

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم نشاط حركي مكيف

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في تخصص نشاط حركي مكيف

انعكاسات الممارسة الرياضية على التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا

بحث مسحي أجري في المراكز اليبداغوجية
لولاية معسكر وتيارت

إشراف:
د/ جبوري بن عمر

إعداد الطالبان
محمد شريف عبد القادر
همساس مصطفى

السنة الجامعية: 2016/2015





شكر وتقدير

يا ربي لك الحمد والشكر كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك، الحمد لك والشكر لك يا الله لأنك تسمعني وترحمني مهما قصرت وتأخذ بيدي كلما دعوتك.

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى أمي وأبي اللذان حفّزاني على الدراسة وأمدوني بالعون ، كما أتقدم بشكري إلى كل طاقم إدارة معهد التربية البدنية والرياضية وأستاذي المشرف على المذكرة جبوري بن عمر.



الإهداء

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته
إلى من كان أول من تردد اسميهما على ألسنتنا ، فمهما قلنا ومهما
عملنا فلن نوفيها أجرهما
إلى أحب وأغلى إنسانين في حياتي أمي وأبي
وإلى إخوتي رعاهم الله وحفظهم
إلى أعتز أصدقائي .



الإهداء

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته
إلى من كان أول من تردد اسميهما على ألسنتنا ، فمهما قلنا ومهما
عملنا فلن نوفيها أجرهما
إلى أحب وأغلى إنسانين في حياتي أُمي وأبي
وإلى إخوتي رعاهم الله وحفظهم
إلى أعر أصدقائي .



الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
51	يوضح توزيع عينة البحث	01
54	أسماء الأساتذة والدكاترة المحكمين	02
55	يوضح ثبات وصدق المقياس (ن=10)	03
58	يوضح نتائج قياس محاور بعد التوافق النفسي لعينة البحث الممارسة	04
60	يوضح نتائج قياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث الممارسة الممارسة	05
62	يوضح نتائج قياس محاور بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث الممارسة	06
64	يوضح نتائج قياس بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث الممارسة	07
65	يوضح نتائج قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث	08
67	يوضح نتائج قياس محاور بعد التوافق النفسي لعينة البحث غير الممارسة	09
69	يوضح نتائج قياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث غير الممارسة	10
70	يوضح نتائج قياس محاور بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث غير الممارسة	11
72	يوضح نتائج قياس بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث غير الممارسة	12
74	يوضح نتائج قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث غير الممارسة	13
75	يوضح نتائج لمقارنة لقياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث (الممارسة غير الممارسة)	14
77	يوضح نتائج المقارنة لقياس البعد التوافقي الاجتماعي لعينة ابحت الممارسة وغير الممارسة	15
78	يوضح نتائج المقارنة لقياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث الممارسة غير الممارسة	16

الصفحة	العنوان	الرقم
60	يبين نسب قياس محاور بعد التوافق النفسي لعينة البحث الممارسة	01
61	يبين نسب قياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث الممارسة	02
63	يبين نسب قياس محاور بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث الممارسة	03
65	يوضح نتائج قياس بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث الممارسة	04
66	الشكل البياني رقم 05 يبين نسب قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث الممارسة	05
68	يبين نسب قياس محاور بعد التوافق النفسي لعينة البحث غير الممارسة	06
70	يبين نسب قياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث غير الممارسة	07
72	يبين نسب قياس محاور بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث غير الممارسة	08
73	يبين نسب نتائج قياس بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث غير الممارسة	09
75	يبين نسب قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث غير الممارسة	10
76	يبين فرق المتوسطات الحسابية لقياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث (الممارسة/غير الممارسة)	11
78	يبين فرق المتوسطات الحسابية لقياس بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث (الممارسة/غير الممارسة)	12
79	يبين فرق المتوسطات الحسابية لقياس بعد التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث (الممارسة/غير الممارسة)	13

تهدف الدراسة إلى تحديد مستوى القياس للتوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين له، إضافة إلى التعرف على ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائية في قياس التوافق النفسي والاجتماعي بين المعاقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي، حيث كان فرض البحث العام يدلي بأن هناك انعكاسات لممارسة النشاط الرياضي على التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا، من أجل هذا اعتمد المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي في الدراسة كما تمثلت عينة البحث في 40 معاق حركيا (18 معاق حركيا ممارسين رياضة كرة السلة للكراسي المتحركة و22 معاق حركيا غير ممارس للنشاط الرياضي)، حيث تم استخدام مقياس التوافق النفسي والاجتماعي للدكتور "محمد عطية هنا" كأداة للبحث إضافة إلى الأدوات الإحصائية التي تمثلت في النسبة المئوية و اختبارات للفروق ومعامل ومقاييس النزعة المركزية، و جاءت أهم استنتاجات الدراسة أن مستوى القياس للتوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا غير الممارسين للنشاط الرياضي منخفض، فيما كان مستوى القياس للتوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي متوسط وهو ما أكد دلالة الفروق بين القياسين لصالح المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي كما أوصى الطالبان على ضرورة الاهتمام بالممارسة الرياضية للمعاقين حركيا وهذا قصد التأهيل النفسي الشخصي والاندماج في المجتمع حتى يتمكنوا من ممارسة مختلف النشاطات الاجتماعية دون عقدة أو خلل، وهذا من خلال تحفيز المعاقين حركيا إلى الاتجاه نحو الممارسة للنشاط الرياضي وكذا ضبط وتحديد سلبيات قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا غير الممارسين.

"Implications for the practice of sports activity on the psychological and social adjustment for the physically disabled (22-18 years old)."

The study object to determine the level measurement of psychological compatibility and Social physically disabled practitioners of sports activity and non-practicing him, as well as to identify whether there were statistically significant differences in psychological adjustment and social disparities between the disabled measure nom practitioners and non-practitioners of sports activity, where the imposition of Find public cast that there are implications for the practice of physical activity on psychological adjustment and social to the physically disabled, for this descriptive approach adopted survey manner in the study consisted of the research sample in 40 physically disabled (18 physically disabled practitioners of the sport ____, 22 physically disabled is a practitioner of the activity sports), where the use of psychological adjustment scale and social Dr. "Mohammed AttiaHana" as a research tool in addition to the statistical tools which were represented in the percentage and test T. differences and plants and measures of central tendency, and the most important conclusions of the study was to measure the compatibility of psychological and level social the physically disabled is practicing sports activity is low, while measuring the psychological level of social consensus and the physically disabled practitioners of sports activity Average, and is underlined significance of differences between the two measures for the benefit of physically disabled practitioners of sports activity.

Also recommended the need for attention to sports practice for the physically disabled and the intended psychological rehabilitation personal and integrate into society so that they can practice various social activities without knots or defect and that by stimulating the physically disabled to trend towards the practice of sports activity as well as the control and determine the cons of psychological and social compatibility measuring the physically disabled non-practicing

البسمة

ج	الشكر.....
د	الإهداء.....
د	شكر وتقدير.....
	ملخص البحث.....
ط	قائمة الجداول.....
ي	قائمة الأشكال.....

الجانب النظري: التعريف بالبحث

2	1- المقدمة.....
3	2- مشكلة البحث.....
4	3- أهداف البحث: الهدف العام.....
5	4- فرضيات البحث.....
6	5- مصطلحات البحث.....
7	6- الدراسات السابقة والمرتبطة.....

الفصل الأول: التوافق النفسي والاجتماعي

14	تمهيد.....
14	1- ماهية التوافق.....
16	2- خصائص التوافق النفسي والاجتماعي.....
17	3- أهمية دراسة التوافق النفسي والاجتماعي.....
17	4- شروط تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي.....
18	5- عمليات التوافق النفسي والاجتماعي.....
19	6- ميكانيزمات التوافق النفسي والاجتماعي.....
19	7- أساليب التوافق النفسي والاجتماعي.....
19	8- العوامل الأساسية لإحداث التوافق.....
22	9- أنواع التوافق.....

- 10- العوامل المؤثرة على التوافق النفسي والاجتماعي:.....23
- 11- التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالأنشطة الرياضية20- مشكلات التوافق
- النفسي في المجال الرياضي.....25
- 12- الاهتمام بالعملية التعليمية والتوافق النفسي30
- 31..... خلاصة:

الفصل الثاني: الممارسة الرياضية والإعاقة الحركية

- 1- الممارسة الرياضية.....33
- تمهيد.....33
- 1-1- نبذة تاريخية عن الممارسة الرياضية.....33
- 1-2- ماهية الممارسة الرياضية.....34
- 1-3- أشكال ممارسة الرياضية35
- 1-4- خصائص الممارسة الرياضية.....36
- 1-5- أهداف الممارسة الرياضية.....37
- 1-6- وظائف الممارسة الرياضية37
- 39..... خلاصة
- 2- الإعاقة الحركية المكتسبة.....40
- تمهيد.....40
- 1- مفهوم الإعاقة الحركية:.....40
- 2- أسباب الإعاقة الحركية.....41
- 3- خصائص المعاقين حركيا42
- 4- تصنيفات الإعاقة.....44
- 5- الإعاقة الحركية المكتسبة44
- 6- أنواع الإعاقة الحركية المكتسبة.....44
- 7- أسباب الإعاقة الحركية المكتسبة.....47
- 47..... خلاصة

الجانب الميداني

الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

50.....	تمهيد.....
50.....	1-1- منهج البحث:
51.....	1-2- مجتمع عينة البحث:
51.....	1-4- مجالات البحث.....
52.....	1-5- أدوات البحث.....
56.....	1-6- الدراسة الإحصائية.....

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

58.....	2-1- عرض وتحليل النتائج.....
80.....	2-2- الاستنتاجات.....
80.....	2-3- مناقشة الفرضيات.....
81.....	2-4- الخلاصة العامة.....
83.....	2-5- التوصيات.....
	قائمة المصادر والمراجع.

الجانب النظري

مما لا شك فيه أن التعوق عبر العصور لم يكن أمرا مقبولا من الإنسان ولا مرغوبا فيه، لذا حارب الإنسان التعوق حربا شعواء لا هوادة فيها، ولم يختلف في هذا المبدأ جيلا بعد جيل، إنما اختلفوا في الأسلوب فالقدماء حاربوا التعوق في شخص الضحية فقد صب أجدادنا القدامى نعمتهم على المعوقين أنفسهم لا على مبدأ التعوق وأسبابه، أما في عصرنا الحديث، فقد تضافرت جهود العلماء والمفكرين في سبيل توفير برامج التأهيل التي تساعد الفرد المعوق على استرداد أقصى ما يمكن من إمكانياته في الحياة وهذا من خلال إيجاد التوافق والتوازن بين حالته البدنية والنفسية والاجتماعية عن طريق التأهيل الطبي أو المهني أو الرياضي، حيث هذا الأخير أصبح دائما وأبدا دليلا لتحقيق هدف المعوق وهو التكيف والعيش بسعادة دون أي عوائق ، وهذا من خلال رفع معنوياته وخصائصه النفسية مما يعني رفع درجات القياس للتوافق النفسي و الاجتماعي.

ولا اعتبار الرياضة جزءا متكاملًا من نظام المجتمع هدفها تكوين الفرد الصالح والمفيد لنفسه ولمجتمعه كذلك كانت مكانتها كبيرة في المجتمعات المعاصرة على اختلاف نشاطها، فقد أصبحت الممارسة للنشاط الرياضي ملحة للمعاقين لأنها تدعوهم لإعادتهم للمجتمع لتحقيق أكبر قدر ممكن من الفعالية لأجل تقدمهم ونجاحهم في التكيف مع المجتمع، كما سعت التربية الرياضية عن طريق أنشطتها البدنية إلى إعادة التوافق للمعاقين بدنيا ونفسيا واجتماعيا لكي لا يشعروا بأنهم قوة معطلة وأنهم من غير صلاحية في ممارسة الأعمال المنتجة. فسيظل المعاق قادرا على العطاء والإبداع مهما كانت إعاقته ما دام هناك قلب نابض وعقل مفكر، كما أن للأنشطة البدنية والرياضية المكيّفة دور هام في حل مختلف النواحي النفسية والحركية بالاعتماد على

المساعدات الحركية والبرامج المكيفة رياضيا خاصة للمعاقين حركيا لأن لديهم قوة المثابرة والعمل والإنجاز، ولهذه الأنشطة البدنية المكيفة نجد الجانب التنافسي لهذه الأنشطة المعدلة الذي تعمل على ارتقاء المعاق حركيا بمستوى اللياقة والكفاءة البدنية والواقع أن الرياضة التنافسية، تعتمد على التدريب العلمي السليم والتطور في الأدوات والإمكانات والطب الرياضي، ويجب الالتزام في التدريب أو في تلك الرياضة التنافسية بالقواعد والقوانين الخاصة بالأداء وذلك بالمشاركة في الأنشطة التنافسية حتى يتحقق مبدأ العدالة وهذا ما نجده في الألعاب التنافسية العالمية للمعاقين حركيا .

2- مشكلة البحث:

لقد ازداد الاهتمام في السنوات الأخيرة بحل المشكلات في إطار سيكولوجية التفكير والابتكار، وتتجلى طريقة حل المشكلات بتحديد المشكلة كإحدى أهم الطرائق لتنمية التفكير في أن الباحث في شروط المواقف الإشكالية يكشف عناصر جديدة وينمي أساليب مألوفة ويختبر فرضيات وتوقعات من صنعه هو. ولأن ممارسة النشاط البدني و الرياضي أصبحت في عالمنا المعاصر ذات طبيعة علمية خالصة تعتمد على الدراسات والبحوث واستغلال التداخل بين العلوم مستخدما المزيد من النظريات والمعلومات التي تهدف في النهاية إلى تطوير المستويات والإنجازات الرياضية في مختلف الألعاب الرياضية.

فمن خلال الاطلاع على البحوث والدراسات التي تتناول الجانب النفسي واطلاع الطالبان الباحثان على تطبيق مقياس التوافق النفسي والاجتماعي لبعض الفعاليات دون تحديد مستوى القياس، توجهنا بدراستنا هذه إلى النظر في طبيعة النشاط الرياضي وانعكاساته على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين له لكن هذه الدراسة كانت تخص المعاقين حركيا (18-22 سنة)، لي طرح التساؤل العام على النحو التالي:

• ما هي انعكاسات ممارسة النشاط الرياضي على التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (22-18 سنة)؟

من هذا التساؤل العام وقصد بناء مسار البحث يطرح الطالبان تساؤلات فرعية ضمن الموضوع تساعد في توجيه طريقة العمل من اجل تحقيق أهداف هذه الدراسة، وجاءت هذه التساؤلات كالتالي:

• ما هي نسب تقييم قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة) الممارسين للنشاط الرياضي؟

• ما هي نسب تقييم قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة) غير الممارسين للنشاط الرياضي؟

• هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة) بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي؟

3- أهداف البحث:الهدف العام:

• تحديد انعكاسات ممارسة النشاط الرياضي على التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة)

3-1- أهداف فرعية:

• تحديد انعكاسات ممارسة النشاط الرياضي على التوافق النفسي للمعاقين حركيا(18-22سنة)

• تحديد انعكاسات ممارسة النشاط الرياضي على التوافق الاجتماعي للمعاقين حركيا(18-22سنة)

- قياس كل من مستوى التوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين حركيا (18-22 سنة) الممارسين للنشاط الرياضي
- قياس كل من مستوى التوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين حركيا (18-22 سنة) غير الممارسين للنشاط الرياضي
- تحديد الفروق الكمية في القياس بين المعاقين حركيا (18-22 سنة) الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين للنشاط الرياضي

4- فرضيات البحث:

4-1- الفرضية العامة:

- هناك انعكاسات تحدد ممارسة النشاط الرياضي على التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة)

4-2- الفرضيات جزئية:

- تحدد نسب تقييم قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة) الممارسين للنشاط الرياضي بالمرتفعة
- تحدد نسب تقييم قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة) غير الممارسين للنشاط الرياضي بالمنخفضة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة) بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي لصالح الممارسين.

5- مصطلحات البحث:

- التوافق النفسي:

التوافق النفسي عملية ديناميكية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة.

• التوافق الاجتماعي:

يتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغيير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية. (زهرا،، 1984، صفحة 29)

• التوافق النفسي والاجتماعي:

هو حالة تكون حاجات الفرد من ناحية ومتطلبات البيئة من ناحية أخرى مشبعة تماما من خلال علاقة منسجمة بين الفرد وبيئته الاجتماعية(ناهي، 2006، صفحة 47).

• المعاقين حركيا:

وهم من لا يمتلكون القدرة على الحركة بشكل محدد من الأشكال، ولكنها تنقسم إلى عدة أنواع طبقاً للأمراض المسببة لهذا النوع من الحركة.

• النشاط الرياضي:

هي عملية ممارسة لنشاط حركي موجه لاكتساب وصقل المهارات الحركية ، وتطوير اللياقة البدنية و المحافظة عليها من أجل أفضل مستوى صحي ، ومن خلال اثار طيبة و اكتساب المعارف و تنمية الاتجاهات الايجابية نحو النشاط البدني في عصرنا هذا النشاط الرياضي أصبح عنصر من عناصر التضامن بين المجموعات

الرياضية وفرصة لشباب العالم اجمع ليتعارفوا بعضهم على بعض خدمة للمجتمع ، بالإضافة إلى ذلك فهو يساهم في تحقيق ذات الفرد بإعطائه الفرصة لإثبات صفاته الطبيعية ، وتحقيق ذاته عن طريق الصراع وبذل المجهود فهو يعد عاملا من عوامل التقدم الاجتماعي وفي بعض الأحيان التقدم المهني(منصور، 1971، صفحة 209).

6- الدراسات السابقة والمرتبطة:

6-1- دراسة كيرك، وجروتبيلر (CRUCK & GROTPETER1995) سنة 1980:

والتي هدفت إلى التعرف على طبيعة علاقة كل من جنس الطفل، والتوافق النفسي والاجتماعي بالسلوك العدوانى لدى الأطفال، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، وقد تكونت عينة الدراسة من 491 تلميذا وتلميذة من الذين يدرسون بالصف الثالث حتى السادس الابتدائي، وكانت أهم النتائج: يوجد علاقة ارتباطية موجبة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية والاكنتاب والمفهوم السالب عن الذات، والسلوك العدوانى لدى الأطفال من الجنسين- مستوى العدوانية يرتفع لدى الأطفال مع تقدم أعمارهم(-) (CRICK، 1995).

6-2- دراسة: "أشرف عيد إبراهيم مرعي".

"تأثير برنامج رياضي مقترح على درجة التوافق الشخصي والاجتماعي لدى المعوقين بدنيا من تلاميذ المرحلة الإعدادية". السنة: (1990)

أهداف الدراسة: - التعرف على مدى تأثير البرنامج الرياضي المقترح على التوافق الشخصي والاجتماعي والتوافق النفسي العام لدى التلاميذ المعوقين بدنيا.

* الفرضيات:

- للبرنامج الرياضي المقترح تأثير إيجابي على درجة التوافق الشخصي لصالح المجموعة التجريبية.

- للبرنامج الرياضي المقترح تأثير إيجابي على درجة التوافق الاجتماعي لصالح المجموعة التجريبية.

- للبرنامج الرياضي المقترح تأثير إيجابي على درجة التوافق النفسي العام لصالح المجموعة التجريبية.

* **المنهج:** استخدم الباحث في دراسته المنهج التجريبي بطريقة المجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة).

* **العينة:** تضمنت عينة البحث (22) من مصاحبي شلل الأطفال.

- 10 تلاميذ كمجموعة تجريبية من مدرسة الأهرام.

- 12 تلميذا كمجموعة ضابطة من مدرسة أبو الهول بالجيزة.

* **أدوات البحث:** استخدم الباحث اختبار الشخصية للتوافق النفسي إعداد " محمود عطية هنا"

* **أهم النتائج:** - توصل الباحث إلى أن للبرنامج الرياضي المقترح تأثير إيجابي على درجة التوافق الشخصي لدى المجموعة التجريبية.

- لم تتحسن درجة التوافق الشخصي لدى المجموعة الضابطة في القياس البعدي.

- للبرنامج الرياضي المقترح تأثير إيجابي على درجة التوافق الاجتماعي للعينة التجريبية.

- للبرنامج الرياضي المقترح تأثير إيجابي على درجة التوافق النفسي العام لدى المجموعة التجريبية. حيث تحسنت درجة توافقهم بنسبة أكبر عن العينة الضابطة في القياس البعدي. (إبراهيم، 1990)

6-3-دراسة كاميليا زين العابدين عبد الرحمن سنة 2003:

وهدفت إلى التعرف على تأثير برنامج ترويجي على التوافق النفسي لدى المسنين، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة من المسنين مستخدمة القياس القبلي والبعدي، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية. حيث بلغ قوامها 31 مسنا من دور المسنين بمدينة طنطا بمحافظة العربية. وكانت أهم النتائج:يؤثر البرنامج الترويجي إيجابيا على مستوى التوافق النفسي لدى المسنين- التحسن بنسبة 42.86% في مستوى التوافق النفسي لدى المسنين- تراوحت نسبة التحسن في القياسات الثلاثة ما بين 18.57% للقياس القبلي، و42.86% للقياس البعدي(الرحمن،، 2003)

6-4- دراسة قبورة العربي(2006)

* **العنوان:** توظيف الأنشطة الرياضية المعدلة في تحسين التكيف الشخصي والاجتماعي للمعاقين سمعيا.

* **فروض البحث:**

- هناك تأثير ايجابي في توظيف الأنشطة الرياضية الترويجية المعدلة لتحسين التكيف الشخصي والاجتماعي للمعاقين سمعيا.

- إن ممارسة النشاط الحركي المكيف يساعد في تحقيق الأغراض العضوية والعصبية والاجتماعية والعاطفية.

* المنهج: اعتمد الباحث على المنهج التجريبي.

* العينة: شملت العينة على (20) تلميذ من مدرسة الصم بمركز وهران تتراوح أعمارهم ما بين (13-16) سنة.

* المجموعة التجريبية: مكونة من 10 تلاميذ خاضعة لوحدات تعليمية للأنشطة الرياضية من إعداد الباحث.

* المجموعة الضابطة: 10 تلاميذ يطبقون البرنامج المدرسي.

* أدوات الدراسة:

- اختبارات بدنية و مهارية.

- اختبار التوافق النفسي لمحمود عطية هنا.

* أهم النتائج: إن البرنامج المعتمد من قبل الباحث في النشاط الحركي المكيف أظهر التحسن الدال معنويا في الأبعاد الشخصية والاجتماعية للتوافق.

- حققت العينة التجريبية أفضل النتائج في حصيلة التكيف مقارنة بالعينة الضابطة.
(قبورة العربي، 2006)

* التعليق على الدراسات السابقة:

تعتبر الدراسات السابقة خطوة هامة وبمثابة خريطة الطريق بالنسبة للباحثين، حيث تعد مصدر اهتمام لكل باحث مهما كان تخصصه. فكل بحث هو عبارة عن تكملة لبحوث أخرى وتمهيد لبحوث قادمة، لذلك يجب القيام أولا بتصفح أهم ما جاء في الكتب ومختلف المصادر. والاطلاع على الدراسات السابقة يكتسي أهمية كبيرة،

فهي تفيد في نواحي النقص والفجوات وتفيد كلها في أنها تزود الباحث بأفكار ونظريات وفروض وتفسيرات معينة تفيد الباحث في تحديد أبعاد المشكلة التي يبحث عنها، يؤكد " تركي رايح" (1984) فيما يتعلق بأهمية الدراسات السابقة يقول "من الضروري ربط المصادر الأساسية من دراسات ونظريات سابقة حتى تتمكن من تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينها وبين الموضوع الوارد البحث فيه(رايح، 1984، صفحة 123)

وانطلاقاً من هذا المبدأ يتضح أنه من المنطقي استعراض أهم الدراسات السابقة والمشابهة ذات العلاقة بموضوع البحث، وذلك من أجل التحديد السليم للإشكالية وكذا صياغة الفرضيات المناسبة لهذه الدراسة، لكن في إطار حدود البحث والإمكانيات المتوفرة لم الطالبان الباحثان في الحصول على دراسات سابقة تعالج الموضوع بالرغم من الأهمية الكبيرة التي يكتسبها هذا الموضوع الذي تطرقنا إليه وأثره البالغ في المجال النفسي و التربوي.

وعليه فإنه قد تم الاستفادة من دراسة "أشرف عيد إبراهيم مرعي"1990 والتي أجريت على فئة المعاقين بدنياً، لتلاميذ المرحلة الإعدادية والتي توصل فيها أن البرنامج الرياضي المقترح ساهم في تحسين مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الممارسين مقارنة بغير الممارسين. أما باقي الدراسات فقد أنجزت على الأسوياء من مختلف الأعمار والمراحل الدراسية، بدءاً من مرحلة الطفولة وحتى فئة المسنين. واستخدمت فيها عدة مقاييس لقياس مستويات التوافق النفسي والاجتماعي. وكانت نتائج أغلب هذه الدراسات تشير إلى أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية ومدى إسهامها في تحسين توافق الأفراد مع ذاتهم و مع الآخرين.

