا عن الحياة كمفهوم متعدد الأبعاد يتناول أحكام الطلاب ورضاهم عن جوانب الحياة المختلفة كالرضا عن الذات، والأسرة، والمدرسة، والأقران .

## الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي:

وهو أسلوب إرشادي توجيهي مباشر يستخدم فنيات معرفية وانفعالية لمساعدة المسترشد على تصحيح معتقداته اللاعقلانية وتحويلها إلى معتقدات معقولة يصحبها ضبط انفعالي وسلوكي ( مفتاح محمد عبدالعزيز، ٢٠٠١: ٤٥ )، ويهدف الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي إلى تحديد الفلسفة اللاعقلانية للفرد سواء الصريحة أو الضمنية، وبالتالي الاتجاه إلى محاولة تعديلها وتصحيحها ( معتر سيد عبدالله ومحمد السيد عبدالرحمن، ١٩٩٧: ١٢٤ ) .

ويعد الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي أحد التكنيكات ذات الفاعلية ؛ لأنه يعتمد على تحديد الأفكار المشوهة والمعتقدات المختلة وظيفيا والتي تؤدي إلى الاضطرابات

الانفعالية، ويقوم المرشد بتدريب المسترشدين على دحض افتراضاتهم المتخاذلة عن أنفسهم، وعن الآخرين، وتصحيحها، وتعديلها، ومن ثم إعادة البناء المعرفى (عادل عبدالله محمد، ٢٠٠٠: ٣٤٣)، ويذهب هذا الأسلوب الإرشادي إلى أن الاستثارة الانفعالية والسلوك اللاتكفي يتأثران بتفسيرات الفرد للمواقف، وأنه بقدر ما تزداد المعتقدات اللاعقلانية لدى الفرد بقدر ما يتوقع من تحريف، ومن سوء فهم للمواقف (سهير محمود أمين، ٢٠١٠: ٥٩).

ويقرر إليس في نظريته أن الأحداث التي تطرأ على البشر تتضمن عوامل خارجية تمثل أسباباً، ولكن البشر ليسوا مسيرين كلية، وبإمكانهم أن يتجاوزوا جوانب القصور البيولوجية والاجتماعية والتفكير الصعب، ويتصرفوا بأساليب يمكن أن تغير وتضبط المستقبل، وهذا الاعتراف بقدرة الفرد على التحديد في الجانب الحسن لسلوكه الذاتى ولخبراته الانفعالية، يعبر عنها في نظرية (A-B-C) حيث الحرف (A) يرمز إلى الحادث أو الخبرة المثيرة أو المنشطة Action، والحرف (B) يعبر عن نظام التفكير Belief لدى الفرد، بينما يرمز الحرف (C) إلى النتيجة Consequence أو الاضطراب الانفعالي مثل: مشاعر الرفض والقلق وعدم الأهمية والاكنتاب وعدم الكفاءة، ويرى إليس أنه على الرغم من أن (A) هو الحادث الذى يقع قبل ظهور الاضطراب الانفعالي، إلا أنه ليس هو السبب الرئيس المباشر للنتيجة التي نشاهدها (C)، وإنما ينتج هذا الاضطراب عن نظام أو نسق التفكير الموجود لدى الفرد والذي يرمز له بالرمز (B) (محمد محروس الشناوى، ١٩٩٥: ١٠٤).

ولمساعدة الأفراد على التغلب على اعتقاداتهم غير الفعالة لا يكتفى الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي بأن يوضح لهم الاستنتاجات والإعزاعات غير العقلانية وكيفية مناهضتها، بل يوضح لهم أيضاً ما لديهم من مقولات ومطالب إلزامية والتي تتكون بطريقة لا شعورية، وتقود إلى الملزمات غير الفعالة (ناصر إبراهيم المحارب، ٢٠٠٠: ١٤).

ويحدد عادل عبدالله محمد (٢٠٠٠: ٧٢) خطوات العملية الإرشادية في أربع خطوات هي: أن يوضح المرشد للفرد أن تفكيره لا عقلاني مع بيان العلاقة بين تلك الأفكار اللاعقلانية والتعاسة والاضطراب الانفعالي، وأن يوضح المرشد للفرد أن استمرار الاضطراب يعد رهنا بالاستمرار في التفكير بالطريقة اللامنطقية نفسها، وأن يساعد المرشد على استبدال تلك الأفكار اللاعقلانية واللامنطقية بأفكار أخرى تتسم بالعقلانية والمنطقية، وأن يساعد المرشد على تبني فلسفة للحياة أكثر عقلانية.

ويستفيد الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي من التكنيكات المعرفية والانفعالية والسلوكية، ومن الفنيات التي تحدث أثراً عميقاً: المناهضة القوية المركزة، التخيل

العقلاني الانفعالي، تمارين مواجهة الخجل، استخدام الدعابة، تدريب الفرد على القبول غير المشروط لنفسه (ناصر إبراهيم المحارب، ٢٠٠٠: ٢٠)؛ (Jalali , Moussavi , Yazdi , Fadardi 2014)، كما يقوم المرشد بالكشف عن الأحاديث النفسية الداخلية غير المنطقية للفرد من خلال: إبراز الأفكار والأحاديث النفسية غير المنطقية لتصبح في مستوى الانتباه والوعي لدى الفرد، تعليم الفرد كيف يعيد النظر في تفكيره، وكيف يتحدى ويناقض هذه الأحاديث ويعيدها ويكررها في صورة أكثر منطقية حتى يتم استبدالها واستبطان الأفكار المنطقية الجديدة لتحل محل القديمة (سامي محمد ملحم، ٢٠٠١: ٤٣١ - ٤٣٢).

وقد ظهرت فعالية الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي في خفض مستوى القلق والتوتر، واليأس، والمخاوف المرضية، والأكسيثيميا لدى المعاقين بصريا (هشام عبدالله، ١٩٩٢؛ سيد محمد عبدالعظيم، ١٩٩٨؛ إيمان فؤاد كاشف، ٢٠١٠؛ مصطفى خليل عطاالله، ٢٠١٣) وذلك لاعتماده على الأداء الشفهي واللغة اللفظية في الحوار، كما يعتمد على التفكير والمعتقدات العقلية بعيدا عن الأداء العملي المهاري، كما أنه يساهم في نمو الطلاقة اللغوية والتشجيع على التفاعل الاجتماعي للمكفوفين (زينب محمود شقير، ٢٠٠٥: ١٣١).

#### دراسات سابقة:

استهدفت دراسة سيد عبدالعظيم محمد (١٩٩٨) فحص أثر الإرشاد المعرفي في خفض الشعور باليأس، وقد تكونت عينة الدراسة من (٩) مرافقين ذكور معاقين بصريا، أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي في خفض الشعور باليأس لدى أفراد المجموعة التجريبية .

وأجرى سعيد كمال عبدالحميد (٢٠٠٦) دراسة لتعرف فعالية برنامج إرشادي لخفض السلوك العدواني لدى المراهقين المعاقين بصريا، تكونت عينة الدراسة من (٢٤) من المراهقين المعاقين بصريا، مقسمين بالتساوي على المجموعتين التجريبية والضابطة قوام كل منها (١٢) تلميذا، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج الإرشادي في تعديل الأفكار اللاعقلانية، وخفض مستوى العدوانية لدى أفراد المجموعة التجريبية .

وهدفت دراسة عبدالله عبدالعزيز المناحي (٢٠١٠) الكشف عن فعالية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي سلوكي في تنمية المهارات الاجتماعية من خلال تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى عينة مكونة من (٣٢) طالبا من المعاقين بصريا بمعهد النور بالرياض . وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية في

القياسين القبلي والبعدى على مقياسي المهارات الاجتماعية والأفكار اللاعقلانية لصالح القياس البعدى، واستمرار فعالية البرنامج الإرشادي إلى ما بعد انتهاء فترة المتابعة .

أما دراسة إيمان فؤاد كاشف (٢٠١٠) فقد هدفت إلى تعرف مدى فعالية برنامج علاجي قائم على استخدام بعض فنيات العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي في خفض حدة المخاوف المرضية لدى عينة مكونة من (١٢) تلميذا من المعاقين بصريا تم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج العلاجي العقلاني الانفعالي السلوكي في تخفيف حدة المخاوف المرضية لدى أفراد المجموعة التجريبية .

واستهدفت دراسة سالمة راشد الحجري (٢٠١١) الكشف عن فعالية برنامج إرشاد جمعي في تنمية تقدير الذات، شملت عينة الدراسة (٣٠) مراهقا من المعاقين بصريا، أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية .

بينما هدفت دراسة يحيى محمود النجار (٢٠١٢) معرفة أثر فعالية برنامج إرشادي لتنمية الأمن النفسي، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٤) معاق حركيا، تم توزيعهم على مجموعتين تجريبية وضابطة، قوام كل منها (١٢) معاقا، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى فعالية البرنامج الإرشادي في تنمية الأمن النفسي لدى المعاقين حركيا .

أما دراسة أنور راجح المنعمى (٢٠١٣) فقد هدفت إلى تعرف فعالية برنامج معرفي سلوكي في تنمية الأمن النفسي لدى المراهقين ذوى الظروف الخاصة، تكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالبا من طلاب المرحلة المتوسطة والثانوية مجهولي الوالدين، منهم (١٥) طالبا يمثلون المجموعة التجريبية، و(١٥) طالبا يمثلون المجموعة الضابطة، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في تنمية الأمن النفسي .

أما دراسة رانيا الصاوي عبدالقوى (٢٠١٣) فقد هدفت إلى بناء برنامج إرشادي جمعي لخفض الضغوط النفسية والأفكار اللاعقلانية، وتحسين الرضا عن الحياة لطالبات جامعة تبوك، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالبة، قسمت إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة)، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي في خفض الضغوط النفسية والأفكار اللاعقلانية وتحسين مستوى الرضا عن الحياة لطالبات جامعة تبوك .

بينما استهدفت دراسة مصطفى خليل عطاالله (٢٠١٣) إعداد برنامج إرشادي معرفي تحليلي وقياس فاعليته في تخفيف الألكسيثيميا لدى عينة من المكفوفين . تكونت عينة الدراسة من (١٠) طلاب بمدرسة النور للمكفوفين، وكشفت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي التحليلي في تخفيف الألكسيثيميا لدى أفراد المجموعة التجريبية، واستمرار التحسن بعد انتهاء تطبيق البرنامج الإرشادي .

واستهدفت دراسة جالاي وموسافي ويزادي وفاداردى (Jalali , Moussavi , Yazdi , Fadardi , 2014) فحص فعالية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي في تحسين الرفاهة النفسية لدى المكفوفين، تكونت عينة الدراسة من (٣٠) مكفوفاً، وقد أشارت النتائج إلى فعالية البرنامج العلاجي في تنمية الرفاهة النفسية لدى المكفوفين .

وأجرى محمد الجعافرة وإياد الحوارنة ومنذر الخرشة (٢٠١٥) دراسة لفحص فاعلية برنامج إرشادي جمعي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لخفض الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة مؤتة، تكونت عينة الدراسة من (٦٠) طالباً، قسموا بالتساوي إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وقد أسفرت الدراسة عن وجود علاقة بين التفكير اللاعقلاني والضغط النفسية لدى طلبة جامعة مؤتة، كما أشارت النتائج إلى فعالية البرنامج الإرشاد الجمعي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لخفض الضغوط النفسية .

يتضح من استعراض الدراسات السابقة تنوع المتغيرات والأساليب الإرشادية التي تناولتها تلك الدراسات، ومنها: استخدام الإرشاد المعرفي فقط، والمعرفي السلوكي في خفض كلا من: اليأس، والسلوك العدواني، والألكسيثيميا، واستخدام الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي في تنمية تقدير الذات، والمهارات الاجتماعية، وإدارة الضغوط، والأمن النفسي، والرضا عن الحياة، والرفاهة النفسية، وخفض حدة المخاوف المرضية . إضافة إلى تنوع عينات الدراسة مثل: المراهقين المعاقين بصرياً، والمكفوفين فقط، وطلاب المرحلة المتوسطة والثانوية مجهولي الوالدين، والمعاقين حركياً، وطالبات الجامعة، ولكنها لم تتناول - في حدود علم الباحث - فعالية الإرشاد العقلاني الانفعالي في تنمية الشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين، وهذا ما تتناوله الدراسة الحالية.

