

بناء مقياس الرضا عن صورة الجسم وتقدير خصائصه السيكومترية على عينة من ذوي

الاحتياجات الخاصة حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف

عدواني حنان^{1*} بوضياف نادية²

¹ مخبر جودة البرامج في التربية الخاصة، جامعة قاصدي مرباح ورقلة (الجزائر).

² جامعة قاصدي مرباح ورقلة (الجزائر).

Building Body Image Satisfaction Scale and estimating its psychometric characteristics among special needs physically practitioners for adapted physical activity

Adouani Hanane^{1,*}

Boudiaf Nadia²

hanpsy@outlook.comnadia

boudiafe@hotmail.fr

¹Laboratory of Quality of programs in special education, University of kassdi merebah Ouargla (Algeria).

2. University of kassdi merebah Ouargla (Algeria).

تاريخ الاستلام: 2019/12/22؛ تاريخ القبول: 2020/05/19؛ تاريخ النشر: 2023/02/28

Abstract: The present study aimed at building a measure of Body Image Satisfaction Scale of a sample of persons with special needs physically practitioners of adapted physical activity, Researchers have used the Descriptive method , the study sample consisted of (30) individuals with special needs physically practitioners of adapted physical activity aged between (15-25) years. Selected by the purposive method via the Province League of the Disabled Sports of the Province of M'sila, The scale consists of three dimensions, with the image of the body in this special category: the cognitive component, the emotional component, the behavioral component. The results of the study were to estimate and adjust the psychometric properties of the scale so that the results showed reliable and stable indications that make this standard for use in other studies.

Keys words: a scale , Body Image Satisfaction / Special Needs Physical , adapted physical activity.

ملخص: هدفت الدراسة الحالية الى بناء مقياس: الرضا عن صورة الجسم على عينة من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف، وتم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (30) فردا من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف، تم اختيارهم بالطريقة العمدية عن طريق الرابطة الولائية لرياضة المعاقين لولاية المسيلة، تتراوح اعمارهم بين 15-25 سنة، ويتكون المقياس من ثلاثة ابعاد والتي تشكل مكونات الرضا عن صورة الجسم عند هاته الفئة الخاصة وهي : المكون المعرفي، المكون الانفعالي، المكون السلوكي. وتوصلت الدراسة الى تقدير وضبط الخصائص السيكومترية للمقياس بحيث اظهرت النتائج دلالات صدق وثبات مقبولة تجعل من هذا المقياس صالحا للاستخدام في دراسات اخرى.

الكلمات المفتاحية: مقياس، الرضا عن صورة الجسم، ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا./النشاط البدني المكيف.

*corresponding author

1. مقدمة

اهتمت الدراسات النفسية الاكلينيكية والطبية العصبية في دراسة صورة الجسم كل من منظورها، فركزت معظمها في كيفية ادراك الجسم واين يتم هذا الادراك. ومن الناحية التاريخية كانت بداية الاهتمام بصورة الجسم من طرف مدرسة التحليل النفسي وعلى رأسهم "شيلدر Shilder"، و "فرويد Freud" حيث ركزت المدارس النفسية على أن هناك قاعدة انفعالية لا شعورية تتحكم في تكوين مفهوم واضح عن الجسم، فهي صورة راسخة في ذهن الفرد، تتشكل تدريجيا وتكون بارزة بشدة في مرحلة المراهقة لتتكون لديه الاحاسيس والانطباعات والانفعالات المرتبطة بجسده والتي تتأثر بالثقافة و البيئة الاجتماعية. وبالموازاة اخذ مجال الاعاقة اهتماما متزايدا في السنوات الاخيرة سواء من ناحية البحوث او الدراسات العلمية ويرجع هذا الاهتمام الى الاقتناع المتزايد في معظم المجتمعات بأن ذوي الاعاقة وغيرهم من افراد المجتمع يملكون الحق في كل من الحياة و التعليم و النمو، و نظرا لما تسببه الاعاقة من تغير ظاهر في شكل الجسم فإن ذلك يؤدي الى شعور سلبي لدى المعاق تجاه صورة جسمه، حيث يشعر بقصور في قدراته البدنية ، الامر الذي يؤدي الى تكوين مفهوم سلبي عن ذاته ككل، حيث ان التقدير الايجابي للجسم من جانب الفرد او من جانب الآخرين يؤدي الى تقدير ايجابي لمفهوم الذات ، وبالعكس فإن التقدير السلبي تجاه الجسم يتولد عنه مفهوم سلبي للذات ، و من هذا المنطلق ونظرا لأهمية المتغير المدروس جاءت دراستنا هادفة الى بناء مقياس للرضا عن صورة الجسم لدى عينة من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا .

1.1. اشكالية الدراسة. تعبر صورة الجسم عن المظهر الخارجي للجسم من حيث تقييم الشخص لكل ما يتعلق بمظهره الجسدي، اذ يرتكز ذلك على : المضمون الادراكي، وهو دقة ادراك حجم الجسم ووزنه، والمضمون الذاتي او الشخصي، وهو يهتم بجانب الرضا عن الجسم و الاهتمام به، و المضمون السلوكي الذي يركز على تجنب المواقف التي تؤدي للشعور بعدم الارتياح، اذن صورة الجسم ليست ساكنة بل دينامية تتغير مع الخبرات والتفاعلات مع المحيط ومع اجسام الآخرين على اساس شعوري و لا شعوري، فصورة الجسم هي عبارة عن تصور دينامي يشمل الشكل الخارجي والمشاعر اتجاهه، و تتشكل هذه الصورة عن طريق الادراك، والعواطف، و الاحاسيس، فهي غير ثابتة ، تبرز بشكل واضح في مرحلة المراهقة نتيجة معايشة المراهق تجربة التغيرات الجسدية الناتجة عن البلوغ، وتتأثر هذه الصورة بمفهوم وتقدير الذات، بالإضافة الى تقييم الآخرين له و تتأثر بالثقافة السائدة عن الجسم. ففي مرحلة المراهقة يقلق المراهق جدا على مظهره، ويحرص على ان يبدو بمظهر جسدي جذاب فهو بعد ان يمر بفترة الدهشة والاستغراب من بداية جسمه في بداية المرحلة، يبدأ في تقبل جسمه بشرط ان يكون هناك درجة من التناسق، ويكون فكرة عن جسده بناء على مثال الجسم في ثقافته و على مفهومه.(بن جديدي، 2017، ص 12)