وحاولنا من خلالها معرفة أهم الخطوات التي اعتمدت لإنجاز هذه البحوث، كيفية اختيار أداة القياس، وطريقة اختيار العينة وكذا الطرق الإحصائية الملائمة للدراسة. وعليه سعينا لتطبيق هذه الدراسة بالبيئة المحلية، وتحديد الدور الذي تلعبه الممارسة الرياضية بمختلف أنشطتها في تعزيز توافق الفرد المعاق حركيا مع نفسه ومع بيئته المحيطة، خاصة وأن الفرد المعاق له خصائص نفسية مميزة تميزه عن الأسوياء ألا وهي الحساسية المفرطة من نظرة الآخرين، كإحساس بالدونية والنقص والعجز وعدم القدرة على قضاء حوائجه و أداء واجباته بمفرده، كنظرائه الأسوياء. بالإضافة إلى نظرة أفراد المجتمع للفرد المعاق.

الفصل الأول

التوافق النفسي
والاجتماعي

تمهيد:

تعتبر الصحة النفسية هي حالة دائمة نسبيا، يكون فيها الفرد متوافقا (شخصيا وانفعاليا واجتماعيا، أي مع نفسه ومع بيئته) ويشعر فيها بالسعادة مع نفسه، ومع الآخرين، لذلك فالصحة النفسية لا تعني خلو الفرد من الأمراض، بل تعني التوافق الاجتماعي والتوافق الذاتي والشعور بالرضا والسعادة والحيوية والاستقرار، بالإضافة إلى الإنتاج الملائم في حدود إمكانية الفرد وطاقاته، ولا يختلف اثنان على أهمية الأثر الوقائي والتحسيني الذي يمثله النشاط البدني الرياضي بشكل عام على التوافق النفسي والاجتماعي للكبار والصغار، من منطلق أن الإنسان وحدة متجانسة بين العوامل البيولوجية، الوجدانية و الاجتماعية.

التوافق النفسي والاجتماعي.**1- ماهية التوافق:**

لا يخلو إنسان المعاق في حياته - في كثير من الأحيان- من سوء التوافق، ولكن اختلاف مستوى التوافق يدفع بعض المعاقين إلى المرشد النفسي الذي يتعامل من حالات سوء التوافق التي لم ترق إلى درجة الاضطراب المرضي سواء لوقاية من الاضطرابات أو للرعاية النفسية.

ويشير المعجم الوجيز إلى أن التوافق هو: ضرب من التكيف الاجتماعي يراد به أن يغير المرء من عاداته واتجاهاته ليلاءم الجماعة التي يعيش فيها.(إبراهيم مذكور. وآخرون 1410: 676)

ويعد مفهوم التوافق استمرارا لمفهوم التكيف وعندما تحدث إيبرت Aubret عن مفهوم التكيف سنة 1865 م، كان يعني به ما حدث لحدقة العين من تغير نتيجة لشدة الضوء الذي يقع عليها حتى تضيق عندما تشتد الإضاءة وتوسع عندما تضعف الإضاءة حتى تهيب العين للرؤية المناسبة في كلتا الحالتين، ثم تطور المفهوم بعد ذلك حتى شمل كل ما يقوم به الإنسان من نشاط ليوائم بين سلوكه وبين مطالب البيئة التي

يعيش في إطارها، وعندما وصل مفهوم التكيف إلى تفسير مظاهر التغير الاجتماعي في سلوك الإنسان الذي اتخذ لنفسه مفهوماً جديداً نعبر عنه الآن باسم التوافق، وهكذا يصبح التوافق هو التكيف الاجتماعي. (كوثر رواش، 1987: 384)

ويشير أحمد عزت راجح (1976 م) إلى أن التوافق الاجتماعي، يعمي قدرة الإنسان على التوائم والتوازن بينه وبين بيئته مادية كانت أو اجتماعية، أي قدرته على مجارة ظروفها ومتطلباتها ومعاييرها وقوانينها على نحو لا يتنافى مع رضائه عن نفسه ورضاء المجتمع عنه. (أحمد عزت راجح، 1976: 15)

ويعرف فرح عبد القادر طه وآخرون (1993م) التوافق، بأنه: "معياراً أساسياً لتحقيق السواء النفسي والاجتماعي للفرد في إطار علاقة الفرد بالمجتمع، حيث يتضمن التوافق خفض التوتر الذي يستثير الحاجات، أما سواء التوافق فإنه ينشأ عندما تكون الأهداف ليست سهلة في تحقيقها، أو عندما تتحقق بطريقة لا يوافق عليها المجتمع.

والتوافق كحالة من التوازن والاستقرار والتكامل النفسي والاجتماعي الأفضل أن يصل إليها المعاق الذي يقوم بعملية التوافق، وهي حالة نسبية وليست نهائية لأن كلا من المعاق وبيئته في حالة تغير دائم. (محمد حسن علاوى، 1997: ص 31)

ويرى حامد عبد السلام زهران (2001م)، أن التوافق يعد من المفاهيم التي تلقى اهتماماً كبيراً من علماء النفس والاجتماع وهو جوهر الصحة النفسية، بل ويعتبره العلماء مرادفاً لها ومعياراً لها ومعياراً للتمييز بين الصحة النفسية السوية وغير السوية. (حامد زهران، 2001: ص 09)

ويدل مفهوم التوافق الاجتماعي على مدى مرونة الإنسان المعاق في تغيير أنماط الحركة حتى يوائم بين ما يحدث في نفسه من تغيرات مختلفة وبين ظروف البيئة المحيطة به.

ويمكن من خلال التعريفات السابقة ملاحظة أن معظمها يتفق على أن التوافق عبارة عن عملية يقوم بها المعاق بغرض الوصول على تحقيق التغيير، وذلك كما جاء في تعريف حامد زهران، ومصطفى فهمي، وأن هذه العملية تشتمل تعديلاً في سلوك

المعاق ، وهو ما اتفق عليه كل من حامد زهران وأحمد عزت راجح، ومصطفى فهمي الذين أشاروا إلى هذا التعديل بمصطلح التفاعل بين المعاق والبيئة.

2- خصائص التوافق النفسي والاجتماعي:

أشار مصطفى فهمي (1996م) نقلا عن تندال Tandel إلى الخصائص والمظاهر المختلفة للتوافق وهي:

2-1- المحافظة على تكامل الشخصية: وهذا يتضمن أن تتأزر حاجات المعاق مع سلوكه في سبيل تحقيق هدفه بطريقة وظيفية في تفاعله مع البيئة.

2-2- المسايرة للمعايير الاجتماعية: وهو الانسجام مع المجموعة دون التخلي عن الحركة الفردية.

2-3- التوافق مع متطلبات الواقع: ويتضمن قبول الواقع وتحمل مشاقه للحصول على مكاسب وتحقيق أهداف أكبر في المستقبل.

2-4- المحافظة على اتساق السلوك: وهذا يحمل التنبؤ بسلوك المعاق مكنًا وميسرا للوصول إلى قياس التوافق.

2-5- المحافظة على الاتزان الانفعالي: أي أن الشخص حسن التوافق في المواقف المشحونة انفعاليا ينبغي ألا يكون ممتعا عن التعبير عن انفعالاته ولا متهورا لاستجاباته الانفعالية.

2-6- المساهمة في نشاط الجماعة: وهذا يتضمن زيادة الفاعلية الفردية في المشاركة الاجتماعية وألا يكون المعاق مركزا اهتمامه حول نفسه، والنضج بما يتناسب والعمر. (مصطفى فهمي، 1996 : 29)

3- أهمية دراسة التوافق النفسي والاجتماعي:

لدراسة التوافق فوائد تطبيقية عديدة تبدو في الميادين الآتية:

3-1- ميدان التربية: يمثل التوافق الجيد مؤشرا إيجابيا وقويا يدفع المعاقين إلى التحصيل من ناحية ويرغبهم في المركز البيداغوجي ويساعدهم على إقامة علاقات متناغمة مع زملائهم ومعلميهم من ناحية أخرى، بل ويجعل من العملية التعليمية خبرة ممتعة وجذابة والعكس صحيح، فالمعاقين سيؤوا التوافق يعانون من التوتر النفسي ويعبرون عن توتراتهم النفسية بطرق متعددة كاستجابات التردد والقلق أو بمسالك العن في اللعب والأنانية والتمركز حول الذات وفقدان الثقة بالنفس واستخدام الألفاظ السيئة في التعامل مع الآخرين وكراهية المركز والهروب منها واضطرابات سلوكية مثل اللجاجة والتعلم وقضم الأظافر والميول الانسحابية والسرحان والخجل والشعور بالنقص وتنعكس تلك المشكلات بالطبع في انخفاض التحصيل الذي هو عملية التعليم.

3-2- ميدان الصحة النفسية: إن سوء التوافق يمثل واحد من الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى الاضطراب النفسي بأشكاله المختلفة وهي مجموعة الأسباب التي نطلق عليها الأسباب المرسية ، من هنا فإن دراسة الشخصية قبل المرض ومدى توافق الفرد مع أسرته وزملائه ومجتمعه تمثل نقطة هامة من نقاط الفحص النفسي والطبي للوصول إلى تشخيص الحالة المرضية، وبالتالي فإننا نتوقع أن الأشخاص سيؤوا التوافق أكثر من غيرهم عرضة للتوتر والقلق والاضطراب النفسي. (عبد المجيد محمد شاذلي، 2001: 58-60).

4- شروط تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي:

ومن أهم الشروط التي تحقق التوافق أن تكون البيئة التي يعيش فيها المعاق من النوع الذي يساعد على إشباع هذه الحاجات في البيئة، وألا يتعرض لكثير من عوامل الإعاقة والإحباط التي تؤدي عادة إلى نوع من الاختلال في التوازن أو عدم الملائمة، فإشباع الحاجات لدى الإنسان المعاق شرط أساسي من شروط حصوله على التوافق الذي يحقق له الاستقرار النفسي.

ويمكن النظر إلى العوامل الأساسية في إحداث التوافق الشخصي والاجتماعي للإنسان من زاويتين، هما:

الزاوية الأولى: قدرة الإنسان على أن يصل إلى درجة من التوافق مع نفسه أي مع القيم والأهداف التي ارتضاها لنفسه ودرجة لا بأس بها من التوافق مع الجامعة التي يعيش فيها.

الزاوية الثانية: ويترتب على شعور الإنسان بتقبله لذاته وتقبل الآخرين له الشعور بالسعادة والارتباط فيما يقوم به من تصرفات وسلوك. (مصطفى فهمي ، مرجع سابق: 151)

5- عمليات التوافق النفسي والاجتماعي:

إن عمليات توافق الإنسانية تسعى لمقابلة متطلبين هامين هما:

5-1- متطلب اجتماعي يتعلق بالتعامل مع الآخرين وينشأ بسبب المعيشة الجماعية، فالآباء مطالبون اتجاه الأبناء تتعلق بالتعامل مع الظروف الحياتية اليومية واحتياجاتها من مأكّل وملبس وتعرف بأساليب معينة.

5-2- متطلبات داخلية ناشئة عن تكوين الطبيعي للفرد ولها مطالب عضوية خاصة مثل الأكل والشرب والدفء والراحة، هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى فالإنسان حاجات اجتماعية معينة، مثل الحاجة إلى التحصيل والحاجة على تقدير الآخرين وغيرها، ورغم تأثير عمليات التوافق بالخبرات الحاضرة لدى الفرد إلا أنه من الملاحظ أيضا أن لدى الأفراد استعدادات لإبداء استجابات معينة مما يؤثر على نوعية الاستجابة التي تتوقع من الشخص في موقف ما.

فهناك ميل لدى بعض الأشخاص للاستجابة بطريقة غامضة أو مشوبة بالخوف أو مرحة أو لا مبالية. (سعد جلال، 1985م : 281-284).

6 - ميكانيزمات التوافق النفسي الاجتماعي:

ويقصد بها الطرق التي يلجأ عليها الفرد لتحقيق توافقه إذا لم يستطع أن يحققه دونها: الكبت، الانسحاب، أحلام اليقظة، أحلام النوم، النكوص، التبرير، الإسقاط وغيرها من الطرق التوافق النفسي.

7- أساليب التوافق النفسي والاجتماعي: وهي ما يلي:

- المعالجة أو المواجهة المباشرة كأن يشرع فوراً في الإعداد للامتحان بالاستذكار ومحاولة فهم الأجزاء المطلوبة منه وحفظها لنفسه ومناقشتها مع الآخرين من وفاقه.
- سلوك بديل ذات قيمة إيجابية كان يحول من القسم الذي يدرس به ليلتحق بقسم آخر بالكلية أو ينتقل من كلية على أخرى أو ينتقل من التعليم إلى البحث عن عمل.
- سلوك بديل ذات قيمة سلبية كان يرتب لنفسه مكاناً في قاعة الامتحان بجوار طالب مجتهد يعاونه أثناء الامتحان أو يمارض يوم الامتحان.
- مراحل تقدمه في أساليب التوافق الشاذة كالإسراف في أحلام اليقظة والأوهام كأن يتصور نفسه بطل قصة خيالية أو بطل مغامرات سينمائية متجاهلاً المشكلة كليا وقد ينتهي به أسلوبه التوافقي الشاذ إلى العقلي إلى الجنون وقد يفكر في الانتحار.

8- العوامل الأساسية في إحداث التوافق: هناك عدة عوامل تتدخل لتجعل الفرد

متوافقاً نفسياً واجتماعياً، نذكر منها:

- 8-1- الدوافع:** الدافع هو حيلة داخلية جسمية أو نفسية، توترية تثير السلوك في ظروف معينة، وتتواصل حتى تنتهي إلى هدف معين، فإذا لم يتحقق هذا الأخير، فإن الفرد يبقى في حالة توتر، فسير دوافع الإنسان الفطرية والاجتماعية والشعورية واللاشعورية نحو تحقيق أهدافنا من العوامل الفعالة في إحداث التوازن بشتى أبعاده، وإشباع هذه الدوافع يتوقف على ما يتوفر لدى الفرد المعاق من الأساليب تيسر له إشباع دوافعه الملحة، وتتوقف كذلك على فكرة الفرد عن نفسه، وذلك بما يتميز به من مرونة في مواجهة المواقف الجديدة، والدوافع مرتبطة ارتباطاً قوياً بالتوافق إذ هو

سلسلة من الخطوات تهدف إلى هدف معين، ولا تنتهي إلا بالوصول إلى الغاية المنشودة، وبهذا يتحقق التوافق. (سهير كامل احمد، 1999 : 24)

8-2- الحاجات: إن ما يولد الدافع هو الحاجة إلى إشباع الحاجات بمختلف أنواعها لتحقيق الراحة النفسية ومن بني هذه الحاجات نذكر:

- الحاجات الفيزيولوجية: وهي حاجات تسعى إلى تحقيق التوازن الوظيفي والعضوي، كالحاجة إلى الأكل، الشرب، والنوم، ...
- الحاجات النفسية الوجدانية: وهي تسعى إلى تحقيق التوازن والتكامل النفسي، كالحاجة إلى الأمن التقدير، والاحترام، الحجب، الإحساس بالحرية، وإشباع الدوافع والميول والرغبات.
- الحاجات الاجتماعية: هي حاجات تسعى لتحقيق التكيف والتوافق الاجتماعي، كالحاجة إلى تكوين علاقات اجتماعية، والحاجة إلى القيام بالواجبات وتحمل المسؤولية والحاجة إلى المحافظة على الأخلاق والعادات الاجتماعية. (فيصل محمد خير الزارد، 1997 :20)

فإشباع كل هذه الحاجات أمر ضروري للغاية، فإشباعها يساهم في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي وفي حالة ما إذا تعسر إشباعها، فإن الفرد بلا شك يحاول إيجاد أية وسيلة يشبع بها حاجته، وقد تكون هذه الوسيلة غير سوية لا يقرها المجتمع، فتختل بذلك عملية التوافق. (حامد عبد السلام الزهران، 1977 :33)

8-3- أن تتوفر لدى الفرد العادات والمهارات التي تيسر له إشباع حاجاته الملحة:

لا شك أن المهارات والعادات إنما تتكون في المراحل المبكرة من حياة الفرد، فالتوافق هو في الواقع محصلة لما مر به الفرد من خبرات وتجارب أثرتا في تعلمه للطرق المختلفة التي يشبع بها حاجاته، ويتعامل بها مع غيره من الناس، في مجال الحياة الاجتماعية، ولهذا يؤكد "فرويد" على أهمية السنوات الخمس الأولى من حياة الطفل من حيث تكوين شخصيته، ففيها تنمو لديه بذور التوافق أو عدمه، لأن هذا الأمر يتأثر بالجو الاجتماعي الذي تربي فيه الفرد من حيث توفر الحنان والدفء العاطفي والشعور بالأمن من جانب الوالدين أم لا، ومنه فإن خبرات الطفولة تحدد

بدرجة واضحة وسيلة الرضى النفسي والتوافق في الحياة المتأخرة. (مصطفى ي فهمي، مرجع سابق، 36).

8-4- أن يعرف الفرد المعاق نفسه:

إذ أن معرفة الإنسان المعاق لنفسه تعد شرطاً أساسياً من شروط التكيف الجيد، ومعرفة الإنسان لنفسه تتضمن ما يلي:

- أن يعرف الإنسان المعاق الحدود والإمكانيات التي يستطيع بها أن يشبع رغباته، بحيث تأتي رغباته واقعية ممكنة التحقيق.

- أن يعرف الشخص إمكانياته وقدراته، ذلك أنه إذا ما عرف هذه الإمكانيات والقدرات، فإنه لا يرغب في شيء لا تسمح هذه القدرات والإمكانيات بتحقيقه، أما إذا كان جاهلاً بها، فإن رغباته قد تأتي بحيث تعجز هذه الإمكانيات عن تحقيقها، فتترتب عن ذلك عوامل التوتر والإحباط الذي يعد عاملاً من عوامل اختلال التوافق. (محمد مصطفى زيدان، د ت: 220)

8-5- **تقبل الفرد المعاق لنفسه:** إن فكرة رضى الإنسان عن نفسه من أهم العوامل التي تؤثر في سلوكه، فإذا كانت هذه الفكرة حسنة، فإن ذلك يدفع الفرد إلى العمل والتوافق مع الآخرين، كما أن ذلك يدفعه إلى النجاح حسب قدراته دون أن يحاول العمل في مجالات لا تسمح قدراته بالنجاح فيها، أما الفرد الذي لا يتقبل نفسه، فإنه يتعرض لإحباطات تجعله يشعر بالعجز والفشل، فقد بينت دراسة " جابر عبد المجيد جابر" أن المجموعة الأقل رضى عن نفسها تميل إلى عدم الاتزان في حياتها الانفعالية، كما كانت أقل توافقاً في حياتها المنزلية إذ ما قورنت بالمجموعة الأكثر تقبلاً لذاتها. (إبراهيم احمد أبو زيد، 1987: 214)

8-6- **المرونة:** يقصد بها استجابة للمؤثرات الجديدة استجابة ملائمة، فالشخص غير المرن لا يقبل أي تغيير يطرأ على حياته، ومن ثم فإن توافقه يختل وعلاقته بالآخرين تضطرب، إذا ما انتقل إلى بيئة جديدة يغير أسلوب الحياة فيها الأسلوب الذي مارسه وتعود عليه، في حين أن الشخص المرن يستجيب للبيئة الجديدة بشكل ملائم، وبالتالي يحقق التوافق بينه وبيئته، معنى ذلك أن توافق الفرد يكون أفضل

وأسهل كلما كان الفرد مرنا، والعكس صحيح. (عباس محمد عوض، مرجع سابق: 57)

9- أنواع التوافق: تحدث الدكتور أحمد عزت راجح عن أنواع التوافق فيذكر: "يبدو التوافق في قدرة الفرد على أن يتكيف تكيف سليما وأن يتواءم مع بيئته الاجتماعية أو المادية أو المهنية أو مع نفسه، لسوء التوافق مجالات مختلفة. فهناك سوء التوافق الاجتماعي، وهو عجز الفرد عن مجاراة قوانين الجماعة ومعاييرها، أو عجزه من عقد صلات اجتماعية راضية مرضية مع من يعاملهم من الناس، مع والديه أو إخوته وزملائه أو المدرسة أو زوجته وأطفاله، أو رؤسائه أو مرؤوسيه.. وهناك سوء التوافق المهني وهو إخفاق الفرد في عمله، أما لعدم تناسب قدراته مع عمله، أو لأنه يجد عسرا في صلاته الاجتماعية بزملائه ورؤسائه في العمل.. وهناك أيضا سوء التوافق الاقتصادي والديني والسياسي، هذا إلى سوء التوافق الذاتي ويبدو في عدم رضاء الفرد عن نفسه، أو استصغاره إياها، أو احتقاره لها، أو عدم الثقة فيها، أو كرهها وإدانتها.. " ثم يضيف "ومما يجب توكيده أن سوء التوافق في مجال معين يكون له صداه وأثره في جميع المجالات الأخرى فالإنسان وحدة نفسية جسمية اجتماعية إن اضطرب جانب منها اضطربت له سائر جوانبها، لذا غالبا ما تجتمع ضروب سوء التوافق لدى شخص الواحد". (أحمد عزت راجح، مرجع سابق: 563)

10- العوامل المؤثرة على التوافق النفسي والاجتماعي:

من أهم عوامل تحقيق التوافق توفر مطالب النمو النفسي السوي في جميع مرحلة وبكافة مظاهره جسميا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا، ومطالب النمو هي الأشياء التي يتطلبها النمو النفسي للفرد، ويؤدي عدم تحقيق مطالب النمو إلى شقاء الفرد وفشله وصعوبة تحقيق مطالب النمو الأخرى في نفس المرحلة والمراحل التالية، وفيما يلي أهم مطالب النمو خلال المراحل المتتابعة (زهرا، 1997 م)

أ- تنامي استغلال الإمكانيات الجسمية إلى أقصى حد ممكن، وتحقيق الصحة الجسمية، وتكوين عادات سليمة في الغذاء والنوم وتعلم المهارات الجسمية الضرورية للنمو السليم، وحسن المظهر الجسمي العام.

ب- النمو العقلي المعرفي واستغلال الإمكانيات المادية إلى أقصى الحدود الممكنة، وتحصيل أكبر قدر ممكن من المعرفة والثقافة العامة وعادات التفكير الواضح، ونمو اللغة وسلامة التعبير عن النفس، وتنمية الابتكار.

ج - النمو الاجتماعي المتوافق إلى أقصى حد مستطاع، وتقبل الواقع وتكوين قيم سليمة، والتقدم المستمر نحو السلوك الأكثر نضجا وسلامة التعبير عن النفس، وتنمية الابتكار.

د- النمو الانفعالي إلى أقصى درجة ممكنة، وتحقيق الصحة النفسية بكافة الوسائل، وإشباع الدوافع الجنسية والوالدية والميل إلى الاجتماع، وتحقيق الدافع إلى التحصيل والنبوغ والتفوق، وإشباع الحاجات مثل الحاجة إلى الأمن والانتماء والمكانة والتقدير والحب والمحبة والتوافق والمعرفة وتنمية القدرات والنجاح والدفاع عن النفس والضبط والتوجيه والحرية. (أشرف محمد عبد الغني شريت، د ت: 132)

وبالرغم من ضرورة تحقيق مطالب النمو فإن هناك العديد من عوامل تؤدي إلى إعاقتها وإحداث سوء التوافق فالفرد يسوء توافقه ويسلك سلوكا غير متوافق عندما يعجز عن التوافق وحل مشكلاته بطرق واقعية أو بحيل دفاعية معتدلة، إذ انه عندما لا يستطيع أن يحتفظ بتوازنه النفسي فإنه يتخذ أساليب سلوكية شاذة لحل أزماته النفسية، إلا أن الأزمات النفسية وحدها لا تفسر عدم القدرة على التوافق، بل لابد من النظر إلى شخصية الفرد ككل وإلى ماضيه ووراثته وما يتعرض له من إحباطات وصدمات بالإضافة إلى معرفة اتجاهاته وعاداته، مما يعني عوامل سوء التوافق متعددة ن ونوجز عوامل سوء التوافق في العوامل الآتية:

أ- **عوامل وراثية وجسمية:** للوراثة أثرها في سلوك الفرد فإذا كانت الوراثة سليمة وكذلك التربية والبيئة، فإننا نتوقع أن يكون الفرد حسن التوافق، إلا أن بعض الاضطرابات الوراثية والتي يمكن أن ترتبط ببعض الإعاقات العقلية أو الجسمية تكون

سببا لسوء التوافق " فضعف القلب وضعف البنية قد يعوق الطالب عن مشاركة زملائه في النشاطات الرياضية والترفيهية، وقبح المنظر قد يعوق الشخص عن الزواج وتكوين الأصدقاء، وضعف الإبصار يعوق الطالب عن الالتحاق بالكليات العسكرية وغيره من الكليات التي تشترط سلامة الإبصار.

وتتفاوت العاهات في تأثيرها على مدى التوافق لدى الفرد حسب جسامتها وكذلك بناء على نظرة المجتمع فكلما كانت العاهة كبيرة كلما قل التوافق وكلما ساءت نظرة المجتمع أي النبذ والإهمال والاحتقار وكذلك العطف الزائد إلى شعور الفرد بأنه عاجز وعالة فإن ذلك يزيد من سوء توافقه.

