



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية و الرياضة

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

تخصص نشاط بدني مكيف

عنوان المذكرة :



دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض سمات

الشخصية لدى المعاقين حركيا

-دراسة وصفية لمقارنة الفئة الممارسين والغير ممارسين على فئة المعاقين  
حركيا بولاية سيدي بلعباس-

\* تحت إشراف الدكتور:

- بلكبش قادة.

\* من إعداد الطالبان:

- حميدي كريم.

- مسلم عبد القادر.

السنة الجامعية: 2016 / 2017

بسم الله الرحمن الرحيم :

" قالوا سبحانك لا علم لنا إلا ما

علمتنا إنك أنت العليم الحكيم "

صدق الله العظيم

\* الآية 32 من سورة البقرة \*

## المقدمة

إلى رمز الحنان.... وعنوان الأمومة....

إلى التي أنارت دربي وأعانتي بالدعوات والصلوات

إلى التي لن أوفيتها حقها مهما فعلت

قرة عيني "أمي" أدمها الله بيننا

إلى رمز العطاء والدي أطل الله في عمره

إلى كل من يشركوني عرش أبي وأمي الذين كانوا ولا زالوا سندالي في الحياة إخواني وأخواتي وأبنائهم

إلى كل من يحمل لقب مسلم

إلى رفقاء دربي وزملائي في هذا العمل

إلى كل الأصدقاء والصديقات الذين هم في قلبي ولم يذكرهم قلبي

إلى كل الزملاء والزميلات في الدراسة

إلى كل الدكاترة والأساتذة والعمال بمعهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم

إلى أرواح شهدائنا الطاهرة.

إلى كل من علمني حرفاً أو أفادني بكلمة طيبة.

أهدي هذا العمل المتواضع...

عبد القادر السلي

# الحمد

إلى التي أنارت دربي وأعانتني بالصلوات والدعوات

إلى الحائرة دوما ..عني والمشتاقة دائما لي.. والحنونة معي ..أمي الغالية

إلى رمز العطاء والدي العزيز أطال الله في عمره

إلى جميع إخوتي وأخواتي وكل العائلة

إلى جميع الذين ساندوني في مشواري الدراسي

إلى جميع الأصدقاء والزملاء بالدراسة

إلى من قدم لي يد المساعدة الدكتور بلكبش قادة

إلى جميع الدكاترة والأساتذة بمعهد التربية البدنية والرياضية

إلى كل طلبة دفعة 2016/2017

# تهنئتي كريمة

# الشكر والتقدير

## بسم الله الرحمن الرحيم

\* نتقدم بقلوب شاكر ونفس خاشعة للذي أهدانا العقل وفضلنا على سائر المخلوقات الذي يستحق الشكر وحده الله سبحانه وتعالى ، وعملا بقول الرسول صلى الله عليه وسلم : " من لم يشكر الناس لم يشكر الله " فالحمد لله والشكر أولا وأخيرا على علمه وعونه وتوفيقه في كل عام وأن يسمل في طريقنا الجنة ولا يفوتنا أن نتوجه بالتشكرات الخالصة إلى الأستاذ " بكبيش " على نصابه ومعلوماته القيمة في إنجاز هذا العمل.

كما نتوجه بالشكر الجزيل إلى كل الأصدقاء والأحباب الذين ساعدوني في إنجاز هذا العمل

وإلى كل الزملاء والزميلات بالدراسة

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل أساتذة وعمال معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم

وإلى كل من حملتهم الذاكرة ولم تعلمهم المذكرة\*

والحمد لله رب العالمين.

## الفهرس : رس

- أ..... الآية
- ب..... الإهداء
- ج..... الشكر
- د..... الفهرس
- هـ..... ملخص الدراسة (العربية ، الفرنسية ، الإنجليزية)
- و..... قائمة الجداول
- ر..... قائمة الأشكال البيانية

## التعريف بالبحث

- 1..... 1.مقدمة البحث
- 4..... 2.مشكلة البحث
- 4..... 3.أهداف البحث
- 5..... 4.الفرضيات
- 6..... 5.مصطلحات البحث
- 7..... 6.الدراسات والبحوث المشابهة

## الباب الأول : الدراسة النظرية.

### الفصل الأول :النشاط الحركي و الإعاقة الحركية.

13	تمهيد.....
13	1-نبذة تاريخية حوا الأنشطة الرياضية المعدلة.....
16	2-النشاط البدني الرياضي.....
19	3-النشاطات البدنية الرياضية المكيفة.....
26	الإعاقة الحركية.....
26	1-المعوقون و تطور نظرة المجتمع إليهم عبر التاريخ.....
32	2-مفهوم الإعاقة.....
33	3-أهم تعاريف الإعاقة.....
34	4-أسباب الإعاقة الجسمية.....
35	5-الاثار الناتجة عن الإعاقة الحركية.....
36	6-الوقاية من الإعاقة و برامجها.....
39	7-عوامل التنمية النفسية للمعوقين.....
40	خلاصة.....

## الفصل الثاني : السمات الشخصية لدى المعاقين حركيا.

42	تمهيد.....
42	1.تعريف الشخصية.....
44	2.تعريف السمة.....

3. نظريات الشخصية المتعلقة بالأنماط و السمات ..... 45
4. دراسات السمات ..... 49
5. ثبات السمات و تغييرها..... 54
- 6-العوامل المؤثرة في شخصية المعوق..... 54

### الباب الثاني : الدراسة الميدانية

#### الفصل الأول : منهجية البحث والإجراءات الميدانية

- تمهيد..... 58
1. منهج البحث ..... 58
2. مجتمع البحث و عينته..... 58
- 3-تحديد المتغيرات..... 59
4. مجالات البحث..... 60
- 5-أدوات الدراسة..... 61
6. الدراسة الإحصائية..... 68

#### الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج

- تمهيد ..... 71
- 1-عرض المعلومات الشخصية ..... 72
- 2-عرض نتائج مقياس ايزنك..... 73



87.....3-تحليل و مناقشة النتائج

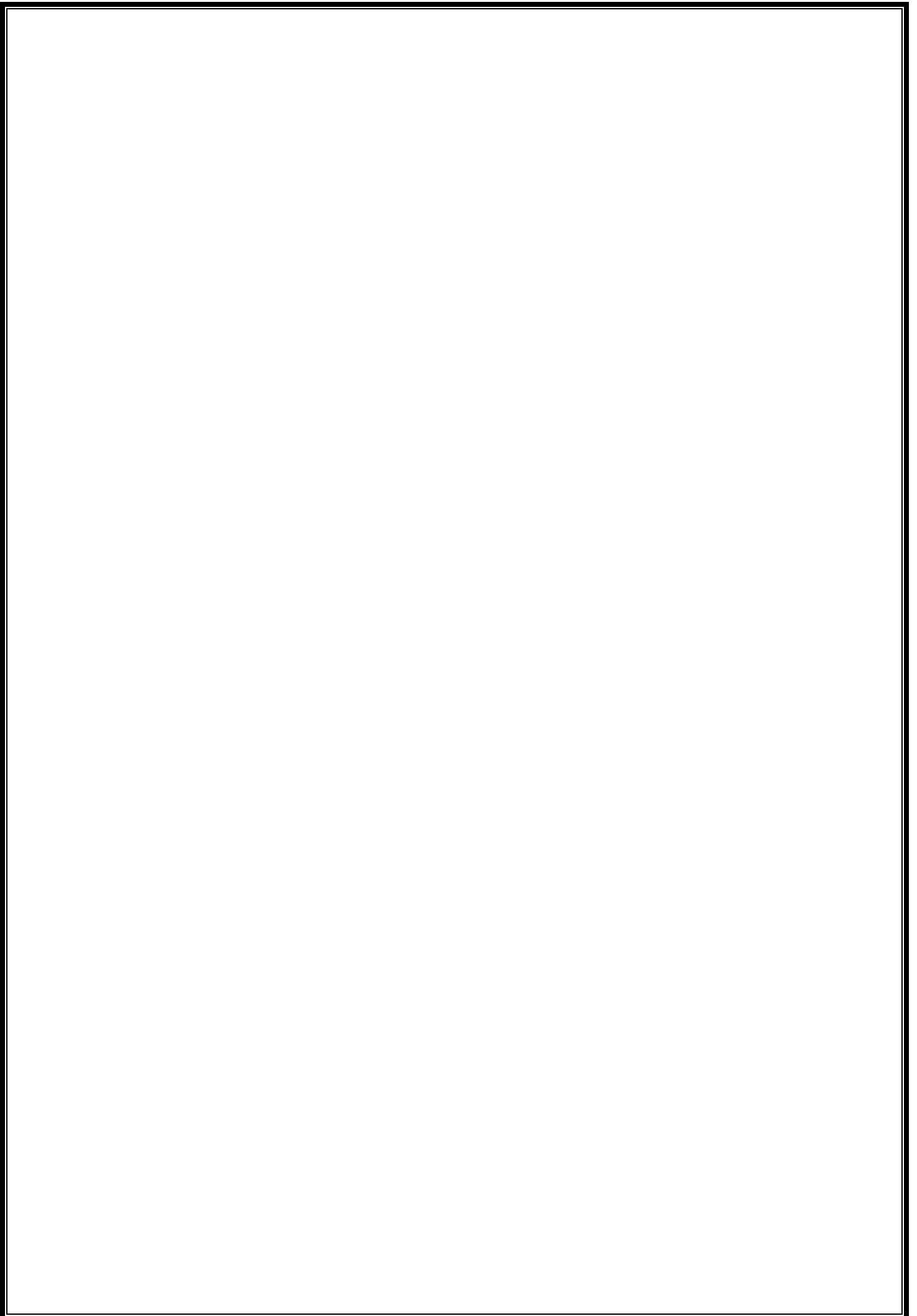
91.....4.مناقشة الفرضيات

92.....5.الاقتراحات

94.....6.خلاصة عامة

المصادر والمراجع.

الملاحق.



## ملخص البحث:

هذا البحث كان بعنوان دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية لدى المعاقين حركيا

و تهدف دراستنا إلى معرفة دور النشاط الرياضي المكيف في تنمية سمة الانبساط والانطواء لدى الممارسين و الغير ممارسين و سمة الاتزان و الانفعال للعينتين أما بخصوص العينة فكانت من ولاية سيدي بلعباس و تكونت من 80 شخصا في مراكز مختلفة ، و كان اختبارنا عبارة عن استبيان أما اداة الدراسة فكانت مقياس ايزنك للشخصية و أهم نتيجة توصلنا إليها هي أن ممارسة المعاق للأنشطة الرياضية لها دور في تنمية السمات الشخصية و كانت اقتراحاتنا بضرورة الاهتمام بالجانب النفسي للمعاق و دمج النشاط البدني الرياضي في مراكز التأهيل الوظيفي ومراكز التكوين المهني وتوفير الوسائل الضرورية لذلك و القيام بجلسات ارشادية بشكل مستمر و دائم ، و يجب على المختصين القيام بدراسات إحصائية لمثل هذه الظواهر و درجة انتشارها و أسبابها مع اقتراح اساليب معالجتها.

## **Research Summary :**

This research was titled the role of physical activity adapted to the development of some of the personality traits of the physically disabled

The objective of this study is to highlight the role and importance of motor activity result of our conclusion is that the disabled practice of sports activities have a role in the development of personality traits and our suggestions were the need to pay attention to the psychological side of the disabled person.

And the integration of sports physical activity in the centers of vocational rehabilitation and vocational training centers and provide the necessary means for this and to carry out sessions of guidance on a continuous and permanent, and specialists should undertake statistical studies of such phenomena and the degree of prevalence and causes and propose ways to address them.