حيث يعتبر مظهر الجسم من الامور الرئيسية التي تشغل بال الكثير من الناس، ويظهر ذلك جليا في النظرة الخارجية التي تختص بالتأثيرات الاجتماعية للمظهر و النظرة الداخلية التي تشير الى التجارب او الخبرات الشخصية التي يبدو عليها مظهر الفرد في الواقع، والنظرة الداخلية بمعناها الواسع هو ما أطلق عليها علماء النفس صورة الجسم (Body Image). حيث يصل الفرد الى هذا العالم وهو كيان فيزيقي يخضع لخصائص النمو وقوانينه العامة، والتي تسير الى الامام متجهة نحو تحقيق عرض ضمني وهو النضج، ومع استمرارية العملية النمائية وتعقدتها والتي تشمل على كافة الجوانب التي تشكل بنيان الانسان سواء كانت جسدية عقلية او انفعالية وجدانية واجتماعية، فيبدأ الفرد في تكوين نظرة نحو ذاته تتضمن افكارا واتجاهات ومعاني ومدركات حولها، وبتعبير أدق يكون الفرد مفهوما نحو ذاته كما يكون افكارا ومشاعر وادراكات حول جسمه، تنمو لديه صورة

ذهنية نحو جسمه متضمنة الخصائص الفيزيائية والخصائص الوظيفية واتجاهاته نحو هذه الخصائص. (الطرش، د.س، ص 337)

ويحتل الرضا عن صورة الجسم مكانة هامة بالنسبة للفرد من الناحية الثقافية والاجتماعية، فهي تلعب دورا هاما في حياته وفي علاقته مع نفسه ومع الآخرين، فهو وسيلة لتحقيق الاتزان الانفعالي والوجداني للفرد عن طريق الاعتناء بالصورة الجسدية ومحاولة اظهارها بطريقة ترضي مقاييس الصورة المثالية للمجتمع و ما من شأنه ان يحقق له الرضا عن صورة الجسم، والثقة بالنفس فاذا وجد ان جسمه ينمو بشكل لا يحقق له صورة ايجابية من حيث المقاييس المتعارف عليها فان ذلك يضعه في وضع لا يحسد عليه مما قد يؤثر على حالته الانفعالية وسلوكه الاجتماعي. (الخولي، 1996، ص 168)

وهذا ما اكدته دراسة بيرشيد (Bersheid) حيث اظهرت بان الافراد الذين لديهم صورة ايجابية نحو اجسامهم يرون انفسهم اكثر اجتماعية وألفة مع الآخرين واكثر ذكاء، واكثر قدرة على تحمل المسؤولية وذلك بعكس الافراد الذين لديهم صورة سلبية عن اجسامهم، وقد اشار (فيشر Fisher) الى ان اتجاهات الفرد نحو جسمه تمثل مؤشرا هاما لجوانب مختلفة للشخصية وان شعور الفرد بان جسمه كبير او صغير، جذاب ام غير جذاب، قوي او ضعيف، قد يفيد كثيرا في التعرف الى مفهومه لذاته والتعرف الى نمط سلوكه تجاه الآخرين، كما اوضح (هيلمز وتيرنرز Helms & Turners) اوضحا بان شعور الفرد نحو جسمه يرتبط بثقته في نفسه وفي طريقة تعامله مع البيئة المحيطة به، ومن ناحية اخرى فان الافراد الذين لديهم اتجاهات او تصورات ايجابية نحو اجسامهم يتمتعون بدرجة مرتفعة لتقديرهم لذواتهم. (خوجة والعيد، 2018، ص 03)

وبدأ الاهتمام بالدراسة النظرية لمفهوم صورة الجسم منذ بداية القرن العشرين وظهر ذلك جليا في اعمال (شيليدر، 1935)، الذي عرفه في ايسط معنى له بانه: "صورة نكونها في اذهاننا عن اجسامنا". ومع بروز اهمية مفهوم صورة الجسم كمحدد للتوافق النفسي والاجتماعي للفرد في مجال علم النفس عامة وعلم النفس الاكلينيكي خاصة، نجد ان هناك تنوعا في التعريفات النظرية والاجرائية المقترحة لهذا المفهوم، فقد عرف (تومبسون، 1990) صورة الجسم بانها: "الصورة التي يكونها الفرد في ذهنه لحجم الجسم وشكله وتركيبه، الى جانب المشاعر التي تتعلق بهذه الصورة. واذ اضاف "روزين، 1991" بانها: "صورة ذهنية ايجابية او سلبية، يكونها الفرد عن جسمه، وتعلن عن نفسها من خلال مجموعة من الميول السلوكية التي تظهر مصاحبة لتلك الصورة". (قطب، 2017، ص 68)

وفي ظل ان لكل مرحلة خصوصيتها، فان نظرة الفرد الى جسده ورضاه عنه تختلف باختلاف المراحل العمرية، فمثلا في مرحلتى المراهقة والشباب، تعتبر التغيرات الجسمية والفسولوجية الشاملة احدى ثلاث متغيرات رئيسة تشكل الظواهر المتعلقة بالمرحلة، حيث ان معدل التغير في المواقف والسلوك وشدة الانفعالات خلال هاته المراحل تعادل معدل التغير الجسدي، وان المتغيرات السريعة التي تصاحب النضج الجسدي تجعل الفرد غير واثق من نفسه، بحيث هاته المراحل تتميز بالاهتمام الشديد بالجسم والقلق، بحيث ينظر الفرد الى عضو في جسمه وكأنه قائم بذاته، حيث يقوم بالفحص الدقيق، والجزئي لكل عضو على حده، وغالبا ما يكون الفرد في هاته المرحلتين غير راض عن صورة جسمه (خطاب، 2014، ص 38).