ب - عوامل بيئية واجتماعية: "ويقصد بها القيود التي يفرضها المجتمع - في علاقته وتقاليد وقوانينه لضبط السلوك وتنظيم العلاقات- وتعوق الشخص عن تحقيق بعض أهدافه، ومن هذا العوائق منع الوالدين أبنائهما من إشباع بعض رغباتهم تأديبا وتربية" فالظروف الاجتماعية والأسرية السيئة كالتفكك الأسري والظروف الاقتصادية السيئة والتغيرات السريعة تمثل عوامل لسوء التوافق". (أشرف محمد عبد الغني شريت، د ت: 133)

ت - عوامل نفسية: بالرغم من أن التوافق سمة أو خاصية نفسية، فإن ذلك لا يعني عدم تأثرها بالمتغيرات النفسية الأخرى، إذ أن هناك عوامل كثيرة يمكن أن تساعد على التوافق الحسن أو تزيد من حدة سوء التوافق، فالاضطرابات النفسية عوامل ومظاهر لسوء التوافق، كما تعتبر عوامل مساعدة على إحداثه، ومنها على سبيل المثال لا الحصر:

- الانفعالات الشديدة وغير المناسبة للموقف حيث لهذه الانفعالات غير المتوازنة أثرها السيئ من الناحية الجسمية والنفسية والاجتماعية.
- عدم فهم المرء لذاته أو التقدير السالب للذات وضعف مشاعر الكفاية يمكن أن تكون سببا لسوء التوافق، كما يمكن أن تعوق قدرة الفرد على تحديد أهداف مناسبة مما يعني الفشل في تحقيق هذه الأهداف، وهذا يمكن أن يضاعف من سوء التوافق النفسي والاجتماعي والتعرض لمزيد من الاضطرابات.

- صراع الأدوار: يلعب الفرد أدوارا متعددة تبعا لما يتوقعه المجتمع وقد يلعب دورين متصارعين في آن واحد مما يؤدي إلى سوء التوافق إذا لم يستطع التنسيق بين هذه الأدوار ويحقق الانسجام بينها.
- الاضطرابات النفسية بكافة أنواعها، حيث يكون سوء التوافق مظهرا من مظاهرها.
- ث - عوامل مادية واقتصادية: "يعتبر نقص وعدم توفر الإمكانيات المادية عائقا يمنع كثيرا من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة، وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط، لذا اعتبر الإمام علي الفقر عدوا للإنسان، وقال: لو كان الفقر رجلا لقتلته، باعتباره عائقا قويا يمنع الفقراء من إشباع حاجاتهم الأساسية ويسبب لهم الكدر والألم". (أشرف محمد عبد الغني شريت، د ت: 133)

11- التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالأنشطة الرياضية:

إن العوامل النفسية لها قدر كبير في تحقيق النجاح في مستوى أداء جميع الأنشطة الرياضية سواء الفردية أو الجماعية، فالرغبة المتاحة لحصول على مزيد من التقدم والارتقاء الذي يتمثل في مجال الحركة من الخصائص المؤكدة لإنتاجها وهي القوة والطاقة العضوية التي يمكن أن تعبر عنها خاصية الجلد أو قدرة الفرد على الاستمرار في بذل الجهد وتحقيق الحركة، بحيث يصل إلى نتيجة أفضل. إن لياقة الفرد للأنشطة الرياضية المختلفة تحدد بمدى تركيب جسمه لأداء العمل المطلوب والفاعلية التي يمكن لأعضائه وأنظمتها إنجاز المجهود بها.

فهناك ثلاثة أوجه للياقة وهي:

1. اللياقة التشريحي Analomical Fitness

2. اللياقة الوظيفية Physiologie Fitness

3. اللياقة النفسية Psychological Fitness

إن صلاحيات الفرد لممارسة نشاط رياضي معين تتحدد بالصلاحيات البدنية والنفسية.

إن قيام الفرد بعمل يتفق مع التكوين العام لشخصية يتيح له فرصا للتعبير عن شخصيته وإرضاء دافعه كما يساعده على الاطمئنان والاستقرار النفسي هذا إلى جانب

أن سعادة الفرد تحقق عن طريق حب العمل ورضاه عنهن وشعوره بقيمة نفسه كعضو نافع في المجتمع يساهم في تقدمه وبالعكس إذا لم يتم بعمل يتفق مع قدراته فإن يفشل يؤدي به إلى الشعور بالنقص وعدم الأمن.

فهناك الكثير من الأنشطة الرياضية التي تتأثر كثيرا بالناحية النفسية من خلال مزاوله مسابقتها يمكن لعديد من السمات النفسية أن تتطور كالجرأة والعزيمة والإرادة والإصرار والمثابرة كذلك تعادل بعض العادات غير المرغوبة كالأنانية والفردية. (حسين أحمد حشمت، مصطفى حسين الباهي، 2006: 81)

إن ممارسة أنشطة رياضية تكسب الفرد درجة عالية من القدرة على التوافق الشخصي والاجتماعي وبالتالي يستطيع أن يتكيف مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه يؤثر ويتأثر وهذه أكبر علامة على الصحة النفسية العالية، فهي تكسب الفرد المرح والسعادة وحسن قضاء الوقت الحر الذي يؤدي إلى سعادة الفرد وصحة المجتمع.

ومن خلال ذلك نجد أن ممارسة الرياضة بشكل عام تتجه إلى الاتجاه الأخلاقي المثالي، حيث أنها منافسات لا يهزم فيها فرد من فرد آخر ولا فريق من فريق آخر إنما هي منافسات بين الأفراد أو المجموعات لإظهار كفاءتهم وقدراتهم ومهاراتهم لتحقيق البطولات.

فهي من الناحية الاجتماعية تنمي السمات الإرادية والخلقية للأفراد، فهي تكسبهم قوة العزيمة والصبر ومواصلة الكفاح لتحسين المستويات والوصول إلى الأهداف التي تسعى إليها الأفراد أو المجموعات، هذا بالإضافة إلى اكتسابهم الروح الرياضية العالية واحترام الآخرين والجلد والقدرة على مواجهة الصعاب أثناء ظروف المنافسات الصعبة، فالرغبة الملحة للحصول على مزيد من التقدم والارتقاء الذي يتمثل في مجال الحركة المؤكدة لإنتاجها وهي القوة والطاقة العضوية والتي يمكن أن تعبر فيها خاصية الجلد أو قدرة الفرد على الاستمرار في بذل الجهد وتحقيق الحركة بحيث تصل إلى نتيجة أفضل. (هناء عبد الوهاب حسن وآخرون، 2002: 104)

لقد أظهرت نتائج كثير من الدراسات البحثية في المجال الرياضي أهمية التوافق الشخصي وتأثيره على التحصيل العلمي والنظري على الأنشطة الرياضية المختلفة والذي يتمثل في مستوى الأداء بأن هناك فروق دالة بين المتفوقين رياضيا وغير المتفوقين رياضيا على مستوى التوافق الشخصي...

المتفوقين، كما أشارت بعض الأبحاث على وجود فروق جوهرية بين المجموعتين المرتفعة في اللياقة البدنية والمنخفضة في اللياقة البدنية في التوافق الشخصي لصالح المجموعة الأولى، وهذا يعني أنها تتمتع بتوافق شخصي أفضل من المجموعة الثانية. لقد أظهرت نتائج العديد من البحوث التي أجريت في مجال السمات الشخصية أن هناك فروقا تميز الرياضيين مقارنة بغير الرياضيين.

فعلى سبيل المثال أظهرت نتائج الدراسات التي أجريت في البيئة الأجنبية مثل (كوبر Cooper، 1967م)، و(كان Kane، 1976 م)، و (ستشور، schorre 1977م)، و(مورجان، Morgan، 1980م)، أن الرياضيين بغير الرياضيين سيتميزون بالسمات التالية: الثقة بالنفس، الانبساطية، المنافسة، الاستقرار الانفعالي، انخفاض القلق

كذلك أوضحت نتائج الدراسات التي أجريت في البيئة العربية مثل:

(فرغلي، 1979 م) و (السنتريسي 1976 م) و (عبد الله 1982م) أن الرياضيين

مقارنة بغير الرياضيين:

12- الانبساطية - الاتزان الانفعالي

13- المسؤولية - العدوانية

هذا وبالرغم من أن نتائج البحوث السابقة تفيد تميز الرياضيين ببعض السمات الشخصية مقارنة بغير الرياضيين، فإن هناك مشكلة هامة تتعلق بما هي محكات تحديد الرياضي، حيث يلاحظ أن بعض البحوث والدراسات أجريت على عينات من رياضي الجامعات، بينما بحوث أخرى أجريت على عينات من رياضي المستوى العالي، وربما يفسر ذلك لنا أحد الأسباب الهامة لعدم اتفاق نتائج المقارنة.

إن هناك اتجاهًا حديثًا يعضد وجهة النظر التي ترى أن الأفراد يمتلكون سمات شخصية معينة تجذبهم نحو ممارسة الرياضة، وهذا الاتجاه رغم وجاهته لا يعني عدم تأثير خبرة ممارسة الرياضة على سمات الشخصية، ولكن يمكن توقع أن هذا التأثير يحدث خاصة بالنسبة للنشء في مرحلة التكوين والنمو. (أسامة كامل راتب، 2000: 43-44)

وقد ذكر بهاء الدين إبراهيم سلامة (2007م) أن التربية الرياضية تسعى إلى تنمية النواحي النفسية والبدنية والاجتماعية والعقلية، وذلك على النحو التالي:

1- تحقق التربية الرياضية من خلال ممارسة أنشطتها السرور والسعادة بصفة عامة والرضا وإشباع الرغبات والميول بصفة خاصة، ويتضح ذلك عندما يتعلم الفرد مهارة جديدة نافعة كتعلم السباحة أو أسي مهارة أخرى كان يرغب في تعلمها أو حريصا على ممارستها، في هذه الحالة يشعر الفرد بالرضا والسعادة التي لا حدود لها، كما تزداد سعادة الفرد أكثر بالبهجة والفرح عندما يسجل هدف معيناً في مباراة أو زمناً معيناً في سباقات العدو أو الجري أو السباحة، أو عندما يسجل رقماً معيناً في سباقات الرمي والوثب وغيرها، كل ذلك يجعل الفرد يشعر بالسعادة والسرور، كما أن النجاح في إحدى هذه المهارات قد يعوض الفرد عن بعض مظاهر الفشل في مجالات أخرى دراسية أو مهنية أو اجتماعية تقابله في حياته، وهذا كله يساعده على الاتزان النفسي ويحسن من الاستقرار الوجداني ويقلل من التوتر الداخلي مما يرفع ويحسن من مستوى الصحة النفسية.

2- تسهم ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة في تنمية اللياقة البدنية العامة وتحسين الصحة بشكل عام، وتساعد تلك الأنشطة في تحسين وظائف أجهزة الجسم المختلفة مثل : "الجهاز الدوري- التنفسي- العضلي- الهضمي - العصبي".

3- تنمي ممارسة الأنشطة الرياضية كثيراً من المعارف والمعلومات المتصلة بنوع النشاط والرياضة التي يمارسها الفرد، كما تساعد مواقف اللعب المختلفة على تنمية القدرات العقلية للفرد وتحفيزها وخاصة عندما يواجه الفرد المنافس ويحاول فهم طريقة لعبة وكيفية مواجهته، كما أنه أثناء الممارسة يحاول الفرد التركيز بهدف الفوز أو

تحقيق أفضل مستوى من ممكن، وهذا كله يعتمد على الجهاز العصبي الذي يتحكم في جميع الحركات اللاإرادية للفرد، وهذا بدوره ينمي العمليات العقلية العليا في الفرد. (بهاء الدين إبراهيم سلامة، 2007: 47-48)

4- تساعد التربية الرياضية من خلال ممارستها على اكتساب الأنماط السلوكية الحميدة والخبرات المتعددة في نواحي النظام والطاعة والالتزام، واكتساب الصفات الخلقية الفاضلة، كما تنمي ممارسة الأنشطة الرياضية العلاقات الاجتماعية الطيبة بين الجماعات والأفراد مما يجعلهم أكثر قدرة على تقبل المواقف الصعبة في اللعب وخارج اللعب بصدق ورحب، كما أن الرياضيين أكثر قدرة على ضبط النفس وكبح جناح الغضب عند الضرورة والتخلي بأنبل الصفات الخلقية في أصعب المواقف وكل ذلك يساعد على تنمية النواحي الاجتماعية.

ونصل في نهاية الأمر إلى أن قدرة الفرد على التوافق النفسي بأبعاده يكسبه استمتاعا بالحياة والعمل وبالأسرة والأصدقاء ويشعر بالطمأنينة والسعادة وراحة البال كل ذلك يعمل على زيادة الكفاية والعمل، كما أن التوافق النفسي يساعد صاحبه على أن يكون ناجحا في عمله أيا كان نوع هذا العمل بالرغم من أن المستوى التالي في الأداء يتطلب مقومات صاحبة أساسية منها صحة وسلامة الجسم وكذا توفر بعض عناصر اللياقة البدنية إلا أن ذلك لا يقلل من أهمية التوافق النفسي في علاقته بمستوى الأداء كافة الأنشطة الرياضية سواء الفردية أو الجماعية. (هنا عبد الوهاب حسن وآخرون، د ت: 106)

12- الاهتمام بالعملية التعليمية والتوافق النفسي:

على المدرسة أن تولي رعايتها واهتماماتها لكل طالب وطالبة بغض النظر عن أوجه القصور فيهما فيجب بان تكون على علم بقدرات واستعدادات ومستوى أداء كل طالب وطالبة وتقوم بتعديل عملية التعلم بحيث تتناسب مع الإمكانيات وفي الوقت نفسه عليها أن تساعد ضمنا على النمو السوي وذلك لأن أحد وظائفها كمدرسة هي مساعدة الفرد المتعلم على تنمية قدراته وإمكانياته على أقصى درجة ممكنة وعملية النمو هذه لا تتحقق إلا في جو من الحرية تتقدم فيه الكثير من القيود أو حرية الطالبة

في المجموعة مرتبطة ومحدودة بحرية الآخرين فيجب عليه أن يتعلم احترام حقوق زملائه فالحرية تصبح عائق إذا سمح لكل فرد أن يفعل ما يشاء.

إن النجاح الناتج من ارتفاع مستوى الأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة له أثر كبير في التوافق الشخصي إذ أن التحصيل المرتفع يتبع عادة تقدير ورضا من المحيطين به سواء من المدرسات أو من الزملاء.

وهذا بدوره يؤدي على ثقة الطالب بنفسه وشعوره بالارتياح وبالتالي يتحقق التوافق الشخصي أما الرسوب والفشل الناتج عن انخفاض المستوى في الأداء نتيجة تحقيق رقم أو من زمن أو مسافة صغيرة يتبعه في العادة تأنيب للنفس ولوم الآخرين وشعوره بعدم الارتياح والرضا عن النفس وهذا بدوره يؤدي على سوء التوافق الشخصي.

فلا بد من أن تكون المراكز البيداغوجية على علم ودراية بمبادئ الصحة النفسية السوية من خلال تنمية التوافق النفسي لديهم فيجب عليها أن تقوم بتشجيع الطلبة وبث الحماس في نفوسهم وزيادة الثقة على مستوى أحسن كل ذلك يساعد على النجاح والتوافق. (حسين احمد حشمت، مرجع سابق: 90)

خلاصة:

نستخلص من خلال تناولنا هذا الفصل أن التوافق النفسي الاجتماعي عملية كلية ديناميكية وظيفية لا تنتهي بانتهاء فترة معينة من الزمن أو مرحلة دراسية لهذا يجب أن يكون الاهتمام بالصحة النفسية للطالب مع بداية دخوله المدرسة ومستمر معه باستمرار الحياة.

إن عملية التوافق تحدد من خلال عاملين رئيسيين، يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه أي ما هو مرتبط بمحيطه الداخلي من حاجات ودوافع وخبرات وقيم وميول وعواطف ومختلف الانفعالات التي توجه سلوك الفرد، والعامل الثاني يتمثل في البيئة المحيطة بالفرد بما في ذلك الأسرة والمدرسة والصحة التي تؤثر على توافق الأفراد.

والثابت أن النشاط البدني الرياضي التربوي يعتبر احد العوامل الأساسية التي يمكنها أن تسهم في الاستقرار النفسي والاجتماعي، لذلك يتوجب على المدرسة (التربية

الرياضية) والأسرة (الوالدين) أن تكون على علم ودراية بمبادئ الصحة النفسية السوية، من خلال تنمية التوافق النفسي والاجتماعي لديهم، وذلك بتشجيع وتعزيز مشاركة الطلبة النشطة بالفعاليات الرياضية لاسيما منها التربوية حتى يمكنهم الاستفادة من كل الفوائد البدنية والنفسية والاجتماعية الذي يزخر بها النشاط البدني الرياضية التربوي.

الفصل الثاني

الممارسة الرياضية والإعاقة الحركية

1- الممارسة الرياضية:**تمهيد:**

لقد أصبحت الرياضة من أهم الأساليب في إعداد النشء لحياة عزيزة وكريمة وجزءا هاما من برنامج الإعداد لمجتمع أفضل، لأنها تستهدف نمو الشباب نموا متكاملا من النواحي العقلية، الاجتماعية، الصحية والخلاقية بقصد النهوض على المستوى الذي يمكنه من أن يعيش راضيا وسط جماعة تتصف بالعمل والإنتاج والتعاون، حتى يستطيع أن يعمل معها في بناء هذا المجتمع الهادف للرقى.

ولقد عرفت الرياضة انتشارا واسعا بفضل مجهودات الدولة والسهر دائما على نشرها وذلك بتوفير كافة الوسائل والمنشآت الرياضية التي بدورها تساهم في تطوير المردود الرياضي والممارسة الرياضية، لذا شرعت على نشر هذه المنشآت عبر الوطن خاصة داخل مؤسساتها الحكومية.

1-1- نبذة تاريخية عن الممارسة الرياضية:

لقد نشأت الممارسة بصورة تلقائية في العصر القديم، وذلك من خلال الآثار المكتشفة من الرسوم والنقوش التي خلفها المصريون القدماء والتي يعود تاريخها إلى 3000 سنة قبل الميلاد (أحمد مختار العابدي، 1971: 98)

وهذا أمر طبيعي وضروري لحياة الإنسان وبقائه، حيث كانت هناك محاولات لتعميم الممارسة الرياضية استجابة لمتطلبات الاستعداد للدفاع والقتال الذي كان يتطلب إعدادا بدنيا متقدما، كما حدث في بابل، الفرس والإغريق واسبرطة بالمثل.

بدأت الممارسة الرياضية تأخذ مكانها في عصر النهضة بتطوير المفهوم التربوي للإنسان حينما اعترف بها كمادة أساسية في المدارس، كما بدأ المجهود البدني يبذله الإنسان يقل تدريجيا حتى أصبح في بعض البلاد المتحضرة يقترب من العدم، وحتى الذين يقومون بمجهودات بدنية فإنها محدودة ومتكررة ولا تغطي جميع المفاصل وعضلات الجسم.

إن ممارسة الرياضة هي وليدة حاجة الإنسان الماسة للنشاط البدني في الحضارة

القائمة الهامة العقلية والجسدية الرياضية الطبيعية والبساطة والحياة. (علي عمر المنصور، 1980:

1-2-1- مفهوم الممارسة:

هو النشاط المنظم والموجه الذي تحكمه قواعد وأسس منظمة إلى إعداد الفرد إعدادا متكاملا (عقليا ونفسيا وبدنيا وثقافيا).

1-2-2- مفهوم الرياضة:

ففي تعريف لويدنز 1962 قال بأن الرياضة جزء من الثقافة الجسدية من خلال أنشطة إيقاعية قوية تتناول الجوانب الوظيفية البدنية والنفسية، ولقد أصبحت الرياضة العصب النابض للمجتمع كما فيها من فوائد جسدية وروحية إلى جانب ذلك تمثل مدرسة لإعداد الأجيال ذات أجسام صحيحة وعقول سليمة . (أسامة رياض، 2000: 06)

ذكر معجم أوكسفور أن كلمة رياضة Sport بالإنجليزية اشتقت من الكلمة الفرنسية القديمة exporter، كما عرفها بأنها التسلية الشخصية بالتمارين وهو ما عرف حديثا بالرياضة الترويحية.

1-2-3- مفهوم الممارسة الرياضية:

إن الممارسة الرياضية لها ميزة خاصة وهي اللعب، حيث يلتمس منها الممارس الراحة الجسمية والنفسية كتعبير عما هو شعوري ومكبوت، وكذا إبراز حريته ووجوده كفرد لم تمنح له الفرصة لإثبات نفسه. (فاير مهنا، 1987: 22)

وحسب Pierre Coubertin " هي حصيلة العمل العقلي الذي يتعود على الجهود المتواصلة ويعتمد على الرغبة في تحقيق التحسن التي بإمكانها أن تصل إلى درجة المجازفة.

حسب George Herbert فالرياضة هي كل أنواع التمارين والنشاطات البدنية التي يتمثل هدفها في تحقيق الفوز والنجاح وترتكز أساسا على فكرة التصارع ضد عنصر معروف مسافة ، مدة، حاجز. (Henri Lamour, 1986.p286)

1-2-4- تعريف الممارسة الرياضية:

فالممارسة الرياضية هي بمثابة نشاط حركي إرادي وحر، يهدف إلى انشراح في شخصية الفرد وتحضيره، وهي من حق كل فئات المجتمع بدون تمييز في العمر أو الجنس، وهي منظمة ومطورة في الأوساط الخارجية عن المدرسة على شكل نشاط بدني ورياضي حسب ساس البرامج المرسومة والموضوعة لتطبق من طرف الأجهزة العامة والخاصة. (الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية، 1995، العدد 17)

1-3-3 أشكال الممارسة الرياضية:**1-3-1- الممارسة الرياضية الترويحية:**

الترويح حالة انفعالية تنتج من شعور الفرد بالوجود الطيب في الحياة والرضا، ويتصف بمشاعر إيجابية كالإنجاز والانتعاش والنجاح والبهجة والقبول، وقيمة الذات، وهو بذلك يدعم الصورة الإيجابية لذات الفرد، كما أنه يحقق الأغراض الشخصية ويستجيب للخبرة الجمالية، ويتخذ الترويح أنشطة مستغلة لوقت الفراغ تكون مقبولة اجتماعيا.

وتتصل الرياضة اتصالا وثيقا بالترويح، ولعل الترويح هو أقدم النظم الاجتماعية ارتباطا بالرياضة ويعتقد رائد الترويح برايتيل Braythbil أن دور مؤسسات الترويح وأنشطة الفراغ في المجتمع المعاصر قد أصبحت كثيرة، وخاصة فيما يتعلق بالأنشطة البدنية الرياضية، بحيث تتوزع مشاركة الأفراد والجماعات في ضوء الاعتبارات المختلفة كالسن، الميول، ومستوى المهارة، الأمر الذي يعمل على تخطي هوة انفصال الأجيال وتضييق الفجوة بينهم، وبالتالي يربط المجتمع بشبكة من الاهتمامات والاتصالات من خلال الأسرة، مما ينتج قدرا كبيرا من التماسك والتفاهم، وإن هذا النوع من النشاط يهدف على إتاحة الفرصة للاسترخاء، وإزالة التوتر، وهذا بتحقيق الذات ونمو الشخصية والنضج الاجتماعي (أمين أنور الخولي، 1996، ص 193).

1-3-2- الممارسة الرياضية التنافسية:

يستخدم تعبير المنافسة تعبيرا موسعا وعريضا في الأوساط الرياضية، كما يستخدم بشكل عام خلال وصف عملياته، ويتحقق عندما يتنافس اثنين أو أكثر في سبيل تحقيق شيء ما أو هدف معين وعلى الرغم من أن الفرد إذا حقق غرضه بالتحديد، فإنه يحرم المنافسين الآخرين منه، إلا أنه يحرز بعض الأهداف إذا كافح وبذل مجهود. (أمين أنور الخولي، 1996، ص 194).

وعموما فإن الناس عندما يمارسون الرياضة، فغنهم يخوضون ضمن مفهوم التنافس الذي يحتوي على مشاعر كثيرا مما يعمد الناس إلى إخفائها، وعدم إبرازها بوضوح في الحياة العامة، لكن الرياضة لا تتجاهل هذه المشاعر بل تبرزها في إطارها الاجتماعي الصحيح، ويعتبر مفهوم المنافسة الأكثر ارتباطا بالممارسة الرياضية مع غيره من سائر أشكال النشاط

البدني، كالترويح واللعب، وقواعد التنافس بالتشريعات الرياضية، في حين أنه بالرغم من القيم المقبولة، كالتنافس النبيل والنزاهة، وبذلك نبتعد عن الصراع ومساومته. (أمين أنور الخولي، 1996، ص 194).

