دراسة مقارنة لمستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي

A comparative study of Life Satisfaction with physical disabilities Practitioners and non-practitioners of sports activity

عادل خوجة : أستاذ محاضر "أ"
مراد بن عمر :أستاذ محاضر "أ"
محمد كابوية : أستاذ محاضر أ
جامعة محمد بوضياف-المسيلة

تاريخ إرسال المقال:28./07/ 2018 **تاريخ قبول المقال:** 18 / 2018/09
.....

الملخص

يهدف البحث إلى دراسة مقارنة لمفهوم الرضا عن الحياة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي من ذوي الإعاقة الحركية، وكذا هل توجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغيرة (الجنس، درجة الإعاقة، المؤهل العلمي، الوظيفة)، وتم استخدام المنهج الوصفي، على عينة تكونت من (29) معاقا حركيا يمارسون كرة السلة على الكراسي المتحركة وألعاب القوى من الجنسين تم اختيارهم بالطريقة العمدية عن طريق الرابطة الولائية لرياضة المعاقين لولاية المسيلة و(20) معاقا حركيا غير ممارسين للنشاط الرياضي مسجلين.

في كشوفات مديرية النشاط الاجتماعي لولاية المسيلة، واستخدم الباحثون مقياس الرضا عن الحياة للمعاقين حركيا من إعدادهم كأداة للقياس، وقد أشارت نتائج البحث إلى: فئة المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تتميز بدرجة عالية من الرضا عن الحياة، وفئة المعاقين حركيا غير الممارسين للنشاط الرياضي تتميز بدرجة متوسطة من الرضا عن الحياة، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة بين العاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين لصالح

المؤلف المرسل :عادل خوجة، k_adel@hotmail.fr

الممارسين، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغيرة (الجنس، درجة الإعاقة، المؤهل العلمي)، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغيرة (الوظيفة).

الكلمات المفتاحية: الرضا عن الحياة، الإعاقة الحركية، النشاط الرياضي، السعادة، تقدير الذات

Abstract

The aim of this research is to comparative study of Life Satisfaction with physical disabilities Practitioners and non-practitioners of sports activity. It aims also to know if there are differences with statistical significance in the concept of life satisfaction with physical disabilities that refer to sex, type of handicap, scientific qualification and work. The researcher followed the descriptive method on a sample group of 29 handicapped who practice wheelchair basketball and force games. They were selected in an intentional way by the state association of disabled sports in M'sila. As well as 20 physical disabilities, non – practitioners of sports activity, who are registered in the lists of directorate of social activity of M'sila. The researcher has used the measure of satisfaction with life for physical disabilities as a tool of measurement and the results have pointed the following

The category of physical disabilities that practice sports activity is characterized by a high level of satisfaction with life and the category of physical disabilities that do not practice sports activity is characterized by a moderate degree of life satisfaction. The results showed also that there are differences with statistical significance in the level of life satisfaction between physical disabilities the practitioners and non-practitioners of sports activity in favor of the practitioners. In addition to that, there are no differences with statistical significance in the level of life satisfaction with physical disabilities that practice sports activity which refer to the variables of sex, type of handicap and the scientific qualification. There are also differences with statistical significance in the level of life satisfaction with physical disabilities that practice sports activity which refer to the variable of work.

Key words: Life Satisfaction, physical disabilities, Sports Activity, Happinese, self-estee

1- المقدمة

أخذ مجال الإعاقة اهتماما متزايدا في السنوات الأخيرة سواء من ناحية البحوث أو الدراسات العلمية ويرجع هذا الاهتمام إلى الاقتناع المتزايد في معظم المجتمعات بأن المعاقين وغيرهم من أفراد المجتمع يملكون الحق في كل من الحياة والنمو والتعليم، والمعاق حركيا حسب "الرفاعي" كأي فرد يسعى إلى الحفاظ على التوازن بين مختلف حاجاته النفسية والاجتماعية من خلال محاولاته التأقلم مع المحيط، ولكن يواجه بالعديد من المشكلات التي كثيرا ما تحول دون ذلك، فالإنسان يسعى دائما وراء التكيف مع شروط العالم الطبيعي ومع مطالب دوافعه الشخصية ومطالب المحيط الاجتماعي.[1]

ونظرا لما تُسبّبه الإعاقة من تغيّرْ ظاهر في شكل الجسم حسب "مرعي" (1984) فإن ذلك يؤدي إلى إيجاد شعور سلبي لدى المعاق تجاه جسمه، حيث يشعر بقصور قدراته البدنية، الأمر الذي يؤدي إلى تكوين مفهوم سلبي عن ذاته ككل، حيث أن التقدير الإيجابي للجسم من جانب الفرد أو من جانب الآخرين يؤدي إلى تقدير إيجابي لمفهوم الذات، وبالعكس فإن التقدير السلبي تجاه الجسم يتولّد عنه مفهوم سلبي للذات.[2]

وتشير نتائج العديد من البحوث والدراسات إلى انخفاض مستوى تقدير الذات لدى الأفراد المعوقين مقارنتهم بالأفراد العاديين، منها دراسة "ديكسون" (Dixon, 1974) التي بينت أن المعوقين جسميا يظهرون تقييم ذات أقل من مستوى العاديين، ووجود تقدير ذات منخفض لدى المعوقين جسميا، وهذا راجع إلى رفض المعوق لإعاقته.[3] فالإحساس بعدم الرضا عن الحياة ذو تأثير على شخصية الفرد وعلاقاته داخل المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه وهو تأثير لا ينبغي إغفاله أو تجاهله إذا كان يراد للفرد أن يعيش حياة مستقرة.[4]