### **Résumé de la recherche :**

Cette recherche a été intitulé le rôle de l'activité physique adaptée au développement de certaines des caractéristiques personnelles de l'une quelconque activité motrice handicap physique

le but de l'étude est de mettre en évidence le rôle et l'importance de l'activité motrice et son anxiété réduit l'impact et les pressions En ce qui concerne l'échantillon était de l'état de Sidi Bel Abbès, et se composait de 80 personnes dans des centres différents, et ce fut notre test est un questionnaire de l'outil d'étude était la personnalité Eisek et la mesure la plus importante à la suite de nos conclusions est que la pratique des activités sportives handicapées ont un rôle dans le développement des caractéristiques personnelles .

Et l'intégration de l'activité physique sportive dans les centres de réadaptation fonctionnelle et les centres de formation professionnelle et de fournir les moyens nécessaires pour le faire, et des séances d'orientation continue et permanente, et les spécialistes doivent effectuer des études statistiques de ce sujet ces phénomènes et le degré de prévalence et les causes de la proposition de méthodes pour les traiter.

# قائمة الجداول

الصفحة	الملاحظة	الرقم
62	- الجدول يبين 16 سمة للشخصية و أصدادها.	1
73	- الجدول يبين توزيع أفراد العينة حسب الجنس.	2
74	- الجدول يبين الدرجات و المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري للممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص بعد الإنبساط و الإنطواء.	3
76	- الجدول يبين الدرجات و المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري لغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص بعد الإنبساط و الإنطواء.	4
78	-الجدول يبين الدرجات و المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري للممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص بعد الإلتزان و الإنفعال.	5
80	_ الجدول يبين الدرجات و المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري لغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص بعد الإلتزان و الإنفعال.	6
83	_ الجدول يبين الدرجات و المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري للممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص بعد الكذب.	7
85	_ الجدول يبين الدرجات و المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري لغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص بعد الكذب.	8
87	_ الجدول يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري للممارسين و غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي و قيمة ت- المحسوبة واتجاهات الفروق والدلالة الإحصائية لسمة الإنبساط و الإنطواء.	9
89	_ الجدول : يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري للممارسين و غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي و قيمة ت- المحسوبة واتجاهات الفروق والدلالة الإحصائية لسمة الإلتزان و الإنفعال	10

التعريف بالبحث



1-مقدمة :

رياضة المعوقين هي عملية تربية هادفة، صممت للتعرف على المشكلات والمساعدة على حلها، وتقديم الخدمات من النواحي النفسية والحركية والاجتماعية، وتشمل هذه الأخيرة على المساعدات الحركية والبرامج التربوية الفردية والتدريب والتدريس لهذه الفئة لمساعدتهم على النمو السليم، والوصول إلى أقصى مدى تؤهله لهم إمكاناتهم وقدراتهم سعياً لتحقيق حياة أفضل لهم، وأن هذه الخدمات يجب أن تقدم من طرف أشخاص مؤهلين ومتخصصين لهذا النوع من الرياضة أو من طرف أشخاص لهم خبرة في هذا المجال .

وتكيف وتأقلم الفرد المعوق مع ضغوط الحياة المعاصرة، والشعور بالنقص الذي ينجم من فكرة أن الهيئة العامة لكل شخص هي مقياس لتفكيره ومشاعره ومزاجه، والهيئة الجيدة للشخص تعطي انطباعاً جيداً وتعكس صورة تفاعل وحب للمبادرة والثقة بالنفس، في حين تعكس الهيئة الضعيفة انطباعاً سيئاً الذي يتمثل في قلة الثقة بالنفس وضعف الشخصية والظهور بمظهر التعب الدائم (غسان محمد صادق، 1990ص32).

ويشير "أنور الخولي" أن الجسم يحتل مكانة هامة بالنسبة للفرد من الناحية الثقافية والاجتماعية، وهو يلعب دوراً هاماً في حياته، وفي علاقته مع نفسه ومع الآخرين، فهو وسيلة لتحقيق الاتزان الانفعالي، والوجداني للفرد عن طريق الاعتناء بالصورة الجسدية، ومحاولة إظهارها بطريقة ترضي مقاييس الصورة المثالية للمجتمع، وما من شأنه أن يحقق له الرضى عن الذات ، والثقة في النفس، فإذا وجد أن جسمه ينمو بشكل لا يحقق له صورة ايجابية من حيث المقاييس المتعارف عليها فان ذلك يضعه في وضع لا يحسد عليه، مما يؤثر على حالته الانفعالية، وسلوكه الاجتماعي، وقد أوضحت

دراسة "Watson" و "Jonson" أن الأفراد الذين لديهم اتجاهات ايجابية عن أجسامهم يتصفون بارتفاع تقدير الذات (الخولي أمين أنور، 2001ص168) .

كما أن شخصية الفرد المعوق جسميا تتأثر تأثيرا كبيرا بما يصيب حاجات المعوق أو بعضها من الإهمال والحرمان، وتتأثر بصفة عامة بالأسلوب أو الطريقة التي يواجه بها هذه الحاجات، فشعور الفرد المعوق جسميا بأنه مختلف كثيرا أو قليلا عن الأشخاص العاديين نتيجة الإصابة ببعض الإصابات أو الإعاقة في بعض الحواس، من الطبيعي أن يؤثر بشكل ما على اتزانه الانفعالي وتوافقه النفسي، فنظرية "أدلر" في القصور تقوم على الربط بين قصور الأعضاء والتعويض النفسي الزائد، فقصور بعض الأعضاء يزيد من الشعور بالقلق وعدم الأمن، ولكن هذا الشعور نفسه هو الذي يلهب الإرادة، ويستثير الدافع لإقرار الشخصية وتأكيد الذات. ( السيد محمد فرحات 2004 ص 15).

وقد وضح "كمال الدسوقي" بأن المعوق كما ينمي شخصية متوافقة ربما ينمي شخصية سيئة التوافق إلى حد خطير، والأمر متوقف على الكيفية التي يعامله بها الآخرون ومادام المعوق يتحمل بعبء إضافي هو إرضاء المجتمع على غير ما يريد، فان مهمة تكيفه الشخصي وتوافقه الاجتماعي تصبح أكثر صعوبة من الشخص السوي. (كمال الدسوقي، 1974ص204).

و عند دراسة أثر الاعاقات الحركية والحسية في سلوك الشخص يقدم " حمزة مختار" نتائج توصل إليها بعض الباحثين السيكولوجيين، حيث وجدوا أن تأثير هذه العاهات يختلف باختلاف شخصية المعوق، كما أن العوامل المؤثرة في استجابة البيئة الاجتماعية وموقفها من صاحب العاهة هي التي تكوّن الصراع النفسي وتزيد الشعور بالنقص، فالشخص ذو المظهر الحسن يجعل الناس يتصرفون نحوه بشكل مغاير

لتصرفاتهم لو كان قصيرا وغير ذي مظهر حسن، وذلك بصرف النظر عما يقوله و يفعله.(حمزة مختار، 1976ص10).

وعندما يدرك المعوق استجابات المحيطين به سواء بالسلب أو بالإيجاب يتأثر مفهومه عن ذاته، وحيث أن المعوق لا ينفرد بطراز شخصية معينة تميزه عن غيره، فانه يكون عرضة لسوء التوافق النفسي والاجتماعي نتيجة لما تفرضه ظروف الإعاقة من قيد لحركته بما يترك آثار نفسية سلبية على شخصيته، وعلى أثرها يحد من انضمامه لجماعة الرفاق والمشاركة في انشطتها بما يؤدي إلى نقص في خبراته الاجتماعية المكتسبة وقدرته على إقامة علاقات شخصية معتدلة مما ينعكس سلبا على سماته الشخصية.

ولما كانت المحددات المكونة لشخصية الفرد تتبلور نتيجة لاختلاطه بالآخرين، لذا فان الصورة التي يكوّنها المعوق عن نفسه تتوقف إلى حد كبير على تلك الصورة التي يعتقد أن الآخرين كونوها عنه، ومن ثم يتوقف رد فعله في السلوك الانفعالي الصادر على تلك العلاقة بينه وبين المحيطين به.

من هذا فان انضمام المعوق للأندية، ومشاركته في برامجها وأنشطتها، من بينها الأنشطة البدنية الرياضية، تسهم في إثراء صحته النفسية، وإحساسه بالحرية، وتنمية بعض السمات الشخصية، التي تظهر في مواقف السلوك، كما توفر له فرص التغلب على الإعاقة، والتلاؤم معها، بما يزيد من تفاعله مع المجتمع، فهي وسيلة للاحتكاك بأكبر قدر ممكن بالأفراد الآخرين، والتعامل معهم بطريقة عادية وجيدة، حتى يندمج مع الغير ويزيد نموه الاجتماعي، إضافة إلى هذا يعتبر النشاط البدني الرياضي وسيلة ناجحة للترويح عن نفس المعوق، للتغلب على الحياة المملة ما بعد الإصابة، وهذا لزيادة الطاقة والحفاظ على الاسترخاء مما يؤثر إيجابا على مستوى هدوء الفرد

المعوق.

ولممارسة النشاط البدني الرياضي دور فعال في تنمية وتطوير بعض السمات الشخصية المقبولة للفرد المعوق تظهر خلال تعامله مع غيره كالانبساطية والحساسية اتجاه المواقف التي قد تحتم عليه التحكم في انفعالاته، فهو يساعد المعوق في وضع حدود لصورته الجسدية وتعلمه الصبر والهدوء والاستقرار والتحكم في السلوك والتصرفات، ومن هذا المنظور نلتزم الدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي إذ يعتبر عاملاً أساسياً لتنمية السمات ومقومات الشخصية،

## 2- مشكلة البحث :

وهذا ما أدى بنا إلى طرح التساؤل التالي:

- هل للنشاط البدني الرياضي المعدل دور في تنمية بعض السمات الشخصية لدى المعوقين حركياً؟

- وجاءت التساؤلات الفرعية على النحو الآتي:

- هل توجد فروق فيما يخص سمة الانبساطية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي؟

- هل توجد فروق فيما يخص سمة الاتزان الانفعالي بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي؟

## 3- أهداف البحث:

- معرفة أهمية الممارسة الرياضية وانعكاساتها الايجابية على السمات الشخصية للفرد المعوق حركياً.

-تحديد الفروق في السمات الشخصية بين الممارسين للنشاط الرياضي البدني المكيف وغير الممارسين له

-إعطاء صورة على تأثير ممارسة النشاط الرياضي الايجابي على المعوق حركيا من كل الجوانب ( البدنية، النفسية، الاجتماعية والتربوية. )

4- الفرضيات:

•الفرضية العامة:

-لممارسة النشاط البدني الرياضي دور فعال في تنمية بعض السمات الشخصية للمعوقين حركيا .

الفرضيات الجزئية:

1 -توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الانبساطية لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

2 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الاتزان الانفعالي لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

5- مصطلحات البحث:

- سمات الشخصية:

التعريف النظري:

السمات الشخصية هي استعداد دينامي أو ميل إلى نوع معين من السلوك يبدو أثره في عدد كبير من المواقف المختلفة.( محمد نعيمة، 2002ص14) .

التعريف الاجرائي:

ومن خلال بحثنا هذا فان السمات الشخصية هي مجموع الدرجات التي يقيسها مقياس آيزنك ، وكذا الاستبيان المقترح في الدراسة.

- النشاط البدني الرياضي المكيف:

### التعريف النظري:

وتعني الرياضات والألعاب التي يتم فيها التغيير لدرجة يستطيع المعوق غير القادر الممارسة والمشاركة في الأنشطة الرياضية، ومعنى ذلك هي البرامج الارتقائية والوقائية المتعددة، والتي تشمل على الأنشطة الرياضية والألعاب، والتي يتم تعديلها بحيث تلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها، ويتم ذلك تبعا لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود إمكانياتهم وقدراتهم. ( حلمي إبراهيم ، 1998ص48) .

### التعريف الاجرائي:

ومن خلال بحثنا هذا فالنشاط البدني الرياضي المكيف هو نشاط يتم تعديله حسب قدرات الأفراد المعوقين حركيا "الأطراف السفلى" والمتمثل في نشاط كرة السلة على الكراسي المتحركة، ونسعى به إلى تطوير وتنمية بعض السمات الشخصية للمعوقين حركيا.