1-3-3- الممارسة الرياضية النفعية:

وهي معظم الأنشطة التي تعود بالفائدة على الفرد كالممارسة من الناحية النفسية والبدنية والاجتماعية والصحية، مع كل أنواع الممارسة الرياضة تعتبر نفعية كالنشاط الترويحي والنشاط التنافسي، إلا أن هناك أنواع أخرى هي بدورها نفعية ومن أهمها: التمرينات الصباحية لأنها لا تحتاج إلى مساحات كبيرة أو وقت طويل لإجرائها، التمرينات العلاجية التي تقدم في المراكز العلاجية لمختلف الفئات وتمرينات اللياقة من أجل الصحة، كالتمارين الخاصة بفئة المسنين، ورياضة المؤسسات والشركات التي تخصص لعمال الوحدات الإنتاجية أو القوات المسلحة أو الشرطة، ويهدف هذا النشاط إلى تحقيق أعباء العمل، وتطوير لياقتهم وصحتهم مع التمتع بأوقات الفراغ. (كمال درويش، أمين أنور الخولي، 1990، ص 43)

1-4- خصائص الممارسة الرياضية:

تتميز الممارسة الرياضية عن غيرها من الأنشطة الأخرى أنها متعددة المهام والأدوار حسب احتياجات الأفراد، يوجد من يتخذها ميدان لتنمية الجسمية وآخرون للترويح، فالممارسة الرياضية لا تتأسس على المنافسة بصورة تلقائية وبيس في مجال غالب ومغلوب، بصورة جادة ، مما تجعلها خالية من الصراع، وما يتبعه من مشاكل أخطار، فالممارسة الرياضية هي: (علي ي حي المنصور ، 1973ن ص 25)

- ظاهرة ترويفية بناءة تبرر بصفة سائدة من خلال الدوافع والاحتياجات الاجتماعية والماندرجة في الصعوبة دون الإرهاق أو إعياء ، ذلك أن المنافسة تتجه للاعتدال كحافز أو كغاية.
- ليس لها بالضرورة قوانين مسبقة ثابتة، لكن قواعد يمكن أن تتشكل طبقا لظروف المحيطة والمؤثرة كذلك للإمكانيات المتاحة، كما أنه ليس من أهدافها الرئيسية مقارنة بين المستويات، فهي نطاق إمكانية تحديدها بالمجهود المعتدل.

- يمكن أن تمارس في أي مكان مناسب وبأنواع من الغدوات والأجهزة المتاحة والبديلة، مما يجعلها اقتصادية التكاليف وفي مقدور الجميع مزاولتها.
- لا تمارس بالضرورة في حضور الآخرين بل يمكن للفرد أن يطبق برنامجها الملائم له بمفرده مع أسرته مع الآخرين في منزله حتى ولو كان في موقع آخر. (علي يحي المنصور، 1973، ص 25)

1-5- أهداف الممارسة الرياضية:

يعتقد البعض أن الرياضة تختص بتكوين الفرد من الناحية لبدنية فقط، ولكن هذا كافي فالفرد عبارة عن وحدة متكاملة غير منفصلة، حيث أكدت الاتجاهات العلمية الحديثة أن هناك وحدة بين جميع النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية، وأن أي نمو في ناحية من النواحي يتأثر ويؤثر في سائر النواحي الأخرى، فالعقل يؤثر على مجهود الجسم، والجسم بدوره يؤثر على مجهود العقل ولا يمكن فصل عمل الاثنين أو احدهما عن الآخر. (عواطف أبو العلاء، ص 35).

1-6- وظائف الممارسة الرياضية:

تعتبر الأنشطة الرياضية بمختلف أنواعها من بين الفرص الهامة لإشباع مختلف الحاجات التي يتطلبها النمو السليم لدى الشباب الذي يمر بمرحلة مليئة بالصراعات والتوترات المختلفة.

كما يمكن بفضل الرياضة في تطوير الصلة والروابط بين الشباب ومحيطه، حيث أنها تسمح له بالاندماج في جماعة تتناسب مع سنه وهويته.

1-6-1- الوظائف الجسمية:

لنشاطات الرياضية وظيفة جسمية، فالممارسة الرياضية تستوجب القيام بحركات جسمية مختلفة لغرض احتفاظ بصحة جيدة واستمرار النشاط والحيوية، فالرياضة تساعد في إتمام عملية الاحتراق الخلوي حتى تتسرب بعض الفضلات في أعضاء الإطار كالكليتين، فتتكون الحصيات مما يمنع تراكم حمض البوليك في الدم، كما أنها تطرد الفضلات الضارة من الجسم وتنظفه من السموم بدون حاجة إلى الأدوية الكاربوهيدراتية والدهنية حتى تزداد

الشهية للطعام وتقوى بسبب احتياج الجسم إلى الإكثار من الطعام والشراب واستنشاق الأوكسجين.

يحصل كل هذا عن طريق إفراز العرق والبول والهواء الخارج من اثلثتين وتقوية ضربات القلب وعمق التنفس وقوته، فالممارسة الرياضية وسيلة للنمو الجسمي والحركي، ويتمثل دورها في خلق قوة ورشاقة للجسم، حيث يكون الرياضي على استعداد للقيام بمختلف المهام المطلوبة منه بمرونة وخفة جسمية معتبرة كالجري بأكثر سرعة والرمي لأقصى حد ممكن، ومواجهة المنافس بقوة والسعي للحصول على أرقام قياسية ويشير "موست" إلى بعض مزايا الرياضة حيث اعتبرها وسيلة:

- استرجاع التمتع بالجسد والاهتمام به دون أي خجل.
- تؤدي إلى المرح الجسمي والراحة . (Most p , 1982 , p08)
- إعطاء قيمة للجسم وعدم استعماله كآلة فقط، بل إعطائه قصدية خاصة Finalité

1-6-2- الوظيفة النفسية:

إن للممارسة الرياضية أهمية كبيرة على التوازن النفسي، وقد أشار "بوي" إلى ذلك حيث يقول "الرياضة تظهر في مجملها كنسق واسع لترقية الأنا فهي تحقق في أعماقها نشاطا نفسيا أكثر من النشاط البدني".

تكمن مهمة الرياضة في تحفيز الفرد نفسيا حتى يتوافق مع المجتمع لبناء شخصية سوية كاملة وتسمح له بتحقيق ذاته والشعور بالحياة . (Bout. M, 1969, p 49-54)

إنها بالنسبة لعدد كبير من الناس وسيلة للتعبير الذي يمكن تحقيقه نحو القيم وأشخاص، وكذا إعطاء تصورات للنفس وبناء تجربة ذات معنى أين تجري فيها أمور عديدة وأحداث متنوعة. (Bout, M, 1969 , p 49-54)

نستخلص من هذا الغرض أن الممارسة الرياضية تمكن الفرد من أن ينقص من العدوانية من خلال الممارسة والتنفيذ، حيث يتخلص من عدوانيته المكبوتة عنده.

وأشار " م. بوي: إلى أن وظيفة الرياضة يمكن أن تكون عبارة عن تهذيب الغريزة العدوانية وإشباعها، أما القيم التي ترابط بهذه الوظيفة فهي الرشاقة، الشجاعة المجازفة، التحكم في الموقف.

إن دور الرياضة المتحكم في السلوكيات المكبوتة في أعماق الفرد، هذا الأخير يتعرض إلى إجابات مختلفة تدفعه إلى البحث عن وسيلة تمنح له الرضا والاطمئنان، لذ يمكن اعتبار الرياضة وسيلة تعويضية أحسن من غير الممارس لأي نشاط ، كما تتجلى مزايا النشاط البدني في استراحة الفرد من التعب والمؤثرات الأخرى. (Bout M, 1962, p) (447)

خلاصة:

من خلال هذا الفصل نأخذ بأن الرياضة هي تربية وتكوين مبنية على أسس علمية، ويكمن مفهومها بأنها عملية مهمة لدفع الفرد نحو النمو والتطور البدني، بحيث تكون وسيلة من التمرينات أو الاشتراك في منافسات في مختلف الرياضات لتنمية قدراته البدنية والعقلية، ومن أجل التسلية والترفيه وملئ أوقات الفراغ وانتقاء ومساعدة الموهوبين لبلوغ الشهرة والمكانة الرياضية وخلق التوازن الاجتماعي والترابط والاحتكاك داخل وخارج الوطن والسلم بيم المجتمعات المختلفة، ومن مهامها موجهة لجميع مراحل السن المختلفة، ولجميع العمال والشباب ومن أجل النهوض بمجتمع سليم يتولى القيام بمهام التنمية والترقية والازدهار للبلاد ففي مختلف النواحي والبيئات.

2- الإعاقة الحركية المكتسبة.

تمهيد:

الإعاقة الحركية تعد مشكلة جسمية وصحية مهما كانت المرحلة العمرية التي حدثت فيها، أو الأسباب التي نتجت عنها سواء أكانت خلقية أو مكتسبة، وهذه الأخيرة تحدث في الغالب نتيجة عوامل بيئية مختلفة وينجم عن الإعاقة العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية مما يتطلب عمليات تدخل وتكفل من الناحية النفسية والاجتماعية، وكذلك التأهل من الناحية الجسمية، يجعل المعاق يتقبل إعاقته ويتوافق معها.

2-1-1- مفهوم الإعاقة الحركية:

لقد وضعت منظمة الصحة العالمية 1980 تصنيفات عالمية للاعتلال والعجز والإعاقة تبين الفرق بين التصنيفات الثلاثة:

2-1-1- الاعتلال: هو أي فقدان أو شذوذ في البيئة أو الوظيفة النفسية أو الفيزيولوجية أو العضوية.

2-1-2- العجز: هو أي حد أو انعدام (نتاج عن اعتلال) لفترة على تأدية نشاط بالشكل أو في الإطار المعتبر طبيعياً بالنسبة للكائن البشري. (يوسف شلبي الزعمر، 2005:154)

2-1-3- الإعاقة: هو مصطلح يشير إلى الأثر الانعكاسي النفسي والاجتماعي أو الانفعالي أو المركب الناجم عن العجز الذي يمنع الفرد أو يحد من مقدرته على أداء دوره الاجتماعي المتوقع منه، والذي يعد طبيعياً بالنسبة لسنه ونوع جنسه وتبعاً للأوضاع الاجتماعية والثقافية، (عبد المطلب أمين القريطي، 2001:18)

2-2- تعريف المعاقين حركياً:

عرف "باتمان" وآخرون Battman et al المعاقين حر كياً بأنهم تلك الفئة من الأفراد الذي يتشكل لديهم عائق يحرّمهم من القدرة على القيام بوظائفهم الجسمية الحركية بشكل عادي، مما قد يستدعي توفير خدمات تربوية وطنية نفسية خاصة، ويقصد بالمعاق هنا أي إصابة سواء بسيطة أو شديدة تصيب الجهاز العصبي المركزي أو الهيكل العظمي أو العضلات. (سعيد كمال عبد ال حميد، 2009:239-240)

2-3- تعريف الإعاقة الحركية: هي حالات الأفراد الذين يعانون من خلل ما في قدرتهم الحركية أو نشاطهم الحركي، حيث يؤثر ذلك الخلل على مظاهر نموهم العقلي، والاجتماعي والانفعالي ويستدعي الحاجة إلى التربية الخاصة، (عصام حمدي الصفدي، 2007:52)

وقد تنتج الإعاقة الحركية أحياناً من مشكلات في العضلات أو العظام والمفاصل، ولكنها كثيراً ما تتجم عن مشكلة في الجهاز العصبي أو تلف فيه، وتكون لإعاقة أنماط مختلفة ويتوقف النمط على الجزء المصاب من الجهاز العصبي. (انشرح المشرفي، 2009:303)

3-أسباب الإعاقة الحركية:

هناك العديد من الأسباب المؤدية إلى الإعاقة الحركية سواء أكانت هذه الأسباب مكتسبة أي مستمدة من البيئة أو من الوراثة ومن هذه الأسباب:

3-1-نقص الأوكسجين عن دماغ الطفل: سواء أكان هذا الطفل في مرحلة ما قبل الولادة أو أثناءها أو بعدها لأنت ذلك يؤدي إلى الشلل.

3-2-العوامل الوراثية: أي خلل في الكروموسومات ينتقل من الآباء إلى الأبناء ، حيث يحدث هذا الخلل إعاقة جسدية لدى الطفل حديث الولادة.

3-3-عامل الرزوس (RH) : نعني به اختلاف دم الأم عن دم الجنين.

3-4-الخداج: وولادة أطفال الخداج تعني عدم اكتمال نموهم وذلك بسبب ولادتهم قبل اكتمال المدة الزمنية . (صالح حسن الداھري، 2005:62)

3-5-أسباب ما قبل ولادة الطفل: مثل تعرض الجنين للعدوى الفيروسية وال بكتيرية كالجذري، التهاب الكبد الوبائي، الحصبة الألمانية والزهري، كذلك تعرض الجنين لإشعاعات أو الاستعمال السيئ للأدوية والتدخين وإدمان المخدرات، كما أن سن الأم الحامل له علاقة احتمالية لحدوث الإعاقة ، وكثرة الحمل المتعاقب للأمهات مع سوء التغذية وانعدام الرعاية أثناء الحمل قد يفسح المجال لولادات مشوهة.

3-6-أسباب أثناء الولادة: كالولادة العسيرة التي تعرض الطفل للإصابة في الجهاز العصبي، وأيضا وضع المشيمة الذي قد يؤدي إلى اختناق الجنين، استخدام الملاقط في الولادة يؤدي أيضا إلى إصابة نخاع الطفل.

بالإضافة إلى الأمراض المرتبطة بالولادة وسوء التغذية وخاصة بالنسبة للأطفال الصغار يعد عاملا من عوامل التعرض للإعاقة، كما أن الولادة الطويلة أو الطلق السريع يؤدي إلى اضطرابات في عملية التمثيل الغذائي في خلايا المخ.

3-7-أسباب ما بعد الولادة: تعد الحوادث من الأسباب التي تؤدي إلى إصابة الأطفال بالتلف المخي علاوة على الإصابة في الأطراف في منطقة الرأس والإصابات الجسمية المباشرة، كذلك قد يتعرض عدد من الأطفال لنوع من العجز الدائم نتيجة للعدوى أو بعض الأمراض العصبية.

3-8- ومن الأسباب المؤدية إلى الإعاقة الحركية أيضا الأمراض الجسمية والحركية غير المعدية وترجع لأسباب بيئية مثل انزلاق الغضروفي والروماتيزم، والشلل الناشئ عن الحوادث أو السكتة الدماغية،... إلخ، وحوادث الطريق والمرور، حوادث العمل والحوادث المنزلية. (السيد فهمي علي محمد، 2008: 35-36).

4- خصائص المعاقين حركيا:

يتميز المعاقون حركيا بالعديد من الخصائص بوضوح في سلوكياتهم وتصرفاتهم مما يجعل الآخرون يعرفون أن أولئك الأشخاص لديهم وضع غير طبيعي ومن أهم هذه الخصائص:

4-1- الخصائص الجسمية: يتصف الأشخاص المعاقين حركيا بنواحي العجز المختلفة في اضطراب ونمو عضلات الجسم التي تشمل اليدين والأصابع والقدمين والعمود الفقري، والصعوبات تتصف بعدم التوازن في الجلوس والوقوف وعدم مرونة العضلات الناتجة عن أمراض مثل: الروماتيزم والكسور وغيرها.

وقد تكون ناتجة عن اضطرابات في الجهاز العصبي المركزي، ومن مشاكلهم الجسمية أيضا: هشاشة العظام والتوائها، ومشاكل في الجسم وشكل العظام، ومشاكل في عضلات الجسم كالوهن العضلي، عدم وجود توتر مناسب في العضلات وارتخائها، الأمر الذي يترتب عليه عدم قدرتهم على حمل الأجسام الثقيلة مثل الأسوياء. (عبد المنصف حسن رشوان، 2006: 16-17)

4-2- الخصائص النفسية: لخص العالم "كليميك، Klimike (1968) بعض الخصائص

- والسمات النفسية لمعاقين في المؤتمر الثامن لرعاية المعاقين علم 1968 كالاتي:
- الشعور الزائد بالنقص، الشعور برفض الذات ومن ثم كراهيتها ليتولد لديه دائما شعور واضح بالدونية مما يعيق تكيفه.
- الشعور الزائد بالعجز مما يولد لديه الإحساس بالضعف والاستسلام للإعاقة وسلوك سلبي اعتمادا، (عبد المحي محمود حسن صالح، 2002: 313).
- عدم الشعور بالأمن مما يولد لديه الإحساس بالقلق والخوف من المجهول والرفض والعدوانية والانطوائية. (عبد الرحمن سيد سليمان، 2001: 203)

- الشعور بعدم الاتزان الانفعالي مما يولد حالات الخيال والانسحاب والمخاوف الوهمية.

تظهر لديه مظاهر سلوكية دفاعية مثل التعويض والإسقاط والأفعال العكسية والتبرير كميكانيزمات دفاعية، (ريان سليم وعمار سالم الخزري، 2007:42)

4-3- الخصائص الاجتماعية: يتسم المعاق حركيا بالخجل والانطواء، ويعاني من مشكلات هامة تواجهه في الطعام وأيضا في التبول، ويمتازون بالضعف الاجتماعي، والأفكار المحيطة لذواتهم ونظرتهم إلى المجتمع نظرة دونية، لأن هذا المجتمع من منظورهم ينظر إليهم على أنهم عجزة ولا يستطيعون القيام بالأعمال بشكل صحيح، وشعورهم الذاتي بعدم قدرتهم على المشاركة الاجتماعية واعتمادهم على الآخرين وعدم تحملهم المسؤولية اتجاه أنفسهم، ومن المظاهر فقدان الشهية أيضا أو الإفراط في الطعام مما يؤدي إلى السمنة، وهذا يؤثر تأثيرا عكسيا على أجسامهم.

4-4- الخصائص المهنية: يتصف الإنسان المعاق حركيا بعدم قدرته على الالتحاق بأي عمل بسبب العجز الجسمي الموجود فيه وهم غير قادرين على القيام بالأعمال التي يقوم بها الإنسان لعادي.

كما تحد إعاقته من استعدادهم وميولهم وقدراتهم المهنية التي يرغبون فيها إلى الابتعاد عن العمل وعدم الرغبة في تشغيلهم بسبب تدني إنجازهم وعطائهم. (صالح حسن الداھري، المرجع نفسه: 63-65)

5- تصنيفات الإعاقة:

لقد اعتمدت العديد من التصنيفات للإعاقة الحركية من بينها التصنيف القائم على الأسباب المؤدية للإعاقة وتتمثل في:

5-1- الإعاقة الحركية الخلقية: وهي تلك الإعاقات التي تولد مع الطفل وتكتشف منذ الولادة أو بعد الولادة وتعود أسبابها غالبا إلى الوراثة، وهي عبارة عن إعاقة عضوية يترتب عليها وظيفة عضو أو أكثر من أطراف الجسم منذ ولادته، أو ولادته ناقص الأطراف مثل نقوس الساقين (القدم الحنفاء)، هشاشة العظام، الأطراف القصيرة والمعقودة والمشوهة، والشلل بكافة أنواعه وغير ذلك.

5-2- الإعاقة الحركية المكتسبة: وهي تلك الإعاقات التي لا تولد مع الطفل وتحدث له في مراحل الطفولة المختلفة أو حتى للكبار وغالبا أسبابها بيئية. (السيد فهمي علي محمد، المرجع نفسه: 25)

6- الإعاقة الحركية المكتسبة:

6-1- تعريف الإعاقة الحركية المكتسبة: وهي عبارة عن خلل أو عجز في القدرة الحركية أو النشاط الحركي، لا تولد مع الفرد وتصيبه خلال مرحلة عمرية ما، وتكون غالبا ذات أسباب بيئية كالحوادث والأمراض، وينجم عنها تأثير على حالة الفرد المعاق الجسمية والنفسية. (عبد المجيد حسن الطائي، 2007: 29)

7- أنواع الإعاقة الحركية المكتسبة:

توجد العديد من أنواع الإعاقة الحركية المكتسبة ونذكر منها:

7-1- الشلل الدماغي: هو خلل في حركة الجسم أو في شكل القوائم أو كليهما نتيجة إصابة أو أكثر في الجهاز العصبي المركزي (المخ)، يؤدي إلى خلل في كفاءة الجهازين العضلي والعصبي وقصور أداء العضلات اللاإرادية، وهو من الأمراض التي لا علاج لها ولا تزداد شدتها مع مرور الوقت، فهي حالات مستقرة ويتجه أسلوب التعامل معها إلى تحسين وظائف الخلايا العصبية واستغلال الإمكانيات الجسمية المتوافرة بأفضل صورة ممكنة. (حسن محمد النواصرة، 2006: 75)

ويقسم الدماغى وفقا للأجزاء المتأثرة بالشلل إلى:

أ- الشلل النصفى السفلى: وتتأثر بالشلل الأطراف السفلى فقط في حين تؤدي الأطراف العليا وظيفتها بشكل أفضل.

ب- الشلل النصفى الجانبي: ويتأثر بالشلل جانب واحد من الجسم متضمنا الطرف العلوي والسفلى معا، وفي أغلب الأحيان يتأثر الجانب الأيمن.

ج- الشلل الثلاثي: تتأثر بالشلل ثلاثة أطراف تكون في العادة الرجلين وذراع.

د- الشلل الأحادي: تتأثر بالشلل طرف واحد، وهو نادر الحدوث نسبيا.

هـ- الشلل الرباعي: تتأثر بالشلل جميع الأطراف الأربعة للجسم، (عبد الحكيم بن جواد المطر، 1996: 16-17)

7-2- الشلل النصفي: وهو أحد أكثر مسبب للإعاقات الحركية في العالم، وبحيث نتيجة انفجار أحد الأوعية الدموية المعنية في حجيرات الدماغ نتيجة ارتفاع في الضغط أو مرض السكري أو عدة أمراض أخرى كتصلب الشرايين، أو نزيف بالدماغ وبالنتيجة يؤدي إلى شلل في جهة واحدة من جسم الإنسان، وبذلك يسمى بالشلل النصفي، يبدأ الشلل في الحالة الحادة بشلل رخوي ومن ثم تدريجياً تبدأ العضلات بالتبليس وتصبح الأطراف المصابة متيبسة كلياً، وقد تؤدي حركات غير إرادية، قد يتحسن المريض بعد الإصابة ولكن نسبة التحسن بطيئة وقد لا تصل إلى التحسن الكامل. (عصام حمدي الصفدي، المرجع نفسه، 89)

7-3- التهاب المفاصل: مرض حاد ومؤلم في المفاصل والأنسجة المحيطة بها، ما ينجم عنه تورم، وهي تيبس خاصة في الصباح. (جمال الخطيب، منى الحديدي، 2004: 16) وتؤدي إصابة المفاصل الشديدة إلى إتلاف العظام والأنسجة والأوعية الدموية المحيطة بها، وتظهر التهابات المفاصل من خلال ظهور تورم المفاصل والأنسجة وتؤدي إلى الآلام المستمرة، وحدث تشوهات وعاهات لدى الفرد الذي يعاني من التهاب المفاصل.

7-4- التهاب العظام: وهي التي تحدث في مراحل العمر المتأخرة والمتوسطة، وبخاصة عند الأفراد الذين يعانون من إصابات الهيكل العظمي، ومن يتعرضون للحوادث المختلفة، وتؤدي الإصابة بالالتهابات إلى الانزلاق الغضروفي وتآكله، (سعيد كمال عبد الحميد، 2009: 245)

7-5- اضطرابات العمود الفقري: تمثل حالات اضطرابات العمود الفقري مظهراً آخرًا مميزاً من مظاهر الإعاقة الحركية، وذلك نتيجة لما يتصل بهذا الاضطراب من خلل في القدرة الحركية للفرد، ويقصد باضطرابات العمود الفقري ذلك الخلل الذي يصيب النمو السوي للعمود الفقري من منطقة الرأس حتى نهاية العمود الفقري. (فاروق الروسان، 1998: 242). وتكون الإصابة بها على مستوى المنطقة العنقية، فقرات المنطقة الصدرية، فقرات المنطقة القطنية. (أسامة رياض، ناهد احمد عبد الرحيم، 2001: 23)

7-6-الكسور: وهي تخلخل تماسك النسيج العظمي، وبالتالي يؤدي إلى انفصاله إما جزئياً أو كلياً نتيجة تعرضه لإصابات ميكانيكية. (ماجدة السيد عبيد، 1999: 108) هناك ثلاثة أنواع من الكسور وهي:

أ- الكسور المغلقة (البسيطة): وهي التي لا يكون لها أي اتصال بالمحيط الخارجي أي لا يكون مصحوباً بجرح خارجي، وهذا يعني عدم إيصال الكسر لخارج الجلد المحيط به.
ب- الكسور المفتوحة (المضاعفة): وهي تلك الكسور التي يصاحبها تلف وتمزق الجلد، وفي هذه الحالة يكون الكسر على درجة من الخطورة بسبب تعرضه للعدوى والتلوث.
ج- الكسر المختلط: وهو من أشد أنواع الكسور، وهو كسر عظمي مصاحب بقطع أوردة وأعصاب وأنسجة عظمية، (عصام حمدي الصفدي، المرجع السابق: ص 107)

7-7-البتر: يعرف طبياً بأنه فصل أحد الطرفين السفليين أو العلويين بشكل جزئي أو كامل عن الجسم، وذلك كنوع من العلاج أو لتخليص الجسم من عاهة، ويعرف بأنه حالة من العجز يفقد الفرد فيها أحد أطرافه أو بعضها أو كلها. (عبد المجيد حسن الطائي، المرجع السابق، ص 46)

8-أسباب الإعاقة الحركية المكتسبة:

- الأورام الخبيثة في الدماغ، والسرطان العظمي.
- الأمراض المزمنة كارتفاع ضغط الدم، السكري.
- التهاب العظام والكسور التي يستحيل إعادة العظم إلى وضعه وتعفن الأنسجة المحيطة.
- الحوادث والإصابات المختلفة، فعندما يتعرض الفرد لظروف كهذه فإنه يفقد فيها بعض أجزاء جسمه أو تفقد القدرة على القيام بوظيفتها مثل حوادث المرور، أو حوادث العمل بسبب الآلات والعمل في المصانع وحوادث المنزل، (عصام حمدي الصفدي، مرجع سابق: 91)

- الحروب وأشكال الدمار والأوبئة والمجاعات.
- الكوارث الطبيعية كالزلازل والفيضانات.
- الإصابات الرياضية.
- السموم مثل التي تنتج عن دخول أو أكسيد الكربون إلى الجسم، أو عن طريق استنشاق مواد اللصق أو التعرض لرصاص.

