

**فعالية برنامج قائم على الدعم النفسي للسمات الإيجابية في  
الشخصية لخفض قلق المستقبل لدى المراهقات الصم**

**الباحثة**

**مايسة الشحات محمد منصور**

**د/ محمد إبراهيم عطاالله**

**مدرس الصحة النفسية**

**كلية التربية- جامعة المنصورة**

**أ.د/ فؤاد حامد الموفى**

**أستاذ الصحة النفسية- المتفرغ**

**كلية التربية- جامعة المنصورة**



## ملخص البحث

استهدف البحث التعرف على فعالية برنامج قائم على الدعم النفسي للسمات الإيجابية في الشخصية لخفض قلق المستقبل لدى المراهقات الصم، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) تلميذة بالمرحلة الإعدادية ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (١٤-١٩) عام ومعامل ذكائهن ما بين (٩٠-١١٠) ودرجة فقد السمع لديهم (٩٠ ديسبل فأكثر) والذين حصلوا على درجات منخفضة على مقياس السمات الإيجابية، ودرجات مرتفعة على مقياس قلق المستقبل وتم تقسيمهم إلى (١٥) تلميذة كمجموعة تجريبية، و(١٥) تلميذة كمجموعة ضابطة، بمدرسة الأمل للصم بمدينة المنصورة، محافظة الدقهلية، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي والثقافي (إعداد محمد بيومي خليلي، ٢٠٠٠)، واختبار الذكاء غير اللفظي (إعداد فايزة مكرومي، ١٩٩٨)، ومقياس السمات الإيجابية في الشخصية (إعداد الباحثة) ومقياس قلق المستقبل لدى المراهقات الصم (إعداد الباحثة)، وبرنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي للسمات الإيجابية في الشخصية (إعداد الباحثة)، واستخدمت الباحثة في تحليل البيانات الدراسة اختبار مان وتني Mann-Whitney Test للمجموعات المستقلة، واختبار ويلكوكسن - إشارة الترتيب Wilcoxon-Signed Ranks Test للمجموعات المرتبطة، وانتهى البحث إلى فعالية البرنامج المستخدم في تنمية السمات الإيجابية في الشخصية، وخفض قلق المستقبل لدى المراهقات الصم.

The effectiveness of a program based on psychological support for positive traits in reducing future anxiety of deaf adolescent girls « .

The study aims to identify the effectiveness of the program based on psychological support for positive traits ( optimism- hope- self efficacy) in reducing future anxiety (self-future anxiety – family future anxiety - educational future anxiety – social future anxiety – profession future anxiety - health anxiety – death anxiety ) of deaf adolescent girls . The study sample consists of The study sample consists of (30) female deaf, (15) as an experimental group and (15) as a control group . They were selected from Al- Aml School for the deaf in Mansoura and they had low degree of positive traits in personality according to positive traits in personality scale ( prepared by : researcher ) . Their ages are between (14-19) years with a hearing loss more than 90 decibel .The tools used in the study are : Positive traits in personality scale (Prepared by : researcher ), Future anxiety scale for deaf adolescent girls (Prepared by : researcher ), A program based on the development of positive traits in personality (Prepared by : researcher ) ,Non verbal intelligence scale ( prepared by : Fayeza Makromi, 1998 ), Social –Economic Level Scale ( prepared by: Mohamed Bayomi Khalil, 2000). The study used Mann-Whitney test for independent groups to recognize proving differences between experimental and control group, Wilcoxon signed-rank test for recognizing proving differences between associated groups ,Effect size equation using Eta square  $n^2$ . The study found that after the application of its program, the experimental group members showed a clear improvement in positive traits and reducing future anxiety of deaf adolescent girls .

## مقدمة

يؤثر القلق بشكل كبير على الفرد ويحد من إمكانياته ويكون سبباً رئيساً في عدم تحقيق الأهداف المستقبلية وعدم تحقيق السعادة والحياة الهانئة للفرد وبالتالي يؤثر على علاقاته الاجتماعية وتوافقته الشخصي والاجتماعي والمهني (محمد المعشي، ٢٠١٢، ص ٢٨٠).

ويعرف قلق المستقبل بأنه حالة من الخوف والتوجس والشك، والتغيرات غير السارة التي يمكن أن تحدث في مستقبل الشخص، وفي حالته القسوى يكون تهديداً حاداً بأن هناك شيئاً مأسوياً حقيقياً سوف يحدث للشخص، وهذا الخوف يشير إلى عدم جدوى الجهود المبذولة لتحقيق هدف الشخص، وقلق المستقبل هو القلق الناتج عن التفكير في المستقبل، والشخص الذي يعاني من قلق المستقبل هو الشخص الذي يعاني من التشاؤم من المستقبل والاكتئاب، والأفكار الوسواسية، وقلق الموت، واليأس، كما أنه يتميز بحالة من السلبية، والانطواء، والحزن، والشك، والتثبیت، وعدم الشعور بالأمن (عاطف الحسيني، ٢٠١١، ص ٣٧).

وإن أكثر ما يثير القلق لدى المراهقين والشباب هو المستقبل، بل إن الشباب عندما يشعر بعدم وضوح، أو عدم تحديد المستقبل المهني فإنه يشعر بالإحباط والقلق على ذاته وعلى مستقبله ووجوده (إيمان صبري، ٢٠٠٣، ص ٥٩).

وإذا كان قلق المستقبل له تأثيرات سلبية كبيرة على الأفراد السامعين، فما بال المعاقين الذين فقدوا واحدة، أو أكثر من حواسهم، فالإعاقة السمعية تؤثر سلبياً على كافة مجالات نمو الفرد ومنها النواحي الاجتماعية والنفسية (إبراهيم شعير، ٢٠١٥، ص ٥٣).

وتعتبر حاسة السمع من أهم الحواس التي أنعم الله سبحانه وتعالى علي بني البشر فيقول عز من قائل ”وَاللّٰهُ أَخْرَجَكُمْ مِّنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ“ ﴿النحل: ٧٨﴾ وفي هذه الآية الكريمة يتبين أنه لدى الإنسان قوى مدركة وأن من هذه القوى السمع أولاً ثم البصر ثم العقل، لذلك القصور في حاسة السمع، أو فقدانها كلياً يعتبر من أخطر أنواع العجز الذي يصيب الفرد فيجعله يعيش في عزلة تامة وحالة فراغ

نفسية تام، وكأنه محاط بحائط زجاجي فهو لا يفهم ما يقولون، أو ما يتحدثون (وليد خليفة وآخرون، ٢٠١١، ص ١٣١).

وتؤدي الإعاقة إلى تزايد القلق لدى الفرد المعاق وتزايد النظرة التشاؤمية للحاضر والمستقبل، وتشعره بالخوف من الموت والخوف من مواجهة الحياة المستقبلية بشكل إيجابي وسوي، الأمر الذي يسبب له حالة من عدم الثقة بالنفس وعدم القدرة على مواجهة المستقبل، والخوف والذعر الشديد من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل مع التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل، ومن ثم الثورة النفسية الشديدة التي تأخذ أشكالاً مختلفة والتي منها الخوف من المستقبل غير المستند على الأدلة والبراهين المادية أي حالة من قلق المستقبل ( زينب شقير، ٢٠٠٥، ص ص ٤-٥).

وأشارت دراسة كتاب جي (Knapp, 1996) إلى أن الأفراد ذوي الإعاقة السمعية لديهم عصابية أعلى، وانبساطية أقل وميل واضح للتفكير التشاؤمي، وفقدان الأمل وميل للعزلة أكثر من السامعين، هذا بالإضافة عن عدم رضاهم عن حياتهم الحاضرة، وأوضحت دراسة ترنر (Turner, 2005) أن المشكلات اليومية التي تواجه المصابين بالصمم تختلف بصورة كبيرة عن المشكلات اليومية التي تعرض لها الفرد العادي، وتبين أن المشكلات اليومية التي تقابل الصم كانت سبباً مباشراً في ميلهم للانطواء والبعد عن الحياة الاجتماعية، والشعور باليأس، وفقدان الشعور بالسعادة وفقدان الشعور بالأمل، وأشارت دراسة كينت وستيفين (Kent & Steven, 2007) أن فقد السمع يؤثر سلباً على الأفراد ذوي الإعاقة السمعية ويشعرهم بالعجز، وأيضاً على نقص شعورهم بالأمل، وأوضحت نتائج دراسة بيلنج وآخرون (Pei- ling, et al., 2013) أن الطلاب الصم أقل في الكفاءة الذاتية، ويستخدمون أساليب تكيف أقل من الطلاب السامعين.

وتستخدم أساليب واستراتيجيات جديدة في الإرشاد النفسي لعلاج القلق منها غرس الأمل وتنمية مهارة التفاوض وتنمية خبرات التدفق، وتنمية الكفاءة الذاتية، وبناء القوى الحازمة، هذه الأساليب وغيرها تعمل كحائط صد ضد تعرض الفرد للإصابة بالأمراض النفسية، أو العقلية وتعمل على زيادة القوى إلى الحد الأقصى، فتعلم التفاوض والأمل يمنع الاكتئاب والقلق لدى الأطفال والراشدين، والمراهقين

الذين يتعلمون المهارات البينشخصية ويتصفون بالثابرة والاتجاه العملي في الحياة هم أقل تعرضاً للإصابة بالأمراض النفسية (حسن الفنجري، ٢٠٠٨، ص ٣٥).

### مشكلة البحث:

يعاني المراهقون الصم من عدم الاتزان الانفعالي، والتفوق حول الذات مما يزيد من شعورهم بالاكتئاب والقلق، ويعاني الصم من قصوراً كبيراً في التعبير عن ذاتهم، أو تحقيق الذات، مما يعرضهم لكثير من الإحباطات، وتولد لديهم العديد من السمات الانفعالية غير المرغوبة مثل العدوان والحساسية المفرطة لردود أفعال الآخرين، والشك في تصرفاتهم، والشعور بالقلق والخوف من الفشل، وتشير نتائج الدراسات السابقة أن المراهقين الصم لديهم سوء التوافق الاجتماعي والانفعالي، وأن أساليب التفكير لديهم ومعتقداتهم ذات تأثير في إصابتهم بالقلق، والأفراد الصم الذين يعانون من القلق أكثر توقعاً للتجارب المستقبلية السلبية، ويعاني الأصم من مشاكل سلوكية تجعلهم يشعرون بضعف الثقة بالنفس، وزيادة الشعور بالدونية والقلق بما يؤثر بصورة سلبية في تكوين شخصياتهم، والصم لديهم صعوبة في إقامة علاقات اجتماعية مع أقرانهم السامعين، ويعاني الأصم بالشعور بالقلق تجاه مجال التعليم، وذاته، والزواج، والقلق المهني، والقلق على صحتهم، والخوف من مواجهة المستقبل بمفرده، أن المراهقات الصم أكثر قلقاً من المستقبل من الذكور الصم وخاصة القلق الاجتماعي، والزواج والأسرة (Macled & Byrne, 1996)؛ (هالة عبد العظيم، ١٩٩٩)؛ (Olubodun, 2010)؛ (Huijun, 2010)؛ (Lersil, 2006)؛ (2003)؛ (أيهم الفاعوري، ٢٠٠٧)؛ (يحيى قطانة، ٢٠١٣).

كما يتضح من استقراء الأطر النظرية ونتائج الدراسات السابقة أنه بتنمية وتدعيم السمات الإيجابية في الشخصية كالتفاؤل والأمل والكفاءة الذاتية يعمل كحائط صد ضد التعرض للإصابة بالاضطرابات النفسية، وتساعد في مواجهة الشعور بالقلق تجاه ما يحمله المستقبل من توترات وتقلبات، وظروف صعبة (جبر محمد جبر، ٢٠١٣)؛ (حسن الفنجري، ٢٠٠٨)؛ (عبير طلبه، ٢٠١٢).

من خلال ما سبق تسعى الدراسة الحالية إلى خفض قلق المستقبل لدى المراهقات الصم من خلال الدعم وتنمية بعض السمات الإيجابية في الشخصية، وتحدد مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيس التالي:

ما مدى فعالية برنامج إرشادي لتنمية السماة الإيجابية في الشخصية (التفاؤل، الأمل، الكفاءة الذاتية) وأثره في خفض قلق المستقبل لدى المراهقات الصم؟ وهل تستمر فعالية البرنامج المقترح - إن وجدت- في خفض الشعور بالقلق تجاه المستقبل لدى هؤلاء المراهقات إلى ما بعد انتهاء البرنامج وفترة المتابعة؟

### أهداف البحث:

تتمثل أهداف الدراسة الحالية في التحقق من فعالية البرنامج الإرشادي القائم على الدعم النفسي للسماة الإيجابية في الشخصية لخفض قلق المستقبل لدى المراهقات الصم.

### أهمية البحث:

(١) تهتم هذه الدراسة بموضوع خفض قلق المستقبل لدى المراهقات الصم، وهو من الموضوعات المهمة التي تؤثر على حياة المراهقات الصم، لأن ارتفاع قلق المستقبل لديهن قد يعوقهن عن ممارسة حياتهن بصورة طبيعية لما له تأثيرات سلبية على شخصياتهم.

(٢) تتمثل الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية في تنمية وتدعيم بعض السماة الإيجابية في الشخصية لدى المراهقات الصم من خلال التدريب على تعلم التفاؤل والأمل وتنمية الكفاءة الذاتية، مما يقوي لديهن الدافعية للإنجاز، والشعور الثقة بالنفس، وجعلهم أكثر تفاؤلاً وأملًا في المستقبل، وبالتالي خفض شعورهن بالقلق تجاه مستقبلهم المهني، والاجتماعي، والأسري، والاقتصادي.