يكون الفرد صورة ذهنية للجسم (Body- Image) تتغير بحسب التطورات النمائية التي تطرأ عليه، ونؤكد على أهمية دور الآخرين في طبيعة هذه الصورة، وخاصة احكام الاصدقاء التي تطلق على الفرد من قبلهم، وقد اكد ذلك نتائج دراسة سميت وريجر (2006) اذ اثبتت ان احكام الآخرين السلبية عن صورة الجسم لدى المراهقين والشباب ادت الى مشاعر سلبية عن اجسامهم كما اكدت دراسة دافيسون ومكابي (2006) ان المراهقات الاستراليات لديهن اهتمام زائد بآراء الآخرين في اجسامهن

، وان ذلك مرتبط بانخفاض تقدير الذات لديهم، في حين ان المراهقين ارتبطت لديهم الصورة السلبية عن الجسد بضعف العلاقات الاجتماعية، وفي ذلك ايضا اشارة الى الجاذبية الجسمية واحكام الآخرين.

فينفس السياق هدفت دراسة باردون وآخرين : الى قياس الرضا عن صورة الجسم لدى الشباب في اطار نفسي بيولوجي اجتماعي، تمت المقارنة بين النوعين حيث شملت الدراسة (111) ذكرا و (236) انثى يدرسون في المدارس الثانوية، وقد توصلت نتائج الدراسة الى ان : ادراك الضغط الناجم عن الاعلام ارتبط بشكل ثابت مع الرضا عن صورة الجسم لدى الذكور، كما ان العوامل النفسية الاجتماعية البيولوجية كانت ذات قيمة في تحديد الرضا عن الجسم لدى الاناث. وهدفت دراسة ميلور و آخرين (Mellor , McCabe, Ricciardilli, Merino, 2008) الى الكشف عن دور العوامل الثقافية الاجتماعية في اطار الاهتمام بصورة الجسم والسلوكيات المرتبطة بالتغيرات الجسمية. وقد جرت الدراسة على عينة من الامريكيين اللاتينيين وشملت (337) مراهق من تشيلي تراوحت اعمارهم بين (12-18) سنة، وقد بينت نتائج الدراسة ان الاناث لديهم رضا اكبر عن اجسامهن من الذكور، ولكن لا توجد فروق بينهما في ادراك ضغط الراشدين في العائلة، او ابناء العم، والاخوة الاكبر سنا لفقدان الوزن، في حين ان الاناث لديهم تأثر ادراك اكبر للضغط لفقدان الوزن الناجم عن الاعلام اكثر من الذكور، اما الذكور فلهيهم ادراك اكبر للضغط من الانداد لفقدان الوزن اكثر من الفتيات، اضافة الى ادراك اكبر لكل مصادر الضغط الهادفة الى زيادة البنية العضلية (العبادة، 2013، ص58).

ومن جهة اخرى تسهم الرياضة في تطور المجتمعات وتقدمها من خلال البناء المتكامل للفرد في كافة القطاعات والمستويات، حيث انها تلي حاجات الفرد العديدة والمتنوعة، سواء كانت نفسية او اجتماعية او بدنية او عقلية مستغلة في ذلك حب الانسان الفطري للنشاط واللعب والحركة. وتعتبر فئة ذوي الاحتياجات الخاصة قطاع حيوي في المجتمع واصبح في العصر الحديث لا ينظر لذوي الاعاقة على انهم عالة وعبء على المجتمع. بل هو عضو فعال يسند اليه العديد من المهام حسب قدراته وامكاناته (الخولي، 1996، ص113).

وترى الباحثتان ان الانشطة البدنية المكيفة تعد مجالا خصبا لتأهيل الافراد ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا، حيث انها تسهم في اعادة القدرة البدنية وتحسين حالتهم حتى يتمكنوا ان يكون اكثر فاعلية وتصبح الحياة لها معنى لديهم، باستعادتهم لياقتهم البدنية وكفاءتهم الحيوية والحركية، ويمكن القول ان الهدف من ممارسة النشاط البدني المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا هو مساعدتهم على تحقيق النمو البدني والعقلي والنفسي والاجتماعي بحيث يتمكنون من التعايش معها والاعتماد على انفسهم ويسهمون في تقديم المجتمع، وترى الباحثتان ان الافراد من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا يدركون مدى اختلافهم عن الآخرين بدنيا، وعلى الرغم من تصور البعض بأنهم ذوي قدرات محدودة مما يجعلهم لا يستطيعون تحقيق رغباتهم، فانه على النقيض تماما، فقد تكون هذه الاعاقة لها تأثير ايجابي على سمات الشخصية الايجابية لدى هاته الفئة من خلال بث روح الحماس والتزامهم في التدريب والاشترك في المنافسات الرياضية والتحكم في المواقف التي يتعرضون لها خلال تلك المنافسات وتحويلها لصالحهم.