- الحروق الشديدة على مستوى بعض الأطراف ما يفقدها القدرة على تأدية وظيفتها بشكل سليم. (مدحت أبو النصر، 2005: 79-80)

خلاصة:

الإعاقة الحركية المكتسبة بمختلف أنواعها كالشلل الدماغى والبتر والشلل النصفي وغيرها، تنعكس على الشخص المعاق على عدة مستويات النفسية منها والاجتماعية، مما يستدعي الرعاية الخاصة عن طريق التكفل النفسى والتأهيل الجسدى والدمج الاجتماعى والمهنى.

الجانب الميداني

الفصل الأول

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

تمهيد:

يعتبر الجانب الميداني الأكثر أهمية في موضوع الدراسة فهو يدعم ما جاء في الجانب النظري، ويثبت صحة أو خطأ الافتراضات المقترحة، فعلى كل باحث القيام بجمع البيانات المتعلقة بموضوع دراسته، ثم تبويبها في جداول بيانية وتحليلها وتفسيرها على ضوء ما جاء في الفرضيات وسنحاول في هذا الفصل المزج بين النظري وما يطابقه ويخدمه في الجانب الميداني، بناء على ذلك، وبعد الانتهاء من تحليل الإجراءات المنهجية للبحث من منهج ، عينة الدراسة وأدوات جمع البيانات، ثم القيام بتفريغ البيانات التي تم الحصول عليها عن طريق أداة البحث في جداول بيانية ثم التعليق عليها وتحليلها، وتقديم اقتراحات وحلول مستقبلية لها، عرضناها على أساس الفرضيات المطروحة للدراسة لنخرج في الأخير بنتائج عامة.

1-1- منهج البحث:

اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وذلك بما يتلاءم وطبيعة الدراسة. حيث يقوم المنهج الوصفي كغيره من المناهج الأخرى على عدة مراحل أهمها التعرف مشكلة البحث وتحديد ما ووضع الفروض واختيار الفئة المناسبة واختيار أساليب جمع البيانات وإعدادها ووضع قواعد لتصنيف البيانات، ووضع النتائج وتحليلها في عبارات واضحة، ومحاولة استخلاص تعميمات ذات مغزى تؤدي إلى تقدم المعرفة" (ديو لدان دالين ترجمة محمد نبيل و نوفل و آخرون، 1984، صفحة 313)

1-2- مجتمع عينة البحث:

إن اختيار عينة البحث على جانب كبير من الأهمية بحيث تتوقف عليها أمور كثيرة فعليها تتوقف كلالقياسات والنتائج التي يخرج بها الباحث من بحثه وفي الكثير من الأحيان يضطر الباحث إلى إجراء بحثه على عينة صغيرة من المجتمع لأن إجراء البحث على المجتمع كله يكلف جهدا ومالا كثيرين فالبحث عن طريق العينة هو في الحقيقة اختصار للوقت والجهد والمال وهذا من شأنه تخفيض تكاليف البحث إضافة إلى استخدام أسلوب العينة يسهل من عملية السرعة في جمع وتحليل وتلخيص البيانات للحصول على النتائج بسرعة ممكنة. (مصطفى، 2009، صفحة 59).

حيث تمثل مجتمع عينة البحث بمراكز المعاقين حركيا حوالي (55)

اخترنا منهم 40 معاقا، تم توزيعهم إلى مجموعتين، مجموعة تمارس الأنشطة الرياضية ومجموعة غير ممارسة. وهذا كما هو مبين في الجدول رقم (01).

جدول رقم 01 يوضح توزيع عينة البحث

الأفراد غير الممارسين	الأفراد الممارسين	
22	18	العدد
40		المجموع الكلي

1-4- مجالات البحث:

- المجال البشري: أجريت الدراسة على الأفراد المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي 18 فرد وغير الممارسين للنشاط الرياضي 22 فرد.

• **المجال المكاني:** أجريت الدراسة على مستوى المراكز البيداغوجية للمعاقين بمدينة تيارت.

• **المجال الزمني:** فترة الدراسة النظرية من بداية شهر أكتوبر 2015 حتى شهر يناير 2016. فترة الدراسة التطبيقية من بداية شهر فبراير إلى شهر أبريل 2016.

1-5- أدوات البحث: لإجراء أي بحث لابد من الاستعانة بمجموعة من الوسائل والأدوات التي تؤدي إلى انجاز هذا البحث فقد اعتمدنا في بحثنا هذا على أدوات تمثلت فيما يلي:

• **المصادر والمراجع:** الإلمام النظري حول موضوع البحث من خلال الدراسة في كل المصادر والمراجع العربية والأجنبية، شبكة الانترنت، معرض الكتاب، ديوان المطبوعات الجامعية.

الاستبيان: يعد من الأدوات المسحية الهامة لتجميع البيانات المرتبطة بموضوع معين من خلال إعداد مجموعة من الأسئلة المكتوبة يقوم المبحوث بالإجابة عليها بنفسه ومن أهم التعريفات والتفسيرات المذكورة في مجال البحث لمصطلح الاستبيان في أبسط صورة هو عبارة عن عدد من الأسئلة المحددة تعرض على عينة من الأفراد ويطلب إليهم الإجابة عنها كتابة فلا يتطلب الأمر شرحا شفويا مباشرا أو تفسيرا من الباحث وتكتب الأسئلة وتطبع على ما يسمى استمارة الاستبيان (زكي، طرق ومناهج البحث العلمي، صفحة 146) - وقد استخدم الطالبان الباحثان مقياس "عطية محمد هنا" للتوافق النفسي والاجتماعي (1965) بعد تكيفه حسب موضوع الدراسة ليشمل أبعاد المحاور التالية:

بعد التوافق النفسي

• محور 1: اعتماد المعاق على نفسه

- محور 2: إحساس المعاق بقيمته
- محور 3: شعور المعاق بحريته
- محور 4: شعور المعاق بالانتماء
- محور 5: تحرر المعاق من الميل إلى الانفراد
- محور 6: خلو المعاق من الأعراض العصابية

بعد التوافق الاجتماعي

- محور 1: اعتراف المعاق بالمستويات الاجتماعية
- محور 2: اكتساب المعاق لمهارات اجتماعية
- محور 3: تحرر المعاق من الميول المضادة للمجتمع
- محور 4: علاقات المعاق بأسرته
- محور 5: علاقة المعاق بمحيطه
- محور 6: علاقة المعاق بالبيئة المحلية

تضمن الاستخبار 180 عبارة (90 عبارة لكل بعد) بعد التعديل والتحكيم والضبط لكل بعد بما يتناسب وموضوع الدراسة وكل بعد من البعدان السابق توضيحهما تمثله في 6 محاور بعبارات محددة (15 عبارات لكل محور) ويقوم الفرد بالإجابة على عبارات الاستخبار على مقياس ثلاثي الدرجات بعبارات موجبة تصحح بتدرج التنقيط التالي (3) ينطبق علي تماما، 2 ينطبق علي أحيانا، 1 لا ينطبق علي أبدا) وأخرى سالبة تصحح بتدرج التنقيط التالي (1 ينطبق علي تماما، 2 ينطبق علي أحيانا 3، لا ينطبق علي أبدا).

• الأسس العلمية للاستبيان: من أجل ضبط الأسس العلمية للاستبيان (المقياس) من صدق وثبات وموضوعية قمنا بتوزيع هذا المقياس على بعض الدكاترة والأساتذة في معهد التربية البدنية والرياضية وهذا خدمة للبحث من أجل صدق المحكمين وكذا التحقق من أن العبارات المعدلة من المقياس الأصلي تصلح وتخدم موضوع الدراسة.

جدول رقم 02 أسماء الأساتذة والدكاترة المحكمين

الاسم واللقب	الرقم
د. زرف محمد	1
د. كحلي كمال	2
د. شارف سي العربي	3
د. عتوتي نور الدين	4
د أحمد مصطفى	5

التجربة الاستطلاعية: في إطار ضبط إجراءات البحث وتحديد طريقة سيره قام الطالبان بالتوجه إلى تنفيذ التجربة الاستطلاعية التي جاءت مقدمة للدراسة الميدانية الرئيسية حيث وزع الطالبان الاستبيان بعد تحكيمة على مجموعة من المعاقين حركيا والذين كان عددهم 10 لتتم دراسة القصد منها ما يلي:

• ثبات وصدق الاستبيان: وزع الطالبان الاستبيان بغرض التعرف على مدى صدق وثبات الأداة المستخدمة في هذا البحث العلمي من خلال القياس وإعادة القياس بعد فترة زمنية قليلة محددة قدرت بأسبوع مع الحفاظ على بعض الظروف الممكن الحفاظ عليها والتي جاءت نتائجها كالتالي:

جدول رقم 03: يوضح ثبات وصدق المقياس (ن=10)

معامل الصدق	معامل الثبات	المعالجات الإحصائية للاستبيان	
0.81	0.65	المحور الأول	بعد التوافق النفسي
0.81	0.65	المحور الثاني	
0.82	0.67	المحور الثالث	
0.85	0.72	المحور الرابع	
0.83	0.68	المحور الخامس	
0.81	0.65	المحور السادس	
0.93	0.86	المحور الأول	بعد التوافق الاجتماعي
0.87	0.75	المحور الثاني	
0.86	0.73	المحور الثالث	
0.86	0.73	المحور الرابع	
0.91	0.82	المحور الخامس	
0.83	0.68	المحور السادس	

مستوى الدلالة عند (0.01) = 0.592 عند (0.05) = 0.441

يتضح من خلال الجدول رقم (00) أن معاملات الارتباط بين درجات القياس

الأول ودرجات القياس الثاني لكل بعد دالة معنوية مما يؤكد على أن المقياس على درجة عالية من الثبات والصدق.

1-6- الدراسة الإحصائية:

تعطينا الدراسة الإحصائية دقة أكثر في النتائج الميدانية تتم ترجمة هذه النتائج إلى أرقام تعتمد لاستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كذا واستعملت الأدوات الإحصائية التالية:

- مقاييس النزعة المركزية
- مقاييس التشتت
- اختبار دلالة الفروق ت ستيودنت
- النسبة المئوية

الفصل الثاني

عرض وتحليل النتائج

2- عرض وتحليل النتائج:

2-1-1- عرض وتحليل نتائج قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث

2-1-1-2- عرض وتحليل نتائج قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث

الممارسة

• محاور بعد التوافق النفسي

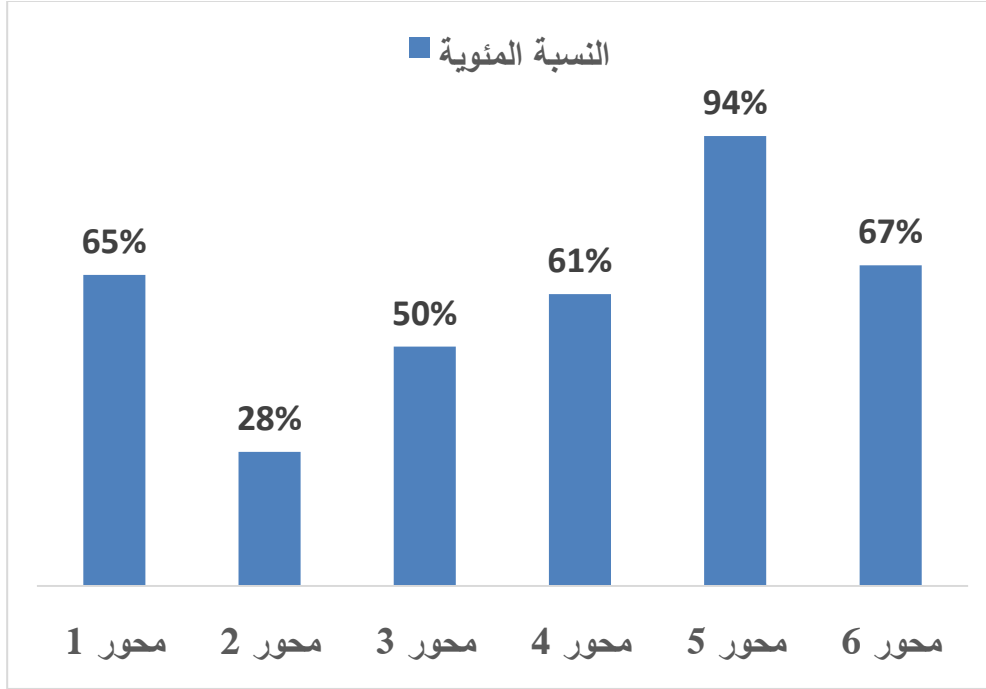
جدول رقم 04 يوضح نتائج قياس محاور بعد التوافق النفسي لعينة البحث الممارسة

التقييم العالي	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
65%	29	1.35	28.77	محور 1
28%	28	1.99	28.27	محور 2
50%	25.5	2.56	25.72	محور 3
61%	25	1.94	25.33	محور 4
94%	23	1.62	24.05	محور 5
67%	25	2.08	25.72	محور 6

من خلال الجدول رقم 04 أعلاه والذي يوضح نتائج قياس محاور بعد التوافق النفسي لعينة البحث المتمثلة في المعاقين الممارسين للنشاط الرياضي حيث أتت المتوسطات الحسابية وانحرافاتها المعيارية لمحاور بعد القياس على التوالي:

- 1.35 ± 28.77 لمحور اعتماد المعاق على نفسه (1) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 29 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 65%.
- 1.99 ± 28.27 لمحور إحساس المعاق بقيمته (2) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 28 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 28%.
- 2.56 ± 25.72 لمحور شعور المعاق بحريته (3) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 25.5 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 50%.
- 25.33 ± 1.94 لمحور شعور المعاق بالانتماء (4) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 25 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 61%.
- 24.05 ± 1.62 لمحور تحرر المعاق من الميل إلى الانفراد (5) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 23 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 94%.
- 25.72 ± 2.08 لمحور خلو المعاق من الأمراض العصابية (6) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 25 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 67%، و الشكل البياني الموالي يبين فارق النسب في التقييم.

الشكل البياني رقم 01 : يبين نسب قياس محاور بعد التوافق النفسي لعينة البحث
الممارسة



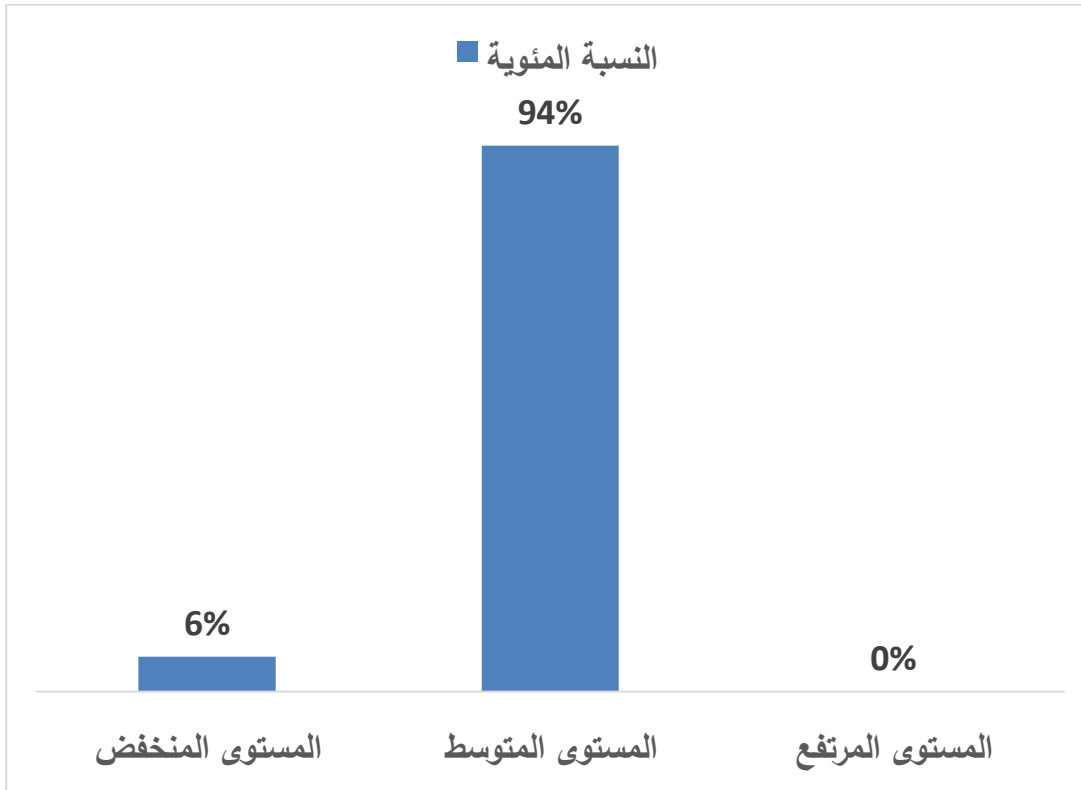
• بعد التوافق النفسي:

جدول رقم 05: يوضح نتائج قياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث الممارسة

التقييم العالي	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
50%	157.5	2.88	157.88	التوافق النفسي
مرتفع	متوسط	منخفض		مستوى القياس
0%	94%	6%		النسبة المئوية
270	210	150	90	
مرتفع	متوسط	منخفض		

من خلال الجدول رقم 05 أعلاه والذي يوضح نتائج قياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث المتمثلة في المعاقين الممارسين للنشاط الرياضي حيث قدر المتوسط الحسابي للبعد بـ 157.88 وبتباين معياري قدره 2.88 لتبلغ نسبة التقييم العالي 50% استنادا على قيمة الوسيط الذي حدد بـ 157.5، في حين كانت النسب المحددة لمستوى القياس النظري بين المستوى المنخفض بنسبة 6% والمستوى المتوسط بنسبة 94%، أما نسبة التحديد للمستوى المرتفع فقد كانت منعدمة، والشكل البياني الموالي يبين فارق النسب في التقييم.

الشكل البياني رقم 02: يبين نسب قياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث الممارسة



• محاور بعد التوافق الاجتماعي

جدول رقم 06 يوضح نتائج قياس محاور بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث
الممارسة

التقييم العالي	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
67%	28	1.60	28.11	محور 1
50%	27.5	1.65	27.16	محور 2
65%	19	1.39	18.77	محور 3
63%	25	1.86	25.05	محور 4
61%	25	2.88	25.11	محور 5
62%	25	2.79	25.05	محور 6

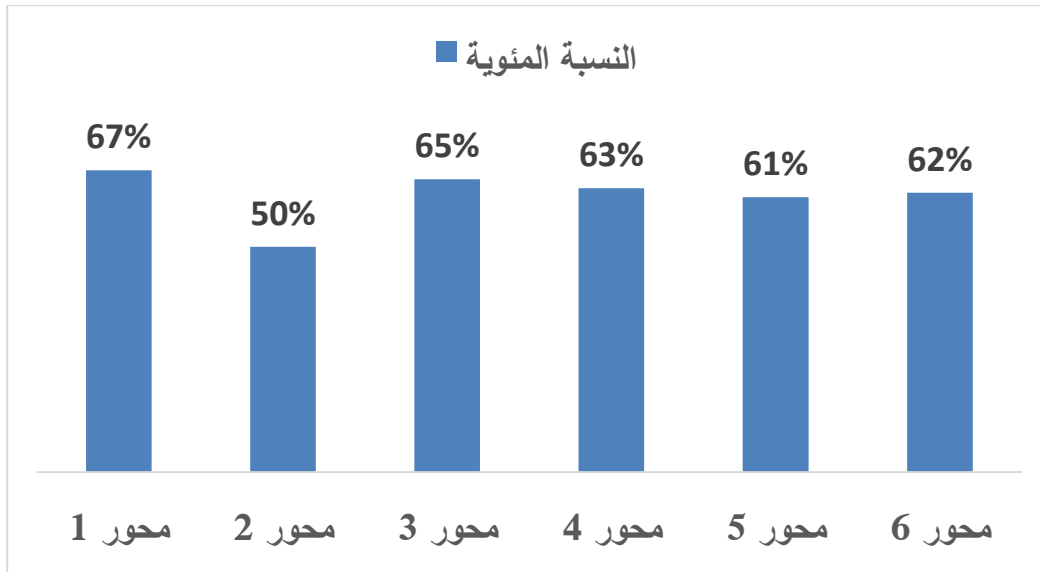
من خلال الجدول رقم 06 أعلاه والذي يوضح نتائج قياس محاور بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث المتمثلة في المعاقين الممارسين للنشاط الرياضي حيث أتت المتوسطات الحسابية وانحرافاتها المعيارية لمحاور بعد القياس على التوالي:

• 28.11 ± 1.60 لمحور اعتراف المعاق بالمسؤولية الاجتماعية (1) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 28 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 67%.

• 27.16 ± 1.65 لمحور اكتساب المعاق للمهارات الاجتماعية (2) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 27.5 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 50%.

- 18.77 ± 1.39 لمحور تحرر المعاق من الميول المضادة للمجتمع (3) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 19 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 65%.
 - 25.05 ± 1.86 لمحور علاقات المعاق بأسرته (4) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 25 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 63%.
 - 25.11 ± 2.88 لمحور علاقة المعاق بمحيطه (5) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 25 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 61%.
 - 25.05 ± 2.79 لمحور علاقات المعاق بالبيئة المحلية (6) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 25 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 62%، و الشكل البياني الموالي يبين فارق النسب في التقييم.
- الشكل البياني رقم 03: يبين نسب قياس محاور بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث

الممارسة



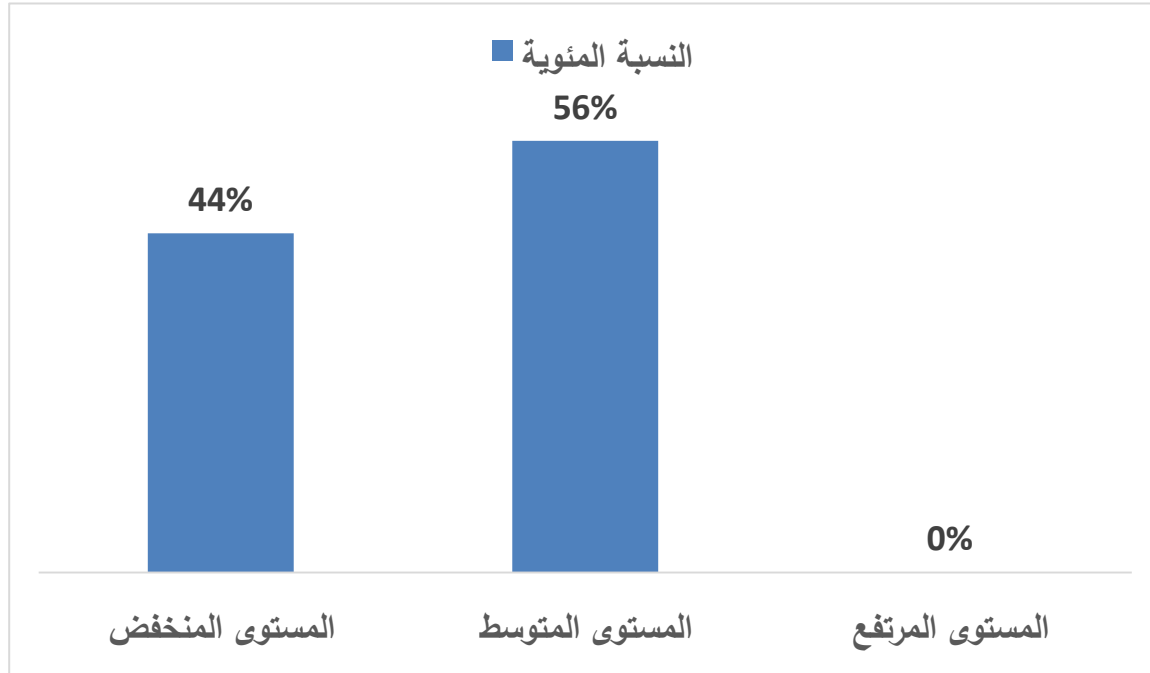
• بعد التوافق الاجتماعي:

جدول رقم 07: يوضح نتائج قياس بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث الممارسة

التقييم العالي	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
56%	150	3.36	149.27	التوافق الاجتماعي
مرتفع	متوسط	منخفض		مستوى القياس
0%	56%	44%		النسبة المئوية
270	210	150	90	
	مرتفع	متوسط	منخفض	

من خلال الجدول رقم 07 أعلاه والذي يوضح نتائج قياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث المتمثلة في المعاقين الممارسين للنشاط الرياضي حيث قدر المتوسط الحسابي للبعد بـ 149.27 وانحراف معياري قدره 3.36 لتبلغ نسبة التقييم العالي 56% استنادا على قيمة الوسيط الذي حدد بـ 150، في حين كانت النسب المحددة لمستوى القياس النظري بين المستوى المنخفض بنسبة 44% والمستوى المتوسط بنسبة 56%، أما نسبة التحديد للمستوى المرتفع فقد كانت منعدمة، والشكل البياني الموالي يبين فارق النسب في التقييم.