### المفاهيم الإجرائية للبحث:

- **البرنامج:** Program: عرفت الباحثة البرنامج بأنه خطة منظمة وفق أسس علمية وتربوية تتضمن مجموعة من الأنشطة والمهارات والفنيات تقدم للمراهقات الصم في صورة جلسات علاجية محددة الهدف والمحتوى والزمن تهدف إلى تنمية بعض الجوانب النفسية الإيجابية لدى أفراد المجموعة التجريبية، والذين تستوعبهم مدارس الأمل للصم.



**- الدعم النفسي: Psychological support:** تعرفه الباحثة إجرائياً بأنه الإجراءات المنظمة لتثبيت وتنمية بعض السمات الإيجابية في الشخصية، لتعزيز كفاءة الشخص بقيامه بوظائفه السيكلوجية، وزيادة مهاراته وقدراته للمواجهة الفعالة تجاه الأحداث المستقبلية

### **- السمات الإيجابية في الشخصية وتمثل في :**

**التفاؤل: Optimism :** يشير إلى النظرة الإيجابية للمستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير.

**الأمل: Hope:** هو عميلة التفكير في الأهداف الشخصية مع وجود الإرادة والطاقة التي تحرك الفرد نحو تحقيق أهدافه من خلال التخطيط السليم.

**الكفاءة الذاتية: Self- Efficacy :** وتعني إدراك الفرد لمستوى كفاءته وإمكانياته وقدراته الذاتية وما ينطوي عليه من مقومات عقلية ومعرفية ووجدانية ودافعية لمعالجة المواقف والمهام والمشكلات والتأثير في الأحداث لتحقيق إنجاز ما في ظل المحددات البيئية.

**قلق المستقبل: Future Anxiety :** تعرفه الباحثة إجرائياً بأنه حالة من التوتر والترقب والتفكير السلبي تجاه ما يحدث من تغيرات في المستقبل سواء على المستوى الشخصي، أو الاجتماعي، أو المهني، أو الأكاديمي، أو الصحة، أو الموت، مع وجود شعور عام سائد لدى الفرد بعدم قدرته على المواجهة، أو العجز عن تغيير مسار ذلك الحدث السيئ من خلال أنشطته الشخصية وكفاءته وقدراته الذاتية.

**المراققات الصم:** تعرفهن الباحثة إجرائياً بأنهم الإناث الصم اللاتي تتراوح أعمارهن بين (١٤ - ١٩) عاماً واللاتي يعانون من فقدان سمعي كلي يتراوح بين (٩٠ ديسبل فأكثر) الدرجة التي تحول دون قيام حاسة السمع بوظيفتها للأغراض العادية في الحياة سواء باستخدام المعينات السمعية، أو بدونها، والاستعانة بطرق أخرى للتواصل خاصة بهن مثل لغة الإشارة (طبقاً لتصنيفهن داخل مدارس الأمل للصم)

**الإطار النظري للبحث:****أولاً: الصم Deaf**

يعرف الأصم طبقاً للمفهوم التربوي على أنه: ” الشخص الذي يعاني من فقدان شديد في السمع إلى درجة تحول دون فهم الكلام المنطوق، مما يؤثر على متابعته للدراسة بمدارس السامعين ممن هم في مثل عمره الزمني، سواء باستخدام معينات سمعية، أو بدونها، مما يتطلب توفير أساليب اتصال مناسبة، وتقديم خدمات تربوية تناسب طبيعة الإعاقة السمعية (إبراهيم شعير، ٢٠٠٨، ص ١٢٢).

ويشير عبد الرحمن سليمان ( ٢٠٠١، ص ٨١) إلى فئة الصم من منظور تربوي بأنهم أولئك الأطفال الذين تكون قنوات السمع لديهم قد أصيبت بالثلث بما يعوق النمو السمعي وفهم الكلام واللغة واستيعابها سواء باستخدام أجهزة تكبير الصوت، أو بدون هذا الاستخدام، ويحتاجون إلى أساليب تعليمية تمكنهم من الاستيعاب دون مخاطبة كلامية.

**خصائص الصم:**

- (١) الاندفاعية الشديدة وضعف الاتزان الانفعالي.
- (٢) الشعور بالدونية .
- (٣) سرعة الاستثارة والعصبية والإحباط وال فشل والخوف من العقاب.
- (٤) عدم الشعور بالأمن والخوف من المجهول ( طارق عبد الرؤف، وربيع عبد الرؤف، ٢٠٠٨، ١٠٦)
- (٥) سوء التكيف الذاتي والمدرسي والاجتماعي .
- (٦) مستوي الطموح غير الواقعي إما بارتفاعه كثيراً عن الإمكانيات والقدرات، أو انخفاضه كثيراً عنها.
- (٧) الانقباض بمعنى زيادة الحزن ولوم النفس.
- (٨) الخوف وعدم الاطمئنان.
- (٩) الشك وعدم الثقة في الغير ( فؤاد الموائفي وفوقية راضي، ٢٠٠٤)
- (١٠) يميلون إلى الأنانية، والفردية في بعض مواقف حياتهم.
- (١١) لديهم بعض الأفكار السلبية حول ذاتهم.
- (١٢) مكتئبون بصفة عامة، وتزداد درجة الاكتئاب عندما تحدث الإعاقة السمعية في المراحل المتأخرة من العمر ( فوقية رضوان، ٢٠٠٦، ص ١١٤)

- (١٣) كثيرًا ما يتجاهل المعاقون سمعيًا مشاعر الآخرين.
- (١٤) عادة ما يسيئون فهم تصرفات الآخرين، وبالتالي يبادرونهم بالعدوانية حيث يعتبر العدوان والسلوك العدواني من السمات المميزة للمعاقين سمعيًا.
- (١٥) يظهرون درجة عالية من التمرکز حول الذات.
- (١٦) يتسم مفهومهم لذواتهم بعدم الدقة وغالبًا ما يكون مبالغًا فيه.
- (١٧) يتسمون بقلّة رغباتهم واهتماماتهم في الحياة وسلبيتهم.
- (١٨) يعد كل من التصلب والجمود وعدم الاتزان الانفعالي من السمات الأساسية المميزة لهم ( عادل عبد الله، ٢٠٠٤، ص ص ٢٠٦-٢٠٧).

### ثانيًا: قلق المستقبل Future Anxiety

قلق المستقبل هو أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الفرد والتي تمثل خوفًا من مجهول ينجم عن خبرات ماضية وحاضرة أيضًا في حياة الفرد والتي تجعله يشعر بعدم الأمان وتوقع الخطر ويشعر بعدم الاستقرار وتسبب لديه هذه الحالة شيء من التشاؤم واليأس الذي قد يؤدي به في نهاية الأمر إلى اضطراب حقيقي وخطير مثل الاكتئاب (زينب شقير، ٢٠٠٥، ص ٢٤).

وقدم محمود العشري (٢٠٠٤، ص ١٥٧) تعريفًا إجرائيًا لقلق المستقبل بأنه خبرة انفعالية مؤلمة غير سارة يمتلك الفرد خلالها خوف غامض نحو ما يحمله الغد البعيد من صعوبات، والتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة، والشعور بالانزعاج والتوتر والضيق عند الاستغراق في التفكير فيها، والشعور بضعف القدرة على تحقيق الآمال والطموحات، وفقد القدرة على التركيز، والصداع، والشعور بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام، مع فقدان الشعور بالأمان والطمأنينة.

### الأثار السلبية لقلق المستقبل:

- (١) الشعور بالوحدة وعدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة وعدم القدرة على التخطيط للمستقبل والجمود وقلّة المرونة والاعتماد على الآخرين في تأمين المستقبل.
- (٢) التوقع داخل إطار الروتين واختياره أسلوبًا للتعامل مع المواقف التي فيها مواجهة مع الحياة. (Zaleski, 1996,p.172).
- (٣) التوقع والانتظار السلبي لما قد يحدث (أرون بيك، ٢٠٠٠، ص ٣٦).

- (٤) الاعتمادية والعجز واللاعقلانية.
- (٥) يعيش الإنسان في حالة انعدام للطمأنينة على صحته ورزقه ومكانته (سنا مسعود، ٢٠٠٦، ص ٣٥٦).
- (٦) يشعر الفرد بعدم الأمان وتوقع الخطر والشعور بعدم الاستقرار والتشاؤم واليأس (زينب شقير، ٢٠٠٥، ص ٤).
- (٧) التفكير السلبي والتشاؤم نحو الذات والمستقبل.
- (٨) التأثير السلبي على صحة الأفراد سواء من الناحية العقلية، أو الجسمية، أو النفسية، أو السلوكية ( محمد عسلىة، وأنور البنا، ٢٠١١، ص ١١٢٥).
- (٩) النظرة التشاؤمية للمستقبل وتوقع حدوث الكوارث.
- (١٠) ضعف الشعور بالأمان والطمأنينة.
- (١١) القلق من مواجهة تقلبات الدهر وظروفه القادمة، وأزماته ومشكلاته (محمود العشري، ٢٠٠٤، ص ١٦١).

#### قلق المستقبل لدى المراهقات الصم :

تؤثر على الأصم مجموعة من العوامل الناجمة عن الإعاقة، وبالتالي تعوق نموه الطبيعي مثل عدم شعوره بتحمل المسئولية والاتجاهات العصبية واضطرابات علاقته مع الآخرين والشعور بالشك في المجتمع وعدم الاندماج مع أفرادها، وبالتالي تتكون لدى المعاق سمعيًا نظرة تشاؤمية تجاه المستقبل أكثر من السامعين، ويختلف درجة القلق من المستقبل باختلاف الحالة ومستوى الإعاقة واتجاهات الآخرين نحوها وطبيعة ومميزات ما يقدم لهم من برامج تربوية (عزیزة يحي أحمد، ٢٠١١، ص ٧٨).

ويظهر هذا القلق في صورة توتر وخوف، ناتج عن ضغوط الإعاقة ونظرة المجتمع والتهميش الذي يتعرضون له المراهقين الصم، الأمر الذي يضعف ثقتهم بأنفسهم ويجعلهم أكثر قلقًا على مستقبلهم (Lersilp, 2006, p. 5).

ويعاني المراهق الأصم من قيود وقلق على حياته الأسرية والاجتماعية والتعليمية والمهنية، وعدم قدرته على التفاعل والحركة والاستفادة الكاملة من الخبرات التعليمية والمهنية التي يستطيع أقرانه السامعين الاستفادة منها (Gregory & Hindle, 1996, p. 895)

ويعاني المراهقين الصم من نقص في القدرات العقلية والمعرفية نظراً لما تفرضه الإعاقة السمعية من قيود، مما يؤثر على شعور الأصم بالخوف من الفشل والقلق من الانتقاد وعدم القدرة على تحقيق الأهداف الأكاديمية والأسرية، وأن المراهقين الصم يعانون من مخاوف تتعلق بالجوانب المدرسية والمنزلية والجسمية والصحية وأيضاً يشعر المراهقون الصم بالقلق من الفشل والانتقاد والقلق من الجهول وقلق الموت والقلق من العمليات الجراحية، وأن الإناث الصم كانوا أكثر قلقاً من المستقبل من الذكور الصم (Hujin & Frances, 2010, p. 462).

وتشير دراسة (Limay, 2008) أن المراهقات الصم تعاني من القلق في نواحي الاستقلال الاقتصادي، والزواج والأسرة مستقبلاً، ولديهن أيضاً نقص في القدرة على التواصل مع أقرانهم السامعين وانعزالهم عن المجتمع.

ولهذا سوف تقتصر الباحثة في هذا البحث على فئة الإناث من الصم اللاتي تعاني من قلق مستقبل مرتفع، حيث أشارت دراسة (Limay, 2008)، ودراسة (Huijin & Frances, 2010) أن المراهقات الصم أكثر قلقاً من الذكور، وأنهن تعاني من قلق مستقبل في نواحي الاستقلال الاقتصادي، والزواج والأسرة مستقبلاً.

إن تدعيم وتنمية بعض السمات الإيجابية في الشخصية لدى الأفراد كالتفاؤل والأمل والكفاءة الذاتية يحول دون ظهور الأعراض المرضية، وينمي لديهم الإبداع، ومرونة التفكير، ويجعل للحياة قيمة ومعنى، ويصل بسماتهم الإيجابية إلى أقصى حد لها. (جبر محمد جبر، ٢٠١٣، ص ٢٠)

وأشارت دراسة شيبيرد (Shepperd, 2001) إلى وجود علاقة بين التفاؤل والأمل وتقبل العجز، وأشارت أيضاً دراسة كينت وستيفين (Kent, Steven, 2007) أن سمة الأمل تساعد الأفراد ذوي الإعاقة السمعية الشعور بالتوافق، وأن الكفاءة الذاتية ذات تأثير على الأمل واليأس بطرق مختلفة، وأوصت دراسة رانت وآخرون (Rinaet, et al., 2011) بالتدخلات لتعزيز الكفاءة الذاتية لدى المراهقين الصم، وأوضحت دراسة بيلنج وآخرون (Pei- ling, et al., 2013) أنه كلما ارتفعت الكفاءة الذاتية الانفعالية المنظمة لدى الأفراد ذوي الإعاقة السمعية كلما كان هؤلاء الأفراد أكثر إيجابية في أساليب التكيف مع الأحداث.

ويشير إدوارد جي (Carr, 2007, p.5) إلى أنه يمكن استخدام الدعم النفسي لدى الأفراد المعاقين لتوليد الشعور بالسعادة والارتياح النفسي، وتقديم المساندة النفسية لهم، وتعديل بعض السلوكيات الشاذة، ودعم نقاط القوة لديهم، وتنمية القدرة على التكيف البناء مع أنفسهم وبيئتهم.

في ضوء ما سبق لذلك سوف تعتمد الباحثة على الدعم النفسي لبعض السمات الإيجابية في الشخصية ( التفاوض، الأمل، الكفاءة الذاتية) لخفض قلق المستقبل لدى المراهقات الصم.