#### فروض الدراسة:

- ١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الأفكار اللاعقلانية لصالح المجموعة التجريبية .

- ٢- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الشعور بالأمن النفسي لصالح المجموعة التجريبية .
- ٣- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الرضا عن الحياة لصالح المجموعة التجريبية .
- ٤- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي .
- ٥- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالأمن النفسي في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي .
- ٦- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الرضا عن الحياة في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي .
- ٧- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية في القياسين البعدي والمتابعة .
- ٨- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالأمن النفسي في القياسين البعدي والمتابعة .
- ٩- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الرضا عن الحياة في القياسين البعدي والمتابعة .

#### إجراءات الدراسة:

أولاً: عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (١٤) طالبا من المراهقين المكفوفين الذكور، بمدرسة النور للمكفوفين بمدينة المنصورة، تراوحت أعمارهم الزمنية بين (١٤ - ١٨) سنة، قسموا إلى مجموعتين إحداهما تجريبية، وعددها (٧) طلاب، والأخرى ضابطة، وعددها (٧) طلاب، وذلك في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي (٢٠١٤/٢٠١٥)، وقد بلغ متوسط العمر الزمني للتلاميذ (١٥،٧٨٦)، بانحراف معياري (١،٤٧٦) . وقد تم اختيار عينة الدراسة وفقا للشروط الآتية:

أ) أن تكون عينة الدراسة من الطلاب المكفوفين ولاديا أو الذين فقدوا بصرهم قبل سن الخامسة، والذين تبلغ حدة الإبصار لديهم (٦ / ٦٠)، وذلك من خلال اطلاع الباحث على الملفات الطبية الموجودة بالمدرسة، كما تم استبعاد الحالات التي تعاني

من ضعف البصر، والحالات التي تعاني من أية إعاقات أخرى إلى جانب الإعاقة البصرية .

(ب) أن يكون الطلاب المكفوفين مقيمين إقامة داخلية بمدرسة النور للمكفوفين بمدينة المنصورة، وذلك لما أشارت إليه دراسة ( رشا عبدالفتاح محمد، ٢٠٠٤ ؛ فتحى عبدالرحيم الضبع، ٢٠٠٩ ؛ ماجدة عبيد، ٢٠١١ ) من معاناة هؤلاء الطلاب من الاغتراب والوحدة النفسية وانخفاض الشعور بالأمن النفسي، كما أن تلك المؤسسات تحرمهم من الخبرات الحسية والاجتماعية المناسبة، وتشعرهم بنبذ المجتمع لهم ؛ مما يجعلهم يتبنون أفكارا لاعقلانية، ويقلل من شعورهم بالأمن النفسي .

تكافؤ العينة: قام الباحث بإجراء التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مجموعة من المتغيرات وهي: العمر الزمني، الأفكار اللاعقلانية، الشعور بالأمن النفسي، الرضا عن الحياة باستخدام اختبار "مان ويتني" Mann-Whitney Test لحساب الفرق بين متوسطي رتب الدرجات المستقلة (عزت عبدالحميد حسن، ٢٠١١: ٤٩٩)، ويوضح جدول (١) دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في تلك المتغيرات كما يأتي:

#### جدول (١)

قيمة ( Z ) ومستوى دلالتها للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات الدراسة

المتغير	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	مستوى الدلالة
العمر الزمني	التجريبية	٧	٧،٧١	٥٤،٠٠	٠،١٩٦	غير دالة
	الضابطة	٧	٧،٢٩	٥١،٠٠		
الأفكار اللاعقلانية	التجريبية	٧	٧،٣٦	٥١،٥٠	٠،١٢٨ -	غير دالة
	الضابطة	٧	٧،٦٤	٥٣،٥٠		
الشعور بالأمن النفسي	التجريبية	٧	٨،٤٣	٥٩،٠٠	٠،٨٣٨ -	غير دالة
	الضابطة	٧	٦،٥٧	٤٦،٠٠		
الرضا عن الحياة	التجريبية	٧	٦،٤٣	٤٥،٠٠	٠،٩٦٠ -	غير دالة
	الضابطة	٧	٨،٥٧	٦٠،٠٠		

يتضح من جدول (١) تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في العمر الزمني، الأفكار اللاعقلانية، الشعور بالأمن النفسي، الرضا عن الحياة، وذلك قبل تطبيق البرنامج الإرشادي .

ثانيا: منهج الدراسة: تعتمد الدراسة الحالية على المنهج شبه التجريبي، حيث يعتمد التصميم التجريبي للدراسة على مجموعتين تجريبية وضابطة، وإجراء قياس قبلي وبعدي ومتابعة لمعرفة مدى تأثير المتغيرات التابعة ( الأفكار اللاعقلانية - الشعور بالأمن النفسي - الرضا عن الحياة) بالمتغير المستقل ( البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي ) .

ثالثا: أدوات الدراسة: استخدم الباحث لإجراء الدراسة الأدوات التالية: مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين المكفوفين ( إعداد الباحث ) - مقياس الشعور بالأمن النفسي (إعداد الباحث ) - مقياس الرضا عن الحياة ( إعداد الباحث ) - البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي ( إعداد الباحث )، وفيما يلي وصف لهذه الأدوات وطرق تقنيها .

١- مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين المكفوفين ( إعداد الباحث): مر إعداد المقياس بالخطوات الآتية:

١- قام الباحث بسؤال الطلاب المكفوفين سؤالاً مفتوحاً حول أهم الأفكار السلبية التي تشغلهم ويفكرون فيها باستمرار .

٢- اطلع الباحث على بعض الدراسات والأطر النظرية التي تناولت الأفكار اللاعقلانية مثل: دراسة (محمد محروس الشناوى، ١٩٩٥ ؛ إيهاب البيلوى، ١٩٩٩ ؛ عادل عبدالله محمد، ٢٠٠٠ ؛ سعيد كمال عبد الحميد، ٢٠٠٩ ؛ عبدالستار إبراهيم، ٢٠١١ ؛ بسمه عيد الشريف، ٢٠١٣ ) .

٣- اطلع الباحث على عدد من المقاييس التي تناولت قياس الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين المكفوفين مثل: ( سليمان الريحاني، ١٩٨٥ ؛ إيهاب البيلوى، ١٩٩٩ ؛ معتز عبدالله ومحمد السيد عبدالرحمن، ٢٠٠٢ ) .

٤- بناء على ما سبق قام الباحث بصياغة مفردات المقياس والتي تتكون من(٤٤) مفردة، موزعة على أحد عشر بعداً كما هو موضح بالجدول التالي:

#### جدول (٢)

أرقام مفردات مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المكفوفين موزعة على الأبعاد

م	الأبعاد	أرقام المفردات
١.	طلب الاستحسان	٣٤-٢٣-١٢-١
٢.	طلب الكمال الشخصي	٣٥-٢٤-١٣-٢
٣.	اللوم القاسى للذات والآخرين	٣٦-٢٥-١٤-٣
٤.	توقع الكوارث	٣٧-٢٦-١٥-٤
٥.	التهور الانفعالي	٣٨-٢٧-١٦-٥

م	الأبعاد	أرقام المفردات
٦.	القلق الزائد	٣٩-٢٨-١٧-٦
٧.	تجنب مواجهة المشكلات	٤٠-٢٩-١٨-٧
٨.	الاعتمادية	٤١-٣٠-١٩-٨
٩.	الشعور بالعجز	٤٢-٣١-٢٠-٩
١٠.	الانزعاج لمشكلات الآخرين	٤٣-٣٢-٢١-١٠
١١.	الحلول المثالية	٤٤-٣٣-٢٢-١١

ويقرر المكفوف من خلالها درجة موافقته على محتوى هذه المفردة من خلال اختيار البديل المناسب من ثلاثة بدائل هي (غالبا، أحيانا، نادرا)، وتأخذ البدائل الدرجات (٣ - ٢ - ١)، ويتم عكس الدرجات مع العبارات العكسية، وتدل الدرجة الأعلى على ارتفاع الأفكار اللاعقلانية لدى المكفوف، وللمقياس درجة كلية .

٥- حسب الباحث المؤشرات السيكومترية للمقياس كما يلي:

أولاً- الصدق: تحقق الباحث من صدق المقياس من خلال:

١- الصدق الظاهري: حيث عرض الباحث المقياس في صورته الأولية على عدد من السادة المحكمين المتخصصين في علم النفس التربوي والصحة النفسية لإبداء الرأي في مدى صلاحية المقياس للاستخدام مع عينة الدراسة الحالية من المراهقين المكفوفين، ومدى دقة المفردات وملائمتها . وقد أخذ الباحث نسبة اتفاق تتراوح بين ٨٠-١٠٠%، وبناء على آراء السادة المحكمين قام الباحث بتعديل صياغة بعض المفردات .

٢- الصدق التلازمي: من خلال تطبيق المقياس على (٣٠) طالبا مكفوفاً من المترددين على الجمعيات والمؤسسات الخاصة برعاية المكفوفين بمدينة المنصورة وهي: جمعية رسالة، جمعية النور للمكفوفين، مؤسسة الأمل للمكفوفين بالمرحلتين الإعدادية والثانوية، وتطبيق مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين ذوي الإعاقة البصرية (سعيد كمال عبد الحميد، ٢٠٠٩)، بلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٨٨)، وهذا يشير إلى تحقق الصدق التلازمي لمقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين المكفوفين (إعداد الباحث) .

<sup>1</sup> يتقدم الباحث بخالص الشكر والتقدير للسادة المحكمين: أ.د/ فاروق السعيد جبريل / أ.د / فؤاد حامد المواقى / أ.د / السيد محمد عبدالمجيد / أ.د/ عصام محمد زيدان / أ.م.د/ وليد محمد أبو المعاطي / د/نبيل على محمود

ثانياً: الثبات: قام الباحث بحساب معامل ثبات المقياس بطريقتين: طريقة ألفا كرونباخ وطريقة إعادة التطبيق،، وجاءت النتائج كما بجدول (٣)

جدول (٣)

معامل ثبات مقياس الأفكار اللاعقلانية بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق

م	الأبعاد	طريقة ألفا كرونباخ	طريقة إعادة التطبيق
١.	طلب الاستحسان	٠,٨٩٤	٠,٧٧٥
٢.	طلب الكمال الشخصي	٠,٨٨٦	٠,٨٦٥
٣.	اللوم القاسي للذات والآخرين	٠,٨٩٦	٠,٨٨٠
٤.	توقع الكوارث	٠,٨٩١	٠,٧٢٢
٥.	التهور الانفعالي	٠,٨٨١	٠,٧٩٥
٦.	القلق الزائد	٠,٨٨٧	٠,٧٣٣
٧.	تجنب مواجهة المشكلات	٠,٨٧٤	٠,٧٩٠
٨.	الاعتمادية	٠,٨٨٧	٠,٨٢٩
٩.	الشعور بالعجز	٠,٨٩٨	٠,٨٩١
١٠.	الانزعاج لمشكلات الآخرين	٠,٨٩٤	٠,٨١٤
١١.	الحلول المثالية	٠,٨٧٨	٠,٨٨٣

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الثبات بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق مرتفعة ودالة عند مستوى ٠,٠١؛ مما يشير إلى ثبات المقياس.

ثالثاً: الاتساق الداخلي: تم حساب معاملات الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه على عينة بلغت (٣٠) طالبا مكفوفاً، وكذلك حسب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس، وجميعها قيم دالة؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس، كما هو موضح بجدولي (٤، ٥).

