معيقات النشاط الجسمي وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية

أسماء حسين بوبكر علي* - قسم العلوم التربوية والنفسية - جامعة بنغازي

Obstacles to physical activity and their relationship to psychological alienation among students with visual impairments

Asmaa Hussein Boubaker Ali* - Department of Educational and Psychological Sciences - University of Benghazi

Abstract

The study aimed to explore the relationship between barriers to physical activity and the level of psychological alienation among visually impaired students, recognizing the importance of this relationship for understanding their challenges and promoting their inclusion. The study highlights the significance of addressing this vital issue, where physical health intersects with the psychological well-being of a group often facing marginalization. The study adopted an analytical review methodology (thematic analysis) of academic literature published between 2016 and 2025, which involved analyzing the content of 45 selected studies. Key findings were extracted regarding the main barriers faced by visually impaired students (environmental, institutional, social, psychological), the levels and various dimensions of psychological alienation, and the nature of the correlational relationship between them, in addition to comparing results across different contexts. The indirect sample included visually impaired individuals as reported in the analyzed studies, which utilized descriptive and correlational data analysis methods. The main results revealed a wide range of barriers that limit participation in physical activity, and that visually impaired students often experience relatively high levels of psychological alienation. Crucially, the findings confirmed a significant correlational relationship between these barriers and increased feelings of alienation, while support factors and participation in physical activity contribute to mitigating these emotions. The study recommends a comprehensive approach to addressing these barriers and fostering supportive programs and activities to improve the mental health and social integration of this population.

Keywords: Physical Activity Barriers, Psychological Alienation, Visual Impairment, Literature Review, Well-being .

الملخص:

هدف البحث إلى استكشاف العلاقة بين معيقات النشاط الجسمي ومستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، إدراكاً لأهمية هذه العلاقة في فهم تحدياتهم وتعزيز اندماجهم، يبرز البحث أهمية معالجة هذه القضية الحيوية التي تتقاطع فيها الصحة البدنية مع الرفاه النفسي لفئة غالباً ما تواجه التهميش، اعتمدت الدراسة منهجية المراجعة التحليلية (التحليل الموضوعي) للأدبيات العلمية المنشورة بين عامي 2016 و2025، حيث شملت تحليل محتوى 45 دراسة مختارة، تم استخلاص النتائج الرئيسية المتعلقة بأبرز المعيقات التي تواجههم (بيئية، مؤسسية، اجتماعية، نفسية)، مستويات الاغتراب النفسي وأبعاده المختلفة، وطبيعة العلاقة الارتباطية بينهما، بالإضافة إلى مقارنة النتائج عبر السياقات المختلفة، شملت العينة غير المباشرة ذوي الإعاقة البصرية كما وردوا في الدراسات التي تم تحليلها، والتي استخدمت أساليب تحليل البيانات الوصفية والارتباطية، كشفت النتائج الرئيسية عن وجود مجموعة واسعة من المعيقات التي تحد من المشاركة في النشاط الجسمي، وأن طلبة ذوي الإعاقة البصرية غالباً ما يعانون من مستويات مرتفعة نسبياً من الاغتراب النفسي، الأهم من ذلك أكدت النتائج على وجود علاقة ارتباطية دالة بين المعيقات وزيادة الشعور بالاغتراب، بينما تساهم عوامل الدعم والمشاركة في النشاط البدني في التخفيف من هذه المشاعر، توصي الدراسة بمعالجة شاملة لهذه المعيقات وتعزيز برامج وأنشطة داعمة لتحسين الصحة النفسية والاندماج المجتمعي لهذه الفئة.

الكلمات المفتاحية: معيقات النشاط الجسمي، الاغتراب النفسي، الإعاقة البصرية، مراجعة الأدبيات، الرفاهية.

مقدمة:

في ظل التغيرات المتسارعة التي يشهدها العالم اليوم، أصبحت مسألة إدماج ذوي الإعاقة البصرية في مختلف مجالات الحياة الاجتماعية والتربوية والنفسية تمثل تحديًا جوهريًا أمام السياسات التعليمية والمجتمعية، لا سيما ما يتعلق بالنشاط الجسمي الذي يُعدّ عنصرًا حاسمًا في تعزيز الصحة النفسية والجسدية، ويُعدّ النشاط الجسمي أكثر من مجرد حركة عضلية، إذ يتداخل مع مفاهيم الهوية، والانتماء، والثقة بالنفس، والشعور بالكفاءة، وهي كلها عوامل نفسية تُسهم في توازن الفرد واستقراره، ورغم ما

أظهرته الأدبيات التربوية والنفسية من فوائد النشاط الجسمي لذوي الاحتياجات الخاصة عمومًا، وذوي الإعاقة البصرية على وجه الخصوص، إلا أن هذه الفئة لا تزال تواجه جملة من المعيقات التي تحدّ من مشاركتها الفعلية في الأنشطة الحركية، سواء أكانت معيقات بيئية أو تنظيمية أو نفسية أو اجتماعية، هذه العراقيل لا تقتصر آثارها على الجوانب البدنية فقط، بل تمتد لتلقي بظلالها على الصحة النفسية لهؤلاء الطلبة، بما في ذلك تفاقم مشاعر العزلة، وانخفاض تقدير الذات، وغياب الإحساس بالانتماء، وهي كلها مظاهر لما يُعرف بالاغتراب النفسي، الذي يُعدّ من أخطر الظواهر النفسية التي يمكن أن تصيب الفرد وتؤثر سلبًا على جودة حياته وعلاقته بالآخرين، إن الاغتراب النفسي عند ذوي الإعاقة البصرية لا ينبع بالضرورة من الإعاقة ذاتها، بل من الطريقة التي يتفاعل بها المجتمع مع هذه الإعاقة، وما يرتبط بذلك من فرص أو حواجز في التفاعل والمشاركة المجتمعية، وفي هذا السياق، تبرز أهمية هذا البحث الذي يسعى إلى الكشف عن العلاقة بين معيقات النشاط الجسمي ومظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، باعتبار أن فهم طبيعة هذه العلاقة قد يسهم في صياغة تدخلات أكثر فعالية لدعم هذه الفئة وتعزيز مشاركتها في الحياة الجامعية والاجتماعية على حد سواء، فالفجوة القائمة بين الإمكانيات الفعلية لهؤلاء الطلبة وما يُتاح لهم من فرص للمشاركة الجسدية قد تُعدُّ عاملاً حاسمًا في تفسير مشاعر الاغتراب التي يعانون منها، مما يستوجب معالجة هذه المعيقات بطريقة منهجية وعلمية، إنّ البحث الحالي ينطلق من قناعة بأن الإدماج الحقيقي لذوي الإعاقة البصرية لا يمكن أن يتحقق دون تمكينهم من حقهم في النشاط الجسمي، وتهيئة البيئة الداعمة لذلك، وعليه، فإن هذا البحث يهدف إلى التعرف على العلاقة بين معيقات النشاط الجسمي ومستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، واستكشاف ما إذا كانت تلك المعيقات تسهم في تفاقم الشعور بالاغتراب، مما يُمكن أن يُوجِّه الجهود التربوية والنفسية نحو تصميم برامج تدخلية تراعي خصوصية هذه الفئة واحتياجاتها المتعددة.