ويُعرّف "أرجايل" الرضا على الحياة بأنه تقدير عقلي لنوعية الحياة التي يعيشها الفرد ككل، ويمثل هذا البعد خلفية عامة للعديد من المقاييس النوعية للرضا، كالرضا عن العمل، أو الزواج، أو الصحة، ومقاييس الرضا المختلفة، مثل تلك التي تمتد من الممتع والعكس.[5]

كما يرى بعض الباحثين أن الرضا عن الحياة مرادف للسعادة، لكن كثيرا منهم يميز بين السعادة بوصفها حالة إنفعالية حساسة للتغيرات المفاجئة في المزاج وبين الرضا عن الحياة كونها حالة معرفية تعتمد على حكم الفرد.[6]

ومن جانب آخر فإن متطلبات الرضا عن الحياة تختلف باختلاف الأفراد والجماعات، فقد ينظر بعض الأفراد إلى الصحة، أو الحرية الشخصية، أو الراحة المادية، أو الأطفال، أو الأسرة، أو الصداقة، أو الدراسة، أو المال على أنها المصدر الأهم للرضا عن الحياة، في حين يعطي بعض الأفراد الآخرين الأولوية لموضوعات أخرى، والأمر نفسه ينسحب على المجتمعات والثقافات المختلفة، كما ينسحب على الجماعات الفرعية ضمن كل مجتمع على حدى.[7]

هذا، وقد كشفت دراسة الكندري (2009) التي قارنت بين العاملين المعوقين عقليا بالعاملين غير المعوقين في مستويات الرضا عن الحياة المختلفة إلى أنه لا توجد فروق دالة في مستويات الرضا عن الحياة المختلفة والرضا الكلي بين المعوقين عقليا وغير المعوقين وفقا للمتغيرات الديموغرافية، وأن الرضا عن العمل من أهم مجالات الحياة التي يهتم بها المعوقون عقليا، في حين يهتم غير المعوقين عقليا بالرضا عن الظروف المعيشية والعلاقات والأنشطة الاجتماعية والعمل على حد سواء.[8]

كما أسفرت نتائج عبد الخالق (2008) أن الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي يندرج تحت فئتي: راض عن الحياة بدرجة متوسطة وراض عن الحياة بدرجة كبيرة، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في هاتين العينتين في العناصر المكونة للرضا عن الحياة [9]، كما توصلت نتائج دراسة جبر ومنشد (2015) إلى أن طلبة كلية الآداب بجامعة القادسية يتمتعون بدرجة عالية من الرضا عن الحياة، ويتمتعون كذلك بدرجة عالية من الأمل، وأن هناك علاقة إيجابية بين الرضا عن الحياة والأمل[10]، وبينت دراسة الزعبي (2015) وجود مستويات إيجابية متوسطة في كل من الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية بجامعة دمشق، ووجود علاقة إيجابية دالة عند مستوى (0.01) بين الرضا عن الحياة وبين تقدير الذات، كما لم يلاحظ وجود فروق دالة جوهريا بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الرضا عن الحياة وتقدير الذات، وكذلك بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الخامسة.[11]

وأظهرت نتائج دراسة العلوان (2006) أن الفروق في جميع المحاور المتعلقة بدرجة الرضا عن الحياة ودرجة تقدير الذات لدى المعاقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي في الأردن لصالح الممارسين للنشاط الرياضي.[12]

وبينت الدراسة التي قام بها كل من تليلي ولبيب وموالا وشوربال وبن صالح ودزيري وعويديدي (Tlili, Lebib, Moalla, Chorbal, bensalah, dziri, Aouididi, 2007) بأن ممارسة المعاقين حركيا للأطراف السفلية للنشاط الرياضي بصفة منتظمة له الأثر الإيجابي في زيادة قدراتهم الوظيفية وتحسين نوعية الحياة لديهم ومنه إعادة إدماجهم الاجتماعي بصورة أفضل.[13]

2- الإشكالية

تكمن مشكلة الدراسة الحالية في أنها تحاول دراسة مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي، ذلك أن الرضا عن الحياة أمر مهم في تحديد اتجاهات الفرد نحو المجتمع ونحو الشعور بالمواطنة السليمة، فالإحساس بعدم الرضا عن الحياة ذو تأثير على شخصية الفرد وعلاقاته داخل المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه وهو تأثير لا ينبغي إغفاله أو تجاهله إذا كان يراد للمعاق حركيا أن يعيش حياة مستقرة.

وتحاول الدراسة الإجابة عن الأسئلة الآتية

- ما مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي؟

- ما مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا غير الممارسين للنشاط الرياضي؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغيرة (الجنس، درجة الإعاقة، المؤهل العلمي، الوظيفة)؟

3- الفرضيات

- تتميز فئة المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي بدرجة عالية من الرضا عن الحياة.

- تتميز فئة المعاقين حركيا غير الممارسين للنشاط الرياضي بدرجة متوسطة من الرضا عن الحياة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \geq 0,05$) في مستوى الرضا عن الحياة بين المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين لصالح الممارسين.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \geq 0,05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغيرة (الجنس، درجة الإعاقة، المؤهل العلمي، الوظيفة).

4- أهمية الدراسة

ترجع أهمية هذه الدراسة إلى النقاط التالية

- مسايرتها للاتجاهات العالمية المعاصرة في الاهتمام برعاية ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل عام وذوي الإعاقات الحركية على وجه الخصوص.