- المعوق حركيا:

### التعريف النظري:

المعوق حركيا بصفة عامة هو الشخص الذي لديه سبب يعوق حركته، ونشاطه الحيوي نتيجة لخلل أو عاهة، كما يعرف على أنه الشخص الذي لديه عضلات أو مفاصل أو عظام بطريقة تحد من حركتها، ووظيفتها العادية وبالتالي تؤثر على تعليمه وحالته النفسية. (منال منصور بوحמיד، 1985ص45).

### التعريف الاجرائي:

ومن خلال بحثنا هذا فان المعوق حركيا هو الشخص الذي لديه عائق جسدي يمنعه من القيام بوظائفه الحركية بشكل طبيعي نتيجة مرض أو إصابة أدت إلى ضمور في العضلات أو فقدان في القدرة الحركية أو الحسية أو كليهما معا في الأطراف السفلية، فأصبح لديه نقص من حيث إقامة العلاقات الاجتماعية فيجد صعوبات في القيام بنشاطاته اليومية منها ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف، ويحتاج إلى وسائل للتنقل منها الكراسي والعربات... الخ، كما يحتاج أيضا إلى برامج طبية ونفسية واجتماعية وتربوية ورياضية ومهنية لمساعدته في تحقيق أهدافه الحياتية والعيش بأكبر قدر من الاستقلالية.

#### 6-الدراسات السابقة و المشابهة:

1دراسة فتاحين عائشة :دراسة التكيف النفسي البيداغوجي لدى المعوق جسميا: نموذج خاص بالمتعلم المعوق بصريا أو حركيا، أطروحة دكتوراه، معهد علم النفس وعلوم التربية، جامعة الجزائر، 2004،

درست الباحثة موضوع التكيف النفسي البيداغوجي لدى المعوق جسميا، نموذج خاص بالمتعلم المعوق بصريا أو حركيا، ولقد تمثلت أدوات البحث في مقياس الثقة في الذات من إعداد الباحثة، مقياس التكيف مع لية البيداغوجية ومقياس التوافق العلائقي، على العينة التي قدرت بـ 150 فردا 117 :فردا معوقا حركيا و 33 فردا معوقا بصريا، في مركزين للتكوين المهني للمعوقين، كما استعانت الباحثة بمجموعة الأفراد الممارسين لمختلف الأنشطة الرياضية المعدلة قدرت بـ 60 فردا من خارج المركزين، نظرا لعدم ممارسة الأنشطة داخلهما، وكانت أهم النتائج المستخلصة من البحث ما يلي:  
- أن التكفل البيداغوجي بالمعوق بصريا أو حركيا تساعده على تقبل إعاقته وعلى الثقة في الذات.

-يوجد هناك ارتباط كبير بين مؤشرات كل من مظهري التكيف مع الإعاقة، إذ أنه توجد علاقة بين تقبل الإعاقة وبين الثقة في الذات لدى المتعلم المعوق بصريا أو

حركيا، وتتمثل العلاقة أساسا في تأثير الثقة في الذات ايجابيا بتقبل الإعاقة، أي كلما ارتفعت درجة التقبل ارتفعت درجة الثقة في النفس.

-تساعد ممارسة الرياضة المكيفة المعوق بصريا أو حركيا على التكيف مع إعاقته.

2دراسة محمد سيد فهمي، 1995:

هدفت الدراسة إلى التعرف على الدور التي تلعبه الخدمة الاجتماعية في دعم وتطوير السلوك الايجابي لدى المعوقين جسميا، والذي تبين في الفرضية الجزئية السابعة من الدراسة التي جاءت كما يلي: تؤدي برامج وأنشطة المؤسسة إلى دعم السلوك الايجابي للمعوق ، وكان من أهم نتائج الدراسة مايلي:

-وجود ارتباط بين درجة الإعاقة والنشاط المقدم داخل المؤسسة، والمفروض أنه كلما كانت الإعاقة شديدة التأثير على الفرد، مال لممارسة الأنشطة البسيطة الهادئة التي لا تحتاج منه بذل جهد، أما إذا كانت ذات تأثير بسيط على قدرة الإنسان وقواه، كان من الممكن ممارسة الأنشطة التي تتطلب بذل الجهد.

-يفضل المصابين بشلل الأطفال ممارسة الأنشطة باستخدام الأجهزة التعويضية لكي يبينوا أنهم لا يقلون عن سواهم، وهذا ما يؤكد نظرية التعويض الزائد.

-هناك علاقة بين مناسبة أنشطة المؤسسة لقدرات المعوق الجسمية والقدرة على العمل في المستقبل.

وفي الأخير نوه الباحث بضرورة الاهتمام بالأنشطة والبرامج التي تساعد على دعم وتطوير السلوك الايجابي للمعوق جسميا(غريب سيد أحمد، 1995ص181).  
3دراسة جمعة خميس، 1981:

كان الهدف من الدراسة هو معرفة مدى تأثير برامج للأنشطة الرياضية على حالة الأشخاص المعوقين جسميا البدنية وتكيفهم النفسي، ولقد استخدم الباحث عينة قوامها 50حالة من المعوقين جسميا وتمثلت أدوات البحث في: استمارة جمع البيانات



بصورتها الأولية، تعطي تصور عن حالة المعوق من الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية، القياسات الجسمية (مقياس الطول، الوزن، محيط الصدر...)، ولقد توصلت النتائج إلى: زيادة مقدرة المعوق على الاعتماد على نفسه وانجاز متطلبات الحياة داخل وخارج مسكنه، تطور الحياة النفسية للمعوقين جسدياً من حيث زيادة الانبساطية والتقليل من درجة العصابية حسب مقياس أيزنك للشخصية، خلو العلاج الطبيعي من عنصر الترويح والمناقشة والتشويق يؤدي إلى ملل المعوقين جسدياً، وعدم الإقبال على جلساته، مما يعرقل الهدف المنشود من علاج وتأهيل نفسي وبدني، ارتفاع كفاءة التأهيل وقلة اعتماد المعوق جسدياً على الغير سواء في المقدرة على القيام بالأعمال الشخصية أو المعيشة اليومية). (السيد محمد محمد فرحات، 2004، ص102).

4\* - " دراسة بوقراب توفيق " : علاقة الانضمام الرياضي بالقلق لدى المعوقين حركياً تخصص كرة السلة (17-33 سنة)، مذكرة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2001.

درس الباحث الانضمام الرياضي وعلاقته بالقلق لدى المعوقين حركياً، استخدم الباحث المنهج الوصفي، وتمثلت أدوات البحث في مقياس القلق لـ "سبيلبرجر" والمقابلات العيادية مع الأفراد المستجوبين، تمثلت عينة البحث من 20 فرداً، عشر أفراد منضمين إلى فريق وداد بوفاريك لكرة السلة على الكراسي المتحركة، وعشر أفراد غير منضمين، وبعد التطبيق بينت النتائج عن وجود علاقة سلبية بين الانضمام الرياضي والقلق الذي يبديه المعوق حركياً، أي أن الانضمام الرياضي لم يكن فعالاً في خفض من درجة القلق، وفسر الباحث النتائج بالظروف الصعبة التي مر بها أفراد المجموعة المنضمة، والتي تمثلت في نقص الميزانية المالية تخللتها سلسلة من الانهزامات لذلك الموسم، وكنتيجة للمقابلات العيادية اقترح الباحث ضرورة التكفل البيكولوجي للمعوقين، حيث رأى المستجوبين أنه عنصر أهم لتطوير نتائجهم الرياضية وتحقيق الاندماج في المجتمع.

5- " دراسة خوجة عادل " : أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التكيف النفسي الاجتماعي لفئة المراهقين المعاقين حركيا داخل مراكز إعادة التأهيل الوظيفي: دراسة ميدانية، مذكرة ماجستير ، معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة الجزائر. 2002.

درس الباحث موضوع ممارسة النشاط البدني الرياضي ودوره في تحقيق التكيف النفسي الاجتماعي للمعوقين حركيا داخل مراكز التأهيل الوظيفي، استخدم الباحث المنهج التجريبي، وبعد تطبيق أدوات البحث والتي تمثلت في المقياس السوسيوميثري والاستبيان، على المجموعتين التجريبية والضابطة، توصل الباحث إلى أهمية ممارسة البرنامج المقترح في تحقيق التكيف النفسي الاجتماعي. لأفراد المجموعة التجريبية، توصل كذلك إلى أن النقص في الوسائل والأجهزة الرياضية المكيفة وكذا الإطارات المتخصصة، كل هذا يؤدي إلى عرقلة الدور الايجابي للنشاط البدني الرياضي، كذلك فان الفراغ القانوني في التشريع الرياضي المعمول به حاليا، حيث لا يوجد قانون خاص ينص على إلزامية ممارسة النشاط البدني الرياضي داخل المراكز الخاصة بفئة المعوقين وبالتالي فانه لا يحقق أهدافه على مستوى هذه الفئة.

الباب الأول:

الدراسة النظرية

الفصل الأول:

النشاط الحركي

و الإعاقة الحركية

**تمهيد:**

يعتبر النشاط البدني الرياضي من العمليات التربوية التي تنمي الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية لتحقيق النمو المتكامل للفرد.

فعندما وضعت أسس وقوانين النشاط الرياضي وجهت أهدافها وفلسفتها إلى أهداف سامية، واهتمت حديثاً بمعالجة قضايا الإنسانية، ومنها بشكل خاص فئة ذوي الاحتياجات، فأصبح يهدف إلى مساعدة هذه الفئة في الاندماج في المجتمع، وتنمية الصفات المرغوبة لتشكيل شخصية الفرد المعوق، والتغلب على الآثار النفسية السلبية التي تفرضها الإعاقة.

وسنتطرق في هذا الفصل إلى إعطاء نظرة حول تاريخ ظهور الرياضة المكيفة في العالم، وفي الجزائر، مع تعريف الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة، والغايات المنتظرة من ممارستها، وأسسها، وتصنيفاتها، مع ذكر بعض الأنشطة الخاصة بمبتوري الأطراف، وأسسها، وفي الأخير تبيان بعض الرياضات الخاصة بفئة المعوقين حركياً (أطراف سفلى).

**1-نبذة تاريخية حول الأنشطة الرياضية المعدلة:****1-1- في العالم:**

إن الهدف الأساسي لرياضة المعوقين هو إعادة الاتصال بالأشخاص المعوقين، ومعاونتهم للاندماج بالمجتمع بشكل ينمي ويطور ميولهم النفسية، وقدراتهم العقلية والجسمانية، ولا نعني بالرياضة هنا مجال التدريب الرياضي بل تتخطى ذلك إلى مفهوم شامل للتربية الرياضية التي تتخطى أهداف التدريب الحديث عن طريق البرامج الرياضية الشاملة، إن هذا المفهوم السابق لأهداف التربية الرياضية بشكل عام ورياضة المعوقين بشكل خاص هو ما كتبه الطبيب السيد "لودفيج كوتمان" مؤسس

الألعاب الرياضية للمعوقين عام 1956 في الرسالة المعلقة في الصالة الرئيسية في الملعب، والتي تنص على ما يلي: إن أهداف ألعاب ستوك ماند فيل هو انتظام المشلولين الرجال والنساء من جميع أنحاء العالم في حركة رياضية عالمية... وليس هناك أعظم عوناً يمكن تقديمه للمجتمع من المشلولين أكثر من مساعدتهم من خلال المجال الرياضي لتحقيق الصداقة والتفاهم بينهم، ولقد قام الطبيب "كوت مان" بتنظيم بطولة للرماية لبعض المعوقين من المحاربين القدماء عددهم 181 شخصاً بينهم امرأتان، كانوا في مستشفى "ستوك ماند فيل" في إنجلترا وقد كان تنظيم البطولة يعد حدثاً مهماً في تلك السنة 1948 التي صادفت أيضاً افتتاح الدورة الأولمبية لندن السادسة والتي افتتحها الملك جورج دس، اكتسب هذا الحدث أهمية من كونه يجمع عدد من الأشخاص ممن فقدوا بعض أجزاء أجسامهم في معارك الحرب العالمية الثانية، وممن فقدوا الأمل في الاندماج مع المجتمع العادي الذي يضم الأسوياء المتكاملين الأجسام، وأصبح التنافس سبيلاً في مسابقات الرمي بالقوس والسهم من على الكراسي المتحركة، وتشجيع أهلهم وأصدقائهم في الحديقة الصغيرة لمستشفى - ستوك ماند فيل - ثم سرعان ما أنشأ ملعب كبير وخصص لتنظيم البطولات الخاصة بالمعوقين - ستوك ماند فيل - وساعدت هولندا في إنشاء الملعب وكذلك تم تأسيس اتحاد دولي لألعاب ستوك ماند فيل للمعوقين عام 1948. (محمد رفعت حسن، 1977 ص 51).

