

## **الفصل الخامس**

### **نتائج الدراسة ومناقشتها**

**أولاً : نتائج الدراسة ،**

**ثانياً : مجمل نتائج الدراسة ،**

**ثالثاً : مناقشة نتائج الدراسة ،**

**رابعاً : توصيات وبحوث مقتربة ،**

### تمهيد :

تتناول الباحثة في هذا الفصل عرض نتائج الدراسة ومناقشتها، وتبدأ الباحثة بعرض المعالجات الإحصائية التي اتبعتها في التوصل إلى نتائج الدراسة، والتي تمثلت في اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test للكشف عن دلالة واتجاه الفروق بين متوسطات رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة بعد تطبيق البرنامج، وقياس ما بعد المتابعة.

وبعد استعراض النتائج الإحصائية التي تم التوصل إليها، تقوم الباحثة بإيضاح مجمل نتائج الدراسة، كإجابة على فروضها والتأكيد من تحققها من عدمه، وبعد إيجاز نتائج الدراسة، تقوم الباحثة بمناقشة هذه النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات والبحوث السابقة التي تم عرضها، وفي ضوء ملاحظات الباحثة لما طرأ من تغيير كيفي على أفراد مجموعة البحث بعد تطبيق البرنامج، مثل هذا التغير الكيفي لا يمكن استنتاجه من الجداول الإحصائية، وأخيراً تختتم الباحثة هذا الفصل الختامي الهام من الدراسة ببعض التوصيات والبحوث المقترحة.

### أولاً : نتائج الدراسة :

للوصول إلى نتائج الدراسة الحالية، استخدمت الباحثة الإحصاء الlaparametric بعد التأكيد من توفر شروط استخدام الإحصاء laparametric على بيانات الدراسة، وتلخص الباحثة نتائج الدراسة كما يلي :

- ١ - دلالة واتجاه الفروق بين متوسطي رتب درجات القياس القبلي والقياسي البعدي، على مقاييس مهارات الاستقلال الذاتي، بعد تطبيق البرنامج (القياس البعدي).

### الفرض الأول :

يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات القياس القبلي والقياس البعدى لمجموعة الدراسة على مقاييس مهارات الاستقلال الذاتي بأبعاده الفرعية (الوعي بالذات ، الاختيار ، حل المشكلات البنخشصية ، اتخاذ القرار ، الدفاع عن الذات)، لصالح القياس البعدى .

وللكشف عن دلالة واتجاه الفروق بين متوسطي رتب درجات القياسيين القبلي والبعدى لمجموعة الدراسة فى مهارات الاستقلال الذاتى، قامت الباحثة باستخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test وتلخص الباحثة ما توصلت إليه من نتائج، فى الجدول الآتى :

جدول (١٩)

نتائج حساب قيمة "Z" لمتوسطي رتب درجات القياسيين القبلي والبعدى لمجموعة الدراسة فى مهارات الاستقلال الذاتي (الدرجة الكلية)

القياس	نوع القياس	المتوسط	توزيع الرتب	متوسطات الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	بعدى	٩٠.٣٧٥	الرتب الموجبة	٤٠.٥	٣٦	٢٠.٥٢٧	٠.٠١
الدرجة الكلية	قبلي	٦٠.١٢٥	الرتب السالبة	صفر	صفر	-	

ويتبين من الجدول السابق وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١)، بين متوسطي رتب درجات القياسيين القبلي والبعدى لمجموعة الدراسة فى مهارات الاستقلال الذاتي (الدرجة الكلية)، وذلك فى اتجاه القياس البعدى . وللكشف عن دلالة واتجاه الفروق بين متوسطات درجات القياسيين القبلي والبعدى فى كل بعد من أبعاد مقاييس مهارات الاستقلال الذاتى، قامت الباحثة

باستخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon ، وتلخص الباحثة ما توصلت إليه من نتائج في الجدول التالي :

جدول (٢٠)

**نتائج حساب قيمة "Z" لمتوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في أبعاد مقاييس مهارات الاستقلال الذاتي**

أبعاد المقياس	نوع القياس	المتوسط	توزيع الرتب	متوسطات الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الوعي بالذات	قبلي	١٤.١٤٣	السلالية	٤.٥	٣٦	٢.٥٩٨-	٠.٠١
	بعدي	١٩.٨٥٧	الموجبة	٤.٥	٣٦	٢.٥٩٨-	٠.٠١
الاختيار	قبلي	١٢.١٤٣	السلالية	٤.٥	٣٦	٢.٥٢٧-	٠.٠١
	بعدي	١٨.١٤٣	الموجبة	٤.٥	٣٦	٢.٥٢٧-	٠.٠١
حل المشكلات البنية الشخصية	قبلي	٩.٧١	السلالية	٤.٥	٣٦	٢.٥٤٦-	٠.٠١
	بعدي	١٥.٢٩	الموجبة	٤.٥	٣٦	٢.٥٤٦-	٠.٠١
اتخاذ القرار	قبلي	١١.٥٧	السلالية	٤.٥	٣٦	٢.٥٣٩-	٠.٠١
	بعدي	١٧.٥٧	الموجبة	٤.٥	٣٦	٢.٥٣٩-	٠.٠١
الدافع عن الذات	قبلي	١٣.٨٥٧	السلالية	٤.٥	٣٦	٢.٥٣٠-	٠.٠١
	بعدي	٢١.٠٠	الموجبة	٤.٥	٣٦	٢.٥٣٠-	٠.٠١

ويوضح من الجدول السابق ما يلي :

- وجود فرق دال إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠١)، بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في مهارة الوعي بالذات ، وذلك في اتجاه القياس البعدي .
- وجود فرق دال إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠١)، بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في مهارة الاختيار ، وذلك في اتجاه القياس البعدي .
- وجود فرق دال إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠١)، بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في مهارة حل المشكلات البنية الشخصية (الاجتماعية) ، في اتجاه القياس البعدي .

- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (.٠٠١)، بين متواضط درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في مهارة اتخاذ القرار ، في اتجاه القياس البعدى .
- وجد فرق دال إحصائياً عند مستوى (.٠٠١) ، بين متواسطي درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في مهارة الدفاع عن الذات ، وذلك في اتجاه القياس البعدى .

من خلال نتائج الجدولين (١٩)، (٢٠) يتضح تحقق الفرض الأول للدراسة:

**٢ دلالة واتجاه الفرق بين متواسطي رتب درجات القياس القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في مقياس جودة الحياة بأبعاده الفرعية .**

**الفرض الثاني :**

يوجد فرق دال إحصائياً بين متواسطي رتب درجات القياس القبلي والقياس البعدى على مقياس جودة الحياة بأبعاده الفرعية، لمجموعة الدراسة، وذلك في اتجاه القياس البعدى .