- أهمية موضوعها، فموضوع الرضا عن الحياة يُعتبر من الأبعاد الهامة في حياة الفرد المعاق حيث يعد الشعور بالرضا عن الحياة واحدا من المكونات الأساسية للسعادة، والشعور بالرضا هو نوع من التقدير الهادئ أو التأمل لمدى حسن سير الأمور، سواء الآن أو في الماضي.

- أهمية المتغيرات التي تتناولها الدراسة، فالدراسة تتناول النشاط الرياضي الذي يعتبر من أهم القضايا في مجال الإعاقة، ذلك أنه يمثل خياراً تربوياً من شأنه أن يخلق بيئة تربوية خالية إلى حد كبير من القيود النفسية والاجتماعية ويستطيع المعاقون حركيا أن يحققوا أسمى طموحاتهم ويستغلوا أقصى قدراتهم.

5- مصطلحات الدراسة

5-1. الرضا عن الحياة: هو تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي وهو يعتمد على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته.[14]

كما يعرف الرضا عن الحياة بأنه شعور الفرد بالفرح والسعادة والطمأنينة وإقباله على الحياة بحيوية نتيجة لتقبله لذاته ولعلاقاته الاجتماعية ورضاه عن إشباع حاجاته.[15]

ويُعرّف الباحثون الرضا عن الحياة بأنه شعور المعاق حركيا بالسعادة والإشباع وطمأنينة النفس، وتحقيق الذات، أو الشعور بالبهجة والاستمتاع واللذة، كما يمكن تقسيم الشعور بالرضا عن الحياة في جوانب محددة مثل العمل، الزواج،

الصحة، القدرات الذاتية وتحقيق الذات، كما نجد أن الشعور بالرضا عن الحياة مقترن بالحاجة النفسية والجسدية للفرد المعاق حركيا، كما يزداد هذا الشعور بوجود علاقات إجتماعية معينة، ويعبر عن مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد عينة الدراسة بالدرجة التي يحصلون عليها في مقياس الرضا عن الحياة المستخدم في الدراسة الحالية.

2-5. الإعاقة الحركية: يشير مصطلح الإعاقة الحركية إلى حالة الأطفال الذين يتصّف مدى الحركة لديهم بالمحدودية، أو تتميّز قدرتهم على التحمّل الجسمي بكونها ضعيفة إلى حد كبير، وتُؤثّر سلباً على الأداء التربوي لهم، مما يجعل توفير برامج تربوية خاصة لهم أمرًا ضرورياً، ومن الجانب التشخيصي والعلاجي فإن الأطفال الذين يعانون من الإعاقة الحركية لا يحصلون إلا على الحد الأدنى من التدخّل التربوي الخاص.[16]

المعاقون حركيا في هذه الدراسة الأشخاص الذين لديهم عائق جسدي يمنعهم من القيام بوظائفهم الحركية بشكل طبيعي، سواء أكان هذا العائق محصّلة لأسباب وراثية أم مكتسبة نتيجة مرض أو إصابة أدّت إلى ضمور في العضلات، أو فقدان في القدرة على الحركة في الأطراف السفلية، فأصبح لديهم نقص من حيث إقامة العلاقات الاجتماعية فيجدون صعوبات في القيام بنشاطاتهم اليومية منها ممارسة الرياضي، وهم يحتاجون إلى برامج طبية ونفسية واجتماعية وتربوية ورياضية ومهنية لمساعدتهم على إستعادة قدراتهم، أو تعويضهم باستثمار القدرات المتبقية، أو التكيّف مع الوضع الحالي لتحقيق أهدافهم الحياتية والعيش بأكبر قدر من الاستقلالية.

3-5. النشاط الرياضي: تُعرّفه الجمعية الأمريكية للتربية للصحة والتربية البدنية والترويح والرقص بأنه مجموعة من البرامج المتطورة المتنوعة من الأنشطة والألعاب الرياضية التي تتناسب مع قدرات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة بحيث يتمكّنون من إشباع رغباتهم في ممارسة أنشطة رياضية تعود عليهم بالنفع وتسهم في استغلال قدراتهم.[17]

والنشاط الرياضي يعني الرياضات والألعاب التي يتم التغيير فيها لدرجة يستطيع المعاق حركيا على الممارسة، بحيث تلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها

وشدتها، ويمارس أفراد عينة الدراسة الحالية رياضة كرة السلة على الكراسي المتحركة وألعاب القوى.

6- منهج الدراسة وإجراءاتها الميدانية

6-1. منهج الدراسة: استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة.

6-2. مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي المسجلين بالرابطة الولائية لرياضة المعاقين لولاية المسيلة للموسم الرياضي 2016/2015 والبالغ عددهم (44)، وكذا الأفراد المعاقين حركيا غير الممارسين للنشاط الرياضي المسجلين في كشوفات مديرية النشاط الاجتماعي لولاية المسيلة والبالغ عددهم (783).

6-3. عينة الدراسة: تكونت عينة من (29) معاقا حركيا (ذكور وإناث) تم اختيارهم بالطريقة العمدية من فريق "نور مسيلة" لكرة السلة على الكراسي المتحركة وألعاب القوى من المجتمع الأصلي البالغ (44)، كما تم اختيار (20) معاقا حركيا غير ممارس للنشاط الرياضي بطريقة عشوائية ببلدية المسيلة.