وكانت بريطانيا هي البلد المضيف وهولندا ساعدت على تأسيس الاتحاد من خلال الأطباء الموجودين في مستشفى - ستوك ماند فيل - ، ولهذا فقد أعدت الدولتين هما المؤسستان للاتحاد الدولي لألعاب ستوك ماند فيل للمعوقين مما أعطاهما الحق بالاحتفاظ بالعضوية في هذا الاتحاد مدى الحياة. وقد أضيفت ألعاب أخرى في السنوات اللاحقة مثل لعبة البولينغ وكرة السلة والعباب

القوى، الساحة والميدان، والمبارزة والسباحة وتنس الطاولة ورفع الأثقال، وكانت ألعاب - ستوك ماند فيل - قد تعددت وتوسعت فيقام في كل سنة في مدينة ستوك ماند فيل عدة لقاءات رياضية كبرى هي:

-مباريات العاب ستوك ماند فيل الدولية.

-مباريات ستوك ماند فيل القومية الوطنية.

-مباريات الأطفال المصابين بعاهات متنوعة.

-مباريات الكبار المصابين بعاهات متنوعة.

تقام بطولة اولمبية للمعوقين في كل سنة تقام فيها البطولة الاولمبية الاعتيادية وفي البلد نفسه الذي تنظم فيه، وذلك ابتداء من عام 1960 وتعد مصر أول دولة عربية تشترك في الألعاب الرياضية الخاصة بالمعوقين والمقامة في مدينة ستوك ماند فيل وذلك عام 1972 واشتركت جمهورية السودان عام 1975 بلاعب واحد وبصفة غير رسمية يحمل شعار المعوقين الرياضي صورة ثلاثة عجلات متشابكة لكرسي متحرك تحمل شعار الصداقة، الوحدة، الروح الرياضية .(غسان محمد صادق، 1990ص16).

### 1-2 في الجزائر:

عرفت الاتحادية الجزائرية لرياضة المعوقين النور في 19 فيفري من سنة 1979 السنة التي أقرتها الأمم المتحدة السنة الدولية للأشخاص المعوقين، وتم اعتماد الاتحادية يوم 02 فيفري 1981.

### 1-2-1 أهداف الاتحادية:

- تطوير النشاطات الرياضية لفائدة كل المعوقين.
- توسيع هيكلية الرياضيين المعوقين داخل الرابطات والجمعيات.
- تنظيم التظاهرات الرياضية ( دورات، بطولات، ألعاب مدرسية).

- المشاركة المتصاعدة للرياضيين المعوقين في مختلف التظاهرات الدولية.
  - مساعدة وتشجيع البرامج التربوية والبحث والنشاطات التقوية.
  - البحث عن إدماج رياضة المعوقين في الحركة الرياضية الوطنية للأسوياء مع الحفاظ على هويتها.
  - 1-2-2-عضوية الاتحادية الجزائرية لرياضة المعوقين في الهيئات الدولية:
  - اللجنة الدولية للألعاب الأولمبية.
  - الكونفدرالية الإفريقية لرياضة المعوقين و ذوي العاهات.
  - الاتحادية الدولية للرياضات على الكراسي المتحركة.
  - الجمعية الدولية لرياضات الفئات الخاصة.
  - الاتحاد المغربي لرياضة المعوقين وذوي العاهات.
  - الاتحاد العربي لرياضة المعوقين (الاتحادية الجزائرية لرياضة المعوقين، 1999ص
- (10-9)

### 1-2-3-الرياضات الممارسة:

بعض الرياضات الممارسة حسب أصناف الإعاقة: \* إعاقة بصرية إعاقة حركية متخلفين ذهنيا \*

ألعاب القوى -كرة الهدف- السباحة -الجيدو -ألعاب القوى- كرة السلة - رفع الأثقال - السباحة- تنس الطاولة

### 2-النشاط البدني الرياضي:

#### 1-2-1-مفهوم النشاط البدني الرياضي:

يرى "الخولي أمين أنور" أن استخدام كلمة النشاط البدني كتعبير يقصد به المجال الكلي و الإجمالي لحركة الإنسان، وكذلك عملية التدريب والتشيط والتريص في مقابل



الكسل والوهن والخمول.

وفي الواقع فإن النشاط البدني بمفهومه العريض هو تعبير عام، يتسع ليشمل كل ألوان النشاط البدني التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام، وهو مفهوم أنثروبولوجيا أكثر منه اجتماعي، لأنه جزء مكمل، ومظهر رئيسي لمختلف الجوانب الثقافية لبني الإنسان، فنجد أنه تغلغل في كل المظاهر والأنشطة الاجتماعية (الخولي أمين أنور، 1996ص22).

ويرى " تشارلز ببتشر " أن النشاط البدني الرياضي ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق مختلف ألوان النشاط البدني الذي اختير بهدف تحقيق هذه المهام .( محمود عوض بسيوني ، 1992ص09)

أما "قاسم حسن حسين" فيعتبر النشاط البدني الرياضي ميدان هام من ميادين التربية عموماً، والتربية البدنية خصوصاً، ويعد عنصراً قوياً في إعداد الفرد الصالح، وتزويده بخبرات ومهارات حركية تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي للوجهة الايجابية، لخدمة الفرد نفسه ومن خلاله خدمة المجتمع.( قاسم حسن حسين، 1990ص65).

وعليه من خلال العرض السالف للتعريف المختلفة للنشاطات البدنية و الرياضية، نجد أنه يمكن استخراج العناصر المشتركة لمفهوم النشاط البدني الرياضي وهي:

-أن النشاط البدني الرياضي جزء مكمل للنظام التربوي العام .

-مختلف الأنشطة في مجال النشاط البدني الرياضي هي وسائل لاكتساب الخبرات

السلوكية.

- أن النتائج والمكتسبات السلوكية الناتجة عن ممارسة النشاط البدني الرياضي لا تنمي الجانب البدني فقط بل تنمي جميع الجوانب الأساسية للشخصية.

## 2-2 علاقة النشاط البدني الرياضي بالتربية العامة:

يعد النشاط البدني ميدانا من ميادين التربية العامة إذ يلعب دورا كبيرا في إعداد الفرد الصالح، حين يزوده بمهارات واسعة، وخبرات كبيرة تسمح له بالتكيف مع مجتمعه الذي يعيش فيه، وتمكنه من مسايرة الركب الحضاري، هذا ما زاد في أهمية النشاط البدني وصورته التربوية الجديدة ونظمه، وقواعده السليمة.

ويقصد "ببوتشر" بالنشاط البدني تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط التي تنمي وتصون جسم الإنسان، فحينما يلعب الإنسان أو يسبح أو يمشي أو يتدرب على المتوازي، أو يمارس التزلج أو يياشر لون من ألوان النشاط البدني التي تساعد على تقوية جسمه وسلامته، فان عملية التربية تتم في نفس الوقت، وهذه التربية هي التي تجعل حياة الإنسان أكثر رغدا، فعن طريق برنامج النشاط البدني الموجه توجيها صحيحا يكتسب الأطفال المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة، وينمون اجتماعيا، كما أنهم يشتركون في نشاط من النوع الذي يضي على حياتهم الصحية باكتسابهم الصحة البدنية والعقلية. (تشارلز ببوتشر، 1964 ص 33.34)

فالنشاط البدني حسب "محمود عوض بسيوني" يرجع بالفائدة على الصحة الجسدية، والمهارات الحركية الأساسية تؤدي إلى حياة أبهج، كما أنها تقوي الخلق وترقى بالعادات الإنسانية، كما نلاحظ أن الممارسة الرياضية في صورتها التربوية الجديدة، ونظمها وقواعدها وأسسها العلمية السليمة وبألوانها المتعددة، تعد ميدانا من ميادين التربية وعنصرا خصباً وقوياً في إعداد المواطن الصالح بتزويده بخبرات ومهارات

واسعة، تمكن الممارس من أن يتكيف مع مجتمعه وتجعله قادرا على أن يشكل حياته وتمكنه وتساعده على مسايرة العصر في تطوره ونموه، ويستطيع المرء أن يدرك بسهولة تامة أهمية الدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي في التربية الشاملة الحديثة إذا علم بمدى مشاركته في التنمية الشاملة للإنسان جسميا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا. (محمود عوض بسيوني 1992 ص.11.13). ومن هنا نرى أن النشاط البدني والرياضي يعتبر جزءا بالغ الأهمية في عملية التربية العامة ويعتبر أيضا جزءا حيويا منها، فعن طريق النشاط الرياضي الذي يمارس بتوجيه و إشراف، يكتسب الأطفال المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة تساعدهم على النضج الاجتماعي واكتساب الصحة الجسمية والعقلية، لهذا كان النشاط البدني والرياضي ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق من الناحية البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية، وذلك عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية المتنوعة التي اختيرت بطريقة معينة لتحقيق هذه الأغراض. (سلامة بهاء الدين 1992 ص.28.29 )

### 3-النشاطات البدنية و الرياضية المكيفة:

النشاطات الرياضية المكيفة هي كل الحركات والتمارين وأنواع الرياضات التي يستطيع ممارستها الفرد المحدود القدرات من ناحية قصور بعض الوظائف الجسمية الكبرى، وهي عبارة عن مجموعة من الرياضات الفردية والجماعية تتضمن ألعاب القوى، السباحة، الفروسية، سباق الدراجات، الجمباز، تنس الطاولة، الجيدو، الرمي بالقوس، رفع الأثقال، التزلج، التزلج الفني، كرة القدم، كرة السلة، كرة اليد، الطائرة، كرة المرمى وغيرها من الأنواع الرياضية، والأنشطة البدنية والرياضية المكيفة هي مجموعة من الاختصاصات الرياضية تمارس من طرف مجموعتين وقسمين من الأفراد المعوقين:

-الأفراد الذين لهم محدودية في القدرة على اقتناء المعلومات وعلى مستوى الاختلاف الوظيفي، وفي عامل التنظيم النفسي الاجتماعي.

-الأفراد الذين لهم اضطرابات نفسية. وتتضمن النشاطات البدنية الرياضية المكيفة عدة أنواع:

-النشاطات الرياضية التنافسية.

-النشاطات الرياضية العلاجية.

-النشاطات الرياضية الترويحية.