وللكشف عن دلالة واتجاه الفروق بين متواسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في مقياس جودة الحياة، استخدمت الباحثة اختبار ويلكوكسون Wilcoxon ، ويخلص الجدول التالي ما توصلت إليه الباحثة من نتائج:

#### جدول (٢١)

**نتائج حساب قيمة "Z" لمتوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في جودة الحياة (الدرجة الكلية)**

القياس	نوع القياس	المتوسط	توزيع الرتب	متوسطات الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة	قبلي	٤٤.٥	السلالية	صفر	٣٦	٢.٥٢٧-	.٠٠١
	بعدي	٦٣.٧٥	الموجبة	صفر	٤٠.٥		

ويتبين من الجدول السابق وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى (.٠٠١) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في جودة الحياة (الدرجة الكلية)، وذلك في اتجاه القياس البعدى .

وللكشف عن دلالة واتجاه الفرق بين متوسطي درجات القياس القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في كل بعد من أبعاد مقياس جودة الحياة، استخدمت الباحثة اختبار ويلكوكسون Wilcoxon ، وتلخص الباحثة ما توصلت إليه من نتائج في الجدول الآتي :

#### جدول (٢٢)

**نتائج حساب قيمة "Z" لمتوسطي رتب درجات القياس القبلي والقياس البعدى لمجموعة الدراسة فى أبعاد مقياس جودة الحياة**

أبعاد المقياس	نوع القياس	المتوسط	توزيع الرتب	متوسطات الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
العلاقات الأسرية	قبلي	٩.٧٥	السلبية	٤.٥	٣٦	٢.٥٨٨-	٠.٠١
	بعدي	١٣.٧٥	الموجبة	٤.٥	٣٦	٢.٥٨٨-	٠.٠١
الوجود الانفعالي الأفضل	قبلي	٧.٨٨	السلبية	٤.٥	٣٦	.٢-٦٤	٠.٠١
	بعدي	١٢.١٣	الموجبة	٤.٥	٣٦	.٢-٦٤	٠.٠١
الوجود البدني الأفضل	قبلي	٧.٢٥	السلبية	٤.٥	٣٦	٢.٥٦-	٠.٠١
	بعدي	١٠.٣٨	الموجبة	٤.٥	٣٦	٢.٥٦-	٠.٠١
وقت الفراغ	قبلي	٨.١٣	السلبية	٤.٥	٣٦	٢.٥٩-	٠.٠١
	بعدي	١١.٣٨	الموجبة	٤.٥	٣٦	٢.٥٩-	٠.٠١
الاندماج المجتمعي	قبلي	١١.٥	السلبية	٤.٥	٣٦	٢.٥٦-	٠.٠١
	بعدي	١٦.١٣	الموجبة	٤.٥	٣٦	٢.٥٦-	٠.٠١

ويتبين من الجدول السابق ما يلى :

- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (.٠٠١)، بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في بعد العلاقات الأسرية لجودة الحياة، في اتجاه القياس البعدى .

- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (.٠٠١)، بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في بعد الوجود الانفعالي الأفضل لمقياس جودة

الحياة، في اتجاه القياس البعدي .

- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (.٠٠١) ، بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في بعد الوجود البدني الأفضل لمقياس جودة الحياة، في اتجاه القياس البعدي .

- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (.٠٠١)، بين متوسطي رتب القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في بعد وقت الفراغ لمقياس جودة الحياة، في اتجاه القياس البعدي .

- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (.٠٠١)، بين متوسطي رتب القياسين القبلي والبعدي لمجموعة الدراسة في بعد الاندماج المجتمعي لمقياس جودة الحياة، في اتجاه القياس البعدي .

من خلال الجدولين (٢١)، (٢٢) يتضح تحقق الفرض الثاني للدراسة .

٣- دلالة واتجاه الفرق بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي وبعد انتهاء شهر من انتهاء البرنامج (قياس المتابعة ) لمجموعة الدراسة في مقياس مهارات الاستقلال الذاتي .

### الفرض الثالث :

لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياس البعدي وقياس المتابعة لمجموعة الدراسة، على مقياس مهارات الاستقلال الذاتي .

وللحذر من صحة هذا الفرض، تم استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon وتلخص الباحثة في الجدول التالي ما توصلت إليه من نتائج :

**جدول (٢٣)**

**نتائج حساب قيمة "Z" لمتوسطي رتب درجات القياسين البعدى والمتابعة  
لمجموعة الدراسة فى مقياس مهارات الاستقلال الذاتى**

مستوى الدلالة	Z قيمة	مجموع الرتب	متوسطات الرتب	توزيع الرتب	المتوسط	نوع القياس	القياس
غير دالة	١.٧٢-	٢٤-	٤.٨	السلالية	٩٠.٣٧٥	البعدى	الدرجة الكلية لمقياس مهارات الاستقلال الذاتي

وينتضح من الجدول السابق عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين البعدى وما بعد المتابعة ( مدتها شهر ) لمجموعة الدراسة فى مهارات الاستقلال الذاتى وه و ما يشير إلى تحقق الفرض الثالث من فروض الدراسة .

٤- دلالة واتجاه الفرق بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدى وبعد انتهاء شهر من انتهاء البرنامج (قياس المتابعة) لمجموعة الدراسة فى مقياس جودة الحياة .

**الفرض الرابع :**

لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياس البعدى وقياس المتابعة لمجموعة الدراسة، على مقياس جودة الحياة .

وللحقيق من صحة هذا الفرض، استخدمت الباحثة اختبار ويلكوكسون ، وتلخص الباحثة ما توصلت إليه من نتائج الجدول التالي :

**جدول (٤)**

**نتائج حساب قيمة "Z" لمتوسطي رتب درجات القياسين البعدى والمتابعة  
لمجموعة الدراسة فى مقياس جودة الحياة**

القياس	نوع القياس	المتوسط	توزيع الرتب	متوسطات الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة	البعدى	٦٣.٧٥	السلالية	٣.٩	١٩٠.٥	١.٩١-	غير دالة
	المتابعة	٦٢.٦٢٥	الموجبة	١.٥	١٠.٥		

ويتضح من الجدول السابق عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدى، وما بعد المتابعة (مدتها شهر) لمجموعة الدراسة فى مقياس جودة الحياة، وهو ما يشير إلى تحقق الفرض الرابع للدراسة.