مشكلة البحث وتساؤلاته :

تُعد الإعاقة البصرية من أكثر الإعاقات تأثيرًا على جودة حياة الفرد النفسية والاجتماعية، خاصة لدى فئة الطلاب الذين يواجهون تحديات مضاعفة في محاولة الاندماج داخل البيئة التعليمية والاجتماعية، ومن أبرز تلك التحديات ما يتعلق بالمشاركة في الأنشطة الجسمية التي أظهرت الدراسات الحديثة أهميتها في تحسين

الحالة النفسية والصحية للطلبة ذوي الإعاقة البصرية، إلا أن واقع الحال يشير إلى وجود جملة من المعيقات التي تحول دون ممارسة هؤلاء الطلبة للنشاط الجسمي، مثل غياب التكييف البيئي، وقصور الخدمات، وضعف الوعي المجتمعي، ما قد يسهم في توليد مشاعر العزلة والعجز وانخفاض المعنوية، وهي كلها مؤشرات على الاغتراب النفسي (مرعي *وآخرون*، 2022؛ خينش *وآخرون*، 2021)، وفي دراسة حديثة أُجريت في الجامعات الأردنية، تبين أن معيقات النشاط الجسمي جاءت بدرجة متوسطة، وأن مستويات الشعور بالاغتراب النفسي كانت أيضًا متوسطة، مع وجود علاقة طردية دالة بينهما (الصمادي وأبو حجلة، 2024)، كما كشفت دراسة بن عبد الله وآخرون (2018) أن المعاقين بصريًا الذين لا يمارسون الأنشطة البدنية يعانون من مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية مقارنةً بأقرانهم الممارسين. وعليه، فإن مشكلة هذا البحث تنبع من الحاجة إلى فهم العلاقة بين معيقات النشاط الجسمي وبين مستوى الشعور بالاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، في ضوء ما كشفته الدراسات السابقة من نتائج مقلقة تتعلق بانخفاض المشاركة الجسدية وارتفاع مؤشرات الاغتراب لديهم، وبالتالي تتحدد مشكلة البحث في السؤال الرئيس: **ما العلاقة بين معيقات النشاط الجسمي والاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية؟**

الأسئلة الفرعية المنبثقة:

1- ما أبرز معيقات النشاط الجسمي التي تواجه طلبة ذوي الإعاقة البصرية كما وردت في الدراسات بين عامي 2016 و2025؟
2- ما مستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية كما تم توثيقه في الأدبيات الحديثة؟
3- ما طبيعة العلاقة بين أنواع المعيقات (البيئية، النفسية، الاجتماعية) ومستوى الاغتراب النفسي؟
4- ما أوجه الشبه والاختلاف في نتائج الدراسات السابقة حول الموضوع في السياقات الثقافية والبيئية المختلفة؟

أهداف البحث:

1- تحديد أبرز معيقات النشاط الجسمي التي تواجه طلبة ذوي الإعاقة البصرية من خلال تحليل الدراسات المنشورة بين عامي 2016 و2025، وتصنيفها وفقاً لطبيعتها (بيئية، نفسية، اجتماعية، مؤسسية).

2- تحليل مستويات الاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية كما تم توثيقها في الأدبيات الحديثة، وتحديد أبعاده المختلفة (اللا معنى، اللا معيارية، العزلة الاجتماعية، اللا قدرة، اغتراب الذات).

3- استكشاف طبيعة العلاقة الارتباطية بين أنواع معيقات النشاط الجسمي المختلفة ومستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، وتحديد قوة واتجاه هذه العلاقة.

4- إجراء مقارنة تحليلية شاملة لنتائج الدراسات السابقة حول موضوع البحث في السياقات الثقافية والبيئية المختلفة، وتحديد أوجه التشابه والاختلاف في النتائج والاستنتاجات، مع تفسير الأسباب المحتملة لهذه الاختلافات.

أهمية البحث:

تنبع أهمية هذا البحث من كونه يعالج موضوعًا حيويًا يتقاطع فيه البعدان الجسمي والنفسي لدى فئة مهمّشة في كثير من الأحيان داخل النسيج التعليمي والمجتمعي

الأهمية النظرية: تتمثل الأهمية النظرية لهذا البحث في مساهمته في إثراء المعرفة العلمية في مجال علم النفس التربوي وعلوم التربية الخاصة، من خلال تسليط الضوء على العلاقة التفاعلية بين معيقات النشاط الجسمي ومظاهر الاغتراب النفسي لدى فئة محددة وهي الطلبة ذوو الإعاقة البصرية. فالدراسات التي تناولت هذه العلاقة ما تزال محدودة في الأدبيات، كما أن أغلبها يدرس أحد المتغيرين بمعزل عن الآخر، ويأتي هذا البحث ليقدم منظورًا تكامليًا يمكن من خلاله فهم كيف تتداخل الجوانب الحركية مع الأبعاد النفسية، مما يفتح المجال أمام دراسات لاحقة لتوسيع نطاق التحليل نحو متغيرات جديدة كالتوافق النفسي، أو جودة الحياة، أو فاعلية البرامج التدخلية. كما أن اعتماده على تحليل موضوعي لعدد من الدراسات المنشورة بين عامي 2016–2025، يعزز من قيمته المرجعية بوصفه توثيقًا علميًا حديثًا لتطور الخطاب الأكاديمي حول الموضوع.

الأهمية التطبيقية: يُتيح هذا البحث قاعدة بيانات تحليلية يمكن الاستفادة منها في تصميم برامج تدريبية وإرشادية موجهة للطلبة ذوي الإعاقة البصرية داخل المؤسسات التعليمية، فمن خلال التعرف إلى أبرز معيقات النشاط الجسمي، يمكن للجهات المعنية – كأقسام التربية البدنية والتربية الخاصة والإرشاد النفسي – تطوير تدخلات عملية تعالج هذه المعيقات، سواء من خلال تكييف البيئة أو تطوير المهارات الحركية أو تعزيز الدافعية للمشاركة في الأنشطة، كما يمكن الاستفادة من نتائج هذا

البحث في تطوير أدوات قياس معيارية خاصة بهذه الفئة، تقيس بدقة مستويات الاغتراب النفسي وعوامله المرتبطة بالنشاط البدني، بذلك، يمدّ البحث العاملين في الحقل التربوي والصحي والنفسي بأدوات عملية قابلة للتطبيق، تستند إلى قاعدة معرفية موثوقة.

الأهمية المجتمعية: تبرز الأهمية المجتمعية للبحث من خلال دعمه لجهود الإدماج المجتمعي لذوي الإعاقة البصرية، من خلال تسليط الضوء على الحواجز النفسية والبدنية التي تعيق مشاركتهم في الحياة الأكاديمية، فالمجتمع الذي يسعى إلى العدالة والإنصاف لا بد أن يوفر بيئات مرنة تُراعي خصوصية أفراده، وتعمل على تمكين الفئات المهمشة، ومن خلال ما يقدمه البحث من نتائج وتوصيات، يمكن توجيه السياسات والبرامج نحو تغيير النظرة المجتمعية السلبية، وتعزيز التوعية بأهمية دعم ذوي الإعاقة البصرية نفسيًا وجسديًا، مما يسهم في الحد من مشاعر العزلة والتهميش، ويساعد في بناء مجتمع أكثر شمولًا وتسامحًا وتوازنًا نفسيًا.

وعليه، فإن هذا البحث لا يُعد استجابةً لحاجة علمية فقط، بل يأتي كذلك كضرورة إنسانية وتربوية تفرضها متطلبات العدالة والشمولية في التعليم، وحق كل طالب – مهما كانت إعاقته – في العيش بكرامة، والانتماء، والمشاركة الكاملة في مجتمعه.