3-1 أغراض النشاط البدني و الرياضي المعدل:

للنشاط البدني المكيف أغراض عديدة منها النمو العقلي والنمو الحركي والنمو البدني والنمو الاجتماعي والنفسي حيث أن ممارسة المعوق للفعاليات والأنشطة الرياضية تحقق له هذه الأغراض:

3-1-1 النشاط البدني والرياضي لغرض النمو البدني:

إن ممارسة الأنشطة والفعاليات الرياضية للمعوقين تساعد على بناء الكفاءة البدنية عن طريق تقوية وبناء أجهزة الجسم بواسطة هذه الفعاليات، وتمكن الفرد المعوق من تحمل المجهود البدني ومقاومة التعب، وتلعب الفعاليات الرياضية التي تشمل العضلات الكبيرة دورا هاما في بناء أجهزة الجسم الحيوية، كالجهاز الدوري والجهاز التنفسي ويرى "مروان عبد المجيد" أن الشخص المعوق الذي ينعزل عن العالم يجلس على كرسيه ليرى المجتمع من خلاله وتركه الأنشطة الرياضية سينتج عنه خوار في الجسم وتصلب في المفاصل وتهور في العضلات وضمورها، وهذا سيؤدي بطبيعة الحال إلى تشوه في التركيب الجسمي وظهور بعض التشوهات في القوام نتيجة للجلوس الطويل، لذا فإن ممارسة المعوق للأنشطة الرياضية ستعمل على محاربة هذه العيوب والتشوهات وتساعد على النمو الطبيعي وما ينتج عنها من تكوين الجسم القوي والمتناسق، وبذلك فإن النشاط البدني والرياضي كفيل في نمو وبناء الشخص المعوق وتأهيله تأهيلا صحيحا وسليما كي يصبح قادرا على العمل والإبداع. (مروان عبد المجيد، 1997ص-110).

ويقول "حنفي محمد" ان الممارسة الرياضية تعمل على رفع القدرات العلمية إضافة إلى تطوير القوة العضلية وكذلك الرشاقة والمهارات الحركية المختلفة، والتي هي في

المستطاع، وتعمل أيضا على التنسيق بين الحركات وبين مختلف عمل الأعضاء سواء في القسم السفلي أو العلوي وتسمح المهارات الحركية للمستفيدين من خفض الاصطدام مع الإعاقة وامتلاك استقلال ذاتي (حنفي محمد سنة 1995 ص18) .

### 3-1-2 النشاط البدني والرياضي لغرض النمو العقلي:

يسعى النشاط البدني الرياضي إلى جعل الجسم نشيطا قويا، وذلك لان أداء الحركات الرياضية تحتاج إلى تركيز ذهني كما أنها تجعل الجسم صحيحا قادرا على العمل. يقول "عبد المجيد مروان" أن النشاط الرياضي ليس زينة أو مجرد العاب يمارسها المعوق لقضاء وقت الفراغ، وإنما يعد جانبا أساسيا في العملية التربوية فهي تسعى لزيادة قابلية الفرد المعوق واكتسابه المعلومات المختلفة، ولكي يتعلم مهارة رياضية معينة أو لعبة ما فإنه يجب أن يستعمل تفكيره الخاص ونتيجة لهذا الاستعمال تحدث المعرفة لتلك المهارة أو الفاعلية، كما أن ذلك يقود إلى استعمال التوافق العضلي العصبي فعن طريقة الممارسة المستمرة للنشاط البدني والرياضي تنمو قدرة الفرد على التفكير والتصور والتخيل والإبداع.

### 3-1-3 النشاط البدني والرياضي لغرض النمو الحركي:

يقصد بالنمو الحركي أداء الحركة الرياضية بأقل جهد ممكن وبرشاقة وكفاءة عالية وهذا يعتمد على العمل المتناسق الذي يقوم به الجهازان العصبي والعضلي للشخص المعوق، وهي بذلك تسعى إلى مساعدة الفرد في عمله اليومي بكفاءة واقتدار وتعمل على مساعدته في السيطرة على درجة أدائه للمهارات الحركية، ولذلك كان لزاما على الفرد المعوق أن يمارس الأنشطة الرياضية والمهارات البدنية لكي يكتسب التوافق اللازم لأداء الحركة.

كما أن التمارين البدنية تنمي النشاط والشجاعة والصحة وتساعد على تكوين الجسم وتربيته تربية متزنة فتكسبه مرونة تمكنه القيام بحركات واسعة النطاق كبيرة المدى في المفاصل، وتقوي أجزائه المختلفة باتزان وتناسق، كما أنها تزيد من انتفاعه في علاج تشوهات القوام التي تحصل جراء عدم الحركة كما أن عدم حركة الأجزاء الصحيحة للجسم تعمل على ضمور العضلات وجعلها غير قادرة على العمل الحركي المهم لبناء

القدرات والكفاءات لدى المعوق (مروان عبد المجيد، 1997ص108-109).

### 3-1-4 النشاط البدني والرياضي لغرض النمو النفسي والاجتماعي:

يقول " محمد عوض بسيوني " أن من أغراض النشاط الرياضي مساعدة الشخص المعوق للتكيف مع الأفراد والجماعات التي يعيش معها، حيث أن ممارسته للفعاليات والأنشطة الرياضية تسمح له بالتكيف والاتصال بالمجتمع وهو يهدف إلى تطوير قدرات الفرد من الناحيتين الفيزيولوجية والنفسية بالقضاء على الاضطرابات والتصرفات النفسية والتحكم أكثر في الجسم وتكيفه المستمر مع الطبيعة ( محمود عوض بسيوني، 1992ص17).

فممارسة الألعاب الرياضية المختلفة حسب " عبد المجيد مروان " تنمي في الشخص المعوق الثقة بالنفس والتعاون والشجاعة فضلا عن شعوره باللذة والسرور للوصول إلى النجاح عن طريق الفوز، كذلك تساعده في تنمية الشعور نحو الجماعة <الانتماء > ونحو الحياة الرياضية والذي يساعده في نموه لكي يكون مواطنا صالحا يعمل لمساعدة مجتمعه، كما أن للمجتمع والبيئة والأسرة والأصدقاء الأثر الكبير في نفسية الفرد المعوق، ولذلك فإن نظرة المجتمع إليه ضرورية ولها أهدافها وممارستها ( مروان عبد المجيد، 1997ص110 ).

### 3-2 أهمية النشاط البدني والرياضي للمعوق حركيا:

تعد الممارسة الرياضية ذات أهمية قصوى للمعوقين حركيا بما يفوق أهميتها للأصحاء فضلا عن كونها ذات أهداف علاجية وبدنية ونفسية واجتماعية وتأهيلية، وفيما يلي سنتناول أهمية النشاط الرياضي للمعوقين حركيا:

### 3-2-1 النشاط البدني والرياضي كوسيلة علاجية:

تعد ممارسة النشاط البدني للمعوقين حركيا وسيلة طبيعية للعلاج على هيئة تمارين علاجية تأهيلية، وكأحد المكونات الهامة للعلاج الطبيعي، والتي تساهم بدرجة كبيرة في استعادة اللياقة البدنية للمعوق مثل: استعادته للقوة العضلية ومهارة التوافق العضلي العصبي، التحمل، السرعة، المرونة، وبالتالي استعادته لكفاءته ولياقته العامة في الحياة. (أسامة رياض ، 2000ص22)..

وبعد النشاط الرياضي وسيلة مرغوبة ومؤثرة في العلاج النفسي والاجتماعي من قبل الأفراد والمجتمع عموماً، وهي وسيلة علاج غير مباشرة تبتعد عن فكرة تخسيس الفرد أو إخباره بأنه مريض، لكن شأن النشاط الرياضي مثل كل وسائل العلاج الأخرى يجب أن تتبع أسس ومبادئ علمية سليمة لتحقيق الهدف بأفضل مستوى.

### 3-2-2 النشاط البدني والرياضي كوسيلة ترويحوية:

لرياضة المعوقين جوانب ايجابية عميقة توفق كونها علاجاً بدنياً لهم فيتعدي الأمر كونها وسيلة ناجحة للترويح عن نفس المعوق كما تشكل جانباً مهماً من استرجاعه لعنصر الواقعية الذاتية والصبر والرغبة في اكتساب الخبرة والتمتع بالحياة، وتساهم الرياضة الترويحوية بدور ايجابي كبير في إعادة التوازن النفسي للمعوق للتغلب على الحياة الرتيبة والمملة ما بعد الإصابة، وتهدف الرياضة الترويحوية هنا إلى غرس الاعتماد على النفس والانضباط وروح المنافسة والصدقة لدى المعوق، وبالتالي تدعيم الجانب النفسي والعصبي لإخراج المعوق من عزلته التي فرضها على نفسه في المجتمع (مروان عبد المجيد، 1997ص، 111-112)

### 3-2-3 النشاط البدني و الرياضي كوسيلة لإدماج المعوق حركياً في المجتمع:

من الأهداف النبيلة لممارسة النشاط البدني والرياضي للمعوقين إعادة تأقلمهم والتحامهم بالمجتمع المحيط بهم بمعنى تسهيل وسرعة استفادتهم وإفادتهم للمجتمع، ويقول "أسامة رياض" إن النشاط الرياضي يلعب دوراً في التأثير على الفرد للتخلص من الانطوائية والعدوانية والأزمات النفسية إضافة إلى بعض الأمراض الأخرى كعدم الانتباه أو عدم التركيز أو عدم تقييم المسافة أو عدم تقدير الزمن وإضافة إلى كل ما تقدم فالنشاط الرياضي يكون فعال أيضاً في علاج بعض الأمراض الاجتماعية ويعمل على لم شمل الأفراد وجعلهم جماعة واحدة تعتز بنفسها مما يحقق العمل الجماعي واحترام الذات كما انه مبني أساساً على الاختلاط وإقامة وتطوير العلاقات فهو يضطر الأفراد والجماعات إلى الاختلاط ببعضهم البعض كلاعبين أو مشاهدين. (أسامة رياض، 2000 ص، 23).

## 3-3 تصنيف الرياضة للمعاقين . :

يوجد العديد من الآراء في تصنيفات الرياضة للمعوقين، وفيما يلي تصنيف جامع و شامل لعدد من وجهات النظر كما يبينها "إبراهيم حلمي":

## 3-3-1 الرياضة العلاجية:

تعد ممارسة الرياضة للمعوقين إحدى وسائل العلاج حيث تؤدي على هيئة تمارين علاجية كإحدى طرق العلاج الطبيعي التي تسهم في تأهيل المعوقين بالإضافة إلى امتدادها بعد الجراحة و الجبس ... وخاصة في الكسور وتأهيل مصابي العمود الفقري والنخاع الشوكي كالشلل النصفي والرباعي ويستمد هذا الأثر الإيجابي للتمارين في تأهيل المعوقين ومساعدتهم على استعادة اللياقة البدنية من قوة ومرونة وتحمل وتوافق عضلي عصبي واستعادة لياقة الفرد للحياة العامة وما يصادف فيها إلى ما بعد خروجه من المستشفى ومراكز التأهيل حيث تلعب الرياضة التأهيلية دورا هاما في هذا المجال

## 3-3-2 الرياضة الترويحية:

من الآثار الإيجابية لرياضة المعوقين تنمية الجانب الترويحي حيث تعد وسيلة ناجحة للترويح النفسي للمعوق فهو يكتسب خبرات تساعده على التمتع بالحياة، فمن المعلوم أن الرياضة الترويحية تتدرج من ألعاب هادئة كألعاب التسلية إلى ألعاب عنيفة مثل تسلق الجبال كما يختلف المجهود

المبذول في الرياضة الترويحية كالشطرنج عن المجهود المبذول في رياضة تنافسية كالسباحة أو ألعاب المضمار.

ويتعدى اثر المهارات الترويحية الاستمتاع بوقت الفراغ إلى تنمية الثقة بالنفس والاعتماد على ذاته، والروح الرياضية، وعمل صداقات تخرجه من عزلته، وتدمجه في المجتمع.

## 3-3-3 الرياضة التنافسية:

يهدف هذا النوع من النشاط الرياضي إلى الارتقاء بمستوى اللياقة والكفاءة البدنية كما تتضمن رياضات المستويات العليا.

والواقع أن الرياضة التنافسية تعتمد على التدريب العلمي السليم والتطوير في الأدوات



والإمكانات، والطب الرياضي، ويجب الالتزام في تلك الرياضة التنافسية بالقواعد والقوانين الخاصة بالأداء كما يجب الالتزام بالتقسيمات الفنية والطبية التي تعتمد على درجة اللياقة البدنية أو النفسية والعصبية للمعوق، ومستوى الإصابة وذلك قبل المشاركة في الأنشطة التنافسية حتى يتحقق مبدأ العدالة بالإضافة إلى الاستفادة الكاملة من المشاركة وتجنباً لحدوث أي مضاعفات طبية تؤثر على حياة المعاق.