**ثانياً : مجل نتائج الدراسة :**

**توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية :**

- ١ - يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى ٠٠٠١ بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدى لمجموعة الدراسة، على مقياس مهارات الاستقلال الذاتي (الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية)، فى اتجاه القياس البعدى، وهو ما يشير إلى تحقق الفرض الأول من فروض الدراسة.
- ٢ - يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى (٠٠٠١) بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدى لمجموعة الدراسة، على مقياس جودة الحياة (الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية)، فى اتجاه القياس البعدى وهو ما يشير إلى تتحقق الفرض الثاني من فروض الدراسة.
- ٣ - لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدى والمتابعة لمجموعة الدراسة ، على مقياس مهارات الاستقلال الذاتي . وهو ما يشير إلى تتحقق الفرض الثالث من فروض الدراسة.

٤ - لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسيين البعدى والمتابعة لمجموعة الدراسة، على مقياس جودة الحياة وهو ما يشير إلى تحقق الفرض الرابع.

### ثالثاً : مناقشة نتائج الدراسة :

انقسمت نتائج الدراسة بحسب متغيرات البحث إلى نتائج خاصة بمهارات الاستقلال الذاتي (نتائج الفرض الأول والفرض الثالث ) ، ونتائج خاصة بجودة الحياة (نتائج الفرض الثاني والفرض الرابع ) ، وسوف تقوم الباحثة بمناقشة نتائج الدراسة طبقاً لهذا التقسيم :

#### ١-مناقشة نتائج تربية مهارات الاستقلال الذاتي :

أشارت نتائج المعالجة الإحصائية للبيانات إلى تأثير البرنامج الإرشادي المستخدم في تربية مهارات الاستقلال الذاتي لدى أفراد مجموعة الدراسة من المراهقين المعاقين عقلياً القابلين للتعلم . فقد اتضحت فاعلية البرنامج الإرشادي من خلال وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات القياسيين القبلي والبعدى في مهارات الاستقلال الذاتي، بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، لصالح القياس البعدى (نتيجة الفرض الأول)؛ كما أكدت النتائج استمرار فاعلية البرنامج وبقاء أثر المهارات المتعلمة لدى مجموعة الدراسة، إلى ما بعد فترة المتابعة، حيث كشفت النتائج عن عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات القياسيين البعدى وما بعد المتابعة لمجموعة الدراسة، في مهارات الاستقلال الذاتي (نتيجة الفرض الثالث) .

وتنتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسات كل من نيزو ونيزو (Nezo, & Nezo, 1991)، ودراسة إبرى وأخرون (Abery, et al., 1995)، ودراسة ويمير وبولدينج (Bang, 2004)، ودراسة بانج (Wehmeyer, & Bolding , 2001)، ودراسة جلاجو (Glago, O'Reilly, eta l., 2004) ، ودراسة جلاجو

(2005)، والتي استهدفت تنمية مهارات الاستقلال الذاتي، أو إحدى المهارات فقط، وذلك باستخدام برامج متعددة في الفنيات والاستراتيجيات والأنشطة المستخدمة.

وقد حقق البرنامج في الدراسة الحالية فاعلية في تنمية مهارات الاستقلال الذاتي التي قام عليها البرنامج وهي مهارات الوعي بالذات، والاختيار، وحل المشكلات البينشخصية (الاجتماعية)، واتخاذ القرار، والدفاع عن الذات، والتي تم تحديدها على أنها هامة بالنسبة للمراهقين المعاقين عقلياً القابلين للتعلم في الدراسة الحالية، وذلك بناءً على الإطار النظري والدراسات السابقة واستطلاع أولياء الأمور والعاملين في المجال . وقد نجح البرنامج في تحقيق نتائج إيجابية بسبب تضافر مجموعة من العوامل المسهمة في تحقيق ذلك، وترى الباحثة أن اختيار مجموعة المهارات وترتيبها يعد في حد ذاته عاملًا مسهماً في نجاح البرنامج، فلم تكن المهارات منعزلة عن بعضها البعض في أسلوب العمل؛ بل متداخلة بحيث يفيد اكتساب أحدها في تيسير اكتساب المهارة التالية لها وهكذا .

ومن أهم العوامل المسهمة في نجاح البرنامج أيضاً هو ارتباط مواقف التدريب على المهارات بحياة المراهقين المعاقين عقلياً، وقد ارتبطت مواقف التدريب بجوانب واقعية هامة من حياتهم، وبصفة خاصة جلسات مهارة اتخاذ القرار في مواقف الغواية وللتعامل مع الغرباء، ومقاومة ضغوط الأقران في مجال التدخين وسوء استعمال الأدوية؛ حيث تضاعف في وقت تطبيق جلسات البرنامج انتشار شائعات خطف الأطفال وقتلهم والإتجار بأعضائهم، وهو ما أثار الرعب في نفوس الأطفال والكبار، ومن ثم أفراد الدراسة بالفعل، وهو ما أضاف إلى جلسات البرنامج قدرًا كبيراً من الثراء بالواقعية في تناول المواقف وتعلمها بصورة أسرع وأعمق أثراً، وهو ما يتافق مع ما أشار إليه بيث - ماروم وآخرون (Beyth – Marom et al., 1991) أنه من أجل تحقيق تعميم المهارات، فإن اتخاذ القرار وحل المشكلات ينبغي تعليمها في

إطار مواقف حياتية واقعية أو منهج تربوي وظيفي، حيث يتم تطبيق تلك المهارات على قضايا واقعية (*Cited in wehmeyer, 1995*).

وهناك عامل آخر من العوامل المسهمة في نجاح البرنامج وهو التنويع في الفنون المستخدمة والتي تمثلت في التعزيز والتشكيل، ولعب الدور، والمناقشة وال الحوار ، والنماذج (نمذجة الذات بالفيديو Video – Self – Modeling ) والعصف الذهني .

وتعد فنية لعب الدور من الفنون الفعالة التي أتاحت قدرًا كبيراً من التفيس الانفعالي والتعبير عن عدد كبير من الانفعالات والمشاعر المختلفة خلال تمثيل أدوار اجتماعية متعددة ، وتعد فنيتي النماذج ولعب الدور من أكثر الفنون تطبيقاً وإفاده مع ذوي الإعاقة العقلية من واقع تطبيق جلسات البرنامج .

وقد كانت أكثر الفنون التي لاقت قبولاً وأثارت دافعية أفراد مجموعة الدراسة هي نمذجة الذات بالفيديو والتي تجمعت حولها كثير من السلوكيات الإيجابية المتمثلة في التعاون وحب الاستطلاع، ووجدت الباحثة فيها الفرصة لتعليم أفراد الدراسة نقد الذات، حيث كان القائم بالنموذج حين يشاهد نفسه يستطيع أن يتعرف على جوانب القصور بنفسه بمساعدة الباحثة وبأقى أفراد المجموعة، ومن ثم يمكنه التعديل من الأخطاء، بحيث يكون النموذج أبقى أثراً في ذهن المشاركون .