ولعل البرهان على ذلك ما حققه الرياضيون من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا من انجازات رياضية في المحافل العربية والعالمية يفوق ما يحققه الرياضيون الاسوياء، حيث يسعى النشاط البدني المكيف من خلال برامجها وانشطته المختلفة الى بناء شخصية الفرد ذو الاعاقة، لكي ينمو نموا متزنا ويتكيف مع الواقع الجديد الذي رافقه جراء اعاقته، حيث تسهم الرياضة ايضا في الاكتشاف المبكر لقدرات ذوي الاعاقة وتعمل على تنميتها وتطويرها بالممارسة الرياضية والتوجهات التي يتلقاها ذوي الاعاقة من اهل الاختصاص، وقد اكدت العديد من الدراسات العلمية التي اجريت عن الآثار الايجابية الصحية والنفسية

والحركية والاجتماعية لدى ذوي الاعاقة الممارسين للأنشطة الرياضية عن غيرهم من ذوي الاعاقة غير الممارسين للأنشطة الرياضية وتميزهم في العديد من السمات النفسية الايجابية التي تساعدهم في تنمية قدراتهم، اضافة الى ان ممارسة النشاط الرياضي لذوي الاعاقة يساهم في عملية التفاعل بينهم وبين العاديين مما يتيح لكلاهما فرصة التعرف على خبرة وسلوك الآخر مما يساعد ذوي الاعاقة في التغلب على هاته الاخيرة وايضا يساهم في زيادة تقبل المجتمع لهم وتسهيل اندماجهم الفعال فيه (قطب، 2017، ص72).

وتشير نتائج العديد من الدراسات الى تحسن الرضا عن صورة الجسم لدى ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا من خلال ممارستهم للنشاط الرياضي المكيف، منها دراسة (Kristine, 2002) التي توصلت الى وجود علاقة ايجابية بين الرضا عن صورة الجسم والمشاركة في النشاط البدني والرياضي لدى الاشخاص المبتورين، وتوصلت دراسة خوجة (2009) الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي لأثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم لدى فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا ولصالح القياس البعدي، كما اثبتت دراسة كل من شوية وضيف الله (2015) الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مجموعتي الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي في درجة الرضا عن صورة الجسم لدى عينة من المصابين بالإعاقه الحركية المكتسبة (بوجمعة وضيف الله، 2015، ص09).

2.1. اهمية الدراسة. تتجسد اهمية الدراسة الحالية من خلال:

- مساهمة الاتجاهات العالمية المعاصرة في الاهتمام برعاية ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل عام وذوي الاحتياجات الخاصة حركيا على وجه الخصوص.
- تسليط الضوء على متغير مهم وخاصة بالنسبة لفئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا، الذي يعد بمثابة الاساس لخلق الهوية السليمة وغير السليمة في ظروف بعينها، فالرضا عن صورة الجسم له تأثير مباشر على حياتهم ودورهم الفعال في المجتمع.
- تناولها لعينة مهمة في المجتمع وهي فئة جد مميزة من فئات ذوي الاحتياجات الخاصة، وهي فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف.
- اهمية المرحلة العمرية التي تتعرض لها الدراسة وهي مرحلة المراهقة والشباب، والتي تمثل في حد ذاتها اكثر المراحل النمائية بتغيرات فسيولوجية ونفسية من شأنها ان تولد لدى الفرد العديد من الضغوط والصراعات والاضطرابات النفسية كالشعور باليأس والقلق، والاكتئاب والاعتئاب والوحدة النفسية. وتزداد حدة هذه الصراعات والاضطرابات ويتضاعف اثرها لدى الفرد ذو الاحتياجات الخاصة حركيا نظرا للقيود التي تفرضها الاعاقه الحركية عليه، والتي تشعره بالعجز والنقص وعدم الكفاءة والارتباك في حياته، اي انها المرحلة التي يشعر فيها بمدى قسوة الاعاقه التي تحدم من حريته في مرحلة عمرية تتميز بالانطلاق والاستقلال والسعي نحو تحديد الهوية.
- تضمن هذه الدراسة بناء اداة لقياس مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى عينة من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف، وبالتالي اثراء المكتبة النفسية بإضافة هاته الاداة واعتبارها مرجعا يمكن العمل به في بحوث ودراسات اخرى.

3.1. اهداف الدراسة. تهدف الدراسة الحالية الى بناء مقياس الرضا عن صورة الجسم لدى عينة من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف والتي يتراوح سنها ما بين 15-25 سنة.

4.1. اسباب اختيار موضوع الدراسة:

- الفلسفة العامة التي يتم من خلالها تناول قضايا ومشكلات الافراد ذوي الاحتياجات الخاصة عموما وذوي الاحتياجات الخاصة حركيا بالتحديد، ينبغي ان تستند الى قاعدة اساسية تتلخص في أن الانسان هو غاية في حد ذاته، وان الحفاظ على كرامة هذا الانسان وحقوقه هو أتمن ما يمكن أن نشده مهما اختلفت ظروفه واحتياجاته.
- احترام الفوارق وقبول الاشخاص ذوي الاعاقة كجزء من التنوع البشري والطبيعة البشرية.
- العناية بهذه الفئة الخاصة التي تمثل ضرورة دينية واجتماعية واقتصادية ونفسية وصحية من اجل تطوير قدراتها وامكاناتها واشباع حاجاتها.
- ازدياد اعداد فئة ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل عام وذوي الاحتياجات الخاصة حركيا وخاصة في الدول النامية.
- تصحيح المفاهيم الخاطئة التي تلتف حول هذه الفئة ونظرة المجتمع إليه.
- قلة الدراسات العلمية التي عنيت بفئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا على المستوى المحلي والعربي وخاصة فيما يخص متغير الرضا عن صورة الجسم في حدود علم وإطلاع الباحثين، وهذا ما يعتبر اضافة جديدة الى المجال العلمي وبالأخص في مجال التربية الخاصة.