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد

على مقياس الأفكار اللاعقلانية

المفردة	معامل الارتباط						
١	٠,٥٢٠	١٢	٠,٥٦٨	٢٣	٠,٦٣٨	٣٤	٠,٤٤١
٢	٠,٦٧٦	١٣	٠,٦٨٢	٢٤	٠,٤٢٩	٣٥	٠,٥٦٢

٠,٦١٠	٣٦	٠,٥٦٣	٢٥	٠,٦٢١	١٤	٠,٤٤٨	٣
٠,٥٨٦	٣٧	٠,٧٢٥	٢٦	٠,٥٩٠	١٥	٠,٦١٤	٤
٠,٦٩٨	٣٨	٠,٦٩٤	٢٧	٠,٥٠٣	١٦	٠,٧٣٥	٥
٠,٦٢٩	٣٩	٠,٧٢٥	٢٨	٠,٤٦٥	١٧	٠,٤٧١	٦
٠,٥٨٠	٤٠	٠,٥٨٥	٢٩	٠,٧٤٣	١٨	٠,٦٥٧	٧
٠,٥١٩	٤١	٠,٦١٨	٣٠	٠,٦٦٦	١٩	٠,٥٢٣	٨
٠,٥١٣	٤٢	٠,٥٨٦	٣١	٠,٦٧٠	٢٠	٠,٥٩١	٩
٠,٤٧٨	٤٣	٠,٤٤٢	٣٢	٠,٥٧٧	٢١	٠,٦٤٦	١٠
٠,٧٠١	٤٤	٠,٦٩٤	٣٣	٠,٥٩٢	٢٢	٠,٤٨٥	١١

جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد على مقياس الأفكار اللاعقلانية مرتفعة ودالة عند مستوى ٠,٠١ ؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس .

#### جدول (٥)

معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١.	طلب الاستحسان	٠,٧٦٥
٢.	طلب الكمال الشخصي	٠,٧٤٩
٣.	اللوم القاسى للذات والآخرين	٠,٧٥٨
٤.	توقع الكوارث	٠,٦٨٢
٥.	التهور الانفعالي	٠,٧٩٨
٦.	القلق الزائد	٠,٧١٨
٧.	تجنب مواجهة المشكلات	٠,٨٨٥
٨.	الاعتمادية	٠,٧٢٢
٩.	الشعور بالعجز	٠,٧٥٣
١٠.	الانزعاج لمشكلات الآخرين	٠,٨٨٠
١١.	الحلول المثالية	٠,٨٤٠

جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية مرتفعة ودالة عند مستوى ٠,٠٠١؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس .

٢- مقياس الشعور بالأمن النفسي ( إعداد الباحث): مر إعداد المقياس بالخطوات الآتية:

١- اطلع الباحث على بعض الأطر النظرية والدراسات التي تناولت الأمن النفسي مثل: دراسة إيهاب البيلاوي، ١٩٩٩؛ مروة جمعة محمد احمد، ٢٠٠٤؛ على سلامة اللبون، ٢٠٠٩؛ وفاء على عقل، ٢٠٠٩؛ أحمد محمد أبو زيد، ٢٠١٢؛ يحيى محمود النجار، ٢٠١٢؛ جمال عبدالله أبو زيتون ويوسف فرحان مقادي، ٢٠١٢ .

٢- اطلع الباحث على عدد من المقاييس التي تناولت قياس الأمن النفسي مثل: ( أحمد عبدالعزيز سلامة، ١٩٧٢؛ أماني عبدالمقصود عبدالوهاب، ١٩٩٨؛ خالد ناهس الرقااص ويحيى عبدالله الرفاعي، ٢٠١٠؛ مصطفى على مظلوم، ٢٠١٤؛ فوقيّة حسن رضوان، ٢٠١٥ )

٣- بناء على ما سبق قام الباحث بصياغة مفردات المقياس والذي يتكون من (٤٨) مفردة، موزعة على ستة أبعاد كما هو موضح بجدول (٦) .

#### جدول (٦)

أرقام مفردات مقياس الشعور بالأمن النفسي موزعة على الأبعاد

الأبعاد	أرقام المفردات
١- تقبل الذات	١-٧-١٣-١٩-٢٥-٣١-٣٧-٤٣ .
٢- تقبل الآخرين	٢-٨-١٤-٢٠-٢٦-٣٢-٣٨-٤٤ .
٣- التفاؤل	٣-٩-١٥-٢١-٢٧-٣٣-٣٩-٤٥ .
٤- القدرة على حل المشكلات	٤-١٠-١٦-٢٢-٢٨-٣٤-٤٠-٤٦ .
٥- الشعور بالانتماء	٥-١١-١٧-٢٣-٢٩-٣٥-٤١-٤٧ .
٦- الخلو من الأعراض العصابية	٦-١٢-١٨-٢٤-٣٠-٣٦-٤٢-٤٨ .

ويقرر المكفوف من خلالها درجة موافقته على محتوى هذه المفردة من خلال اختيار البديل المناسب من ثلاثة بدائل هي (غالبا، أحيانا، نادرا) وتأخذ البدائل الدرجات

(٣ - ٢ - ١)، ويتم عكس الدرجات مع العبارات العكسية، وتدل الدرجة الأعلى على الشعور المرتفع بالأمن النفسي لدى المكفوف، وللمقياس درجة كلية.

٤- قام الباحث بحساب المؤشرات السيكومترية للمقياس كما يلي:

أولاً- الصدق: تحقق الباحث من صدق المقياس من خلال:

١- الصدق الظاهري: حيث عرض الباحث المقياس في صورته الأولية على عدد من السادة المحكمين المتخصصين في علم النفس التربوي والصحة النفسية ٢ لإبداء الرأي في مدى صلاحية المقياس للاستخدام مع عينة الدراسة الحالية من المراهقين المكفوفين، ومدى دقة المفردات وملامتها. وقد أخذ الباحث نسبة اتفاق تتراوح بين ٨٠-١٠٠%، وبناء على آراء السادة المحكمين قام الباحث بتعديل صياغة بعض المفردات.

٢- الصدق التلازمي: من خلال تطبيق المقياس على (٣٠) طالبا مكفوفا من المترددين على الجمعيات والمؤسسات الخاصة برعاية المكفوفين بمدينة المنصورة وهي: جمعية رسالة، جمعية النور للمكفوفين، مؤسسة الأمل للمكفوفين بالمرحلتين الإعدادية والثانوية، وتطبيق مقياس الطمأنينة النفسية (زينب محمود شقير، ٢٠٠٧)، حيث بلغت قيمة الارتباط (٠,٨٥)، وهذا يشير إلى تحقق الصدق التلازمي لمقياس الشعور بالأمن النفسي لدى المراهقين المكفوفين (إعداد الباحث).

ثانياً: الثبات: قام الباحث بحساب معامل ثبات المقياس بطريقتين: طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة إعادة التطبيق، وجاءت النتائج كما بجدول (٧)

جدول (٧)

معامل ثبات مقياس الشعور بالأمن النفسي بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق

م	الأبعاد	طريقة ألفا كرونباخ	طريقة إعادة التطبيق
١.	تقبل الذات	٠,٩٦٤	٠,٧٩٣
٢.	تقبل الآخرين	٠,٩٦٩	٠,٨٩٧
٣.	التفاؤل	٠,٩٧٠	٠,٨٨٠

<sup>2</sup> يتقدم الباحث بخالص الشكر والتقدير للسادة المحكمين: أ.د/ فاروق السعيد جبريل / أ.د/ فؤاد حامد / أ.د/ السيد محمد عبدالمجيد / أ.د/ عصام محمد زيدان / أ.م.د/ وليد محمد أبو المعاطي / د/نبيل على محمود

٠,٧٩٨	٠,٩٦٣	القدرة على حل المشكلات	٤.
٠,٨٣٣	٠,٩٦٧	الشعور بالانتماء	٥.
٠,٧٧٨	٠,٩٥٥	الخلو من الأعراض العصابية	٦.

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الثبات بطريقتي ألفا كرونباخ، وإعادة التطبيق مرتفعة ودالة عند مستوى ٠,٠١؛ مما يشير إلى ثبات مقياس الشعور بالأمن النفسي.

ثالثاً: الاتساق الداخلي: تم حساب معاملات الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه على عينة بلغت (٣٠) طالبا مكفوفاً، وكذلك حسب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لمقياس الشعور بالأمن النفسي كما هو موضح بجدولي (٨، ٩)

#### جدول (٨)

معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد  
على مقياس الشعور بالأمن النفسي

المفردة	معامل الارتباط						
١	٠,٦٦٦	١٣	٠,٧٧٠	٢٥	٠,٨٢٢	٣٧	٠,٩٢٧
٢	٠,٧١٠	١٤	٠,٧٩٧	٢٦	٠,٩٤٩	٣٨	٠,٩٤٢
٣	٠,٧٦٣	١٥	٠,٧٣٥	٢٧	٠,٩٠٧	٣٩	٠,٨٦٢
٤	٠,٨٥٦	١٦	٠,٧٤٤	٢٨	٠,٧٦٢	٤٠	٠,٩٠٧
٥	٠,٨٦٤	١٧	٠,٨٧١	٢٩	٠,٨٩٤	٤١	٠,٩٣٣
٦	٠,٧٣٣	١٨	٠,٩٥٠	٣٠	٠,٩٧٣	٤٢	٠,٩٠٤
٧	٠,٦٨١	١٩	٠,٨٤٥	٣١	٠,٩٣٢	٤٣	٠,٨٥٦
٨	٠,٧٥٤	٢٠	٠,٨٥٨	٣٢	٠,٧٣٣	٤٤	٠,٨٩٧
٩	٠,٦٦٥	٢١	٠,٨٦٦	٣٣	٠,٩٦٦	٤٥	٠,٩٠٣
١٠	٠,٧٤٤	٢٢	٠,٩٢٣	٣٤	٠,٨٤٣	٤٦	٠,٧٨٢
١١	٠,٧٨٤	٢٣	٠,٧٠٣	٣٥	٠,٨٦٣	٤٧	٠,٨٤٥
١٢	٠,٩٢١	٢٤	٠,٩٥٢	٣٦	٠,٧٣٩	٤٨	٠,٩١٤

جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد على مقياس الشعور بالأمن النفسي مرتفعة ودالة عند مستوى ٠,٠١؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس .

#### جدول (٩)

معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لمقياس الشعور بالأمن النفسي

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١.	تقبل الذات	٠,٨٢٨
٢.	تقبل الآخرين	٠,٨٧٥
٣.	التفاؤل	٠,٨٩٤
٤.	القدرة على حل المشكلات	٠,٧٩٩
٥.	الشعور بالانتماء	٠,٨٢٠
٦.	الخلو من الأعراض العصابية	٠,٩٠٠

جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لمقياس الشعور بالأمن النفسي مرتفعة ودالة عند مستوى ٠,٠١؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس .

٣- مقياس الرضا عن الحياة (إعداد الباحث) : إعداد المقياس بالخطوات الآتية:

١- اطلع الباحث على عدد من المقاييس التي تناولت قياس الرضا عن الحياة ومنها: (Pavot & Diener, 1993)؛ أماني عبدالمقصود عبدالوهاب، ٢٠١٣؛ السيد محمد أبو هاشم، ٢٠٠٦) .

٢- بناء على ما سبق قام الباحث بصياغة مفردات المقياس، ويتكون من (٣٦) مفردة، موزعة على ستة أبعاد كما هو موضح بالجدول التالي:

#### جدول (١٠)

أرقام مفردات مقياس الرضا عن الحياة موزعة على الأبعاد

أرقام المفردات	الأبعاد
١-٧-١٣-١٩-٢٥-٣١	١- الرضا عن الذات
٢-٨-١٤-٢٠-٢٦-٣٢	٢- الرضا عن الحياة الأسرية
٣-٩-١٥-٢١-٢٧-٣٣	٣- الرضا الحياة المدرسية
٤-١٠-١٦-٢٢-٢٨-٣٤	٤- الرضا عن الزملاء
٥-١١-١٧-٢٣-٢٩-٣٥	٥- القناعة

ويقرر المكفوف من خلالها درجة موافقته على محتوى هذه المفردة من خلال اختيار البديل المناسب من ثلاثة بدائل هي (غالبا، أحيانا، نادرا) وتأخذ البدائل الدرجات (٣ - ٢ - ١)، ويتم عكس الدرجات مع العبارات العكسية، وتدل الدرجة الأعلى على الشعور المرتفع بالرضا عن الحياة لدى المكفوف، وللمقياس درجة كلية.

