الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية و الرياضية
قسم النشاط الحركي المكيف

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس
في النشاط الحركي المكيف

بعنوان

دراسة مقارنة لمفهوم الذات بين المعاقين ذهنيا الممارسين و الغير الممارسين للنشاط الرياضي

بحث وصفي أجري على عينة من المعاقين ذهنيا بالمحمدية – معسكر–

من إعداد الطالب :

- **سرير محمد أمين**

تحت إشراف الأستاذ :

- **أ / بلعيدوني مصطفى**

السنة الجامعية :
2017/2016

إهداء

باسم الله الرحمن الرحيم

"....و قضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه و بالوالدين إحسانا...."

"...واخفض لهما جناح الذل من الرحمة و قل ربي ارحمهما كما رباني صغير..."

صدق الله العظيم

أهدي اجتهادي هذا و عملي إلى:

-ثمرة جهدي إلى أنبع زهرة تفتحت في هذا الوجود, عبير روحي إلى ألمع ذرة حدقت لها العيون إلى التي تظل نظراتها و صورتها ترافقني, إلى من أفاضت حنانها علي دون أن تبالي و سهرت رفقتي الليالي, إلى من علمتني أن الحياة عطاء قبل أن تكون أخذ.

إلى أمي الغالية,

-إلى أمير قلبي و نور عيني صاحب الشأن العالي وفخري واعتزازي, من كان السبب في وجودي, إلى من علمني ذات يوم أن الحياة كفاح, إلى بهجة قلبي, إلى من أثنى جهده وجيبه لأصل إلى هذا المستوى.

إلى أبي الحنون

-إلى أساتذتي, إلى كل أفراد عائلتي, إلى كل زملائي بالجامعة و جميع أصدقائي, إلى من ساعدني و أيدني, إلى كل من يعرفني من قريب أو بعيد, إلى كل من يحمل في قلبه ذرة إيمان.

شكر و تقدير

"رب أوزعني أن أشكر نعمتك علي وعلى والدي وأن أعمل صالحا ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين"

نشكر الذي خلقنا وشق سمعنا بحوله وقوته, الله غز وجل نحمده حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه أن وفقنا لإتمام هذا العمل الذي يعتبر قطرة من ماء بحر.

نتقدم بالشكر إلى من كان رحمة للعالمين, إلى من هو قدوتنا في كل حين, إلى من نسعى دوما لإتباع خطاه, إلى من أوصانا بطلب العلم, إلى سيدنا وحبيبنا ورسولنا الكريم, الصادق الأمين, محمد وعلى آله الطيبين وأصحابه الطاهرين صلاة وسلاما دائمين إلى يوم الدين.

نشكر الأستاذ المشرف الذي أكن له فائق الاحترام و التقدير, الذي لم يبخل علي بالنصح والتوجيه, وكان لي السند المتين, الأستاذ: "**بلعيدوني مصطفى**" ثبته الله وجزاه عنها ألف خير.

ونشكر إخواننا المعاقين من المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين ذهنيا, والمعاقين بنادي جمعية أولياء التلاميذ للمعاقين ذهنيا بالمحمدية ولاية معسكر.

محتوى البحث

الإهداء ..

الشكر و التقدير.

قائمة الجداول.

قائمة الأشكال.

التعريف بالبحث

مقدمة **01**

مشكلة **03**

الأهداف **04**

الفرضيات **04**

مصطلحات البحث **04**

الدراسات المشابهة **06**

الخلاصة **10**

الباب الأول

- **الفصل الأول: مفهوم الذات**

تمهيد **13**

1- الذات **13**

1-1-نظرة جيمس للذات **14**

1-2-كولي ونظرية المرآة (1902) **15**

1-3-نظرة ميذ للذات **15**

2-مفهوم الذات **16**

3-الأطر النظرية لمفهوم الذات **20**

3-1-الاتجاه الظاهراتي **20**

3-2-الاتجاه الاجتماعي المعرفي **23**

3-3-الاتجاه السلوكي(الفرويدي) 29
3-4-الاتجاه الاسلامي 30
4-الاطر الحديثة لمفهوم الذات 31
5-خصائص مفهوم الذات 33
5-1-الذات منظم 33
5-2-مفهوم الذات متعدد الابعاد 34
5-3-مفهوم الذات الهرمي 34
5-4-مفهوم الذات الثابت 34
5-5-مفهوم الذات تطوري 35
5-6-مفهوم الذات تقييمي 35
5-7-مفهوم الذات فاريقي 35
6-تشكيل مفهوم الذات 35
7-أبعاد مفهوم الذات 37
7-1-الذات الواقعية 37
7-2الذات الاجتماعية 38
7-3-الذات المثالية 38
8-وظائف مفهوم الذات 39
9-أهم الممارسات التي يتظمنها مفهوم الذات 40
9-1-المجال الجسمي 40
9-2-المجال العقلي و الدراسي 40
9-3-المجال الاجتماعي 40
9-4-المجال الانفعالي 41
9-5-مجال الثقة بالنفس 41
10-مظاهر تقبل و عدم تقبل الذات 41
خلاصة 44

- **الفصل الثاني: المعاقون ذهنيا**

تمهيد 46

1-مفهوم الاعاقة الذهنية 46

2-خصائص المتخلفون ذهنيا 48

2-1-الخصائص الأكاديمية 48

2-2-الخصائص اللغوية 48

2-3-الخصائص العقلية 49

2-4الخصائص الجسمية 49

2-5-الخصائص الشخصية 50

2-6-الخصائص الاجتماعية و الانفعالية 50

2-7-الخصائص السلوكية 51

2-7-1-التعلم 51

2-7-2-الانتباه 52

2-7-3-التذكير 52

2-7-4-إنتقال أثر التعلم 53

3-تصنيف التخلف الذهني 53

3-1 التصنيف على أساس الأسباب 54

3-2 التصنيف على أساس الشكل الخارجي 54

3-2-1 المنغولية 55

3-2-2-القماءة 55

3-2-3-صغر حجم الدماغ 55

3-2-4-كبر حجم الدماغ 56

3-3-التصنيف على أساس نسب الذكاء 56

3-3-1-التخلف الذهني البسيط 56

3-3-2-التخلف الذهني المتوسط 57

3-3-3-التخلف العقلي الشديد 57
4-تصنيف الجمعية الأمريكية للتخلف الذهني 58
5-أعراض وخصائص التخلف الذهني 58
6-خصائص المعاقين ذهنيا(القابلين لتعلم) في المراهقة 59
6-1-الخصائص العقلية المعرفية 60
6-1-1- التخلف الدراسي أو الأكاديمي العام 61
6-1-2-قصور الانتباه 61
6-1-3-قصور الذاكرة 61
6-1-4-قصور الادراك 62
6-1-5-قصور التفكير 62
6-2-الخصائص اللغوية للمعاقين ذهنيا 62
6-3-الخصائص الاجتماعية و الانفعالية و الشخصية للمعاقين ذهنيا 63
6-4-الخصائص التعليمية للمعاقين ذهنيا 64
6-5-الخصائص النفسيةو الانفعالية 65
خلاصة 65

الباب الثاني: الدراسة الميدانية

- **الفصل الاول: منهجية البحث و الاجراءات الميدانية**

1-الدراسة الاستطلاعية 68
2-منهج البحث 68
3-المجتمع 69
4-عينة البحث 69
5-مجالات البحث 69
5-1-المجال البشري 69
5-2المجال المكاني 69

5-3-المجال الزمني 69
6- متغيرات البحث 70
7-أدوات البحث 70
8-الأسس العلمية للأداة 71
خلاصة 71

- **الفصل الثاني: عرض ومناقشة و تحليل النتائج**

تمهيد 73
1-عرض و تحليل العينة الممارسة للنشاط الرياضي 73
2-عرض و تحليل نتائج العينة غير الممارسة للنشاط الرياضي 76
3-عرض و تحليل نتائج المقارنة في القياس لمفهوم الذات بين العينة غير الممارسة للنشاط الرياضي والعينة الممارسة للنشاط الرياضي 79
4-الاستنتاجات الخاصة بمقياس تقدير الذات 81
5-مقابلة النتائج بالفرضيات 82
6-الخلاصة العامة 83
7-التوصيات 84

قائمة الجداول

1- جدول معامل الصدق و الثبات للقياس 71

2- جدول يوضح نتائج قياس مفهوم الذات العينة الممارسة للنشاط الرياضي..... 73

3- جدول يوضح نتائج قياس مفهوم الذات العينة غير الممارسة للنشاط الرياضي..... 76

4- جدول يوضح نتائج دلالة الفروق في قياس مفهوم الذات بين عينة البحث الممارسة و غير الممارسة للنشاط الرياضي 79

قائمة الأشكال

1- هرم الجوانب المتعددة لمفهوم الذات حسب شافلسون..... 32

2- شكل بياني يبين فارق نسب التقييم العالي و المنخفض في القياس لعينة البحث الممارسة للنشاط الرياضي..... 74

3- شكل بياني يبين فارق نسب مستوى التقييم في القياس لعينة البحث الممارسة للنشاط الرياضي..... 75

4- شكل بياني يبين فارق نسب التقييم العالي و المنخفض في القياس لعينة البحث الممارسة للنشاط الرياضي..... 77

5- شكل بياني يبين فارق نسب مستوى التقييم في القياس لعينة البحث غير الممارسة للنشاط الرياضي..... 78

6- شكل بياني يبين فارق نسب التقييم العالي في القياس بين عينة البحث الممارسة و غير الممارسة للنشاط الرياضي 80

7- شكل بياني يبين فارق القياس لمفهوم الذات بين عينة البحث الممارسة و غير الممارسة للنشاط الرياضي..... 81

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة: دراسة مقارنة لمفهوم الذات بين المعاقين ذهنيا الممارسين و الغير الممارسين للنشاط الرياضي.

تهدف الدراسة إلى تحديد العوامل التي ترفع التي ترفع مستوى مفهوم الذات عند فئة المعاقين ذهنيا الممارسين للنشاط الرياضي, وكان الفرض من الدراسة هو أن ممارسة النشاط الرياضي يرفع من مستوى مفهوم الذات عند المعاقين ذهنيا الممارسين عن غير الممارسين, وقد أجريت الدراسة على عينة من ذوي الإعاقة الذهنية تم اختيارها على قسمين, القسم الأول فئة ممارسة للنشاط الرياضي وهي فئة منخرطة في نشاط كرة القدم تمارس الرياضة بانتظام, والقسم الثاني فئة غير ممارسة للنشاط الرياضي, ونسبة العينة 12 معاق ذهنيا, 6 ممارسين للنشاط الرياضي, و 6 غير ممارسين, أما عن الأداة المستخدمة فقد تم الاعتماد في الدراسة على مقياس أنماط تقدير الذات للدكتور محمد حسن علاوي, وقد تم استنتاج أنه ليست هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في عنصر مفهوم الذات عند المعاقين ذهنيا الممارسين للنشاط الرياضي عن غير الممارسين, إذ أن الفرق لم يرتقي إلى الدلالة الإحصائية إذ يعتبر الفرق عشوائي, وقد تم اقتراح أنه يجب حث المعاقين ودفعهم لممارسة النشاط الرياضي بشكل أوسع و منظم من أجل رفع مستوى مفهوم الذات لديهم واكتساب راحة نفسية أفضل, وإجراء المزيد من الدراسات النظرية و التطبيقية على فئة الإعاقة الذهنية.

التعريف بالبحث

مقدمة:

يعمل الإنسان على التّطوير الدّائم المثمر للكفاءة البشريّة لتنمية قدراتهم لأقصى حد وتوظيفها بشكل صحيح فهو بمثابة قوة الدفع الحقيقية لعملية التنمية, و من هنا كان الاهتمام بضرورة تنمية الموارد البشرية من منطق أن الإنسان هو غاية عملية التنمية وفي نفس الوقت وسيلتها.

ولقد كانت بداية الاهتمام في الآونة الأخيرة بفئة المعاقين وهو ما أثاره بعض العلماء خاصة في العلوم النفسية والتربوية باعتبارهم أحد عناصر الاستثمار البشري وهم فئة من المجتمع إلا أنهم تعرضوا إلى إصابات مختلفة خلقت لهم إعاقات معينة.

فالإعاقة هي مصطلح يغطي العجز, والقيود على النشاط ومقيدات المشاركة, والعجز هي مشكلة في وظيفة الجسم أو هيكله, والحد من النشاط هي الصعوبة التي يواجهها الفرد في تنفيذ مهمة أو عمل, في حين أن تقييد المشاركة هي المشكلة التي يعاني منها الفرد في المشاركة في مواقف الحياة, وبالتالي فالإعاقة هي ظاهرة معقدة, والتي تعكس التفاعل بين ملامح جسم الشخص وملامح المجتمع الذي يعيش فيه.

ولهذا أصبح من الضرورة الاهتمام بهذه الشريحة في الوقت الراهن للتخفيف عنهم مما يعانون ومساعدتهم على الحياة الطبيعية المثمرة وتدعيمها لمساعدتهم للحصول على حقوقهم المهضومة وتحسين الظروف لتسهيل عملية التأقلم مع إعاقتهم وتخطي الحواجز النفسية والرفع من مستوى الذات لديهم وذلك من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية التي لها أهمية في التقليل من الضغوطات النفسية وزيادة الدافعية والثقة بالنفس

وذلك ما يمكنهم من المساهمة في التنمية من خلال المشاركة الفعالة والمنتظمة التي تحقق لهم مكاسب معنوية وربما مادية.

وهذا ما أثار فينا الرغبة والميول إلى البحث في هذا المجال وذلك عن طريق دراسة مقارنة في مفهوم الذات عند فئة المعاقين ذهنيا, و وضع المعاق محل الأسوياء بالعمل على الجانب النفسي وتطويره والإلمام بمختلف الصفات التي يتميز بها المعاق والظروف المحيطة.

ولقد قسمنا الدراسة إلى بابين, الباب الأول الدراسة النظرية وفيها تطرقنا إلى التعريف بالبحث والدراسات المشابهة, وفصلين نظريين, أما الباب الثاني فقد اشتمل على الدراسة الميدانية وهي منهجية البحث وإجراءاته الميدانية, ثم عرض وتحليل النتائج والاستنتاجات والتوصيات والخلاصة العامة واستخدمنا المنهج الوصفي واشتملت عينة البحث على المعاقين ذهنيا الممارسين والغير الممارسين للنشاط الرياضي, وكانت أدوات البحث عبارة عن مقياس أنماط تقدير الذات, حيث توصلنا إلى أن ممارسة المعاق ذهنيا للنشاط الرياضي لا يرفع بشكل مؤكد من مستوى مفهوم الذات لديه.

مشكلة البحث:

إن مستقبل تطور النشاط البدني والرياضي, يعتمد حاليا على زيادة الاهتمام بالجوانب النفسية, ويعد مفهوم الذات اتجاها يعكس فكرة الفرد عن نفسه وخبرته الشخصية, أي كعملية يدرك الفرد خلالها حقائق شخصية ويستجيب لها على نحو انفعالي. (ياسين، 1963، صفحة 77)

وهذا ما يبرز دور التدريبات الرياضية بصفة عامة وتأثيرها على الفرد الرياضي السوي أو المعاق وتعتبر رياضة المعاقين نظام خدماتي متكامل صمم للتعرف على المشكلات والمساعدة على حلها من النواحي النفسية والبدنية وهذه الخدمات تشتمل على المساعدات والبرامج التربوية الفردية والتدريب والتدريس للأشخاص المعاقين وكذلك يشمل الخدمات الاستشارية والتعاونية في مجالات برامج المعاقين وتنظيم الندوات والدورات لتقديم أفضل السبل لهذه الفئة وأن هذه الخدمات التي كلها في إطار رياضة المعاقين يجب أن تقدم من قبل أشخاص مؤهلين ومتخصصين في رياضة المعاقين أو مسيرين لهم خبرة في هذا المجال. إن تكيف وتأقلم الفرد المعاق مع ضغوط الحياة المعاصرة والشعور بالنقص الذي ينجم من فكرة أن الهيئة العامة لكل شخص هي مقياس لتفكيره ومشاعره ومزاجه والهيئة الجيدة للشخص تعطي انطباعا جيدا وتعكس صورة تفاعل جدير بالمبادرة والثقة بالنفس, في حين أن الهيئة الضعيفة تعكس انطباعا سيئا الذي يتمثل في قلة الثقة بالنفس وضعف الشخصية والظهور بمظهر التعب الدائم. (محمد صادق، 1990، صفحة 32) ومنه ليكن صياغة مشكلة البحث على ما يلي:

*هل توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في مستوى مفهوم الذات عند المعاقين ذهنيا

الممارسين للنشاط الرياضي من غير الممارسين؟

أهداف البحث:

نهدف من خلال هذا البحث إلى:

*تحديد العوامل التي ترفع مستوى مفهوم الذات عند فئة المعاقين ذهنيا الممارسين للنشاط الرياضي.

فرضيات البحث:

ومنه يمكن طرح التساؤلات التالية:

*إن ممارسة الأنشطة الرياضية ترفع من مستوى مفهوم الذات عند المعاقين ذهنيا الممارسين عن غير الممارسين.

مصطلحات البحث:

1-مفهوم الذات:

***التعريف الاصطلاحي:** هو ذلك الوصف الذي يحمله الفرد عن ذاته, و الذي يتكون نتيجة للخبرة الاجتماعية التي يكتسبها من البيئة التي يتواجد فيها, وتأثير الآخرين المحيطين به خاصة ذوي الأهمية, كما أنه ذو تركيب متعدد الأبعاد يتأثر بالأهمية التي يعطيها الفرد لكل بعد والتي ترتبط بالبيئة التي يتواجد فيها. فللفرد أسلوبه المتميز في الحياة, وإذا لم توجد تلك الخبرات فإنها تعمل على خلقها. (ولندزي، 1971، صفحة 161)

***التعريف الإجرائي:** هو مفهوم المرء عن ذاته أي تعريفا نفسيا لذاته, و هو تكوين معرفي

منظم و متعلم للمدركات الشعورية, والتطورات والتقسيمات الخاصة بالذات.

2-الإعاقة الذهنية:

***التعريف الاصطلاحي:** عرفت الجمعية الملكية البريطانية للطب النفسي(1975) التخلف الذهني بأنه حالة من توقف النمو الذهني أو عدم اكتماله, تظهر في صور مختلفة, والصور المعتادة هي الإخفاق في تكوين ما يعرف بوظائف الذكاء, والتي يمكن أن تقاس بالطرق السيكومترية تحت مسميات العمر الذهني, ونسبة الذكاء وفي حالات أخرى فإن العقل الغير نامي قد يظهر أساسا صورة إخفاق في المحافظة على ضبط المعتاد على المواقف أو الوصول إلى المواصفات المطلوبة للسلوك الاجتماعي العادي.

***التعريف الإجرائي:** هي نقص الذكاء الذي ينشأ عنه نقص التعلم والتكيف مع البيئة, يظهر في مراحل العمر النمائية منذ الميلاد و حتى سن 18 سنة.

3-النشاط الرياضي:

***التعريف الاصطلاحي:** عرف قاسم حسن حسين بأنه ميدان من ميادين التربية عموما

والتربية البدنية خصوصا ويعد عنصرا في إعداد الفرد من خلال تزويده بالخبرات ومهارات تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي و الخلقي للوجهة الايجابية لخدمة الفرد لنفسه ومن خلال خدمة المجتمع. (حسن، 1990، صفحة 65)

***التعريف الإجرائي:** هو نشاط تربوي يعمل على تربية الفرد تربية متزنة ومتكاملة من مختلف النواحي, الاجتماعية, البدنية, العقلية, عن طريق برامج و مجالات رياضية متعددة تحت إشراف قيادة متخصصة تعمل على تحقيق أهداف النشاط الرياضي, مما يساهم في تحقيق الأهداف العامة للتربية البدنية.