حدود البحث:

لتحديد نطاق الدراسة وضبط متغيراتها وتفسير نتائجها في سياقها الصحيح، فإن هذا البحث يلتزم بمجموعة من الحدود، وهي كما يلي:

الحدود الموضوعية: يقتصر هذا البحث على دراسة العلاقة بين معيقات النشاط الجسمي (البيئية، النفسية، الاجتماعية، والتنظيمية) والاغتراب النفسي (بأبعاده المختلفة: العزلة، العجز، اللا معيارية، التمرد، وانعدام المعنى) لدى الطلبة ذوي الإعاقة البصرية، وذلك من خلال تحليل موضوعي للدراسات العلمية السابقة المنشورة خلال الفترة المحددة، ولا يتناول البحث متغيرات أخرى مثل التوافق النفسي أو الاكتئاب أو التقدير الذاتي إلا إذا وردت ضمن الدراسات السابقة ذات الصلة.

الحدود البشرية: تتحدد العينة البشرية غير المباشرة لهذا البحث في الطلبة ذوي الإعاقة البصرية كما ورد وصفهم أو تضمينهم في الدراسات السابقة التي تناولت موضوعي النشاط الجسمي والاغتراب النفسي في البيئة الجامعية أو المدرسية، سواء في الوطن العربي أو خارجه، دون التطرق لفئات أخرى من ذوي الإعاقات المختلفة.

الحدود المكانية: تشمل البيئة المكانية للدراسات التي تم تحليلها في هذا البحث المؤسسات التعليمية التي تضم طلبة من ذوي الإعاقة البصرية، سواء أكانت تلك الدراسات قد أُجريت في بلدان عربية أو في بلدان أجنبية، ما دامت الدراسات منشورة ضمن قواعد بيانات علمية محكمة وضمن نطاق الموضوع.

الحدود الزمانية: يغطي هذا البحث الدراسات المنشورة خلال الفترة الزمنية من عام 2016 إلى عام 2025، وهي فترة اختيرت نظرًا لحداثة الاهتمام العلمي المتزايد بالعلاقة بين النشاط الجسمي والصحة النفسية لذوي الإعاقة البصرية، وحرصًا على تضمين أحدث ما توصلت إليه الأدبيات في هذا المجال.

التعريفات الإجرائية:

1. **معيقات النشاط الجسمي:** تُعرف إجرائياً في هذا البحث بأنها مجموعة العقبات والتحديات التي تم تحديدها والإبلاغ عنها في الدراسات السابقة (المنشورة بين 2016 و2025) والتي وُجد أنها تعيق أو تقلل من مشاركة طلبة ذوي الإعاقة البصرية في الأنشطة البدنية، وتشمل هذه المعيقات، كما صنفتها الدراسات المراجعة، الجوانب البيئية (مثل نقص المرافق، صعوبة التنقل)، المؤسسية (مثل قلة البرامج المتخصصة)، الاجتماعية (مثل ضعف الوعي، المواقف النمطية)، والنفسية الذاتية.
2. **الاغتراب النفسي:** يُعرف إجرائياً في هذا البحث بأنه الحالة النفسية التي يعاني منها طلبة ذوي الإعاقة البصرية، كما تم قياسها أو وصفها في الدراسات السابقة، ويشمل هذا المفهوم الأبعاد المختلفة للاغتراب كما تناولتها تلك الدراسات، مثل العزلة الاجتماعية، الشعور اللامعنى، اللا معيارية، اللا قدرة، واغتراب الذات، وتُقاس مستوياته بناءً على ما أوردته الدراسات من نتائج باستخدام أدوات قياس مختلفة.
3. **طلبة ذوي الإعاقة البصرية:** يُعرفون إجرائياً في هذا البحث بأنهم الأفراد الذين كانوا مجتمع الدراسة أو عينة البحث في الدراسات السابقة، والذين تم تعريفهم في تلك الدراسات على أنهم يعانون من إعاقة بصرية (كف كلي أو ضعف بصر)، سواء كانوا مسجلين في مؤسسات تعليمية جامعية أو مدرسية.
4. **مستوى الاغتراب النفسي:** يُعرف إجرائياً في هذا البحث بأنه الدرجة الكمية أو الوصفية للاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، كما تم الإبلاغ عنها في نتائج الدراسات السابقة التي تم تحليلها، ويستند تحديد هذا المستوى إلى

متوسطات الدرجات أو النسب المئوية أو الأوصاف النوعية التي قدمتها تلك الدراسات بناءً على أدوات القياس أو المنهجيات المستخدمة.

5. **المشاركة في النشاط الجسمي:** تُعرف إجرائياً في هذا البحث بأنها مدى وتيرة أو كمية الانخراط في الأنشطة البدنية المنظمة أو غير المنظمة من قبل طلبة ذوي الإعاقة البصرية، كما تم تقييمها أو الإبلاغ عنها ضمن الدراسات السابقة، وتستند هذه المشاركة إلى ما ورد في نتائج تلك الدراسات من مستويات أو مقارنات بين الممارسين وغير الممارسين أو أشكال أخرى من تقييم النشاط البدني.

الدراسات السابقة :

تناولت العديد من الدراسات العربية والأجنبية معيقات النشاط الجسمي (البدني) وعلاقتها بالشعور بالاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، مع تسليط الضوء على العوامل النفسية والاجتماعية والبيئية المؤثرة، فيما يلي عرضٌ مُنظَّم لأبرز هذه الدراسات:

أولاً ـ دراسات ركزت على العلاقة بين المعيقات والاغتراب:

كشفت دراسة أبو حجة والصمادي (2024) في الأردن عن وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين معيقات النشاط الجسمي (مثل نقص المرافق والتسهيلات، وصعوبة التنقل، وقلة البرامج المتخصصة) والشعور بالاغتراب النفسي لدى الطلبة ذوي الإعاقة البصرية، وأشارت النتائج إلى أن مستوى الاغتراب جاء بدرجة متوسطة، مما يُعزى جزئياً إلى الحواجز البيئية والاجتماعية.

وبتحليل أعمق أوضحت دراسة العدرة (2016) أن هذه المعيقات تشمل صعوبات إدارية (كعدم كفاية الإرشاد الأكاديمي)، ودراسية (كصعوبة المنافسة مع الأقران)، وبيئية (كنقص القاعات المناسبة)، مما يفاقم الشعور بالعزلة، من جهة أخرى ربطت دراسة السعايدة (2018) بين ارتفاع مستويات الاغتراب وغياب الدعم الاجتماعي، خاصة لدى الإناث وذوي الإعاقة الكلية.

وقد طورت دراسة Punia & Berwal (2017) مقياساً للاغتراب لدى الطلبة المكفوفين، مما يسهم في فهم هذه الظاهرة وقياسها بدقة أكبر، كما أن دراسة عبدالغفار (2020) بحثت العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والانسحاب والاغتراب لدى الأطفال المكفوفين، مما يعمق فهمنا للجوانب المعرفية المرتبطة بالاغتراب.