### الدعم النفسي :

يعد مفهوم الدعم النفسي، أو المساندة من المفاهيم القوية والداعمة لعلم النفس الايجابي، ومعناه اللغوي كما جاء في القاموس المحيط : المؤازرة، والتقوية، والمساعدة، ومواجهة المواقف ( الفيروز آبادي، ٢٠٠٣، ص ٣٠٤).

ويشير بيتير نوفاليس (١٩٩٨، ص ٩) إلى أن الدعم النفسي هو توجيه ومساعدة الفرد ورفع كفاءته في قيامه بوظائفه السيكولوجية وزيادة مهاراته في المواجهة الفعالة.

ويرى إدوارد جي (Carr, 2007, p. 9) أن الدعم النفسي هو الإجراءات المنظمة المتبعة لتعزيز الكفاءة الشخصية، وتنمية المهارات لتحسين نوعية الحياة لدى الأفراد.

والدعم النفسي لا يكون بتقديم عبارات تدعيمية، أو إظهار السلوكيات المساندة فقط، وإنما يكون أيضاً بسماع تعبيرات المريض والاهتمام به، ومشاركته إياها، والتعاطف معه ( مدحت أبو زيد، ٢٠٠٨، ص ١١١).

### أساليب الدعم النفسي :

ويشير عبد الستار إبراهيم ( ٢٠١١، ص ص ٤١٠ - ٤٢٠) إلى أن التركيز على التدريب ودعم جوانب القوة في الشخصية لا يقل قيمة عن مجرد التخلص من أعراض المرض والاضطراب لما يسهم به من تغيير وتطوير الشخصية، وتعدد الأساليب التي تساعد في الدعم النفسي وهي كالآتي:

- **استبدال التفكير السلبي بأفكار إيجابية:** يمكن في مقابل تلك الأفكار التي تعمل على إثارة الاضطراب النفسي والفضوى وسوء التوافق أن نعمل على استبدالها بمعتقدات تحقق لأصحابها النجاح والرضا.
- **العادات السبع للسلوك الفعال:** أي تكوين عادات سلوكية فعالة، والعادة نقطة التقاء ثلاث عناصر هي ( الرغبة، والمعرفة، والمهارة ) وهذه العناصر الثلاث يمكن التدريب عليها وتعلمها، وتمثل العادات السبع في ( الاستباقية أي المبادرة بالتحرك والنشاط، إبدأ عينيك على النهاية إبدأ ولديك فهم واضح وإدراك جيد لما أنت ماض عليه، إبدأ بالأهم ثم المهم، فكر فيما فيه فائدة ومصصلحة مشتركة للجميع، حاول أن تفهم أولاً ليسهل فهمك إذا أردت أن تتواصل وتتفاعل مع من تعاملهم، التكاثر مع الآخرين ومبدأ التعاون الخلاق، كن مستعداً للتحدي، وتجديد النشاط).
- **التحاور الإيجابي مع الذات:** التعرف على الحوارات الذاتية السلبية عند تذكر المواقف الصادمة واستبدالها بالحوارات الشخصية الإيجابية.
- **اكتساب الإيجابية والانتقال من التفكير الإيجابي إلى السلوك الإيجابي:** حيث يرسم الفرد الصورة التي يحب أن تكون حياته على غرارها، ويستخدم قوة التفكير الإيجابي في تغيير واقع منفر لا يرغب الفرد فيه، ويمكن ذلك عن طريق ( إعداد قائمة بالتمنيات، قائمة بالأهداف القريبة والبعيدة، قائمة بالمشبطات المعرفية، التغيير الإيجابي وتطوير الفعالية الشخصية، استبدال الأفكار السلبية بأفكار إيجابية).
- **صناعة التفاؤل:** أي تعلم التفاؤل عن طريق التخلي عن التفسيرات السلبية المتشائمة واستبدالها بالتفسيرات الإيجابية للأحداث التي يمر بها الفرد، وتحديد أهداف منطقية قابلة للتحقيق، وتعديل وجهات النظر لسبب الفشل .  
ويشير محمود أبو الديق (٢٠١١، ص ص ٦٣-٦٧) إلى عدد من الأساليب مستوحاة من القرآن الكريم وهي :
- **التوجيه المعرفي** لتكوين الرؤية الصائبة للأحداث، وتصحيح الأفكار الخاطئة، والإدراك الواقعي للأحداث، والتأكد أن الظروف تتغير وليست ثابتة.

- استحضار الصورة الإيجابية عن الذات، وتمثل في معرفة متغيرات الشخصية الإيجابية التي تمثل وقاية وحصانة في مواجهة الأحداث الضاغطة.
- تعزيز الثقة بالنفس.
- الإرشاد إلى أنماط السلوك الفعال في مواجهة الظروف الضاغطة، والأساليب الفعالة في مواجهة مصادر تهديد الأمن النفسي.
- إظهار الرضا عن النماذج المتألقة في مواجهة الضغوط والمحن بدرجة عالية من الصلابة النفسية.
- استيعاد التجارب المتميزة في مواجهة المواقف الضاغطة ليقتيدي بها.
- تقديم الإسناد العلمي الإجرائي في مواقف التهديد جلياً للأمن النفسي.
- تبادل المساندة النفسية فيما بين الأفراد للمساعدة على تخطي المواقف الصعبة.

**وسوف تعتمد الباحثة على بعض من هذه الأساليب في تقديم الدعم النفسي لأفراد المجموعة التجريبية والتي منها:**

- (١) استبدال التفكير السلبي بأفكار إيجابية.
- (٢) التحوار الإيجابي مع الذات.
- (٣) تعلم التفاؤل.
- (٤) التوجيه المعرفي لتكوين الرؤية الصائبة للأحداث.
- (٥) الإرشاد إلى أنماط السلوك الفعال في مواجهة الظروف الضاغطة.
- (٦) العادات السبع للسلوك الفعال.
- (٧) استعادة التجارب المتميزة في مواجهة المواقف الضاغطة ليقتيدي بها أفراد المجموعة التجريبية.
- (٨) تبادل المساندة فيما بين الأفراد لمساعدتهم على تخطي المواقف الصعبة.

### **السمات الإيجابية في الشخصية:**

أشار كثير من العلماء إلى أن السمات الإيجابية في الشخصية وهي (التفاؤل، الأمل، الكفاءة الذاتية، والمرونة) هي من دعائم علم النفس الإيجابي وهذه السمات تعمل كعامل وقائي ضد أي تهديدات يتعرض لها الفرد، وتزود أيضاً الفرد بطاقة اللازمة لمواصلة الحياة بفاعلية وتحسين فاعلية الفرد في المجالات



الهامة في حياته (Luthans & Cadyn, 2004, 152- 155; Luthans, et al., 2007, 541-543; Luthans, et al., 2008, 221-223; Baradley, et al., 2009; Synder, e al., 2011, )

### التفاؤل: Optimism

يري أحمد عبد الخالق (١٩٩٨، ص ٤٥) أن التفاؤل هو: «نظرة استبشار نحو المستقبل وتجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير ويرنو إلى النجاح».

يصف أحمد اسماعيل (٢٠٠١، ص ٦٤) التفاؤل بأنه: «استعداد انفعالي ومعرفي معمم، ونزعة للاعتقاد، أو للاستجابة انفعاليًا تجاه الآخرين، وتجاه المواقف، وتجاه الأحداث بطريقة إيجابية وواعدة، وتوقع نتائج مستقبلية جيدة ونافعة، والمتفائل أكثر ميلاً للاعتقاد بأن الأمور الطيبة ستحدث الآن وستكون مستقبلية مبهجة وسارة وستستمر لتسعه».

### أسلوب تفسير الأحداث (التفاؤل، والتشاؤم) والعوامل المؤثرة فيه:

طبقاً لسليجمان وزملائه (Seligman, et al, 1984, p. 236) فإن الأفراد الذين يعطون تفسيرات داخلية وثابتة وعامة للأحداث السيئة، يقال أن أسلوب تفسيرهم تشاؤمي، بينما الأفراد الذين يفسرون الأحداث السيئة بلغة خارجية ومرنة ومحددة بأسباب يقال أن أسلوب تفسيرهم تفاؤلي.

ويوضح سليجمان (Seligman, 1991, p.43) العلاقة بين العزو السببي، ونمط التفسير المتشائم Pessimistic Attribution حيث يرى سليجمان أن المتشائم يميل إلى نمط التفسير التشاؤمي أي التفسير الذاتي، الثابت، والشامل للأحداث السلبية، وأن الذين يفسرون الأحداث السلبية بطريقة غير مباشرة ويقدمون مبررات خارجية، وغير ثابتة ونوعية يتسمون بالتفاؤل، واستناداً إلى ذلك يمكن القول أن الأمر هنا يتعلق بالكيفية التي يدرك من خلالها الأفراد الأحداث والمواقف المختلفة، وكيف يقيمونها حيث أن أسلوب الإدراك يسهم في تطور المرض، أو تراجعها.

## والعوامل المؤثرة في أسلوب تفسيرنا للأحداث :

هناك عاملان أساسيان يؤثران في أسلوب تفسيرنا للأحداث هما :

**الاستدامة Permanence:** فإذا كان تفكير الفرد في الأشياء السيئة على نحو ” دائماً “ و ” أبداً “، وأنها خصائص ثابتة فإنه صاحب نمط تشاؤمي دائم، أما إذا كان تفكير الفرد في الأشياء السيئة على النحو ” أحياناً “، أو ” في الفترة الأخيرة “، وأن الأشياء السيئة سريعة الزوال فهو صاحب نمط تفاؤلي؛ هذا فضلاً عن أن الأفراد المتفائلين يشرحون الأشياء السعيدة لأنفسهم في ضوء أسباب دائمة مثل السمات والقدرات، أما المتشائمون فإنهم يحددون أسباب قابلة للتغيير مثل الحالة المزاجية، أو الجهد.

**العمومية (الشيوع) Pervasiveness:** ( الخاص مقابل العام) الأفراد الذين يقدمون تفسيرات عامة لخبرات الفشل لديهم يتوقفون عن كل شيء عندما يصيب الفشل منطقة واحدة من حياتهم ؛ أما الأفراد الذين يقدمون تفسيرات محددة قد يصبحوا عاجزين في هذا الجانب وحده من حياتهم، ويستمررون في تقدمهم بقوة في باقي الجوانب، وعلى العكس فالمتفائل يعتقد أن الأحداث السعيدة سوف ترتفع وتنمي كل شيء يفعلها، بينما يعتقد المتشائم أن الأحداث السعيدة تحدث نتيجة لعوامل محددة في موقف محدد ( مارتن سليجمان، ٢٠٠٦، ص ١٢٤).  
مما سبق يمكن أن تستنتج الباحثة أن استجابة الفرد ( المتفائل- المتشائم) للأحداث بالاستدامة (مؤقتة- دائمة)، أو العمومية ( محددة - عامة) يعتمد على نوع هذه الأحداث ( أحداث سارة، أو أحداث سيئة).

## الأمل: Hope

يذكر سنايدر (Snyder, 1994, 5) أن الأمل عبارة عن مجموعة من قوة الإرادة، وقوة الدافع التي يملكها الإنسان لبلوغ أهدافه، ويتألف الأمل من ثلاثة مكونات عقلية أساسية وهي: الأهداف، وقوة الإرادة، وخلق مسارات.

يرى نيوول ومارك (Newell&Ryzin, 2003, 3) يعرفان الأمل بأنه ” زيادة توقع الفرد على تحديد أهدافه وزيادة دافعيته ونجاحه في وضع استراتيجيات تحقيق هذه الأهداف.

ويحدد دراش وسومش (Zahavy & Somech, 2002, 105) الأمل بأنه عبارة عن قاعدة معرفية تعتمد على تنمية المشاعر الإيجابية وزيادتها والرغبة في النجاح في تحديد الأهداف وتحقيقها.

### طبيعة الأمل :

يتكون الأمل من ثلاث مكونات رئيسية تتمثل في الآتي:

#### ١- الأهداف: Goals

هي الأشياء، أو الخبرات، أو المحصلات التي نتخيلها، أو نرغب بها في عقولنا، ويذكر سنايدر أنه لا بد للفرد أن يلاحظ الأهداف التي يرغب في تحقيقها، ويسعى للعمل على ذلك من خلال تقسيم أهدافه إلى بعض المقاصد الصغيرة ومع وجود الأمل تنشط همته لتحقيق هذه المقاصد تدريجياً، فكلما حقق الفرد هدفاً فرعياً من أهدافه الرئيسية اقترب أكثر للوصول إلى الهدف العام الذي يسعى لتحقيقه (Snyder, 1994, p.5)

#### ٢- قوة الإرادة: Willpower

ويقصد بقوة الإرادة الطاقة التي تدفع الفرد للتفكير الإيجابي الذي يتسم بالأمل، وهي تمثل شعور الفرد بالطاقة العقلية التي تساعده على الوصول لهدفه؛ أي تدفع الفرد من حالة عدم تحقيق الهدف إلى حالة تحقق الهدف (Snyder, 1994, p. 7; Mcdemott & Snyder, 2000, pp.8-9)

#### ٣- قوة التوجه: (الخطط - الاستراتيجيات) Way- Power

تتمثل قوة التوجه في الخطط المعرفية، أو خريطة الطريق التي ترشدنا إلى كيفية تحقيق أهدافنا؛ فهي تمثل طاقة ذهنية يستدعيها الفرد لتمده بالخطوات والإجراءات التي عليه اتباعها للوصول لهدفه، ويرتبط التوجه الذهني نحو الهدف المراد تحقيقه بمدى أهمية هذا الهدف بالنسبة للفرد، ولذلك نجد أننا نبرز حسن التخطيط بصورة أكبر نحو الأهداف الهامة ونقضي الكثير من الوقت ن فكر فيما يجب علينا انجازة للوصول لهدفنا، وهو الأمر لا نفعله مع أهداف أخرى أقل أهمية بالنسبة لنا، وفي أثناء سعي الفرد لتحقيق أهدافه تقابله العقبات والعوائق، وهنا يأتي دور المرونة الذهنية التي تساعد الفرد على إيجاد الأسلوب البديل، أو الاستراتيجيات البديلة التي تساعده في تحقيق هدفه. (Mcdemott & Snyder, 2000, p.7; Snyder, 1994, p. 10)

### الكفاءة الذاتية: Self- Efficacy

حدد باندورا (Bandura, 1998, p. 36) الكفاءة الذاتية بأنها معتقدات المتعلمين عن قدرتهم على إنتاج مستويات متنوعة ومختلفة من الأداء، والتي تتضمن ما يعتقد الفرد عن قدراته، وإمكاناته ومدى جهده ومثابرتة في أداء المهام، أو الأعمال المتوقع أن يقوم بها.