الدراسات المشابهة:

يتم في هذا الجزء التطرق لأهم الدراسات السابقة والمشابهة التي لها صلة مباشرة بالموضوع الذي نحن بصدد القيام به:

1-دراسة شريط حسام الدين و بكريني الشارف 2012/2011:

بعنوان اقتراح برنامج ترويحي رياضي للرفع من تقدير الذات عند المراهق المعاق سمعيا (16/15 سنة)

مشكلة البحث:

هل توجد فروق ذات دلالات إحصائية بين متوسطات درجات المراهقين المعاقين سمعيا في القياسين القبلي والبعدي في مستوى تقدير الذات لصالح لصالح القياس البعدي؟

هدف البحث:

مدى فعالية البرنامج الترويحي الرياضي المقترح في الرفع من تقدير الذات عند المراهقين المعاقين سمعيا (16/15) سنة.

فرض البحث:

توجد فروق ذات دلالات إحصائية بين متوسطات درجات المراهقين المعاقين سمعيا في القياسين القبلي والبعدي في مستوى تقدير الذات لصالح القياس البعدي.

المنهج المتبع:

المنهج التجريبي.

أداة البحث:

استخدم الباحثان 3 أدوات هي: بطاقة البيانات الأولية, مقياس الدكتور وحيد مصطفى التقدير الذات والبرنامج الترويحي الرياضي.

عينة البحث:

تتكون عينة البحث من مجموعة من الأطفال الدين تتراوح أعمارهم بين (16/15) سنة والمتمدرسين في مدرسة الصم بمدينة باتنة والبالغ عددهم 40 تلميذ و تلميذة.

أهم نتيجة:

هناك فروق ذات دلالات إحصائية بين متوسطات درجات المراهقين في القياسين القبلي والبعدي في مستوى تقدير الذات لصالح القياس البعدي.

أهم توصية:

احترام شخصية المراهق وتوفير الجو المرح في البيت من خلال العلاقة السوية للوالدين وتوفير الشعور بالأمان إلى جانب إعطائه ما يسد حاجياته المختلفة.

2-دراسة مساليتي عبد القادر و مقريس أحمد 2013/2012:

بعنوان دور ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في تقدير الذات لدى فئة الصم والبكم داخل المدرسة.

مشكلة البحث:

هل للنشاط البدني الرياضي دور في تقدير الذات البدنية لدى فئة الصم والبكم أم العكس؟

هدف البحث:

تحديد دور وأهمية النشاط الرياضي بتقدير الذات البدنية أحسن تقدير لنفسية الصم والبكم.

فرض البحث:

ممارسة النشاط البدني يرفع من تقدير الذات لدى فئة الصم والبكم.

المنهج المتبع:

المنهج الوصفي.

أداة البحث:

استعان الباحثان في بحثهم هذا على الاستبيان كوسيلة منهجية تتلاءم مع المنهج الوصفي المستخدم, ويتكون من أسئلة المقياس تتعلق بالفرضية المطروحة.

عينة البحث:

يقدر مجتمع البحث من 20 تلميذ من مدرسة الصم والبكم من أصل 86 تلميذ المتحصل عليها.

أهم نتيجة:

ممارسة النشاط الرياضي للصم والبكم يجعلهم راضين عن قدرتهم البدنية بنسبة عالية ومقدرين لذاتهم مع أقرانهم.

أهم توصية:

التكفل بفئة الصم والبكم وجميع الفئات الأخرى في جميع النواحي لتجنب المشاكل التي تقف في طريقهم.

3-دراسة مداني جلول و مختار أحمد 2013/2012:

بعنوان أثر ممارسة كرة السلة على الكراسي المتحركة وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى المعاقين حركيا.

مشكلة البحث:

هل لممارسة النشاط الحركي المكيف أثر على تقدير الذات لدى المعاقين حركيا؟

هدف البحث:

إبراز مدى مساهمة النشاط الحركي المكيف في تحسين تقدير الذات لدى المعاق.

فرض البحث:

إن ممارسة النشاط الحركي المكيف يؤثر إيجابيا في تقدير الذات لدى المعاقين حركيا.

المنهج المتبع:

المنهج الوصفي بأسلوب المسح.

أداة البحث:

قد اعتمد الباحثان في دراستهم على الاستبيان تم توزيعه على العينتين لمدى معرفة مدى اتجاهات الأفراد نحو الممارسة ومقياس تقبل الإعاقة.

عينة البحث:

قد تكونت عينة الدراسات على نحو 100 معاق حركيا(50) منهم ممارس للنشاط الحركي و (50) معاق غير ممارس.

أهم نتيجة:

نستنتج أن المعاق حركيا الغير الممارس لكرة السلة لديهم تقدير منخفض.

أهم توصية:

التركيز على أهمية البرمجة المناسبة للرياضة المكيفة لذوي الإعاقة الحركية, حتى يتم التحسين بالآثار الإيجابية الناجمة على الممارسة الرياضية.

4-دراسة بلمكي العيد و دقيش جمال 2013/2012:

بعنوان التقليل من القلق في عملية تعلم السباحة لمرضى الربو لفئة (14/12) سنة.

مشكلة البحث:

هل للسباحة دور في التقليل من القلق لدى أطفال المصابين بمرضى الربو.

هدف البحث:

إبراز دور السباحة في التقليل من القلق كسمة لدى مرضى الربو فئة(14/12) سنة.

فرض البحث:

للسباحة دور في التقليل من القلق كسمة لدى مرضى الربو فئة (14/12) سنة.

المنهج المتبع:

المنهج المسحي.

أداة البحث:

تم استعانة الباحثان في بحثهم هذا على المقياس والوسائل الإحصائية المختلفة.

عينة البحث:

تتكون عينة البحث من 04 أطفال مصابين بالربو وممارسين للسباحة.

أهم نتيجة:

إن السباحة تساهم في التقليل من القلق كسمة لدى الأطفال ومرضى الربو.

نقد الدراسات المشابهة:

على ضوء النتائج الموضحة في الدراسات النظرية و البحوث المشابهة تم استخلاص أنه معظم الباحثين تطرقوا إلى فئة المعاقين حركيا, أو الأشخاص المصابين بأمراض مزمنة, ودراسة الفروق بين الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني والرياضي في تقدير الذات فقط, ومن الدراسات المشابهة والتوصيات التي كتبها الباحثون, تم التطرق في هذا البحث إلى دراسة مقارنة لمفهوم الذات بين المعاقين ذهنيا الممارسين والغير الممارسين للنشاط الرياضي, واستخدام مقياس أدوات تقدير الذات للدكتور محمد حسن علاوي.

خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل التمهيدي من الدراسة النظرية إلى التعريف بالبحث وذلك من خلال المقدمة التي هي بمثابة مدخل لموضوع البحث ولقد تم التعرض إلى المشكلة ثم إلى أهداف البحث وأهميته وتعريف أهم المصطلحات التي وردت في بحثنا, وذلك من خلال آراء بعض العلماء والباحثين في هذا المجال, حتى يتسنى للقارئ لهذا البحث المتواضع, أخذ نظرة على المحتوى النظري, كما أدرجنا في هذا الفصل الدراسات المشابهة بسبب قلتها .

الباب الأول

الدراسات النظرية

الفصل الأول

مفهوم الذات

تمهيد:

إن النظرة التي نحملها حول ذواتنا و التقديرات التي نمنحها لأنفسنا أثارت اهتمام الإنسان منذ القدم. مما دفع بالفلاسفة في البدايات الأولى للبحث عن حقيقة الذات وماهيتها إلا أن هذه الأفكار بقيت عبارة عن آراء تعبر عن النفس تارة وعن الروح تارة أخرى إلى أن ظهر علم النفس الذي تناول الذات باعتبارها مركز لشخصية الفرد.

غير أن هذه الأفكار والمفاهيم كانت متعددة ومختلفة باختلاف المدارس و التيارات الفكرية التي ميزت علم النفس, وكانت الدراسات الأولى التي تناولها وليام جيمس وكولي هي التي أشارت على مفهوم الذات باعتباره كمفهوم فرضي ناتج عن التفاعل الذي يحدث بين الفرد و المجتمع.

1-الذات:

لقد احتلت الذات مكانة بارزة في نظريات الشخصية, حيث تعددت الآراء واختلفت التيارات التي تناولت فكرة الذات, و كان لهم في ذلك أبحاث متعددة أدت إلى ظهور مدارس حاول كل منها أن يصيغ هذا المفهوم في إطارها الفلسفي الذي تبناه. (قطب رشيد، 1998، صفحة 205)

و لم يعرف الإنسان منذ البداية الذات كما عرفها في الوقت الحاضر من حيث كونها مصطلحا نفسيا له دلالته, فلا توجد لغة قديمة أو حديثة إلا واستعملت ألفاظا مثل: أنا, نفسي,لي,التي تدل على كنية النفس. (الظاهر ف.، 2005، صفحة 16) فالدراسات الأولى كانت تشير إلى مصطلح الذات بينما مفهوم الذات لم يتم الإشارة إليه إلا

في الدراسات الحديثة, وكانت من بين أهم الأفكار التي تناولت نظرات مختلفة للذات نظرة وليام جيمس و نظرة كولي و نظرة ميد, و التي تعتبر كبدايات لاستعمال مصطلح مفهوم الذات.

1-1نظرة جيمس للذات:

في القرن التاسع عشر و مع بداية الاعتراف بعلم النفس, أشار وليام جيمس في كتابه الشهير(مبادئ علم النفس, 1890) إلى مفهوم الذات و كان موضوعيا في معالجته لها, حيث قسم الذات التجريبية(الذات كموضوع) إلى أربع عناصر مرتبة ترتيبا تنازليا هي:

1-الذات الروحية و يقصد بها ملكات النفس و نزعتها و قبولها.

2-الذات المادية و هي كل ما يخص الممتلكات الفردية المادية.

3-الذات الاجتماعية و يقصد بها الكيفية التي ينظر بها الآخرون للفرد.

4-الأنا الخاصة و يقصد بها ذلك التيار من التفكير الذي يكون إحساس الفرد بهويته الشخصية.

و هذه الأدوات الأربع تتحد و تكون نظرة الفرد إلى نفسه, كما أضاف جيمس أنه لفهم الأنا يجب عدم التركيز على مكوناتها, بل يجب النظر إلى المشاعر و العواطف التي تحدث مثل: تقبل الذات, و الأفعال التي تحدث مثل: البحث عن الذات و حفض الذات.

كما قسم الذات أيضا إلى قسمين:

-الذات كموضوع: وهي التي تعرف باتجاهات الشخص و مشاعره نحو نفسه.
-الذات كعملية: وهي مجموع العمليات السيكولوجية التي تحكم السلوك و التوافق, أي هي فاعل, بمعنى أنها تتكون من مجموعة أنشطة من العمليات كالتفكير و التذكير و الإدراك.

1-2 كولي و نظرية المرآة: (1902)

إضافة إلى جيمس يعتبر كولي من أوائل علماء النفس الاجتماعيين الذين ساهموا إسهاما فعالا في دراسة الذات و هو صاحب الرأي المشهور<إن المجتمع مرآة يرى الفرد فيها نفسه>ومفهوم المرآة بالنسبة للذات هو أن الفرد يرى نفسه بالطريقة التي يراه بها الآخرون. (صالح، مفهوم الذات، 2011، صفحة 25)

و على عكس وليام جيمس يرى كولي بأنه لا يمكن فصل الذات عن المحيط الاجتماعي للفرد, فنظرة الآخرين للفرد هي التي تحدد مفهوم الفرد لذاته, و هذه الفكرة عن الذات تتحدد بثلاث أفكار رئيسية:

-ما نتوقع أن يظنه الآخرين عنا.

-نتوقع أحكام الآخرين عنا بعد ملاحظة سلوكنا.

-نستخلص الأسباب التي دفعت بالآخرين لإصدار الأحكام حولنا.

1-3 نظرة ميد للذات:

يتفق ميد مع كولي, في اعتبار الذات ظاهرة اجتماعية, ويرى ميد بأن الفرد لا يتبنى أفكارا و اتجاهات الأشخاص الهامين فقط ما ذهب إليه كولي و إنما يتبنى جزءا هاما من أفكار و اتجاهات الآخرين و ذلك عن طريق ملاحظة تصرفاتهم و انفعالاتهم و تثبيتها بطريقة

لا شعورية ثم يقدمها على أنها منه,كما ركز ميد على أنها استعمال اللغة باعتبارها العنصر الأساسي في تعلم الأدوار الاجتماعية.

و يعتقد ميد أن الفرد لا يمتلك ذاتا واحدة تكون في كل الأحوال و إنما للفرد عدة ذوات تختلف باختلاف الأدوار الاجتماعية التي يقوم بها الفرد, فدور الأب له ذاته, و دور الأخ له ذاته, و دور الصديق له ذاته...الخ

كما ميز ميد بين مكونين للذات, أولهما الذات المفردة و تمثل دوافع الفرد الطليقة غير المقيدة بالمعايير الاجتماعية و أطلق على المكون الثاني اسم الذات الاجتماعية و هي التي تمثل القيم و المعايير الاجتماعية التي اقتبسها من بيئته. (سعد ج.، 2001، صفحة 20)

2- مفهوم الذات:

تمتد جذور و أسس مفهوم الذات منذ التاريخ القديم, غير أن الإنسان لم يعرف الذات كما عرفها في الوقت الحاضر من حيث كونها مصطلحا نفسيا له دلالته. حيث تؤكد المصادر بداية هذه الجذور قبل الميلاد, وأن بعض الأفكار السائدة في الوقت

الحاضر ترجع أصولها إلى (هوميروس) الذي ميز بين الجسم الإنساني المادي و الوظيفة غير المادية, و التي أطلق عليها فيما بعد بالنفس و الروح.

و تذكر المخطوطات الهندية في القرن الأول قبل الميلاد, أن <النفس تجمد نفسها, و لا تعتقد أنها دنيئة و النفس صديقة نفسها, و النفس أيضا هي العدوة الوحيدة لنفسها, و لهذا فهي تكبح نفسها بنفسها, وكذلك هي تصادق بنفسها و حينما تضل فهي تقهر نفسها وهي

عدو نفسها فكما تهدئ النفس فهي أيضا تخضع لها و ذلك لأنها تستند إلى أساس لا يتزعزع.> (الظاهر ف.، 2005، صفحة 41)

فخلال التاريخ الطويل لتساؤل الإنسان, في سباق تأملاته الدينية حول أسباب سلوكه, أثيرت مسألة الوسيط النفسي الذي ينظم و يرشد و يضبط هذا السلوك, حيث تعتبر أكثر الديانات البدائية أن الإنسان لديه قوة كامنة فيه مهيمنة عليه, و التي تؤثر على مصيره, و هذا هو العامل الداخلي الذي كان يقصد به معاني مختلفة مثل الروح, الجسد, الطبيعة, النفس و الإرادة و غير ذلك من الأسماء. (بهلول ف.، 1963) و تعتبر أكثر المفاهيم انتشارا أن مفهوم الروح هو (كينونة) داخلية توجه مصير الإنسان, ويعد سقراط(46,47) قبل الميلاد, أول من أدخل هذا المفهوم, حيث إدراك المعنى العميق للعبارة المنقوشة على معبد<دلفي> <أعرف نفسك بنفسك.>

و وفقا لهذه المفاهيم فإن الظواهر العقلية تعتبر مظاهر لجوهر معين يختلف تماما عن الجوهر المادي, فالنفس تفكر و تختار تقيم, و الروح في نظر الفكر الديني خالدة وذات أصل.

و لقد إهتم المفكرون العرب بهذا الموضوع, فيرى ابن سينا (1037-980م) مفهوم الذات على أنه الصورة المعرفية للنفس البشرية.

و ترى العقيدة الدينية أن الإنسان مكونا من الجسم و الروح, و الجسم هو الطبيعة المادية المعرضة للتغيير عن طريق المؤثرات الخارجية, بينما الروح تبقى كما هي, و هي مركز الرغبة و التفكير.

و قد اهتم ديكارت بمسألة الثنائية بين الجسم و الروح أو النفس, عندما أطلق مقولته المشهورة " أنا أفكر إذا أنا موجود." وهذا يعني أن الإنسان موجود ما دام التفكير موجود. (فحطان، 2005، صفحة 41)

وقد اعتبر المفكرون بعد ذلك مفهوم الذات بأنه الروح تارة, وأنه الذات تارة أخرى (كاجون لوك) (جورج بيركلي) (توماس براون) (زرف، 1990، صفحة 31)

لكن و بظهور علم النفس العلمي ظهرت النزعة إلى رفض فكرة الروح أو أي وسيط نفسي آخر كالعقل و الأنا أو الإرادة أو الذات لتفسير سلوك الإنسان, إلا أنه وخلال السنوات الأخيرة عاد الاهتمام بمفهوم الذات إلى البزوغ بين علماء النفس, و يعتبر (وليام جيمس)

أول من مهد الطريق للنظريات المعاصرة, و الكثير مما يكتب اليوم عن الذات و الأنا مستمد من أفكاره و أعماله.

يعرف جيمس الذات بأنه المجموع الكلي لكل ما يستطيع الإنسان أن يدعي أنه له, جسده, سماته, قدراته, ممتلكاته, أسرته, أصدقائه و أعدائه, مهنته و هواياته, و يعتبر أن الذات معنيين متمايزين, الذات كعملية و الذات كموضوع, فأما الأول فهو الذات العارفة و يدل على العمليات السيكولوجية التي تحكم السلوك والتوافق كالتفكير, الإدراك والتذكر, واعتبره لا قيمة له في فهم السلوك, وأما الذات كموضوع فيشير إلى اتجاهات الشخص و مشاعره عن نفسه و هو ما أطلق عليه بالذات أو الأنا التجريبية و التي تتضمن:

1-الذات المادية: و تتكون من ممتلكات الفرد المادية كجسمه, أسرته و ممتلكاته.

2-الذات الاجتماعية: و التي تتضمن وجهة نظر الآخرين نحو الفرد.

3-الذات الروحية أو الأنا الخالصة: و تتكون من ممتلكات الفرد النفسية و انفعالاته ورغباته.

وأضاف جيمس بعدا رابعا, و هو الذات الممتدة و التي تشمل كل ما يشترك فيه الفرد مع الآخرين كالعائلة و المجتمع و الرقعة الجغرافية.

و ذكر جيمس أن للإنسان من الذوات بقدر عدد الأفراد الذين يعرفونه, فله ذات لزوجته وذات أخرى لأولاده و ذات أخرى لزميله, و ذات رابعة لربه.

و يمثل مفهوم الذات عند روجرز جانبا أساسيا في الشخصية, حيث يعرفه بأنه تنظيم عقلي معرفي مرن و لاكنه متماسك, كما يعتبره المسؤول عن سلوك الفرد الذي يكون في نشاط دائم من أجل تحقيق أهدافه في الحياة الواقعية, و الذات كجزء من كيان الفرد تعمل على تحقيق نفسها من خلال ذلك النشاط, لذلك فإن الخبرات التي تتفق و تتطابق مع مفهوم الذات و مع المعايير الاجتماعية تؤدي إلى الراحة و التخلص من التوتر كما تؤدي إلى التوافق النفسي, أما تلك التي تتفق مع مفهوم الذات والمعايير الاجتماعية, تدرك على أنها تهديد.