وتشير الباحثة إلى أن إدخال الفيديو ضمن المستحدثات التكنولوجية في مجال برامج التدخل مع ذوي الإعاقات النمائية كما أن له الكثير من الجوانب الإيجابية، فإنه أيضاً يفقد تلك الإيجابيات إذا أسيئ استخدامه ولم يوظف بصورة صحيحة .

ومن العوامل المسهمة أيضاً في نجاح البرنامج هو عدم التزام الباحثة بعدد الجلسات المقررة لكل مهارة في تصميم البرنامج؛ بل تم تكرار عدد من الجلسات

حسبما تطلبت المهارات، وبعد عنصر التكرار والممارسة من العناصر الهامة والمؤثرة لدى فئة المعاقين عقلياً.

ومما أسمهم في تحقيق نتائج إيجابية وتنمية مهارات الاستقلال الذاتي وتحسين جودة الحياة هو استخدام أنشطة الترويح (أنشطة رياضية - أنشطة فنية - ورحلات) والتي كان لها أثر كبير في ممارسة المهارات المستهدفة في إطار واقعي ممتع وهو ما يتفق مع ما أشار إليه كل من حلمي إبراهيم وليلى فرات (١٩٩٨) وسيير كامل (١٩٩٨) من أن أنشطة الترويح تساعد على تشطيط وتدريب المعاك ذهنياً على كثير من العادات الاجتماعية الحسنة وتوجهه إلى كيفية حل المشكلات بطريقة تتناسب وقدراته، مما يكسبه القدرة على التعبير عن الذات والثقة بالنفس والتوجيه والوعي بالذات، بالإضافة إلى العديد من الفوائد النفسية، كتدريب المعاك على تقبل الهزيمة، وإطاعة الأوامر، وتوفير الفرص للشعور بالإنجاز ونمو اللغة وإصلاح عيوب النطق مما يساعد على سرعة تكيفه مع زملائه ومجتمعه.

وهو أيضاً يتفق مع ما أشار إليه موبييل وفالديه (Modell & Valdez , 2002) من أن الترويح يمكن أن ينمي الاستقلال الذاتي من خلال ارتباطه المباشر بالحرية المدركة وطبيعته الممتعة بالنسبة للتלמיד . ومن المنظور الاجتماعي، إن الاشتراك في أنشطة الترويح يمكن أن يزيد من المتعة وجودة الحياة، إضافة إلى أن أنشطة الترويج يمكن أن تمكن الأفراد المعاقين من القيام بالاختيارات، ومن ثم تؤدي إلى إحساس متزايد بالاستقلال الذاتي .

كل العوامل السابقة ساعدت على فاعلية البرنامج الإرشادي واستمرار أثر الخبرات المتعلممة إلى ما بعد المتابعة، وتعد نمذجة الذات بالفيديو من أهم الفنون التي أسهمت في استمرار تأثير البرامج إلى ما بعد فترة المتابعة حيث أشار ورت ونيزورث (Wert & Neisworth, 2003) إلى أن نمذجة الذات بالفيديو هي تدخل واحد ليس فقط لتعليم مهارات جديدة ولكن لتحسين استخدام المهارات الموجودة

حالياً لدى الأطفال ذوي الإعاقة النهائية . إضافة إلى أن البحوث قد أيدت فكرة أن المهارات التي يتم تعلمها من خلال نمذجة الفيديو ونمذجة الذات بالفيديو يتم تعليمها عبر بيئات وظروف مختلفة، كما أن المكاسب الإيجابية المتتحقق من خلال تدخل نمذجة الفيديو تستمر لشهور بعد ختام التدخل .

ومن أهم العوامل المؤثرة بصورة كبيرة على استمرار تأثير البرنامج إلى ما بعد فترة المتابعة هو مشاركة الأمهات في البرنامج . فقد أثبتت البحوث والدراسات من مشاركة الأسرة أو الوالدين في برامج إرشاد الأبناء ي العمل على نجاح البرنامج، حيث يتتوفر عنصر الممارسة حيث أن ممارسة الاستجابات المستهدفة يعد أمراً ضرورياً لاكتساب المهارة والتحسين، وهو ما أشار إليه محمد إبراهيم ( ١٩٩٩ : ٣٨ - ٣٩ ) من ضرورة تأثير فعال من قبل الوالدين في تعليم أبنائهم المعاقين عقلياً، وهو ما أكدته أشرف عبد القادر ( ٢٠٠٥ ) من أنه كلما اندمجت الأسرة في برنامج الطفل وتقعيمته جيداً، كلما كانت فعاليات البرنامج أكثر نجاحاً وأفضل أثراً في حياة الطفل المعاق، فقد أشارت كريستين مايلز ( ١٩٩٤ : ٢٠٦ ) إلى أهمية إعلام وإشراك الأهل دوماً بالمهارات التي يتعلمونها طفلاًهما وبطريق التعليم المستخدمة ليتم ممارستها في البيت .

وتشير الباحثة إلى أن أمهات أفراد مجموعة الدراسة، كن متحمسات للغاية ولديهن دافعية كبيرة إلى تعلم كل ما من شأنه أن يفيد أبناءهن وبالفعل كن حريصات على نقل خبرات البرنامج إلى المنزل، وقد كان لاستمرار التواصل مع الأمهات في جميع مراحل البرنامج - وليس بدايته فقط - أثره الفاعل في معالجة الكثير من الأمور الخاصة بأبنائهن . وهو ما يشير إلى أهمية دور البيئة في توفير الفرص لممارسة مهارات الاستقلال الذاتي وهو ما يؤيد نظرية " ويمير " و " جانر " ( Wehmeyer & Garner, 2004 ) من أن البيئة تلعب دوراً أكثر أهمية في تنمية الاستقلال الذاتي، فذكروا أن " البيئات التي يعيش، ويتعلم، ويعمل، أو يلعب فيها الناس قد تلعب دوراً أكثر أهمية في تنمية الاستقلال الذاتي مما تقوم به

خصائص الشخص بما فيها مستوى الذكاء" (*Cited in : Karr, 2009*)، وقد أشار "كار" (*Karr, 2009*) إلى أن عبارة ويمير وجارنر تتطبق على الفرص المتاحة في بيئة الفرد.

## ٢- مناقشة وتفسير النتائج الخاصة بجودة الحياة :

أشارت نتائج المعالجة الإحصائية للبيانات أيضاً إلى تأثير البرنامج الإرشادي على تحسين جودة الحياة لدى أفراد مجموعة الدراسة . فقد اتضحت فاعلية البرنامج الإرشادي من خلال وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات القياسيين القبلي والبعدي في مقياس جودة الحياة (بأبعاده الفرعية ) ، لصالح القياس البعدى (نتيجة الفرض الثاني )؛ كما أكدت النتائج استمرار فاعلية البرنامج بالنسبة لمتغير جودة الحياة لدى مجموعة الدراسة، إلى ما بعد فترة المتابعة، حيث كشفت النتائج عن عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات القياسيين البعدى وما بعد المتابعة لمجموعة الدراسة، في جودة الحياة (نتيجة الفرض الرابع) .