ويرى شایل وهيسمان (Shell & Husman, 2001, p. 482) أن الكفاءة الذاتية هي "المعتقدات الذاتية للفرد التي يكونها عن ذاته ويطورها، وتصبح بمثابة القوة المحركة في تحقيق النجاح، أو الفشل في أداء الأعمال المختلفة فيما بعد، بما فيها مفهومها عن قدراته وإمكاناته مما يؤثر على سلوكياته ودافعيته.

وتعرفها منال جاب الله (٢٠٠٩، ص ٣١١) بأنها «تقدير الفرد ذاتياً لما لديه من قدرات انفعالية ومعرفية، ولما يمكنه بذله من جهد ومثابرة في إنجاز مهام محددة وفي مواجهة مواقف الضغوط التي تعترضه لتحقيق النجاح المنشود.

### طبيعة وبنية الكفاءة الذاتية: Nature & Structure of Self- Efficacy

الكفاءة الذاتية هي مجموعة متميزة من المعتقدات، أو الإدراكات المترابطة، أو المتداخلة لتنتج مجموعة من الوظائف المتعلقة بالضبط الذاتي لعمليات التفكير والدافعية والحالات الانفعالية والفسولوجية، وهي قابلة عامة، أو معممة تقوم على ما يعتقد الفرد أنه يملكه، أو يمكنه عمله لا ما يملكه، أو يقوم به بالفعل، تحت مختلف الظروف، أو السياقات. كما أنها ذات طبيعة متعددة الأبعاد: فهي من حيث المجال تشمل: البعد العام، والبعد الاجتماعي، والبعد الأكاديمي، ومن حيث الدرجة تختلف باختلاف: المستوى، ودرجة العمومية، والقوة، أو الشدة (فتحي الزيات، ٢٠٠١، ص ٥٠٨).

ويرى باندورا (Bandura, 1997, p.39) أن الكفاءة الذاتية تتكون من ثلاثة مكونات هي:

**أولاً: الكفاءة الذاتية السلوكية:** حيث يمكن تقييم الكفاءة الذاتية السلوكية من خلال المهارات الاجتماعية، والسلوك التوكيدي، ونظرية الكفاءة الذاتية السلوكية هي أفضل طريقة لتغيير السلوك من خلال التمارين للسلوك في مجال الاهتمام،

والتمارين الناجحة لمهارات جديدة، أو قديمة في مواقف جديدة تقود إلى تحسين مستوى الكفاءة الذاتية، والتي تشجع الفرد إلى المبادأة في سلوكيات جديدة والاستمرار في مواجهة الصعوبات.

**ثانياً: الكفاءة الذاتية الانفعالية:** يتم التقييم من خلال القدرة على السيطرة على المزاج بشكل عام، أو في مواقف محددة مثل السيطرة على القلق، وعندما نتحدث مع شخص آخر، وتشير الكفاءة الذاتية الانفعالية إلى معتقدات الفرد حول أداء أفعاله، فتؤثر على الحالة الانفعالية للفرد ومزاجه، والشعور بالكفاءة الذاتية الانفعالية للأفراد الذين يبحثون عن العلاج النفسي، ليس لأنهم مضطربون فقط، بل أيضاً بسبب توقعاتهم بأن الاضطراب سوف يستمر، واعتقادهم بأن مشاعرهم خارجة عن سيطرتهم.

**ثالثاً: الكفاءة الذاتية المعرفية:** وهي العمليات العقلية التي تحدث داخل الفرد مثل؛ التخيل، والإدراك، والتفكير والتحدث الذاتي، والقناعات، ويتم التقييم من خلال القدرة على السيطرة الغرائز، والأفكار، وتشير الكفاءة الذاتية المعرفية إلى إدراك الفرد حول قدرته للتدريب على السيطرة على أفكاره ومعتقداته، فعلى سبيل المثال تؤثر اهتمامات الفرد على أدائه وخصوصاً في السلوكيات المرغوب فيها والجديدة، وعلى أي حال فإن المدركات حول النقص في الكفاءة هي في بعض الأحيان المشكلة الرئيسية فيه، كما هو الحال في الأفعال والأفكار الوسواسية، وبسبب أن نظرية التعلم الاجتماعي تفترض أن السلوك يقاد من خلال الأفكار، التي تقف خلفه وتسهل لوجود نتائج محددة، لذا تعتبر السيطرة على الأفكار والمعتقدات من أهم عناصر التدخلات الفاعلة في نظرية التعلم الاجتماعي.

وسوف تعتمد الباحثة في تنمية الكفاءة الذاتية على هذه الثلاث مكونات (الكفاءة الذاتية السلوكية، والكفاءة الذاتية المعرفية، والكفاءة الذاتية الانفعالية) التي ذكرها (Bandura, 1997)

## دراسات سابقة:

سعت دراسة ليراثيلب (Lrsilp, 2006) إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى الطلاب الصم بالمرحلة الثانوية، فيما يخص المستقبل التعليمي والمهني، وتكونت عينة الدراسة من (٢٩) طالباً أصمًا من طلاب الصف الثالث الثانوي، وتتراوح أعمارهم ما بين (١٨ - ٢٠) عام، واستخدمت هذه الدراسة استبيان حول قلق المستقبل التعليمي والمهني، واشتمل هذا الاستبيان على ثلاثة أبعاد وهي ( التعليم الأكاديمي، التواصل والتفاعل الاجتماعي، والمهنة، أو الوظيفة) وقد أسفرت النتائج هذه الدراسة عن أن نسبة (٣٤,٥%) من الطلاب المشاركين في الدراسة يعتزمون مواصلة التعليم العالي، ويرجع هذا إلى دعم وتشجيع الأشخاص ذوي الصلة مثل الوالدين والمعلمين، بينما أظهرت الدراسة أن نسبة (٦٥,٥) من الطلاب المشاركين يعتزمون الالتحاق بسوق العمل، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى الطلاب الصم في بعدي التعليم والمهنة.

وسعت دراسة ليماي (Limay, 2008) إلى التعرف على العالم الداخلي للمراهقات الصم، واستكشاف كيف تؤثر الإعاقة السمعية على المهام التنموية للإناث الصم في فترة المراهقة، في النواحي التنموية كعلاقاتهم مع أقرانهم، والاستقلال الاقتصادي لديهم والزواج والأسرة بالنسبة لهم، وتكونت عينة الدراسة من (٢) كدراسة حالة، إحداهما عمرها (١٥) عام والثانية عمرها (١٨) عام، وأظهرت نتائج الدراسة أن المراهقات الصم تعاني من القلق في نواحي الاستقلال الاقتصادي، والزواج والأسرة مستقبلاً، وأن المراهقات الصم لديهن نقص في القدرة على التواصل مع أقرانهم السامعين، وانعزالهم عن المجتمع.

وهدفت دراسة ( سميرة عبد السلام، ٢٠٠٨) إلى خفض قلق المستقبل باستخدام فنيات العلاج العقلاني الانفعالي، وعملت الدراسة أيضاً على تنمية الكفاءة الذاتية لدى أفراد العينة، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) من الذكور والإناث والذين تراوح أعمارهم من (١٦ - ١٨) عام من المراهقين المعاقين بصرياً، واعتمدت الدراسة على مقياس قلق المستقبل للمراهقين المعاقين بصرياً (إعداد الباحثة) والبرنامج الإرشادي (إعداد الباحثة) وكشفت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج المستخدم في خفض قلق المستقبل لدى المراهقين المعاقين بصرياً، وأوصت الدراسة بعمل برامج لخفض قلق المستقبل لدى ذوي الإعاقة السمعية وحركياً وعقلياً.

وحاولت دراسة أماني محمد النجار (٢٠١٣) الكشف عن فعالية برنامج علاجي قائم على أنشطة اللعب لتخفيف قلق المستقبل وأثر ذلك في تحسين مستوى الطموح لدى المراهقات الصغار ضعاف السمع، وتكون البرنامج العلاجي من (٢٤) نشاط من أنشطة اللعب المختلفة. وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى الضابطة قوام كل منها (١٠) طالبات، وقد تم التجانس بين المجموعتين في المتغيرات التالية (العمر- درجة السمع- درجة قلق المستقبل - درجة مستوى الطموح) وتراوحت أعمارهم من (١١-١٣) سنة اعتمدت الدراسة على استخدام مقياس قلق المستقبل لغير السامعين (إعداد عبد التواب معوض، وسيد عبد العظيم، ٢٠٠٥)، ومقياس مستوى الطموح (إعداد عبد التواب معوض وسيد عبد العظيم، ٢٠٠٥) وأوضحت النتائج فعالية البرنامج العلاجي القائم على أنشطة اللعب في خفض قلق المستقبل بأبعاده (الخوف من المشكلات المستقبلية، النظرة التشاؤمية للمستقبل، قلق التفكير في المستقبل، قلق الموت) ورفع مستوى الطموح بأبعاده (التفاؤل، المقدرة على وضع الأهداف، تقبل الجديد، وتحمل الإحباط) لدى أفراد المجموعة التجريبية من المراهقات الصغار ضعاف السمع.

وسعت دراسة (هبة إسماعيل طه، ٢٠٠٨) إلى تنمية التفاؤل والأمل كمدخل لخفض الأعراض الاكتئابية لدى عينة من ضعاف السمع، وتكونت عينة الدراسة السيكومترية من (٨٠) طالب وطالبة، وعينة الدراسة التجريبية من (٢٠) طالب وطالبة (١٠) مجموعة تجريبية، (١٠) مجموعة ضابطة. الأدوات المستخدمة في الدراسة (استبانة مفتوحة للكشف عن بعض المتغيرات النفسية المصاحبة لضعف السمع إعداد الباحثة- بطارية الاختبارات لقياس ثلاث متغيرات أساسية لدى ضعاف السمع التفاؤل- الأمل- الاكتئاب إعداد الباحثة- البرنامج المعتمد على تنمية التفاؤل إعداد الباحثة). وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في درجة التفاؤل وذلك في اتجاه الذكور، عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في درجة الأمل، وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في درجة الاكتئاب وذلك في اتجاه الإناث، لدى ذوي الإعاقة السمعية من المستويات الاقتصادية والاجتماعية المرتفعة شعور بالتفاؤل والأمل أكبر مقارنة بالأفراد ذوي الإعاقة السمعية من مستويات اجتماعية واقتصادية أقل، وأثبتت الدراسة فعالية البرنامج المستخدم لتنمية التفاؤل والأمل لخفض الاكتئاب لدى ذوي الإعاقة السمعية.

**فروض البحث:**

- (١) توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في المقياس البعدي على مقياس السماة الإيجابية لصالح المجموعة التجريبية.
- (٢) توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في المقياس القبلي والبعدي على مقياس السماة الإيجابية لصالح المقياس البعدي.
- (٣) لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في المقياس البعدي والتتبعي على مقياس السماة الإيجابية.
- (٤) توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في المقياس البعدي على مقياس قلق المستقبل ( الأبعاد والدرجة الكلية) لصالح المجموعة التجريبية.
- (٥) توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في المقياس القبلي والبعدي على مقياس قلق المستقبل ( الأبعاد والدرجة الكلية) لصالح المقياس البعدي.
- (٦) لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في المقياس البعدي والتتبعي لمقياس قلق المستقبل ( الأبعاد والدرجة الكلية).

**الطريقة والإجراءات:****أولاً العينة:**

تمثلت عينة الدراسة في ( ٣٠ ) من الإناث الصم ( ١٥ ) مجموعة تجريبية، (١٥) مجموعة ضابطة، من مدرسة الأمل للصم بالمنصورة والثلاثي حصلن على درجات منخفضة على مقياس السماة الإيجابية (إعداد الباحثة)، ودرجات مرتفعة على مقياس قلق المستقبل (إعداد الباحثة)، وقد تتراوح أعمارهن الزمنية ما بين (١٤-١٩) عام، وتتراوح نسبة فقدان السمع لديهن (٩٠ ديسبل فأكثر).



**ثانياً: أدوات البحث :**

- (١) مقياس السمات الإيجابية في الشخصية (إعداد الباحثة).
- (٢) مقياس قلق المستقبل لدى المراهقات الصم (إعداد الباحثة).
- (٣) البرنامج الإرشادي القائم على تنمية السمات الإيجابية في الشخصية (إعداد الباحثة).
- (٤) مقياس الذكاء غير اللفظي للصم (إعدادفايزة مكرومي، ١٩٩٨).
- (٥) مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي (إعداد محمد بيومي خليل، ٢٠٠٠).

**المحددات السيكومترية لأدوات البحث :**

قامت الباحثة بالتحقق من صدق وثبات المقاييس المستخدمة على عينة من التلميذات الصم بالمرحلة الإعدادية (ن=٣٥)، واللاتي تتراوح أعمارهن الزمنية ما بين (١٤-١٩) بمرسة الأمل للصم بطنطا بمحافظة الغربية.