الشكل البياني رقم 04: يوضح نتائج قياس بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث
الممارسة



• التوافق النفسي والاجتماعي

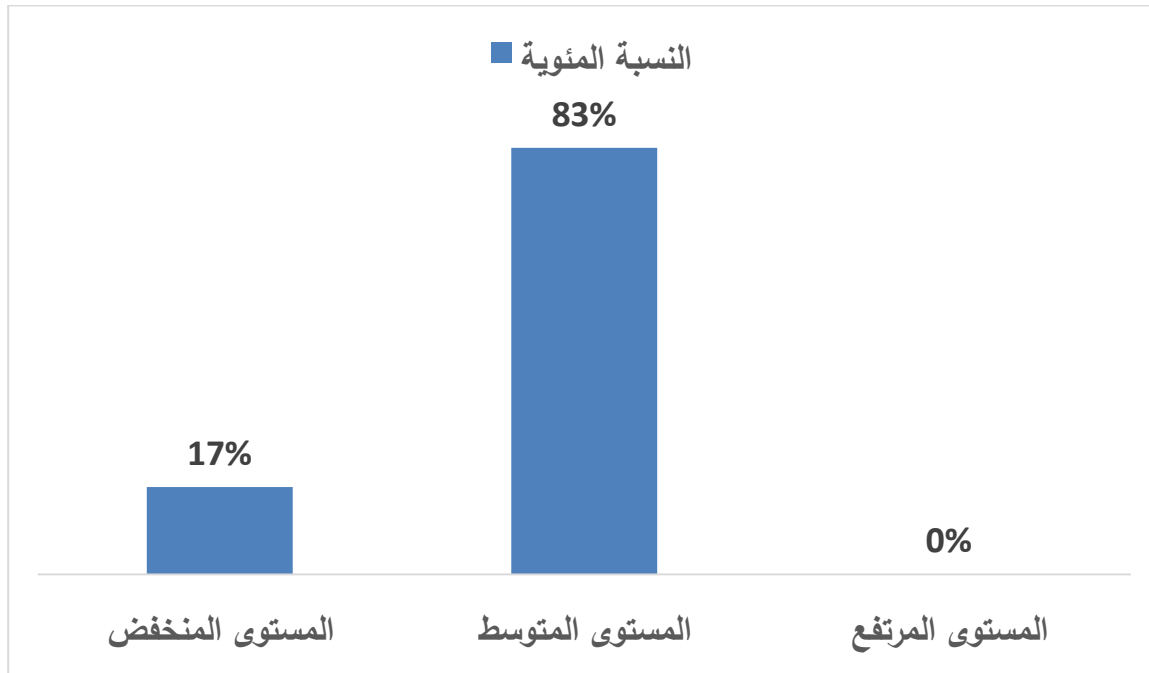
جدول رقم 08: يوضح نتائج قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث الممارسة

الانحراف المعياري		المتوسط الحسابي		التوافق النفسي والاجتماعي
3.86		307.16		
مرتفع	متوسط	منخفض	مستوى القياس	
%0	%83	%17	النسبة المئوية	
540		420	300	180
مرتفع		متوسط	منخفض	

من خلال الجدول رقم 08 أعلاه والذي يوضح نتائج قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث الممارسة والتي حدد متوسط الحسابي بـ 307.16 وانحراف

معياري قدره 3.86 لتبلغ مستويات التقييم استنادا على مستوى القياس النظري 17% بالنسبة للمستوى المنخفض و 83 % بالنسبة للمستوى المتوسط، في حين كانت نسبة التقييم للمستوى المرتفع منعدمة، والشكل البياني الموالي يبين فارق النسب في التقييم.

الشكل البياني رقم 05 يبين نسب قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث
الممارسة



2-1 - عرض وتحليل نتائج قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث غير
الممارسة

• محاور بعد التوافق النفسي

جدول رقم 09: يوضح نتائج قياس محاور بعد التوافق النفسي لعينة البحث غير الممارسة

التقييم العالي	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
58%	23	1.90	23.22	محور 1
59%	22	2.05	21.36	محور 2
54%	19	1.45	18.13	محور 3
55%	18	1.91	17.63	محور 4
90%	19	1.05	19.40	محور 5
77%	20	1.67	20.13	محور 6

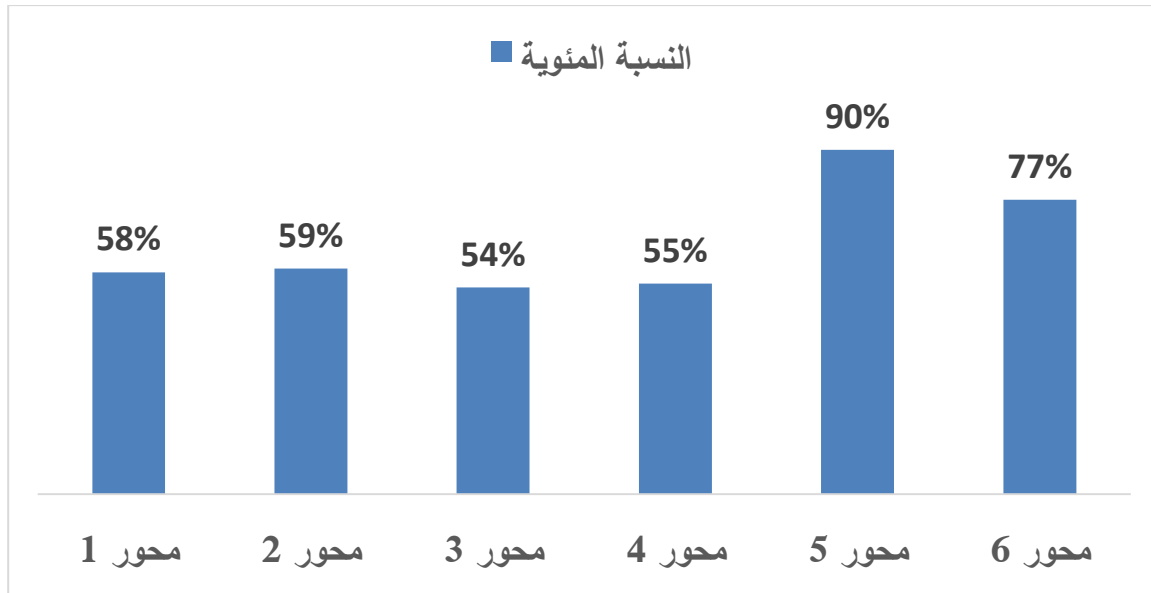
من خلال الجدول رقم 09 أعلاه والذي يوضح نتائج قياس محاور بعد التوافق النفسي لعينة البحث المتمثلة في المعاقين غير الممارسين للنشاط الرياضي حيث أنت المتوسطات الحسابية وانحرافات المعيارية لمحاور بعد القياس على التوالي:

• 23.22 ± 1.90 لمحور اعتماد المعاق على نفسه (1) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 23 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 58%.

• 21.36 ± 2.05 لمحور إحساس المعاق بقيمته (2) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 22 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 59%.

- 18.13 ± 1.45 لمحور شعور المعاق بحريته (3) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 19 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 54%.
- 17.63 ± 1.91 لمحور شعور المعاق بالانتماء (4) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 18 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 55%.
- 19.40 ± 1.05 لمحور تحرر المعاق من الميل الى الانفراد (5) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 19 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 90%.
- 20.13 ± 1.67 لمحور خلو المعاق من الأمراض العصابية (6) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 20 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 77%، و الشكل البياني الموالي يبين فارق النسب في التقييم.

الشكل البياني رقم 06 يبين نسب قياس محاور بعد التوافق النفسي لعينة البحث غير الممارسة



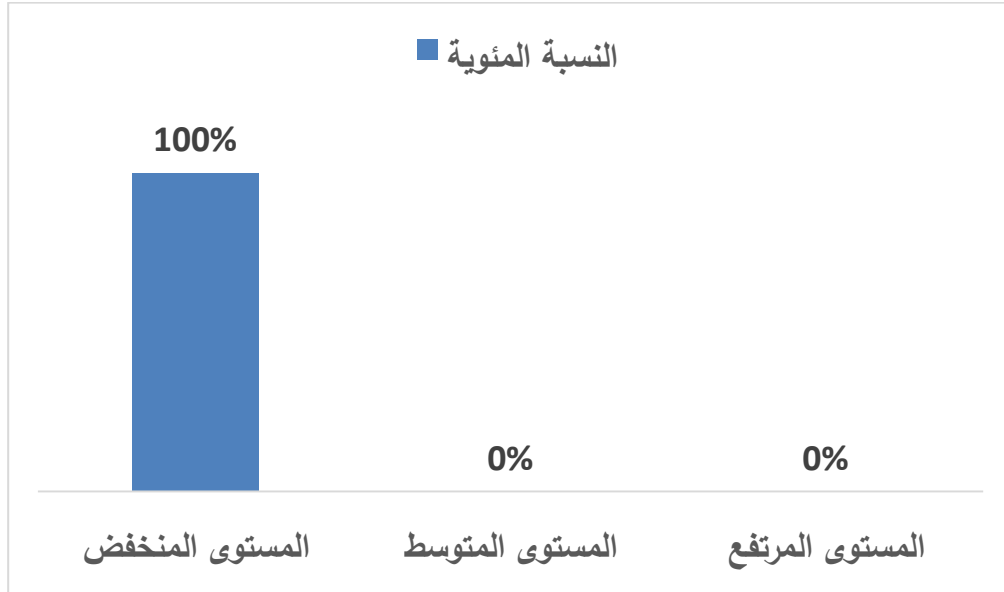
• بعد التوافق النفسي:

جدول رقم 10: يوضح نتائج قياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث غير الممارسة

التقييم العالي	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
55%	120	1.97	119.90	التوافق النفسي
مرتفع	متوسط	منخفض		مستوى القياس
0%	0%	100%		النسبة المئوية
270	210	150	90	
	مرتفع	متوسط	منخفض	

من خلال الجدول رقم 10 أعلاه والذي يوضح نتائج قياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث المتمثلة في المعاقين غير الممارسين للنشاط الرياضي حيث قدر المتوسط الحسابي للبعد بـ 119.90 وانحراف معياري قدره 1.97 لتبلغ نسبة التقييم العالي 55% استنادا على قيمة الوسيط الذي حدد بـ 120، في حين كانت النسب المحددة لمستوى القياس النظري في المستوى المنخفض بنسبة 100%، اما نسبة التحديد للمستوى المرتفع والمستوى المتوسط فقد كانت منعدمة، والشكل البياني الموالي يبين فارق النسب في التقييم.

الشكل البياني رقم 07: يبين نسب قياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث غير الممارسة



• محاور بعد التوافق الاجتماعي

جدول رقم 11: يوضح نتائج قياس محاور بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث غير الممارسة

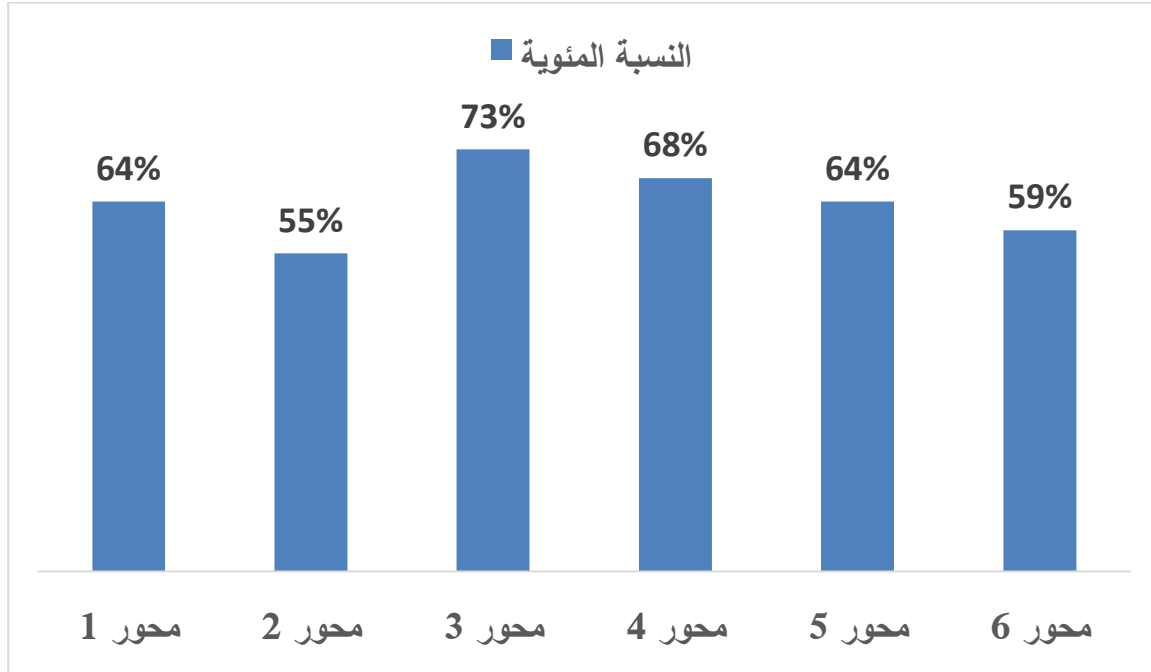
التقييم العالي	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	محور
%64	25	2.96	24.86	محور 1
%55	28	1.82	26.90	محور 2
%73	18	1.04	17.95	محور 3
%68	24	3.22	23.68	محور 4
%64	19	2.02	19.27	محور 5
%59	18	1.95	17.77	محور 6

من خلال الجدول رقم 11 أعلاه والذي يوضح نتائج قياس محاور بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث المتمثلة في المعاقين غير الممارسين للنشاط الرياضي حيث أتت المتوسطات الحسابية وانحرافات المعيارية لمحاور بعد القياس على التوالي:

- 2.96 ± 24.86 لمحور اعتراف المعاق بالمسؤولية الاجتماعية (1) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 25 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 64%.
- 1.82 ± 26.90 لمحور اكتساب المعاق للمهارات الاجتماعية (2) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 28 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 55%.
- 1.04 ± 17.95 لمحور تحرر المعاق من الميول المضادة للمجتمع (3) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 18 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 73%.
- 3.22 ± 23.68 لمحور علاقات المعاق بأسرته (4) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 24 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 68%.
- 2.02 ± 19.27 لمحور علاقة المعاق بمحيطه (5) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 19 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 64%.
- 1.95 ± 17.77 لمحور علاقات المعاق بالبيئة المحلية (6) حيث كان الوسيط الحسابي للقيم المسجلة محدد بـ 18 لتمثل نسبة التقييم العالي استنادا على قيمة الوسيط بالنسبة المئوية البالغة 59%، والشكل البياني الموالي يبين فارق النسب في التقييم.

الشكل البياني رقم 08: يبين نسب قياس محاور بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث

غير الممارسة



• بعد التوافق الاجتماعي:

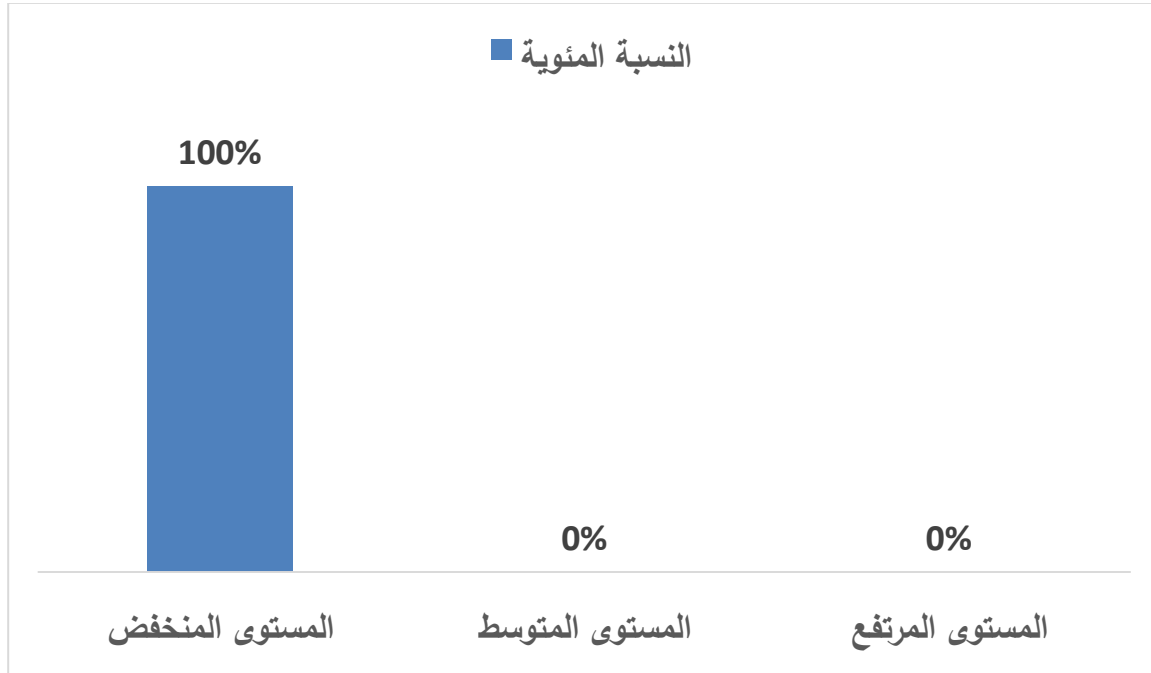
جدول رقم 12: يوضح نتائج قياس بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث غير الممارسة

التقييم العالي	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
50%	130.5	3.68	130.45	التوافق الاجتماعي
مرتفع	متوسط	منخفض		مستوى القياس
0%	0%	100%		النسبة المئوية
270	210	150	90	
	مرتفع	متوسط	منخفض	

من خلال الجدول رقم 12 أعلاه والذي يوضح نتائج قياس بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث المتمثلة في المعاقين غير الممارسين للنشاط الرياضي حيث قدر المتوسط الحسابي للبعد بـ 130.45 وانحراف معياري قدره 3.68 لتبلغ نسبة التقييم العالي 50% استنادا على قيمة الوسيط الذي حدد بـ 130.5، في حين كانت النسب المحددة لمستوى

القياس النظري في المستوى المنخفض بنسبة 100%، اما نسبة التحديد للمستوى المرتفع والمستوى المتوسط فقد كانت منعدمة، والشكل البياني الموالي يبين فارق النسب في التقييم.

الشكل البياني رقم 09: يبين نسب نتائج قياس بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث غير الممارسة



• التوافق النفسي والاجتماعي

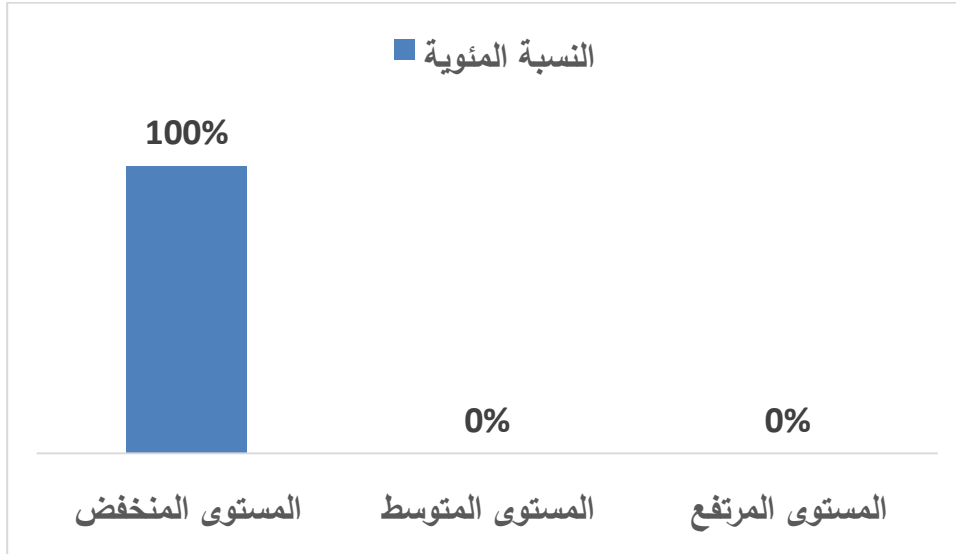
جدول رقم 13: يوضح نتائج قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث غير الممارسة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
-------------------	-----------------

5.23		250.36		التوافق النفسي والاجتماعي
مرتفع	متوسط	منخفض	مستوى القياس	
%0	%0	%100	النسبة المئوية	
540	420	300	180	
مرتفع		متوسط	منخفض	

من خلال الجدول رقم 13 أعلاه والذي يوضح نتائج قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث الممارسة والتي حدد متوسط الحسابي بـ 250.36 وياحرف معياري قدره 5.23 لتبلغ مستويات التقييم استنادا على مستوى القياس النظري 100 % بالنسبة للمستوى المنخفض، في حين كانت نسبة التقييم للمستوى المتوسط والمستوى المرتفع منعدمة، والشكل البياني الموالي يبين فارق النسب في التقييم.

الشكل البياني رقم 10: يبين نسب قياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث غير الممارسة



2-1-3- عرض وتحليل نتائج المقارنة لقياس التوافق النفسي والاجتماعي بين العينة الممارسة وغير الممارسة بعد التوافق النفسي

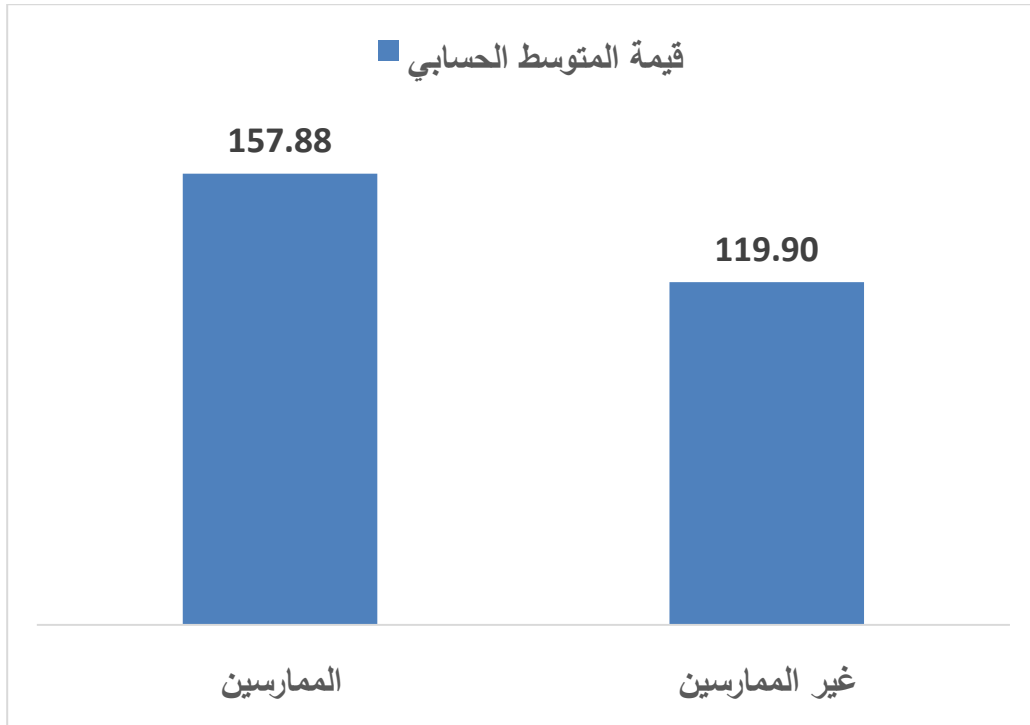
جدول رقم 14 يوضح نتائج المقارنة لقياس بعد التوافق النفسي لعينة البحث (الممارسة/غير الممارسة)

الدلالة الاحصائية	ت الجدولية	ت المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دال	2.03	8.94	2.88	157.88	الممارسين
			1.97	119.90	غير الممارسين

من خلال الجدول رقم 14 أعلاه و الذي يوضح نتائج المقارنة استنادا على اختبار ت لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية و الذي طبق على العينتين الممارسة وغير الممارسين من المعاقين حركيا في قياس بعد التوافق النفسي ،حيث قدر المتوسط

الحسابي لبعء التوافق النفسي للعيئة الممارسة بـ 157.88 و بانحراف معياري قدره 2.88 في حين بلغ المتوسط الحسابي للعيئة غير الممارسة 119.90 و بانحراف معياري قدره 1.97 ،لتاتي نتيجة اختبار دلالة الفروق المحسوبة في المقارنة بين المتوسطات الحسابية لكلا العيئتين الممارسة و غير الممارسة و التي بلغت 8.94 أكبر من القيمة الجدولية لها ،و هو ما يؤكد الدلالة الإحصائية لصالح العيئة الممارسة .