3-3-4 رياضات المخاطرة:

يشير هذا النوع من الرياضات إلى الأنشطة التي تزداد فيها المخاطرة بدرجة كبيرة وقد تمارس فردية أو جماعية، مثل التزلج على الجليد، سباق السيارات والدراجات، لذلك لا بد من إتباع تعليمات الأمن والسلامة وخاصة في الرياضات التي تحتاج إلى درجة عالية من الأداء الفني.

3-3-5 الرياضة الاجتماعية:

حيث يرتبط بالتأهيل المهني الذي يساعد المعوق على إعادة تكيفه مع المجتمع وذلك بتدريب المعاق على ممارسة مهنة سابقة أو جديدة تبعاً لنوع إعاقته ودرجتها وميوله. كما يمكن اشتراك المعاقين مع الأسوياء في الممارسة حتى يعتادوا الاندماج بالمجتمع ونذكر بعضاً من تلك المنافسات المشتركة، كرمية السهم، تنس الطاولة (الشلل والبتير) السباحة للمعاقين بالبتير، المكفوفين، الصم.

3-3-6 المشاركة السلبية:

من المعلوم أن هذا النوع يقوم على المشاركة المعتمدة على المشاهدة الرياضية سواء أمام التلفزيون أو حضور المباريات في الملاعب، ومثال ذلك مباريات كرة القدم وكرة السلة وكرة اليد... ويشترك الأسوياء مع المعوقين في هذا النوع، حيث تساهم في إزالة القلق والتوتر النفسي والحد من العدوان، ومما لا شك في أن ذلك يؤدي إلى التغلب على روتين الحياة، ويقطع الملل بالاندماج في المشاهدة. ( حلمي إبراهيم، 1998، ص51-52) .

## الإعاقة الحركية :

تلعب المهارات الحركية دورا بالغ الأهمية في حياة الإنسان فهي ضرورية لتأدية كافة النشاطات في الحياة اليومية، وتعتبر أساسية في تأدية الواجبات الحياتية والمهنية كذلك فإنها تلعب دورا حيويا في النمو المعرفي الذي يعتمد على قدرة الفرد على التنقل، والحركة والتعامل مع المحيط بكل تعقيداته وتناقضاته فحدوث الإعاقة الحركية يعني أن المعوق قد فقد القدرة على القيام ببعض الأعمال حيث لا تقتصر فقط على صعوبة التنقل، بل تشمل وظائف الأطراف التي تعتمد على عملية التحرك فتؤثر الإعاقة الحركية على سلوك الفرد وتصرفاته، حيث يصبح الشعور بالنقص والعجز عاملا فعالا في النمو النفسي للفرد، وتتسبب عنها اضطرابات نفسية مختلفة تعيق الحياة الطبيعية للفرد .وسنتناول في هذا الفصل مفهوم الإعاقة الحركية عند العديد من الباحثين، وتصنيفاتها وجهود الدولة لرعاية هذه الفئة، كما نتناول مختلف المشاكل والصعوبات التي يلاقيها المعوقين ونظرة المجتمع إليهم.

## 1-المعوقون وتطور نظرة المجتمع إليهم عبر التاريخ:

## 1-1- نبذة تاريخية عن المعوقين:

لم يكن الاهتمام الذي أبداه العالم حديثا لموضوع الإعاقة وليد الصدفة أو بدافع الرغبة في دمج المعوقين في المجتمعات شفقة عليهم، بقدر ما كان استفاقة من سبات طويل، وتصحيحا لمجموعة من الأخطاء التي تراكمت عبر قرون عديدة من الزمن. ومما لاشك فيه عبر كل العصور أن التعوق لم يكن أمرا مقبولا من الإنسان ولا مرغوبا فيه لذا حارب الإنسان التعوق حربا شعواء منذ القدم، ولم يختلف هذا المبدأ جيلا بعد جيل، وإنما اختلفوا في الأسلوب، فاليونانيون منذ ثلاثة آلاف سنة أقاموا دعائم حضارتهم على القوة الجسدية، كانوا لا يتورعون في إلقاء الأطفال الضعفاء والمرضى وناقصي النمو في العراء لتجد الوحوش فرصتها لفتك بهم، وفي روما القديمة وجدوا حلا آخرًا للمعوقين، حيث اتخذ الرومان من المتخلفين عقليا مادة للترفيه والتسلية في عصر المجون والانحلال التي سادت الحضارة الرومانية في فترة من الفترات وقد

سمحت بعض الشعوب القديمة بالقضاء على المعوقين إذ كانوا يرون فيهم عبثا على المجتمع، فكان المعاق يعزل بحيث لا يمكنه الخروج إلا بإذن خاص، وأحيانا أخرى كانوا لا يخرجون من معتقلاتهم بدون الآلات الصوتية التي تنبه الأصحاء لكي يبتعدوا عن طريقهم، وكانوا يلزمون بوضع قفازات في أيديهم خوفا من انتقال العدوى إلى الغير. ففي أثينا كان أفلاطون يرى أن المعوقين يشكلون ضررا للدولة والسماح لهم بالتنازل يؤدي إلى إضعاف الدولة، سيما وأنه كان يطمح بإنشاء جمهورية مثالية قادرة على حماية نفسها، وتمهيدا

فقد دعا أفلاطون إلى نفيهم خارج الدولة، وعدم السماح لهم بدخولها حتى ينقرضوا بخارجها، ولا يبقى بالدولة سوى الأذكاء والقادرين على الدفاع على الوطن، أما في اسبرطة التي كانت تهتم بالأمور الحربية والعسكرية فلم يكن يصلح بين أبنائها الضعيف والمريض والمعوق، فكان القانون الاسبرطي ينص على التخلص منهم عن طريق تعرضهم للبرد القارس، أو إلقائهم في نهر (أورناس) لكي يموتوا غرقا (مروان عبد المجيد، 1997ص20).

وعند الدولة الرومانية فقد كانت التقاليد الدينية تنص على وضع الطفل عقب ولادته مباشرة عند قدمي والده، فإما أن يرفعه من الأرض وبهذا يصبح الطفل عضوا نافعا في أسرته، أو يعرض عنه بسبب تشوه خلقته أو إصابته بعجز فيلقى به إلى الطريق ليصبح من الرقيق أو المضحكين إذا كتب له الاستمرار في الحياة.

وقد ذكر "أرسطو" المعلم والفيلسوف اليوناني بأن الطفل الأصم الأبكم غير مجدي تعليمه لعدم قدرته على الكلام، أو فهم ما يدور حوله من حيث اعتقاد هذا الفيلسوف بأن الكلام هو الوسيلة الهامة للتعلم، لذلك كان يرى أن الأعمى أقدر بكثير من الأصم الأبكم.

وتعتبر العصور الوسطى بأوروبا بما صاحبها من مظاهر الجمود الفكري، وطمس الأفكار المعارضة لاتجاهات الكنيسة، عصر نكبة حقيقية للمعوقين، فكانت النظرة

إليهم نظرة خوف، لاعتقادهم بأنهم أشخاص غير جديرين بالاختلاط، ويجب الابتعاد عنهم وعدم الاحتكاك.

وعندما جاء الإسلام وما حمله من تعاليم المحبة والتسامح والإخاء بين البشر، فقد تميز المجتمع الإسلامي بالاهتمام الشديد برعاية المعوقين، وخصص لهم من يساعدهم على الحركة والتنقل وأحسن المسلمون على حسن معاملتهم للمعوقين، واعتبرت حالة العوق اختباراً من الله

سبحانه وتعالى ففي الحديث الشريف عن الرسول (ص) قال <>: إن الله إذا أحب عبده ابتلاه فإذا صبر اجتباه وإن رضي عنه اصطفاه وإن يبس نفاه وأقصاه. وقال تعالى <> ليس على الأعمى حرج ولا على الأعرج حرج ولا على المريض حرج << (سورة الفتح، الآية 17).

وقد دعا الإسلام إلى حسن معاملة المعوق، والاهتمام به قال تعالى في كتابه العزيز <> عبس وتولى أن جاءه الأعمى وما يدريك لعله يزكى أو يذكر فتنفعه الذكرى << (سورة عبس، الآية 1-2-3-4).

ولم يكتفي الإسلام عن حد الأذى المادي عن المسلم دون تفرقة ما بين معوق وسوي، وإنما طلب كفا الأذى المعنوي المتمثل في النظرة والكلمة والإشارة، وغيرها من وسائل التحقير أو التصغير أو الاستهزاء، وذلك وفق تعاليم الدين الإسلامي، قال تعالى <> يا أيها الذين آمنوا لا يسخر قوم من قوم عسى أن يكونوا خيراً منهم << (سورة الحجرات، الآية 11).

وفي العصر الحديث عملت الثورات الاجتماعية على الاهتمام بالإنسان، والاهتمام بحقوقه وتخليصه من الظلم، مما ولد الاهتمام بالضعفاء والمعوقين والبحث عن وسائل لرعايتهم، وفي أعقاب الحرب العالمية الأولى كانت الأعداد الهائلة من المعوقين الذين تخلفوا عن الحرب عاملاً هاماً في البحث عن وسائل لرعايتهم، فبدأ التأهيل مصحوباً بصبغة اقتصادية تدعوا إلى الاستفادة بطاقات المعوقين المهنية في الإنتاج، مما أدى إلى إنشاء أولى معاهد التأهيل المهني في الولايات المتحدة الأمريكية عام ،

(1920) فقد تطورت الأساليب والنظريات التي تبحث في هذا المجال، وذلك لتطور النظريات التربوية والاجتماعية والنفسية، حيث بدأت المجتمعات المتحضرة تنظر إلى المعوق بنظرة تفاؤلية وإنسانية. ( مروان عبد المجيد ، 1997ص15 ).

واستمرت هذه النظرة إلى أعقاب الحرب العالمية الثانية، وصحب ذلك التطور الهائل في الجراحة الذي جاء نتيجة للتدمير البشري خلال الحرب العالمية الأولى، والتطور في صناعة الأجهزة التعويضية الذي صحب التطور التكنولوجي بصفة عامة، كما عمل الأطباء والمهندسون، والرياضيون، والاجتماعيون على البحث فيما يساعد الفرد المعوق من وسائل تكنولوجية، واجتماعية و نفسية، كي يحيا في بيئته حياة مناسبة، ويقوم بأنشطته اليومية بأقل جهد ممكن ( مروان عبد المجيد ، 1997ص27-28). وفي هذا العصر كما يقول " حلمي إبراهيم " إن حضارة الأمم تقاس الآن بمقدار ما تقدمه من رعاية للمعوقين، وقد أمكن في هذا القرن تحقيق الانتصارات العلمية في العديد من العلوم المرتبطة بمجال المعوقين كالطب والعلاج الطبيعي وعلم النفس... الخ، كما أجريت الأبحاث على

الإعاقات المختلفة، وخاصة بعد الحروب الأخيرة في هذه الحقبة الزمنية، والتي ترتب عنها زيادة عدد المعاقين فأصبحوا بالملايين في العالم فكان لابد من الجهود المنظمة والعلمية للعناية بغير القادرين، وتختلف درجة العناية فيما بين المجتمعات وفقا للأسس الفكرية السائدة، ومستواها الاقتصادي كما أصبحت رعاية المعاقين حقا مشروعاً لهم وواجبا حتميا على الدول . وقد أصدرت المنظمة الدولية وهيئاتها مواثيق تحدد حقوق الإنسان والحدود الدنيا لمستوى معيشة الفرد العادي والمعوق وفيما يلي ما يخص المعوقين.

-كفالة حق المعوق في الحياة الكريمة مهما بلغت درجة الإعاقة.