ثانياً- دراسات حول معيقات النشاط البدني :

أكدت الدراسات الكمية على تدني مستويات النشاط البدني، ففي دراسة Adhikari وآخرون (2024)، سجل الأطفال ذوو الإعاقة البصرية مستويات أقل من النشاط البدني المعتدل إلى القوي مقارنة بأقرانهم المبصرين، خاصة خلال ساعات المدرسة، مما يعكس عدم ملاءمة البرامج المدرسية، وحددت دراسة Flynn وآخرون (2024) الحواجز الرئيسية لدى البالغين، مثل نقص وسائل النقل (54.8%) وصعوبة الوصول إلى أنشطة ممتعة (47%)، مما يساهم في تدني المشاركة. كما أظهرت دراسة Cain وآخرون (2023) في أستراليا أن الحواجز البيئية (كعدم تكييف المرافق) والاجتماعية (كالنظرة النمطية) تحد من تنمية المهارات الحركية وتقلل الثقة بالنفس لدى الطلبة، واستكشفت دراسة Stanimirov وآخرون (2020) عوامل مشاركة الشباب ذوي الإعاقة البصرية في النشاط البدني، مسلطة الضوء على العوائق البيئية والنفسية التي تواجههم. في حين درست دراسة Jaganjac وآخرون (2020) الأنشطة اليومية (بما فيها النشاط البدني) لدى البالغين المكفوفين العاملين، مما يقدم منظوراً حول التحديات في سياق العمل، أما دراسة Kirk & Haegele (2019) فقد استكشفت معتقدات القيمة والتوقع والهوية تجاه النشاط البدني لدى البالغين، مما يسهم في فهم الجوانب النفسية والمعرفية المؤثرة على المشاركة. وقد حللت دراسة Haegele وآخرون (2020) النشاط البدني لدى الأطفال المكفوفين وأسرهم، مما يبرز دور الأسرة في تشجيع أو إعاقة النشاط البدني.

ثالثاً - دراسات حول تقييم البرامج والأنشطة الرياضية :

تناولت دراسة مرعي وآخرون (2022) تقويم برامج الأنشطة الرياضية لذوي الإعاقة البصرية في الجامعات المصرية، وأشارت إلى معيقات مثل عدم وضوح أهداف البرامج وعدم استخدام أساليب تكنولوجية حديثة، كما درست دراسة بواحية ومهيدي (2020) مستوى النشاط البدني وعلاقته بنسبة دهون الجسم لدى التلاميذ ضعاف البصر، وبحثت دراسة خينش وآخرون (2021) مساهمة الأنشطة الرياضية في تحقيق التكيف الاجتماعي، مما يبرز الدور الإيجابي للنشاط البدني في التكيف، أما دراسة المنصور (2021) فقد تناولت برنامجاً تدريبياً لتنمية مهارات الإدراك الحس-حركي لأطفال الروضة المعاقين بصرياً، مما يسهم في التدخل المبكر، وقدمت دراسة Carretti وآخرون (2023) مراجعة حول تأثير النشاط الرياضي على توازن المكفوفين، مما يسلط الضوء على الفوائد الحركية المحددة للنشاط البدني، في حين

درست دراسة Nastasi وآخرون (2021) تجارب كبار السن المكفوفين في النشاط البدني، مما يوسع فهمنا عبر الفئات العمرية المختلفة.

رابعاً - دراسات ربطت النشاط البدني بالصحة النفسية :

كشفت دراسات عربية أن تعزيز النشاط البدني يخفف من المشكلات النفسية، على سبيل المثال وجدت دراسة حساك وآخرون (2021) أن ممارسة النشاط الرياضي الترويحي قللت بشكل ملحوظ من الضغوط النفسية (كالقلق والاكتئاب) لدى الأطفال ضعاف البصر في الجزائر (جماك وآخرون، 2021)، في المقابل حذرت دراسة الشريني وآخرون (2023) من أن تدني المشاركة في الأنشطة البدنية يرتبط بتدني التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين في عُمان، مما يعزز مشاعر الرفض الذاتي، ودرست دراسة بن عبد الله وآخرون (2018) مصادر ومستويات الضغوط النفسية لدى الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية، مما يقدم مقارنة مفيدة بين الفئتين، كما درست دراسة الخولي وشاهين (2021) العلاقة بين الاكتئاب والثقة بالنفس لدى الأطفال ذوي الإعاقة البصرية، مما يسلط الضوء على الجوانب النفسية المحددة، أما دراسات مثل Haegele وآخرون (2017)، فقد أثبتت أن النشاط البدني هو مؤشر رئيسي لجودة الحياة المرتبطة بالصحة (HRQoL) لدى البالغين ذوي الإعاقة البصرية، حيث يقلل من حدة المشكلات النفسية، كما دعمت دراسة Munaw & Tegegn (2022) في إثيوبيا هذه النتائج، حيث سجل البالغون ذوو الإعاقة البصرية معدلات أعلى من الضيق النفسي (43.2%) مقارنة بالمبصرين (18.9%)، وارتبط ذلك بالعزلة الاجتماعية، واستعرضت دراسة Augestad & Alsnes (2020) العلاقة بين النشاط البدني واللياقة والرفاهية، مما يقدم نظرة شاملة على الفوائد متعددة الأبعاد، كما قدمت دراسة Yang & Chang (2022) نموذجاً معيارياً للتنبؤ بجودة الحياة الصحية للمكفوفين، مما يسهم في فهم العوامل المؤثرة على الصحة العامة.

خامساً - دراسات حول الجوانب النفسية والاجتماعية:

ربطت دراسة Kong وآخرون (2020) بين وصمة الذات والوحدة لدى الطلبة الجامعيين المكفوفين، مما يسلط الضوء على التحديات النفسية والاجتماعية التي يواجهونها، وقد درست دراسة McKay & McCubbin (2024) الضائقة النفسية لدى الأطفال المكفوفين وعلاقتها بالعوامل الأسرية، مما يبرز دور البيئة الأسرية في الصحة النفسية، كما قارنت دراسة Alsubaie (2025) القلق الاجتماعي وتقدير الذات بين المكفوفين والمبصرين، مما يقدم منظوراً مقارناً حول التحديات النفسية،

وحللت دراسة الحمودي (2023) المشكلات الاجتماعية والاقتصادية التي تواجه أسر الطلبة ذوي الإعاقة البصرية، مما يوسع فهمنا للسياق الاجتماعي والاقتصادي.

يلاحظ أن الدراسات السابقة تُظهر اتساقاً في التأكيد على أن المعيقات البيئية (نقص المرافق، صعوبة التنقل) والبرامجية (عدم وجود أنشطة مكيفة، قلة المدربين المتخصصين) والنفسية-الاجتماعية (الوصمة، ضعف الدعم) تُعَدّ عوامل مشتركة بين السياقات العربية والعالمية Cai وآخرون (2021)، (أبو حجة والصمادي، 2024)، كما تُبرز هذه الدراسات حلقة مُفرغة: فالمعيقات تقلل المشاركة في النشاط البدني، مما يفاقم الاغتراب والضيق النفسي، والذي بدوره يزيد العزلة ويحدّ من المبادرة نحو النشاط وآخرون Ruin (2023) (السعايدة، 2018)، في المقابل تُشير الأدلة القوية إلى أن البرامج الرياضية المُعدَّلة لا تُحسِّن اللياقة البدنية فحسب، بل تعزز أيضاً التكيف النفسي والاندماج الاجتماعي، مما يقلل مشاعر الاغتراب Haegele & Zhu (2019) (عروسي وعتوتي، 2020).

الإجراءات المنهجية للبحث:

منهجية البحث:

اعتمدت البحث منهجية المراجعة التحليلية للدراسات السابقة بهدف استكشاف وتوليف المعرفة المتراكمة حول معيقات النشاط الجسمي وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، تماشياً مع طبيعة مشكلة البحث وأسئلته وأهدافه، تم توظيف المنهج التحليلي الموضوعي للدراسات العلمية المنشورة ذات الصلة بالموضوع.