الشكل البياني رقم 11: يبين فرق المتوسطات الحسابية لقياس بعء التوافق النفسي لعيئة البحث (الممارسة/غير الممارسة)



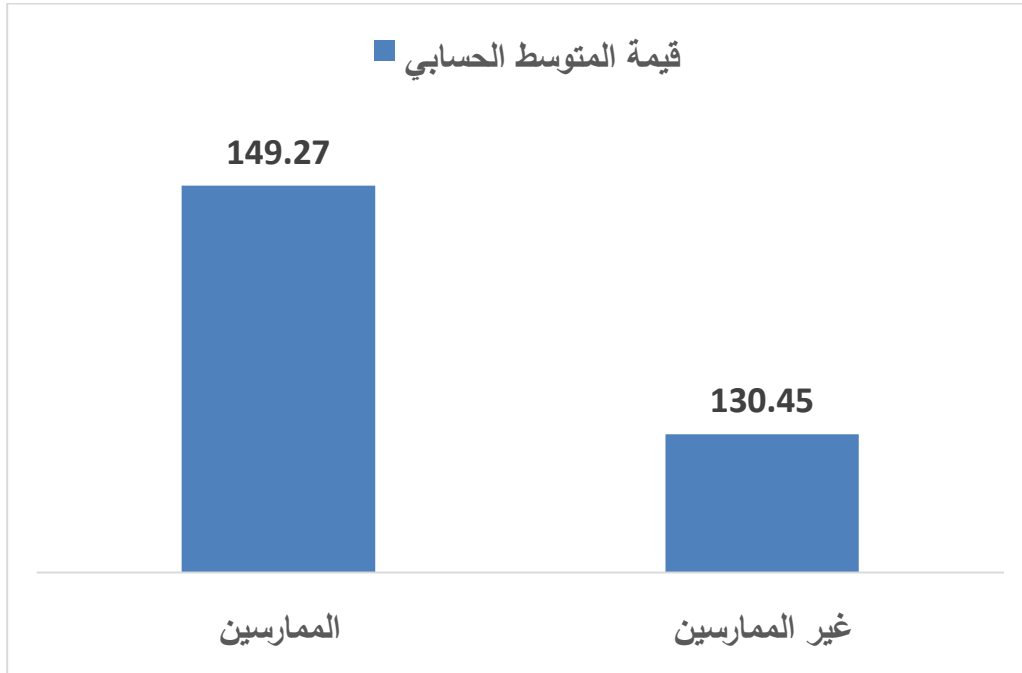
• بعء التوافق الاجتماعي

جدول رقم 15: يوضح نتائج المقارنة لقياس بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث (الممارسة/غير الممارسة)

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة الإحصائية
149.27	3.68	2.67	2.03	دال
130.45	3.36			

من خلال الجدول رقم 15 أعلاه و الذي يوضح نتائج المقارنة استنادا على اختبار ت لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية و الذي طبق على العينتين الممارسة و غير الممارسين من المعاقين حركيا في قياس بعد التوافق الاجتماعي ،حيث قدر المتوسط الحسابي لبعد التوافق الاجتماعي للعينة الممارسة بـ 149.27 و بانحراف معياري قدره 3.68 في حين بلغ المتوسط الحسابي للعينة غير الممارسة 130.45 و بانحراف معياري قدره 3.36، لتأتي نتيجة اختبار دلالة الفروق المحسوبة في المقارنة بين المتوسطات الحسابية لكلا العينتين الممارسة و غير الممارسة و التي بلغت 2.67 أكبر من القيمة الجدولية لها ،و هو ما يؤكد الدلالة الإحصائية لصالح العينة الممارسة .

الشكل البياني رقم 12: يبين فرق المتوسطات الحسابية لقياس بعد التوافق الاجتماعي لعينة البحث (الممارسة/غير الممارسة)



• التوافق النفسي والاجتماعي

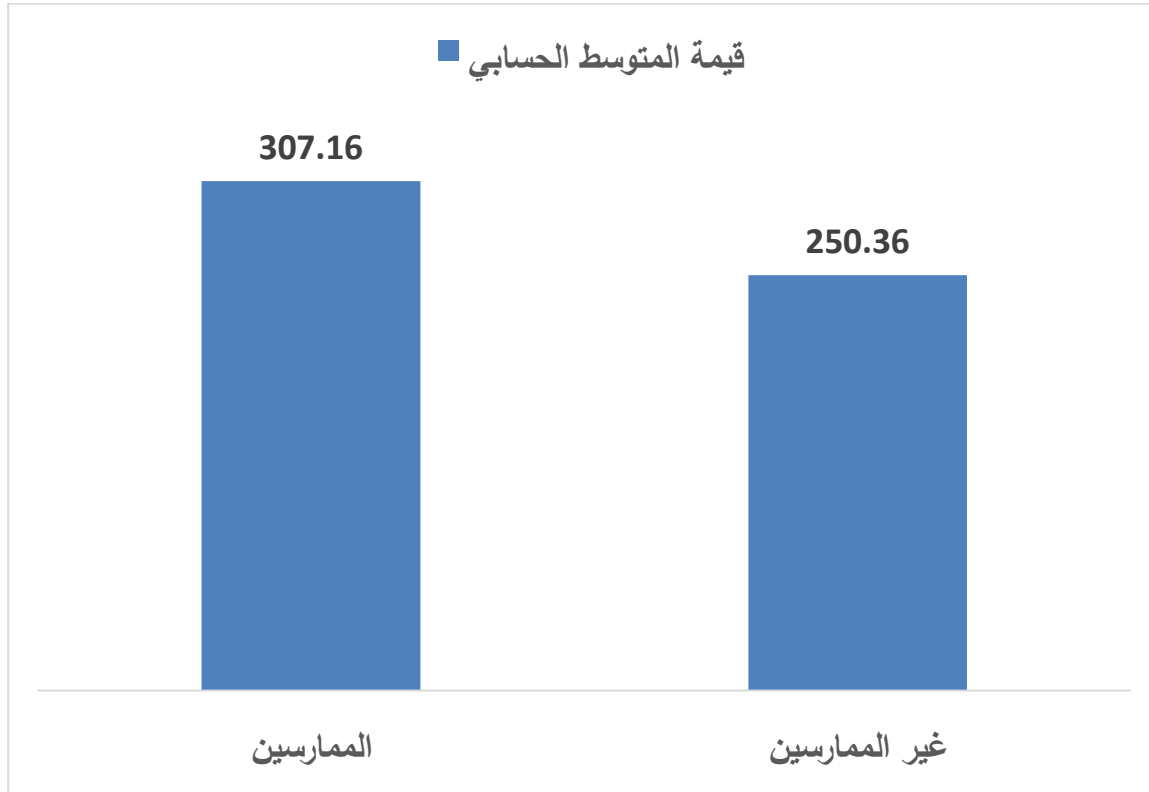
جدول رقم 16: يوضح نتائج المقارنة لقياس التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث (الممارسة/غير الممارسة)

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة الاحصائية
307.16	3.86	5.84	2.03	دال
250.36	5.23			

من خلال الجدول رقم 16 أعلاه و الذي يوضح نتائج المقارنة استنادا على اختبار ت لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية و الذي طبق على العينتين الممارسة و غير الممارسين من المعاقين حركيا في قياس التوافق النفسي و الاجتماعي ،حيث قدر

المتوسط الحسابي لقياس التوافق النفسي و الاجتماعي للعينة الممارسة بـ 307.16 و بانحراف معياري قدره 3.86 في حين بلغ المتوسط الحسابي للعينة غير الممارسة 250.36 و بانحراف معياري قدره 5.23 ، لتأتي نتيجة اختبار دلالة الفروق المحسوبة في المقارنة بين المتوسطات الحسابية لكلا العينتين الممارسة و غير الممارسة و التي بلغت 5.84 أكبر من القيمة الجدولية لها ، و هو ما يؤكد الدلالة الإحصائية لصالح العينة الممارسة .

الشكل البياني رقم 13: يبين فرق المتوسطات الحسابية لقياس بعد التوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث (الممارسة/غير الممارسة)



2-2-الاستنتاجات:

- مستوى قياس بعد التوافق النفسي للعينة الممارسة متوسط لـ 94% من العينة ومنخفض لـ 6% من العينة

- مستوى قياس بعد التوافق الاجتماعي للعيينة الممارسة متوسط لـ 56 % من العينة ومنخفض لـ 44 % من العينة
- مستوى قياس بعد التوافق النفسي والاجتماعي للعيينة الممارسة متوسط
- مستوى قياس بعد التوافق النفسي للعيينة غير الممارسة منخفض للعيينة ككل
- مستوى قياس بعد التوافق الاجتماعي للعيينة غير الممارسة منخفض للعيينة ككل
- مستوى قياس بعد التوافق النفسي والاجتماعي للعيينة غير الممارسة منخفض للعيينة ككل
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الممارسة وغير الممارسة في قياس مستوى التوافق النفسي
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الممارسة وغير الممارسة في قياس مستوى التوافق الاجتماعي
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الممارسة وغير الممارسة في قياس مستوى التوافق النفسي والاجتماعي

2-3- مناقشة الفرضيات:

- الفرض 1: تحدد نسب تقييم قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة) الممارسين للنشاط الرياضي بالمرتفعة من خلال المعالجة الإحصائية للجداول (04 إلى 08) يتأكد لنا نفي الفرض الصفري المدون أعلاه في أن نسب تقييم قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي بالمرتفعة، ليتأكد اثبات الفرض البديل والذي يدلي بأن نسب التقييم لقياس مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-28 سنة) الممارسين للنشاط الرياضي متوسطة. وهذه النتيجة تتطابق مع دراسة عطية.

• **الفرض 2:** تحدد نسب تقييم قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة) غير الممارسين للنشاط الرياضي بالمنخفضة.

من خلال المعالجة الإحصائية للجداول (09 إلى 13) يتأكد لنا إثبات الفرض الصفري المدون أعلاه في أن نسب تقييم قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة) غير الممارسين للنشاط الرياضي منخفضة.

• **الفرض 3:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة) بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي لصالح الممارسين.

من خلال المعالجة الإحصائية للجداول (14 إلى 16) يتأكد لنا إثبات الفرض الصفري المدون أعلاه في وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا (18-22 سنة) بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي لصالح العينة الممارسة ذات مستوى القياس المتوسط.

2-4- الخلاصة العامة:

على ضوء ما جاء في الدراسة النظرية في كون أن النشاط البدني الرياضي يكسب الممارسين درجة عالية من القدرة على التوافق النفسي، وبالتالي يستطيع الفرد الممارس أن يتوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه ويؤثر ويتأثر به. وهذه أكبر علامة على الصحة النفسية العالية. فهذه الأنشطة تكسب الفرد المرح و السعادة وحسن قضاء الوقت الحر الذي يؤدي إلى سعادة الفرد وصحة المجتمع. (باهي، 2006، صفحة 37) فممارسة هذا النشاط تساعد في تكوين الشخصية المتزنة و التي تتصف بالشمول والتكامل. كما أنها تتيح الكثير الاحتياجات النفسية للفرد كالشعور بالذات و الاتزان الانفعالي، والتحكم في النفس وانخفاض التوتر. وتكسب الممارس المرح والسعادة. والتفاعل مع الآخرين والتماسك والمشاركة والانتماء. كما تتيح فرصا لنمو العلاقات الطيبة

كالصداقة والألفة والامتنال والمسايرة لنظم المجتمع ومعاييره. (الخولي، 1998، صفحة 135)

ومن خلال نتائج البحث قيد الدراسة عملنا على إبراز مستوى قياس التوافق النفسي و الاجتماعي لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي و غير الممارسين له حتى نأتي بعدها للمقارنة بين القياسين قصد إيضاح انعكاسات الممارسة الرياضية على كلا القياسين ،من أجل هذا أتينا في دراستنا هذه الى تقسيمها على بابين أولهما الباب الخاص بالدراسة النظرية و الذي جمعنا فيه فصلين جاء أولها يخص بالذكر التوافق النفسي و الاجتماعي، اما فصلها الثاني فقد خص الألعاب الفردية و الجماعية المأخوذة قصد البحث وأما الباب الثاني من الدراسة فكان لجانبها التطبيقي ،حيث بعد الدراسة و التقصي و معالجة بيانات و معطيات إجابات عينة البحث على المقياس المتمثل كوسيلة وأداة بحث الموضوع أتى الطالبان على تحقيق نتائج اثباتية تفر بتحديد مستوى قياس التوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين حركيا (18-22 سنة) الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي .

فاعتمادا على أسس و رؤيا قدمها الطالبان نظريا كمقدمة للدخول في البحث الميداني من خلال العرض النظري لمواصفات موضوع البحث وخصائصه، بحث تمثلت عينة البحث في المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي وكان عددهم 18 في حين كان عدد العينة غير الممارسة للنشاط الرياضي هو 22 معاق حركيا غير ممارس ،مع العلم أن الممارسة الرياضية للعينة الممارسة كانت بممارسة نشاط كرة السلة على الكراسي المتحركة ليعتمد الطالبان على الفرضيات المستقبلية ويؤكدانها عن طريقة المعالجة الاحصائية لبيانات البحث و يدلى بتحقيق الفرضيات الأولية التي قدمها بداية في البحث من خلال تعريف موضوعه ،قد توصل الطالبان إلى تحديد مستوى قياس التوافق النفسي والاجتماعي للعينة الممارسة بالمتوسط أما في حين كان مستوى القياس للعينة غير الممارسة منخفض وهذا استنادا على المستوى النظري للقياس ،بعدها وضح الطالبان وأكدوا دلالة الفروق بين

القياسين وارتفاع مستوى القياس بالنسبة للعينة الممارسة مقارنة بالعينة غير الممارسة اعتمادا على المعالجة الإحصائية، ليوصي الطالبان في الأخير على ضرورة الاهتمام بالممارسة الرياضية للمعاقين حركيا وهذا قصد التأهيل النفسي الشخصي والاندماج في المجتمع حتى يتمكنوا من ممارسة مختلف النشاطات الاجتماعية دون عقدة أو خلل وهذا من خلال تحفيز المعاقين حركيا إلى الاتجاه نحو الممارسة للنشاط الرياضي وكذا ضبط و تحديد سلبيات قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاقين حركيا غير الممارسين.

2-5- التوصيات:

- على ضوء النتائج المتوصل إليها من خلال الدراسة يوصي الباحثان بما يلي:
- ضرورة الاهتمام بالأنشطة الرياضية الخاصة بفئة المعاقين، وتوفير كل الوسائل اللازمة لها، لما لهذه الأنشطة من فوائد من شأنها تساعد الفرد المعاق على التوافق مع ذاته ومع بيئته المحيطة.
- فتح المجال لجميع المعاقين ومساعدتهم للمشاركة في هذه الأنشطة لتنمية و تطوير رغباتهم وميولهم، ولتحسين مستوى الصحة البدنية وال نفسية لديهم.
- على القائمين بإعداد البرامج والمناهج الخاصة بالمعاقين وضع برنامج خاص بهم لإشراكهم في هذا النشاط بما يتناسب مع مستوياتهم الصحية والبدنية.
- الاهتمام بتدريس خصائص واحتياجات هذه المرحلة العمرية بشكل دقيق ومفصل،لما لهذه الفترة من أهمية، وهذا بالجامعات والمعاهد الخاصة بعلم النشاطات البدنية والرياضية.
- توعية أولياء أمور الفرد المعاق بمدى أهمية النشاط البدني الرياضي في تنمية وتطوير الصحة البدنية وال نفسية، وذلك لغرض زيادة الاهتمام بهذا النشاط، وتشجيع أبنائهم على الممارسة.

- إجراء دراسات أخرى تتضمن المقارنة بين مختلف الإعاقات ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي.

- 1- أحمد عزت راجح: أصول علم النفس، ط10، القاهرة المكتب المصري الحديث، 1976م
- 2- أحمد محمد صالح وآخرون: الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية، ط1، مركز الاسكندرية للكتاب، 2000.
- 3- أحمد مختار العابدي، دار الفكر العربي، ط 1، 1971.
- 4- أسامة كامل راتب، النمو الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- 5- أسامة رياض، دار النشر للطباعة والنشر، د ط، 2000.
- 6- أسامة رياض، ناهد احمد عبد الرحيم:، القياس والتأهيل الحركي للمعاقين، ط12، دار الفكر العربي، مصر، 2001.
- 7- أسامة كمال، دار الثقافة ، المغرب، دط، 2004.
- 8- إبراهيم أحمد أبو زيد، سيكولوجية الذات والتوافق دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية سنة 1987.
- 9- أشرف محمد عبد الغني شريت: الصحة النفسية بين النظري والتطبيقات الإجرائية، مؤسة حورس الدولية لنشر والتوزيع، الإسكندرية، 2006.
- 10- أمين أنور الخولي، سيكولوجية الذات والتوافق دار المعرفة الجامعية، 1996
- 11- انشراح المشرفي اكتشاف المبكر لإعاقات الطفولة، دط، مؤسة حورس الدولية للنشر والتوزيع، الإسكندرية، 2009.
- 12- بهاء الدين ابراهيم سلامة، الصحة والتربية الصحية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996.
- 13- تواتي: الإعاقة الحركية ، دار النشر والتوزيع ، الأردن، 2008 .
- 14- جمال الخطيب، منى الحديدي، د ط، 2004 .
- 15- حامد زهران: الصحة النفسية والعلاج النفسي ،ط القاهرة دار عالم الكتب 2001م.
- 16- حامد عبد السلام زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط2، دار المعارف، القاهرة 1977،
- 17- حسن محمد النواصرة: ذوي الاحتياجات الخاصة مدخل في التأهيل البدني، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، مصر، 2006.

- 18- حسين أحمد حشمت ومصطفى حسين باهي: التوافق النفسي والتوازن الوظيفي، ط1، الدار العلمية للنشر والتوزيع، الأهرام، مصر، 2006.
- 19- حلمي إبراهيم، ليلي السيد فرحات، 1998.
- 20- ديو لدفان دالين ترجمة محمد نبيل و نوفل و آخرون، 1984.
- 21- رويح كمال، أثر ممارسة التربية البدنية والرياضية في التوافق النفسي والاجتماعي للمراهق، 2007.
- 22- ريان سليم وعمار سالم الخزرجيم الأحق برعاية الطفل المعوق، ط1، دار الهادي للطباعة والنشر والتوزيع، لبنان، 2007.
- 23- زكي، طرق ومناهج البحث العلمي، دت.
- 24- سعد جلال، المرجع في علم النفس، القاهرة، دار الفكر العربي، 1985.
- 25- سعيد كمال عبد الحميد 2009: التقييم والتشخيص لذوي الاحتياجات الخاصة، ط1، دار الوفاء، لندنيا، الطباعة والنشر، مصر د ت.
- 26- سهير كامل أحمد: الصحة النفسية والتوافق، دط، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر. 1999.
- 27- السيد فهمي علي محمد: الإعاقات الحركية، دط، الدار الجامعة الحديدة للنشر، مصر. 2008
- 28- صالح حسن الداھري، ناظم هاشم العبيدي، الشخصية والصحة النفسية، ط1، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن، 1999.
- 29- عبد الحكيم بن جواد المطر، 1996.
- 30- عبد الرحمن سيد سليمان: سيكولوجية ذوي الحاجات الخاصة الخصائص والسميات، ط1، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، 2001.
- 31- عبد المجيد حسن الطائي: طرق التعامل مع المعوقين، ط1، دار الحامد للنشر والتوزيع، الأردن، 2007.
- 32- عبد المجيد محمد شاذلي، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، ط2، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، مصر، 2001.

- 33- عبد المحي محمود حسن صالح: متحدوا الإعاقة من منظور الخدمة الاجتماعية، دط، دار المعرفة الجامعية، مصر، 2002.
- 34- عبد المطلب أمين القريطي، 2001، سكيولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة .
- 35- عبد المنصف حسن رشوان، ممارسة الخدمة الاجتماعية مع الفئات الخاصة (ذوي الاحتياجات الخاصة والموهوبين) ، دط، المكتبة الجامعي الحديث، مصر. 2006
- 36- علي عمر المنصور، دار النشر والتوزيع ، ط 2، 1980.
- 37- علي يحي المنصور، 1973 علم النفس ودراسة التوافق، ط2، دار النهضة العربية، مصر.
- 38- عواطف أبو العلاء، الصحة النفسية والتوافق، مركز الإسكندرية للكتاب، 2001
- 39- فاير مهناً، دار النشر للطباعة والتوزيع، 1987.
- 40- فرج عبد القادر طه وآخرون: سيكولوجية الشخصية المعوقة للإنتاج في التوافق المهني والصحة النفسية، مكتبة الخانجي، القاهرة، 1980.
- 41- فوزي محمد جيل: الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، الازايطة، الاسكندرية، 2000.
- 42- فيصل محمد خير الزارد، مشكلات المراهقة والشباب، ط1، دار النفائس، بيروت، 1997.
- 43- فيصل ياسين الشاطي ، محمود عوض بسيوني، دط ، دت.
- 44- كمال دسوقي، علم النفس ودراسة التوافق، ط2، دار النهضة العربية، مصر، 1976.
- 45- كوتر رواش : أثر برنامج تمرينات مقترح على الرضا عن الحياة للكبار السن أنتاج علمي جامعة حلوان مجلة دراسات و بحوث المجلد(10) العدد(6) 1987.
- 46- ماجدة السيد عبيد: الإعاقة الجسمية، مجموعة النيل العربية، دار الصفاء، للنشر والتوزيع، الأردن. 1999.
- 47- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي ،ط6، القاهرة دار المعارف 1987 م.
- 48- محمد ضياء القزويني، دط، 1982.
- 49- محمد عادل خطاب، الصحة النفسية والتوافق، مركز الإسكندرية للكتاب، 2000.

- 50- محمد عبد الظاهر الطيب: مبادئ الصحة النفسية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1994 .
- 51- محمد مصطفى زيدان: السلوك الاجتماعي للفرد وأصول الإرشاد النفسي، مكتبة النهضة المصرية، دت.
- 52- مدحت أبو النصر،: الإعاقات الحسية الحركية، ط1، دار الصفاء للنشر والتوزيع، الأردن. 2005.
- 53- مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة، ط4، القاهرة، مكتبة مصر، 1996.
- 54- مصطفى، 2009.
- 55- هناء عبد الوهاب حسن و آخرون: الصحة النفسية في المجال الرياضي، نظريات – تطبيقات، المكتبة الانجلو مصرية، القاهرة، 2002.
- 56- يوسف شبلي الزعمر، 2005، التأهيل المهني للمعاقين، ط2، دار الفكر، عمان 2001.

• الجرائد:

- 57- الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية، العدد 17 ، 1995.

هذا يوضع في فصل المنهجية

قياس الدراسة:

م

أعد هذا المقياس الدكتور "عطية محمود هنا" (1965) وقد اقتبس هذا الإختبار عن اختبار كالفورنيا للشخصية "California Personality Test" والذي وضعه "كلارك" w.Clark "وثورب L.P.Tharpe" وتيجز Ernest w.Tiegs. يتكون اختبار الشخصية من مجموعة من العبارات والتي تحوي (180) عبارة. والتي يجاب عليها بنعم أو لا، وقد صنفت لتشمل بعض العبارات الايجابية والسلبية. وتنقسم إلى بعدين. البعد الأول لقياس التوافق الشخصي في حين يقيس البعد الثاني التوافق الاجتماعي. ويتضمن كل بعد منهما ستة محاور تشكل في مجموعها التوافق النفسي العام. وقد استخدم هذا الإختبار في كثير من الدراسات العربية. أنظر الملحق رقم (03).

ويصلح الإختبار في الكشف عن عدة نواحي منها:

- 1- الكشف عن مدى توافق المعاق مع المشاكل والظروف التي تواجهه وإلى أي مدى ينمو من الناحية الشخصية والاجتماعية.
- 2- الكشف عن مدى اعتناء وتلبية الأسرة والمدرسة والبيئة التي يعيش فيها المعاق لحاجاته الأساسية.
- 3- الكشف عن نواحي النقص أو القوة في النظم المدرسية السائدة، وذلك بمقارنة مجموعات المعاقين الذين يخضعون لنظم دراسية متباينة.
- 4- تدريب المدرسين على أساليب الدراسة الشخصية وملاحظة المعاقين واستخدام نتائج الإختبار في رفع مستوى العملية التربوية.

1-4-3-2- عرض أبعاد ومحاور التوافق النفسي العام:

- القسم الأول: بعد التوافق الشخصي: يعتمد قياس التوافق الشخصي على مجموعة من العبارات الموزعة على المحاور الفرعية التالية:

(أ). اعتماد المعاق على نفسه: وتشمل عبارات تقيس ميل المعاق إلى القيام بما يراه من عمل دون أن يطلب منه القيام به و دون الاستعانة بغيره، وكذلك مدى قدرته على توجيه سلوكه دون أن يخضع في ذلك لأحد غيره. وكذلك مدى قدرته على تحمل المسؤولية بدرجة من الثبات الانفعالي.

ب) **إحساس المعاق بقيمته**: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور المعاق بتقدير الآخرين له ومدى شعوره بأنهم يرون أنه قادر على النجاح و مدى شعوره بأنه قادر على القيام بما يقوم به غيره من الناس وبأنه محبوب أو أنه مقبول من الآخرين.