-يجب استغلال قدرات المعوق حتى لا يحرم من حقوقه الطبيعية والإنسانية.

-يفضل إنشاء مجتمعات خاصة بالمعوقين حفاظا على حياتهم وتأكيدا على ممارستهم للحياة العادية.

- يجب على المجتمعات الاستفادة من البحوث العلمية لرعاية المعوقين.
- عجز الإنسان نسبيا، وليس كليا، ولكل إنسان سمات قوة وضعف في شخصيته سواء كانت عقلية أو نفسية أو جسمية أو اجتماعية.
- يجب تدريب المعاق ورعايته حيث أن العناية بالمعوقين ذات قيمة اقتصادية وأخلاقية ذلك لكي يعتمد على نفسه، ولا يصبح عالة على المجتمع. ( حلمي إبراهيم، 1998ص23-24).

ومما سبق يظهر تغيير نظرة المجتمعات اتجاه المعوقين، وذلك بالاهتمام بالرعاية الكاملة لهم باعتبارهم أعضاء قادرين على الإنتاج في المجتمع كما سنت المنظمات والهيئات والقوانين لرعايتهم .

### 1-2 رعاية المعوقين صحيا واجتماعيا في الجزائر:

أولت الجزائر في السنوات الأخيرة كما يوضح " تركي رابح " اهتماما كبيرا بالأشخاص المعوقين وعملت على محاولة إدماجهم في الحياة الاجتماعية والاقتصادية، ليصبحوا قوة منتجة أولا، ثم الشعور بمكانتهم في المجتمع ثانيا، وبالتالي إدماجهم مع الآخرين، وهو شيء مهم في حياة المعوق.

### 1-3 العلاج المجاني لجميع المواطنين بما فيهم المعوقين:

إن العلاج والدواء في الجزائر مجانا لكافة المواطنين منذ عدة أعوام إذ تتكفل الدولة بكل أنواع العلاج في المستشفيات الكبيرة والصغيرة على حد سواء وترعى العجزة والمعوقين جسديا أو ذهنيا وقد جاء في الميثاق الوطني بخصوص كفالة الدولة الجزائرية لعلاج المواطنين أو ما يطلق عليه اسم الطب المجاني ما يلي : تتكفل الدولة في ميدان الصحة بحماية وصيانة وتحسين مستوى صحة السكان بالإضافة إلى ذلك فان نشاط الصحة العمومية يجب أن يساهم في رقي الإنسان وإعداده لان يعيش في عالم هو في تحول مستمر نفسيا واجتماعيا وثقافيا.

كما يمثل الطب المجاني قاعدة نشاط الصحة العمومية في الجزائر، وإن تطبيقه الفعلي على مستوى مجموع السكان، يستلزم توسيع الهياكل الصحية، وتوزيعها توزيعا عادلا

عبر كل أنحاء البلاد، كما يستلزم تنظيم مهنة الطب وتوزيع الأدوية التي يجب أن توجه أساسا نحو القضايا الصحية للمجتمع، ويتطلب أيضا متابعة الجهود المعتبرة الجارية من أجل تخريج الأطباء، وتكوين عمال الصحة، وبناء المستشفيات، وإنتاج الأدوية وتوفيرها. ( تركي رابح ، 1982ص101) .

#### 4-1 حماية الأمومة والطفولة والرقابة الصحية في المدارس:

تطوير حماية الأمومة، والطفولة والوقاية الصحية في المدارس، والنشاطات المتعلقة بالتغذية، طب العمل ومكافحة الآفات الاجتماعية، ونشرا للطب الوقائي بكيفية تسمح بإعطاء الصحة العمومية.

#### 5-1 طب العمل:

توضع في نطاق طب العمل هياكل مختصة متصلة بمشاكل جديدة التي تظهر مع زيادة الإصابات البدنية مثل الحرائق الخطيرة أو النفسية مثلا تلك التي تترتب على حوادث الشغل .

#### 6-1 منح عناية خاصة في الرعاية الاجتماعية للمسنين والمعوقين :

في نطاق سياسة البلاد الاجتماعية تمنح عناية خاصة إلى الأشخاص المسنين أو المعوقين الذين ليست لهم مداخل بصورة تجعلهم مؤمنين من البؤس والتشرد مما يسمح بالمساهمة في القضاء على جميع عوامل التسول.

#### 7-1 المعوقون عقليا أو بدنيا :

تتدخل الدولة لصالح المتخلفين عقليا أو بدنيا بكيفية تهدف علاجهم، وإعادة دمجهم اجتماعيا، بفضل تعليم وتكوين مكيفين حسب ظروفهم الخاصة، ويجب أن يراعي التشريع فيما يضعه من إجراءات تتعلق باليد العاملة المتخلفين عقليا أو بدنيا، ويجب أن تنشأ مراكز تكوين مهنية

ملائمة لتعليم هؤلاء الأفراد، حيث تضمن المرسوم رقم 80-59 المؤرخ في 11 ربيع

الثاني سنة 1400 الموافق لـ 08 مارس 1980 إحداث المراكز المتخصصة في تعليم الأطفال المعوقين وتنظيمها وسيرها، وقد جاء في المادة الأولى والثانية منه ما يلي:

• **المادة الأولى:** تعد المراكز الطبية التربوية والمراكز المتخصصة في تعليم الأطفال المعوقين المنصوص عليها في قانون الصحة العمومية الصادرة في 23 أكتوبر 1976 مراكز عمومية ذات طابع إداري تتمتع بالشخصية المعنوية، والاستقلال المالي.

• **المادة الثانية:** تنشأ في كل ولاية مركز طبي تربوي أو أكثر للأولاد المتخلفين عقليا، ومركز طبي تربوي أو أكثر للأولاد المعوقين حركيا، ومركز طبي تربوي أو أكثر للأولاد الانفعاليين، ومركز تعليم تخصصي أو أكثر للأولاد المعوقين بصريا، ومركز تعليم تخصصي أو أكثر للأولاد المعوقين سمعيا ( تركي رابح ، 1982 ص 103-104)

## 2- مفهوم الإعاقة:

الإعاقة الحركية شلل إنساني ليس حركيا على فئة دون الأخرى، بل تمس كل الفئات أطفال مراهقين وراشدين، كما أنها تمس كلا الجنسين، ومن بين أهم التعاريف التي تطرقت للإعاقة الحركية ما يلي : ذهب "عبد الرحمن سيد سليمان وزملاؤه ( 2001) في نفس اتجاه التعريف اللغوي للإعاقة، وعرفوها بالمفاهيم الآتية :

• **الضعف ( Impairment ) :** الخلل أو العيب الحادث من الإصابة أو العيب الخلقي أو التكويني، والذي يتعرض له الطفل أثناء أو بعد الميلاد.

• **العجز ( Disability ) :** النقص في مستوى أداء الوظيفة أو الوظائف التي تأثرت بالمسبب أو بالإصابة الحادثة مقارنة بالعاديين.

• **الإعاقة ( Handicap ) :** العسر أو الصعوبة التي يقابلها الفرد من جراء عدم القدرة على تلبية متطلباته، في أداء دوره الطبيعي في الحياة الذي يفترضه عمره وجنسه، أو تبعا لخصائصه الاجتماعية، والثقافية المهنية.(عبد الرحمن سيد سليمان وآخرون، 2001ص12).

وحسب المفهوم الطبي فان المعوقين حركيا أشخاص مصابون في الجهاز المحرك



ويعانون قصور وظيفي والشيء الذي يميزهم هو صعوبة التحرك أو استحالتهم (عبد العزيز جلال ، 1980ص 121) .

وتناول آخرون الإعاقة على أنها ذلك النقص أو القصور أو العلة المزمنة التي تؤثر على قدرات الشخص فيصير معوقا، سواء كانت الإعاقة جسمية أو حسية أو عقلية أو اجتماعية، الأمر الذي يحول بين قدرات الفرد الكاملة من الخبرات التعليمية التي يستطيع الفرد العادي الاستفادة منها، كما يحول بينه وبين المنافسة المتكافئة مع غيره من الأفراد العاديين في المجتمع، ولذا فهو في أشد الحاجة إلى نوع خاص من البرامج التربوية والتأهيلية وإعادة التدريب وتنمية قدراته، حتى يستطيع أن يعيش ويتكيف مع مجتمع العاديين، بقدر المستطاع، ويندمج معهم في الحياة التي هي حق طبيعي للمعوق. (محمد عبد المؤمن حسين، 1986ص12)

ان فئة الإعاقة البدنية تضم مجموعات تختلف عن بعضها اختلافا واضحا غير أنها تشترك جميعا في صفة واحدة تميزهم عن غيرهم من فئات غير العاديين، وهذه الصفة التي تضمهم في مجموعة واحدة هي أنهم يعانون من عجز بدني وأما الاختلافات الموجودة بينهم والتي تضمهم إلى مجموعات متباينة فهي نوع العاهة أو العجز الذي يعانون منه، وتضم فئة المعوقين المكفوفون وضعاف البصر، الصم وضعاف السمع، المقعدون. (عبد الرحمن سيد سليمان، 2000ص46) .

### 3-أهم تعاريف الإعاقة:

حسب "تركي رابح" يطلق تعبير «شخص معوق» على كل شخص لا يستطيع تأمين حاجاته الأساسية بشكل تام أو جزئي في حياته الاجتماعية كنتيجة لعاهة خلقية وغير ذلك تؤثر في أهليته الجسمية و العقلية (تركي رابح، 1982ص55). ويرى "مصطفى نصرأوي" و"عبد الله معاوية" أنه يعتبر معوق كل شخص ليست لديه مقدرة كاملة على ممارسة نشاط أو عدة أنشطة أساسية للحياة العادية، نتيجة إصابة وظائفه الحسية أو العقلية أو الحركية، إصابة ولد بها أو لحقت به بعد الولادة. ويعرف "صالح هيشان"، 1983المعوق بأنه الشخص الذي ينحرف عن مستوى

الخصائص الجسمية أو العقلية أو الانفعالية، أو الاجتماعية بحيث يحتاج إلى خدمات خاصة، لعدم مقدرته على إشباع حاجاته (عبد الرحمن سيد سليمان، 2000ص32).  
 أما " فهمي " فقد عرف المعوق انه الشخص الذي لديه عيب ينتج عنه عامة أو يتسبب في عدم قيام العضلات أو العظام أو المفاصل بوظيفتها العادية، وتكون هذه الحالة إما خلقية أو ناتجة عن مرض أو حادثة، وتزداد خطورتها بسبب الجهل أو الإهمال أو المرض بالجهاز الحركي، والذي يحد من استقلالية الشخص ويحد من إمكانيات نشاطه في الحياة العادية . (ماجدة السيد عبيد، 1999ص45).

#### 4- أسباب الإعاقات الجسمية:

تتنوع أسباب الإعاقات الجسمية كتتنوع الإعاقات ذاتها، فإما أن تكون ولادية تكون منذ لحظة الولادة، أو بعدها بفترة وجيزة، وإما أن تكون مكتسبة، بمعنى أنها تحدث لاحقا في حياة الإنسان، فالإعاقات الجسمية والصحية الولادية الناتجة عن أسباب مرتبطة بمرحلة قبل الولادة قد

تكون وراثية، إذا كان لدى الأب أو الأم أو كليهما تشوه أو عيب جيني، وانتقل إلى المولود، وتلك التشوهات أو العيوب قد لا تكون ظاهرة لدى الوالدين، بل يكونا ناقلين لها دون أن تظهر الأعراض المرضية عليهما.

وقد يولد الطفل ولديه إعاقة أو حالة مرضية دون أن تكون الأسباب وراثية، ففي مرحلة الحمل، قد يتعرض الجنين وهو في الرحم لجملة من العوامل الخارجية المرتبطة ببيئة الرحم، وقد تكون تلك العوامل خطيرة وتحدث لدى الجنين تشوهات أو عيوباً مختلفة، ومن الأمثلة على ذلك

العوامل، عوامل الأشعة السينية، والأمراض لدى الأم، وتناول الأم للعقاقير الطبية والكحول أو التدخين... الخ. (جمال الخطيب، 1998ص21)..