٣- قام الباحث بحساب المؤشرات السيكومترية للمقياس كما يلي:

أولاً- الصدق: تحقق الباحث من صدق المقياس من خلال:

١- الصدق الظاهري: حيث عرض الباحث المقياس في صورته الأولية على عدد من السادة المحكمين المتخصصين في علم النفس التربوي والصحة النفسية<sup>٣</sup> لإبداء الرأي في مدى صلاحية المقياس للاستخدام مع عينة الدراسة الحالية من المراهقين المكفوفين، ومدى دقة المفردات وملئمتها. وقد أخذ الباحث نسبة اتفاق تتراوح بين ٨٠-١٠٠%، وبناء على آراء السادة المحكمين قام الباحث بتعديل صياغة بعض المفردات.

٢- الصدق التلازمي: من خلال تطبيق المقياس على (٣٠) طالبا مكفوفاً من المترددين على الجمعيات والمؤسسات الخاصة برعاية المكفوفين بمدينة المنصورة وهي: جمعية رسالة، جمعية النور للمكفوفين، مؤسسة الأمل للمكفوفين بالمرحلتين الإعدادية والثانوية، وتطبيق مقياس الرضا عن الحياة (مجدى محمد الدسوقي، ٢٠١٣)، حيث بلغت قيمة الارتباط (٠,٨٧)، وهذا يشير إلى تحقق الصدق التلازمي لمقياس الرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين (إعداد الباحث).

ثانياً: الثبات: قام الباحث بحساب معامل ثبات المقياس بطريقتي: ألفا كرونباخ، وإعادة التطبيق وجاءت النتائج كما بجدول (١١)

جدول (١١)

معامل ثبات مقياس الرضا عن الحياة  
بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق

م	الأبعاد	طريقة ألفا	طريقة إعادة
---	---------	------------	-------------

<sup>٣</sup> يتقدم الباحث بخالص الشكر والتقدير للسادة المحكمين: أ.د/ فاروق السعيد جبريل أ.د/ فؤاد حامد الموافي أ.د/ السيد محمد عبدالمجيد أ.د/ عصام محمد زيدان أ.م.د/ وليد محمد أبو المعاطي د/نبيل على محمود

التطبيق	كرونباخ	
٠,٧٠٩	٠,٨٨٤	١. الرضا عن الذات
٠,٨٦٨	٠,٨٧٢	٢. الرضا عن الحياة الأسرية
٠,٨٥٩	٠,٨٩٢	٣. الرضا الحياة المدرسية
٠,٨٠٨	٠,٨٨٤	٤. الرضا عن الزملاء
٠,٨٧٣	٠,٨٤٠	٥. القناعة
٠,٨٥٦	٠,٨٩٧	٦. السعادة

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الثبات بطريقتي: ألفا كرونباخ، وإعادة التطبيق مرتفعة ودالة عند مستوى ٠,٠١؛ مما يشير إلى ثبات المقياس.

ثالثاً: الاتساق الداخلي: تم حساب معاملات الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه على عينة بلغت (٣٠) مكفوفاً، وكذلك حسب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس، كما هو موضح بجدولي (٤، ٥).

#### جدول (١٢)

معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد

على مقياس الرضا عن الحياة

المفردة	معامل الارتباط						
١	٠,٥٤٨	١٠	٠,٨٢١	١٩	٠,٧٧٨	٢٨	٠,٧١١
٢	٠,٥٩٩	١١	٠,٧٧٤	٢٠	٠,٨٢٠	٢٩	٠,٦٩٨
٣	٠,٧١٩	١٢	٠,٦٩٧	٢١	٠,٦٨٢	٣٠	٠,٨٣٠
٤	٠,٦٢٤	١٣	٠,٧٨٠	٢٢	٠,٧٩٥	٣١	٠,٦٧٨
٥	٠,٦٥٠	١٤	٠,٧٢٢	٢٣	٠,٦٢٤	٣٢	٠,٦٧٧
٦	٠,٧١٣	١٥	٠,٨٦٧	٢٤	٠,٧٧٤	٣٣	٠,٦٢٤

٠,٦٨٢	٣٤	٠,٧٨٣	٢٥	٠,٨١٠	١٦	٠,٦٢٥	٧
٠,٨٥٦	٣٥	٠,٨٣٦	٢٦	٠,٨٨٠	١٧	٠,٧١٣	٨
٠,٨٣٣	٣٦	٠,٥٦٦	٢٧	٠,٧٨٤	١٨	٠,٩١٠	٩

جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد على مقياس الرضا عن الحياة مرتفعة ودالة عند مستوى ٠,٠١ ؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي لمقياس الرضا عن الحياة .

### جدول (١٣)

معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١.	الرضا عن الذات	٠,٩٠٩
٢.	الرضا عن الحياة الأسرية	٠,٨٨٢
٣.	الرضا الحياة المدرسية	٠,٨٨٩
٤.	الرضا عن الزملاء	٠,٧٩٧
٥.	القناعة	٠,٨١٩
٦.	السعادة	٠,٨٨٩

جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة مرتفعة ودالة عند مستوى ٠,٠١ ؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس .

٤- البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي ( إعداد الباحث ):

أسس بناء البرنامج: قام الباحث بإعداد البرنامج التدريبي في ضوء الأسس التربوية والنفسية التالية: تقبل المراهق المكفوف دون قيد أو شرط، مراعاة قابلية السلوك

للتعديل والتغيير، مراعاة الخصائص العامة للنمو في مرحلة المراهقة عامة، مراعاة ميول واهتمامات المكفوفين، مراعاة خصائصهم العقلية، والانفعالية، والاجتماعية، وأن يكون محتوى البرنامج منظماً ومرتباً ومتصلاً في جميع مراحل توفير الزمن المناسب والكافي لكل جلسة من جلسات البرنامج، مع إعطاء قدر من الحرية للطلاب المكفوفين لطرح تساؤلاته واستفساراته، كما يعتمد البرنامج على التفاعل والمشاركة بين الباحث والطلاب المكفوفين، وكذلك بين الطلاب المكفوفين بعضهم البعض . كما يستمد البرنامج أسسه الفلسفية من نظرية إيليس Ellis .

إعداد محتوى البرنامج: بعد تحديد أهداف البرنامج، قام الباحث بتحديد محتواه، والذي يمكن من خلاله تحقيق هذه الأهداف، ولتحديد هذا المحتوى اتبع الباحث ما يلي: الاطلاع على ما توافر من إطار نظري ودراسات سابقة خاصة بالمكفوفين، وذلك لوضع أنشطة ومهام تتفق وخصائصهم مثل: ( منى حسين الدهان، ٢٠٠٣ ؛ وفاء على عقل، ٢٠٠٩ ؛ سالمة راشد الحجري، ٢٠١١ ؛ حسن عبد المعطى وزين ردادى وسهير شاش، ٢٠١٣ ؛ إيهاب البيلوى ومحمد خضر، ٢٠١٤ )، الاطلاع على ما توافر من إطار نظري ودراسات سابقة في مجال الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي ومنها: ( محمد محروس الشناوى، ١٩٩٥ ؛ عادل عبدالله محمد، ٢٠٠٠ ؛ نصر إبراهيم المحارب، ٢٠٠٠ ؛ عبدالعزيز الصقهان، ٢٠٠٥ ؛ إيمان فؤاد كاشف، ٢٠١٠ ؛ عبدالستار إبراهيم، ٢٠١١ ؛ يحيى محمود النجار، ٢٠١٢ ؛ بسمة عيد الشريف، ٢٠١٣ ) .

وصف البرنامج: يتكون البرنامج من (٣٧) جلسة، يتم تقديمها إلى التلاميذ، بواقع (٣) جلسات أسبوعياً، ومدة الجلسة (٤٥) دقيقة .

صدق البرنامج: قام الباحث بعرض البرنامج بصورته الأولية، على عدد من السادة المحكمين المتخصصين في مجالي علم النفس التربوي والصحة النفسية<sup>٤</sup> . وذلك بهدف التحقق مما يلي: دقة الصياغة اللفظية والعلمية لمحتوى البرنامج، مناسبة الأنشطة المستخدمة لتحقيق أهداف البرنامج، مناسبة أنشطة ومهام كل جلسة لتحقيق أهداف الجلسة، مناسبة الفترة الزمنية المحددة لكل جلسة من جلسات البرنامج، مناسبة الأدوات المستخدمة لتنفيذ الجلسات، أية تعديلات أو مقترحات يراها السادة المحكمين . وقد قام

<sup>4</sup> يتقدم الباحث بخالص الشكر والتقدير للسادة المحكمين: أ.د/فاروق السعيد جبريل أ.د/فؤاد حامد الموافى أ.د/ السيد محمد عبدالمجيد أ.د/ عصام محمد زيدان أ.م.د/ وليد محمد أبو المعاطي د/نبيل على محمود

الباحث بحصر آراء السادة المحكمين، ومقترحاتهم ثم تم تعديل البرنامج حسب هذه الآراء والمقترحات، وبذلك تم وصول البرنامج إلى صورته النهائية.

**الهدف العام للبرنامج:** تعديل بعض الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين المكفوفين، وأثره في تنمية شعورهم بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة .

**الأهداف الفرعية للبرنامج:** إلمام التلاميذ بمفهوم الأفكار اللاعقلانية وآثارها على الصحة النفسية للفرد - تعرف العلاقة بين السبب والنتيجة من خلال نموذج (A-B-C) - تعديل الأفكار اللاعقلانية التالية: طلب الاستحسان، طلب الكمال الشخصي، توقع الكوارث، تضخيم دور العوامل الخارجية، تجنب مواجهة المشكلات، الاعتمادية، إدراك العجز، الانزعاج لمشكلات الآخرين، الرسمية والجدية، التشاؤم من المستقبل، التدريب على إدارة القلق، التدريب على الاسترخاء، التدريب على حل المشكلات.