و مفهوم الذات عند حامد عبد السلام زهران, 1968 عبارة عن تكوين عقلي معرفي منظم و متعلم للمدركات و المفاهيم و التقييمات الشعورية للفرد فيما يتعلق بذاته كما هي عليه, و كما يعتقد أن يتصور أن الآخرين يرونه و كما يود أن يكون عليه.

وذهب سعد جلال (1967) إلى تعريف مفهوم الذات بأنه ذلك التنظيم الديناميكي لمفاهيم الفرد و أهدافه و مثله و قيمه التي تحدد السبل التي ينتهجها في سلوكه, فهي صورة الفرد

عن نفسه التي تمده بالطرق التي تمكنه أن يجابه بها الحياة و مشاكلها. (جلال، 1976، صفحة 114)

3- الأطر النظرية لمفهوم الذات:

لقد أسهم الكثير من الفلاسفة والمفكرين بأعمال لها قيمتها في نظرية مفهوم الذات فتعددت الآراء المتعلقة بهذا المفهوم و لم يكن هناك اتفاق على رأي واحد, فانقسمت تلك الآراء والنظريات إلى ثلاث اتجاهات رئيسية هي:

3-1 الاتجاه الظاهراتي:

يعتبر هذا الاتجاه أن السلوك كله يتوقف على المجال الظاهراتي, و أن مفهوم الذات هو الجانب الأكثر أهمية و الأكثر تحديدا للمجال الظاهري.

ويعد "كارل روجرز" من رواد هذا الاتجاه, و تعد نظريته عن الذات(1951-1956) من أهم النظريات المعاصرة في هذا المجال, إذ يمثل مفهوم الذات فيها جانبا أساسيا, وتحدده على أنه جزء متميز من المجال الظاهري و أنه يتكون من المدركات الشعورية و القيم المتعلقة به "أنا" و يتضمن الصورة الرئيسية المتعلقة بـ: (من أكون أنا) هذا و يستجيب الكائن الحي (ككل منظم) للمجال الظاهري من أجل إشباع حاجاته, ذلك أنه إذا كان هناك من الحاجات المحددة, إلا أن هناك دافعا واحدا و هو تحقيق أو تأكيد أو الرفع من قيمة, فالذات عند "روجرز" هي تلك الادراكات و الاتجاهات التي يشكلها الفرد عن نفسه من خلال تفاعله مع البيئة التي يعيش فيها وفق معايير وقيم مرتبطة بتلك الادراكات, هذا من أجل إشباع حاجات متعددة و مرتبطة بدافع واحد هو تحقيق و تأكيد الذات. (الظاهر ف.، 2005، صفحة 41)

والذات عند روجرز هي الصورة التي يراها الشخص هو عن ذاته و ليس كما يراه الآخرين فكل إنسان في الحقيقة أعظم خبير في العالم بالنسبة لنفسه, و لديه أفضل المعلومات عن نفسه.

و تعتبر الذات عند "روجرز" محدد لسلوك الفرد, فالكيفية التي يرى بها الشخص الأحداث و يفسرها هي التي تحدد أيضا الكيفية التي يستجيب بها لهذه الأحداث, وهي قابلة للتغيير من خلال إعادة تنظيم الصورة التي يدركها الفرد عن نفسه.

فالذات عند "روجرز" هي الإطار المرجعي لتقييم و ضبط الخبرات الحقيقية للكائن الحي, فالخبرات التي يدركها بأنها تتفق و تتطابق مع مفهومه لذاته و مع المعايير الاجتماعية وتبعث على الراحة والتوافق النفسي يقيمها تقييما إيجابيا و بالتالي يقبل كلها, أما الخبرات التي يدركها أنها لا تتفق مع الذات أو تتعارض مع المعايير الاجتماعية و بالتالي تعرقل و تعيق تقدمه و بقاءه فيقيمها سلبا و يدركها على أنها تهديد فيعرض عنها. و هكذا أبرز"روجرز" تضامين في بناء الشخصية هما الذات و الكائن الحي, هذا أن النظامان قد ينسجمان و قد يتعارضان, فحين تكون النتيجة التوافق النفسي و المواءمة, أما إن تعارضا فتكون النتيجة سوء التوافق, لأن الذات في هذه الحالة تصبح منظمة بطريقة جامدة و تفقد اتصاله مع التوافق الحقيقي للكائن الحي فتؤدي إلى التوتر و القلق و سوء التوافق النفسي, ولهذا فقد اعتبر "روجرز" أن الطريقة المثلى للأحداث التغيير في السلوك أن يعدل الفرد من مفهومه و نظريته عن ذاته.

و لقد مكنت هذه النظرية الاتجاه الإنساني لي "روجرز" حينما أكدت على ضرورة توفير المناخ النفسي بالحب و التقبل و الحرية, الذي يساعد الفرد على النمو و الصحة, وتحقيق الكمال, كما نادت بحرية التعبير عن الذات و استقلال الشخصية و تفردها, و أكدت أيضا

على دور العلوم السلوكية في خلق الأساليب و النماذج التي تتيح للفرد ممارسة حريته وتساعده على تكوين شخصية منفردة و مبدعة و تساعده على أن يجد ذاته و يتقبلها ويحقق توافقه مع نفسه و ذاته و يسمو بها نحو الكمال.

و يتفق "كوفكا" مع "روجرز" حين اعترف بالذات و اعتبرها لب و نواة الأنا, وإنها تتكون من التجارب التي يتعرض لها الفرد والتي قد تكون شعورية أو لا شعورية, بالأنا الظاهرية. (أحسن، 2004، صفحة 608)

أما "ريمي" فيرى أن الذات هي ما يعتقده الفرد عن نفسه, أي الخريطة التي يرجع إليها لفهم نفسه و خاصة أثناء لحظات الأزمات و تلك التي تتطلب الاختبار.

و تتكون الذات حسب "ريمي" من أفكار الفرد و مشاعره, آماله و مخاوفه و وجهات نظره عن نفسه و ما سيكون عليه. (الظاهر ف.، 2005، صفحة 41)

أما "برتوشي" فيعتقد أن الذات موحدة و مركبة للأحاسيس و التذكر و التصور والإدراك والحاجة و الشعور والتفكير, و هي تقابل الأنا عند فرويد.(أحسن، 2004، صفحة 608)

و يقول "ليكي" وهو صاحب نظرية <اتساق الذات> أن فكرة الفرد عن نفسه و عن العالم المحيط به تتحدد في نظام متسق موحد من القيم و المفاهيم التي تحدد شخصية الفرد,

التي هي نتاج التجارب التي مر بها. (الظاهر ف.، 2005، صفحة 41) و قد اعتبر هذين العالمين أن الذات موضوعا و عملية في آن واحد حيث شبها الذات بالصخرة التي تتكون من جزيئات معينة فتكون بذلك ناتجا أو موضوعا, و بالمقابل يحكم وجودها فإنها تؤثر في العالم من حولها أو في العالم الذي تقع فيه فتكون بذلك عملية, فالذات حسب "ليكي و برتوشي" هي صورة لهذه الصخرة تتكون من إدراكات تتعلق بالفرد و لها تأثير حيوي و مهم على سلوكه. (سعد، 1987، صفحة 321)

أما "سيموتنس" فأكد أن الذات هي الأساليب يستجيب بها الفرد لنفسه, و تتكون الذات حسبه من أربع جوانب هي:

-كيف يدرك الفرد و يفهم سلوكه, وكيف يحاول من خلال مختلف الأعمال تعزيز نفسه, والدفاع عنها, و يعتقده أنه نفسه.

و الذات عند سيموتنس تكون شعورية و لا شعورية و لاكنه فرق بين التقييم الشعوري والتقييم اللاشعوري. (أحسن، 2004، صفحة 608)

3-2 الاتجاه الاجتماعي المعرفي:

ركز هذا الاتجاه على الأبعاد المعرفية واعتبرها المدخل لمفهوم الذات, إذ يعتبر هذا البناء الشخصي للفرد يؤكد على الطريقة المميزة له في رؤية العالم, و يختلف بذلك فرد عن آخر و قد أكد هذا الاتجاه الطريقة التي يقيم بها الأفراد أنفسهم و دور الكفاءة كأحد مظاهر مفهوم الذات, إذ تكون وحدات المعلومات و المعارف بناء معرفي, في حال تنظيمها عن طريق العلاقات الخارجية المستمرة و ترابطها الخارجي بين محتوياتها و يعد "كولي" من أوائل علماء النفس الاجتماعيين الذين ساهموا إسهاما فعالا في دراسة الذات, و هو

صاحب الرأي المشهور<أن المجتمع مرآة يرى الفرد فيها نفسه.> (مصطفى، 1966، صفحة 181)

ومعنى المرآة هو أن الفرد يرى نفسه بالطريقة التي يراه بها الآخرين.

والذات حسب" كولي" تنمو من خلال تفاعل الفرد مع مجتمعه, و تتكون الصورة عن نفسه من خلال إدراكه لرؤية الآخرين له, و ما يترتب عن ذلك من شعور يسمى بالذات المنعكسة.

و لقد أيد "كارل يونغ" في مطلع القرن العشرين هذا الاتجاه, حيث اعتبر أن البحث في الذات يعتبر مفتاحا رئيسيا لدراسة الشخصية, يركز على الخبرات المدركة لدى الفرد في الوقت الحاضر وعلى ذاته الظاهرية و نمطه الفريد في الموائمة, فهو يقر بوجود عمليات أخرى تتجاوز تلك التي تسعى إلى تحقيق الحاجات البيولوجية و الغرائز الجنسية والعدوانية. (السعيد، 1983، صفحة 141)

و يسير "سوليفان" في نفس مسار "كولي" إلا أنه يعتقد بأن الفرد يرى نفسه من خلال التفاعل الاجتماعي الخاص و المتمثل في الأسرة و بشكل أساسي الأم أو الأفراد المهمين في حياته. (الظاهر ف.، 2005، صفحة 41)

ويعد (ميد 1934) من بين العلماء الذين دعموا هذا الاتجاه, إذ يرى بأن الشخص يستجيب بالطريقة التي يتوقع إدراكها الآخرين, و أن للفرد عدة ذوات حسب الأدوار التي يقوم بها فدور الأب له ذاته و دور الأخ, و دور الزوج و هكذا.

و الذات عند ميد مكونان متفاعلان يعدان بمثابة الدافع للسلوك الإنساني, و هما الـــذات المفردة و هي دافع غير مقيد بالمعايير الاجتماعية والذات الاجتماعية التي تمثل المعايير الثقافية التي تشبع بها الفرد. (صالح، مفهوم الذات، 2011، صفحة 321)

ويتفق (سوليفان 1953) و (كولي) و (ميد) باعتبار الذات بأنها نسق من التفاعل الاجتماعي و يرى بأن الضوابط و القيم الاجتماعية تشكل نظام الذات عند الفرد, إذ يعد هذا النظام بناء من النواهي و الضوابط التي توجه سلوك الفرد بما يحقق له الأمن ويجنبه القلق والتوتر منذ الطفولة, حيث يمتثل لرغبات والديه تجنبا للقلق الناشئ من فقدان حبهما.

(صالح، مفهوم الذات، 2011، صفحة 321)

فقد ركز "سوليفان" في تفاعل الطفل مع الأفراد المهمين لديه كالأم و الأب و المعلم ويقول (عماد الدين إسماعيل 1961) في نفس السياق أن "الذات في تلك التنظيم الإدراكي الانفعالي الذي يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه ككل" كما يظهر ذلك في التقدير اللفظي الذي يحمل صفة من الصفات على ضمير المتكلم, و هو يرى أن الذات هي ذلك المفهوم الذي يكونه الفرد عن نفسه باعتباره كائنا بيولوجيا اجتماعيا, أي مصدرا للتأثير و التأثر بالنسبة للآخرين.

و ينشأ مفهوم الذات في نظره عن طريق تعميم الخبرات الإدراكية على الفرد, باعتباره جزء من التفاعل الكلي الذي يتفاعل معه بنفس الطريقة التي يكون بها الفرد المفهومات الأخرى عن محيطه الخارجي و هو ينمو من خلال احتكاك الفرد بالبيئة وخاصة البيئة الاجتماعية أي من خلال علاقة الفرد بالعالم المحيط به. (إسماعيل، 1961، الصفحات 5-2)

و يظم (فرنون 1963) إلى الاتجاه الاجتماعي في اعتباره أن الذات هي نواة حقيقية أو ذات مركزية تتميز و تتباين عما سواها من الموجودات الأخرى, و هي ذات مركزية أي تتكون من أجزاء كثيرة متصارعة فيما بينها لكنها متحدة و يجمعها معا الإحساس بالهوية أو الكينونة, و لقد قسم "فرنون" الذات إلى مستويات متدرجة من الأعلى إلى الأسفل, وذلك في ضوء ما تتضمنه من محتويات شعورية و لا شعورية, حيث يتشكل مستواها الأعلى من مجموعة ذوات فرعية اجتماعية عامة يعرضها الفرد للآخرين سواء كانوا معارف أو غرباء, و في المستوى الثاني تأتي الذات الشعورية الخاصة كما يدركها الفرد عادة و يعبر عنها لفظيا و يشعر بها و يستطيع الكشف عنها للمقربين مثل الأصدقاء الحميمين فقط, وفي المستوى الثالث تأتي الذات البعيدة أو البصيرة يكشف عنها الفرد من خلال عمليات الإرشاد و العلاج النفسي و في نهاية سلم الترتيب تأتي الذات العميقة أو المكتومة و لا يمكن التوصل إليها إلا عن طريق التحميل النفسي.

ويؤكد عبد العزيز القوصي (1964) في هذا الصدد أن التفاعل العكسي المتبادل أساسي في جعل تقدير الفرد لذاته أقرب للواقعية, فالطفل كثير الأصدقاء الذي يضرب و يضرب ويأخذ ويعطي و يتفاعل مع غيره على قدم المساواة, نجده مدركا لمقدار نفسه بالنسبة لغيره إدراكا واضحا أكثر من الطفل الذي يعيش منعزلا مع والديه بعيدا عن الاختلاط مع الآخرين. و يضيف أن كل من التقليد و المشاركة الوجدانية هي أهم أوجه التفاعل الاجتماعي التي تساعد الطفل على عقد صلات بينه وبين غيره, فالتقليد هو مجال مناسب لنمو الذات وفهم الطفل لنفسه بالنسبة لغيره, كما أن المشاركة الوجدانية تهيئ للطفل مجالا لفهم الحياة النفسية لدى الآخرين.

و يسير (عبد السلام زهران 1965) على هذا النحو فهو يرى بأن الذات عبارة عن تكوين عقلي معرفي منظم, ومكتسب للمدركات و المفاهيم و التقييمات الشعورية للفرد فيما يتعلق بذاته كما هي عليه, و كما يعتقد أن الآخرين يرونه, و كما يود أن يكون عليه من التكامل تام.

و يرى "زهران" أن الذات تنشأ كمحصلة للتفاعل الاجتماعي مع الدافع الداخلي للمحافظة على الثرات, حيث يكون هذا المفهوم قابلا للتغيير.

و لقد ذهب "زهران" من خلال هذا التعريف إلى ما ذهب إليه جمهور العلماء الذين سبقوه في هذا الاتجاه حيث اعتبر أن للذات ثلاث أبعاد هي: الذات المدركة أو الواقعية, والذات الاجتماعية و الذات المثالية, لكنه أضاف بعدا رابعا و هو ما أسماه بالذات الخاصة الذي يعتبر الجزء الشعوري السري أو (العوري) للفرد و الذي يقع في حدود اللاشعوري. فهو شعوري و محتواه هام وخطير يحاول الانغماس في اللاشعوري قبل أي خبرة أخرى, غير أنه يقاوم هذا الانغماس لأهميته و خطورته بالنسبة للفرد. (زرف، 1990، صفحة 31) و محتوى الذات الخاصة حسب "زهران" فهو مواد غير مرغوب فيها اجتماعيا, حيث تكون سواء محرمة, أو محرجة, معيبة أو بغيضة أو مؤلمة, فلا يجوز الكشف عنها أمام الغير و يصفها "زهران" بأنها العورة النفسية للفرد, و يضرب بذلك أمثلة في الواقع, حيث أن الفرد يستطيع أن يصرح بأنه يكسب قوته من التجارة و لاكنه لا يفصح بأنه يتاجر في الممنوعات, و يعترف بفشله في عمله لنقص الراتب و ليس من السهل عليه أن يعترف بأن فشله راجع إلى غشه في الامتحانات أو أن الشهادة التي يحملها مزورة. (زرف، 1990، صفحة 31)

ويرى أنه يمكن حصر هذه المستويات في ثلاث مجموعات:

أ-مفهوم الذات العام:

يضم عددا من المفاهيم هي الذات المدركة أو الواقعية, و هي تنعكس في وصف الفرد لذاته كما يدركها هو, و الذات الاجتماعية تشمل المدركات و المتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها و التي يتمثلها الفرد من خلال تفاعله مع محيطه الخارجي, و الذات المثالية و هي الصورة التي يرى بها الفرد نفسه كما يود أن تكون و قد أكد "زهران" رأي "فرنون" في اعتباره أن هذا المستوى شعوريا.

ب-الذات المكتوبة:

و تتضمن أفكار الفرد المهدد لذاته و الذي نجح دافع تحقيق و تعزيز الذات في دفعها إلى اللاشعوري, و يحتاج الوصول إليها إلى طرق التحليل النفسي.

ت-الذات الخاصة:

و هي بمثابة الشعور السري جدا للفرد, تمثل خبرات محرمة أو مخجلة أو مؤلفة غير مرغوب فيها اجتماعيا ولا يجوز الكشف عنها حتى للأفراد المقربين حيث تحقق الذات في كبتها في حيز اللاشعور حيث تظل في المنطقة بين الشعور و اللاشعور.

و يتفق (حلمي المليحي 1986) مع (زهران) فيما ذهب إليه بأن كل فرد يحتفظ بجانب من حياته سرا, يحاول إخفاءه عن الآخرين بينما يكشف عن الجانب الآخر المضيء, ويرى أن الأشخاص مختلفين في مقدار ما يخفون أو يكشفون للآخرين من معلومات عن أنفسهم.

و يرى أيضا أن إرادة و رغبة الفرد في الكشف عن نفسه عامل أساسي يساعد في إدراك الأشخاص, و يضع قاعدة هامة مفادها أن الأفراد الذين يمثلون نموذج الثقافة التي ينتمون إليها نجدهم أكثر تفتحا أي يمكن أي يمكن الحكم عليهم بدقة و هو ما أطـق عليه (الإفصاح عن الذات).

أما (أينشتاين) فيعرف مفهوم الذات انطلاقا من مبدأ تحقيق التوازن بين اللذة و الألم, فهو

يرى أن مفهوم الفرد عن نفسه يتكون عن غير قصد منه خلال تفاعله مع بيئته, أي أن صورة الذات لدى الفرد ما هي أداة تصويرية لتحقيق أهداف معينة, و هذه الصورة تتكون بطريقة تلقائية, و ذلك في ضوء ما يتعرض إليه الفرد طول حياته من تجارب واقعية هدفها تحقيق التوازن بين اللذة و الألم.

و يرى "أينشتاين" أن موقف الإنسان من نفسه كموقف العالم من موضوع بحثه كلما زادت تجاربه كانت ملاحظاته أقرب إلى الدقة و كانت نتائجه أقرب للحقيقة.

(القوصي، 1980، صفحة 299)

فإن الاحتكاك العلمي للشخص بالأشياء و الأشخاص الآخرين و تنوع التجارب العلمية يساعده على تكون صورة حقيقية عن ذاته.