5.1. تحديد المفاهيم الاجرائية:

- الرضا عن صورة الجسم: تعد صورة الجسم من المفاهيم التي يختلف الباحثون حول تعريفها، ويشير (Pruzinsk) الى ان صورة الجسم ليست مجرد المظهر الخارجي للشخص بل هي اعمق من ذلك، فقد يفهم البعض ان صورة الجسم ما هي الا المظهر الخارجي للشخص، الا انها تتضمن جانبا ادراكيا و آخر سلوكيا ، وهي ليست ثابتة، فصورة الجسم تتغير نتيجة لعوامل متعددة ذاتية واجتماعية وثقافية عبر مراحل العمر المعاقبة ، خلال اطاع الباحثين مجموعة على مجموعة من التعريفات التي من الممكن ان تلقيا الضوء على مفهوم الرضا عن صورة الجسم توصلت الى تعريفها كالتالي :
- ونعرفها في هذه الدراسة بأنها: " هي صورة ذهنية تتكون لدى الفرد من خلال معرفته لذاته وشكله الخارجي عن طريق النظر في الاسطح العاكسة والاجهزة المختلفة ، وقد تتأثر وتتغير تلك الصورة ايجابا او سلبا حسب ثقافة الفرد والبيئة والمجتمع الذي يعيش فيه وذلك من خلال مقارنة الفرد بغيره او نظرة الآخرين له، وما قد يصاحب تلك الصورة الذهنية من مشاعر وانفعالات وسلوكيات ايجابية او سلبية، ويتكون الرضا عن صورة الجسم كمتغير من ثلاثة ابعاد: البعد المعرفي، البعد السلوكي، البعد الانفعالي".

ويتم تحديدها اجرائيا: في هذه الدراسة بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الفرد ذو الاحتياجات الخاصة حركيا الممارس للنشاط البدني المكيف على مقياس الرضا عن صورة الجسم المعد من قبل الباحثين .

- ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا: يقصد بهم الافراد الذين يتصف مدى الحركة لديهم بالمحدودية، او تتميز قدرتهم على التحمل الجسدي بكونها ضعيفة الى حد كبير، وتؤثر سلبا على الاداء التربوي لهم، مما يجعل توفير برامج تربوية خاصة لهم امرا ضروريا، ومن الجانب التشخيصي والعلاجي فان الاطفال الذين يعانون من الاعاقة الحركية لا يحصلون الا على الحد الأدنى من التدخل التربوي الخاص (العزة، 2002، ص32).

- النشاط البدني المكيف : يقصد به في الدراسة : " هي كل الحركات والتمارين وانواع الرياضات التي يستطيع ممارستها الفرد المحدود القدرات من الناحية البدنية او النفسية او العقلية، وذلك بفعل تلف بعض الوظائف الجسمية الكبرى، وهي عبارة عن مجموعة من الرياضات الفردية والجماعية وغيرها من الانواع الرياضية والانشطة البدنية والرياضية

المكيفة تمارس من طرف مجموعتين وقسمين من الافراد ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا، الافراد الذين لهم محدودية في القدرات اقتناء المعلومات وعلى مستوى الاختلال الوظيفي وفي عامل التنظيم النفسي الاجتماعي، الافراد الذين لهم اضطرابات نفسية وتتضمن النشاطات البدنية المكيفة من عدد انواع: النشاطات الرياضية التنافسية، النشاطات الرياضية العلاجية النشاطات الرياضية الترويحية والتنفسية " (Casenave et all., 2006,p790).

6.1. حدود الدراسة: تحددت الدراسة الحالية بشريا بعينة من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف يتراوح سنهم ما بين 15-25 سنة، مكانيا تم اجراءها ببعض النوادي الخاصة برياضة ذوي الاعاقة الحركية على مستوى ولاية المسيلة، اما زمنيا فقد تم التطبيق خلال الموسم الجامعي 2018/2019.

2. اجراءات الدراسة الميدانية:

1.2. المنهج: اعتمدنا في دراستنا هذه على المنهج الوصفي والذي يعرف بانه: " جمع اوصاف ومعلومات دقيقة عن الظاهرة المدروسة كما توجد فعلا في الواقع، ولا يكتفي المنهج الوصفي عند كثير من العلماء على الوصف فقط بل يتعدى الى تحديد العلاقة و محاولة اكتشاف الاسباب الكامنة وراء الظاهرة، ويعبر عنها كيفيا وكميا ويوضح خصائصها وارتباطها مع ظواهر اخرى". (عيشور، 2017، ص 217)

2.2. عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (30) فرد من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا والذين يبلغون (15-25 سنة) الممارسين للنشاط البدني المكيف، وقد تم اختيارهم بالطريقة العمدية عن طريق الرابطة الولائية لرياضة المعاقين لولاية المسيلة، حيث يمارسون رياضة كرة السلة على الكراسي المتحركة وألعاب القوى.

3.2. اداة الدراسة: تم بناء مقياس الرضا عن صورة الجسم لعينة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف وفقا للإجراءات التالية :

- تحديد الخاصية المراد قياسها: وتمثل في هذا الدراسة الرضا عن صورة الجسم لدى عينة من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف.
- تحديد الهدف من المقياس: يهدف المقياس الى قياس مستوى الرضا عن صورة الجسم عند عينة من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف.
- تحديد ابعاد المقياس: تمت مراجعة عدد من الدراسات النظرية و التطبيقية والمقاييس التي تقيس مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى فئة ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة عامة ، وفئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا بصفة خاصة، وهذه الدراسات والمقاييس هي كمايلي:
- دراسة الاشرم (2008): تحت عنوان صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لذوي الاعاقة البصرية (دراسة سيكومترية - اكلينيكية).
- دراسة كل من (Bumin, Bayramlar & Sener) (2009): التقنين العبر ثقافي لمقياس صورة الجسم لدى مبتوري الاطراف، والمعروف باختصار (ABIS).
- دراسة العبادسة (2013): حول الرضا عن صورة الجسم وعلاقته بالاكنتاب لدى عينة من المراهقات الفلسطينيات بقطاع غزة.
- دراسة كل من (Moeen, Muazzam, Zubair) (2013): تطوير مقياس صورة الجسم للإناث البالغات، والمعروف باختصار (BIS).