جدول (١٤) بروتوكول البرنامج

عدد الجلسات	موضوع الجلسة	الفنيات المستخدمة	زمن الجلسة
١	تعارف وتمهيد		٤٥ دقيقة
١	الأفكار اللاعقلانية مفهومها وآثارها.	المحاضرة- المناقشة - التكاليفات المنزلية	٤٥ دقيقة
٢	دور الإرشاد العقلائي الانفعالي السلوكي في تعديل الأفكار اللاعقلانية.	المحاضرة- المناقشة - التكاليفات المنزلية	٤٥ دقيقة
٢	تعديل فكرة طلب الاستحسان .	المناقشة - الإقناع - التكاليفات المنزلية	٤٥ دقيقة
٢	تعديل فكرة طلب الكمال الشخصي	المناقشة - الإقناع - التكاليفات المنزلية .	٤٥ دقيقة
٢	تعديل فكرة اللوم القاسى للذات والآخرين.	المناقشة - الإقناع - التكاليفات المنزلية .	٤٥ دقيقة
٢	تعديل فكرة توقع الكوارث .	المناقشة - لعب الدور- النمذجة -	٤٥ دقيقة
٢	تعديل فكرة تضخيم دور العوامل الخارجية	المناقشة - الإقناع - التكاليفات المنزلية	٤٥ دقيقة

٢	تعديل فكرة القلق الزائد	المناقشة - الإقناع - التكاليف المنزلية	٤٥ دقيقة
٢	تعديل فكرة تجنب مواجهة المشكلات .	المناقشة - الإقناع - لعب الدور	٤٥ دقيقة
٢	تعديل فكرة الاعتمادية .	المناقشة - الإقناع - الحوار الذاتي الإيجابي - التكاليف المنزلية ..	٤٥ دقيقة
٢	تعديل فكرة الشعور بالعجز .	المناقشة - الإقناع - النمذجة - الحوار الذاتي الإيجابي .	٤٥ دقيقة
٢	تعديل فكرة الامزعاج لمشكلات الآخرين .	المناقشة - الإقناع - التكاليف المنزلية .	٤٥ دقيقة
٢	تعديل فكرة الرسمية والجدية .	المناقشة - الإقناع - التكاليف المنزلية .	٤٥ دقيقة
٢	التدريب على الاسترخاء .	الاسترخاء الجسمي والعقلي	٤٥ دقيقة
٣	التدريب على إدارة القلق .	المناقشة - النمذجة - التكاليف المنزلية	٤٥ دقيقة
٣	التدريب على حل المشكلات .	المناقشة - النمذجة - التكاليف المنزلية	٤٥ دقيقة
٢	إعادة التدريب على الاسترخاء - إدارة القلق - حل المشكلات	الاسترخاء الجسمي والعقلي - لعب الدور	٤٥ دقيقة
١	الجلسة الختامية.		٤٥ دقيقة

### نتائج الدراسة:

الفرض الأول: " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الأفكار اللاعقلانية لصالح المجموعة التجريبية " . وللتحقق من هذا الفرض قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات رتب درجات الطلاب المكفوفين على مقياس الأفكار اللاعقلانية باستخدام اختبار " مان ويتنى " Mann Wetney Signed Ranks للقياسات المستقلة وجاءت النتائج كما هو موضح بجدول (١٥) .

### جدول (١٥)

قيمة U ودلالاتها للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الأفكار اللاعقلانية في القياس البعدي

مستوى الدلالة	قيمة U	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	المجموعة	الأفكار اللاعقلانية
٠,٠٠١	٣,٢٢٤ -	٢٨,٠٠٠	٤,٠٠٠	٧	التجريبية	طلب الاستحسان
		٧٧,٠٠٠	١١,٠٠٠	٧	الضابطة	
٠,٠٠١	٣,١٦٩ -	٢٨,٠٠٠	٤,٠٠٠	٧	التجريبية	طلب الكمال الشخصي

الأفكار اللاعقلانية	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	مستوى الدلالة
	الضابطة	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠		
اللوم القاسي للذات والآخرين	التجريبية	٧	٤،٠٧	٢٨،٥٠	٣،١٢٦ -	٠،٠١
	الضابطة	٧	١٠،٩٣	٧٦،٥٠		
توقع الكوارث	التجريبية	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٨٣ -	٠،٠١
	الضابطة	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠		
تضخيم دور العوامل الخارجية	التجريبية	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٩٨ -	٠،٠١
	الضابطة	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠		
القلق الزائد	التجريبية	٧	٤،٠٧	٢٨،٥٠	٣،١٠٤ -	٠،٠١
	الضابطة	٧	١٠،٩٣	٧٦،٥٠		
تجنب مواجهة المشكلات	التجريبية	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٦٩ -	٠،٠١
	الضابطة	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠		
الاعتمادية	التجريبية	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٦٩ -	٠،٠١
	الضابطة	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠		
الشعور بالعجز	التجريبية	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٥٨ -	٠،٠١
	الضابطة	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠		
الانزعاج لمشكلات الآخرين	التجريبية	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٨٣ -	٠،٠١
	الضابطة	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠		
الرسمية والجدية	التجريبية	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،٢٠٩ -	٠،٠١
	الضابطة	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠		
الدرجة الكلية	التجريبية	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٤٤ -	٠،٠١
	الضابطة	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠		

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الأفكار اللاعقلانية في جميع الأبعاد والدرجة الكلية عند مستوى دلالة ٠،٠٠١، وهو ما يدل على وجود فروق دالة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية؛ مما يعني تحسن درجات التلاميذ على مقياس الأفكار اللاعقلانية، وهذا يشير إلى تحقق الفرض الأول؛ مما يشير إلى كفاءة البرنامج الإرشادي.

الفرض الثاني: "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الشعور بالأمن النفسي لصالح

المجموعة التجريبية " . وللتحقق من هذا الفرض قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات رتب درجات الطلاب المكفوفين على مقياس الشعور بالأمن النفسي ثم حساب دلالة باستخدام اختبار " مان ويتنى " Mann Wettney Signed Ranks للقياسات المستقلة وجاءت النتائج كما هو موضح بجدول (١٦) .

جدول(١٦)

قيمة U ودالاتها للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الشعور بالأمن النفسي في القياس البعدي

الأفكار اللاعقلانية	المجموع ة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	مستوى الدلالة
تقبل الذات	التجريبية	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠	-	٠،٠٠١
	الضابطة	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٧٦	
تقبل الآخرين	التجريبية	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠	-	٠،٠٠١
	الضابطة	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٧٦	
التفاؤل	التجريبية	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠	-	٠،٠٠١
	الضابطة	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٨٠	
القدرة على حل المشكلات	التجريبية	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠	-	٠،٠٠١
	الضابطة	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٥١	
الشعور بالانتماء	التجريبية	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠	-	٠،٠٠١
	الضابطة	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٤٤	
الخلو من الأعراض العصبية	التجريبية	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠	-	٠،٠٠١
	الضابطة	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٧٣	
الدرجة الكلية	التجريبية	٧	١١،٠٠	٧٧،٠٠	-	٠،٠٠١
	الضابطة	٧	٤،٠٠	٢٨،٠٠	٣،١٤٤	

يتضح من جدول(١٦) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الشعور بالأمن النفسي في جميع الأبعاد والدرجة الكلية عند مستوى دلالة ٠،٠٠١، وهو ما يدل على وجود فروق دالة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية ؛ مما يعنى تحسن درجات التلاميذ على مقياس الشعور بالأمن النفسي، وهذا يشير إلى تحقق الفرض الثاني ؛ مما يشير إلى كفاءة البرنامج الإرشادي .

الفرض الثالث: " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الرضا عن الحياة لصالح المجموعة

التجريبية " . وللتحقق من هذا الفرض قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات رتب درجات الطلاب المكفوفين على مقياس الرضا عن الحياة باستخدام اختبار " مان ويتني " Mann Wettney Signed Ranks للقياسات المستقلة وجاءت النتائج كما هو موضح بجدول (١٧) .

جدول(١٧)

قيمة U ودالاتها للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الرضا عن الحياة في القياس البعدي

الرضا عن الحياة	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	مستوى الدلالة
الرضا عن الذات	التجريبية	٧	١١,٠٠٠	٧٧,٠٠٠	٢,٦٤٦ -	٠,٠٠١
	الضابطة	٧	٤,٠٠٠	٢٨,٠٠٠		
الرضا عن الحياة الأسرية	التجريبية	٧	١٠,٤٣	٣٤٥,٠٠٠	٢,٨٥٢ -	٠,٠٠١
	الضابطة	٧	٤,٥٧	٣٢,٠٠٠		
الرضا عن الحياة المدرسية	التجريبية	٧	١٠,٦٤	٧٤,٥٠٠	٢,٣٥٨ -	٠,٠٠١
	الضابطة	٧	٤,٣٦	٣٠,٥٠٠		
الرضا عن الزملاء	التجريبية	٧	١٠,٠٧	٧٠,٥٠٠	٢,٥١٤ -	٠,٠٠١
	الضابطة	٧	٤,٩٣	٣٤,٥٠٠		
القناعة	التجريبية	٧	١٠,٢٩	٧٢,٠٠٠	٢,٦٦٦ -	٠,٠٠١
	الضابطة	٧	٤,٧١	٣٣,٠٠٠		
السعادة	التجريبية	٧	١٠,٣٦	٧٢,٥٠٠	٢,٩٤٧ -	٠,٠٠١
	الضابطة	٧	٤,٦٤	٣٢,٥٠٠		
الدرجة الكلية	التجريبية	٧	١٠,٧١	٧٥,٠٠٠	٣,١٤١ -	٠,٠٠١
	الضابطة	٧	٤,٢٩	٣٠,٠٠٠		

يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الرضا عن الحياة في جميع الأبعاد والدرجة الكلية عند مستوى دلالة ٠,٠٠١، وهو ما يدل على وجود فروق دالة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية ؛ مما يعنى تحسن درجات التلاميذ على مقياس الرضا عن الحياة، وهذا يشير إلى تحقق الفرض الثالث ؛ مما يشير إلى كفاءة البرنامج الإرشادي .

الفرض الرابع: " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي " . وللتحقق من هذا الفرض قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات رتب

درجات التلاميذ عينة الدراسة على مقياس الأفكار اللاعقلانية باستخدام اختبار " ويلكوكسون Wilcoxon Signed Ranks " للقياسات المرتبطة، وجاءت النتائج كما هو موضح بجدول (١٨).

جدول (١٨)

قيمة z ودلالاتها للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية (ن = ٧) على مقياس الأفكار اللاعقلانية في القياسين القبلي والبعدى

الأفكار اللاعقلانية	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
طلب الاستحسان	السالبة	٧	٤,٠٠	٢٨	٢,٣٩٢ -	٠,٠١
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
طلب الكمال الشخصي	السالبة	٧	٤,٠٠	٢٨	٢,٣٧٥ -	٠,٠١
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
اللوم القاسى للذات والآخرين	السالبة	٧	٤,٠٠	٢٨	٢,٣٧٥ -	٠,٠١
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
توقع الكوارث	السالبة	٧	٤,٠٠	٢٨	٢,٣٧٥ -	٠,٠١
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
تضخيم دور العوامل الخارجية	السالبة	٧	٤,٠٠	٢٨	٢,٣٧٩ -	٠,٠١
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
القلق الزائد	السالبة	٧	٤,٠٠	٢٨	٢,٣٩٢ -	٠,٠١
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
تجنب مواجهة المشكلات	السالبة	٧	٤,٠٠	٢٨	٢,٦٤٦ -	٠,٠١
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		

الأفكار اللاعقلانية	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
الاعتمادية	السالبة	٧	٤,٠٠	٢٨	٢,٣٨٨ -	٠,٠١
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
الشعور بالعجز	السالبة	٧	٤,٠٠	٢٨	٢,٣٧٩ -	٠,٠١
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
الانزعاج لمشكلات الآخرين	السالبة	٧	٤,٠٠	٢٨	٢,٣٧٥ -	٠,٠١
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
الرسمية والجدية	السالبة	٧	٤,٠٠	٢٨	٢,٤١٤ -	٠,٠١
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
الدرجة الكلية	السالبة	٧	٤,٠٠	٢٨	٢,٣٧١ -	٠,٠١
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				

يتضح من جدول (١٨) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اتجاه القياس البعدي ؛ مما يعنى انخفاض درجات الطلاب المكفوفين على مقياس الأفكار اللاعقلانية، وهذا يشير إلى تحقق الفرض الرابع ؛ مما يشير إلى كفاءة البرنامج الإرشادي .

وللكشف عن حجم تأثير البرنامج في تعديل الأفكار اللاعقلانية قام الباحث بحساب حجم تأثير البرنامج في تعديل الأفكار اللاعقلانية من خلال حساب معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة (عزت عبد الحميد حسن، ٢٠١١: ٢٨٠) الذي يتم حسابه من المعادلة الآتية:

$$r_{prb} = \frac{4(T_1)}{n(n+1)}$$

$$r_{prb} = \frac{4(صفر)}{7(8)} - 1 = -1,0$$

مما يدل على قوة حجم تأثير البرنامج في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين المكفوفين .

الفرض الخامس: " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالأمن النفسي في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي " . وللتحقق من هذا الفرض قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالأمن النفسي قبل البرنامج الإرشادي وبعده باستخدام اختبار " ويلكوكسون Wilcoxon Signed Ranks " للقياسات المرتبطة، وجاءت النتائج كما هو موضح بجدول (١٩) .