3-3 الاتجاه السلوكي (الفرويدي):

لقد ركز أنصار هذا الاتجاه بشكل أساسي على الأنا, التي يعتبرها المحرك و المسيطـر على الدوافع و أهملوا مفهوم الذات.

و يرى "فرويد" زعيم هذا الاتجاه أن الأنا هي الأساس في بناء الشخصية, إذ يرى أن لها دور تنفيذي و وظيفي اتجاه الشخصية, و هي التي تتحكم في دوافع الفرد للموافقة بين ما يفرضه الواقع من أخلاقيات و الدوافع الطبيعية, أي أن وضعيتها هي التوافق بين الواقع والضمير.

و يرى "فرويد" أن الشخصية تتكون من أجزاء متفاعلة هي الأنا و الهو و الأنا العليا, حيث يعتبر أن الهو يمثل الغريزة الوراثية, و يصفها بأنها الأساس في نشوء الأنا. و بهذا يكون فرويد قد أهمل الذات في تكوين الشخصية و أهمل أيضا التفاعل مع العالم الخارجي, و لو كان كذلك لما اختلف الهو من شخص لآخر وفق تلك الغريزة الموروثة

و حصيلة المتغيرات البيئية المتنوعة التي تشكل السلوك الإنساني للفرد. و يعد (كوفكا) من العلماء الأوائل الذين انشقوا عن المدرسة السلوكية في دراسة الشخصية حيث اعترف بوجود الذات و اعتبرها أب أو نواة الأنا. (الظاهر ف.، 2005، صفحة 19)

3-4 الاتجاه الإسلامي:

يرى هذا الاتجاه أن الإنسان يتميز عن غيره من المخلوقات بتكوينه العقلي, كما أنه خير بطبيعته و أن حريته و إرادته و جوانبه الروحية هم محددات إنسانية.

وهذا ما أكده (عبد الغفار عبد السلام) في اعتباره أن النفس الإنسانية تتكون من مجموعة من العناصر المتضادة, ففيها عنصر الخير و الشر.

و يرى (عبد الغفار) أن عنصر الخير أكثر تجسيدا للعقل الذي يحتاج إلـى إرادة و جهاد, بينما يكون عنصر الشر أكثر تجسيدا للعاطفة التي تكون سهلة و أكثر طواعيـة للفرد و خاصة لصغار السن.

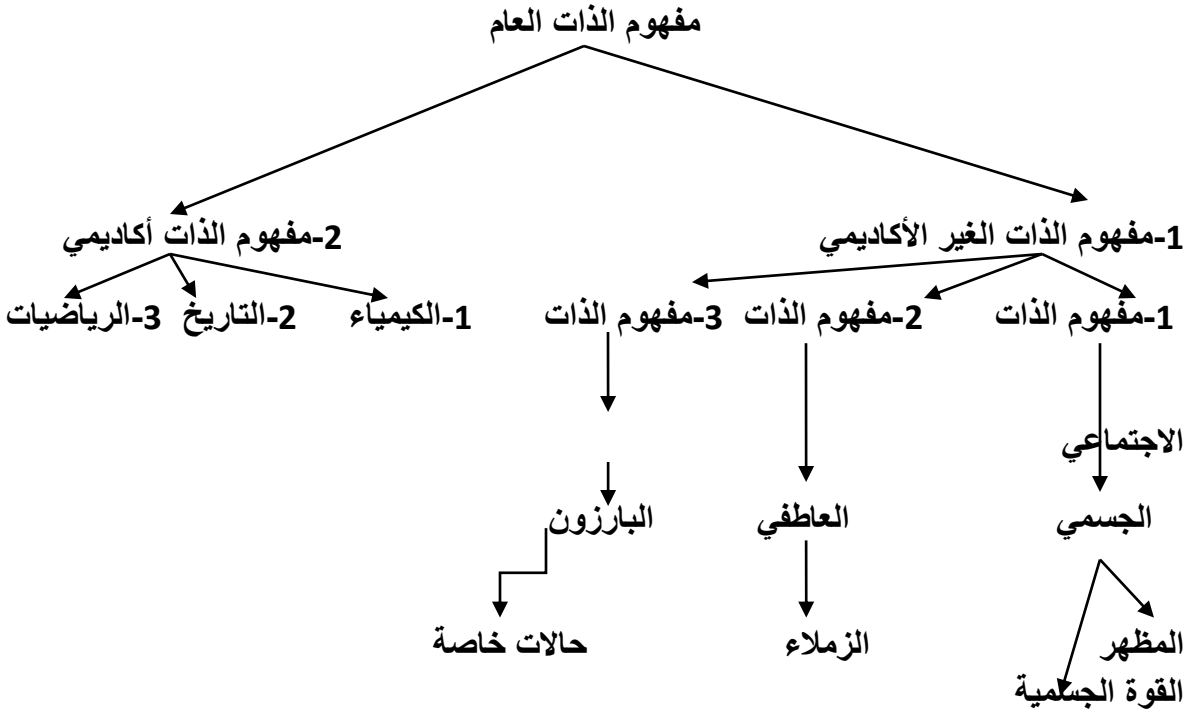
كما قدم (عبد الغفار) مفهوم الوجود, و يقصد به تلك القوة الدائمة الدفع و التوجيه والتنظيم لنشاط الفرد, من أجل تحقيق الوجود و الوصول إلى مستوى مناسب من الإنسانية الكاملة.

و قد أشار عبد الغفار إلى أن مكونات الذات العامة تتأثر ببعضها البعض, و لا يمكن أن تستقل بشكل مطلق فتتأثر الذات المدركة بالذات الاجتماعية و الذات المثالية و العكس.

4-الأطر الحديثة لمفهوم الذات:

بعد ما كان يعتقد أن مفهوم الذات أحادي البعد, و هي وجهة نظر قديمة, ظهرت وجهات نظر مخالفة لهذا المعتقد. (الظاهر ف.، 2005، صفحة 41)

و من بين الآراء التي اعتبرت أن للذات أبعاد متعددة, رأي (شافلسون) الذي اقترح هرمـا للمفاهيم المتعددة الجوانب, فمنه الذات العامة و قاعدته خبرات الفرد و المواقف الخاصـة حسب الشكل التالي:



الشكل01: هرم الجوانب المتعددة لمفهوم الذات حسب شافلسون

و هناك و جهة نظر ثالثة ترى بأن مفهوم الذات له نموذج تعويضي, و هذا النموذج يتفق مع النموذج الهرمي في تأييده فكرة وجود العامل العام لمفهوم الذات. و يرى أصحاب هذا

النموذج مثل (واين و ماركس) أن التدني في أحد جوانب الذات يقابله تعويض في جانب آخر. فمن يدرك نقص في المستوى الأكاديمي يميل لإدراك النجاح في الجوانب الجسمية و الاجتماعية.

و هذا ما يؤيد الفرضية القائلة بأن إدراك الذات بالفشل و عدم الرضا في جانب ما, يرافقه إدراك الذات بالنجاح في جانب آخر. (فحطان، 2005، الصفحات 39-40)

و من خلال وجهات النظر السابقة, نرى بأنه لا يمكن القبول بأن مفهوم الذات أحادي الجانب, و نؤيد النموذج الهرمي, إذ نراه أكثر تحقيقا لمفهوم الذات و ذلك لأنه يزداد

ويتطور بمرور السنين و تقدم العمر و النضج و التعلم, و نؤيد الفكرة القائلة بأن مفهوم الذات يمكن أن يكون تعويضي لأن الفرد قد يحتاج إلى تعويض حالة الفشل أو النقص في جانب ما ليحقق نجاحا تقدما في جانب آخر هو أقدر على تحقيقه نتيجة للسمات التي تتلاءم مع ذلك الجانب, لكي يحقق التوازن الذي هو أحد وظائف مفهوم الذات, كما نؤيد أيضا فكرة تكامل الفروع التي تشكل مفهوم الذات سواء التصنيف الأكاديمي أو الغير الأكاديمي, فكل منها يؤثر في الآخر بدرجات متفاوتة بشكل لا يمكن الفصل بينهما, وتجعلهما يصبيان في مفهوم الذات العام.

5-خصائص مفهوم الذات:

حدد (شافلسون و آخرون) جملة من الخصائص التي تحدد مفهوم الذات حسب ما ذكره قحطان محمد الظاهر. (فحطان، 2005، صفحة 42) فيما يلي:

5-1 الذات منظم:

تتمثل هذه الخاصية في كون مفهوم الذات بناء منظم يصنف فيه الفرد المعلومات عن

نفسه في فئات مترابطة بينها, فمن خلال إدراكه لنفسه من خلال الخبرات المتنوعة التي تزوده بالمعلومات, فإنه يقوم بإعادة تنظيمها و صياغتها و تصنيفها وفقا لثقافته, و هي طريقة لإعطاء معنى للخبرات التي يمر بها الشخص, فهناك تجارب خاصة بالعائلة, وأخرى خاصة بالمدرسة و ثالثة خاصة بالأصدقاء...الخ, و هي تختلف تبعا لمتغيرات البيئة التي يتعرض لها الفرد.

5-2 مفهوم الذات متعدد الأبعاد:

إن مفهوم الذات ليس أحادي الجانب كما كان يعتقد, و لكنه متعدد الجوانب فقد يتكون من كل المجالات كالمدرسة, التقبل الاجتماعي, الجاذبية الجسمية, القدرة العقلية المهارية..الخ

5-3 مفهوم الذات الهرمي:

يشكل مفهوم الذات هرما قاعدته التجارب التي يمر بها الإنسان في مواقف خاصة و قمته مفهوم الذات العام, و هناك من يقسم قمة الهرم إلى قسمين:

-مفهوم الذات الأكاديمي: حيث يشمل مفاهيم تتعلق بمفهوم الذات القدرة, ومفهوم الذات ألتحصيلي والتي بدوها تتفرع إلى جوانب أكثر تحديدا تتعلق بالمواد الدراسية مثل العلوم الطبيعية, الفلسفة, الرياضيات, التربية البدنية...الخ

-مفهوم الذات غير الأكاديمي: ويتفرع بدوره إلى الذات الجسمية, وتمثل تقبل الذات, القبول الاجتماعي و تقبل الغير.

-الذات النفسية: و التي تتمثل في الانطباعات الشخصية, الأحاسيس و المشاعر الذاتية الخاصة و الاتجاهات.

5-4 مفهوم الذات ثابت:

يتميز مفهوم الذات بالثبات و خاصة في قمة الهرم, حيث الذات العامة, و يقل هذا الثبات كلما نزلنا إلى قاعدة الهرم حيث يتنوع مفهوم الذات بشكل كبير و ذلك لتنوع المواقف, فالذات إذا تكونت احتفظت بتنظيمها و قاومت التعديل و الانقسام, و هذا ما يساعد كثيرا على التنبؤ بسلوك الأفراد في المواقف المختلفة و لكن يجب الإقرار بنسبية هذا الثبات,

وعدم اعتبار أنه لا يتغير, فالفرد يعيش في مجتمع هو المرآة التي يرى فيها نفسه, فيغير من نفسه كلما خالف سلوكه هذا المجتمع و كلما تغيرت وجهة نظر الناس إليه.

5-5 مفهوم الذات تطوري:

يتطور مفهوم الذات عند الفرد خلال مراحل نموه, من الطفولة إلى سن الرشد مرورا بالمراهقة, حيث تتشكل مفاهيم جديدة كلما تطور في العمر وكلما زادت مفاهيمه و تجاربه.

5-6 مفهوم الذات تقيمي:

إن مفهوم الذات ذو طبيعة تقييميه, فالفرد يعطي تقييما لذاته في كل موقف من مواقف حياته, و قد تصدر تقييماته لذاته وفق معايير مختلفة, فمنها المطلقة كالمقارنة بالمثالية,ومنها النسبية كالمقارنة مع الزملاء و منها تقييمات وفق نظرة الآخرين.

5-7 مفهوم الذات فاريقي:

يوجد تمايز بين الجوانب المختلفة لمفهوم الذات التي يكون بينها ارتباط نظري, فالذات الجسمية تختلف عن الذات الاجتماعية و الذات المثالية, و الذات الاجتماعية تختلف عن الذات المثالية.

6- تشكيل مفهوم الذات:

كما سبق و أن تبين أن مفهوم الذات ليس شيئا موروثا لدى الإنسان بل يتشكل خلال التفاعل مع البيئة التي يعيش فيها ابتدءا من الطفولة و عبر مراحل النمو المختلفة, فمفهوم الذات عند الفرد يبدأ ضيفا في بداية حياته ثم يتطور باتساع البيئة التي يتعامل معها, ومن خلال التجارب و المواقف التي يمر بها الفرد في عملية التكيف مع البيئة المحيطة به

ويذكر كل من (عدس) (وتوق محي الدين) في هذا الصدد أن المصدر الأول الذي يشكل مفهوم الذات هو الصورة الجسمية, فبنية الجسم و مظهره و حجمه هي التي تعطي للطفل مفهومه لذاته في السنوات الأولى من العمر.

فاتجاهات الطفل نحو نفسه وشعوره بكفاءته و تقلباته كلها ترتبط بسماته المظهرية كالطول و الوزن, لون البشرة و سلامة الحواس وتناسق الجسم, فهي تؤثر بصفة إيجابية أو سلبية على مفهوم الذات عند الطفل.

كما أن اللغة تساعد في تطوير مفهوم الذات, كاستعمال بعض الضمائر كياء الملكية وضمائر الغائب الذي يعتبر دليل على تمييز الطفل لذاته. و يذكر (بيرنز) أن معظم الأطفال يبدؤون باستخدام الضمائر اللغوية في السنة الثانية بعدما يكون استخدامها غير دقيق و في غير محله, فالطفل يستعمل الضمير أنت بدلا من أنا عندما يتكلم عن نفسه وقد يتكلم بضمير الغائب بضمير الغائب. (الظاهر ف.، 2005، الصفحات 47-48؛ بهلول، 1967)

و إن زيادة الضمائر في اللغة تعكس زيادة لغته, إذ يستطيع من خلالها التعبير عن نفسه كفرد له مشاعر, و حاجات و خصائص, و هي تشكل مؤشرا لنضج فهمه لوجوده ودليل على تمييزه لذاته من غيره إذا فللغة دور في نشأة الطفل و خاصة في تطوره الذهني, فكلما اتسعت دائرة الطفل اللغوية انعكس ذلك بشكل إيجابي على تطوره الذهني و الفكري و يعتبر الشعور بالحرية مصدرا أو مرحلة ثانية في تشكيل الذات حيث يبدأ الطفل بين (12-18) في التغلب على الشعور باضطراب الهوية و عدم تمييزها, و تعتبر هذه

المرحلة صعبة و حساسة في حياة الفرد و فيها يبدأ الطفل في تكوين هوية خاصة به تحدد موقفه من العالم. (خيش، 1999، صفحة 50)

ما يمكن استنتاجه من هذه الدراسة أن مفهوم الذات يتأثر بجملة من العوامل, أولها السن ففي مرحلة المراهقة يؤثر النضج الجسمي في نفسية المراهق حيث يعطيه أهمية كبرى وسط أقرانه, فهو يهتم بالانطباعات و الآراء التي يسمعها من رفقائه و خاصة من الجنس الآخر. و لقد أكدت هذه الدراسة أن أبعاد مفهوم الذات تكون واضحة بتقدم العمر و لا تكون كذلك قبل (08) سنوات كما يتأثر مفهوم الذات بالأدوار الاجتماعية التي يقوم بها الفرد منذ طفولته.

7- أبعاد الذات:

من خلال ما سبق ذكره يمكن القول بأن هناك اتفاق بين مختلف الآراء حول تحديد أبعاد الذات إلا أن هناك الاختلاف يكمن في بعض التسميات فقط, و أكثر الأبعاد التي ذكرت وأكد عليها المختصون هي:

7-1 الذات الواقعية:

و هو كل ما يتعلق بالمدركات و التصورات التي تحدد خصائص الذات كما هي على حقيقتها و يشمل هذا الإدراك, الجسم, المظهر, القدرات و الدور الذي يلعبه الفرد في البيئة التي يعيش فيها بالإضافة إلى قيمته و معتقداته و طموحاته. فقد يرى الشخص أنه ذو قدرة على التعلم أو أداء المهارة في رياضة ما و له قوة جسمية, و على العكس فقد يشعر أنه فاشل أو أنه قليل الأهمية ضعيف القدرات و فرص نجاحه ضئيلة.

2-7 الذات الاجتماعية:

هي عبارة عن مدركات الفرد و تصوراته وفقا لما ينعكس من خلال تفاعله مع الآخرين, أي شعور الفرد و تصوره لكيفية تصور الآخرين له من خلال القول أو الفعل, فهي فكرة الفرد عن نفسه من خلال تفاعله مع الآخرين, فقد يرى أنه مرغوب فيه أو غير مرغوب فيه.

ويسمي (سويف مصطفى), (مصطفى س.، الصفحات 180-183) هذه الذات بالذات المنعكسة و يحللها إلى ثلاث عناصر:

أ-تخيلنا لما نبدو عليه في نظر الآخرين.

ب-تخيلنا لحكم الآخرين علينا.

ج-ما يترتب على ذلك من الشعور بالسعادة أو الهوان.

3-7 الذات المثالية:

وهي ما يتمنى الفرد أن يكون عليه سواء من الناحية الجسمية أو النفسية أو العقلية أو جميعها.

إن هذه الأبعاد لا تكون مستقلة عن بعضها البعض حيث يؤثر كل بعد عن الآخر. فيتأثر مفهوم الذات المدرك بمفهوم الذات الاجتماعي و يتأثر مفهوم الذات المثالي بمفهوم الذات الدرك و الاجتماعي.

ولقد أضاف (جيمس) كما سبق و أن أشرنا إليه بعدا آخر أطلق عليه "الذات الممتدة" وهو يمثل كل ما يمتلكه الفرد وما يشترك به مع الآخرين مثل العائلة, الوطن, العمل...الخ

8- وظائف مفهوم الذات:

يتفق الباحثون على أن الوظيفة الأساسية للذات هي السعي لتكامل و توازن الشخصية, ليكون الفرد متكيفا مع البيئة التي يعيش فيها.

و يحدد (ألبورت) وظيفة الذات في العمل على وحدة و تماسك الشخصية و تميز فرد عن آخر و هي تساعد على توازن الفرد من حيث التقييم و المقصد. و يقول أن إحساس الفرد بذاته الجسمية و بهوية الذات و ماهيتها و رغبته في ارتقاء الأنا و امتدادها, كلها تشكل مظاهر الذات الممتدة في مرحلة الطفولة, و أن الذات المنطقية العاقلة, و كفاح الذات من أجل الحياة, و سعيها نحو المعرفة هي وظائف الذات الممتدة في المراحل الموالية.

أما (ليكي) فيعتقد أن للذات دور رئيسي في تحديد المفاهيم التي يمكن استعادها وتضمينها في التنظيم الكلي لشخصية.

و يرى (المليحي) أن مفهوم الذات يحدد أداء الفرد الفعلي. (أحمد ح.، 1990، صفحة 320) أما زهران فيجسد وظيفة الذات في برمجة عالم الخبرة, حيث يقول أن وظيفة مفهوم الذات وظيفة واقعية و تنظيم و بلورة عالم الخبرة المتغير الذي يوجد الفرد في وسطه, ولذا فإنه ينظم و يحدد السلوك. (السلام، 1980، صفحة 98)

و كخلاصة لما قيل في هذا السياق باعتباره أن وظيفة الذات التحكم في السلوك, و ذلك بتنظيمه و ضبطه وتوجيهه من خلال تحديد الاستجابات الذاتية في مواقف الحياة المختلفة

و إعطاء التفسيرات للاستجابات الآخرين, و من تم تحديد أسلوب تعامل الفرد مع الآخرين و تعامل الآخرين معه, و كذلك فإن الذات تقوم بإدراك المواقف التي يتعرض لها الفرد حيث تميز بين تلك التي تتلاءم من تلك التي تتعارض مع ميوله و رغباته و حاجاته واعتقاداته. و لهذا فإن استجابات الفرد تختلف من موقف لآخر مماثل له وفق الزمن والمكان, فالذات إذا تنظم عالم الخبرة من أجل التكيف مع الذات و مع الآخرين.