إن تحسن جودة الحياة لدى مجموعة الدراسة نتيجة لتنمية مهارات الاستقلال الذاتي قد أكد على طبيعة الارتباط بين مهارات الاستقلال الذاتي وجودة الحياة لدى فئة المعاقين عقلياً القابلين للتعلم، وهو الأساس المنطقي الذي قامت عليه الدراسة الحالية وما أكدته دراسات كثيرة منها دراسة " ويمير" و "شوارتز" (*Wehmeyer, & Schwartz, 1998*), ودراسة ساندبرج (*Sundberg, C., 2005*)، ودراسة لا تشابل وأخرون (*Lachapelle et al., 2005*)، ودراسة نوتا وأخرون (*Nota et al., 2007*)، وأخيراً دراسة "كار" (*Karr, 2009*)، فقد أكدت نتائج هذه الدراسات على العلاقة الارتباطية الموجبة ال وثيقة بين الاستقلال الذاتي وجودة الحياة لدى المعاقين عقلياً باختلاف البيئات والثقافات وعلى المستوى العالمي .

فقد أوضحت دراسة " ويمير" و "شوارتز" (*2005*) أن درجات الاستقلال الذاتي تتباين بانضمام الأفراد إلى مجموعتي جودة الحياة المرتفعة والمنخفضة . كما أشار " ويمير" و "شالوك" (*Wehmeyer & Schalock, 2001*) إلى أن الاستقلال

الذاتي يعد وسيلة لتحقيق مستوى أعلى من جودة الحياة، وهو ما أكدته نتائج دراسة كار (Karr, 2009)، حيث وجدت أن الاستقلال الذاتي هو أقوى منبئ بجودة الحياة وأن المستويات العليا من الاستقلال الذاتي تعد مُشرأً للمستويات العليا لجودة الحياة.

وقد كان لتنمية مهارات الاستقلال الذاتي انعكاسه على تحسن الإدراك الذاتي لجودة الحياة لدى أفراد عينة الدراسة . فقد أشارت سامية القطان (٢٠٠٩ : ١٠) إلى أن وعي الفرد بالأحداث الانفعالية التي يمر بها يؤدي إلى تغيرات مباشرة في سلوكه . وقد كان تدريب المجموعة على تحديد الانفعالات والوعي بها دور كبير في قدرتهم على التعامل مع هذه الانفعالات . كما نجح البرنامج في تنمية الوعي الإيجابي بالإعاقة لدى أفراد البحث والتقليل من الإحساس بوصمة الإعاقة، فقد وجد شيفوس - باتش (Szivos - Bach, 1993) أن ذوي الإعاقة العقلية الخفيفة الذين أدركوا وصمة الإعاقة Stigma بصورة أكبر لديهم أيضاً تقدير أقل للذات، وتؤدي مشاعر الحياة؛ ومن ثم فقد كان لتحسين مهارة الوعي بالذات انعكاسه على تحسن جودة الحياة لدى مجموعة الدراسة .

وكان لتحسين مهارة الاختيار بشقيها (الاختيارات في الحياة اليومية والاختيار المهني ) دوره في تحسين جودة حياة أفراد مجموعة الدراسة، وهو ما يتفق مع ما أشار إليه "شالوك" و" ويمير" (Schalock & Wehmeyer, 2003) من أن العنصر الذي تلقى مزيداً من التأكيد على أهمية إسهامه الجوهرى في تحقيق جودة الحياة لدى المعاقين هو عنصر الاختيار، كما أشار بارنيز (Neely - Barnes, 2005) أن زيادة الاختيار لدى العميل سوف يؤثر إيجابياً على جوانب عديدة لجودة الحياة وأهم هذه الجوانب هو زيادة الاندماج المجتمعي والعلاقات البينشخصية، وجودة الحياة الانفعالية .

وقد أشار رولاند (Rowland, 2000) إلى أن أحد العوامل التي تحد من الاستقلال الذاتي وجودة الحياة لدى المعاقين عقلياً هو المهارات المحدودة لحل

ال المشكلات الاجتماعية، ومن هنا، فقد كان لتحسين مهارات حل المشكلات الاجتماعية انعاكسه على إدراك جودة الحياة وتحسين العلاقات البينشخصية لأفراد البحث .

وتعتبر مهارات حل المشكلات البينشخصية من المهارات ذات التأثير الواسع في جوانب كثيرة من حياة الشخص المعاق عقلياً، فإذا كان الدمج بكافة أشكاله هو هدف معظم البرامج المقدمة لفئة المعاقين عقلياً، فإن مهارات حل المشكلات البينشخصية من أهم المهارات الميسرة للتفاعلات البينشخصية، ومن ثم الميسرة للدمج الناجح المعاقين عقلياً، فقد أشار ديفيد David (٢٠٠٥) إلى أن الصداقات المبكرة تلعب دوراً كبيراً ولها تأثيرات طويلة الأمد في حياة المراهق إن الأقران لديهم تأثير بالغ أثناء سنوات المراهقة وهو ما لا يستثنى منه المراهقون المعاقون عقلياً، ومن هنا تبرز أهمية تيسير التفاعلات بين المراهقين المعاقين وغير المعاقين، فالمستويات المنخفضة من رفض الأقران غالباً ما تترجم إلى وجود إيجابي في الحياة وإحساس بقيمة الذات .

وترى الباحثة أن المستويات المرتفعة من رفض الأقران إنما ترجع إلى نقص في مهارات تيسير التفاعلات البينشخصية وهي مهارات حل المشكلات البينشخصية، والتي أدى تحسنها إلى تحسين الإدراك الذاتي لجودة الحياة .

وتعتبر مهارة اتخاذ القرار من المهارات الضرورية في حياة المراهقين المعاقين عقلياً والتي أثبتت الدراسات أنها ذات أهمية بالغة في حياة هؤلاء الأفراد وخاصة في مواقف حماية الذات من كافة أشكال الإساءة . وتلعب الأسرة دوراً كبيراً في ضعف تلك المهارات لدى أبنائها بسبب أسلوب الحماية الزائدة الذي تفرضه الأسر على أبنائها وهو ما يؤدي إلى افتقار الفرصة لتعلم المهارات الفعالة لاتخاذ القرار وحل المشكلات .

وقد أشار رويسيلر (Roessler, 1990) إلى أن المرشدين المتخصصين في توجيه جودة الحياة ينبغي أن يعملا من المنطلق الكلي الشامل الذي يتتناول تنمية كل من الفرد والبيئة التي يعيش فيها . وقد كان لعمل البرنامج من هذا المنطلق أثره في

استمرار تأثير البرنامج إلى فت رة ما بعد المتابعة، حيث ركزت الباحثة في معظم البرنامج على تنمية الفرد من الناحية المهارية وأيضاً التركيز على بيئه الفرد ل توفير فرص ممارسة لتلك المهارات في البيئة الأكثر تأثيراً على الفرد وهي البيئة الأسرية.