جدول (١٩)

قيمة Z ودلالاتها للفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالأمن النفسي

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الرتب	الشعور بالأمن النفسي
٠,٠٠١	٢,٣٧٥ -	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	صفر	السالبة	تقبل الذات
		٢٨,٠٠٠	٤,٠٠٠	٧	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	
٠,٠٠١	٢,٣٧٥ -	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	صفر	السالبة	تقبل الآخرين
		٢٨,٠٠٠	٤,٠٠٠	٧	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	
٠,٠٠١	٣,٣٧١ -	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	صفر	السالبة	التفاؤل
		٢٨,٠٠٠	٤,٠٠٠	٧	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	
٠,٠٠١	٢,٣٧١ -	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	صفر	السالبة	القدرة على حل المشكلات
		٢٨,٠٠٠	٤,٠٠٠	٧	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	

الشعور بالأمن النفسي	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الشعور بالانتماء	السالبة	صفر	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	٢,٣٩٢ -	٠,٠٠١
	الموجبة	٧	٤,٠٠٠	٢٨,٠٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
الخلو من الأعراض العصبية	السالبة	صفر	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	٢,٣٧١ -	٠,٠٠١
	الموجبة	٧	٤,٠٠٠	٢٨,٠٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
الدرجة الكلية	السالبة	صفر	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	٢,٣٧١ -	٠,٠٠١
	الموجبة	٧	٤,٠٠٠	٢٨,٠٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				

يتضح من جدول (١٩) وجود فروق دالة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اتجاه القياس البعدي؛ مما يعني ارتفاع درجات التلاميذ على مقياس الشعور بالأمن النفسي، وهذا يشير إلى تحقق الفرض الخامس، مما يشير إلى كفاءة البرنامج الإرشادي.

وقد قام الباحث بحساب حجم تأثير البرنامج في تنمية الشعور بالأمن النفسي من خلال حساب معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة كما يأتي:

$$r_{prb} = \frac{4(7)}{7(8)} - 1 = -0,5$$

مما يدل على حجم تأثير متوسط للبرنامج في تنمية الأمن النفسي لدى المراهقين المكفوفين.

الفرض السادس: "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الرضا عن الحياة في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي". وللتحقق من هذا الفرض قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الرضا عن الحياة، باستخدام اختبار "Wilcoxon Signed Ranks" للقياسات المرتبطة، وجاءت النتائج كما هو موضح بجدول (٢٠)

جدول (٢٠)

قيمة  $Z$  ودلالاتها للفروق بين القياسين القبلي والبعدي  
للمجموعة التجريبية على مقياس الرضا عن الحياة

مستوى الدلالة	قيمة $Z$	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الرتب	الرضا عن الحياة
٠,٠٠١	٢,٣٧٩ -	٧,٥٠	٣,٧٥	٢	السالبة	الرضا عن الذات
				٣	الموجبة	
				٢	المتساوية	
				٧	المجموع	
٠,٠٠١	٢,٣٨٨ -	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	صفر	السالبة	الرضا عن الحياة الأسرية
				٦	الموجبة	
				١	المتساوية	
				٧	المجموع	
٠,٠٠١	٣,٣٧١ -	٧,٠٠٠	٣,٥٠	٢	السالبة	الرضا عن الحياة المدرسية
				٧	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	
٠,٠٠١	٢,٣٨٨ -	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	صفر	السالبة	الرضا عن الزملاء
				٦	الموجبة	
				١	المتساوية	
				٧	المجموع	
٠,٠٠١	٢,٢١٤ -	١٧,٥٠	٣,٥٠	٥	السالبة	القناعة
				١	الموجبة	
				١	المتساوية	
				٧	المجموع	
٠,٠٠١	٢,٤١٠ -	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	صفر	السالبة	السعادة
				٧	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	
٠,٠٠١	٢,٣٧٥ -	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	صفر	السالبة	الدرجة الكلية
				٧	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	

يتضح من جدول (٢٠) وجود فروق دالة بين القياسين القبلي والبعدي  
للمجموعة التجريبية في اتجاه القياس البعدي ؛ مما يعنى ارتفاع درجات التلاميذ على

مقياس الرضا عن الحياة، وهذا يشير إلى تحقق الفرض السادس ؛ مما يشير إلى كفاءة البرنامج الإرشادي .

وقد قام الباحث بحساب حجم تأثير البرنامج في تنمية الرضا عن الحياة من خلال حساب معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة كما يأتي:

$$r_{prb} = -1 = -0,5$$

مما يدل على قوة تأثير متوسط للبرنامج في تنمية الرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين .

الفرض السابع: لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية في القياسين البعدي والمتابعة . وللتحقق من هذا الفرض قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية باستخدام اختبار " ويلكوكسون " Wilcoxon Signed Ranks للقياسات المرتبطة، وجاءت النتائج كما هو موضح بجدولى (٢١) .

#### جدول (٢١)

قيمة Z ودلالاتها للفروق بين القياسين البعدي والمتابعة  
للمجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الرتب	الأفكار اللاعقلانية
غير دالة	٣,٤٣٠ -	٣,٠٠٠	١,٥٠٠	٢	السالبة	طلب الاستحسان
				صفر	الموجبة	
				٥	المتساوية	
				٧	المجموع	
غير دالة	٣,٤٢٦ -	١,٠٠٠	١,٠٠٠	١	السالبة	طلب الكمال الشخصي
				صفر	الموجبة	
				٦	المتساوية	
				٧	المجموع	
غير دالة	٣,٤٣٧ -	١,٠٠٠	١,٠٠٠	١	السالبة	اللوم القاسى للذات والآخرين
				صفر	الموجبة	
				٦	المتساوية	
				٧	المجموع	
غير دالة	٣,٤٢١ -	١,٠٠٠	١,٠٠٠	١	السالبة	توقع الكوارث
				صفر	الموجبة	

الأفكار اللاعقلانية	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
	المتساوية	٦			٣،٤٢٦ -	غير دالة
	المجموع	٧				
تضخيم دور العوامل الخارجية	السالبة	٣	٢،٠٠٠	٦،٠٠٠	٣،٤٢٦ -	غير دالة
	الموجبة	صفر	٠،٠٠٠	٠،٠٠٠		
	المتساوية	٤				
	المجموع	٧				
القلق الزائد	السالبة	صفر	٠،٠٠٠	٠،٠٠٠	٣،٤١٠ -	غير دالة
	الموجبة	صفر	٠،٠٠٠	٠،٠٠٠		
	المتساوية	٧				
	المجموع	٧				
تجنب مواجهة المشكلات	السالبة	١	١،٠٠٠	١،٠٠٠	٣،٤٣٠ -	غير دالة
	الموجبة	صفر	٠،٠٠٠	٠،٠٠٠		
	المتساوية	٦				
	المجموع	٧				
الاعتمادية	السالبة	١	١،٠٠٠	١،٠٠٠	٣،٤٣٠ -	غير دالة
	الموجبة	صفر	٠،٠٠٠	٠،٠٠٠		
	المتساوية	٦				
	المجموع	٧				
الشعور بالعجز	السالبة	٢	١،٥٠٠	٣،٠٠٠	٣،٤٣٠ -	غير دالة
	الموجبة	صفر	٠،٠٠٠	٠،٠٠٠		
	المتساوية	٥				
	المجموع	٧				
الانزعاج لمشكلات الآخرين	السالبة	١	١،٠٠٠	١،٠٠٠	٣،٤٣٠ -	غير دالة
	الموجبة	صفر	٠،٠٠٠	٠،٠٠٠		
	المتساوية	٦				
	المجموع	٧				
الرسومية والجدية	السالبة	١	١،٠٠٠	١،٠٠٠	٣،٤٣٠ -	غير دالة
	الموجبة	صفر	٠،٠٠٠	٠،٠٠٠		
	المتساوية	٦				
	المجموع	٧				
الدرجة الكلية	السالبة	٢	٣،٢٥	٦،٥٠	٠،٧٠٧ -	غير دالة

الأفكار اللاعقلانية	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
	الموجبة	٣	٢,٨٣	٨,٥٠		
	المتساوية	٢				
	المجموع	٧				

يتضح من جدول (٢١) عدم وجود فروق دالة بين القياسين البعدي والمتابعة للمجموعة التجريبية؛ مما يشير إلى تحقق الفرض السابع؛ مما يشير إلى كفاءة البرنامج الإرشادي.

الفرض الثامن: " لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالأمن النفسي في القياسين البعدي والمتابعة ". ولتحقق من هذا الفرض قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات رتب درجات التلاميذ عينة الدراسة على مقياس الأفكار اللاعقلانية، ثم حساب دلالة الفروق باستخدام اختبار " ويلكوكسون Wilcoxon Signed Ranks للقياسات المرتبطة، وجاءت النتائج كما هو موضح بجدول (٢٢).

#### جدول (٢٢)

قيمة Z ودلالاتها للفروق بين القياسين البعدي والمتابعة للمجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالأمن النفسي

الشعور بالأمن النفسي	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
تقبل الذات	السالبة	٧	٨,٠٠	١٢٠,٠٠٠	٠,٥٧٧ -	غير دالة
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
تقبل الآخرين	السالبة	٧	٨,٠٠	١٢٠,٠٠٠	١,٤١٤ -	غير دالة
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				
	المجموع	٧				
التفاؤل	السالبة	٧	٨,٠٠	١٢٠,٠٠٠	٠,٠٠٠ -	غير دالة
	الموجبة	صفر	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتساوية	صفر				

غير دالة	٠,٥٧٧ -	١٢٠,٠٠٠	٨,٠٠٠	٧	المجموع	القدرة على حل المشكلات
				٧	السالبة	
				صفر	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
غير دالة	١,٠٠٠٠ -	١٢٠,٠٠٠	٨,٠٠٠	٧	المجموع	الشعور بالانتماء
				٧	السالبة	
				صفر	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
غير دالة	١,٠٠٠٠ -	١٢٠,٠٠٠	٨,٠٠٠	٧	المجموع	الخلو من الأعراض العصبية
				٧	السالبة	
				صفر	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
غير دالة	١,٠٠٠٠ -	١٢٠,٠٠٠	٨,٠٠٠	٧	المجموع	الدرجة الكلية
				٧	السالبة	
				صفر	الموجبة	
				صفر	المتساوية	

يتضح من جدول (٢٢) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدي والمتابعة للمجموعة التجريبية ؛ مما يشير إلى تحقق الفرض الثامن ؛ مما يشير إلى استمرارية فعالية البرنامج الإرشادي .

الفرض التاسع: " لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الرضا عن الحياة في القياسين البعدي والمتابعة " . وللتحقق من هذا الفرض قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات رتب درجات التلاميذ عينة الدراسة على مقياس الرضا عن الحياة باستخدام اختبار ويلكوكسون اختبار " Wilcoxon Signed Ranks " للقياسات المرتبطة، وجاءت النتائج كما هو موضح بجدول (٢٣) .

#### جدول (٢٣)

قيمة Z ودالاتها للفروق بين القياسين البعدي والمتابعة للمجموعة التجريبية على مقياس الرضا عن الحياة

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الرتب	الرضا عن الحياة
غير	٠,٥٧٧ -	١٢٠,٠٠٠	٨,٠٠٠	٧	السالبة	الرضا عن الذات

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الرتب	الرضا عن الحياة
دالة		٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	صفر	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	
غير دالة	١,٤١٤ -	١٢٠,٠٠٠	٨,٠٠٠	٧	السالبة	الرضا عن الحياة الأسرية
				صفر	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	
غير دالة	٠,٠٠٠ -	١٢٠,٠٠٠	٨,٠٠٠	٧	السالبة	الرضا عن الحياة المدرسية
				صفر	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	
غير دالة	٠,٥٧٧ -	١٢٠,٠٠٠	٨,٠٠٠	٧	السالبة	الرضا عن الزملاء
				صفر	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	
غير دالة	١,٠٠٠٠ -	١٢٠,٠٠٠	٨,٠٠٠	صفر	السالبة	القناعة
				٧	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	
غير دالة	١,٠٠٠٠ -	١٢٠,٠٠٠	٨,٠٠٠	صفر	السالبة	السعادة
				٧	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	
غير دالة	٢,٠٦٠ -	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	صفر	السالبة	الدرجة الكلية
				٧	الموجبة	
				صفر	المتساوية	
				٧	المجموع	

يتضح من جدول (٢٣) عدم وجود فروق دالة بين القياسين البعدي والمتابعة للمجموعة التجريبية ؛ مما يشير إلى تحقق الفرض التاسع ؛ مما يشير إلى استمرارية فعالية البرنامج الإرشادي .