تصميم البحث ومصادر البيانات:

يُعد هذا البحث دراسة تحليلية مكتبية، حيث لم يتم جمع بيانات ميدانية، بدلاً من ذلك ارتكز البحث بشكل كامل على تحليل محتوى الدراسات العلمية المحكمة والمنشورة في الدوريات الأكاديمية المتخصصة، وقد حُدّدت الفترة الزمنية للدراسات التي تم تضمينها في التحليل بعشر سنوات، امتداداً من عام 2016 إلى عام 2025، وذلك لضمان مواكبة أحدث التطورات والنتائج في الأدبيات الحديثة المتعلقة بالموضوع.

إجراءات تحليل البيانات:

تم اتباع معايير منهجية صارمة لضمان الدقة والموضوعية في اختيار الدراسات وتصنيفها وتحليل مضامينها، تمثلت الخطوة الأساسية في تطبيق منهج التحليل الموضوعي (Thematic Analysis) على محتوى (45) دراسات مختارة، شملت

عملية التحليل قراءة متأنية للدراسات واستخلاص النتائج والاستنتاجات الرئيسية المتعلقة بـ:

1. أبرز المعيقات التي تحد من مشاركة طلبة ذوي الإعاقة البصرية في النشاط الجسمي، وتصنيفها وفقاً لطبيعتها (بيئية، نفسية، اجتماعية، مؤسسية).
2. مستويات الاغتراب النفسي لدى هذه الفئة وأبعاده المختلفة (اللامعنى، اللا معيارية، العزلة الاجتماعية، اللاقدرة، اغتراب الذات) كما وردت في الدراسات.
3. طبيعة العلاقة الارتباطية بين أنواع المعيقات المختلفة ومستوى الاغتراب النفسي، وتحديد قوة واتجاه هذه العلاقة إن أمكن من خلال النتائج المبلغ عنها.
4. مقارنة نتائج الدراسات في سياقات ثقافية وجغرافية وبيئية مختلفة، وتحديد أوجه الشبه والاختلاف وتفسير الأسباب المحتملة.

وقد اقتصر التحليل على ما ورد صراحةً في نتائج واستنتاجات الدراسات المنشورة، دون إعادة تحليل للبيانات الأصلية أو إجراء مقارنات إحصائية جديدة خارج نطاق ما قدمته الدراسات نفسها.

باختصار، اتبعت هذه الدراسة منهجية تحليلية معمقة للأدبيات العلمية الحديثة لتقديم صورة شاملة عن معيقات النشاط الجسمي وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، مع التركيز على تركيب النتائج المتوفرة وتحديد الفجوات المعرفية المستقبلية بناءً على التحليل الموضوعي لمحتوى الدراسات المختارة ضمن الإطار الزمني المحدد.

التحليل الموضوعي (Thematic Analysis)

في سبيل تحقيق الأهداف المحددة لهذه الدراسة، والتي تركز على توليف المعرفة المستقاة من الأدبيات السابقة حول معيقات النشاط الجسمي وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، تم اعتماد وتطبيق منهجية التحليل الموضوعي، ولم تقتصر هذه المنهجية على مجرد التلخيص السطحي لمحتوى الدراسات المختارة، بل استهدفت التعمق في النصوص البحثية لتحديد الأنماط المتكررة، المفاهيم الرئيسية، والثيمات البارزة التي تعالج مختلف جوانب الظاهرة قيد الدراسة.

عملية التحليل:

تمت عملية التحليل الموضوعي باتباع الخطوات المنهجية القياسية، مع تكييفها لتناسب طبيعة تحليل مراجعة الأدبيات. شملت هذه الخطوات ما يلي:

1- **الإلمام المعمق بالبيانات:** بدأت العملية بقراءة متأنية ومتكررة لجميع الدراسات التي تم تحديدها وتصنيفها، وهدفت هذه القراءة إلى تكوين فهم شامل للمحتوى، السياق البحثي لكل دراسة، والنتائج والاستنتاجات الرئيسية المتعلقة بموضوع البحث.

2- توليد الرموز الأولية: بعد الإلمام الأولي، تم المرور عبر متن كل دراسة بشكل دقيق، وتم تحديد العبارات، الجمل، أو الفقرات ذات الدلالة المهمة والتي تعكس جوانب من المعيقات، الاغتراب النفسي، النشاط البدني، أو العلاقات بينها. تم إعطاء كل جزء ذي معنى رمزاً أولياً موجزاً يصف محتواه، على سبيل المثال، دراسة أبو حجلة والصمادي (2024) ذكرت أن "صعوبات التسجيل الإداري" تمثل معيقات، تم ترميزها برمز مثل "معيقات إدارية"، ودراسة السعايدة (2018) التي أشارت إلى أن المكفوفين أكثر شعوراً بـ "العزلة" من ضعاف البصر، تم ترميزها برمز مثل "الاغتراب - العزلة - شدة الإعاقة."

3- البحث عن الثيمات المحتملة: تم تجميع الرموز الأولية المتنوعة في مجموعات بناءً على تشابهها أو ارتباطها المفاهيمي، بدأت هذه المجموعات في تشكيل مسودة أولية للثيمات الرئيسية، على سبيل المثال تم تجميع رموز مثل "قلة المنح الرياضية" (مرعي وآخرون، 2022)، "صعوبة توفير المواصلات" (الحمودي، 2023)، و"التحديات البيئية والمؤسسية" (أبو حجلة والصمادي، 2024) تحت ثيمة أوسع تتعلق بـ "المعيقات البيئية والمؤسسية للنشاط البدني"، كما تم تجميع رموز مثل "الشعور بالوحدة (السعايدة، 2018؛ Kong *et al.*، 2020)، "الضغوط النفسية" (بن عبد الله وآخرون، 2018؛ Munaw & Tegegn، 2022)، و"الاكتئاب" (الخولي وشاهين، 2021) تحت ثيمة تتعلق بـ "الجوانب النفسية والاغتراب."

4- مراجعة وتنقيح الثيمات: تم فحص الثيمات المقترحة وتقييم مدى ملاءمتها، تماسكها الداخلي، وتميزها عن بعضها البعض، وتم التأكد من أن الثيمات تعكس بدقة جوهر البيانات المستخلصة وأنها تغطي نطاق البحث بشكل شامل، في هذه المرحلة تم أيضاً مقارنة الثيمات مع أسئلة البحث وأهدافه للتأكد من قدرتها على توفير إجابات مستنيرة.

5-تحديد وتسمية الثيمات النهائية: تم تحديد مجموعة من الثيمات النهائية التي تمثل المحاور الرئيسية للنتائج، تم إعطاء كل ثيمة اسماً واضحاً ومعبراً. هذه الثيمات هي التي شكلت أساس عرض النتائج ومن أبرز هذه الثيمات:

- معيقات النشاط الجسمي: تناولت النتائج التي تحدد العوائق المختلفة التي تواجه طلبة الإعاقة البصرية للمشاركة في الأنشطة البدنية، مثال: دراسات مثل مرعي وآخرون

(2022) وأبو حجلة والصمادي (2024) التي فصلت أنواع المعيقات (إدارية، بيئية، اجتماعية).

ـ مستوى النشاط البدني والعوامل المرتبطة به: جمعت النتائج المتعلقة بتقدير مستويات النشاط البدني والعوامل التي ترتبط به مثل العمر، الجنس، وشدة الإعاقة، مثال: دراسات مثل بولحية ومهيدي (2020) وCai وآخرون (2021) التي أشارت إلى انخفاض المستويات وتأثرها بمتغيرات مثل الجنس وضعف البصر.