من المعروف بالنسبة لأي برنامج مقدم لفئة من الفئات أنه برنامج مؤقت، أي محدد بوقت معين ينتهي فيه، وهدف البرامج المقدمة هو إحداث تأثير مستمر وليس تأثير مؤقت يزول بزوال العلاقة بين المرشد وأفراد المجموعة وانتهاء جلسات البرنامج، ولذلك فإن إسهام الأسرة في البرنامج كان من أهم أسباب استمرار أثر البرنامج.

#### **ملاحظات الباحثة على التحسن الكيفي لدى أفراد مجموعة الدراسة :**

كانت هذه التفسيرات السابقة في إطار نتائج المعالجة الإحصائية للدراسة، ولكن الأرقام إنما تعبّر عن التحسن الكمي لدى أفراد الدراسة نتيجة للبرنامج، أما التغييرات الكيفية التي طرأت على أفراد البحث نتيجة الـ برنامج، إنما هي تغييرات ثرية وإيجابية وجديرة بالاهتمام، وهي التغييرات التي لا تكشف عنها التحليلات الإحصائية.

أظهر أفراد الدراسة تحسناً ملحوظاً في مهارات الاستقلال الذاتي المختلفة؛ إلا أن هذا التحسن اختلفت أشكاله لدى أفراد البحث : بالنسبة لمهارة الوعي بالذات، خاصة الوعي الانفعالي بالذات ، في نشاط رسم الوجوه المعبرة عن الانفعالات المختلفة (السعادة - الحزن - الخوف - الغضب)، كانت الباحثة، تطلب من كل مشارك أن يختار أحد الانفعالات ويرسم على السبورة الوجه المعبّر عنه ويكتب اسمه / اسمها تحت الرسم، فلاحظت الباحثة أن المشارك (٧) اختارت رسم الوجه المعبّر عن انفعال الغضب، في حين أن معظم المشاركين اختاروا في البداية الرسم المعبّر عن السعادة، وعند تكرار النشاط اختارت أن ترسم نفس الوجه، فاسترعى ذلك انتباها الباحثة، وقامت بعقد جلسة فردية مع المشارك، فعلمت منها أنها غاضبة من أسرتها وبخاصة أمها وأختها الكبرى، لأنهم يقيدون حريتها ويعنونها من ممارسة هوايتها فهي تحب الرسم والتلوين، وهم يخبنون منها أدوات الرسم بحجة النظام والنظافة في البيت؛ كما أن المشارك (٧) غاضبة من أسرتها لأن الأسرة مشغلة عنها بأختوتها

الأكبر منها، والمنزل كله في حالة توتر وبخاصة الأم التي قالت عنها البنت "ماما على طول بشخط وصوتها عالي، وكل حاجة أقولها تقول لأنّا، وكمان بتخبي الألوان وكراسة الرسم مني عشان تفضل سليمة وحلوة وأنا بابح الرسم" كما لاحظت الباحثة أن البنت كثيراً ما تأخذ مسطرة أو ما شابه من من أدوات لت تخيله تليفوناً تضعه على أذنها وتتقىص دور الأم وتبعيد حوارات منزلية بنفس نبرة صوت الأم العالية تماماً، إضافة إلى ملاحظة أخرى، وهي أن هذه البنت في بداية تطبيق الجلسات كانت لا تزيد الباحثة أن تتكلم مع أي مشارك آخر في المجموعة غيرها وإلا تظاهرة بالحزن وترفض المشاركة وتضع رأسها على المنضدة، خلصت الباحثة إلى أن البنت تعانى من الإهمال وهو ما ظهر في تصرفاتها لمحاولة جذب الانتباه كما تعانى من حرمانها من ممارسة هوايتها، وقد تم التعامل مع هذه المشاركة على مستوىين : أثناء الجلسات كانت الباحثة تحرص على مشاركة البنت في الأنشطة المختلفة وتقوم بتعزيز كل استجابة ناجحة منها كما كانت تتجاهل سلوك الانسحاب الذي تبديه من وقت لآخر، ونم خلال التركيز على إيجابيات المشاركة تلاشى سلوك الانسحاب بالتدريج، وبدت المشاركة أكثر سعادة واهتمامًا بالأنشطة والمشاركة في البرنامج، على الجانب الآخر اتصلت الباحثة بالأم وتحدثت معها فيما يخص ابنتها وطلبت منها السماح بمزيد من الحرية للابنة لتمارس هواية الرسم وأن تعلمها كيف تحافظ عليها بدلاً من تخبيتها وحرمان ابنتها من الاستمتاع بممارسة هوايتها، وكم كانت سعادة المشاركة (٧) حين أهدتها الباحثة أدوات للرسم والتلوين وهو ما يلفت النظر إلى أهمية مراعاة تفضيلات واهتمامات فئة المعاقين عقلياً، ومنهم قدرًا من الحرية للتعبير عن أنفسهم لما له من تأثير هام على سعادة الفرد وإحساسه بجودة الحياة.

تشير الباحثة إلى أن هناك فكرة شائعة مؤداها أن ذوى الإعاقة العقلية لا يتم تكonz وعيًا بذواتهم ولا يدركون الفروق بينهم وبين الآخرين من غير المعاقين، وأنهم لا يدركون وصمة الإعاقة Stigma؛ إلا أنه مع بدء تنفيذ البرنامج، وعند العمل فى الجلسات الخاصة بـ "الوعي بالإعاقة" وحين سألت الباحثة أفراد مجموعة البحث : "إنتم مبسوطين في المدرسة هنا ولا كان نفسكم تروحوا مدرسة أصحابكم أو

أقاربكم؟" تباهيت الاستجابات : بعض المشاركين أعربوا عن تفضيلهم للمدرسة الفكرية وحبهم لمعلميهم؛ إلا أن هناك اثنان من المشاركين أجابوا بالعكس . فقال أحدهم "كان نفسي أروح مدرسة ولاد عمي وأخواتي ، فلما سألته الباحثة "لماذا؟" بدا التوتر على المشارك وأظهر حركات لا إرادية بيديه معبرة عن توتره الواضح "وقال" هما بياخذوا شهادة فيها درجات يوروها لأبيهم وأمهم ويفرحوا بها ، فسألته الباحثة "إيه كمان؟" فأجاب المشارك "هما كمان بيروحوا بشنطة مدرسة فيها كتب واحداً بنسبيب كتبنا في الفصل" .