**أ- تقنين مقياس السمات الإيجابية (إعداد الباحثة).**

(أ) **الصدق الظاهري (صدق المحكمين):** تم عرض المقياس في صورته المبدئية (٣٢) عبارة على (١١) محكمًا من المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية بهدف الحكم على مدى دقة كل عبارة ومدى قياسها للسمات الإيجابية لدى المراهقات الصم، وما يروونه من إضافة، أو حذف لأي عبارة، وتم عمل التعديلات وأصبح المقياس في صورته النهائية مكون من (٣٠) مفردة وكانت نسبة الاتفاق لهذه المفردات تتراوح ما بين (٨٠% - ١٠٠%).

(ب) **الصدق التنبؤي:** قامت الباحثة بحساب الصدق التنبؤي للمقياس عن طريق حساب الارتباط بين درجات المراهقات الصم على عينة مكونة من (٣٥) مراهقة ودرجاتهم على مقياس فاعلية الذات (إعداد سامي عبد السلام السيد، ٢٠١٠)؛ حيث تشير دراسة عبد المحسن إبراهيم ديغم (٢٠٠٨) إلى أنه يمكن التنبؤ بالتفاؤل والأمل من خلال الفاعلية الذاتية. ويوضح جدول (١) هذه النتائج.

## جدول (١)

معاملات الارتباط بين درجات المراهقات الصم على مقياس السماة الإيجابية إعداد  
(الباحثة) ودرجاتهم على مقياس فاعلية الذات

الدرجة الكلية	فاعلية الذات الأخلاقية	فاعلية الذات الحياتية	فاعلية الذات الأكاديمية	فاعلية الذات الاجتماعية	فاعلية الذات السماة الإيجابية
××٠,٨١٢	××٠,٥٥٧	××٠,٧١٠	××٠,٧٥٢	××٠,٧٥١	تفاؤل
××٠,٧٦٩	××٠,٤٦٥	××٠,٧٣٠	××٠,٧٤١	××٠,٦٨٦	أمل
××٠,٦٦٧	××٠,٤٩٤	××٠,٧١١	××٠,٥٧٥	××٠,٥٠٦	كفاءة ذاتية
×× دال عند مستوى (٠,٠١)					

يتضح من الجدول السابق أن: جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١).

**ثانياً: ثبات المقياس تم حساب معامل الثبات لمقياس السماة الإيجابية بالطرق التالية:**

**الطريقة الأولى:** حساب معامل ثبات ألفا، فُوجد أنه يساوى (٠,٨٩٠، ٠,٨٤٥، ٠,٨٧٤) لأبعاد التفاؤل، الأمل، الكفاءة الذاتية، وهي معاملات ثبات مرتفعة.

**الطريقة الثانية:** طريقة إعادة تطبيق الاختبار؛ حيث قامت الباحثة بحساب ثبات درجات المقياس باستخدام طريقة إعادة التطبيق على عينة تقنين مكونة من (٣٥) من المراهقات الصم بفاصل زمني قدره أسبوعين، وكانت معاملات الارتباط (٠,٧٣٩، ٠,٧٥٧، ٠,٧٨٩) لأبعاد التفاؤل، الأمل، الكفاءة الذاتية، وهي معاملات ارتباط مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وتدل على أن المقياس السماة الإيجابية يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات.

**ثالثاً:** الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس للتحقق من اتساق محتوى المقياس ككل وارتباط أبعاده بعضها ببعض، قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد ودرجة الأبعاد الأخرى، ويوضح الجدول التالي نتائج معاملات الارتباط

## جدول (٢)

معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس السمات الإيجابية بعضها ببعض

المقياس	البعد الأول (التفاؤل)	البعد الثاني (الأمّل)	البعد الثالث (الكفاءة الذاتية)
البعد الأول (التفاؤل)	-		
البعد الثاني (الأمّل)	××٠,٧٥٠	-	
البعد الثالث (الكفاءة الذاتية)	××٠,٦٢٣	××٠,٧٤٨	-
×× دال عند مستوى (٠,٠١)			

يتضح من الجدول السابق أن:

قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٦٢٣) إلى (٠,٧٥٠) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)، أي أن كل معاملات الارتباط بين أبعاد السمات الإيجابية بعضها ببعض دالة إحصائياً، مما يدل على قوة الاتساق الداخلى لأبعاد السمات الإيجابية وللمقياس ككل.

من الإجراءات السابقة يمكن الاطمئنان لصدق وثبات مقياس السمات الإيجابية، وصلاحيته لقياس السمات الإيجابية لدى عينة الدراسة.

## (أ) مقياس قلق المستقبل: (إعداد الباحثة)

## أولاً - صدق الدرجات المشتقة من المقياس:

(أ) الصدق الظاهري: قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته المبدئية (٦٦) عبارة مزعة على سبعة أبعاد (قلق المستقبل الذاتي، قلق المستقبل الأسري، قلق المستقبل الأكاديمي، قلق المستقبل الاجتماعي، قلق المستقبل المهني، قلق الصحة، قلق الموت) على (١١) محكماً من المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية وذلك بهدف إبداء وجهة النظر حول مدى ملائمة بنود المقياس للهدف الذي وضعت من أجله لقياس قلق المستقبل لدى المراهقات الصم، وعلاقة العبارات بالبعد الذي تنتمي إليه، وطبيعة المرحلة العمرية، وطبيعة العينة، والحكم على مدى دقة صياغة العبارات ومدى ملائمتها لأبعاد المقياس، إبداء ما يقترحوه من ملاحظات حول

تعديل، أو إضافة، أو حذف ما يلزم، وفي ضوء آراء المحكمين تم تعديل صياغة بعض العبارات، وحذف العبارة التي حصلت على نسبة اتفاق أقل من ٨٠٪، ليصبح المقياس في صورته النهائية بعد التحكيم مكوناً من (٥٦) عبارة .

(ب) **صدق المحك:** قامت الباحثة بحساب الصدق التلازمي للمقياس عن طريق حساب الارتباط بين درجات (٣٥) مراهقة صماء على المقياس الحالي ومقياس قلق المستقبل إعداد (محمد إبراهيم، ٢٠١٣)، ويوضح جدول (٣) هذه النتائج،

### جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجات المراهقات الصم على مقياس قلق المستقبل (إعداد الباحثة) ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل

المقياس	التفكير السلبي تجاه المستقبل	القلق المتعلق بالعمل	القلق المتعلق بالزواج في المستقبل	درجة كلية
القلق الذاتي	××٠,٦٠٧	××٠,٤٩٢	××٠,٥٣٧	××٠,٦٠٧
القلق الأسري	××٠,٧٠٧	××٠,٥٨٧	××٠,٧٦٠	××٠,٧٥٦
القلق الأكاديمي	××٠,٧١٠	××٠,٦٦٢	××٠,٧٥٩	××٠,٧٩٠
القلق الاجتماعي	××٠,٥٨٦	××٠,٧٣٤	××٠,٥٢٤	××٠,٧٠٢
القلق المهني	××٠,٥٩٥	××٠,٧٤٩	××٠,٥٥٤	××٠,٧٢١
قلق الصحة	××٠,٤٧٩	××٠,٦٦٥	××٠,٤٧٠	××٠,٦١٦
قلق الموت	××٠,٤٣١	××٠,٤٨٣	××٠,٤٦٨	××٠,٥١٧
درجة كلية	××٠,٧٦٥	××٠,٨١٠	××٠,٧٥٤	××٠,٨٧٣
×× دال عند مستوى (٠,٠١)				

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١).

**ثانياً ثبات المقياس : تم حساب معامل الثبات لمقياس قلق المستقبل بالطرق التالية :**

**الطريقة الأولى :** حساب معامل ثبات ألفا، فُوجِد أنه يساوي (٠,٨٣٤، ٠,٨٠١، ٠,٨٢٥، ٠,٨٢٠، ٠,٨٥٢، ٠,٨١٠، ٠,٨٠٩، ٠,٩٤٩) لأبعاد البعد الذاتي، البعد الأسرى، البعد الأكاديمى، البعد الاجتماعى، البعد المهنى، بعد الصحة، بعد الموت، الدرجة الكلية علي الترتيب، وهي معاملات ثبات مرتفعة.

**الطريقة الثانية :** طريقة إعادة تطبيق الاختبار؛ حيث قامت الباحثة بحساب ثبات درجات المقياس باستخدام طريقة إعادة التطبيق على عينة تقنين مكونة من (٣٥) من المراهقات الصم بفاصل زمنى قدره أسبوعين، وكانت معاملات الارتباط (٠,٧٨٤، ٠,٨٠٩، ٠,٧٦٩، ٠,٨١٨، ٠,٨١٢، ٠,٧٤٤، ٠,٧٧٤، ٠,٨٢٧) لأبعاد البعد الذاتي، البعد الأسرى، البعد الأكاديمى، البعد الاجتماعى، البعد المهنى، بعد الصحة، بعد الموت، الدرجة الكلية علي الترتيب، وهي معاملات ارتباط مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وتدل علي درجة مناسبة من الثبات.

وبالتالي يتمتع مقياس قلق المستقبل بدرجة مناسبة من الثبات للمقياس ككل وللأبعاد الفرعية.

**ب- الاتساق الداخلى لأبعاد مقياس قلق المستقبل:** للتحقق من اتساق محتوى المقياس ككل وارتباط أبعاده بعضها ببعض، قامت الباحثة بتعيين معامل الارتباط بين درجة مجموع كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، ويوضح الجدول التالى نتائج معاملات الارتباط.

## جدول (٤)

معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس قلق المستقبل بعضها ببعض وبينها  
وبين الدرجة الكلية للمقياس

الدرجة الكلية	بعد الموت	بعد الصحة	البعد المهني	البعد الاجتماعي	البعد الأكاديمي	البعد الأسري	البعد الذاتي	المقياس
							-	القلق الذاتي
						-	××٠,٥٥٧	القلق الأسري
					-	××٠,٧٩٥	×٠,٤٠٠	القلق الأكاديمي
				-	××٠,٦٧٠	××٠,٦٠٧	××٠,٤٤٢	القلق الاجتماعي
			-	××٠,٨٠٠	××٠,٧٢٧	××٠,٥٨٣	×٠,٣٩٥	القلق المهني
		-	××٠,٨٠٨	××٠,٧٤٨	××٠,٦٢١	××٠,٥٠٠	×٠,٤٢٠	قلق الصحة
	-	××٠,٤٣٤	××٠,٥١٤	××٠,٥٦٧	×٠,٤١٣	×٠,٣٧٦	×٠,٣٦١	قلق الموت
-	××٠,٥٧٧	××٠,٨١٦	××٠,٨٩٠	××٠,٨٨٩	××٠,٨٣٧	××٠,٨١٩	××٠,٥٨٠	الدرجة الكلية
× دال عند مستوى (٠,٠٥) ×× دال عند مستوى (٠,٠١)								

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٣٦١) إلى (٠,٨٩٠) وهى دالة عند مستوى (٠,٠٥) إلى (٠,٠١)، وفى ضوء ما يشير إليه جال وبورج وجال (Gall, Borg, & Gall, 1996) من أن معاملات الارتباط تكون مقبولة عندما تكون قيمتها  $\leq ٠,٣٠$ ؛ وبناءً عليه فإن معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس قلق المستقبل تكون مقبولة خاصة فى ضوء صغر حجم عينة التقنين (٣٥). لذلك كل معاملات الارتباط بين أبعاد قلق المستقبل بعضها ببعض دالة إحصائياً كما أن ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس دال إحصائياً أيضاً، مما يدل على قوة الاتساق الداخلى لأبعاد قلق المستقبل وللمقياس ككل. من الإجراءات السابقة يمكن الاطمئنان لصدق وثبات مقياس قلق المستقبل، وصلاحيته لقياس قلق المستقبل لدى عينة الدراسة.

## برنامج تنمية السمات الإيجابية في الشخصية لخفض قلق المستقبل لدى المراهقات الصم.

تم بناء برنامج إرشادي لتنمية السمات الإيجابية في الشخصية ومعرفة أثره في خفض قلق المستقبل لدى المراهقات الصم، ويتضمن البرنامج الحالي مجموعة من الفنيات كالمناقشة والحوار، والنمذجة، والتعزيز الإيجابي، والحديث الذاتي الإيجابي، والاسترخاء، ومجموعة من الأنشطة المتخلفة لتنمية المهارات الاجتماعية وروح التعاون لدى أفراد المجموعة التجريبية، ومجموعة من القصص لبعض المعاقين الذين تحدوا إعاقاتهم لتنمية النظرة الإيجابية للحياة، والقدرة على تحديد الأهداف، ومعرفة بعض المهارات التي لديهم لكي تساعدكم على تحقيق ما يصبوا إليه.

### نتائج الدراسة وتفسيرها:

**أولاً نتائج الفرض الأول:** للتحقق من الفرض الأول الذي ينص على أنه «توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس السمات الإيجابية لصالح المجموعة التجريبية». تم اتباع التالي: قامت الباحثة باستخدام اختبار (مان - ويتني Man - Whitney) للمجموعات المستقلة للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس السمات الإيجابية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى المراهقات الصم، وكانت النتائج كما يوضحها جدول (٥).