ـ الحالة النفسية وأبعاد الاغتراب: شملت النتائج التي تصف مستويات وأنواع الاغتراب النفسي والحالات النفسية الأخرى مثل القلق والاكتئاب، مثال: دراسات مثل السعايدة (2018) التي فصلت أبعاد الاغتراب وعلاقتها بخصائص الإعاقة، ودراسة Munaw & Tegegn (2022) التي قارنت الضغوط النفسية بين ذوي الإعاقة البصرية والمبصرين.

ـ العلاقة بين النشاط البدني والجوانب النفسية/الاجتماعية: ركزت على النتائج التي توضح الارتباط بين الانخراط في النشاط البدني ومؤشرات الصحة النفسية والاجتماعية أو الاغتراب، مثال: دراسات مثل خينش وآخرون (2021) التي أظهرت مساهمة الأنشطة الرياضية في التكيف الاجتماعي، ودراسة Haegele وآخرون (2023) التي ربطت النشاط البدني بجودة الحياة المرتبطة بالصحة.

كتابة التقرير: تم عرض الثيمات المحددة بشكل منظم، مع وصف كل ثيمة بالتفصيل والاستناد إلى النتائج المحددة من الدراسات الأصلية لدعمها، مع الإشارة الواضحة إلى المراجع (الدراسات) التي ساهمت في بناء كل ثيمة.

لقد مكن تطبيق منهجية التحليل الموضوعي من تجاوز مجرد الوصف السطحي للدراسات السابقة، إلى بناء فهم تحليلي وعميق للمعرفة المتاحة حول معيقات النشاط الجسمي وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، مما سهل عملية تجميع النتائج، تحديد الاتجاهات، وتحديد الفجوات البحثية الراهنة.

النتائج الرئيسية للبحث:

كشف التحليل الموضوعي للدراسات المشمولة عن مجموعة من النتائج المترابطة والمتسقة إلى حد كبير فيما يتعلق بمعيقات النشاط الجسمي وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية:

1. تشير النتائج إلى أن مستويات المشاركة في الأنشطة البدنية لدى هذه الفئة من الطلبة تميل لأن تكون أقل مقارنة بأقرانهم غير المعاقين بصرياً، مع ميل أكبر نحو السلوكيات الخاملة.
2. أبرز التحليل وجود مجموعة واسعة من العوامل التي تعيق المشاركة في النشاط الجسمي، وتشمل هذه المعيقات جوانب مرتبطة بالبيئة المادية، الهياكل المؤسسية والبرامج المتاحة، التفاعلات الاجتماعية والمواقف المحيطة، بالإضافة إلى العوائق الاقتصادية.
3. تظهر النتائج أن طلبة ذوي الإعاقة البصرية يعانون من مستويات مرتفعة نسبياً من الاغتراب النفسي وأبعاده المختلفة (مثل الشعور بالوحدة، اللامعنى، وغيرها)، فضلاً عن زيادة في مستويات الضغوط النفسية والقلق.
4. توجد علاقة ارتباطية بين مواجهة المعيقات المختلفة للنشاط الجسمي وزيادة الشعور بالاغتراب النفسي لدى هذه الفئة.
5. يسهم الانخراط في النشاط البدني والرياضة في تحسين جوانب مهمة من الصحة النفسية والاجتماعية، مثل تقليل الضغوط النفسية ومشاعر الاغتراب والوحدة، وتعزيز التكيف الاجتماعي وصورة الجسم الإيجابية، مما ينعكس على جودة الحياة المتعلقة بالصحة.
6. تلعب عوامل الدعم المختلفة (اجتماعي، أسري، مؤسسي) والجوانب النفسية الإيجابية (مثل الكفاءة الذاتية) دوراً وقائياً وداعماً في تعزيز المشاركة في النشاط البدني وتحسين الحالة النفسية.

وبهذا، تؤكد النتائج المستخلصة أن معيقات النشاط الجسمي والاغتراب النفسي ظاهرتان مترابطتان لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، وأن تعزيز النشاط البدني يمثل استراتيجية فعالة للتخفيف من المشكلات النفسية والاجتماعية لديهم، مع ضرورة معالجة المعيقات المحيطة وتعزيز عوامل الدعم.

توصيات البحث:

1. ضرورة التركيز على معالجة شاملة للمعيقات التي تحد من مشاركة طلبة ذوي الإعاقة البصرية في النشاط الجسمي، لا سيما المعيقات البيئية (نقص المرافق والتسهيلات، صعوبة التنقل) والمؤسسية (قلة البرامج المتخصصة والمدربين المؤهلين) والاجتماعية (ضعف الوعي، المواقف السلبية).

2. يجب على المؤسسات التعليمية والجهات المعنية تفعيل دور النشاط البدني والرياضة كأداة أساسية للحد من مشاعر الاغتراب والعزلة والضغوط النفسية لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، من خلال توفير فرص منتظمة وجذابة للمشاركة.
3. يتطلب الأمر تصميم وتنفيذ برامج رياضية وأنشطة بدنية معدلة تراعي الاحتياجات والقدرات الخاصة لطلبة ذوي الإعاقة البصرية، مع الاستفادة من التكنولوجيا الحديثة وأساليب التدريب المبتكرة لزيادة فاعلية المشاركة.
4. ينبغي العمل على تقوية عوامل الدعم المختلفة (الأسرية، الاجتماعية، المؤسسية) وتنمية الجوانب النفسية الإيجابية (كفاءة الذات) لدى هؤلاء الطلبة، لما لها من دور وقائي وداعم في تعزيز مشاركتهم وتحسين حالتهم النفسية والجسدية.
5. لابد من تكثيف الجهود لتغيير النظرة المجتمعية السلبية والوصمة المرتبطة بالإعاقة، وزيادة الوعي بأهمية النشاط البدني والاجتماعي لهذه الفئة، لخلق بيئات أكثر شمولاً وتسامحاً تدعم مشاركتهم الكاملة.

مقترحات لبحوث مستقبلية:

1. إجراء دراسات تجريبية لتقييم فاعلية برامج تدخلية محددة (مثل برامج رياضية معدلة، ورش عمل لتعزيز الكفاءة الذاتية، برامج دعم اجتماعي) في تقليل المعيقات وزيادة المشاركة في النشاط البدني، وبالتالي خفض مستويات الاغتراب النفسي لدى هذه الفئة.
2. استخدام المنهجيات النوعية (مثل المقابلات المتعمقة أو مجموعات التركيز) لاستكشاف التجارب الحياتية لطلبة ذوي الإعاقة البصرية أنفسهم، لفهم أعمق للمعنى الذي تكتسبه معيقات النشاط الجسمي ومشاعر الاغتراب بالنسبة لهم، وكيفية تفاعل هذه العوامل في سياق حياتهم اليومية.
3. إجراء دراسات مقارنة تتناول العلاقة بين معيقات النشاط الجسمي والاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية في سياقات ثقافية أو بيئية أو تعليمية مختلفة (مثل مقارنة بين دول مختلفة، أو بين طلبة المدارس وطلبة الجامعات)، لتحديد دور السياق في تشكيل هذه العلاقة.
4. توسيع نطاق البحث ليشمل استكشاف العلاقة بين معيقات النشاط الجسمي ومتغيرات نفسية واجتماعية أخرى لم يتم التركيز عليها في الدراسات السابقة

مثل التوافق النفسي، جودة الحياة، المرونة النفسية، أو الشعور بالانتماء الأكاديمي، لفهم الصورة الأشمل لتأثير هذه المعيقات.