9- أهم الممارسات التي يتضمنها مفهوم الذات:

9-1 المجال الجسمي:

يعتقد الفرد أنه يحمل خصائص جسمية إيجابية إذا كان لديه مفهوم ذات إيجابي من حيث الشكل و المظهر و الصحة و التمتع بالقوة البدنية وبخلافه يحمل الفرد مفهوم ذات سلبي.

9-2 المجال العقلي و الدراسي:

إن الفرد الذي لديه مفهوم ذات إيجابي يعتقد أنه يحمل خصائص عقلية و دراسية إيجابية من قدرات عقلية كالذكاء والتذكر والتذكير والتفكير والتفوق في الدراسة الحرص والاهتمام بالموضوعات و بخلافه يحمل الفرد مفهوم ذات سلبي. (صالح، مفهوم الذات، 2011، صفحة 24)

9-3 المجال الاجتماعي:

إن الفرد الذي لديه مفهوم ذات إيجابي يعتقد أنه يحمل خصائص اجتماعية إيجابية من

ناحية اهتمامه و سعيه للتفاعل الاجتماعي, احترام قيم و تقاليد المجتمع و يحب الاختلاط بالآخرين و الاهتمام بهم و بخلافه يحمل الفرد مفهوم ذات سلبي.

9-4 المجال الانفعالي:

إن الفرد الذي يحمل مفهوم ذات إيجابي يعتقد أنه يحمل خصائص انفعالية إيجابية كالاتزان الانفعالي والتصرف بعقلانية والشعور بالأمن والاطمئنان في مواقف الحياة المختلفة والتفاؤل بالمستقبل وبخلافه يحمل الفرد مفهوم ذات سلبي.

9-5 مجال الثقة بالنفس:

إن الفرد الذي لديه مفهوم ذات إيجابي يعتقد أنه يحمل خصائص ثقة بالنفس إيجابة كالإيمان بإمكانياته وقدراته والاعتماد على نفسه والتكيف و الانجاز والطموح والمقدرة على مواجهة المواقف بجرأة و شجاعة و بخلاف ذلك يحمل الفرد مفهوم ذات سلبي.

10- مظاهر تقبل و عدم تقبل الذات:

ينظر إلى الشخص المتقبل لذاته على أنه ذلك الشخص الذي يستطيع أن يقدر تقديرا واقعيا بحدود قدراته و استحقاقه و يكون مدركا لمعاييره و معتقداته دون أن يكون أي تأثير عليه من قبل الآخرين و ما يبدونه من آراء, إضافة إلى تقديره الواقعي لبعض نواحي الذات, فالفرد الحسن التوافق حسب رأي (كارل روجرز) هو من كانت لديه القدرة على تقبل جميع المدركات بما فيها تلك التي تتصل بذاته, و إدماجها في تنظيم شخصيته, أما (كوينز) فيصنفه على أساس سلامة تنظيم ذاته, فسلامة تنظيم الذات تتناسب مع قدراتها قدراتهاعلى معالجة مدركاته للواقع يشعر بأن هذه المدركات تهدده و تعرضه للخطرفيزداد احتمال نبذه لها و تشويهه إياها.

و على هذا الأساس نجد أن الأشخـاص المتقبلين لـذواتهم يدركون يدركون كفاياتهم ومعتقداتهم و يمكنهم العمل على أساسها, كذلك فإنهم يدركون و يميزون نواحي قصورهم دون اللجوء إلى تأنيب الذات, إن هؤلاء الأفراد يتقبلون صفاتهـم الإنسانيـة بحسناتها وسيئاتها دون تأنيب لأنفسهم أوللظروف الخارجية عن إرادتهم, فهم لا يعتقدون أنهم يجب أن يكونوا فوق مستوى مشاعر الغضب أوالخوف أو أنهم خالين من الرغبات المتصارعة أو أنهم غير قابلين للخطأ بل نجد أنهم يشعرون بأن لهم الحق في اعتناق المبادرة والتطلعات و الرغبات التي تخصهم, على العكس من ذلك نجد أن رفض الذات أو عدم تحقيقها يتضمن الاتجاهات المتأصلة لعدم تقبل الذات والاستخفاف بها واحتقارها وعدم الثقة بالنفس و الشعور بعدم الاستحقاق للإرضاء أو الثواب أو النجاح.

إن الشعور العميق بالذنب والنظر إلى النفس على أنها لا تستحق إلا اللعنة يعتبر واحدا من الصور غير ناضجة لعدم تقبل الذات. (صالح، مفهوم الذات، 2011، الصفحات 15-16)

إن من دلالات عدم تقبل الذات, هو النقد القاصي لها, بالرغم من أن نقد الذات لا يعتبـر دليلا على رفضها على أساس أن من علامات تقبل الفرد لذاته, معرفته لأفكاره و اعترافه بها, إلا أن انتقاد الذات يكون دليلا على عدم تقبلها عندما يشعر الفرد بالدونية أو عندما يؤنب نفسه عن الفشل في الوصول إلى مستوى من الكمال لا يستطيع احد تحقيقه.

وعلى هذا الأساس فإن بناء الشعور باحترام الذات والثقة بالنفس يتطلب وضع الفرد فـي

مواقف يتمكن فيها الفرد من تحقيق النجاح كما يتطلب تمكينه من أن يرى بنفسه أنه قادر على أن يقوم بالعمل المطلوب, و يتطلب أيضا من الأفراد المهمين في حياة الـفرد إدراك

دورهم في بناء الذات حيث أن الذات تتكون كانعكاس لتقويمهم للفرد, فإذا كان التقويـــم محط بالكرامة فإن دينامية الذات سوف تكون منحطة, وإذا كان التقويم معزز للكرامة فإن دينامية الذات سوف تكون معززة. (صالح، مفهوم الذات، 2011، صفحة 17) في كثيرا ما يعوق الأفراد في تقبلهم للآخرين بسبب الأفكار الجامدة والمتعصبة الصريحة التي تنعكس على أفعال من حولهم من الناس فالتقبل يمكن أن يتعلم من خلال التعليـــم الجيد في البيئة السمحة التي تحترم ويؤكد ذواتهم, إن نظرة الفرد لنفسه أو إدراكه لذاته لا يمكن فصلها عن نظرته للآخرين و ذلك لعدة أسباب منها مفهوم الذات يعتمد في تكوينه على إدراك الفرد لكيفية تقويم الناس له و نظرتهم إليه, فالذات كما سبق وذكرنا هي المرأة التي يرى فيها الفرد نفسه, و من ثم الــطريقة التي يتعامل بها الآخرون شخصا ما قد يستخدمها الفرد تعديل سمات الاستجابة الشخصية المتبادلة لديه في تعامله مع الآخرين.

أما السبب الآخر, فهو إن الطريقة التي يدرك الفرد الآخرين تتأثر بالطريقة التي يدرك بها ذاته, فكل يرى الآخرين من خلال عكسه لسماته الخاصة على هؤلاء الأفراد الآخريـن, فمفهوم الذات يؤثر الطريقة التي يحكم بها الفرد على الآخرين, فإذا رأى شخص غير أمين شخصـا آخر يمثـل مصدر تهديد له فانه سيلجأ إلـى الاستجابـة إليـه بإحدى سمات الاستجابة الشخصية الدفاعية المصدر والتي اكتسبها من قبل, كالعدوانية وعدم الود مثـلا, و من هنا نجد أن سمات استجاباتنا الشخصية المتبادلة غالبا ما تكون متناقضة و تعكس ما نراه في ذواتنا, و على هذا الأساس فإن تقبل الآخرين يرتبط ارتباطا شديدا بتقبل الذات فالشخص الواثق من نفسه و من الآخرين يعتبر أكثر اهتماما و رغبة للانطلاق و الأخـذ بيد غيره, كما يكون شديد الرغبة في أن يدع الآخرين يقودونه إلى عوالمهم, و يعرضون

عليه مشاكلهم الخاصة ويكون قادرا على التفاعل الايجابي البناء. (صالح، مفهوم الذات، 2011، صفحة 18)

خلاصة:

لقد كان هذا الفصل بمثابة الأداة الفعالة في تعريف و تحليل مفهوم الذات, حيث أجريت محاولة لشرح مفهوم الذات و إظهار مختلف التعاريف حوله, وكذلك التطرق إلى مختلف العناصر التي يتضمنها مفهوم الذات و إعطاء شرح مفصل حولها.

الفصل الثانـي

الإعاقة الذهنيـة

تمهيد:

يعتبر التخلف الذهني من الموضوعات الحديثة في ميدان التربية الرياضية و علم النفس مقارنة مع الموضوعات المطروقة في هذا الميدان, إذ تعود البنايات المنظمة لهذا الموضوع إلى النصف الثاني من القرن التاسع عشر, و تمتد جذوره في ميدان علم النفس و علم الاجتماع و القانون, و الطب...الخ, مما يستدعي من المربين القائمين على تربية و رعاية هذه الفئة أن يكونوا على دراية كافية بكل هذه الجوانب لأجل تخطيط البرامج التربوية التي تتلاءم مع خصائصهم و ميولهم و رغباتهم.

1-مفهوم الإعاقة الذهنية:

تقع ظاهرة الإعاقة الذهنية ضمن اهتمامات فئات مهنية مختلفة, لهذا حاول المختصون في ميدان الطب و الاجتماع و التربية و غيرهم تحديد مفهوم للتخلف الذهني و طرق الوقاية منه, و أفضل السبل لرعاية الأشخاص المعاقون ذهنيا.

و في ضوء ما سبق يمكن القول أن الباحث في مجال الإعاقة الذهنية يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي بتداولها المختصون و العاملون في هذا الميدان, و استخدامهم المصطلح الواحد بمعاني مختلفة, فقد أستخدم الباحثون الإنجليز و الأمريكان مصطلحات من قبل دون عقل, و صغير العقل, و نقصان العقل, و في آخر الخمسينيات تخلوا عن هذه المصطلحات و استخدموا مصطلح الإعاقة الذهنية, و اصطلاح التأخر العقلي.

أما الباحثون العرب فقد استخدموا مصطلحات كثيرة, منها القصور العقلية النقص العقلي, الضعف العقلي, التأخر العقلي, و الإعاقة العقلية.

و يرجع هذا التعدد إلى ظروف ترجمة المصطلحات الإنجليزية لبعض الباحثين ترجمها ترجمة حرفية و البعض الأخر ترجمها بحسب مضمونها و اختلفوا في تحديد هذا المضمون, فمنهم من يعرف الإعاقة الذهنية على أنها تعتبر عملية من العمليات الصعبة و المعقدة. (عبيد، 2000، الصفحات 20-21)

التعريف الطبي:

يعتبر التعريف الطبي من أقدم تعريفات حالة الإعاقة الذهنية, إذ يعتبر الأطباء من أوائل المهتمين بتعريف و تشخيص ظاهرة الإعاقة الذهنية, و قد ركز التعريف الطبي على أسباب الإعاقة الذهنية ففي عام 1900م ركز إرلاند على الأسباب المؤدية إلى إصابة المراكز العصبية, و التي تحدث قبل و أثناء أو بعد الولادة, و في عام 1908م ركز ثريد جولد على الأسباب المؤدية إلى عدم اكتمال عمر الدماغ سواء كانت تلك الأسباب قبل الولادة أو بعدها. (عبيد، 2000، الصفحات 16-17)

تعريف السلوك التكيفي:

يشير السلوك ألتكيفي إلى الاستقلال الذاتي و قدرة الشخص على تحمل المسؤولية الاجتماعية المتوقعة ممن هم في عمره, و من مجموعته الثقافية, و يقاس السلوك ألتكيفي بأدوات عديدة من أهمها مقياس السلوك ألتكيفي الذي أعدته الجمعية الأمريكية للتخلف الذهني, الذي يقيس الجزء الأول منه الجوانب الآتية: الأداء المستقل, النمو الجسمي, النشاط الاقتصادي, النمو اللغوي, الأرقام و الوقت, النشاط المهني, التوجيه الذاتي, تحمل المسؤولية, النضج الاجتماعي.

2- خصائص المتخلفون ذهنيا:

إن التعرف على السمات والخصائص العامة للمعوقين ذهنيا يساعد المربون والأخصائيون على تقديم أفضل الخدمات النفسية و التربوية والاجتماعية, حيث أن الأشخاص المتخلفين ذهنيا قادرين على التعلم و النمو أهم الخصائص هي:

2-1 الخصائص الأكاديمية:

إن العلاقة القوية التي يرتبط بها كل من الذكاء و قدرة الفرد على التحصيل يجب أن لا تكون مفاجئة للمعلم عندما يجد الطفل المتخلف ذهنيا غير قادر على مسايرة بقية الطلبة العاديين في نفس العمر الزمني لهم وخاصة في عملية تقصيره في جميع جوانب التحصيل وقد يظهر على شكل تأخر دراسي في مهارة القراءة والتعبير و الكتابة والاستعداد الحسابي وقد أشارت دونا بأن هناك علاقة بين فئة المتخلفين ذهنيا و بين درجة التخلف الأكاديمي, إذن من أكثر الخصائص وضوحا لدى الأطفال المعاقين ذهنيا النقص الواضح في القدرة على التعلم.

أما من ناحية الانتباه(و هو ما يعرف على أنه القدرة على التركيز على مثير محدد) يعتبر متطلبا مهما لتعلم التمييز, و قد حاولت دراسات عديدة التعرف على هذه الصفة لدى الأفراد المعاقين ذهنيا.

2-2الخصائص اللغوية:

تعتبر الخصائص اللغوية و المشكلات المرتبطة بها مظهرا مميزا للإعاقة الذهنية وعلى ذلك ليس من المستغرب أن نجد مستوى الأداء اللغوي للأطفال المعاقين ذهنيا هو أقل

بكثير من مستوى الأداء اللغوي للأطفال العاديين الذين هم في نفس عمرهم الزمني. وأشارت الدراسات إلى أن الاختلاف بين العاديين و المعاقين ذهنيا هو اختلاف في درجة النمو اللغوي و معدله, و قد لاحظ الباحثون تطور النمو اللغوي لدى الأطفال المنغوليين لمدة ثلاث سنوات, و توصلوا إلى أن الاختلاف في تطور النمو بين الأطفال العاديين والمعاقين ذهنيا هو اختلاف في معدل النمو اللغوي حيث أن الأطفال المعاقين ذهنيا أيضا لديهم تأخر في نموهم اللغوي مقارنة مع نظرائهم العاديين, وتبين الدراسات أن المشكلات الكلامية أكثر شيوعا لدى الأشخاص المعاقين ذهنيا منها لدى غيرهم المعاقين و خاصة مشكلات التهجئة ومشكلات لغوية مختلفة مثل تأخر النمو اللغوي التعبيري و الذخيرة اللغوية المحدودة واستخدام القواعد اللغوية بطريقة مختلفة.

2-3 الخصائص العقلية:

من المعروف أن الطفل المعاق ذهنيا لا يستطيع أن يصل في نموه التعليمي إلى المستوى الذي يصل إليه الطفل العادي, فالنمو العقلي لدى الطفل المعاق ذهنيا أقل في معدل نموه في الطفل العادي, حيث أن مستوى ذكاءه لا يصل 70 درجة كما أنهم يتصفون بعدم قدرتهم على التفكير المجرد و إنما استخدامهم قد حصر على الممسوسات, و كذلك عدم قدرتهم على التصميم. . (عبيد، 2000، صفحة 35)

2-4الخصائص الجسمية:

على الرغم من أن النمو الحركي لدى المعاقين ذهنيا أكثر تطورا من مظاهر النمو الأخرى إلا أن الأشخاص المعاقين ذهنيا عموما أقل كفاية من الأشخاص غير المعاقين ذهنيا, وذلك فيما يتصل بالحركات و ردود الفعل الدقيقة و المهارات الحركية المعقدة و التوازن

الحركي, كذلك تشير الدراسات إلى أن المعاقين ذهنيا يواجهون صعوبات في تعليم المهارات اليدوية.

2-5الخصائص الشخصية:

إن الأطفال المعاقين ذهنيا لديهم بعض المشاكل الانفعالية والاجتماعية, وذلك لسبب يعود للمعاملة والطريقة التي يعامل بها هؤلاء المعاقين في المواقف الاجتماعية حيث قد يوصف بأنه معاق أو غبي أو مجنون...الخ

و قد أشار زغلر من خلال الفرضيات التي وضعها في بحثه إلى أن السبب الحقيقي وراء تسمية أو الحكم على الأطفال المعاقين ذهنيا بأنهم غير اجتماعيين يعود إلى الخبرات السابقة لديهم و ما أصيبوا من إحباطات نتيجة هذا التفاعل مع القادرين.

و أشارت الكثير من الدراسات إلى أن لدى الكثير من المعاقين ذهنيا إحساس سلبي نحو أنفسهم بسبب ضعف القدرات لديهم التي قد تساعدهم في عملية النجاح, و كذلك أن لدى المعاقين ذهنيا ضعف في مفهوم الذات.

2-6الخصائص الاجتماعية و الانفعالية:

يجعل الضعف العقلي للإنسان المعاق ذهنيا عرضة لمشكلات اجتماعية وانفعالية مختلفة, لا يعود ذلك للضعف العقلي فحسب بل يعود كذلك إلى اتجاهات الآخرين نحو المعاقين ذهنيا, و طرق معاملتهم لهم و التي تؤدي بهذه الفئة إلى إظهار أنماط سلوكية اجتماعية غير مناسبة و يواجهون صعوبات بليغة لبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين.

إن الأشخاص المعاقين ذهنيا لا يتطور لديهم الشعور بالثقة بالذات إذ يعتمدون على الآخرين لحل المشكلات, وأنهم بسبب هذا الإخفاق يتطور لديهم الخوف من الفشل والذي يدفع بهم إلى تجنب محاولة تأدية المهام المختلفة. (عبيد، 2000، الصفحات 148-149)

2-7الخصائص السلوكية:

بينت الخصائص السلوكية لدى المعاقين ذهنيا على نتائج الدراسات المقارنة بين الأطفال العاديين و المعاقين ذهنيا المتماثلين في العمر الزمني, إلا أنه يصعب تعميم هذه الخصائص على كل الأطفال المعاقين ذهنيا, إذ قد تنطبق هذه الخصائص على طفل ما, بينما قد لا تنطبق على طفل آخر بنفس الدرجة, و من أهم تلك الخصائص:

2-7-1التعلم:

التعلم الحركي هو القدرة في الأداء أو السلوك الحركي كنتيجة للتدريب أو الممارسة و ليس للنضج أو التعب أو تأثير بعض العقاقير المنشطة وغير ذلك من العوامل التي تؤثر على الأداء أو السلوك الحركي تأثيرا وقتيا معينا.

من أكثر الخصائص وضوحا لدى الأطفال المعاقين ذهنيا النقص الواضح في القدرة على التعلم مقارنة مع الأطفال العاديين المتناظرين في العمر الزمني, كما تشير الدراسات في هذا الصدد إلى النقص الواضح في قدرة هؤلاء الأطفال المعاقين ذهنيا على التعلم من تلقاء أنفسهم.