### جدول (٥)

الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس السمات الإيجابية لدى المراهقات الصم

أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (F)	مستوى الدلالة
(التفاؤل)	تجريبية	١٥	٢٢,٩٣	٣٤٤,٠٠	١,٠٠٠	٠,٠٠١
	ضابطة	١٥	٨,٠٧	١٢١,٠٠		
(الأمل)	تجريبية	١٥	٢٢,٩٠	٣٤٣,٥٠	١,٥٠٠	٠,٠٠١
	ضابطة	١٥	٨,١٠	١٢١,٥٠		
(الكفاءة الذاتية)	تجريبية	١٥	٢٢,٨٠	٣٤٢,٠٠	٣,٠٠٠	٠,٠٠١
	ضابطة	١٥	٨,٢٠	١٢٣,٠٠		

ويتضح من جدول (٥) أن قيم  $U$  المحسوبة للأبعاد أقل من القيمة الحرجة (٤١)، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في السمات الإيجابية وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

وهو ما يشير إلى تحقق الفرض الأول للدراسة، وترجع الباحثة نتائج الفرض الأول إلى تعرض أفراد المجموعة التجريبية لأنشطة البرنامج الإرشادي الذي تعددت فيه الأنشطة والفنيات والتي منها النمذجة والتعزيز وإعادة البناء المعرفي والتنفيس الانفعالي، وأسلوب الدعابة والفكاهة، وأنشطة متنوعة وممارسات مختلفة، وحيث أن المجموعة الضابطة لم تتعرض لأي برنامج ولم تكتسب أي من الاستراتيجيات والفنيات التي تساهم في تنمية التفاؤل والأمل والكفاءة الذاتية كما هو الحال مع المجموعة التجريبية لذلك ظلت درجات التفاؤل والأمل والكفاءة الذاتية منخفضة لدى المجموعة الضابطة عكس المجموعة التجريبية التي أظهرت تحسن ملحوظ في درجات التفاؤل والأمل والكفاءة الذاتية.

وعليه فإن تطبيق البرنامج الإرشادي على المراهقات الصم بالمجموعة التجريبية أدى إلى ارتفاع مستوى السمات الإيجابية، وأن المجموعة الضابطة التي لم تتعرض للبرنامج الإرشادي مازالت السمات الإيجابية لديهم منخفضة، وهو ما يؤكد فعالية البرنامج وبذلك يتحقق الفرض الأول.

### نتائج الفرض الثاني :

للتحقق من الفرض الثاني والذي ينص على أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس السمات الإيجابية لصالح القياس البعدي. تم اتباع الآتي:

وقامت الباحثة باستخدام اختبار (ويلكوكسون - إشارة الرتب Willcoxon-Signed Ranks Test) للمجموعات الصغيرة المرتبطة وحساب قيمة ( $Z$ ) لويلكوكسون Willcoxon، وكانت النتائج كما يوضحها جدول (٦).



## جدول (٦)

الفروق بين متوسطى رتب درجات المجموعة التجريبية (ن = ١٥) فى القياس القبلى والقياس البعدى على مقياس السمات الإيجابية لدى المراهقات الصم

أبعاد المقياس	اتجاه الفروق	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة ()	مستوى الدلالة
(التفاؤل)	السالبة	-	٠,٥٠٠	٠,٥٠٠	٣,٤١٥-	٠,٥٠١
	الموجبة	١٥	٨,٥٠٠	١٢,٥٠٠		
	المحايدة	-				
(الأمل)	السالبة	-	٠,٥٠٠	٠,٥٠٠	٣,٤١٩-	٠,٥٠١
	الموجبة	١٥	٨,٥٠٠	١٢,٥٠٠		
	المحايدة	-				
(الكفاءة الذاتية)	السالبة	-	٠,٥٠٠	٠,٥٠٠	٣,٤١٤-	٠,٥٠١
	الموجبة	١٥	٨,٥٠٠	١٢,٥٠٠		
	المحايدة	-				

ويتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٥٠١) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي، حيث ارتفع الأداء على مقياس السمات الإيجابية لصالح القياس البعدي. وهو ما يشير الى ارتفاع مستوى السمات الإيجابية لدى المراهقات الصم بالمجموعة التجريبية فى القياس البعدي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي بالمقارنة بالقياس القبلي، وبذلك يتحقق الفرض الثاني.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة إلين جونز وآخرون (Eline, Jones; et,al; 2007) والتي وأشارت إلى أهمية التدعيمات التدخلية لزيادة الكفاءة الذاتية من أجل السلوكيات الصحية لدى المراهقين الصم.

كما تتفق مع نتائج دراسة هبة حسين (٢٠٠٨) والتي أشارت النتائج إلى فعالية البرنامج المعتمد على الارشاد المعرفي السلوكي والارشاد العقلاني الانفعالي في خفض مستوى الإكتئاب عن طريق تنمية سمتي التفاؤل والأمل لدى أفراد المجموعة التجريبية.

ودراسة كينت ولاجرو (Kent, Brue; La Grow, 2007) والتي أشارت إلى أن سمة الأمل تساعد في الشعور بالتوافق النفسي لدى الأفراد ذوي الإعاقة السمعية، وأن الكفاءة الذاتية ذات تأثير على الأمل واليأس بطرق مختلفة.

وتفسر الباحثة نتائج الفرض الاول والفرض الثاني إلى تأثير البرنامج، حيث تضمن البرنامج تنمية السمات الإيجابية في الشخصية (التفاؤل، الأمل، الكفاءة الذاتية) من خلال استخدام الفنيات التالية:

المحاضرة: حيث أسهمت هذه الفنية في تنمية المعلومات والمعرفة الخاصة عن أهمية التفاؤل والأمل والكفاءة الذاتية ودورهما الفعال في التكيف الإيجابي مع أحداث الحياة المختلفة ومع المشكلات التي تقابل أفراد العينة التجريبية، وأهمية تدعيم مواطن القوة ومحاولة التعرف عليها واستثمار الطاقات والقدرات في تحقيق ما يريدون.

المناقشة والحوار: حيث كانت المناقشة والحوار تتم أثناء المحاضرات التي تلقيها الباحثة على أفراد المجموعة التجريبية، أو بعدها، وكان تتم المناقشة بين الباحثة وأفراد المجموعة التجريبية ككل، أو بين الباحثة وأحد أفراد المجموعة التجريبية في المشكلات التي يخشون حدوثها في المستقبل سواء في الأسرة، أو المدرسة، أو خاصة بحياتهم المهنية، وأسهمت هذه الفنية في إعطاء الفرصة لأفراد المجموعة التجريبية التعبير عن أنفسهم وانفعالاتهم غير السوية وعن مشكلاتهم وطموحاتهم، وأيضاً مساعدتهم في تفنيد المعتقدات والأفكار اللاعقلانية والأفكار المشوهة، وتشجيع أفراد المجموعة التجريبية على التفكير في نفسه ومن حوله بطريقة إيجابية وصحيحة مما ينمي الكفاءة الذاتية المعرفية والسلوكية.

النمذجة: تعد النمذجة استراتيجية أساسية للتعلم، وتستند إلى التعلم بالملاحظة، والذي يفترض أن الفرد قادر على أن يتعلم من الآخرين بمعنى أنه عادة ما يلاحظ تصرفاتهم في المواقف المختلفة، ويقوم بتقليد ما يلاحظه، أو يتعلمه فيتعلم أن يسلك بشكل معين، أو يغير سلوكه حتى تتفق مع متطلبات ذلك الموقف الذي يوجد فيه، وقامت الباحثة بعرض بعض النماذج التي استطاعت التغلب على إعاقته وتحقيق أهدافها وتحقيق مستويات تعليمية مرتفعة والحصول على وظائف

مرموقة : أمثال هيلين كيلر، وطه حسين، والعازفة الصماء، وتحديد كيف يمكن التعلم والاستفادة من هذه النماذج مما ينمي التفاؤل والأمل لدى أفراد المجموعة التجريبية، وأيضاً قامت الباحثة بنمذجة بعض المواقف ومعرفة كيفية التصرف تجاه هذه المواقف مع تعزيز الاستجابات الصحيحة، ومحاولة تعديل الاستجابات الخاطئة مما ينمي الكفاءة الذاتية السلوكية لدى أفراد المجموعة التجريبية.

فنية التنفيس الانفعالي: أتاحت أنشطة البرنامج الفرصة لأفراد المجموعة التجريبية التعبير عن مشاعرهم التي يشعرون بها بكل حرية وتلقائية تجاه احباطاتهم وحاجاتهم ومخاوفهم بطريقة كلامية، وتشجيع الباحثة أفراد المجموعة التجريبية تذكر المواقف الصادمة التي مروا بها وبيان أحداثها بدقة وتفصيل والتعبير عن انفعالاتهم تجاه هذه المواقف ومحاولة تعديلها والاستفادة منها مستقبلاً وكيفية التحكم فيها إيجابياً، وممارسة بعض الأنشطة المختلفة كنشاط ماذا أفعل عند الغضب، ونشاط السلبيات والإيجابيات، ونشاط التركيز، ونشاط المسبحة، وساعدت هذه الأنشطة المختلفة في تنمية الكفاءة الذاتية الانفعالية والتحكم في الانفعالات عند الغضب.

إعادة البناء المعرفي: إعادة البناء المعرفي قائمة على المخططات التي هي عبارة عن المعتقدات للتلميذة عن ذاتها ومستقبلها، وأسهمت هذه الفنية في مساعدة أفراد المجموعة التجريبية التقييم المعرفي لأفكارهم وملاحظة هذه الأفكار أثناء المواقف التي مروا بها وتقييمها إذا كانت منطقية أم لا، صحيحة أم خاطئة، ومحاولة تعديل الأفكار الغير منطقية والمعارف المشوهة كالأفكار الخاطئة الخاصة بالزواج والعمل والتعليم والحياة الاجتماعية والأسرية مما ينمي الكفاءة الذاتية المعرفية.

أسلوب الدعابة والفكاهة: أسهمت هذه الفنية في تنمية روح المرح والسعادة وبالتالي الشعور بالتفاؤل، حيث كانت توجه الباحثة أفراد المجموعة التجريبية للنظر إلى مشكلاتهم على أنها مواقف طارئة ويجعلونها موضع السخرية والفكاهة مما يخفف من ضغط هذه المشكلات ومحاولة التفكير فيها بطرق مختلفة وصحيحة.

**نتائج الفرض الثالث :**

للتحقق من الفرض الثالث والذي ينص على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي على مقياس السمات الإيجابية" تم اتباع الآتي:

قامت الباحثة باستخدام اختبار ويلكوكسن - إشارة الرتب-Willcoxson (Signed Ranks Test) للمجموعات الصغيرة المرتبطة وحساب قيمة (Z) لويلكوكسن Willcoxson وذلك بتطبيق مقياس السمات الإيجابية لدى المراهقات الصم على المجموعة التجريبية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية (القياس البعدي) وبعد مرور شهرين من التطبيق قامت الباحثة بإعادة تطبيق مقياس السمات الإيجابية للمراهقات الصم على المجموعة التجريبية (القياس التتبعي). والنتائج يوضحها جدول (٧).

**جدول (٧)**

الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية (ن=١٥) في القياس البعدي والقياس التتبعي على مقياس السمات الإيجابية لدى المراهقات الصم

أبعاد المقياس	اتجاه الفروق	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
(التفاؤل)	السالبة	٥	٣,٩٠	١٩,٥٠	-٠,٩٥٤	غير دالة
	الموجبة	٢	٤,٢٥	٨,٥٠		
	المحايدة	٨				
(الأمل)	السالبة	٥	٥,٤٠	.٢٧	-٠,٥٥١	غير دالة
	الموجبة	٤	٤,٥٠	١٨,٠٠٠٠		
	المحايدة	٦				
(الكفاءة الذاتية)	السالبة	٦	٦,١٧	٣٧,٠٠	-٠,٣٦٢	غير دالة
	الموجبة	٥	٥,٨٠	٢٩,٠٠		
	المحايدة	٤				

ويتضح من جدول (٧) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس السمات الإيجابية، وهو ما يشير إلى بقاء أثر التعلم لدى المجموعة التجريبية.

ويمكن تفسير ما توصلت إليه الباحثة من نتائج الفرض الثالث الخاص بالمجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لمقياس السمات الإيجابية، إذ ترى الباحثة أن هذه النتيجة جاءت في ضوء ما يتضمنه البرنامج من فنيات واستراتيجيات متنوعة تم من خلالها التأكيد للخبرات والمهارات والأنشطة والممارسات التي يتضمنها البرنامج المستخدم موضع الاهتمام في الدراسة الحالية وهي خبرات وممارسات أدت إلى تنمية السمات الإيجابية لدى المراهقات الصم.

#### نتائج الفرض الرابع:

للتحقق من الفرض الرابع الذي ينص على أنه «توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس قلق المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية) لصالح المجموعة التجريبية». تم اتباع التالي:

قامت الباحثة باستخدام اختبار (مان - ويتنى Man - Whitney) للمجموعات المستقلة للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس قلق المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى المراهقات الصم. وكانت النتائج كما يوضحها جدول (٨).