الخاتمة:

بناءً على المراجعة التحليلية المعمقة للأدبيات والدراسات الحديثة، تكشف هذه الدراسة بوضوح عن التداخل المعقد والارتباط الوثيق بين معيقات النشاط الجسمي ومظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة ذوي الإعاقة البصرية، لقد أكدت النتائج المستخلصة أن هذه الفئة تواجه مجموعة متنوعة من العوائق، سواء كانت بيئية تتمثل في قصور المرافق وصعوبة الوصول، أو مؤسسية تتعلق بنقص البرامج المتخصصة والمدربين المؤهلين، أو اجتماعية تكمن في ضعف الوعي والمواقف النمطية، بالإضافة إلى المعيقات النفسية الذاتية، والأهم من ذلك أظهر التحليل وجود علاقة ارتباطية قوية ودالة بين مواجهة هذه المعيقات وازدياد الشعور بالاغتراب النفسي لدى هؤلاء الطلبة، الذي يتجسد في أبعاد مختلفة كالشعور العميق بالعزلة الاجتماعية، وفقدان الإحساس باللا معنى ، وتدني تقدير الذات والقدرة على الفعل، مما يفاقم من الضغوط النفسية والقلق لديهم، إن هذه العلاقة تسلط الضوء على حقيقة محورية مفادها أن القيود المفروضة على الحركة والمشاركة الجسدية لا تبقى مجرد تحديات بدنية، بل تمتد لتنسج خيوطاً من العزلة والتهميش النفسي، معيقة بذلك اندماجهم الحقيقي في الحياة الجامعية والمجتمعية. في المقابل، أبرزت النتائج الدور الوقائي والداعم الهام للمشاركة في النشاط البدني وعوامل الدعم المختلفة (الأسرية، الاجتماعية، المؤسسية) في التخفيف من هذه المشاعر السلبية وتعزيز التكيف الإيجابي والصحة النفسية، إن هذا البحث بتقديمه صورة موحدة لهذه الظاهرة المترابطة، يؤكد أن معالجة معيقات النشاط الجسمي وتوفير بيئات داعمة ليست مجرد خطوة نحو تحسين اللياقة البدنية، بل هي استراتيجية أساسية لمكافحة الاغتراب النفسي، وضمان رفاههم النفسي والاجتماعي، وتحقيق مبادئ العدالة والشمولية التي تكفل حقهم في العيش بكرامة والمشاركة الكاملة والفعالة في مجتمعاتهم.

المراجـــــــــــــع:

المراجع العربية:

أبو حجلة، إيثار كمال مصطفى، وجميل محمود الصمادي (2024). معيقات النشاط الجسمي لدة الطلبة ذوي الإعاقة البصرية في الجامعات الأردنية وعلاقتها بالشعور بالاغتراب لديهم. المجلة التربوية الأردنية، 9 ملحق، 223 - 346.

بن عبد الله، عبد القادر، وعيسى الهادي، ومحمد حبارة (2018). مصادر ومستويات الضغوط النفسية لدى الأفراد المعاقين بصرياً الممارسين والغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية المكيفة: دراسة بمركز المكفوفين بولاية المسيلة الجزائر. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 10(1)، 335-356.

بولحية، محمد، ومحمد مهيدي (2020). مستوى النشاط البدني وعلاقته بنسبة دهون الجسم لدى التلاميذ ضعاف البصر (12-14 سنة). مجلة النشاط البدني والرياضي المجتمع والتربية والصحة، 3(1)، 34-48.

حساك، لقويتي، وسعد بن الريم، ولخضر بن قيدة (2021). أثر ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في التقليل من بعض الضغوطات النفسية لدى الأطفال المعاقين بصريا (9-12) سنة: دراسة ميدانية بمدرسة صغار الأطفال المكفوفين ببلدية الجلفة. مجلة المسار الرياضي، 3(6)، 7-27.

الحمودي، نوره ناصر (2023). المشكلات الاجتماعية والاقتصادية التي تواجه الطلاب ذوي الإعاقة البصرية وأسرهم (دراسة ميدانية في مدارس التعليم العام بمحافظة جدة). المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي، 55، 74-106.

الخولي، أيمن عبد الرازق، وهيام صابر شاهين (2021). الاكتئاب وعلاقته بالثقة بالنفس لدى الأطفال ذوي الإعاقة البصرية. المجلة الدولية لدراسات الطفولة والمرأة، 1(1)، 95-125.

خينش، علي، وموارد قيال، وعامر محاد (2021). مساهمة الأنشطة الرياضية المعدّلة في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى فئة الإعاقة البصرية (ضعاف البصر) 09-12 سنة. مجلة المسار الرياضي، 3(6)، 127-143.

السعايدة، ناجي منور (2018). الاغتراب النفسي لدى المعاقين بصرياً في الأردن في ضوء بعض المتغيرات. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 26(6)، 171 - 191.

الشربينى، محمد محمد كامل، وأمجد بن حسن الحاج، وأحمد ثابت هلال إبراهيم، ومعاذ بن خلفان بن سعيد الرقادي، ورؤى سعيد سالم العبري (2023). واقع التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب ذوي الإعاقة البصرية في مؤسسات التعليم العالي في سلطنة عمان. مجلة جامعة ام القرى للعلوم الاجتماعية، 15 (4)، 31-46.

عبدالغفار، سعد عبدالمطلب (2020). الافكار اللاعقلانية وعلاقتها بالانسحاب والاغتراب لدى الاطفال المكفوفين بالحلقة الاولى من التعليم الاساسي. مجلة كلية التربية بالمنصورة، 109(2)، 975-1013.

العدرة، إبراهيم أحمد (2016). التحديات التي تواجه الطلبة ذوي الإعاقة في الجامعة الأردنية: دراسة ميدانية. دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية، 43، ملحق 5، 2013-2032.

عروسي، الدراجي، ونورالدين عتوتي (2018). النشاط الرياضي المكيف ودوره في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين بصرياً. مجلة الابداع الرياضي: مجلة علمية متخصصة في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، 9(2)، 359-376.

مرعي، أشرف عيد، واحمد السيد محمود متولي، وأشرف محمود حسين محمد، وعمر رفعت إبراهيم السيد (2022). تقويم برامج الأنشطة الرياضية للطلاب ذوي الإعاقة البصرية في بعض الجامعات المصرية. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة. جامعة حلوان، 96(3)، 483-513. doi: 10.21608/jsbsh.2022.158855.2224

المنصوري، ندى احمد احمد (2021). برنامج تدريبي لتنمية بعض مهارات الإدراك الحس–حركي لدي أطفال الروضة المعاقين بصريًا. المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة–جامعة المنصورة، 7(4)، 140-190.

المراجع الأجنبية:

Adhikari, S., Van Rens, F., Van Nispen, R., Galna, B., Elsman, E., Poudel, M., & Van Rens, G. (2024). Differences in Objective Physical Activity Between Children With Visual Impairment and Those With Normal Sight. Translational Vision Science & Technology, 13. https://doi.org/10.1167/tvst.13.7.18.

Alsubaie, S. (2025). Social Anxiety Symptoms in The Visually Impaired Versus Healthy Control: Saudi Arabian Samples. Neuropsychiatric Disease and Treatment, 21, 185 - 191. https://doi.org/10.2147/NDT.S500703.