6-4. أدوات الدراسة: استخدم الباحثون في الدراسة الحالية الأدوات التالية:

6-4-1. مقياس الرضا عن الحياة: قام الباحثون ببناء إستبانة تكشف عن درجات الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا وذلك بعد الإطلاع على الأدبيات والنظريات التي تناولت موضوع الرضا عن الحياة، وكذا تعريفات المختصين للرضا عن الحياة، والإطلاع على عدد من الدراسات السابقة والمشابهة (العربية والأجنبية) في موضوع الرضا عن الحياة ومن هذه الدراسات ما يأتي: دراسة دينر (Diener, 2000)، دراسة الكندري (2009)، عبد الخالق (2008)، تليلي وآخرون (Tlili et al, 2007)، تيري (Teri, 2000)، عيسى ورشوان (2006)، جبر ومنشد (2015)، الزعبي (2015)، كما تمّ الاطلاع على عدد من المقاييس الأجنبية والعربية التي اهتمت بقياس الرضا عن الحياة ومن هذه المقاييس ما يأتي: مقياس الرضا عن الحياة لـ الدسوقي (1998)، مقياس الرضا عن الحياة في المرحلة الجامعية لـ الشعراوي (1999)، مقياس الرضا عن الحياة لـ علوان (2008)، اختبار التوجه نحو الحياة لـ السيد (2010)، مقياس التوجه نحو الحياة لـ كارفر وشاير (1985) ترجمة الأنصاري (1998)، مقياس الرضا عن

الحياة لـ ميخائيل (2010)، مقياس الرضا عن الحياة متعدد الأبعاد للطلبة إعداد سكوت هيبنر (2001).

وتكونت أداة الدراسة بصورتها النهائية من (60) عبارة وهي ذات تدريج خماسي: عالي جدا (5 درجات)، عالي (4 درجات)، متوسط (3 درجات)، منخفض (2 درجات)، منخفض جدا (1 درجة واحدة)، وهي موزعة على عشرة (10) أبعاد وهي: الحالة الاجتماعية، البعد الصحي، العلاقات الاجتماعية، البعد العائلي، بعد الأصدقاء، البيئة الاجتماعية، التحصيل الدراسي والتدريب المهني، بعد إدراك الذات، بعد الوظيفة، البعد الترويحي الرياضي.

6-4-1-1. صدق المقياس

للتحقق من صدق المقياس اعتمد الباحثون على الصدق الظاهري من خلال عرض عبارات المقياس على مجموعة من الأساتذة الدكاترة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية والإرشاد النفسي والتربية الخاصة والقياس والتقويم والتربية الرياضية وعددهم (8) مشهود لهم بمستواهم العلمي وتجربتهم الميدانية في المجالات الدراسية ومناهج البحث العلمي، حيث تم إستبعاد (7) عبارات من العدد الكلي للمقياس حيث أشار المحكمون بعدم فاعليتها أو أنها تتشابه مع غيرها من العبارات من حيث المضمون، ومنه أصبح المقياس يتكون في صورته النهائية من (60) عبارة موزعة على عشرة (10) أبعاد.

6-4-1-2. ثبات المقياس: تم التأكد من ثبات مقياس الرضا عن الحياة بحساب معامل الثبات بيرسون بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق بفارق زمني (15) يوم على عشرة (10) أفراد من المجتمع الأصلي وخارج العينة الأساسية كما هو موضح في الجدول رقم (1).

الجدول 1: يبين معامل الثبات بيرسون لكل بعد من أبعاد مقياس الرضا عن الحيـــاة وللمقياس ككل

المحور	عدد العبارات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
الحالة الاجتماعية	6	20.8	4.848	20.6	4.367	0.943
البعد الصحي	6	18.7	3.688	18.4	3.977	0.866
العلاقات الاجتماعية	5	35.6	4.993	33.5	4.972	0.832
البعد العائلي	9	24.2	4.02	24	3.559	0.892
بعد الأصدقاء	5	24.3	4.02	23.7	4.27	0.935
البيئة الاجتماعية	4	15.4	3.627	16.7	2.71	0.872
التحصيل الدراسي والتدريب المهني	6	22.5	4.166	21.8	4.491	0.895
بعد إدراك الذات	6	22	4.57	21.2	4.10	0.924
بعد الوظيفة	6	14.4	9.51	14.7	9.41	0.993
البعد الترويحي الرياضي	6	19.7	8.731	19.6	8.235	0.968
المقياس ككل						**0.912**

من خلال نتائج الجدول رقم (1) نجد أن قيمة معامل الارتباط بيرسون لجميع أبعاد المقياس تقارب أو تفوق (0.900) وأن قيمة معامل الارتباط الكلي هو (0.912) وهو مرتفع ويمكن الاعتماد عليه.

6-4-2. أداة الإحصاء: اعتمد الباحثون الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة وأهداف الدراسة باستخدام الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) والتي شملت: التكرارات والنسب المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار ت استودنت (T-Test) معامل ارتباط بيرسون، اختبار تحليل التباين الأحادي.

6-5. حدود الدراسة: تحددت الدراسة الحالية بموضوعها، كما تحدد بالأدوات المستخدمة لهذا الغرض وهي

مقياس الرضا عن الحياة (إعداد الباحثون).

وتحددت بعينة الدراسة المتكونة من (29) معاقا حركيا (ذكور وإناث) يمارسون رياضة كرة السلة على الكراسي المتحركة ورياضة ألعاب القوى، و(20) معاقا حركيا غير ممارسين للنشاط الرياضي.

كما تحددت زمنيا بتطبيقها من شهر نوفمبر 2015 إلى شهر ماي 2016.