## جدول (٨)

الفروق بين متوسطى رتب درجات المجموعة التجريبية (ن = ١٥) والمجموعة الضابطة (ن = ١٥) فى القياس البعدى على مقياس قلق المستقبل ( الأبعاد والدرجة الكلية ) لدى المراهقات الصم

مستوى الدلالة	قيمة (F)	مجموع الرتب	متوسط الرتب	المجموعة	أبعاد المقياس
٠,٠٠١	٨,٠٠٠	١٢٨,٠٠	٨,٥٣	تجريبية	القلق الذاتى
		٣٣٧,٠٠	٢٢,٤٧	ضابطة	
٠,٠٠١	١٠,٠٠٠	١٣٠,٠٠	٨,٦٧	تجريبية	القلق الأسرى
		٣٣٥,٠٠	٢٢,٣٣	ضابطة	
٠,٠٠١	١٣,٠٠٠	١٣٣,٠٠	٨,٨٧	تجريبية	القلق الأكاديمي
		٣٣٢,٠٠	٢٢,١٣	ضابطة	
٠,٠٠١	١١,٠٠٠	١٣١,٠٠	٨,٧٣	تجريبية	القلق الاجتماعى
		٣٣٤,٠٠	٢٢,٢٧	ضابطة	
٠,٠٠١	١٦,٥٠٠	١٣٦,٥٠	٩,١٠	تجريبية	القلق المهنى
		٣٢٨,٥٠	٢١,٩٠	ضابطة	
٠,٠٠١	٦,٠٠٠	١٢٦,٠٠	٨,٤٠	تجريبية	قلق الصحة
		٣٣٩,٠٠	٢٢,٦٠	ضابطة	
٠,٠٠١	٥,٠٠٠	١٢٥,٠٠	٨,٣٣	تجريبية	قلق الموت
		٣٤٠,٠٠	٢٢,٦٧	ضابطة	
٠,٠٠١	٢,٠٠٠	١٢٢,٠٠	٨,١٣	تجريبية	الدرجة الكلية
		٣٤٣,٠٠	٢٢,٨٧	ضابطة	

ويتضح من جدول (٨) أن قيم U المحسوبة للأبعاد والدرجة الكلية أقل من القيمة الحرجة (٤١)، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في قلق المستقبل ( الأبعاد والدرجة الكلية ) وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

وترجع الباحثة هذه النتائج إلى تعرض المجموعة التجريبية للبرنامج الإرشادي الذي اعتمد على فنيات وممارسات متنوعة مما أدى إلى تنمية السمات الإيجابية في الشخصية والتي منها التفاؤل والأمل والكفاءة الذاتية والقدرة على تحديد الأهداف والثقة بالنفس في تحقيقها، وبالتالي انخفاض الشعور بالقلق من المستقبل، وحيث أن المجموعة الضابطة لم تتعرض لأي برنامج إرشادي تكتسب من خلاله الفنيات التي تساعدها على تنمية السمات الإيجابية وتخفيض الشعور بالقلق كما حدث مع المجموعة التجريبية لهذا بقيت درجات التفاؤل والأمل والكفاءة الذاتية منخفضة ودرجات قلق المستقبل مرتفعة لدى المجموعة الضابطة.

### نتائج الفرض الخامس :

للتحقق من الفرض الخامس والذي ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس قلق المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية) لصالح القياس البعدي". تم اتباع الآتي:

وقامت الباحثة باستخدام اختبار (ويلكوكسن - إشارة الرتب - Willcoxon Signed Ranks Test) للمجموعات الصغيرة المرتبطة وحساب قيمة (Z) لويلكوكسن Willcoxon، وكانت النتائج كما يوضحها جدول (٩).

### جدول (٩)

الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية (ن = ١٥) في القياس القبلي والقياس البعدي على مقياس قلق المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى المراهقات الصم

أبعاد المقياس	اتجاه الفروق	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
القلق الذاتي	السالبة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠	-٣,٤٢٢	٠,٠٠١
	الموجبة	-	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المحايدة	-				
القلق الأسري	السالبة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠	-٣,٤٢٧	٠,٠٠١
	الموجبة	-	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المحايدة	-				
القلق الأكاديمي	السالبة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠	-٣,٤٢٦	٠,٠٠١
	الموجبة	-	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المحايدة	-				

أبعاد المقياس	اتجاه الفروق	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
القلق الاجتماعي	السالبة الموجبة المحايدة	١٥ - -	٨,٠٠ ٠,٠٠	١٢٠,٠٠ ٠,٠٠	٣,٤٢٣-	٠,٠٠١
القلق المهني	السالبة الموجبة المحايدة	١٥ - -	٨,٠٠ ٠,٠٠	١٢٠,٠٠ ٠,٠٠	٣,٤٢٧-	٠,٠٠١
قلق الصحة	السالبة الموجبة المحايدة	١٥ - -	٨,٠٠ ٠,٠٠	١٢٠,٠٠ ٠,٠٠	٣,٤٢١-	٠,٠٠١
قلق الموت	السالبة الموجبة المحايدة	١٥ - -	٨,٠٠ ٠,٠٠	١٢٠,٠٠ ٠,٠٠	٣,٤١٥-	٠,٠٠١
الدرجة الكلية	السالبة الموجبة المحايدة	١٥ - -	٨,٠٠ ٠,٠٠	١٢٠,٠٠ ٠,٠٠	٣,٤١١-	٠,٠٠١

ويتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي على مقياس قلق المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية) لصالح القياس البعدي.

وهو ما يشير الى انخفاض قلق المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى المراهقات الصم بالمجموعة التجريبية في القياس البعدي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي بالمقارنة بالقياس القبلي، وبذلك يتحقق الفرض الخامس.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من:

دراسة (عبير عثمان طلبه، ٢٠١٢) والتي أشارت أنه توجد علاقة سالبة بين قلق المستقبل وكل من مستوى الطموح والتفاؤل والأمن النفسي أي أنه كلما زاد التفاؤل ومستوى الطموح والأمن النفسي لدى المعاق سمعياً ينخفض لديه الشعور



بالقلق من المستقبل، ودراسة ( بدير عبد النبي عقل، ٢٠٠٣ ) والتي أشارت إلى فعالية البرنامج الارشادي المستخدم في خفض مستوى القلق ورفع تقدير الذات لدى المراهقين الصم أفراد المجموعة التجريبية، ودراسة (منى حسين الدهان، ٢٠١٠) التي أشارت إلى وجود ارتباط دال بين المستوى المنخفض للقلق والنظرة المستقبلية الإيجابية لدى المراهق المعاق سمعياً مما يشير إلى فعالية البرنامج المعتمد على الفن التشكيلي في خفض مستوى القلق مما أدى إلى تكوين نظرة إيجابية لدى المراهق الأصم.

وأيضاً دراسة (عزيزة يحيى أحمد، ٢٠١١) والتي أظهرت النتائج انخفاض مستوى القلق الاجتماعي والقلق من المستقبل لدى أفراد المجموعة التجريبية مما يشير إلى فعالية البرنامج المعتمد على تدريبات مهارات السلوك التوكيدي.

وتفسر الباحثة نتائج الفرض الرابع والخامس إلى تعدد الفنيات والأنشطة التي هدفت إلى تنمية التفاؤل وما تتضمنه من مهارات وسلوكيات وممارسات ومنها:

- (١) التعرف على النماذج الأكثر تفاؤلاً في حياتها كالرسول صلي الله عليه وسلم.
- (٢) تكوين نظرة إيجابية للمستقبل وما يحمله من أحداث، وأنه من المفيد أن ينظر الشخص إلى الماضي والمستقبل بنظرة إيجابية لأن النظرة السلبية من الممكن أن تؤثر سلباً على حياة الفتاة.
- (٣) معرفة عدد من النماذج لديها إعاقات منها إعاقة عقلية، وإعاقة حركية، ومكفوفين، وإعاقات مزدوجة حققوا إنجازات علمية وعملية ذات مستوى عالٍ.
- (٤) التدريب على التوقع الإيجابي للأحداث والمشكلات التي تحدث للمراهقات الصم.
- (٥) تخفيض الانفعالات السلبية بشكل عام، والاهتمام بالانفعالات الايجابية، فالفرد المكتئب مثلاً يميل إلى تذكر المعلومات السلبية أكثر من تذكر المعلومات الايجابية ويعمل علم النفس الايجابي على تنمية الانفعالات الايجابية وجعلها أكثر فعالية وتأثيراً لما لها من دور في تقوية المناعة والصحة وحماية الفرد من الشعور بالوحدة والاكتئاب والقلق.

- (٦) استخدام الدعابة والفكاهة في مواجهة المواقف التي تواجه المراهقات الصم، وتكوين انفعالات ايجابية لتحل محل الانفعالات السلبية التي تركتها مشاعر القلق والتوتر.
- (٧) وتعظيم الجوانب الايجابية لدى الفرد القلق والتقليل من شأن الجوانب السلبية، فالفرد المتشائم على سبيل المثال تسيطر عليه الأفكار السلبية بينما الفرد المتفائل يتبنى الأفكار الإيجابية، ويرتفع لديه الأمل لتحقيق الأهداف.

### نتائج الفرض السادس :

للتحقق من الفرض السادس والذي ينص على أنه «لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي لمقياس قلق المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية)». تم اتباع الآتي:

وقامت الباحثة باستخدام اختبار ويلكوكسن - إشارة الرتب- Willcocxon (Signed Ranks Test) للمجموعات الصغيرة المرتبطة وحساب قيمة ( $Z$ ) لويلكوكسن Willcocxon وذلك بتطبيق مقياس قلق المستقبل لدى المراهقات الصم على المجموعة التجريبية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الارشادي على المجموعة التجريبية (القياس البعدي) وبعد مرور شهرين من التطبيق قامت الباحثة بإعادة تطبيق مقياس قلق المستقبل للمراهقات الصم على المجموعة التجريبية (القياس التتبعي). وكانت النتائج كما يوضحها جدول (١٠):

## جدول (١٠)

الفروق بين متوسطى رتب درجات المجموعة التجريبية (ن=١٥) فى القياس البعدى والقياس التتبعى على مقياس قلق المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى المراهقات الصم

أبعاد المقياس	اتجاه الفروق	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة ( )	مستوى الدلالة
القلق الذاتى	السالبة	٤	٦,٢٥	٢٥,٠٠	٠,٢٥٧-	غير دالة
	الموجبة	٦	٥,٠٠	٣٠,٠٠		
	المحايدة	٥				
القلق الأسرى	السالبة	٣	٤,٠٠	١٢,٠٠	٠,٨٥٢-	غير دالة
	الموجبة	٥	٤,٨٠	٢٤,٠٠		
	المحايدة	٧				
القلق الأكاديمى	السالبة	٤	٥,٨٨	٢٣,٥٠	٠,٤١٤-	غير دالة
	الموجبة	٦	٥,٢٥	٣١,٥٠		
	المحايدة	٥				
القلق الاجتماعى	السالبة	٦	٥,٠٨	٣٠,٥٠	٠,٢٢٦-	غير دالة
	الموجبة	٥	٧,١٠	٣٥,٥٠		
	المحايدة	٤				
القلق المهني	السالبة	٤	٦,٢٥	٢٥,٠٠	٠,٧٢٦-	غير دالة
	الموجبة	٧	٥,٨٦	٤١,٠٠		
	المحايدة	٤				
قلق الصحة	السالبة	٣	٤,٥٠	١٣,٥٠	١,٠٩٥-	غير دالة
	الموجبة	٦	٥,٢٥	٣١,٥٠		
	المحايدة	٦				
قلق الموت	السالبة	٢	٥,٢٥	١٠,٥٠	٠,٦٠٢-	غير دالة
	الموجبة	٥	٣,٥٠	١٧,٥٠		
	المحايدة	٨				
الدرجة الكلية	السالبة	٤	٣,١٣	١٢,٥٠	١,١٨٦-	غير دالة
	الموجبة	٥	٦,٥٠	٣٢,٥٠		
	المحايدة	٦				

ويتضح من جدول (١٠) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس قلق المستقبل (الأبعاد والدرجة الكلية)، وهو ما يشير إلى بقاء أثر التعلم لدى المراهقات الصم بالمجموعة التجريبية.

ويمكن تفسير ما توصلت إليه الباحثة من نتائج الفرض السادس الخاص بالمجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس قلق المستقبل، إذ ترى الباحثة أن هذه النتيجة جاءت في ضوء ما يتضمنه البرنامج من فنيات واستراتيجيات وأساليب وتدرجات تم من خلالها التأكيد على الخبرات والمهارات والأنشطة والممارسات التي يتضمنها البرنامج المستخدم موضع الاهتمام في الدراسة الحالية وهي خبرات وممارسات أدت إلى تنمية التفاؤل والأمل والكفاءة الذاتية، وبالتالي انخفاض مستوى القلق من المستقبل لدى المراهقات الصم.

أما عن استمرارية تأثير البرنامج التدريبي في خفض مستوى قلق المستقبل لدى المراهقات الصم فتري الباحثة أنها ترجع إلى تنوع الأنشطة والمحاضرات والفنيات التي قدمتها الباحثة لأفراد المجموع التجريبية، فضلاً عن استمرار البرنامج لمدة أطول نسبياً بلغت فصل دراسي كامل تقريباً شهرين ونصف وهو ما عزز من قدرة البرنامج على تحقيق أهدافه، كما تكشف هذه النتائج عن استخدام برنامج يعتمد على تنمية السمات الإيجابية وتدعيم نقاط القوة، وليس الاهتمام بنقاط الضعف فقط، وتنوع الفنيات ما بين الحديث الذاتي الإيجابي، النمذجة، التعزيز، وأسلوب الدعابة والفكاهة، وإعادة البناء المعرفي، أسهم كل هذا في فاعلية البرنامج لمدة أطول بالمقارنة بالبرامج التي تعتمد على فنيات قليلة، أو غير متنوعة، والبرنامج قد درب أفراد المجموعة التجريبية على بعض المهارات والممارسات وطرق الحل التي اكتسبوها، وصارت جزء من بنائهم المعرفي.

### توصيات البحث:

في ضوء ما انتهت إليه الدراسة الحالية فإنه يمكن اقتراح عدد من التوصيات في ما يلي:

- (١) ضرورة أن تتضمن مناهج ذوي الإعاقة السمعية أنشطة تتطلب التعرف على القدرات والمويل ومواطن القوة لدى الفتاة الصماء.

- (٢) ضرورة أن تتضمن الكتب الدراسية بمناهج الأمل للصم أنشطة متنوعة تقوم على توظيف ما تبقى لدى الفتاة الصماء من حواس وأهمها حاسة البصر.
- (٣) ضرورة أن تحتوي المناهج الدراسية موضوعات تدور حول المعاق سمعياً ومشكلاته الاجتماعية والنفسية والسلوكية وأن تركز على حاجاته واهتماماته.
- (٤) تزويد المعاقين أنفسهم بالمهارات المطلوبة في سوق العمل بصورة تحسن قدرتهم على المنافسة، من خلال التنسيق بين السياسات والمناهج التعليمية وخطط التنمية لتقليل الفجوة بين النتائج النهائي للعملية التعليمية وسوق العمل.