- دراسة كل من (Leone, Mullin, Maurer-Starks & Rovito) (2014): التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس الرضا عن صورة الجسم بالنسبة للمراهقين الذكور ، والمعروف باختصار (ABISS).
- دراسة كل من (Mutale, Dunn, Stiller & Larkin) (2016): تحت عنوان "تطوير مقياس لتقييم عدم الرضا عن صورة الجسم.
- دراسة قطب (2017): تحت عنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن صورة الجسم لدى عينة من المراهقين حركيا. من خلال الاطلاع على البحوث والمقاييس المذكورة حصلنا على ابعاد المقياس وقمنا بتعريفها اجرائيا كمايلي:
- أ. المكون المعرفي : يتضمن الخصائص والسمات التي يدركها الفرد ذو الاعاقة الحركية ويعتبرها خصائصه البدنية، كأن يصف الفرد جسده بأنه قوي او طويل او ضعيف او نحيف.
- ب. المكون السلوكي: وهو الذي يتعلق بالأحكام التي يصدرها الفرد عن صورة جسمه وخصائصه البدنية ويعود الحكم فيه للآخرين.
- ج. المكون الانفعالي: يتضمن مشاعر الفرد واتجاهاته النفسية نحو بدنه سواء بالقبول او الاستحسان او الرفض والرضا او القلق او الخجل...
- صياغة بنود المقياس: على ضوء ما اطلعنا عليه من تراث نظري متوفر حول موضوع الرضا عن صورة الجسم لدى ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا ، قمنا بصياغة عبارات المقياس وفق الابعاد المذكورة، وقد راعينا في صياغتها عدم غموض العبارات وسلامتها اللغوية وسهولة الاسلوب، حتى تفهم بوضوح من قبل عينة الدراسة.

4.2. الصورة الاولية للمقياس وطريقة التصحيح: تمت صياغة (40) عبارة تعبر عن المكونات الثلاثة لمتغير الرضا عن صورة الجسم وهي : المكون المعرفي (16) عبارة، و المكون الانفعالي (12) عبارة، و المكون السلوكي (12) عبارة. اما طريقة تطبيقه فتكون بوضع علامة (x) امام العبارة التي يراها المفحوص تنطبق عليه، والتصحيح يكون وفق سلم خماسي الدرجات : دائما وتعطى لها الدرجة (5)، غالبا وتعطى لها الدرجة (4)، احيانا وتعطى لها الدرجة (3)، نادرا وتعطى لها الدرجة (2)، ابدا وتعطى لها الدرجة (1).

3. عرض ومناقشة النتائج

1.3. مؤشرات صدق وثبات الاداة

1.1.3. مؤشرات الصدق:

الصدق الظاهري (صدق التحكيم): يعني هذا النوع من الصدق مدى تطابق اسم الاختبار مع محتواه. تذكر اغلب البحوث والدراسات صدق المحكمين كنوع من انواع صدق المحتوى، ذلك ان صدق المحتوى يعتمد في بعض مراحل على مبدأ التحكيم، حيث يرى محمود علام : ان معظم اساليب تقدير صدق المحتوى تعتمد على الاحكام التقييمية لخبراء المواد التدريسية او المهتمين بتنمية المهارات والكفايات التعليمية والمهنية والفنية، وتتعلق هذه الاحكام بتقدير مدى التناظر بين مفردات الاختبار والنطاق السلوكي الذي تمثله هذه المفردات، ويقوم المحكم بتقييم كل مفردة من مفردات الاختبار في ضوء هذه الابعاد على ميزان التقدير الموضح في الاستمارة، ويفضل الاعتماد على اكثر من محكم للحصول على تقديرات متسقة بدرجة افضل". (عايش، 2015، ص 14)

وعلى هذا الاساس لقد تم عرض المقياس في صورته الاولية على (07) محكمين من اساتذة علم النفس، وذلك لأخذ آرائهم حول البنود فيما يخص مدى انتمائها للأبعاد ومدى ملائمتها لقياس ما وضعت لقياسه وكذلك اضافة التعديلات التي يرونها مناسبة. تم حذف العبارات التي حظيت على نسبة اتفاق اقل من (80%) وتم تعديل بعض العبارات من حيث الصياغة وتم دمج بعض العبارات مع اخرى لتشابهها من حيث المضمون وهذا من وجهة نظر المحكمين. وبالتالي اصبح المقياس بعد التحكيم يتكون من (30) عبارة بشكل كلي، واصبح كل بعد يتكون من (10) عبارات لكل بعد والتي حظيت بقبول الاساتذة.

صدق المقارنة الطرفية: تقوم هذه الطريقة على احد مفاهيم الصدق، وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها، حيث يطبق المقياس على مجموعة من المفحوصين ثم ترتب الدرجات التي حصلوا عليها تنازليا او تصاعديا، ثم يسحب (27%) من المفحوصين من طرفي الترتيب، ثم يقارن بين المجموعتين المتناقضتين اللتان تقعان على طرفي الخاصية من حيث درجاتهما عليهما، احدهما يطلق عليها مجموعة عليا من ارتفاع درجاتهما على الخاصية، والثانية يطلق عليها مجموعة دنيا من حيث انخفاض درجاتهما على الخاصية. ويستعمل اسلوبا احصائيا ملائما وهو اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطين حسابيين، ويكون المقياس صادقا كلما كان قادرا على التمييز تميزا دالا بين المجموعتين المتطرفتين". (معمرية، 2009، ص 252)

وقد قمنا بهذه الاجراءات بحيث طبق المقياس على عينة بلغت (30) من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف، وتم ترتيب درجاتهم تصاعديا واخذت نسبة (27%) من الافراد ذوي الدرجات العليا و (27%) من الافراد ذوي الدرجات الدنيا وتمت المقارنة بين درجاتهم وكانت النتائج كما يوضحها الجدول التالي

جدول رقم (01) يبين نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين المتطرفتين

العينات	العينة الدنيا		العينة العليا		قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	عدد = 08	المتوسط	الانحراف المعياري	عدد=08		
البيانات الاحصائية	32.4	1.82	58.6	9.35	7.18	دالة عند مستوى 0.01

من خلال الجدول رقم (01) نلاحظ ان قيمة "ت" المحسوبة والمقدرة ب: (7.18) للدرجة الكلية للمقياس كانت دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وعليه فان المقياس لديه قدرة تمييزية بين الحاصلين على درجات مرتفعة وبين الحاصلين على درجات منخفضة، مما يؤكد على صدق المقياس.