2-7-2الإنتباه:

يواجه الأطفال المعاقين ذهنيا مشكلات واضحة في القدرة على الانتباه و التركيز على المهارات التعليمية إذ تتناسب تلك المشكلات طرديا كلما نقصت درجة الإعاقة الذهنية.

وعلى ذلك يظهر الأطفال المعاقين إعاقة ذهنية بسيطة مشكلات أقل في القدرة على الانتباه و التركيز مقارنة مع ذوي التخلف الذهني المتوسط والشديد, و يفحص ماكميلان(1977) الدراسات التي أجراها زيمان(1965) وزيمان وهاوس(1963) وتيرنر(1970) وسبيتز(1966)في هذا المجال كما يلي:

-يعاني المعاقون ذهنيا من نقص واضح في الانتباه و التعلم التمييزي بين المثيرات من حيث شكلها و لونها ووضعها, و خاصة لدى فئة التخلف الذهني المتوسط و الشديد.

-يعاني المعاقون ذهنيا(و خاصة فئة الإعاقة الذهنية المتوسطة و الشديدة) من فرص الإحباط و الشعور بالفشل, لذا يبحث المعاق ذهنيا على فرص النجاح وعلاماته إذ يرتكز على تعبيرات وجه المعلم أكثر من تركيزه على المهمة المطلوبة منه.

2-7-3التذكير:

ترتبط درجة التذكير بدرجة الإعاقة الذهنية إذ تزداد درجة التذكر كلما زادت القدرة الذهنية و العكس صحيح, و تعتبر مشكلة التذكر من أكثر المشكلات التعليمية حدة لدى الأطفال المعاقين ذهنيا سواء أكان ذلك متعلق بالأسماء أو الوحدات و خاصة التذكر قصير المدى ويلخص ماكميلان(1977) نتائج البحوث التي أجراها بروكزكي(1974) و روبنسون (1974) و براون(1974) على موضوع التذكر لدى الأطفال المعاقين ذهنيا منها:

-تقل قدرة الطفل المعوق ذهنيا مقارنة مع الطفل العادي الذي يناظره في العمر الزمني, ويعود السبب في ذلك إلى ضعف قدرة المعاق ذهنيا على استعمال وسائل أو إستراتيجيات أو وسائط التذكر كما يقوم بذلك الطفل العادي.

2-7-4إنتقال أثر التعلم:

يعاني الأطفال المعاقون ذهنيا من نقص واضح في نقل أثر التعلم من موقف إلى آخر, ويعتمد الأمر على درجة الإعاقة الذهنية, إذ تعتبر خاصية صعوبة نقل آثار التعلم من الخصائص المميزة للطفل المعوق ذهنيا مع الطفل العادي الذي يناظره في العمر الزمني, و يبدوا السبب في ذلك إلى فشل في التعرف إلى أوجه الشبه و الاختلاف بين الموقف المتعلم السابق والموقف الجديد, وقد خص ماكميلان(1977) نتائج الدراسات التي أجريت حول موضوع انتقال أثر التعلم فأشار إلى الفروق الواضحة بين أطفال مراكز التربية الخاصة النهارية, و أطفال الإقامة الكاملة من حيث قدرتهم على التعرف على الدلائل المناسبة بين الموقف المتعلم السابق, و الموقف الجديد اللاحق كما أشار إلى أن قدرة الطفل المعاق ذهنيا على نقل التعلم المعتمد على درجة الإعاقة الذهنية و على طبيعة المهمة التعليمية ودرجة التشابه بين الموقفين السابق و اللاحق.

3-تصنيف التخلف الذهني:

الهدف الجوهري من استخدام نظام التصنيف في مجال التخلف الذهني هو المساعدة على وضع و تخطيط برامج و خدمات ملائمة للأفراد و الذين يقع مدى أدائهم العقلي في نطاق المستويات المختلفة للبحث العقلي.

إن الشخص المتخلف ذهنيا لابد من النظر إليه على أنه فرد يملك درجات مختلفة من القدرات في المجالات المختلفة, هذه القدرات تتغير كلما تقدم الفرد اتجاه تحقيق النضج وكلما حصل على التدريب و التعلم اللازمين و المساعدة المستمرة.

و يمكن تصنيف التخلف الذهني إلى ما يلي:

3-1التصنيف على أساس الأسباب:

يشمل التصنيف على حسب الأسباب العناصر التالية:

_الإعاقة الذهنية الأولية و التي يرجع السبب فيها إلى ما قبل الولادة و يقصد بها العوامل الوراثية مثل أخطاء الجينات و الصفات(الكروموزومات) و يحدث في حوالي 80% في

حالات الضعف الذهني العائلي:

_الإعاقة الذهنية الثانوية و التي تعود إلى أسباب تحدث أثناء فترة الحمل,أو أثناء فترة الولادة, أو بعدها و غالبا ما يطلق على هذه العوامل الأسباب البيئية و هذه العوامل تؤدي إلى إصابة الجهاز العصبي في مرحلة من مراحل النمو بعد عملية الإخصاب و يحدث ذلك في حوالي 20% في حالات الإعاقة الذهنية, و من أمثلة ذلك حالات استسقاء الدماغ و حالات القصاع. (القادر، 1996، صفحة 28)

3-2التصنيف على أساس الشكل الخارجي:

تقسم الإعاقة الذهنية إلى فئات حسب الشكل الخارجي المميز لكل فئة و من هذه الفئات ما يلي:

3-2-1المنغولية:

و تسمى هذه الحالة باسم عرض داون نسبة إلى الطبيب الإنجليزي (جون داون) في عام 1966 حيث قدم محاضرة طبية حول المنغولية كنوع من أنواع الإعاقة الذهنية و لقي مثل هذا الاسم ترحيبا في أوساط المهتمين بالإعاقة الذهنية, و تشكل حالة المنغولية حوالي 10% من حالات الإعاقة الذهنية المتوسطة و الشديدة ويمكن التعرف على هذه الحالة قبل عملية الولادة و أثنائها.

3-2-2القماءة:

تعتبر القماءة مظهرا من مظاهر الإعاقة الذهنية, ويقصد بها حالات قصر القامة الملحوظ مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها الفرد, و من المظاهر الجسمية المميزة لهذه الحالة قصر القامة حيث لا يصل طول الفرد حتى في نهاية سن البلوغ والمراهقة إلى أكثر من 80سم ويصاحبها كبر في حجم الرأس و جحوظ العينين و جفاف الجلد و قصر الأطراف والأصابع, أما الخصائص الذهنية لهذه الحالات فتتمثل في تدني الأداء العقلي لهذه الفئة على مقياس الذكاء التقليدية.

3-2-3صغر حجم الدماغ:

تبدو مظاهر هذه الحالة في صغر حجم محيط الجمجمة والتي تبدو واضحة منذ الميلاد مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها الفرد في صعوبة التآزر البصري الحركي وخاصة المهارات الحركية الدقيقة, و تتراوح القدرة الذهنية لهؤلاء ما بين الإعاقة الذهنية البسيطة و المتوسطة, و يعتقد أن سبب هذه الحالة يبدو في تناول الكحول و العقاقير

أثناء فترة الحمل, و تعرض الأم الحامل للإشعاعات.

3-2-4كبر حجم الدماغ:

تعتبر حالات كبر حجم الدماغ من الحالات الإكلينيكية المعروفة في مجال الإعاقة الذهنية بالرغم من قلة نسب حدوث مثل هذه الحالات مقارنة مع حالات الإعاقة الذهنية البسيطة, وتبدو مظاهر هذه الحالة في كبر محيط الجمجمة 40-50سم مقارنة مع حجم محيط الجمجمة لدى الأطفال العاديين عند الولادة, وغالبا ما يكون شكل الرأس في مثل هذه الحالات كبيرا, و من المظاهر الجسمية المصاحبة لمثل هذه الحالات النقص الواضح أحيانا في الوزن و الطول و صعوبة في المهارات الحركية العامة و الدقيقة, مقارنة مع نظرائهم من الأطفال العاديين. (عبيد، 2000، صفحة 113)

3-3التصنيف على أساس نسبة الذكاء :

وهنا يصنف التخلف الذهني إلى فئات حسب معيار نسبة الذكاء المقاسة باستخدام مقياس القدرة العقلية, كمقياس ستانفوردبينيه, أو مقياس كسلر للذكاء.

وعلى ضوء ذلك نصنف الإعاقة الذهنية إلى الفئات التالية:

3-3-1التخلف الذهني البسيط:

تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة ما بين 55-70 درجة, كما يتراوح العمر العقلي لأفرادها في حده الأقصى 7-10 سنوات, و يطلق على هذه مصطلح القابلون للتعلم, حيث يتميز أفراد هذه الفئة من الناحية الذهنية بعدم القدرة على متابعة الدراسة في الفصول العادية, مع العلم أنهم قادرون على التعلم ببطء, و خاصة إذا وضعوا في مدارس خاصة, و يمكن

لهذه الفئـة أن تتعلـم القراءة و الكتابـة و الحسـاب, و لا يتجاوز أفراد هذه الفئـة في الغالب المرحلة الابتدائية و تشكل هذه الفئة ما نسبته 10% من الأطفال المعاقين ذهنيا.

3-3-2التخلف الذهني المتوسط:

تتراوح نسبـة ذكـاء هذه الفئة 40-55 درجة كما تتراوح أعمارهم العقلية بين 3-7 سنوات في حده الأقصى, و يتميز أفرادهـا من الناحية الذهنيـة بأنهـم غير قابلين للتعلـم في حين أنهم قابلين للتدريب على بعض المهارات التي تساعدهم في المحافظة على حياتهم ضد الأخطار حيث يمكن تدريبهم على قطع الشارع بسلام أو تفادي حريق...إلخ

لذا يطـلق عليهـم القابلين للتدريب, أما الخصـائص الجسمية و الحركية قريبة من مظاهر النمو العـادي لهذه الفئة, و لاكن يصـاحبها أحيانا مشكلات في المشي أو الوقوف, كما تتميز بقدرتها على القيام بالمهارات البسيطة, و تشكل 10% تقريبا من الأطفال المعاقين ذهنيا.

3-3-3التخلف العقلي الشديد:

تقـل نسبة ذكاء هذه الفئة عن 20 درجة, كمـا يعاني أفرادهـا من ضعف رئيسي في النمو الجسمي و في قدرتهم الحسية الحركية و غالبا ما يحتاجون إلى رعاية و إشراف دائمين.

وتجدر الإشـارة إلى أن خصائص كـل فئـة الجسمية و الذهنيـة و الاجتماعية توازي خصائص الأطفال المماثلين لهم في التصنيف التربوي في وصف حالات الإعاقة الذهنية حسب تغير الذكاء.

4-تصنيف الجمعية الأمريكية للتخلف الذهني:

يعتمد هذا التصنيف في تقسيم الإعاقة الذهنية على حسب متغيري القدرة الذهنية والسلوك التكيفي إذ يؤخذ بعين الاعتبار مقياس الذكاء و الدرجة على مقيـــاس السلوك التكيفي ويشبه هذا التصنيف تصنيف التخلف الذهني على حسب نسب الذكاء مع التركيز علـى نسبة مظاهر السلوك التكيفي في كل فئة من فئات الإعاقة الذهنية وهي على حسب هذا التصنيف تتمثل فيما يلي:

أ-الإعاقة العقلية البسيطة.

ب-الإعاقة العقلية المتوسطة.

ج-الإعاقة العقلية الشديدة.

د-الإعاقة العقلية الشديدة أو الاعتيادية.

5-أعراض و خصائص التخلف الذهني:

تختلف الأعراض و الخصائص الجسمية والحركية للمتخلفين ذهنيا على الأسباب المؤدية للتخلف الفكري, و درجة الإصابة, و الحالة الصحية للمصاب.

و من أهم ما يميز المعاقين ذهنيا فقد أثبتت الدراسات أنه من الصعب تعميمها على كل المعاقين ذهنيا, إذ قد تنطبق هذه الخصائص على طفل ما, بينما لا تنطبق على طفل آخر بنفس الدرجة و من أهم هذه الخصائص ما يلي:

-نمو عقلي بطئ.

-انخفاض الذكاء عند الأطفال العاديين.

-ضعف القدرة على التفكير المحدد و استخدام اللغة أو فهم معاني الكلمات.

-عدم القدرة على تركيز الانتباه لوقت طويل و قصور فهمه للرموز المعنوية وصعوبة تعلم التمييز بين المثيرات من حيث اللون و الشكل و الوضع.

-صعوبة القدرة على التعميم, و صعوبة انتقال أثر التدريب من موقف لآخر.

-يعاني من مرحلة استقبال المعلومات في سلم تسلسل عمليات أو مراحل التعلم أوالتذكر.

-صعوبة التذكر السمعي و البصري, و صعوبة تكوين مفاهيم الشكل وفي بعض مجالات التصنيف. (محمد، 2011، صفحة 96)

6-خصائص المعاقين ذهنيا (القابلين للتعلم) في المراهقة:

تتضح الفروق بين العاديين و المعاقين و المتماثلين في العمر الزمني والخصائص الذهنية المعرفية فروق في الدرجة, و تتمثل في النقص الواضح في قدرة المعاقين ذهنيا على التعلم من تلقاء أنفسهم كما أن قدرتهم على الانتباه والتركيز على المهارات التعليمية والتعلم التمييزي بين المثيرات من حيث أولها وشكلها ووضعها واستقبال المعلومات ونقلها تتناسب طرديا, علاوة على نقص المعلومات و تدني مستوى التحصيل.

إنه من الصعب علينا التوصل إلى تصميم يتصف بالدقة والموضوعية فيما يتعلق بالصفات والخصائص المميزة للمعاقين ذهنيا, فالإعاقة الذهنية لا تشكل فئة متجانسة لا من حيث الأسباب أو المستويات أو المفاهيم التربوية و النفسية, فلقد تعددت المفاهيم وتنوعت ما بين التربوي و الطبي والنفسي والاجتماعي, ولكن سنذكر هنا أهم الخصائص

وأكثرها عموما في كل جانب من جوانب النمو, مع العلم بأن هذه الخصائص تختلف من مراهق لآخر, حسب طبيعة وشدة الإعاقة التي ولد بها والبيئة التي عاش فيها وتلقي سبيل الرعاية اللازمة لتربيته و تعليمه و دمجه في المجتمع, وكذلك حسب المرحلة العمرية.

و من هذه الخصائص التي سوف نتناولها بمزيد من الإيجاز و هي فيما يلي:

-الخصائص العقلية المعرفية.

-الخصائص اللغوية للمعاقين ذهنيا.

-الخصائص الاجتماعية و الانفعالية و الشخصية للمعاقين ذهنيا.

-الخصائص التعليمية للمعاقين ذهنيا.

الخصائص النفسية و الانفعالية للمعاقين ذهنيا.

6-1الخصائص العقلية المعرفية:

إن أهم ما يميز المعاق ذهنيا عن الشخص العادي هو الخصائص العقلية المعرفية حيث تقل نسب الذكاء عن (70) ولا يزيد العمر العقلي للمعاق ذهنيا عن عشرة أو إحدى عشر سنة ولا تؤهله للتحصيل الدراسي أكثر من الصف الخامس مهما بلغ به العمر و مهما تعرض لبرامج و مثيرات تربوية. (بدر الدين كمال عبده، 2001، الصفحات 74-75)

يتميز المعاقون ذهنيا أيضا بقصور في قدرات تكوين المفهوم مثل التجريد والتعميم وأنهم يلجأون دائما إلى استخدام المحسوسات في تفكيرهم و ربط الأشياء بوظيفها ولذا يصعب عليهم تكوين المفاهيم المجردة.

يؤكد ولد خليفة(2006) على وجود اختلاف بين الطفل المعاق ذهنيا و الطفل العادي في مستوى معدل النمو العقلي, فالمعروف أن الطفل السوي ينمو سنة عقلية خلال كل سنة زمنية, أما الطفل المعاق ذهنيا ينمو تسعة شهور عقلية أو أقل من سنة زمنية, و هذا هو السبب في تباين الأعمار العقلية لكل من السوي و المعاق ذهنيا.

ومن أهم الخصائص العقلية المعرفية التي يتميز بها المعاقين ذهنيا ما يلي:

6-1-1التخلف الدراسي أو الأكاديمي العام:

كثيرا ما نجد أن ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة لديهم عادة نقص في التحصيل الدراسي والأكاديمي و ليست لديهم القدرة على التعلم عندما تكون طريقة التدريس بنفس الأسلوب المستخدم مع أقرانهم العاديين.

6-1-2قصور الانتباه:

ترجع مشكلة الانتباه لدى المعاقين ذهنيا إلى حاجتهم إلى التغذية الراجعة الفردية وذلك لأنهم ينتبهون إلى الآخرين أكثر من انتباههم إلى متطلبات المهمة, فهم في حاجة إلى مدة أطول مقارنة بالعاديين لتفهم المطلوب, و ربما يرجع الأداء المنخفض للأطفال المعاقين ذهنيا إلى الدور الذي تلعبه خبرات الفشل في مواقف تعلم سابقة والتي تجعله دائما يبحث عن التوجيهات اللفظية ممن حوله كمؤثر لنجاحه أو فشله أكثر من انتباه إلى المهمة المطلوب منه القيان بها.

6-1-3قصور الذاكرة:

تذكر سهير محمد سلامة (2002) أن الأطفال المعاقين ذهنيا يعانون من مشكلة عدم

التذكر سواء كان ذلك متعلقا بالأسماء أو الأشكال أو الأحداث. (سلامة، 2002، صفحة 43)

6-1-4قصور الإدراك:

يشير عبد المطلب القريطبي(1996) إلى أن الطفل المعاق ذهنيا يعاني من قصور في عملية الإدراك, فهو لا ينتبه في خصائص الأشياء فلا يدركها, وينسى خبراته السابقة فلا يتعرف عليها بسهولة, مما يجعل إدراكه غير دقيق.

6-1-5قصور التفكير:

تشير سهى أحمد أمين(2000) إلى أن التفكير لدى الأطفال المعاقين ينمو ببطء بسبب القصور في ذاكرتهم, وضعف ذاكرتهم على اكتساب المفاهيم, و عدم قدرتهم على أدراك المفاهيم المركبة و المعقدة, وبالإضافة لجوانب القصور السابقة لدى الأطفال المعاقين ذهنيا, نجد أنهم ينسون بضعف قدراتهم اللغوية. (حلمي ابراهيم، 2001، صفحة 19)

6-2الخصائص اللغوية للمعاقين ذهنيا:

يعاني المعاقين ذهنيا (القابلين للتعلم) من نقص عام في النمو اللغوي والمشكلات الخاصة باستخدام اللغة و أمراض النطق و الكلام وضآلة في البيئة والمحتوى اللغوي, ويؤدي هذا القصور إلى بطئ النمو العقلي, و على ذلك تكون مهاراتهم اللغوية من أكثر المشاكل التي تواجههم في محاولتهم أن يكونوا جزءا من المجتمع.

و تعتبر الخصائص اللغوية و المشكلات المرتبطة بها و هي مظهرا مميزا للإعاقة الذهنية, لأنها تؤثر على القدرة التواصلية, و تقود إلى الضعف أو التأخر اللغوي والكلامي

و فلسفة المعاق ذهنيا تتطور ببطء و تتسم بعدم النضج, وكلامه غالبا ما يكون مضطربا من حيث الطلاقة أو النطق أو الصوت, ويلاحظ على المعاق صعوبة اكتساب المهارات اللغوية المتقدمة, و يعاني من مشكلات لغوية مختلفة مثل تأخر النمو اللغوي التعبيري, والذخيرة اللغوية المحدودة, واستخدام القواعد اللغوية بطريقة خاطئة و دائما ما يستخدم مفردات بسيطة لا تتناسب مع العمر الزمني, و يرتبط انتشار وشدة المشكلات اللغوية والكلامية عند المعاق ذهنيا بشدة الإعاقة الذهنية و اختلاف درجتها, و كلما زادت شدة الإعاقة الذهنية زادت شدة المشكلات الكلامية و اللغوية و أصبحت أكثر انتشارا.