ومن خلال النقاش والحوار معهم وإقناعهم بأن مدرستهم جميلة وأن الباحثة سعيدة بوجودها معهم، ووعدتهم بأنهم سيحصلون على شهادات بها درجاتهم مثل الآخرين واقتصرت الباحثة على المعلمين بالمدرسة إعداد شهادات بدرجاتهم فى نهاية الفصل الدراسي الأول والثاني وقد لاقى الاقتراح ترحيباً كبيراً ووعد المعلمون بالقيام بذلك . وقد سعد المشاركون سعادة بالغة بذلك .

أما المشارك (١) فكانت تسيطر عليه فكرة أن إخوته أحسن منه، وحين اتصلت الباحثة بالأم وتناقشت معها في الأمر كان ردتها أن ابنها المقصود بدأت تظهر عليه علامات تمرد واضحة لم تكن موجودة من قبل فبدأ يمزق كراسات وكتب أخيه، ويتعمد إحداث ضوضاء أثناء ذكراتهم، وهو ما فسرته الباحثة بأنه إدراك الوصمة بكل تبعاتها وسلبياتها وإدراكه للفارق بينه وبين إخوته؛ فنبهت الباحثة الأم إلى ضرورة توجيه اهتمام مكافئ إلى ابنها المشارك (١) والاهتمام برغباته واهتماماته، وهواياته التي تشعره بقيمة الذات . ومع استمرار جلسات البرنامج وبخاصة بعد انتهاء جلسات الوعي بالذات، والاختيار، قررت الأم انخفاض السلوكيات التي كانت تشكو منها، كما لاحظت الباحثة على المشارك أنه دائماً كان ي يريد أن يتحدث إليها ويحكى أحدهاً يومية يعتبرها هامة بالنسبة له، وكان ذلك يسعد المشارك كثيراً حين يجد من يهتم بالاستماع إليه وهو ما يؤكّد على أهمية الدور الأسري في الاهتمام بالابن المعاق في مرحلة المراهقة بالتحديد .

أما المشارك (٥) فقد كان أهم ما يلفت الانتباه فيه قبل بدء البرنامج هو أنه سريع التأثر بأي موقف من زملائه، وإذا سلك سلوكاً يستوجب الاعتذار لزميله، وطلبت الباحثة منه ذلك كان يبكي بسرعة، إلا أن الباحثة لم ترکز على هذا الجانب ولكنها اهتمت بإشراكه في أنشطة البرنامج والتعزيز المستمر له، واشتراكه في لعب الدور للمواقف المختلفة، ومشاركته في تصوير أجزاء لمنفذة الفيديو، وكم كان تحولاً كبيراً في سلوك هذا المشارك بعد ذلك : كانت السعادة دائماً بادية على وجهه، وأصبح الاعتذار أمراً سهلاً عليه لا يبكيه؛ بل كان يعتذر ويرى على كتف زميله وأحياناً يقبله . وهو ما يؤكد وجة ورؤيه علم النفس الإيجابي Positive

Psychology التي أكدت على ضرورة التركيز على الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد وتعزيزها وتقويتها، وهو ما من شأنه أن يضعف جوانب الالتباس؛ فبدل الجهود في تنمية الجوانب الإيجابية أجدى من التركيز على جوانب الضعف والقصور ومحاولة إصلاحها .

- الملاحظة العامة على أفراد البحث - وربما على فئة المعاقين ذهنياً بصفة عامة هي أنهم يتسمون بالصدق، ولم تلحظ الباحثة أن الكذب منتشر بينهم، قد يكون ذلك أن الكذب يحتاج إلى عمليات معرفية أكثر تقدماً تقتضي هذه الفتاة . فخلال الجلسات الخاصة بمهارة اتخاذ القرار (مقاومة ضغوط الأقران في سوء استخدام الأدوية والمواد الخطرة )، تناولت الباحثة مع المشاركون خطر التدخين ومساوئه وأخطاره، فتحدث المشاركون عن التدخين بخبرات مختلفة؛ إلا أن ما استوقف الباحثة هو المشارك (٢) الذي قال بأن أباه وأحد المعلمين أيضاً يدعوه إلى التدخين وأن أباه هو الذي يدعو ه للتدخين وعرض عليه ذلك أكثر من مرة (بابا كان بيقول لي تعالى نشرب سجاير سوا )، وأن أحد المعلمين في المدرسة نفسها فعل نفس الشيء، فكان ذلك بمثابة صدمة كبيرة للباحثة، اتصلت على أثراها بمساعدة المعلمة - بوالدة المشارك، فحضرت إلى المدرسة وناقشتها الباحثة في الأمر في حضور المشارك الذي أكد نفس الكلام أمام الأم، التي صممت على أن الأب (أبيه بيشرب سجاير بس مش ممك يعمل كده )، إلا أن الباحثة أقنعتها بمناقشة الأمر مع الأب، وفسرت لها أن الأب من الممكن أن يكون قد فعل ذلك

بدافع إنكار إعاقة الابن على المستوى النفسي، ومحاولة إضفاء مظاهر الرجولة على الابن ولو أنها مظاهر خارجية، إلا أنه من الممكن أن يكون قد اتخذ منها ستاراً يخفى إعاقة ابنه، وقد تأكّد ذلك للباحثة بعد اكتشاف أن أحد المعلمين بالفعل يعرض السجائر على التلاميذ في هذا السن . وقد استلزم ذلك التركيز في جلسات البرنامج بصورة أكبر على هذا الجانب، والذي نظنه الباحثة قد أتى بنتائج إيجابية ظهرت في الثقة بالنفس لدى مجموعة الدراسة والإحساس بأهمية مقاومة الضغوط التي تضرّ بهم وتعرضهم للخطر .

- تأكّد للباحثة بالواقع العملي - بعد تطبيق جلسات البرنامج - أن أي جهد يبذل مع فئة المعاقين عقلياً هو جهد منقوص إذا لم يدعم بمجهود موازي على مستوى الأسرة وأنه لابد من إشراك الأسرة وبخاصة الوالدين في برامج تنمية وتأهيل أبنائهم المعاقين من أجل تحقيق أقصى فائدة ممكنة لدى هذه الفئة .

#### رابعاً : توصيات وبحوث مفترحة :

في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج، يمكن الخروج ببعض التوصيات، واقتراح بعض البحوث المستقبلية الخاصة بمتغيرات الدراسة الحالية . وتقسيل ذلك كالتالي :

#### أ-توصيات الدراسة :

في ضوء نتائج الدراسة الحالية، والتي أوضحت فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مهارات الاستقلال الذاتي وتحسين جودة الحياة لدى مجموعة الدراسة، توصي الباحثة بما يلي:

##### ١- بالنسبة للوالدين :

- ضرورة الحفاظ على التوازن بين حماية أبنائهم وتوفير فرص الاستقلال الذاتي لهم .