صدق الاتساق الداخلي: يقيس هذا الصدق مدى ارتباط كل فقرة مكونة للاختبار بالدرجة الكلية للمقياس وبعد اجرائه على المقياس تبين لنا ان كل فقرات المقياس دالة حيث ان جميع العبارات مرتبطة بصورة موجبة دالة احصائيا وتراوحت معاملات الارتباط بين (0.30 و 0.79) و الجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (02) يبين نتائج صدق الاتساق الداخلي لمقياس الرضا عن صورة الجسم

رقم الفقرة	قيمة ر	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	قيمة ر	مستوى الدلالة
------------	--------	---------------	------------	--------	---------------

0.01	0.37	16	0.01	0.42	01
0.01	0.76	17	0.01	0.52	02
0.01	0.43	18	0.01	0.50	03
0.01	0.69	19	0.01	0.55	04
0.01	0.70	20	0.05	0.31	05
0.01	0.65	21	0.05	0.35	06
0.05	0.36	22	0.01	0.69	07
0.05	0.32	23	0.01	0.71	08
0.01	0.42	24	0.01	0.45	09
0.01	0.54	25	0.05	0.39	10
0.05	0.30	26	0.01	0.75	11
0.05	0.37	27	0.01	0.49	12
0.01	0.78	28	0.01	0.68	13
0.01	0.70	29	0.01	0.78	14
0.01	0.79	30	0.01	0.58	15

2.1.3. مؤشرات الثبات:

- طريقة ألفا كرونباخ: يعتبر معامل الفا كرونباخ الذي يرمز له عادة بالرمز اللاتيني (α) من اهم مقاييس الاتساق الداخلي للاختبار المكون من درجات مركبة، ومعامل ألفا كرونباخ يربط ثبات الاختبار بثبات بنوده. (معمرية، 2009، ص 198) وبالاعتماد على هذه الطريقة تم تطبيق مقياس الرضا عن صورة الجسم على عينة بلغت (30) من ذوي الاعاقة الحركية الممارسين للنشاط البدني المكيف، وتم حسابه بطريقة ألفا كرونباخ وبلغ معامل الثبات 0.76 وهو معامل ثبات مناسب.
- طريقة التجزئة النصفية: بعد تجزئة المقياس الى نصفين متساويين ويشمل النصف الاول البنود الفردية ويشمل النصف الثاني البنود الزوجية، تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين النصفين، وتم تصحيح معامل الارتباط والذي يمثل ثبات المقياس بمعادلة "سبيرمان براون". وبلغ قيمته بعد التصحيح 0.71.

2.3. الوسائل الاحصائية المستخدمة: استعنا بالحقيبة الاحصائية لتحليل البيانات في العلوم الاجتماعية SPSS 19 ، وقد استعملت الوسائل الاحصائية التالية:

- الاختبار التائي t-test لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لتحليل فقرات المقياس.
- معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين نصفي المقياس.
- معامل ألفا للاتساق الداخلي لاستخراج الثبات لفقرات المقياس.

3.3. الصورة النهائية للمقياس: بعد اجراءات تصميم مقياس الرضا عن صورة الجسم لدى المعاق الممارس للنشاط البدني المكيف وضبط خصائصه السيكومترية، اصبح المقياس في صورته النهائية ويتكون من تعليمات التطبيق حيث توضح فيها طريقة الاجابة على العبارات، كما بلغ العدد النهائي لفقراته (30) فقرة، موزعة على 3 ابعاد هي كمايلي: المكون المعرفي ، المكون الانفعالي، والمكون السلوكي ، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (30 و 150) درجة، حيث يوصف الفرد الذي تقترب درجته

على المقياس من الحد الاعلى (150) درجة بأنه راضي عن صورة جسمه، ومن تقترب درجته على المقياس من الحد الادنى (30) درجة بأنه غير راضي عن صورة جسمه .

4.الخلاصة

توصلنا من خلال هذه الدراسة الى استحداث مقياس الرضا عن صورة الجسم لدى عينة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف، وبعد تقدير صدقه وثباته بالوسائل الاحصائية الملائمة تبنى من خلال المؤشرات المتحصل عليها انه يتمتع بقدر جيد من الصدق والثبات مما يؤهله للاستخدام في دراسات اخرى والتي تتناول موضوع الرضا عن صورة الجسم بالنسبة لذوي الاعاقات، نظرا لأهمية هذا المتغير كمفهوم محدد للتوافق النفسي والاجتماعي للفرد ذو الاعاقة.