7- نتائج الدراسة ومناقشتها

7-1. النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

ينص السؤال الأول على: ما مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي؟ وللإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول 2: يبين كل من المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وترتيب كل بعد من أبعاد الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الرضا
بعد الحالة الاجتماعية	36.96	4.76	عالي
البعد الصحي	18.48	3.13	عالي
العلاقات الاجتماعية	36.96	4.76	عالي
البعد العائلي	25.65	3.09	عالي
بعد الاصدقاء	24.55	3.87	عالي
البيئة الاجتماعية	15.96	3.92	عالي
التحصيل الدراسي والتدريب المهني	22.27	4.06	عالي
إدراك الذات	23.75	2.66	عالي
الوظيفة	16.72	9.48	منخفض جدا
البعد الترويحي الرياضي	24.10	3.67	عالي

يتضح من الجدول رقم (2) أن مستوى الرضا عن الحياة الكلي لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي جاء ضمن المستوى العالي، فقد حصل بعدي الحالة الاجتماعية والعلاقات الاجتماعية على أعلى متوسط حسابي، وجاءا في المرتبة الأولى، بينما تلاه بعد البعد العائلي في المرتبة الثانية، تلاه بعد الأصدقاء في المرتبة الثالثة، ثم جاء البعد الترويحي الرياضي في المرتبة الرابعة، تلاه بعد إدراك الذات في المرتبة الخامسة، ثم جاء بعد التحصيل الدراسي والتدريب المهني في المرتبة السادسة، تلاه البعد الصحي في المرتبة السابعة، ثم جاء بعد الوظيفة في المرتبة الثامنة، تلاه بعد البيئة الاجتماعية في المرتبة التاسعة والأخيرة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي يمتلكون تقييما جوهريا مرتفعا عن ذواتهم ويدركون بأنهم حققوا جزءا مهما وكبيرا من أهدافهم وطموحاتهم وبالتالي تكون درجة تقييمهم عالية في الرضا عن الحياة.

ويضيف "مارشيا" (Marcia, 1970) أن الفرد عندما يُحقق هويته فإنه يعتبر نفسه يستحق التقدير والاعتبار حيث تكون لديه فكرة مُحددّة وكافية لما يظُنّه صوابًا، وكذلك يتمتّع بفهم طيب لنوع الشخص الذي يُكوّنه، كما يشعر بالكفاءة ويتميّز بالتحدي أيضاً.[18]

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة جبر ومنشد (2015) التي توصلت إلى أن طلبة كلية الآداب بجامعة القادسية يتمتعون بدرجة عالية من الرضا عن الحياة [19]، وتتفق كذلك مع نتائج دراسة العلوان (2006) التي توصلت إلى أن الفروق في جميع المحاور المتعلقة بدرجة الرضا عن الحياة ودرجة تقدير الذات لدى المعاقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي في الأردن لصالح الممارسين للنشاط الرياضي.[20]

كما تتفق أيضا مع نتائج دراسة تليلي وآخرون (Tlili, et al, 2007) التي بينت بأن ممارسة المعاقين حركيا للأطراف السفلية للنشاط الرياضي بصفة منتظمة له الأثر الإيجابي في زيادة قدراتهم الوظيفية وتحسين نوعية الحياة لديهم ومنه إعادة إدماجهم الاجتماعي بصورة أفضل.[21]

وهو ما يؤكده رياض (2005) حيث أن هذا الدور تلعبه رياضة المعاقين لما لها من جوانب إيجابية عميقة تفوق كونها علاجا بدنيا لهم فيتعدى الأمر كونها طريقة ووسيلة ناجحة وجيدة للترويح النفسي للمعاق، كما تشكّل جانباً مهماً من استرجاعه لعنصر الدافعية الذاتية والصبر والرغبة في اكتساب الخبرة والتمتّع الصحيح بالحياة.[22]

فمُمارسة النشاط البدني بصفة منتظمة تسهم في تحسين واستعادة أو المحافظة على صحة الشخص المعوق، حيث يؤكّد مجموعة من الباحثين منهم "ناش" (Nash, 2005) الأثر الإيجابي للنشاط البدني على عدد من الآثار الجانبية المتعلقة بالإعاقة منها: الشلل التشنجي للعضلات، مشاكل الجهاز التنفسي، اضطرابات النوم، القلق، العزلة الاجتماعية، وحسب توب وكول (Topp et Coll, 2005) للنشاط

البدني تأثير على نوعية الحياة لدى الأشخاص المعوقين بما في ذلك الأطفال، ويؤكّد كل من "كول وفراقالا-بينكام" (Coll et Fragala-Pinkham , 2005) على سبيل المثال في الحصول على القوة العضلية أو المرونة المناسبة لتسهيل عملية التنقّل وبالتالي زيادة الاستقلالية والقدرة على العمل.[23]

ومن خلال ما سبق ذكره نجد بأن الفرضية القائلة: تتميز فئة المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي بدرجة عالية من الرضا عن الحياة قد تحققت.

7-2. النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

ينص السؤال الثاني على: ما مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا غير الممارسين للنشاط الرياضي؟ وللإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول 3: يبين كل من المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وترتيب كل بعد من أبعاد الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا غير الممارسين للنشاط الرياضي

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الرضا
الحالة الاجتماعية	181	3.26	متوسط
البعد الصحي	15.75	3.25	متوسط
العلاقات الاجتماعية	32.25	6.11	عالي
البعد العائلي	23	5.16	منخفض
بعد الاصدقاء	20.8	4.49	متوسط
البيئة الاجتماعية	13.4	3.43	متوسط
التحصيل الدراسي والتدريب المهني	17.7	4.44	متوسط
إدراك الذات	20.55	3.83	متوسط
الوظيفة	7.55	4.79	منخفض جدا
البعد الترويحي الرياضي	10.25	3.17	منخفض جدا