### بحوث مقترحة:

- (١) فعالية برنامج قائم على استراتيجيات التفكير الإيجابي لتنمية بعض السلوكيات الإيجابية لدى المراهقات الصم.
- (٢) دراسة مقارنة لقلق المستقبل لدى عينات متباينة من الصم والمكفوفين والمعاقين حركياً.
- (٣) فعالية برنامج للدعم النفسي الإيجابي لأمهات المراهقات الصم وأثره على قلق المستقبل لديهن.
- (٤) فعالية برنامج قائم على تنمية الجوانب الإيجابية لخفض السلوك العدواني لدى الصم.
- (٥) فعالية برنامج قائم على تنمية السمات الإيجابية في الشخصية لتنمية الثقة بالنفس لدى المراهقات الصم.

## المراجع

- إبراهيم محمد شعير (٢٠١٥). تعليم ذوي الإعاقة السمعية مبادئه ووسائله ومعايير جودته. القاهرة: المكتبة العصرية للنشر.
- إبراهيم محمد شعير (٢٠٠٨). التدريس للفئات الخاصة. المنصورة: عامر للطباعة والنشر.
- أحمد السيد محمد إسماعيل (٢٠٠١). العلاقة بين التفاوض والتشاؤم وبعض المتغيرات النفسية لدى عينة طلاب جامعة أم القرى. المجلة التربوية، مجلة جامعة الكويت، ٦ (١٥)، ٥١-٨١.
- أحمد محمد عبد الخالق (١٩٩٨). التفاوض وصحة الجسم " دراسة عامليه ". مجلة العلوم الاجتماعية، ٢٦ (٢)، ٤٥-٦١.
- أرون بيك (٢٠٠٠). العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية. ترجمة: عادل مصطفى، القاهرة: دار الآفاق العربية.
- الفيروز آبادي (٢٠٠٣). القاموس المحيط (ط٧). القاهرة: مؤسسة الرسالة للطباعة.
- أمانى محمد رائد خليل النجار (٢٠١٣). فعالية برنامج علاجي قائم على أنشطة اللعب لتخفيف قلق المستقبل وأثره في تحسين مستوى الطموح لدى المراهقات الصغار ضعاف السمع. مجلة كلية التربية ببها، عدد (٩٤)، إبريل، ٢٤ (١)، ١٥٨-٢٠٥.
- إيمان محمد صبري اسماعيل (٢٠٠٣). بعض المعتقدات الخرافية لدى المراهقين وعلاقتها بقلق المستقبل والدافعية للإنجاز. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ١٣ (٣٨)، ٥٣-٩٩.
- أيهم علي الفاعوري (٢٠٠٧). قلق المستقبل لدى عينة من ذوي الاحتياجات الخاصة والسامعين. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة دمشق.
- بيتير، ن، نوفاليس (١٩٩٨). العلاج النفسي التدميمي (ترجمة: لطفي فطيم، عادل دمرداس). المجلس الأعلى للثقافة.
- جبر محمد جبر (٢٠١٣). علم النفس الإيجابي. ط٢، الإسماعيلية: دار الربيع.
- حسن عبد الفتاح الفنجري (٢٠٠٨). فاعلية استخدام استراتيجيات علم النفس الإيجابي في التخفيف من قلق المستقبل. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ١٨ (٥٨)، ٣٤-٧٧.

- زينب محمود شقير (٢٠٠٥) : مقياس قلق المستقبل. القاهرة: مكتبة النهضة.
- سميرة أبو الحسن عبد السلام (٢٥ - ٢٧ ديسمبر ٢٠٠٥) : فاعلية برنامج إرشادي في خفض قلق المستقبل لدى المراهقين المعاقين بصرياً. المؤتمر السنوي الثاني عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ١١٥٢ - ١٢٣٦.
- سناء منير مسعود (٢٠٠٦). بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة طنطا.
- طارق عبد الرؤوف عامر، وربيع عبد الرؤوف محمد (٢٠٠٨). الإعاقة السمعية. القاهرة: طيبة للنشر والتوزيع.
- عاطف مسعد الحسيني (٢٠١١). قلق المستقبل والعلاج بالمعنى. القاهرة: دار الفكر العربي.
- عادل عبد الله محمد (٢٠٠٤). الإعاقة الحسية. القاهرة: دار الرشاد.
- عبد الستار إبراهيم (٢٠١١). العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث "أساليبه وميادين تطبيقه. طه، القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- عبد الرحمن سيد سليمان (٢٠٠١). سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة "المفهوم والفئات". جزء (١)، القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- عبير محمد عثمان طلبة (٢٠١٢). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والديموجرافية لدى عينة من ضعاف السمع، رسالة ماجستير، كلية الدراسات الانسانية، جامعة الأزهر.
- عزيزة يحي أحمد أحمد (٢٠١١). فعالية برنامج إرشادي للتدريب على مهارات السلوك التوكيدي في تحسين بعض الخصائص النفسية للأطفال ذوي الإعاقة السمعية. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ.
- فايزة السيد مكرومي (١٩٩٨). اختبار الذكاء غير اللفظي للصم. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- فتحي مصطفى الزيات (٢٠٠١). علم النفس المعرفي "مداخل ونماذج ونظريات" جزء ٢، القاهرة: دار الناشر للجامعات.
- فؤاد حامد المواهي وفوقية محمد راضي (٢٠٠٤). سيكولوجية الإعاقة السمعية والبصرية. المنصورة: دار الحارثي للطباعة.

فوقية حسن رضوان (٢٠٠٦). الإعاقة الصحية. القاهرة: دار الكتاب الحديث.  
مارتن سليجمان (٢٠٠٦). السعادة الحقيقية. " استخدام الحديث في علم النفس الإيجابي". ترجمة: صفاء الأعرس، علاء الدين كفاي، عزيزة السيد، فيص يونس. القاهرة: دار العين للنشر.

مدحت عبد العزيز أبو زيد (٢٠٠٨). العلاج النفسي وتطبيقاته الجماعية. جزء ٣، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

محمد بن علي مساوي المعشي (٢٠١٢). قلق المستقبل لدى الطالب المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات. دراسات تربوية ونفسية، مجلة كلية التربية، الرقازيق، ٣٠٦ - ٢٧٩، ٧٥.

محمد عسلىة، وأنور البنا (٢٠١١). فاعلية برنامج في البرمجة اللغوية العصبية في خفض قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الأقصى المنتسبين للتنظيمات بمحافظة غزة. مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الإنسانية، كلية التربية، جامعة الأقصى، فلسطين، ٢٥، (٥)، ١١١٩ - ١١٥٨.

محمود خليل أبو الدف (٢٠١١). منهاج الدعم النفسي في القرآن الكريم وكيفية الاستفادة منه في الواقع الفلسطيني المعاصر. مجلة الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين، ١٩، (٢)، ٤٧ - ٩٠.

محمود محي الدين سعيد العشري (٢٥ - ٢٧ ديسمبر ٢٠٠٤). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية " دراسة حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان. المؤتمر السنوي الحادي عشر مجلد أول، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.

محمد بيومي خليل (٢٠٠٠). مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي المطور للأسرقي: محمد بيومي خليل: سيكولوجية العلاقات الأسرية. القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.

منال عبد الخالق جاب الله (٢٠٠٩). التوجهات المستقبلية كدالة للتنبؤ بالكفاية الذاتية والتوقعات الوالدية لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين والسامعين. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ١٩، (٦٤)، ٣٠٧ - ٣٥٦.

هالة عبد القادر عبد العظيم (١٩٩٩). المشكلات السلوكية للطفل الأصم. رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.



هبة حسن إسماعيل طه (٢٠٠٨). تمية التفاضل والأمل مدخل لخفض الأعراض الاكتئابية لدى عينة من ضعاف السمع، رسالة دكتوراه، كلية البنات للآداب والعلوم التربوية، جامعة عين شمس.

وليد السيد أحمد خليفة، ومراد على عيسى سعد، والسعيد عبد الخالق عبد المعطي (٢٠١١). الاتجاهات الحديثة في الصم " المفاهيم، النظريات، التطبيقات). الإسكندرية: دار الوفاء.

يحي حسين القطاونة (٢٠١٣). مشكلات الطلبة ذوي الإعاقة السمعية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية. مجلة كلية التربية ببها، (٩٥)، ٣٠٣ - ٣٣٤.

- Bandura, A(1998). Exploration of fortuitous determinants of life paths . *Psychological Inquiry*, 1, (9), 95- 115.
- Bandura, A. (1997). *Self- Efficacy : the exercise of control* . Stanford University. New York, W H, Freeman and Company.
- Bradley, J; Jaime ,L& Melissa, K(2009). Team level positivity: Investigating positive psychological capacities and team level outcomes. *Journal Of Organizational Behavior*, 30,(2), 249-267.
- Carr, E, G (2007). The expanding vision of positive behavior suort. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 9, (1), 3- 14.
- Gregory ,S & Handle, P( 1996). An(tation: communication strategies for deaf children . *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 137, (8), 895- 905.
- Huijun, Li & francs, P (2010). Deaf and hard of hearing children and adolescents in china: Their fears and Anxieties, *American Annals of the Deaf*, 155, N4, 458- 466.
- Kent, B & Steven, L, G (2007). The role of hope in adjustment to acquired hearing loss. *International Journal of Audiology*, 46, ( 6), 328- 340.
- Kna, J. E.,(1996). Hopelessness and personality dimensions in deaf and hearing loss adults. *Indian Journal of psychiatry*, 39, ( 3, p 130- 145.

- Lersilp, Th. (2006). *Anxiety in deaf high school students about the future education and career: Pilot study of a school for the deaf, Chiang Mai ,province, Thailand*, Faculty of the Master of Science program in Secondary education of students who are deaf and hard of hearing, National Technical Institute for the Deaf, Rochester Institute of Tech(logy. 1-33.
- Limaye ,S. (2008).The inner world of adolescent girls with hearing impairment : two case studies . *Indian Journal Of Gender Studies*. 15, ( 2; ; 387- 406.
- Luthans, F ; Steven, M; Bruce, J& James, B (2008). The mediating role of psychological capital in the suortive organizational climate employee performance relationship. *Journal of Organizational Behavior*, 29, 219-238.
- Luthans, F& Cadyn, M. Y ( 2004). Human, social and (w positive psychological capital management: Investing in people for competitive advantage. *Organizational Dynamics*, 33, ( 2, 143-160.
- Luthans, F; Youssef, C. M& Aio, B. J ( 2007). *Psychological capital development the human competitive* . (4<sup>rd</sup> ed.), New York: Oxford University Press.
- Macleod, A.K & Byrne, A(1996).Anxiety, depression and the anticipation of future positive and negative. *Journal of Ab(rmal Psychology*, 102, (2), 286- 289.
- Mcdermott, D; Snyder, C. R(2000). *The great big book of hope* . Oakland, C A: New Harbinger Publication, U. S. A.
- Newell, R, J& Ryzin, M, V(2003). Rigor, Relevance and relationships educational reform: the story of the hope study. *Hling creat and sustain, great small schools*. 1-7.
- Pei-Ling, L; Shi-Hva, H& Shang- Qing, L(2013). Regulatory emotional self-efficacy and coping style in deaf- mute students chines. *Chinese Mental Health Journal*. 27, ( 1) 64- 68.

- Rinat, M ; Tova, M& Rachel G, C (2011). Chapters, self-efficacy in the management of anticipated work family conflict as a resilience factor among young deaf adults. Zan, Debra H(ed) ; Pierce, Kutherin J ed . *Resilience in deaf children; Adaptive through emerging Adulthood* ,New York, Springer Science Business Media, 341- 357.
- Seligman, M. (1991). *Learned optimism*, 264- 270: In ; Butler, Bowden (2003). 50 Self- Help classics. Finland: WS Bookwell.
- Seligman, M; Kaslow, N; Alloy, L; Peterson, C; Tanenbaum, R & Abramson, L(1984). Attribution style and depressive symptoms among children. *Journal of Ab(rmal Psychology*, 93, 235- 238.
- Shell, D & Husman, J. (2001). The multivariate dimensionality of personal control and future time perspective belief in achievement and self- regulation . *Contemporary Educational Psychology*, 32, (6), 481- 506.
- Sheerd, J. A (2001). Pessimism and Hopelessness of hearing disability. *Journal of Counseling Psychology*, 15, ( 6), 551- 556.
- Snyder, C.R (1994). *The psychology of hope : You can get there from here* . New York: NY, The Free Press.
- Snyder, C; Lopez, S& Pedrotti, J (2011). *Positive psychology the scientific and practical exploration of human strengths*. 2<sup>nd</sup> edition, U .S. A: Library of Congress Cataloging.
- Turner, S. M (2005).Introversion and physical disability problems. *Journal of Clinical psychology*, 64, 65-66.
- Zahavy, A, D& Somech, A (2002). Coping with health problems : The distinctive relationships of hope sub- scales with constructive thinking and resource allocation. *Journal of Personality and Individual Differences*, 33, 103- 117.

Zaleski, Z. (1996). Futur anxiety: Concept measurement and preliminary research. *Person individual difference*, 21, (2), 165- 174.

**تقييم برامج التأهيل المهني وفق المعايير الدولية لضمان الجودة  
المقدمة لذوي الإعاقات البصرية في مراكز التأهيل  
المهني في الأردن من وجهة نظر المدرسين**

**د . محمد مفضي الدرابكة**  
أستاذ مساعد قسم التربية الخاصة  
كلية التربية - جامعة حائل

**د . مصلح عبدالله البطوش**  
أستاذ مساعد قسم التربية الخاصة  
كلية التربية - جامعة حائل