Augestad, L., & Alsnes, I. (2020). Physical activity, fitness, body composition, and well-being among persons with visual impairments. , 131-142. https://doi.org/10.4324/9781003003175-11.

Bednarczuk, G., Bandura, W., Rutkowska, I., & Starczewski, M. (2025). Balance Level and Fundamental Motor Skills of Youth with Visual Impairments: Pilot Study. Journal of Clinical Medicine, 14. https://doi.org/10.3390/jcm14103483.

Cai, Y., Schrack, J., Wang, H., E, J., Wanigatunga, A., Agrawal, Y., Urbanek, J., Simonsick, E., Ferrucci, L., & Swenor, B. (2021). Visual Impairment and Objectively Measured Physical Activity in Middle-Aged and Older Adults.. The journals of gerontology. Series A, Biological sciences and medical sciences. https://doi.org/10.1093/gerona/glab103.

Cain, M., Fanshawe, M., Armstrong, E., & Lieberman, L. (2023). Barriers to Physical Activity for Australian Students with Vision Impairment. International Journal of Disability, Development and Education, 71, 908 - 926. https://doi.org/10.1080/1034912X.2023.2232327.

Caputo, E., Da Silva, R., Da Cunha, L., Krüger, G., & Reichert, F. (2022). Physical Activity and Quality of Life in People With Visual Impairments: A Systematic Review. Journal of Visual Impairment & Blindness, 116, 48 - 60. https://doi.org/10.1177/0145482X211072567.

Carretti, G., Manetti, M., & Marini, M. (2023). Physical activity and sport practice to improve balance control of visually impaired individuals: a narrative review with future perspectives. Frontiers in Sports and Active Living, 5. https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1260942.

Choi, S., & Pionke, J. (2024). Characteristics of Physical Activity Interventions for People With Visual Impairments: A Scoping Review.. Adapted physical activity quarterly : APAQ, 1-25 . https://doi.org/10.1123/apaq.2023-0113.

Da Silva, R., Marques, A., & Reichert, F. (2018). Objectively measured physical activity in Brazilians with visual impairment: description and associated factors. Disability and Rehabilitation, 40, 2131 - 2137. https://doi.org/10.1080/09638288.2017.1327984.

Demmin, D., & Silverstein, S. (2020). Visual Impairment and Mental Health: Unmet Needs and Treatment Options. Clinical Ophthalmology (Auckland, N.Z.), 14, 4229 - 4251. https://doi.org/10.2147/OPTH.S258783.

Flynn, L., Millar, K., Belton, S., O'Connor, N., Meegan, S., Britton, Ú., & Behan, S. (2024). Investigating physical activity levels in adults who are blind and vision impaired.. Disability and health journal, 101594 . https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2024.101594.

Haegele, J., & Zhu, X. (2019). Physical Activity, Self-efficacy and Health-related Quality of Life among Adults with Visual Impairments. Disability and Rehabilitation, 43, 530 - 536. https://doi.org/10.1080/09638288.2019.1631397.

Haegele, J., Famelia, R., & Lee, J. (2017). Health-related quality of life, physical activity, and sedentary behavior of adults with visual impairments. Disability and Rehabilitation, 39, 2269 - 2276. https://doi.org/10.1080/09638288.2016.1225825.

Haegele, J., Zhu, X., & Kirk, T. (2020). Physical Activity Among Children with Visual Impairments, Siblings, and Parents: Exploring Familial Factors. Maternal and Child Health Journal, 25, 471 - 478. https://doi.org/10.1007/s10995-020-03080-5.

Haegele, J., Zhu, X., & Luginsland, L. (2023). The role of social support in the relationship between physical activity and health-related quality of life among adults with visual impairments.. Disability and health journal, 101518 . https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2023.101518.

Jaganjac, A., Hadžiomerović, A., Katana, B., Trtak, N., Kaljić, E., Konjo, H., & Redžović, A. (2020). Daily activities of employed persons with visual impairment. Journal of Health Science, 10, 157-169. https://doi.org/10.17532/jhsci.2020.893.

Kirk, T., & Haegele, J. (2019). Expectancy-value beliefs, identity, and physical activity among adults with visual impairments. Disability and Rehabilitation, 43, 516 - 524. https://doi.org/10.1080/09638288.2019.1631395.

Kong, L., Gao, Z., Xu, N., Shao, S., , H., He, Q., Zhang, D., Xu, H., & Qu, H. (2020). The relation between self-stigma and loneliness in visually impaired college students: Self-acceptance as mediator.. Disability and health journal, 101054 . https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2020.101054.

McKay, C., & McCubbin, I. (2024). Investigating psychological distress in children with a visual impairment: The role of parental factors. British Journal of Visual Impairment. https://doi.org/10.1177/02646196241305553.

Munaw, M., & Tegegn, M. (2022). Visual impairment and psychological distress among adults attending the University of Gondar tertiary eye care and training center, Northwest Ethiopia: A comparative cross-sectional study. PLoS ONE, 17. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264113.

Nastasi, J., Kenyon, K., & Tirney, D. (2021). Physical Activity in Older Adults with Visual Impairment. Topics in Geriatric Rehabilitation, 38, 215 - 224. https://doi.org/10.1097/TGR.0000000000000365.

Pan, C., Tsai, C., Hsu, P., Chen, F., Jiang, S., & Chu, C. (2022). Levels and patterns of physical activity and sedentary behavior in adults with and without visual impairment.. Disability and health journal, 101361 . https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2022.101361.

Punia, P., & Berwal, S. (2017). Development and Standardization of an Alienation Scale for Visually Impaired Students. Journal of Visual Impairment & Blindness, 111, 427 - 439. https://doi.org/10.1177/0145482X1711100504.

Rokach, A., Berman, D., & Rose, A. (2021). Loneliness of the Blind and the Visually Impaired. Frontiers in Psychology, 12. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.641711.

Ruin, S., Haegele, J., Giese, M., & Baumgärtner, J. (2023). Barriers and Challenges for Visually Impaired Students in PE—An Interview Study with Students in Austria, Germany, and the USA. International Journal of Environmental Research and Public Health, 20. https://doi.org/10.3390/ijerph20227081.

Şahin, F. (2025). Psychological drivers shaping mobile learning utilization among visually impaired university students. Education and Information Technologies. https://doi.org/10.1007/s10639-025-13430-x.

Stanimirov, K., Grbović, A., Dimoski, S., & Jorgić, B. (2020). Physical activities of people with visual impairment and their determining factors. Specijalna Edukacija i Rehabilitacija, 19, 91-107. https://doi.org/10.5937/specedreh19-26366.

Sweeting, J., Merom, D., Astuti, P., Antoun, M., Edwards, K., & Ding, D. (2020). Physical activity interventions for adults who are visually impaired:

a systematic review and meta-analysis. BMJ Open, 10. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-034036.
Tatsuta, W., Inayama, T., Yamanaka, E., & Ohkawara, K. (2022). Assessment of Physical Activity and Related Factors among Adults with Visual Impairments in Japan. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19. https://doi.org/10.3390/ijerph19042244.
Yang, E., & Chang, S. (2022). Structural Equation Modeling of Health-Related Quality of Life Among People with Visual Impairment. Innovation in Aging. https://doi.org/10.1093/geroni/igac059.2458.

تاريخ الاستلام 12 / 7 / 2025م تاريخ القبول 30 / 7 / 2025م