يتضح من الجدول رقم (3) أن مستوى الرضا عن الحياة الكلي لدى المعاقين حركيا غير الممارسين للنشاط الرياضي جاء ضمن المستوى المتوسط، فقد حصل بعد العلاقات الاجتماعية على أعلى متوسط حسابي، وجاء في المرتبة الأولى، بينما تلاه البعد العائلي في المرتبة الثانية، تلاه بعد الأصدقاء في المرتبة الثالثة، ثم جاء بعد إدراك الذات في المرتبة الرابعة، تلاه بعد الحالة الاجتماعية في المرتبة الخامسة، ثم جاء بعد التحصيل الدراسي والتدريب المهني في المرتبة السادسة، تلاه بعد الصحي في المرتبة السابعة، ثم جاء بعد الحالة الاجتماعية في المرتبة الثامنة، تلاه البعد الترويحي الرياضي في المرتبة التاسعة، وجاء بعد الوظيفة في المرتبة العاشرة والأخيرة.

7-3. النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث

ينُص السؤال الثالث على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي؟، وللإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار ت استودنت كما هو موضح في الجدول التالي

الجدول 4: يبين الفروق في درجة الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي

المجموعة	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة
الممارسين	29	22.978	5.95	2.67	2.014	دالة
غير الممارسين	20	17.925	6.975			

من خلال نتائج الجدول رقم (4) نجد أن قيمة ت استودنت المحسوبة بلغت ت= 2.67 وهي أكبر من تّ الجدولية تّ= 2.01 عند المستوى ($\alpha \geq 0,05$) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي لصالح الممارسين.

ويرجع الباحثون هذه النتيجة بالدرجة الأولى إلى الممارسة الرياضية ولما لها من فوائد وإيجابيات على الفرد المعاق حركيا بدنيا ونفسيا وصحيا واجتماعيا وتربويا، حيث نجد أن ممارسة الأنشطة الرياضية تؤدي إلى إشباع الرغبات والميول وتحقيق السعادة والسرور، وبالتالي تساعد على الاتزان النفسي والاستقرار الوجداني وتقلل

من التوتر، كما تؤدي الممارسة الرياضية إلى تنمية اللياقة البدنية وزيادة فاعلية الأجهزة الحيوية فتؤدي العضلات والأعصاب والأجهزة الحيوية دورها بكفاءة حينما يتم تهيئتها لممارسة وظيفتها للحد الأقصى.

حيث أن الممارسة الرياضية للمعاقين حسب "شازود" (Chazoud,1994) سمحت بإعطاء نوع من الاستقلالية والاتصال مع العالم الخارجي، والاستعداد لتقبّل الهزيمة وتقييم النجاحات ويستطيع المعوق إدراك قيمته وفعاليته ومكانته بالنسبة للآخرين، فالاندماج يكون على جزئين: عن طريق الوسط العائلي والذي يُمثّل جانب مهّم وكبير للاندماج العادي للطفل، بدون حماية مفرطة أو شفقة وبدون تركه، وعن طريق الوسط الخارجي (رياضي، ثقافي) بفضل الاشتراك في نادي (عادي) ومنها يستطيع أن يقارن نفسه بفضل اشتراك نادي المعوقين في إطار المنافسات الرسمية.[24]

ويضيف "إبراهيم" أن ممارسة الألعاب الرياضية المختلفة تُنمّي في الشخص المعوق الثقة بالنفس والتعاون والشجاعة فضلاً عن شعوره باللّذة والسرور للوصول إلى النجاح عن طريق الفوز، كذلك تُساعده في تنمية الشعور نحو الجماعة –الانتماء- ونحو الحياة الرياضية والذي يساعده في نمو المعوق لكي يكون مواطناً صالحاً يعمل لمساعدة مجتمعه، كما أن للمجتمع والبيئة والأسرة والأصدقاء الأثر الكبير عن نفسية الفرد المعوق ولذلك فإن نظرة المجتمع إليه ضرورية ولها أهدافها وممارستها.[25]

ومنه نجد بأن الفرضية القائلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0,05$) في مستوى الرضا عن الحياة بين المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين لصالح الممارسين قد تحققت

7-4. النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع

ينُص السؤال الرابع على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغيرة (الجنس، درجة الإعاقة، المؤهل العلمي، الوظيفة)؟، وللإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وتحليل التباين الأحادي كما هو موضح في الجداول رقم (5،8،7،6).

بالنسبة للجنس

الجدول 5: يبين الفروق في درجة الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تبعا لمتغير الجنس

الجنس	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة
ذكور	24	22.712	5.985	0.68	2.051	غير دالة
إناث	05	20.564	7.214			

من خلال نتائج الجدول رقم (5) نجد أن قيمة ت أستودنت المحسوبة بلغت ت=0.68 وهي أقل من تَ الجدولية تَ=2.05 عند المستوى ($\alpha \geq 0.05$) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغير الجنس

ويرجع الباحثون عدم الاختلاف بين الذكور والإناث في درجة الرضا عن الحياة إلى ممارستهم للنشاط الرياضي حيث أتاحت لهم الممارسة فرصا متساوية في اكتساب جميع المهارات التي يمكن أن تمكنهم من التحكم بالانفعالات الذاتية، وأتاحت لهم أيضا فرصا متساوية في القدرة على كشف انفعالات الآخرين، وتسهيل الأنشطة المعرفية كالتفكير لحل المشكلات الاجتماعية والانفعالية التي يمكن أن يواجهوها مما يخف من وطأة القلق والخوف من المخاطر البيئية والاجتماعية