ج) **شعور المعاق بحريته**: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور المعاق بقدرته على توجيه سلوكه ومدى شعوره بحريته في اتخاذ قراراته و خططه للمستقبل.

د) **شعور المعاق بالانتماء**: شمل عبارات تقيس مدى شعور المعاق بأنه يتمتع بحب والديه وأسرته وبأنه مرغوب فيه من زملائه، وبأنهم يتمنون له الخير وهذا المراهق على علاقة حسنة بمدرسيه ويفخر بمدرسته عادة.

هـ) **تحرر المعاق من الميل إلى الانفراد**: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور المعاق بتحرره من الانطواء أو الانعزال وقدرته على استقبال النجاح الواقعي في الحياة.

و) **خلو المعاق من الأعراض العصبية**: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور المعاق بالخلو من الأعراض والمظاهر التي تدل على الانحراف النفسي كعدم القدرة على النوم بسبب الأحلام المزعجة أو الخوف أو الشعور المستمر بالتعب أو البكاء الكثير وغير ذلك من الأعراض العصبية.

- **القسم الثاني: بعد التوافق الإجتماعي**: يقاس التوافق الاجتماعي من خلال مجموعة من المفردات الموزعة على المحاور التالية:

أ) **اعتراف المعاق بالمستويات الاجتماعية**: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور المعاق بادراك حقوق الآخرين وموقفه حيالهم كذلك يدرك ضرورة إخضاع بعض رغباته لحاجات الجماعة وبعبارة أخرى أنه يعرف ما هو صواب وما هو خطأ من وجهة نظر الجماعة كما أنه يتقبل أحكامها برضا.

ب) **اكتساب المعاق لمهارات الاجتماعية**: وتشمل عبارات تقيس مدى قدرة المعاق على إظهار مودته نحو الآخرين بسهولة وقدرته على مساعدة الآخرين .ومدى نضج علاقاته الاجتماعية مع معارفه ومع الغرباء، ومدى ميله للتعاون والمساعدة.

ج) **تحرر المعاق من الميول المضادة للمجتمع**: وتشمل عبارات تقيس مدى خلو المعاق من الميول المضادة للمجتمع، ويشمل ذلك التشاحن مع الآخرين، والعراك معهم، أو عصيان الأوامر أو تدمير ممتلكات الغير.

د) **علاقات المعاق بأسرته**: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور المعاق بالتوافق مع أسرته، ومدى شعوره بحب واحترام أسرته له ومدى شعوره بالأمن داخل أسرته. وهذه العلاقات لا تتنافى مع ما للوالدين من سلطة معتدلة على المعاق وتوجيه سلوكه.

هـ) **علاقات المعاق في المدرسة**: وتشمل عبارات تقيس مدى توافق المعاق مع مدرسته ومدرسيه وزملائه. ومدى شعوره بان العمل المدرسي يتفق مع مستوى نضجه وميوله، ومدى شعور الفرد بأهميته وقيمه في المدرسة التي يتعلم فيها.

و) **علاقات المعاق بالبيئة المحلية**: وتشمل عبارات تقيس مدى توافق المعاق مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، ومدى شعوره بالسعادة عندما يكون مع جيرانه، ومدى تعاونه الايجابي والتعاوني مع الآخرين ومدى احترامه للقواعد التي تحدد العلاقة بينه وبينهم وكذلك يهتم بالوسط الذي يعيش فيه (عطية هنا، 1965)

- **طريقة التصحيح و تقدير الدرجات :**

يجيب التلميذ المفحوص على الفقرات على سلم خماسي التدرج و هي (ينطبق علي دائما - ينطبق علي أحيانا- لا ينطبق علي أبدا). وتقابلها الأوزان (3درجات، 2 درجة ، 1 درجة) في الفقرات ذات الإتجاه الموجب. و تعكس الأوزان في الفقرات ذات الإتجاه السالب. - أصحاب الدرجة العالية يتميزون بالسمة التي يقيسها البعد. وتدل الدرجة الكلية للاختبار على درجة التوافق النفسي العام.

- **دراسة الأسس العلمية لأداة القياس:**

تم إجراء الدراسة على عينة مماثلة من التلاميذ بثانوية أحمد بومهدي بسيدي لخضر، وقد بلغ عددهم (20) تلميذ و تلميذة ، بحيث كان الهدف من التجربة هو دراسة الأسس العلمية للاختبار (الثبات، الصدق و الموضوعية) .

1- **الثبات**: يقصد بثبات الاختبار مدى الدقة أو استقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين. (مقدم الحفيظ، 1993، ص152)

استخدم الطالبان الباحثان طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه للتأكد من مدى دقة واستقرار نتائج الاختبار. و يهدف هذا الأسلوب إلى تحديد نسبة وقيمة العوامل الموقفية أو المؤقتة في الاختبار .

- طريقة إعادة الإختبار: قام الباحث بإجراء الإختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره 10 أيام مع تثبيت كل المتغيرات (نفس المكان، نفس العينة، نفس التوقيت). واستعملنا لحساب معامل الثبات عملية " بيرسون " لحساب معامل الارتباط بالطريقة المباشرة، حيث وجد محصور بين (0.65 و 0.88) كما هو موضح في الجدول رقم (07).

2- الصدق: صدق الإختبار يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع لأجله. فالإختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها. (حسنين، 1995، ص199)

فيما يخص صدق المقياس تم إيجاده بعدة طرق: صدق المحتوى والصدق الذاتي وهذا كالتالي:

- صدق المحتوى: تم إيجاد صدق المحتوى للمقياس من خلال عرضه بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين من لهم علاقة بالتخصص و ذوو خبرة و كفاءة في مجال التدريس والبحث العلمي في العلوم النفسية التربوية و الاجتماعية. لإبداء الرأي حول مدى ملائمة فقرات الاستبيان من حيث وضوح فقراته من حيث المضمون و الصياغة و اللغة ، و مدى مناسبة الفقرة للبعد التي تتدرج تحته. وإضافة أو حذف أية فقرة يرونها مناسبة ، قد تثيري هذه الدراسة . أنظر الملحق رقم (01) الخاص بالأساتذة المحكمين.

- الصدق الذاتي: من أجل التأكد من صدق الاستبيان استخدمنا الصدق الذاتي والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الإختبار . حيث وجد محصورا بين (0.80 و 0.91) كما هو موضح في الجدول رقم (07) .

الجدول رقم (07): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الصدق و

الثبات لاستبيان التوافق النفسي العام (إعادة الإختبار)

معامل الصدق	معامل الثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		حجم العينة	أبعاد و محاور المقياس
		ع	س-	ع	س-		
0.82	0.68	2.32	22.80	1.72	22.20	20	محور اعتماد المعاق
0.81	0.66	1.95	20.55	1.64	21.40		إحساس المعاق
0.83	0.70	2.16	17.05	2.59	17.45		شعور المعاق بحريته

0.86	0.75	3.22	20.80	2.13	21.15	شعور المعاق بالانتماء
0.93	0.88	3.30	20.70	3.18	20.65	التحرر من الميل إلى
0.80	0.65	2.72	18.90	2.30	20.10	خلو المعاق من
0.91	0.84	10.2 0	120.8 0	8.36	122.2 5	بعد التوافق الشخصي
0.81	0.66	2.68	23.20	2.09	23.80	الاعتراف بالمسئولية
0.81	0.66	2.12	20.40	1.80	20.40	اكتساب لمهارات
0.83	0.70	2.55	19.55	2.51	19.35	التحرر من الميول
0.86	0.74	3.18	24.35	2.56	24.40	علاقات المعاق
0.90	0.82	1.89	20.55	2.26	20.85	علاقات المعاق في
0.85	0.73	2.40	18.00	2.34	18.70	علاقات المعاق بالبيئة
0.91	0.83	10.2 5	126.0 5	9.65	127.5 0	بعد التوافق
0.91	0.84	12.1 8	123.4 2	11.8 0	125.2 2	اختبار التوافق العام

يتبين من خلال الجدول المبين أعلاه أن قيم معامل الارتباط لاستبيان التوافق النفسي العام تراوحت محصورة بين (0.65 و 0.88) بالرجوع إلى جدول دلالات الارتباط البسيط "لبيرسون" لمعرفة ثبات الإختبار عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية مقدرة ب (19) فإن "ر" الجدولية تساوي (0.36). ووجدت قيم معامل الصدق محصورة ما بين (0.80 و 0.91) وهذه القيم دالة إحصائياً بالمقارنة مع " ر " الجدولية. و منه تبين أن استبيان التوافق النفسي العام ببعديه الشخصي والاجتماعي يتميز بدرجة ثبات وصدق عالية.

هذا يوضع بالملاحق

مقياس الدراسة
اختبار التوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين
للدكتور عطية محمود هنا

الرقم	فقرات التوافق الشخصي: أ - محور اعتماد المعاق على نفسه	نعم	أحيانا	لا أبدا
01	هل تستمر في العمل الذي تقوم به حتى و لو كان متعبا؟			
02	هل يصعب عليك أن تحتفظ بهدوئك عندما تصبح الأمور سيئة؟ --			
03	هل تتضايق عندما يختلف معك الناس في الرأي؟ --			
04	هل تشعر بعدم الارتياح عندما تكون مع أناس لا تعرفهم؟			
05	هل يصعب عليك أن تعترف بالخطأ إذا أخطأت؟ --			
06	هل تجد من الضروري أن يذكرك شخص ما للقيام بعملك؟ --			
07	هل تفكر عادة في نوع العمل الذي تود أن تقوم به في المستقبل؟			
08	هل تشعر بالإحراج عندما يسخر منك زملائك في المركز؟ --			
09	هل يصعب عليك أن تقابل الناس أو أن تعرفهم بالآخرين؟ --			
10	هل تشعر عادة بالحزن على نفسك حينما يصيبك ضرر؟ --			
11	هل من السهل أن تقوم بما يخطئه لك أصحابك من أن ترسم خطئك			
12	هل تعتقد أن معظم الناس يحاولون أن يسيطروا عليك؟ --			
13	هل يسهل عليك أن تتحدث إلى الناس ذوي المراكز العالية (المسؤولين) ؟			
14	هل يخسر أصدقاؤك عادة في اللعب؟ --			
15	هل من عادتك أن تكمل ما تبدأ به من أعمال؟			
ب - محور إحساس المعاق بقيمته				
16	هل تدعى عادة إلى الحفلات التي يحضرها من هم في مثل سنك ؟			
17	هل تعتقد أن عددا كبيرا من الناس أغبياء؟ --			
18	هل يعتقد معظم أصدقاؤك أنك شجاع قوي؟			
19	هل يطلب منك عادة أن تساعد في تحضير الحفلات ؟			
20	هل يعتقد الناس أن لديك أفكارا جيدة؟			
21	هل يهتم أصدقاؤك عادة بما تقوم به من أعمال؟			
22	هل تعتقد أن الناس يظلمونك عادة؟ --			
23	هل يعتقد زملاؤك في المركز أنك ذكي؟			

			هل يفرح الزملاء الآخرون عندما تكون معهم؟	24
			هل تظن أنك محبوب من زملائك؟	25
			هل تجد صعوبة في إنجاز أعمالك؟--	26
			هل تشعر بأن الناس لا يعاملونك كما يجب؟--	27
			هل تعتقد أن معظم الناس الذين تعرفهم لا يحبونك؟--	28
			هل تعتقد أن الناس يظنون أنك سوف تنجح في عملك حينما تكبر؟	29
			هل تعتقد أن الناس لا يعاملونك معاملة حسنة؟--	30
لا أبدا	أحيانا	نعم	ج - محور شعور المعاق بحريته	
			هل يسمح لك بإعطاء رأيك في معظم الأمور؟	31
			هل يسمح لك بأن تختار أصدقاءك؟	32
			هل يسمح لك بأن تقوم بمعظم ما تريد القيام به؟	33
			هل تشعر بأنك كثيرا ما تعاقب لأسباب تافهة؟--	34
			هل تأخذ من المصروف ما يكفيك؟	35
			هل تحضر الاجتماعات التي يحضرها الأصدقاء؟	36
			هل يسمح لك و الديك بأن تساعدكما في اتخاذ القرارات؟	37
			هل يوجه لك التوبيخ لأمر ليس لها أهمية كبيرة؟--	38
			هل تتجول وتساfer بمفردك؟	39
			هل تشعر بأن أصدقاؤك أكثر حرية منك في القيام بما يريدون؟--	40
			هل تشعر بأن لديك وقتا كافيا لسفر مثلا؟	41
			هل تشعر بأن لك حرية كافية؟	42
			هل لديك الوقت الكافي بالخروج والفسحة مع أصدقاؤك؟	43
			هل يسمح لك باختيار ملابسك؟	44
			هل يقرر لك الآخرون ما يجب أن تفعله في معظم الأحيان؟--	45
			د - محور شعور المعاق بالانتماء	
			هل يصعب عليك أن تتعرف على المعاقين الجدد؟--	46
			هل تعتبر نفسك سليما و قويا مثل أصدقاؤك؟	47
			هل تشعر بأنك محبوب من زملائك؟	48
			هل تشعر أن معظم الناس يستمتعون بالتحدث معك؟	49
			هل تشعر أنك متوافق(متكيف) في مركز الذي تنتمي إليه؟	50
			هل لك عدد كاف من الأصدقاء؟	51

			هل يظن أصدقاؤك بأن والدك شخص ناجح مثل آبائهم؟	52
			هل تشعر عادة بأن الإداريون لا يريدونك في المركز؟--	53
			هل تدعى عادة إلى الحفلات التي تقيمها المراكز البيداغوجية؟	54
			هل يصعب عليك تكوين علاقات صداقة؟--	55
			هل تشعر بأن زملاءك في المركز يفرحهم أن تكون معهم؟	56
			هل يحبونك الناس كما يحبون أصدقاؤك؟	57
			هل يرغب أصدقاؤك في أن تكون معهم؟	58
			هل يهتمون في المركز بأفكارك؟	59
			هل ترى بأن زملاءك في المركز يقضون أوقاتهم أفضل منك؟--	60

لا أبدا	أحيانا	نعم	هـ - محور تحرر المعاق من الميل إلى الانفراد	
			هل لاحظت أن كثيرا من الناس يعملون أعمالا سيئة و يقولون أقوالا	61
			هل يظهر لك أن معظم الناس يغشون عندما يستطيعون الغش؟--	62
			هل تعرف أشخاصا غير طبيعيين لدرجة أنك تكرههم؟--	63
			هل تشعر أن معظم الناس يستطيعون أن يقوموا بأعمال أحسن منك؟--	64
			هل ترى أن كثيرا من الناس يرضيهم أن يجرحوا شعورك؟--	65
			هل تفضل أن تبقى بعيدا عن الحفلات و الأنشطة الاجتماعية؟--	66
			هل تشعر أن الأقوى منك يحاولون الإيقاع بك (الاستهزاء بك)؟--	67
			هل توجد لديك مشكلات تثير قلقك أكثر مما لدى معظم زملائك؟--	68
			هل تشعر دائما بأنك وحيد حتى مع وجود الناس حولك؟--	69
			هل لاحظت أن الناس يتصرفون بعدالة كما ينبغي؟	70
			هل تقلق كثيرا لأن لديك مشكلات كثيرة جدا؟ --	71
			هل يصعب عليك أن تتكلم مع أفراد من الجنس الآخر؟--	72
			هل تفكر كثيرا في أن الأصغر منك سنا يتمتعون بوقت أكثر منك؟--	73
			هل تشعر بالرغبة في البكاء عندما يعاملك الناس معاملة سيئة؟--	74
			هل يحاول الكثير من الناس استغلالك؟--	75
و- محور خلو المعاق من الأمراض العصبية				
			هل تعطس كثيرا؟--	76
			هل تتلعثم كثيرا عندما تغضب؟--	77
			هل تصاب كثيرا بالصداع؟--	78

			79 هل تشعر كثيرا بأنك غير جوعان حتى عندما يحين موعد الطعام؟--
			80 هل تشعر كثيرا أنه من الصعب عليك أن تجلس ساكنا؟--
			81 هل توجعك عيناك كثيرا؟--
			82 هل تجد نفسك مضطربا لطلب إعادة ما يقولونه الآخريين؟--
			83 هل تنسى كثيرا ما قرأه؟--
			84 هل تتضايق أحيانا لحدوث تقلصات في عضلاتك؟--
			85 هل تجد أن كثيرا من الناس لا يتكلمون بوضوح بحيث لا تسمعهم
			86 هل تضايقت الإصابة بالبرد؟--
			87 هل يعتبرك معظم الناس أنك غير مستقر؟--
			88 هل تجد صعوبة في النوم؟--
			89 هل تشعر بالتعب في معظم الأحيان؟--
			90 هل تضايقت الأحلام المزعجة كثيرا؟--

الرقم	فقرات التوافق الاجتماعي: أ- محور الاعتراف المعاق بالمسؤولية	نعم	أحيانا	لا أبدا
01	هل من الصواب أن يختار الإنسان العمل الذي يجب عليه عمله؟			
02	هل من الضروري أن تحافظ دائما على وعودك ومواعيدك؟			
03	هل من الضروري أن تكون رحيما نحو من لا تحبهم؟			
04	هل من الصواب أن تتباعد عن الذين لديهم آراء غير عادية؟			
05	هل من الضروري أن يكون الإنسان مجاملا للسخفاء؟--			
06	هل من حق الشخص أن يحتفظ بالأشياء التي يجدها؟--			
07	هل من حق الناس أن يطلبوا من الآخريين أن لا يتدخلوا في شؤونهم؟-			
08	هل ينبغي دائما على الإنسان أن يشكر الآخريين على المجاملات			
09	هل تأخذ الأشياء التي أنت في حاجة ماسة إليها إذا لم يكن لديك			
10	هل ينبغي أن يعاملك أصحابك معاملة أفضل ممن هم أقل سنا منك؟			
11	هل يصح أن تضحك من الذين هم في مأزق إذا كان منظرهم باعثا			
12	هل من المهم أن يتقرب الإنسان لجميع الطلبة الجدد؟			
13	هل يصح أن يضحك الإنسان على الآخريين إذا كانت اعتقاداتهم			
14	إذا عرفت أنك لن تكشف و أنت تغش فهل تفعل ذلك؟--			
15	هل تغضب إذا رفض والدك أن يدعوك إلى حفلة من الحفلات؟--			
	ب- محور اكتساب المعاق المهارات الاجتماعية			

			عندما يضايقك الناس هل تكتم ذلك في نفسك عادة؟--	16
			هل من السهل عليك أن تتذكر أسماء من قابلتهم؟	17
			هل تجد أن معظم الناس يتكلمون كثيرا لدرجة أنك تضطر لمقاطعتهم	18
			هل تفضل أن تقيم حفلات في منزلك؟	19
			هل تستمتع بالحديث مع من تقابلهم لأول مرة؟	20
			هل تجد عادة أن الإحسان جزاءه الإحسان؟	21
			هل تجد من السهل عليك أن تحيي حفلة بدأت مملة؟	22
			هل يمكنك أن تخفي مضايقتك إذا هزمت في لعبة من الألعاب؟	23
			هل تعرف الناس بعضهم ببعض عادة الحفلات؟	24
			هل تجد من الصعب أن تساعد في إعداد الحفلات؟--	25
			هل تجد من السهل أن تكون صدقات جديدة؟	26
			هل تشترك في بعض المباريات حتى و لو لم تكن قد اشتركت من قبل؟	27
			هل من الصعب عليك أن توجه عبارات رقيقة إلى من يحسن التصرف	28
			هل تساعد زملائك في القسم حتى يستمتعوا بالحفلات التي يحضرونها؟	29
			هل تبدأ التحدث عادة إلى الزملاء الجدد عندما تقابلهم؟	30

		نعم	أحيانا	لا أبدا	
					ج- محور التحرر المعاق من الميول المضادة للمجتمع
					هل تضطر إلى أن تكون عنيفا مع بعض الناس لكي يعاملوك معاملة
					هل تشعر بالسعادة إذا عاملت الظالمين بما يستحقون؟--
					هل تحتاج أحيانا لأن تظهر غاضبك لكي تحصل على حقوقك؟--
					هل يضطرك زملاؤك في القسم إلى الشجار دفاعا عما تملك؟--
					هل تعتقد أن الكذب من أسهل الطرق التي يلجأ إليها الناس للتخلص من
					هل تجد في كثير من الأحيان أنك مضطر للشجار دفاعا عن حقوقك؟-
					هل يحاول زملائك في القسم لومك بسبب المشاجرات التي يبدوونها
					هل كثيرا ما تجد أن تثور لكي تحصل على حقاك؟--
					هل يعاملك من في المدرسة عادة بطريقة سيئة جدا؟--
					هل تجد أن بعض الناس من الظلم لدرجة أن تكون قاسيا معهم؟--
					هل تضطر كثيرا إلى دفع الأطفال الأصغر منك بعيدا عن طريقك لكي
					هل يعاملك بعض الناس بوقاحة لدرجة أنك تشتمهم؟--
					هل ترى من الصواب أن يكون الإنسان ظالما مع الظالمين؟--
					43

			44 هل من الصواب أن تأخذ الأشياء التي يمنعا عنك الآخرين دون حق؟-
			45 هل تعصى مدرسك و والدك إذا كانا غير عادلين نحوك؟--
د- محور علاقات المعاق بأسرته			
			46 هل تشعر بأن والديك عادلان عندما يجبرانك على القيام بعمل من
			47 هل تقضى وقتا طيبا مع أسرتك فى المنزل عادة؟
			48 هل لديك أسبابا قوية تدعوك إلى أن تحب أحد الوالدين أكثر من
			49 هل يرى والدك أنك ستكون ناجحا فى حياتك؟
			50 هل يعتقد والديك أنك متعاون فى المنزل؟
			51 هل يشعر والديك أنك لا تفعل إلا ما هو خطأ؟--
			52 هل يتفق معك والديك فى الأشياء التى تحبها؟
			53 هل كثيرا ما يبدأ أفراد أسرتك فى المشاجرة معك؟--
			54 هل تفضل أن تحتفظ بأصدقائك بعيدا عن منزلك لأنه غير لائق؟--
			55 هل تتهم عادة بأنك لست لطيفا مع والديك كما ينبغى أن تكون؟--
			56 هل تكون مرحا عندما تكون فى منزلك؟
			57 هل تجد أن من الصعب عليك أن تتسبب فى سرور والديك؟--
			58 هل تفضل أن تعيش بعيدا عن أسرتك؟--
			59 هل تشعر عادة أن أحدا من أسرتك لا يهتم بك؟--
			60 هل يميل أهلك إلى الشجار بدرجة كبيرة جدا؟--

			هـ- محور علاقات المعاق فى المركز البيداغوجى
			61 هل تشعر أن مدرسوك يفهمونك؟
			62 هل تحب أن تمارس النشاط الرياضى مع زملائك؟
			63 هل تشعر أن بعض الأمور صعبة لدرجة أنها تعرضك للخطر؟--
			64 هل ترى أن بعض العمال يهتمون اهتماما ضئيلا بالمركز البيداغوجى؟-
			65 هل يرى بعض زملائك أنك لا تلعب لعبا عادلا كما يفعلون هم؟--
			66 هل ترى أن بعض مدربينك دقيقين بحيث يجعلون التدريب عملا شاقا
			67 هل تستمتع بالحديث مع زملائك فى المركز؟
			68 هل فكرت كثيرا فى أن المدربين غير عادلين؟--
			69 هل طلب منك أن تشترك فى المباريات بالقدر الواجب؟
			70 هل تكون أسعد فى المركز إذا كان المدرسون أكثر عظفا؟

			هل تقضى وقتا أطيب إذا كنت مع زملائك؟	71
			هل يحب زملاؤك في المركز الطريقة التي تعاملهم بها؟	72
			هل تعتقد أن المدرسون يريدون من المعاقين أن يستمتعوا ب صداقتهم؟	73
			هل تجد من الضروري أن تبتعد عن زملائك في حالة الغضب؟--	74
			هل تفضل أن تتغيب عن المركز إن استطعت؟--	75
			و- محور علاقات المعاق بالبيئة المحلية	
			هل تزور أصدقاءك من الجيران في منازلهم؟	76
			هل من عادتك أن تتحدث مع منهم في سنك من جيرانك؟	77
			هل يخالف معظم جيرانك ممن هم في سنك ما يفرضه القانون؟--	78
			هل تلعب مع أصدقائك من جيرانك؟	79
			هل يعيش بالقرب من منزلك شبان يتصفون بأخلاق طيبة؟	80
			هل معظم جيرانك من النوع المحبوب؟	81
			هل يوجد من بين جيرانك من تحاول أن تتجنب لقاءهم؟--	82
			هل تذهب أحيانا لزيارة الجيران؟	83
			هل يوجد من جيرانك من تجد أنه من الصعب عليك أن تحبهم؟--	84
			هل تقضى وقتا طيبا مع جيرانك؟	85
			هل يوجد من الجيران الذين لا تهتم بزيارتهم؟--	86
			هل من الضروري أن تكون لطيفا مع جميع الجيران مهما اختلفوا معك؟	87
			هل يوجد من جيرانك من يسببون لك المضايقة لدرجة أنك تحب أن	88
			هل تحب معظم من هم في سنك من الجيران؟	89
			هل تشعر أن الحى الذي تعيش فيه لا يعجبك؟--	90