المقترحات

- استخدام المقياس في دراسات تتناول العلاقة بين متغير الرضا عن صورة الجسم ومتغيرات اخرى ترتبط بهذه الفئة المميزة من فئات ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا بصفة خاصة وذوي الاحتياجات الخاصة على وجه العموم.
- ارشاد المختصين و العاملين مع فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الى استخدام هذه الاداة لقياس مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى هاته الفئة. وبالتالي تحسينها اذا كانت ذات اتجاه سلبي ومن ثم مساعدة هاته الفئة على تجاوز الأثر السلبي الذي تخلفه الاعاقة على نفسية الفرد ذو الاعاقة، وبالتالي شعوره بالرضا نحو ذاته ومن ثم اندماجه الفعال في مجتمعه وبالتالي مساعدته على الاتزان النفسي والاستقرار الوجداني والتقليل من التوتر، كما تؤدي الممارسة الرياضية الى تنمية اللياقة البدنية وزيادة فاعلية الاجهزة الحيوية دورها بكفاءة حينما يتم تهيئتها لممارسة وظيفتها للحد الاقصى.
- ارشاد المختصين و العاملين مع فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا بصفة عامة وذوي الاحتياجات الخاصة بصفة عامة الى تصميم برامج ارشادية وعلاجية لتحسين الرضا عن صورة الجسم لدى هاته الفئة، والبحث عن أسباب إجماع وعزوف ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا على ممارسة الانشطة الرياضية، لا سيما الاناث منهم والبحث عن الحلول، وشارك بقية الافراد من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا من غير الممارسين في الانشطة البدنية المكيفة، حتى يتمكنوا من تحدي وصمة الاعاقة، والقدرة على مواجهة الاحداث والمساعدة على التحدي والمثابرة والتحكم.
- اعداد أخصائيين نفسيين لرياضيي ذوي الاعاقة لمقابلة احتياجاتهم النفسية باعتبارهم في حاجة للك بصورة اكبر من الاسوياء، وتوفير اعداد كادر تدريبي متخصص يعنى بتدريب الرياضيين من الاعاقة للارتقاء بمستواهم المهاري والتخطيط للنهوض برياضة ذوي الاعاقة على المستوى العربي والاقليمي.
- ضرورة تفعيل دور وسائل الاعلام للاهتمام برياضة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا من حيث القاء الضوء على ابراز انجازاتهم من خلال ممارسة النشاط البدني المكيف، وبذل المزيد من الجهد في توعية الجمهور بأهميتها وتوجيه اهتمام المسؤولين عن الانشطة الرياضية بالعمل على دعم رياضة ذوي الاعاقة وايلائها اهتماما كبيرا.

المراجع

- الأشرم، رضا ابراهيم محمد. (2008). *صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لذوي الاعاقة البصرية (دراسة سيكومترية-كلىنيكية)*. رسالة ماجستير. جامعة الرقازيق: مصر.
- الأطرش، حسين محمد . (د.س). *صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى مبتوري الأطراف بعد حرب التحرير بمدينة مصراته*. المجلة العلمية لكلية التربية. العدد الرابع. ص 331-360.
- بن جديدي، سعاد. (2017). *الاسس النبر وسيكولوجية لصورة الجسم والمخطط الجسمي*. مجلة الجامع في الدراسات النفسية و العلوم التربوية. العدد (05/ج02)، جوان 2017، ص 12.
- خطاب، هبة محمد. (2014). *صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى عينة من النساء البدنيات في قطاع غزة*. رسالة ماجستير. الجامعة الاسلامية غزة.
- خوجة، عادل. العيد، يعقوب. (2018). *صورة الجسم لدى المعاقين الممارسين للنشاط الرياضي*. مجلة علوم وممارسات الانشطة البدنية والرياضية والفنية : رقم 13.
- خوجة، عادل. (2009). *اثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم ومفهوم تقدير الذات واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة*. اطروحة دكتوراه غير منشورة. معهد التربية البدنية والرياضية: جامعة الجزائر.
- الخولي، انور امين. (1996). *الرياضة والمجتمع*. المجلس الوطني الثقافي للأدب والفنون. عالم المعرفة: الكويت.
- شوية، بوجمعة. ضيف الله، حبيبة. (2015). *دور الرياضة في معالجة بعض المشكلات النفسية الاجتماعية المصاحبة للإعاقة الحركية المكتسبة*. مجلة دراسات نفسية وتربوية. مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية. جامعة قاصدي مرباح ورقلة : الجزائر. ص ص 119-131.
- عايش، صباح. (2015). *الخطوات المنهجية لتصميم الاستبيان*. شتاء: ديسمبر. يناير، فبراير. مجلة نقد وتنوير. العدد الثالث.
- العبادة، انور عبد العزيز. (2013). *الرضا عن صورة الجسم وعلاقته بالاكنتاب لدى عينة من المراهقات الفلسطينيات بقطاع غزة*. مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية. المجلد الحادي والعشرون. العدد الثاني. ص 41-61.
- العزة، سعيدة حسني. (2002). *المدخل الى التربية الخاصة للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة (المفهوم-التشخيص- اساليب التدريس)*. الطبعة الاولى. دار الثقافة للنشر والتوزيع: عمان، الأردن.
- عيشور، نادية. وآخرون. (2017). *منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية*. أشغال الندوة العلمية حول منهجية البحث العلمي. يوم 05 ماي 2016. جامعة محمد ملين دباغين سطيف 2.
- قطب، محمود محمد. (2017). *الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن صورة الجسم لدى عينة من المراهقين حركيا*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة حلوان: مصر.
- معمرية، بشير. (2009). *مدخل لدراسة القياس النفسي*. المكتبة العصرية: المنصورة.
- Bumin, Gonca, Bayramlar, Larkezban & Sener. Yavuz Yakut Gul. (2009). *Cross Cultural adaptation and reliability of the Turkish version of Amputee Body Image Scale (ABIS)*. journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation 22. (2009). 11-16.
- Cazenave, N. Peultier. A.S.Lefort, G. (2006). *L'activité physique et sportive et l'estime de soi chez les adolescents handicapés : le cas de la pathologie du pied bot*. science direct. Annales médicopsychologiques. 166. (2008) 789-793.
- Leone, James. Mullin, Elizabeth. Maurer- Starks, Suanne & Rovito. J Michael (2014): *The adolescent Body Image Satisfaction Scale (ABISS) for Males: Exploratory Factor Analysis and Implications for Scength and conditioning Professionals*. The journal of strength and conditioning Research: February. 2014.
- Mutale, Gabriella. Dunn, Andrew. Stiller, James & Larkin, Rebecca. (2016). *Development of a Body Dissatisfaction Scale Assessment Tool*. The New School Psychology Bulletin. Vol.13, No .02.
- Tayaba, Moeen. Muzzam, Amina and Zubair, Bisma. (2013): *Development and validation of Body Image Scale (BIS) for young adult Females*, Pakistan journal of social and clinical psychology. Vol 11. N 01, pp52-58.