## تفسير نتائج الدراسة:

يمكن تفسير وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقاييس: الأفكار اللاعقلانية، والأمن النفسي، والرضا عن الحياة لصالح المجموعة التجريبية . وكذا وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية، الشعور بالأمن النفسي، الرضا عن الحياة في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في ضوء محتوى وإجراءات البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي السلوكي المستخدم في الدراسة الحالية، حيث أتاحت أنشطة وجلسات البرنامج الفرصة أمام الطلاب للتعبير عن مشاعرهم وأفكارهم بحرية دون قيود، والتفاعل الإيجابي مع بعضهم البعض، كما تعرفوا على مفهوم الأفكار اللاعقلانية، والربط بين السبب والنتيجة، وتعديل الأفكار اللاعقلانية التالية: طلب الاستحسان، طلب الكمال الشخصي، اللوم القاسي للذات والآخرين، توقع الكوارث، تضخيم دور العوامل الخارجية، القلق الزائد، تجنب مواجهة المشكلات، الاعتمادية، الشعور بالعجز، الانزعاج لمشكلات الآخرين، الرسمية والجدية . كما تم تحديد أفكار أكثر عقلانية تقابل كل فكرة للاعقلانية . كما أنه من خلال استخدام المناقشة الجماعية أمكن استثارة أفكار أفراد المجموعة التجريبية، وتبادلوا الآراء والمناقشات حول الأفكار المطروحة، وأمكن تغيير أفكارهم اللاعقلانية من خلال دحض تلك الأفكار ومناقشتها بالإقناع . كما تم تعديل الأحاديث الذاتية للطلاب، من خلال دحض وتفنيد الأحاديث السلبية واستبدالها بأخرى إيجابية كوسيلة للتخلص من تلك الأفكار اللاعقلانية . كما أن استخدام الأنشطة ساهم في خفض القلق والتوتر، والتعبير عن الأفكار والمشاعر وتنمية المواهب لدى أفراد المجموعة التجريبية بشكل إيجابي . كما تم تحويل اهتمام الطلاب من التركيز على الواجبات المطلقة التي تسبب لهم الاضطراب إلى أنشطة متعددة منها: الألعاب الرياضية، والأنشطة الفنية، والاجتماعية .

كما ساهمت النمذجة ولعب الدور في إحداث تغيرات فكرية وسلوكية إيجابية لدى الطلاب . وتم استخدام فنية المرح والفكاهة كوسيلة إنتاجية لتوضيح عدم جدوى الاعتقادات اللاعقلانية، كما تم استخدام الحوار السقراطي لتعديل الجوانب اللامنطقية في أفكار الطلاب، وتدعيم التفضيلات بدلا من الواجبات المطلقة، وتعديل نظرتهم للأحداث على أنها مروعة ومفرعة، وتقبل الطلاب لأنفسهم وللآخرين وللعالم، وتقبل حدوث الأشياء على خلاف ما يتمنى الفرد، وربط الاعتقادات اللاعقلانية باستمرار الاضطراب النفسي، وحثهم على مناقشة أفكارهم بأنفسهم، وعدم قبول وجهة نظر مفروضة عليهم من الباحث، وتشجيعهم على ممارسة ما تعلموه في المواقف الحياتية المختلفة . كما ساعدت التكاليف المنزلية أفراد المجموعة التجريبية في التفكير فيما يطرح عليهم من أفكار، وممارسة ما تدربوا عليه بعد انتهاء جلسات البرنامج، كما تم تدريب الطلاب على

استراتيجيات المواجهة ومنها التدريب على إدارة القلق والتدريب على حل المشكلات، مما ساعدهم في استبصار مشكلاتهم، وزيادة قدرتهم على مواجهتها، وتنمية شعورهم بالأمن النفسي والرضا عن الحياة .

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه دراسة عبدالعزيز المناحي (٢٠١٠) والتي أشارت إلى فعالية الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى المعاقين بصريا . كما تتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسة يحيى محمود النجار (٢٠١٢) ودراسة أنور راجح المنعمي (٢٠١٣) والتي أشارت إلى فعالية البرنامج الإرشادي في تنمية الأمن النفسي . كما تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج دراسة رانيا الصاوي عبدالقوى (٢٠١٣) والتي أشارت إلى فعالية البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي في تحسين مستوى الرضا عن الحياة .

ويمكن تفسير عدم وجود فروق بين القياس البعدي والمتابعة على مقاييس: الأفكار العقلانية، والأمن النفسي، والرضا عن الحياة في ضوء استمرار الأثر الإيجابي للبرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي السلوكي، فالإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي كما يذكر إيهاب البيلالوي (٢٠٠١: ٢٧٦) ليس مجرد علاج وقتي للأعراض، وإنما يمتد ليشمل جذورها، إذ أن تبني الفرد لأفكار جديدة أكثر عقلانية يمنحه القوة للتغلب على الأسباب الحقيقية التي تقف وراء معاناته واضطرابه، ولذلك فهو علاج ذو فعالية ممتدة ؛ مما يشير إلى فعالية البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي السلوكي في تنمية الشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين .

#### توصيات الدراسة:

- في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج فإن الباحث يوصي بما يلي:
- الاهتمام بالتربية العقلانية الانفعالية للمكفوفين، بحيث يتم تعديل الأفكار اللاعقلانية التي تتكون لديهم عن أنفسهم، والآخرين، والعالم، واستبدالها بأخرى إيجابية .
  - تطوير المناهج التعليمية والأنشطة المدرسية بحيث تشجع المكفوفين على التفكير العقلاني.
  - عقد دورات تدريبية للمعلمين لتعريفهم بمفهوم الأفكار اللاعقلانية، وطرق تعديلها، وكيفية تنمية الشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى تلاميذهم المكفوفين.
  - إعداد برامج إرشادية للوالدين لتعريفهم بالأساليب الصحيحة، والمناسبة لتعديل الأفكار اللاعقلانية، وتنمية الشعور بالأمن النفسي والرضا عن الحياة لدى أبنائهم .

#### بحوث مقترحة:

في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج يمكن اقتراح إجراء البحوث التالية:

- فعالية الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي في تنمية الأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى فئات ومراحل عمرية أخرى مثل: طلاب الجامعة، المراهقات المكفوفات .
- فعالية أساليب إرشادية أخرى مثل: الإرشاد بالمعنى، الإرشاد بالواقع، الإرشاد الديني، الإرشاد متعدد الوسائل في تنمية الأمن النفسي، والرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين .
- دراسة متغيرات أخرى مثل: دور المساندة الأسرية، والاجتماعية في تنمية الشعور بالأمن النفسي والرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين.
- إعداد دراسات سيكومترية كLINIكية للتعرف على الديناميات النفسية للمكفوفين منخفضي الشعور بالأمن النفسي، والرضا عن الحياة .

### المراجع

- أحمد محمد أبوزيد (٢٠١٢) . فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في تنمية جودة الحياة لدى المراهقين المكفوفين. *المجلة المصرية للدراسات النفسية* . ٢٢(٧٤)، ٢٥-٦٨ .
- أحمد محمد الخالق (٢٠٠٨) . الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي . *دراسات نفسية*، ١٨ (١)، ١٢١ - ١٣٥ .
- أماني عبدالمقصود عبد الوهاب (١٩٩٨) . الشعور بالأمن النفسي وعلاقته ببعض أساليب المعاملة الوالدية لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية . *مجلة الإرشاد النفسي*، ٦٩١، ٨ - ٧٦٠ .
- أماني عبدالمقصود عبد الوهاب (٢٠١٣) . *مقياس الرضا عن الحياة للكبار* . القاهرة: الأنجلو المصرية .

أنور راجح المنعمى (٢٠١٣) . فعالية برنامج معرفي سلوكي في تنمية الأمن النفسي لدى المراهقين ذوى الظروف الخاصة . رسالة ماجستير غير منشورة . جامعة الملك عبدالعزيز . المملكة العربية السعودية .

إيمان فؤاد كاشف (٢٠١٠) . التربية الخاصة: مشكلات ذوى الاحتياجات الخاصة وأساليب إرشادهم . القاهرة: دار الكتاب الحديث .

إيهاب الببلاوى (١٩٩٩) . فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في خفض مستوى القلق لدى ذوى الإعاقة البصرية . رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق .

إيهاب الببلاوى (٢٠٠١) . قلق الكفيف . تشخيصه وعلاجه . القاهرة: زهراء الشرق

إيهاب الببلاوى ومحمد خضر (٢٠١٤) . المعاقون بصريا . ط ٣، الرياض: دار الزهراء.

بسمة عيد الشريف (٢٠١٣) . فاعلية برنامج توجيه جمعي يستند إلى نظرية إليس في التفكير اللاعقلاني في خفض الاكتئاب وتحسين مستوى التكيف لدى طالبات الصف الأول الثانوي في مدينة عمان . البلقاء للبحوث والدراسات، ١٦ (١)، ٨٩ - ١٢١ .

جمال عبدالله أبو زيتون ويوسف فرحان مقدادي (٢٠١٢) . الأمن النفسي لدى الطالبة المعاقين بصريا في ضوء بعض المتغيرات . مجلة جامعة دمشق، ٢٨ (٣)، ٢٤٣ - ٢٨٧ .

حامد عبدالسلام زهران (٢٠٠٣) . الأمن النفسي دعامة أساسية للأمن القومي العربي والعالمى في: دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي . القاهرة: عالم الكتب.

حسن عبد المعطى وزين ردادى وسهير شاش (٢٠١٣) . سيكولوجية ذوى الاحتياجات الخاصة . القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.

حسن عبدالله الحميدى (٢٠١٣) . الخصائص السيكومترية لمقياس الرضا عن الحياة متعدد الأبعاد للمراهقين " النسخة الكويتية " . مجلة دراسات تربوية ونفسية . ٨٠، ١١٣ - ١٥٦ .

خالد ناهس الرقاص ويحيى عبدالله الرفاعي (٢٠١٠) . الطمأنينة النفسية في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب جامعة الملك خالد: دراسة عاملية. دراسات تربويه ونفسية، مجلة كلية التربية بالزقازيق، ٦٦، ١٣٥-١٧٣ .

رانيا الصاوى عبدالقوى (٢٠١٣) . فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي لخفض الضغوط النفسية والأفكار اللاعقلانية وتحسين مستوى الرضا عن الحياة لطالبات جامعة تبوك . *دراسات نفسية وتربوية . جامعة قاصدي مرباح*، ١١، ٣٠ - ١ .

رشا عبدالفتاح محمد (٢٠٠٤) . مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين مكفوفى البصر. دراسة مقارنة . *رسالة ماجستير . معهد الدراسات العليا للطفولة . جامعة عين شمس* .

زينب محمود شقير (١٩٩٩) . *سيكولوجية الفئات الخاصة المعوقين* . القاهرة: مكتبة النهضة المصرية .

زينب محمود شقير (٢٠٠٥) . *التعليم العلاجي والرعاية المتكاملة لغير العاديين* . مج ٢، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية .

زينت محمود شقير (٢٠٠٥ب) . *مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية)*، كراسة *التعليمات* . القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية .

زينب محمود شقير (٢٠٠٦) . الأمن النفسي لدى الكفيف . *المؤتمر العلمي الأول لقسم الصحة النفسية " التربية الخاصة بين الواقع والمأمول "*، جامعة بنها . ٧٧ -

٨٦

سالمة راشد الحجري (٢٠١١) . فاعلية برنامج إرشاد جمعي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا في سلطنة عمان . *رسالة ماجستير غير منشورة* . جامعة نزوى .

سامى محمد ملحم (٢٠٠١) . *الإرشاد والعلاج النفسي . الأسس النظرية والتطبيقية* . عمان: دار المسيرة .

سعيد عبدالرحمن محمد وحماده على عبدالمعطى (٢٠١٣) . الأفكار اللاعقلانية لدى الطلاب المعوقين بصريا بجامعة الملك سعود في ضوء بعض المتغيرات، *مجلة العلوم التربوية*، جامعة الملك سعود . ٢٥، (١)، ٦٩ - ١٠٩ .

سعيد كمال عبدالحמיד (٢٠٠٦) . فاعلية برنامج إرشادي لخفض السلوك العدواني لدى عينة من المراهقين المعاقين بصريا . *رسالة دكتوراه غير منشورة*، كلية التربية، جامعة بنى سويف .

سعيد كمال عبدالحמיד (٢٠٠٩) . *الإعاقة البصرية بين السواء واللاسواء* . الإسكندرية: دار الوفاء .

- سمية طه جميل (٢٠٠٣) . دراسة مشكلات الأطفال المعاقين سمعياً وبصرياً وبعض المتغيرات المرتبطة بها . *مجلة الإرشاد النفسي*، ١٦ (١١) . ٩٣ - ١٢٣ .
- سيد عبدالعظيم محمد (١٩٩٨) . أثر الإرشاد المعرفي في خفض الشعور باليأس لدى عينة من المكفوفين . *مجلة الإرشاد النفسي* . ٢، ٢٩٥ - ٣٢٣ .
- السيد عبدالمجيد عبدالعال (٢٠١١) . الأمن النفسي . المؤثرات والمؤثرات . *مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر*، ١ (١٤٥)، ٢٩٠ - ٣٠٢ .
- شايح عبدالله مجلى (٢٠١١) . الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغط النفسية لدى طلبة كلية التربية بصعدة - جامعة عمران . *مجلة جامعة دمشق*، ٢٧، ١٩٣ - ٢٤١ .
- طارق عبدالرؤوف عامر وربيع عبدالرؤوف عامر (٢٠٠٨) . *الإعاقة البصرية* . القاهرة: طيبة للنشر والتوزيع .
- عادل عبدالله محمد (٢٠٠٠) . *العلاج المعرفي السلوكي "أسس وتطبيقات"* . القاهرة: دار الرشاد .
- عادل عبدالله محمد (٢٠٠٤) . *الإعاقات الحسية* . القاهرة . دار الرشاد .
- عبدالستار إبراهيم (٢٠١١) . *العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث . أساليبه ومبادئ تطبيقه* . ط ٥، القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب .
- عبدالعزیز الصقهان (٢٠٠٥) . تقييم فعالية العلاج العقلاني الانفعالي في خفض درجة القلق والأفكار اللاعقلانية لدى مدمنى المخدرات " دراسة شبه تجريبية على النزلاء المدمنين بمستشفى الملك فهد بالقصيم . *رسالة ماجستير غير منشورة*، جامعة نايف للعلوم الأمنية، المملكة العربية السعودية .
- عبدالله عبدالعزيز المناحى (٢٠١٠) . تنمية المهارات الاجتماعية لدى المعاقين بصرياً في ضوء نظرية العلاج العقلاني الانفعالي، برنامج إرشادى مقترح . *رسالة دكتوراه غير منشورة*، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية . المملكة العربية السعودية .
- عبدالمطلب القريطى (٢٠٠٥) . *سيكولوجية نوى الاحتياجات الخاصة* . القاهرة: مكتبة دار الفكر العربي .
- عزت عبدالحميد حسن (٢٠١١) . *الإحصاء النفسي والتربوي* . القاهرة: دار الفكر العربي .

- فتحي عبدالرحيم الضبع (٢٠٠٩). *المعاقون بصريا . رؤية جديدة للحياة ودراسة فسي البعد المعنوي للشخصية الإنسانية* . ط٢، دسوق: العلم والإيمان .
- فوفية حسن رضوان (٢٠١٥). *مقياس الأمن النفسي* . القاهرة: الأنجلو المصرية .
- ماجدة السيد عبيد (٢٠١١) *المبصرون بأناتهم (المعاقون بصريا)* . عمان: دار صفاء .
- مجدي محمد الدسوقي (٢٠١٣) . *مقياس الرضا عن الحياة* . القاهرة: الأنجلو المصرية .
- محمد الجعافرة وإياد الحوارنة ومنذر الخرشة (٢٠١٥) . *فاعلية برنامج إرشادي جمعي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لخفض الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة مؤتة* . *مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر*، ١٦٣، ١، ٨٥٧ - ٨٨٦ .
- محمد السيد عبدالرحمن ومعتز سيد عبدالله (١٩٩٤) . *الأفكار اللاعقلانية لدى الأطفال والمراهقين وعلاقتها بكل من حالة وسمة القلق ومركز التحكم* . *مجلة دراسات نفسية*، ٤ (٣)، ٤١٥ - ٤٤٩ .
- محمد محروس الشناوى (١٩٩٥) . *نظريات الإرشاد والعلاج النفسي* . القاهرة: دار غريب .
- محمود عطا حسين (١٩٩٠) . *الشعور بالأمن النفسي في ضوء بعض متغيرات المستوى والتخصص والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة الرياض* . *المجلة التربوية* . ٢٢ (٦)، ٣٠٥ - ٣٢٦ .
- مصطفى خليل عطاالله (٢٠١٣) *فاعلية الإرشاد المعرفي التحليلي في تخفيف الألكسيثيميا لدى عينة من المكفوفين بالمنيا . رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنيا.*
- مصطفى على مظلوم (٢٠١٤) . *العلاقة بين الأمن النفسي والولاء للوطن لدى طلاب الجامعة* . *مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق* . ٨٤ (١)، ٢٧٥ - ٣٢٦ .
- معتز سيد عبدالله ومحمد السيد عبدالرحمن (١٩٩٧) . *إعداد مقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين* . *مجلة علم النفس*، ١١ (٤٠ - ٤١)، ١٢٤ - ١٤٠ .
- معتز سيد عبدالله ومحمد السيد عبدالرحمن (٢٠٠٢) . *مقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين* . كلية الآداب، جامعة القاهرة: مركز البحوث والدراسات النفسية،
- مفتاح محمد عبدالعزيز (٢٠٠١) . *علم النفس العلاجي " اتجاهات حديثة "* . القاهرة: دار قباء .

- منى حسين الدهان (٢٠٠٣) . السلوك الإداري للكفيف وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية . *مجلة دراسات نفسية*، ٤، ٥٢٥ - ٥٥٣ .
- ناصر إبراهيم المحارب (٢٠٠٠) . *المرشد في العلاج الاستعرافي السلوكي* . الرياض: دار الزهراء .
- نشوة كرم دردير (٢٠١٠) . فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تنمية أساليب مواجهة الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية لدى طلبة الجامعة . *رسالة دكتوراه غير منشورة*، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة .
- وفاء على عقل (٢٠٠٩) . الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى المعاقين بصريا . *رسالة ماجستير غير منشورة* . الجامعة الإسلامية بغزة .
- يحيى محمود النجار (٢٠١٢) . فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الأمن النفسي لدى المعوقين حركيا . *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، ٢٠ (١)، ٥٩٤-٥٥٧ .
- Adamiak , G . (2004) . Assessment of life of Medical Students Relation to the Number and Intensify of Depression Symptoms . *Journal Psychiatriapolska* . 35 , 631 – 638 .
- Bridges , R . & Harnish , R . ( 2010) . Role of irrational beliefs in depression and anxiety: a review . *Health* . 2 , (8) , 862-877.
- Collard , J , (2009) . The Role of Positive Irrational Beliefs in Mental Health & Well being . *Ph.d* , Deakin University.
- David , D . , Lynn , S. & Ellis , A . (2010) . *Rational and Irrational Beliefs Research, Theory, and Clinical Practice* . New York: Oxford.
- Davies , M . (2008). Irrational Beliefs and Unconditional Self-Acceptance III. The Relative Importance Of Different Types Of Irrational Belief . *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy* , 26, (2) , 102-118 .
- Ellis , A . , & Lega , L . (1993) . How to Apply some Main Rules of the Scientific Method in Changing Irrational Beliefs about Self , Others , and Life Conditions . *psicologia Conductual* , 1 (1) , 93-100 .
- Ellis , A . (1990) . Rational and Irrational Beliefs in Counselling Psychology. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive - Behavior Therapy* , 8 (4) , 221-233 .
- Gilman, R., & Huebner, .S. (2006) . Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction . *Journal of Youth and Adolescence* , 35, 311-319.

- Gunduz , B . (2013 ) . The Contributions of Attachment Styles, Irrational Beliefs and Psychological Symptoms to the Prediction of Cognitive Flexibility . *Educational Sciences: Theory & Practice* , 13(4) , 2079-2085.
- Irungu , M . & Wamocho , F. (2010) . Analysis of Guidance and Counseling Program at Thika High School for the Blind, Kenya . *Journal of the International Association of Special Education* , 11 (1) , 86-91 .
- Jalali , M . , Moussavi , M . , Yazdi , S . & Fadardi , J . ( 2014 ) . Effectiveness of Rational Emotive Behavior Therapy on Psychological Well-Being of People with Late Blindness . *J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther*, 32(4), 233-247.
- Jenaabadi , H . ( 2013 ) . on The Relationship Between Perceived Social Support And Blind And Low – Vision Students' Life Satisfaction And Self-Confidence . *Journal Of Educational And Instructional Studies In The World* , 3 (1) , 105 – 111 .
- Khaledian , M . , Saghafi , F . , Moradi , S . , Khairkhah , Z . (2013). Investigating the Relationship of Irrational Beliefs with Anxiety and Their Effect in Two Different Academic Systems in Iran (Under graduate Collage students of Payam Nour University and Islamic Azad University) . *Intl.Res . J. Appl. Basic. Sci.* 4 (5), 1185-1191.
- Needham, W. & Ehmer, M. (1980) . Irrational thinking and adjustment to loss of vision. *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 73, 57–61.
- Pavot , w. & Diener , E . ( 1993 ) . Review of the satisfaction with life scale . *psychological Assessment* , 5 (2) , 164 – 172 .
- Pinquart, M . & Pfeiffer, J . (2014) . Worry in adolescents with visual Impairment . *British Journal of Visual Impairment* . 32 (2) , 94-107.
- sava , F . (2009) . Maladaptive Schemas , Irrational Beliefs , and Their Relation ship With The Five –Factor Personality Model . *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies* , 9 (2) , 135-147.
- Spörrle, M . , Strobel , M . & Tumasjans , A . (2010) . On the incremental validity of irrational beliefs to predict subjective well-being while controlling for personality factors . *Psicothema* , 22(4) , 543-548.
- Stoeber , J . & Stoeber , S . (2009) . Demain of Perfectionism: Pervallence and relationships with perfectionism, gender, age , and satisfaction with life . *Personality and Individual Differences* . 46 , 530 – 535 .

- Thurston , M . , McLeod , J. , Thurston . A . ( 2013) . Counselling for sight loss: Using systematic case study research to build a client informed practice model . *British Journal of Visual Impairment* . 31(2) , 102- 122.
- Zhao , Z. ( 2009) . Visually Impaired High School Students Irrational Beliefs . *Master* . Liaoning Normal University .
- Zulling , J . ,Valois , F . Huebner , S . & Drane . w . (2005 ) . Adolescent Health . *Related Quality of Life and Perceived Satisfaction with Life Quality of Life Research* . 14 , 1573 – 1548 .