3-6 الخصائص الاجتماعية والانفعالية والشخصية للمعاقين ذهنياً :

نجد أن هؤلاء المعاقين ذهنياً يتصفون تارة بحده في النواحي الاجتماعية والانفعالي فنجدهم يتصفون بالهدوء والانطواء والخجل ، وتارة أخرى يتصفون بالعنف والغضب وإيذاء النفس والآخرين.

ومن هذه الخصائص ما يلي:

- صعوبة التكيف مع المواقف الإجتماعية.
- اضطرابات تفاعليه مع الآخرين.
- الانسحاب والعدوان والانزواء.
- صعوبة تحمل المسئولية تجاه الآخرين
- اضطراب مفهوم الذات.
- الخوف من الآخرين وعدم اللعب معهم.
- صعوبة الرد على من يعتدي عليه.
- نقس اهتمامه بالعالم من حوله.

– مضطرب انفعاليا. – سهولة القابلية للإيحاء وسهولة القيادة.

– سرعة التأثر. – عدم تحمل القلق.

– مقومته للإحباط ضعيفة وذلك لتكرار خبرات الفشل فى الحياة وفى المدرسة.

6-4الخصائص التعليمية للمعاقين ذهنياً:

حيث أكدت العديد من الدراسات فى مجال المعاقين ذهنياً وحيث ما لمسنا في مجال عملنا مع هؤلاء المعاقين ذهنياً, وجدنا أن المعاقين ذهنياً لا يستوعبون الموقف التعليمي إلا بعد تكرار لعدة مرات وسرعان ما ينسون ما يقدم لهم ، ومما يساعد على التذكر والاستفادة من مواقف التعلم ، والتكرار دائما يكون ناجح فى حالة ربطه من خلال أنشطه تعليمية مدعمه بالوسائل البصرية والسمعية قدر الإمكان حتى يستوعبها المعاق ذهنياً بصورة صحيحة.

كذلك يحتاج المراهق المعاق ذهنياً إلى ما يجذب الانتباه باستمرار أثناء عملية التعلم أوالتدريب على النشاط التعليمي المستهدف ، فكان أفضل وسيله لجذب انتباهه هو ركن العرائس المتحركة وهو ما يسمى بمسرح العرائس في الفصل. ولذا أشير إلى هذه الخصائص الأربعة فيما يلي:

أ- التركيز على الأشياء الملموسة.

ب- التركيز على قوة ونبرة الصوت وتلحينها من قوة إلى ضعف.

ج- التركيز على الملاحظة المباشرة بصفه مستمرة.

د- التركيز على تنمية الإنتباه البصري والسمعي.

هـ- التركيز على ربط الموقف التعليمي بالخبرات الحياتية كلما أمكن وخاصة التي يمر بها.

6-5- الخصائص النفسية والانفعالية:

ومن هذه الناحية يتميز المعاقون ذهنياً بعدم الاتزان الإنفعالى وعدم الاستقرار والهدوء وسرعة التأثر وبطء الانفعال وردود الفعل والعاطفة عندهم أقرب إلى المستوى البدائي، ويتميزون لعدم اكتمال الانفعالات وتهذيبها بصفة عامة.

خلاصة:

كان هذا الفصل بمثابة الأداة الفعالة في تعريف و تحليل التخلف الذهني بأبعاده المختلفة سواء تعلق الأمر بالبعد النفسي أو الاجتماعي أو الطبي أو الذهني, حيث أجريت محاولة لشرح التخلف الذهني من جميع هذه الجوانب وإظهار مختلف التعارف للهيئات والمنظمات الإنسانية حوله, وما ساهمت به هذه الهيئات في مضمار فهم ماهيته, وتغير وجهة النظر للمتخلف ذهنيا و إبراز مكانته في المجتمع, من خلال القوانين و التشريعات التي تصدر عنها.

الباب الثاني

الدراسة التطبيقية

الفصل الأول

منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

1-الدراسة الاستطلاعية:

بعد طرح موضوع البحث على الأستاذ المشرف و موافقته علية, و انطلاقا من معطيات البحث توجهنا إلى الجمعيات و المراكز للتعرف على عينة البحث و المتمثلة في العينة المنخرطة في نشاط كرة القدم بجمعية أولياء التلاميذ للمعاقين ذهنيا بدائرة المحمدية ولاية معسكر والعينة الغير الممارسة بالمركز النفسي البيداغوجي للمعاقين ذهنيا بدائرة المحمدية ولاية معسكر و تم توزيع المقياس على المختبرين.

و تم تحكيم المقياس عند مجموعة من الأساتذة حيث كانت الموافقة عليه بنسبة كبيرة وعليه قمنا بتوزيعها على عينة البحث و هذا بعد الدراسة المصداقية. أخذنا عينة متكونة من 6 أفراد حيث قمنا بتقسيم المقياس عليهم للإجابة على الأسئلة, ثم بعد أسبوع قمنا بتوزيع المقياس على نفس العينة حيث كانت النتائج مطابقة مع بعضها تقريبا و هذا ما تثبته النتائج في جدول معامل الصدق و الثبات.

2-منهج البحث:

نظرا لطبيعة الدراسة المعالجة في علاقة ممارسة النشاط الرياضي وعلاقته بمفهوم الذات عند المعاقين ذهنيا فقد تم اختيار المنهج الوصفي و ذلك لتماشيه مع هدف الدراسة لأن المنهج يعد نقطة بداية في التعرف على المشاكل الميدانية و مدى انتشارها ويعد المنهج الوصفي بأنه كل استقصاء يحسب في ظاهرة من الظواهر النفسية و الاجتماعية وذلك قصد تشخيص و كشف جوانبها و تحديد العلاقات بين عناصرها و ضبطها كميا عن طريق جمع المعلومات وتصنيفها ثم تحليلها. (محمد عوض بسبوني، 1992)

3-المجتمع:

يتمثل في المعاقين ذهنيا الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضي.

4- عينة البحث:

يشمل البحث عينة تتمثل في المعاقين ذهنيا الممارسين و الغير الممارسين للأنشطة الرياضية و البالغ عددهم 12 من الذكور 6 منخرطين في نشاط كرة القدم و 6 غير ممارسين للأنشطة الرياضية و تم اختيارهم بشكل لاعشوائي.

5-مجالات البحث:

5-1المجال البشري:

شملت عينة البحث في الدراسة على 12 معاق ذهنيا بينهم 6 ممارسين للأنشطة الرياضية و 6 غير ممارسين.

5-2المجال المكاني:

تم توزيع المقياس على مركز جمعية أولياء التلاميذ للمعاقين ذهنيا, و المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين ذهنيا بدائرة المحمدية ولاية معسكر.

5-3المجال الزمني:

توزيع المقياس على أساتذة و دكاترة معهد التربية البدنية و الرياضية و البالغ عددهم 04 أساتذة, و بعد ذلك شرعنا في توزيعها ابتداءا من 02 أفريل 2017 وتم استرجاعها في

10 أفريل 2017.

6-متغيرات البحث:

1-المتغير الأول: مفهوم الذات.

2-المتغير الثاني: المعاقين ذهنيا الممارسين و الغير الممارسين للنشاط الرياضي.

7-أدوات البحث:

1-المقابلات الشخصية.

2-مقياس أنماط تقدير الذات:

مقياس الدكتور محمد حسن علاوي من كتاب موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين 1998.

يحتوي هذا المقياس على 20 سؤال وعلى الترتيبات التالية: نعم, غير متأكد, لا, ويتم منح الدرجات كما يلي: نعم 3 درجات, غير متأكد درجتان, لا درجة واحدة, كما تم إيجاد الصدق المرتبط بالمحك عن تطبيق المقياس على 62 فردا رياضيا بالتلازم مع مقياس سمة القلق لسبيلبرج و مقياس الشك والارتياب وأسفرت النتائج عن وجود ارتباطات إيجابية مقبولة بين درجات هذين المقياسين درجات الأنماط الثلاثة الأولى, في حين أسفرت النتائج عن ارتباطات سلبية مقبولة بين درجات هذين المقياسين و درجات النمط الرابع. (علاوي، 1998، صفحة 128)

3-المراجع و المصادر: و ذلك من أجل أخذ المعلومات الخاصة بالبحث.

8-الأسس العلمية للأداة:

جدول رقم (01)

مقياس مفهوم الذات	معامل الثبات	معامل الصدق
القياس	0.84	0.92

يتضح من خلال الجدول رقم (01) أن معامل الارتباط بين درجات القياس الأول ودرجات القياس الثاني للمقياس دالة معنويا مما يؤكد على أن المقياس على درجة جيدة من الثبات والصدق.

خلاصة:

تمحور مضمون هذا الفصل منهجية البحث والإجراءات الميدانية التي تم إنجازها مع طبيعة البحث العلمي ومتطلباته, حيث تطرقنا في البداية إلى التجربة الاستطلاعية التي من خلالها ضبطنا متغيرات البحث وملاحظة مدى ملائمة مقياس تقدير الذات.

الفصل الثانـي

عرض و تحليل النتائـج

تمهيد:

سيتم في هذا الفصل معالجة وتحليل المقياس الموجه للمعاقين ذهنيا الممارسين والغير الممارسين للنشاط الرياضي, وعرض الاستنتاجات, ويليها مقابلة النتائج بالفرضيات والتأكد من صحتها أو تقبلها, ثم استخلاص النتائج.

- عرض و تحليل النتائج:

1- عرض و تحليل نتائج العينة الممارسة للنشاط الرياضي:

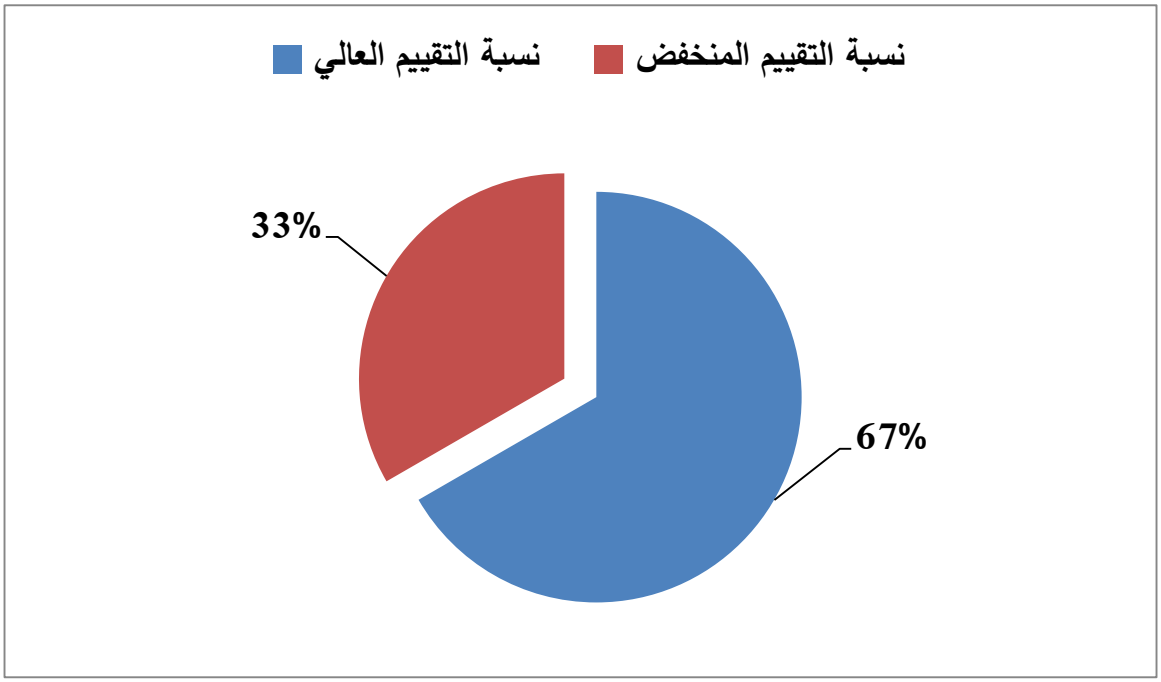
جدول رقم 02 يوضح نتائج قياس مفهوم الذات العينة الممارسة للنشاط الرياضي

قياس العينة الممارسة	**المتوسط الحسابي**	**الانحراف المعياري**	**الوسيط**	**نسبة التقييم العالي**
	37.5	1.37	38	%66.66
	مجموع الدرجات	**أعلى قيمة**	**أدنى قيمة**	**تباين العينة**
	225	39	35	1.9
مستوى القياس النظري	**مستويات التقييم**	**منخفض**	**متوسط**	**مرتفع**
	النسبة المئوية	0%	100%	0%
	20 منخفض	33	47 متوسط	60 مرتفع

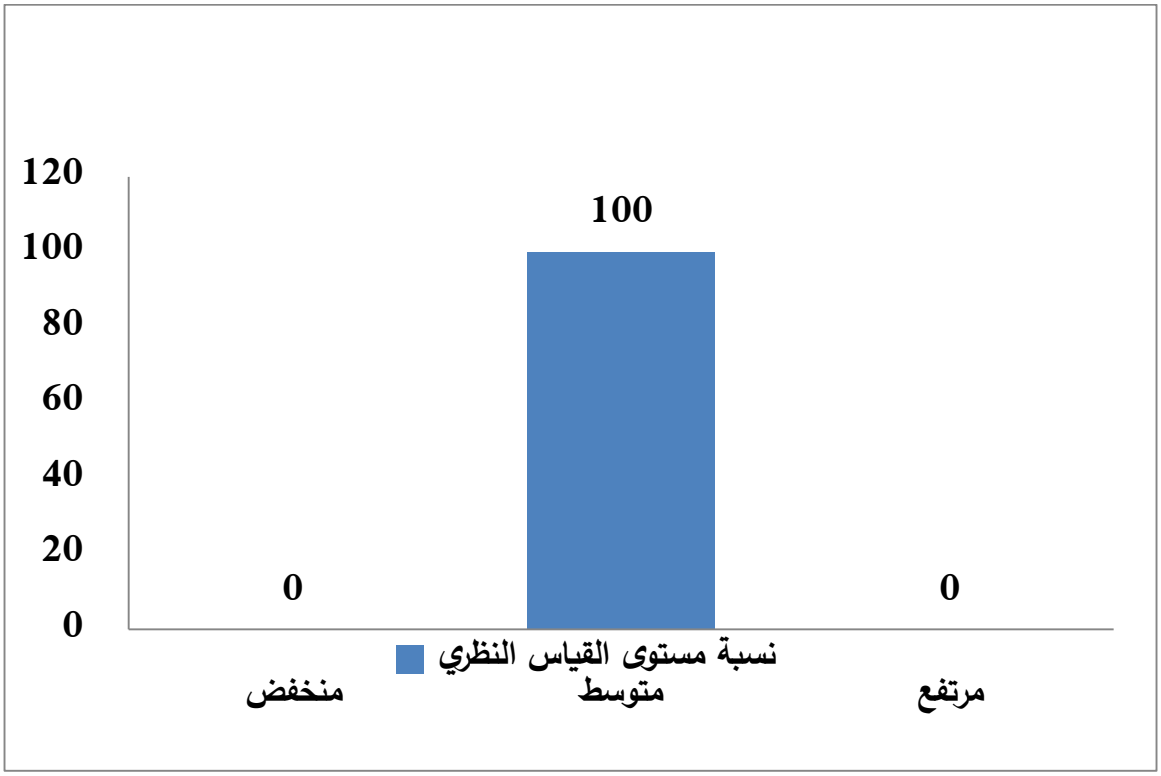
من خلال الجدول رقم 02 أعلاه الموضح لنتائج القياس لمفهوم الذات لعينة البحث الممارسة للنشاط الرياضي ،حيث قدرت قيمة المتوسط الحسابي لها بـ 37.5 بانحراف معياري قدره 1.37 ،كما حددت قيمة الوسيط الحسابي بـ 38 و التي على أساسها تمثلت

نسبة التقييم العالي بـ 66.66% ،إذ كان مجموع درجات القياس مقدر بـ 225 لدرجة تقيم أعلى هي 39 ودرجة تقيم أدنى هي 35 ،في حين تباين العينة كان ممثل بالقيمة المعبرة 1.9 ،لتمثل نسب مستويات التقييم للقياس النظري بنسبة 100% للمستوى التقييم المتوسط حسب القياس النظري لأداة البحث ،و الشكلان البيانيان المواليان يبينان فارق النسب في التقييم العالي و المنخفض ،و فارق نسب مستويات التقييم في القياس لعينة البحث الممارسة للنشاط الرياضي على التوالي.