- قيمة الذات والثقة بالنفس تعد من العوامل الحاسمة في نمو الاستقلال الذاتي، ولذلك ينبغي على الوالدين تنمية وتعزيز الإحـ ساس بتقدير الذات الإيجابي للأبناء .
- ضرورة التركيز على الجوانب الإيجابية في شخصية الـ ابن المـ عـاقـ فـ شخصـيةـ المـ عـاقـ لـ دـ يـهـاـ الـ كـثـيرـ منـ الـ جـوـانـبـ الـ مـضـيـةـ الـ جـديـرـ بـ الـ اـهـتمـامـ .
- ينبغي على الوالدين ضرورة الاهتمام بإـتـاحـةـ فـرـصـ الـ اـخـتـيـارـ لـ أـبـنـائـهـمـ،ـ وـعـدـمـ تـرـكـ الـ اـخـتـيـارـ لـ الصـدـفـةـ .
- الاهتمام برغبات واهتمامات أـبـنـائـهـمـ .
- ضرورة الاهتمام بالتعزيز والتغذية الـ رـاجـعـةـ الإـيجـابـيةـ .
- ضرورة اهـتمـامـ الـ وـالـدـيـنـ بـ الـ دـمـجـ الـ مجـتمـعـيـ لـ الـ أـبـنـاءـ الـ مـعـاقـينـ،ـ وـالـاهـتمـامـ بـ دـوـائـرـ الـ مـسـانـدـةـ وـتوـسيـعـ دـائـرـةـ الـ أـصـدـقاءـ .
- ضرورة اهـتمـامـ الـ وـالـدـيـنـ بـ الـ تـعـلـمـ الـ خـبـرـاتـيـ،ـ وـأـنـ الـ اـبـنـ الـ مـ عـاقـ عـقـليـاـ يـتـعـلـمـ مـنـ الـ خـبـرـاتـ الـ وـاقـعـيـةـ بـصـورـةـ أـفـضلـ وـأـبـقـيـ أـثـرـاـ .
- لـابـدـ لـ الـ وـالـدـيـنـ أـنـ يـكـونـ لـهـمـ دـورـ كـبـيرـ فـيـ تـحـقـيقـ الشـراـكـةـ بـيـنـ الـ أـسـرـةـ وـالـمـدـرـسـةـ وـالـاهـتمـامـ بـكـلـ مـاـ مـنـ شـأنـهـ أـنـ يـرـقـىـ بـ الـ اـبـنـ الـ مـعـاقـ .

## ٢ - بالنسبة للمـعلـمـينـ وـالـقـائـمـينـ بـالـرـعاـيـةـ :

- يلعب المـعلـمـونـ وـالـقـائـمـونـ بـرـعـابـةـ الـمـعـاقـ عـقـليـاـ دـورـاـ مـواـزـياـ وـخـطـيرـاـ فـيـ تـرـبـيـةـ وـتـعـلـيمـ الـأـبـنـاءـ الـمـعـاقـينـ عـقـليـاـ .ـ وـفـيـ هـذـاـ جـانـبـ تـوـصـىـ الـبـاحـثـةـ بـمـاـ يـلـيـ :ـ
- ينبغي رعاية فرص الـ اـخـتـيـارـ خـلـالـ الـ يـوـمـ الـمـدـرـسـيـ عنـ طـرـيـقـ إـدـخـالـ فـرـصـ الـ اـخـتـيـارـ إـلـىـ جـمـيعـ جـوـانـبـ النـشـاطـ الـمـدـرـسـيـ مـنـ خـلـالـ الـمـهـارـاتـ الـدـرـاسـيـةـ وـالـتأـهـيلـيـةـ .ـ
- زـيـادـةـ عـدـدـ الـخـيـاراتـ الـمـرـتـبـةـ بـنـشـاطـ ماـ،ـ وـزـيـادـةـ عـدـدـ الـمـجاـلاتـ الـتـىـ يـمـكـنـ الـقـيـامـ بـ الـاخـتـيـارـ مـنـ بـيـنـهـاـ .ـ
- توـفـيرـ الـوقـتـ الـكـافـيـ لـلـاستـكـشـافـ الـمـهـنـيـ وـاـكتـسـابـ الـمـهـارـاتـ الـضـرـورـيـةـ لـلـنـجـاحـ الـمـهـنـيـ،ـ فـيـ مـهـنـةـ مـفـضـلـةـ،ـ لـأـنـ ذـلـكـ يـؤـديـ إـلـىـ الـإـلـحـاسـ بـالـنـجـاحـ وـالـإـنـجـازـ .ـ

- الاهتمام بأنشطة الترويح لأهميتها البالغة في تنمية مهارات الاستقلال الذاتي والإحساس بجودة الحياة.

- ضرورة الاهتمام بالتنوع في استراتيجيات وفنون تعليم المعاقين عقلياً.

- تجنب تقديم الحلول الجاهزة لما يعترض التلاميذ من مشكلات وتعليمهم طرقاً بسيطة لحل المشكلات.

### ٣ - بالنسبة للمسئولين ومتخذي القرار في مجال رعاية المعاقين عقلياً :

- ضرورة الاهتمام ببرامج الإرشاد النفسي والمهني للأفراد المعاقين عقلياً وأسرهم من أجل قيامهم بدور إيجابي وفاعل في المجتمع.

- ضرورة الاهتمام بالبرامج الموجهة للقائمين على رعاية المعاقين عقلياً والتركيز على مهارات الاستقلال الذاتي من واقع خبرات واقعية.

- ضرورة استغلال أجهزة الإعلام الاستغراب الأمثل في تنمية اتجاهات اجتماعية إيجابية نحو المعاقين عقلياً، وهو ما من شأنه أن ييسر الدمج المجتمعي لهم.

- الاهتمام بالقوانين والتشريعات التي تمنح المعاقين عقلياً المزيد من الحقوق والتمكين.

- أن تحسين جودة حياة المعاقين عقلياً ليست بال مهمة السهلة، وتحتاج بذل الجهد وتضافر جهود أطراف عديدة في الأسرة والمدرسة والمجتمع من أجل تحقيق مستوى عالٍ من جودة الحياة لهذه الفئة الهامة من فئات المجتمع.

### ب-بحوث مقترحة :

في ضوء نتائج الدراسة، تقترح الباحثة البحوث التالية :

- دراسة لبعض العوامل المرتبطة بجودة الحياة لدى المعاقين عقلياً.

- دراسة مقارنة لجودة الحياة لدى المعاقين عقلياً، والمعاقين سمعياً، والمعاقين بصرياً.

- فاعلية برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة الأسرية لدى الأطفال المعاقين عقلياً.

- الاستقلال الذاتي وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من المراهقين المعاقين عقلياً القابلين للتعلم.

۲۸۱