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة الزعبي (2015) التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الرضا عن الحياة وتقدير الذات[26]، كما تتفق أيضا مع نتائج دراسة عيسى ورشوان (2006) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في الرضا عن الحياة بين الذكور والإناث أو بين المجموعات العمرية المختلفة للتلاميذ بمحافظة قنا ممن تتراوح أعمارهم بين (11-14) سنة [27]، وتتفق أيضا مع نتائج دراسة دينر (Diener, 2000) التي توصلت إلى عدم وجود فروق جوهرية دالة إحصائيا لدى تلاميذ الصف الحادي عشر بين الجنسين في الرضا عن الحياة [28]، وتتفق كذلك مع نتائج دراسة عبد الخالق

(2008) التي أظهرت عدم وجود فروق جوهرية لدى طلاب الثانوية والجامعة بالكويت بين الجنسين في الرضا عن الحياة.[29]

بالنسبة لدرجة الإعاقة

الجدول 6: يبين الفروق في درجة الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تبعا لمتغير درجة الإعاقة

مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	قيمة ف الجدولية	الدلالة
بين المجموعات	2	5.960	2.980	0.531	3.369	غير دال
داخل المجموعات	26	144.78	5.568			
المجموع	28	150.740				

من خلال نتائج الجدول رقم (6) نجد أن قيمة ف المحسوبة بلغت ف=0.531 وهي أقل من فّ الجدولية فّ=3.369 عند المستوى($\alpha \leq 0.05$) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغير درجة الإعاقة

ويرجع الباحثون هذا إلى تميّز ممارسة النشاط الرياضي عن غيره من البرامج بأن أنشطته قابلة للتعديل لكي تناسب جميع القدرات ليس البدنية فحسب بل النفسية والاجتماعية والعقلية، لذلك فإن مساهمته في تطوير هذه الجوانب لا يمكن إغفالها، بل وعلى العكس قد ينفرد النشاط الرياضي في كونه البرنامج الوحيد الذي يُطوّر الجوانب البدنية والحركية بالإضافة إلى مساهمته أيضاً بشكل أساسي في تطوير الجوانب الأخرى النفسية والاجتماعية للمعاقين حركيا.

بالنسبة للمؤهل العلمي

الجدول 7 : يبين الفروق في درجة الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تبعا لمتغير المؤهل العلمي

مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	قيمة ف الجدولية	الدلالة
بين المجموعات	2	7.478	3.732	0.677	3.369	غير دال
داخل المجموعات	26	143.271	5.510			
المجموع	28	150.749				

من خلال نتائج الجدول رقم (7) نجد أن قيمة ف المحسوبة بلغت ف=0.677 وهي أقل من فَ الجدولية فَ=3.369 عند المستوى($\alpha \leq 0.05$) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغير المؤهل العلمي.

ويرجع الباحثون عدم الاختلاف في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا باختلاف المؤهل العلمي إلى ممارستهم للنشاط الرياضي الذي يعتبر من أهم البرامج التي يميل إليها المعاقين محاولة منهم الوصول بقدراتهم المتبقية إلى أعلى مستوى ممكن من النجاح.

وقد يعزو الباحثون ذلك أيضا إلى أن الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا يرتبط بالأداء الرياضي أكثر من ارتباطه بالمؤهل العلمي .

بالنسبة للوظيفة

الجدول 8: يبين الفروق في درجة الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تبعا لمتغير الوظيفة

مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	قيمة ف الجدولية	الدلالة
بين المجموعات	2	28.911	14.455	3.963	3.369	دال
داخل المجموعات	26	94.837	3.647			
المجموع	28	123.748				

من خلال نتائج الجدول رقم (8) نجد أن قيمة ف المحسوبة بلغت ف=3.963 وهي أكبر من فَ الجدولية فَ=3.369 عند المستوى($\alpha \leq 0.05$) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغير الوظيفة لصالح العاملين.

ويمكن تفسير ذلك بأن المعاقين حركيا العاملين يشعرون بزيادة تقديرهم لذاتهم مقارنة بأقرانهم الطلبة أو البطالين تجاه ما يقومون به من عمل لإشباع احتياجاتهم ورغباتهم وتوقعاتهم في بيئة عملهم.

ومن خلال كل ما سبق ذكره نجد بأن الفرضية القائلة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغيرة (الجنس، درجة الإعاقة، المؤهل العلمي) محققة، في حين توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغير (الوظيفة)

8- الخاتمة

في ضوء تحليل النتائج ومناقشتها أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

- تتميز فئة المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي بدرجة عالية من الرضا عن الحياة.

- تتميز فئة المعاقين حركيا غير الممارسين للنشاط الرياضي بدرجة متوسطة من الرضا عن الحياة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0,05$) في مستوى الرضا عن الحياة بين المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين لصالح الممارسين.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0,05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغيرة (الجنس، درجة الإعاقة، المؤهل العلمي).

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0,05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغيرة (الوظيفة).