شكل بياني رقم 02 يبين فارق نسب التقييم العالي و المنخفض في القياس لعينة البحث الممارسة للنشاط الرياضي:



شكل بياني رقم 03 يبين فارق نسب مستوى التقييم في القياس لعينة البحث الممارسة للنشاط الرياضي:



2- عرض و تحليل نتائج العينة غير الممارسة للنشاط الرياضي:

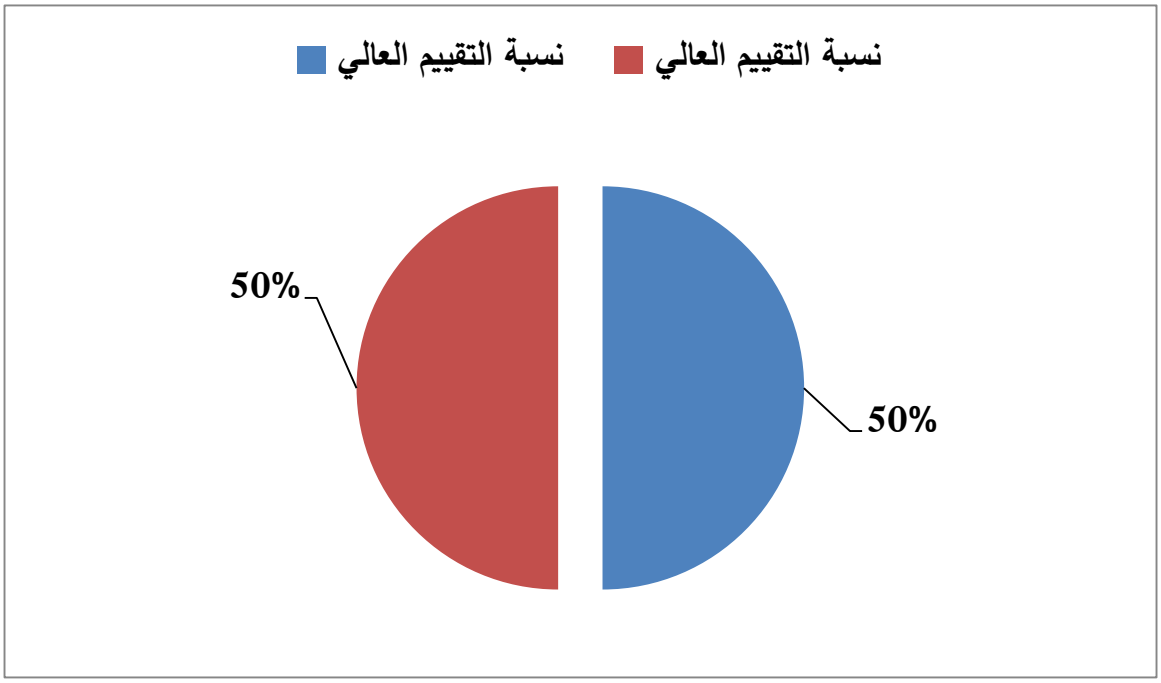
جدول رقم 03 يوضح نتائج قياس مفهوم الذات العينة غير الممارسة للنشاط الرياضي:

قياس العينة غير الممارسة	**المتوسط الحسابي**	**الانحراف المعياري**	**الوسيط**	**نسبة التقييم العالي**
	41.5	5.46	42.5	%50
	مجموع الدرجات	**أعلى قيمة**	**أدنى قيمة**	**تباين العينة**
	249	47	31	29.9
مستوى القياس النظري	**مستويات التقييم**	**منخفض**	**متوسط**	**مرتفع**
	النسبة المئوية	%16.66	%83.33	%0
	20 33 47 60			
	منخفض	متوسط	مرتفع	

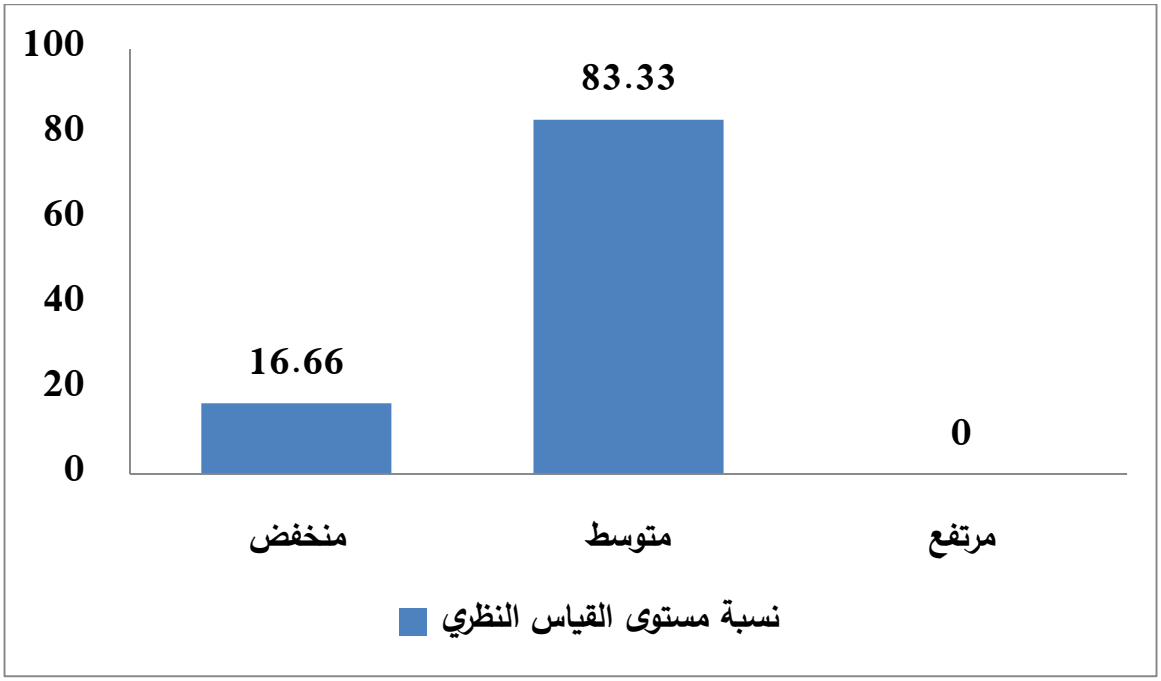
من خلال الجدول رقم 03 أعلاه الموضح لنتائج القياس لمفهوم الذات لعينة البحث غير الممارسة للنشاط الرياضي ،حيث قدرت قيمة المتوسط الحسابي لها بـ 41.5 بانحراف معياري قدره 5.46 ،كم حددت قيمة الوسيط الحسابي بـ 42.5 و التي على أساسها تمثلت نسبة التقييم العالي بـ 50 ،اذ كان مجموع درجات القياس مقدر بـ 249 لدرجة تقيم أعلى هي 47 ودرجة تقيم أدنى هي 31 ،في حين تباين العينة كان ممثل بالقيمة المعبرة 29.9 ،لتمثل نسب مستويات التقييم للقياس النظري بنسبة 16.66 للمستوى التقييم المنخفض و 83.33 لمستوى التقييم المتوسط حسب القياس النظري لأداة البحث،والشكلان البيانيان المواليان يبينان فارق النسب في التقييم العالي والمنخفض وفارق

نسب مستويات التقييم في القياس لعينة البحث غير الممارسة للنشاط الرياضي على التوالي.

شكل بياني رقم 04 يبين فارق نسب التقييم العالي و المنخفض في القياس لعينة البحث غير الممارسة للنشاط الرياضي:



شكل بياني رقم 05 يبين فارق نسب مستوى التقييم في القياس لعينة البحث غير الممارسة للنشاط الرياضي:



3- عرض و تحليل نتائج المقارنة في القياس لمفهوم الذات بين العينة غير الممارسة للنشاط الرياضي و العينة الممارسة للنشاط الرياضي:

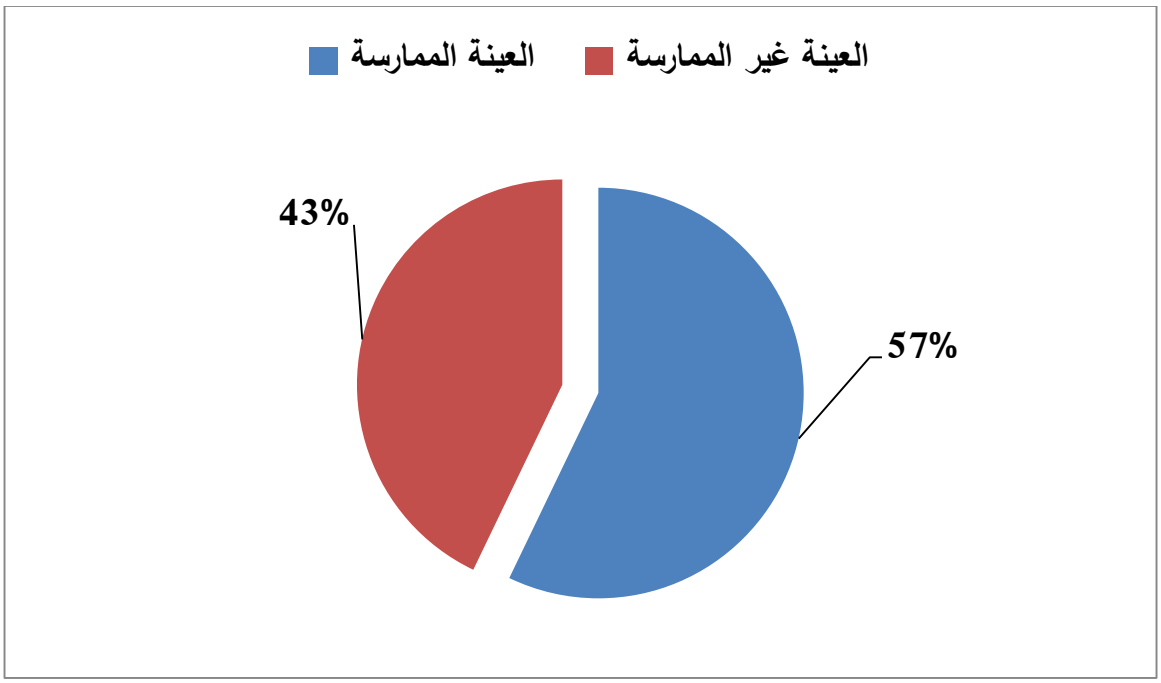
جدول رقم 04 يوضح نتائج دلالة الفروق في قياس مفهوم الذات بين عينة البحث الممارسة و غير الممارسة للنشاط الرياضي:

عينة البحث	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	نسبة التقييم العالي
الممارسة	**37.5**	**1.37**	**38**	**66.66%**
غير الممارسة	41.5	5.46	42.5	50%
مستوى الدلالة	**درجة الحرية**	**قيمة ت المحسوبة**	**قيمة ت الجدولية**	**الدلالة الإحصائية**
0.05	10	1.73	2.22	غير دال

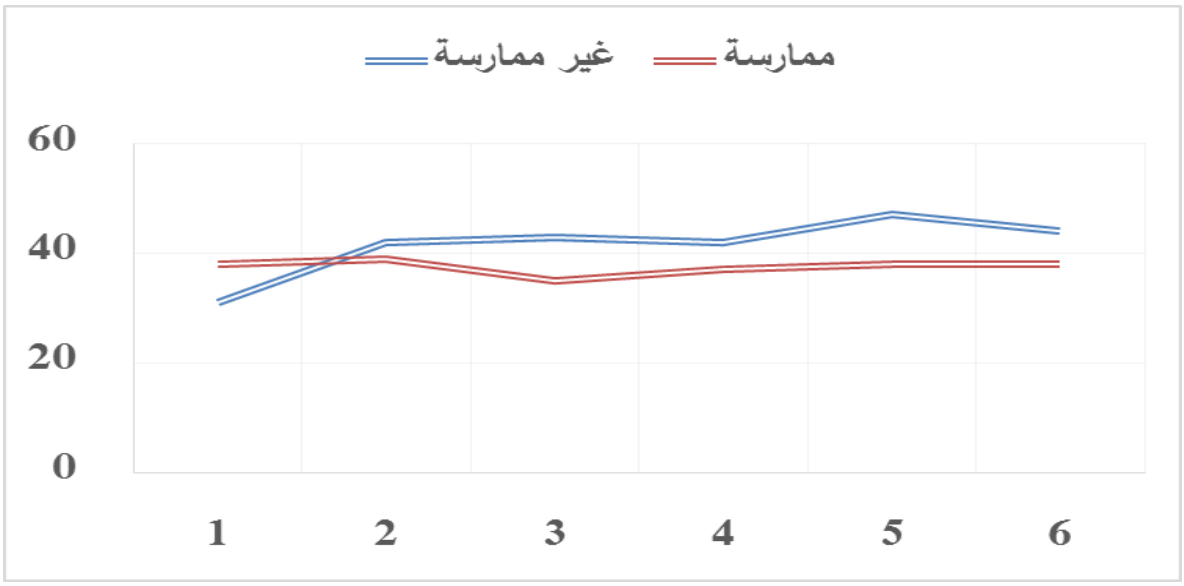
من خلال الجدول رقم 04 أعلاه و الموضح لنتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية بين عينة البحث الممارسة و غير الممارسة للنشاط الرياضي ،حيث قدر المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري للعينة الممارسة في القياس بـ 37.5 ± 1.37 لتبغ نسبة التقييم العالي 66.66% و الممثلة استنادا على قيمة الوسيط البالغة 38 ، في حين قدر المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري للعينة غير الممارسة في القياس بـ 41.5 ± 5.46 لتبغ نسبة التقييم العالي 50% و الممثلة استنادا على قيمة الوسيط البالغة 42.5 ، لتؤكد نتائج اختبار ستيودنت لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية في قيمته المحسوبة 1.73 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.22 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 10 على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين لعينة البحث الممارسة

و غير الممارسة للنشاط الرياضي في قياس مفهوم الذات ،أي أن الفروق لم ترقى إلى الدلالة الإحصائية بمعنى أن الفرق عشوائي، و الشكلان البيانيان المواليان يبينان فارق النسب في التقييم العالي بين العينة الممارسة و غير الممارسة للنشاط الرياضي ،وكذا فارق القياس لعينة البحث بين الممارسة و غير الممارسة للنشاط الرياضي.

شكل بياني رقم 06 يبين فارق نسب التقييم العالي في القياس بين عينة البحث الممارسة و غير الممارسة للنشاط الرياضي:



شكل بياني رقم 07 يبين فارق القياس لمفهوم الذات بين عينة البحث الممارسة و غير الممارسة للنشاط الرياضي:



4-الاستنتاجات الخاصة بمقياس تقدير الذات:

من خلال هذه الدراسة نستنتج:

1-من خلال عرض و تحليل نتائج العينة الممارسة للنشاط قدرت قيمة المتوسط الحسابي لها بـ 37.5 بانحراف معياري قدره 1.37 كما حددت قيمة الوسيط الحسابي بـ 38 والتي على أساسها تمثلت نسبة التقييم العالي بـ 66.66%.

2-من خلال عرض و تحليل نتائج العينة الغير الممارسة للنشاط الرياضي قدرت قيمة المتوسط الحسابي لها بـ 41.1 بانحراف معياري قدره 5.46 كما حددت قيمة الوسيط الحسابي بـ 42.5 والتي على أساسها تمثلت نسبة التقييم العالي بـ 50%.

2-من خلال عرض و تحليل نتائج المقارنة في القياس لمفهوم الذات بين العينة الغير الممارسة للنشاط الرياضي والعينة الممارية للنشاط الرياضي حيث قدر المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري للعينة الممارسة في القياس بـ 37.5 ± 1.37 لتبغ نسبة التقييم العالي 66.66% و الممثلة استنادا على قيمة الوسيط البالغة 38 ، في حين قدر المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري للعينة غير الممارسة في القياس بـ 41.5 ± 5.46 لتبغ نسبة التقييم العالي 50% و الممثلة استنادا على قيمة الوسيط البالغة 42.5 ، لتؤكد نتائج اختبار ستيودنت لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية في قيمته المحسوبة 1.73 والتي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.22 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 10 على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين لعينة البحث الممارسة و غير الممارسة للنشاط الرياضي في قياس مفهوم الذات ،أي أن الفروق لم ترقى إلى الدلالة الإحصائية بمعنى أن الفرق عشوائي.

5-مقابلة النتائج بالفرضيات:

بعد عرض نتائج الدراسة ومقياس تقدير الذات الموجه للعينتين تبين أنه عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين عنصر مفهوم الذات و ممارسة النشاط الرياضي للمعاقين ذهنيا, و سيتم مناقشة النتائج المتوصل إليها.

الفرضية:

افترضنا أنه توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في عنصر مفهوم الذات بين الممارسين و الغير الممارسين للنشاط الرياضي, و هذا ما لم يثبته مقياس تقدير الذات.

جدول رقم 04:

من مقياس تقدير الذات و من خلال عرض نتائجه التي توضح اختبار "ستيودنت" لدراسة الفروق ذات الدلالة الإحصائية في عنصر مفهوم الذات للعينة الممارسة و غير الممارسة للنشاط الرياضي حيث قدر المتوسط الحسابي وانحرافه المعياري بـ 37.5 ± 1.37 لتبلغ نسبة التقييم العالي 66.66% و المتمثلة استنادا على قيمة الوسيط البالغة 38, في حين قدر المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري للعينة غير الممارسة في القياس بـ 41.5 ± 5.46 لتبلغ نسبة التقييم العالي 50% و المتمثلة استنادا على قيمة الوسيط البالغة 42.5 لتؤكد نتائج اختبار "ستيودنت" لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية في قيمته المحسوبة 1.73 والتي جاءت أصغر من قيمتها الجدولية 2.22 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 10 على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين لعينة البحث الممارسة و غير الممارسة للنشاط الرياضي في قياس مفهوم الذات أي أن الفروق لم ترتقي إلى الدلالة الإحصائية بمعنى أن الفرق عشوائي.

6-الخلاصة العامة:

من خلال ما توصلنا إليه في معالجة الدراسة النظرية لعلاقة مفهوم الذات بالنشاط الرياضي, و هذا ما لم تثبته الدراسة الميدانية من خلال عدم تأكيدها للفرضية المقترحة في أن ممارسة النشاط الرياضي يرفع من مستوى مفهوم الذات لدى فئة المعاقين ذهنيا.

وقد أوضحت نتائج تحليل مقياس تقدير الذات, على أنه لا توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و الغير الممارسين للنشاط الرياضي في الرفع من مستوى مفهوم الذات.

النتيجة المتوصل إليها لا تعني إيقاف فئة المعاقين ذهنيا على ممارسة النشاط الرياضي, كون أنه لا توجد فروق بين الممارسين و الغير الممارسين, بل يجب مواصلة و تدعيم والاهتمام التام بهذه الفئة, لأن النشاط الرياضي بصفة عامة يساعد بشكل كبير في

التفاعل و الانفتاح مع المجتمع من خلال المشاركة في المنافسات, وهذا ما يجعل الحياة عادية أقل صعوبة خاصة لفئة ذوي الاحتياجات الخاصة.

وقد جاءت دراستنا بمقارنة في مفهوم الذات و ممارسة النشاط الرياضي حيث استخدمنا مقياس تقدير الذات و كانت الدراسة مقسمة إلى بابين, الباب الأول و المتمثل في الجانب النظري و الدراسات المشابهة, و المتكون من فصلين, الفصل الأول مفهوم الذات, والفصل الثاني, الإعاقة الذهنية, أما الباب الثاني فيتمثل في الجانب الميداني و المتكون من فصلين, الفصل الأول, منهج البحث والإجراءات الميدانية, و الفصل الثاني, عرض وتحليل النتائج ويليه الاستنتاجات و مقابلة النتائج بالفرضيات و التوصيات.

7-التوصيات:

-توضيح أهمية ممارسة النشاط الرياضي.

-التنوع في الأنشطة الرياضية.

-حث غير الممارسين على ممارسة النشاط الرياضي.

-البحث في المجال لتوسيع رقعة المعرفة أكثر.

قائمة المصادر و المراجع

- أحسن ,ف .(2004) .نظريات الشخصية.
- أحمد ,ح .(1990) .علم النفس المعاصر.
- إسماعيل .(1961) .اختبار مفهوم الذات للكبار.
- السعيد .(1983) .الشخصية في المنظور الفيزمينولوجي.
- السلام ,ع .(1980) .مقدمة في الصحة النفسية .
- الظاهر ,ف .(2005) .مفهوم الذات بين النظرية و التطبيق.16 .
- القادر ,ا .ع .(1996) .من ذوي الاحتياجات الخاصة.
- بدر الدين كمال عبده ,م .ا .(2001) .رعاية المعاقين سمعيا و حركيا.
- بهلول ,ف .(1963) .مفهوم الذات أسسه النظرية و التطبيقية.
- جلال ,س .(1976) .مفهوم الذات.
- حسن ,ح .ق .(1990) .التدريب بألعاب الساحة و الميدان.
- حلمي ابراهيم ,ل .ا .(2001) .التربية البدنية و الترويح للمعاق.
- خيش ,ف .(1999) .أساسيات علم النفس الطوري.
- زرف ,ع .ا .(1990) .الصحة النفسية.
- زهران ,ح .ع .(s.d.) .علم النفس الاجتماعي.

- سعد.(1987) .
- سعد ,ج .(2001) .المقاييس و الاختبارات .
- سلامة ,س .م.(2002) .
- صالح ,م .غ .(2011) .مفهوم الذات.
- عبيد ,م .ا .(2000) .مقدمة في تأهيل المعاقين.
- علاوي ,م .ح .(1998) .*موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين* .
- فحطان ,ا .(2005) .مفهوم الذات بين النظرية و التطبيق.
- قطب رشيد ,ع .ا.205 .(1998) .
- محمد صادق ,ف .ع .(1990) .مجموع رياضة المعاقين .العراق.
- محمد عوض بسبوني ,ف .ي .(1992) .*نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية* .
- محمد ,س .ف .(2011) .حقوق و رعاية المعاقين من منظور الخدمات الاجتماعية.
- مصطفى ,س.(.s.d) .
- ولندزي ,هـ.(1971) .
- ياسين ,م .(1963) .مقدمة في علم النفس الاجتماعي .مصر.