9- الاقتراحات

في حدود نتائج الدراسة وانطلاقاً من الاستنتاجات التي تمّ التوصل إليها، يقترح الباحثون ما يلي

- إجراء دراسات مشابهة لمفهوم الرضا عن الحياة لدى فئات ذوي الاحتياجات الخاصة بمختلف أنواعها في الجزائر وعلى مستوى الوطن العربي، والوقوف على أهم تجارب الدول المتقدمة في هذا المجال

- إجراء المزيد من الدراسات حول الرضا عن الحياة للأشخاص المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي وربطها بمتغيرات أخرى

- تصميم اختبارات ومقاييس للرضا عن الحياة تناسب فئات عمرية مختلفة لفئة ذوي الاحتياجات الخاصة، تتمتع بدلالات مرتفعة للصدق والثبات، وتكون صالحة للاستخدام في البيئة الجزائرية

- توعية فئة ذوي الاحتياجات الخاصة بالنتائج التي يمكن تحقيقها من خلال الممارسة الرياضية على المستوى النفسي، الاجتماعي، وحتى الأسري

- توفير فرص العمل لفئة ذوي الاحتياجات الخاصة وإشراكهم في مختلف الأعمال الاجتماعية والترفيهية التي من شأنها أن تدمجهم في المجتمع وتجعل لحياتهم معنى

- أن تساهم وسائل الإعلام الرياضي في تكريس الصورة الإيجابية للرياضيين المعاقين حركيا وتقليص الصورة السلبية من خلال بث رسائل إعلامية تعمل على تصحيح اتجاهات الناس نحو هذه الفئة الهامة من المجتمع للمحافظة على ثقتهم بأنفسهم .

- المراجع

01- الرفاعي، نعيم، الصحة النفسية (دراسة في سيكولوجية التكيف)، مطبعة ابن حيان، دمشق، الجمهورية العربية السورية، 1983.

02- حسين، محمد سعود علي، أثر برنامج إرشادي مرتكز على نماذج الفيديو في تحسين مفهوم الذات لدى ذوي التحديات الحركية في الأردن، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2008.

03- فرحات، السيد محمد، سيكولوجية مبتوري الأطراف "فقدان أحد أعضاء الجسم وعلاقته ببعض سمات الشخصية"، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، مصر، 2004.

04- عيسى، جابر محمد ورشوان، ربيع عبده، الذكاء الوجداني وتأثيره على التوافق والرضا عن الحياة والانجاز الأكاديمي لدى الأطفال، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، مجلد 12، عدد 4، ص ص 45-130، 2006.

05- أرجايل، مايكل، الرعاية التربوية للمعاقين عقليا، دار المريخ للنشر، الكويت، 1993.

06- Tsou, M.W & Liu, J.T, Happiness and domain satisfaction in Taiwan, J. of happiness studies, 2, p. 269-288, 2001

07- ميخائيل، امطانيوس، مؤشرات الصدق والثبات لمقياس الرضا عن الحياة المتعدد الأبعاد للطلبة مجلة العلوم التربوية النفسية، المجلد (11)، العدد (1)، ص ص، 97-123، 2010.

08- الكندري، هيفاء، الرضا عن الحياة لدى المعوقين إعاقة عقلية نمائية بسيطة وغير المعوقين عقليا، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، المجلد (37)، العدد 2، 2009.

09- عبد الخالق، أحمد، الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي، مجلة دراسات نفسية، المجلد (18)، العدد (1)، ص ص 121-135، 2008.

10- جبر، عدنان مارد ومنشد، حسام محمد، الرضا عن الحياة وعلاقته بالأمل لدى طلبة الجامعة، مجلة الأستاذ، العدد 214، المجلد الثاني لسنة 2015، القادسية، العراق، ص ص 123-152، 2015.

11- الزعبي، أحمد محمد، الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية – جامعة دمشق، مجلة جامعة البعث، المجلد (37)، العدد (14)، ص ص 53-90، 2015.

12- العلوان، بشير أحمد عيسى، الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات: دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي للمعاقين حركيا في الأردن، أطروحة دكتوراه غير منشورة، الأردن: كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، 2006.

13-Tlili.L, S.Lebib, l.Moalla, S.Chorbel, F.Z.Bensalah, C.Dziri & F.Aouididi, Impact de la pratique sportive sur l'autonomie et la qualité de vie du paraplégique, Annales de réadaptation et de médecine physique, Volume : 51, issue : 3, Avril 2008, pages (179-183), 2007.

14- عيسى، جابر محمد ورشوان، ربيع عبده، مرجع سابق.

15- المجدلاوي، ماهر يوسف، التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية لدى موظفي الأجهزة الأمنية الذين تركوا مواقع عملهم بسبب الخلافات السياسية في قطاع غزة، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، مجلد (20)، عدد (02)، ص ص 207-236، 2012.

16- مجيد، سوسن شاكر، اتجاهات معاصرة "في رعاية وتنمية مهارات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة"، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2008.

17- سعد، طه وأبو الليل، أحمد، التربية البدنية لذوي الاحتياجات الخاصة، مكتبة الفلاح، الكويت، 2006.

18- محمد، عادل عبد الله، دراسات في الصحة النفسية: الهوية- الاغتراب- الاضطرابات النفسية، دار الرشد، القاهرة، .2000

19- جبر، عدنان مارد ومنشد، حسام محمد، مرجع سابق،

20- العلوان، بشير أحمد عيسى، مرجع سابق.

21-Tlili.L, et all, ibid.

22- رياض، أسامة، رياضة المعاقين "الأسس الطبية والرياضية"، مصر: دار الفكر العربي، 2005.

23- Laure Patrick, Activités physiques et santé, ellipses édition marketing S.A, France, 2007.

24- Chazaud Pierre (1994), l'éducateur sportif d'activité pour tous, editions: Vigot, Paris.

25- إبراهيم، عبد المجيد مروان (1997)، الألعاب الرياضية للمعوقين، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.

26- الزعبي، أحمد محمد، مرجع سابق.

27- عيسى، جابر محمد ورشوان، مرجع سابق.

28- Diener, E (2000), subjective well-being: psychological bulletin, 95 (3), 542-575.

29- عبد الخالق، أحمد، الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي، مجلة دراسات نفسية، المجلد (18)، العدد (1)، ص ص 121-135، 2008 .