أما الأسباب المكتسبة فقد ترجع إلى تعرض الأفراد للحوادث والأمراض التي تؤدي إلى نقص في قدراته، كالحوادث بأنواعها سواء في المتزل أو الطريق أو السيارات أو السقوط من ارتفاعات، حوادث المنشآت والمصانع والمهن، والإصابة بالأمراض كشلل

الأطفال وغيره مما يؤدي

إلى إصابات تؤثر على الأعصاب أو المخ، إضافة إلى الأمراض المعدية المزمنة والاختراعات العلمية نتيجة للتجارب الذرية والإشعاعات، والحروب وما تسببه من دمار وإعاقات مختلفة لدى الأفراد. (حلمي إبراهيم، 1998ص40).

##### 5- الآثار الناتجة عن الإعاقة الحركية:

أظهرت الدراسات المتخصصة حول الإعاقة بصفة عامة والإعاقة الجسدية، أن أثارها متعددة على شخصية المعاق، وعلى حياته الاجتماعية فالفرد يجمع كل خبراته الداخلية والخارجية من خلال تصوره لذاته الجسمية المتمثلة في الإعاقة تتمثل خاصة في الصورة الذهنية التي تنشأ لديه عن جسمه وشكله الخارجي، ووظيفته فمعظم الناس يكونون اتجاه في الحياة بناء على مفهومهم لذواتهم الجسمية، والقدرات التي تتميز بها و أي عجز أو إعاقة أو قصور في هذه القدرات يؤثر على اتجاهاتهم وتؤدي إلى اضطراب قدرته، والمهارات التي يتميز بها وتثير فيه الخوف والقلق والإحباط وتختلف هذه الحالات باختلاف طبيعة الإعاقة والآخر التي تحدثه فكلما ازدادت حدة الإعاقة الجسمية كلما ازدادت المشكلات النفسية والاجتماعية وسنذكر هذه المشكلات فيما يلي:

- الآثار النفسية:

-الإحساس الدائم بالنقص

-عدم الشعور بالأمن

-الشعور الدائم بالعجز

-عدم المبالاة

-الاتجاهات السلوكية غير السوية

-صعوبة الانتقال

## الآثار الاجتماعية:

-المشاكل الأسرية

-مشاكل العمل

-مشاكل الصداقة

-المشاكل التعليمية

## 6- الوقاية من الإعاقة وبرامجها :

تعتبر الإعاقة هاجسا وعبئا ثقيلا على العديد من المجتمعات خاصة منها التي لا تملك من الوسائل والإمكانيات المادية والبشرية ما يساعدها ويضمن لها التكفل بهاته الشريحة من مواطنيها، لهذا تبقى الوقاية من الإعاقة خطوة أولية وضرورية يجب على كل المجتمعات تبني برامجها والحرص على تنفيذها سواء من طرف الدولة أو الأسرة، وفيما يلي سنتطرق إلى مفهوم الوقاية من الإعاقة ونعرض برامجها فيما بعد:

## 6-1 مفهوم الوقاية من الإعاقة:

تبنت منظمة الصحة العالمية في عام 1979 مفهوما جديدا للوقاية على أنها مجموعة من الإجراءات والخدمات المقصودة والمنظمة التي تهدف إلى التقليل من حدوث الخلل أو القصور المؤدي إلى العجز في الوظائف الفيزيولوجية أو السيكولوجية، والحد من الآثار المترتبة على حالات العجز بهدف إتاحة الفرص للفرد كي يحقق أقصى درجة ممكنة من التفاعل المثمر مع بيئته بأقل درجة ممكنة، وتوفير الفرصة له لتحقيق حياة أخرى ما تكون إلا حياة العاديين، وقد تكون تلك الإجراءات ذات طابع طبي أو اجتماعي أو تربوي أو تأهيلي. ( القيروتي وآخرون ، 1995 .ص55 )

أما "الحيدري" 1985 فتعرف الوقاية على أنها التصدي لجميع الأسباب والعوامل التي تؤدي إلى الإعاقة والتخفيف من آثارها إذا وقعت، أما "سميت" 1992 فعرفت الوقاية على أنها تجنب ظهور حالات الإعاقة

ويشير "الراجحي" 1982 إلى ثلاثة مستويات للوقاية:

- المستوى الأول ويتعلق باتخاذ الإجراءات والتدابير الوقائية التي تحول دون حدوث الأسباب المؤدية للإعاقة.
- المستوى الثاني ويتعلق باتخاذ الإجراءات والتدابير الوقائية التي تحول دون تطور الإصابة وذلك بعدد من الإجراءات الوقائية.
- المستوى الثالث: ويتعلق باتخاذ الإجراءات والتدابير الوقائية التي تعمل على التخفيف من الآثار النفسية والاجتماعية للإعاقة أثناء حدوثها (الروسان فاروق ، 1998ص 204).

وتبدو أهمية الوقاية من الإعاقة في تجنب كثير من الآثار النفسية والاجتماعية والصحية والاقتصادية التي تحدث للفرد المعوق ولذويه، ومن هنا جاء اهتمام كافة الجهات والقطاعات ذات العلاقة ببرامج الإعاقة، خاصة إذا تذكرنا إمكانية تجنب العديد من حالات الإعاقة، إذا اتخذنا التدابير والبرامج الوقائية، التي تتطلب جهوداً وطنية واسعة يشارك فيها الفرد والأسرة والمجتمع، فالإعاقة تفرض تدابير عديدة قبل الزواج وقبل الحمل وقبل الميلاد، أثناءه وبعده. وعليه فلا بد من إعداد أفراد المجتمع للأبوة والأمومة، ونشر المعلومات حول عوامل الخطر الرئيسية وسبل تجنبها وتشجيع البحوث والدراسات التي تتناول أسباب الإعاقة وكيفية الوقاية منها (جمال الخطيب، 1998ص 29).

6-2 برامج الوقاية من الإعاقة:

6-2-1 برنامج الإرشاد الجيني:

ويتضمن هذا البرنامج في مساعدة الآباء والأمهات الذين هم في مقتبل الزواج، أو الذين حدثت لديهم حالات من الإعاقة على معرفة بعض المعلومات ذات العلاقة، ويقصد بذلك توعية الآباء والأمهات حول أثر العوامل الوراثية، أو أثر إصابة أحد الوالدين أو أقاربه على إنجاب أطفال معوقين.

**6-2-2 برنامج العناية الطبية أثناء الحمل:**

يهتم هذا البرنامج بمساعدة الأمهات والحوامل وتوعيتهم حول العوامل التي تؤثر على إنجاب أطفال معوقين، منها العوامل المرتبطة بالتغذية الجيدة على صحة الطفل، وبيان دور إصابة الأم بالأمراض .

عدم التعرض للأشعة (Rayon x) وبيان أثر ذلك على صحة الجنين، وخاصة في الأشهر الأولى للحمل، عدم تناول العقاقير والأدوية المضرة لصحة الجنين، وكذا توعية الأمهات الحوامل حول أثر العوامل النفسية على صحة الجنين.

**6-2-3 برنامج توعية الآباء والأمهات حول التشخيص المبكر:**

قد تبدو بعض مظاهر الإعاقة واضحة بطريقة ما، منذ الولادة وقد يشك في بعض المظاهر التي تبدو على الطفل الجديد، والتي تدل على احتمال حدوث الإعاقة، ومن هنا فانه لا بد من توعية الأولياء حول المظاهر التي يجب الانتباه لها، من مثل تأخر بعض حالات النمو الحركي، لأن اكتشاف تلك الحالات قد يساعد على التخفيف أو القضاء عليها.

**6-2-4 برنامج توعية الأولياء حول موضوع السلامة العامة:**

ويتضمن هذا البرنامج توعية الأولياء حول كيفية استعمال الأدوية التي تشكل خطراً على حياة الأسرة أو إصابتها بإحدى مظاهر الإعاقة ويشمل هذا البرنامج أيضاً توعية الأسرة حول كيفية استعمال الغاز، الأدوات الكهربائية، الأدوات الحادة، وكيفية قطع الشوارع، احترام قوانين المرور، معرفة أولية للمساعدات أثناء الكوارث، احترام القواعد الوقائية في العمل.(الروسان فاروق 1998 ، ص 215).

هذا إلى جانب برامج وقائية أخرى كتوعية الأمهات حول السن المناسب للحمل، وكذا العناية الطبية والولادة في المستشفى، وموضوع التطعيم، ويبقى على أطراف

والجهات الوصية لتنفيذ البرامج للتصدي لمثل هذه الإعاقات التي تؤثر على المجتمع من جميع النواحي.

#### 7- عوامل التنمية النفسية للمعوقين:

##### 7-1 العوامل الذاتية:

الإنسان العاقل المؤمن لا يلجأ إلى الكبت وأحلام اليقظة والتبرير الجدلي، ولكن هو يرضى رضا قانعا بقدره، فيحقق التكيف الكامل بينه وبين نفسه، ثم هو أيضا يواصل شوطا جديدا في الحياة بالمعاناة السامية، وقهر العجز والتفاعل الحي مع البيئة والمجتمع، ولا يمكن أن ينجح الإنسان في تحقيق ذلك إلا إذا أعاد تنظيم الشخصية بأكملها بوعي ناضج على أساس جديد لتحقيق وحدتها وتكاملها بتأثير المثل العليا الأخلاقية والدينية أو الروحانية، وعليه أيضا القيام بعملية التربية الذاتية لتنقية ميوله بما يشوبه من عوامل الضعف والاستسلام.

##### 7-2 العوامل الاجتماعية:

مما لا شك فيه أن نظرة المجتمع إلى المعوق، بل والفكرة السائدة اجتماعيا، عن الشلل بالذات تشكل جانبا من النظرة الاجتماعية للمعوق، فالشلل ليس بأقصى ما يصاب به الفرد وأن هذه الإصابة أو ذاك ينبغي اعتبار كلها مسائل نسبية ترجع إلى قدرة الفرد نفسه على استيعاب وتمثيل المشكلة في إطار الظروف الاجتماعية المحيطة به، وعلى المجتمع والأفراد أن يدركوا بأن الشلل قد يكون أهون من بعض ألوان الفقر والعوز والحرمان. ( مروان عبد المجيد ، 1997ص. 46).

**خلاصة:**

مما سبق ذكره نتفق أن الإعاقة بصفة عامة والحركية بصفة خاصة تكون حاجزا أمام الشخص، بغض النظر عن أصلها، فتحد من إمكانيته العملية وخاصة العلاقات الاجتماعية، وتؤثر سلبا على سماته الشخصية، فنظرة المجتمع إليه والتركيز على إعاقته، كل هذا يحد من اندماجه في المجتمع الذي أصبح مادي في تفكيره، كذلك فإن مشاعر النقص والعجز التي تنتاب المعاق من حين لآخر قد تؤثر على مستوى تكيفه النفسي، فالإعاقة التي تفرض حدا للنشاط ، لها آثار سلبية على تطور الشخصية الإنسانية التي تتصف بالاتزان والتكامل.



الفصل الثاني:

سمات الشخصية

لدى المعاقين حركيا

**تمهيد:**

سمات الشخصية هي مجموعة من الصفات التي تميز الأفراد عن بعضهم البعض، وهي ذات ثبات نسبي، وهي قابلة للتغير في حالة ما إذا وفرت الظروف الملائمة للفرد المعوق، كما أن للسمات الشخصية أثر على مختلف الاستجابات التي يقوم بها الفرد المعوق، فهي ترجع إلى الظروف التي نشأ فيها وطبيعة السلوكيات، التي تصدر منه والتي ترجع إلى عجزه الجسمي.

وسنتطرق في هذا الفصل إلى إعطاء تعريفات للشخصية وسماتها.

**1- تعريف الشخصية:****1-1 تعريف على أساس مظهر السلوك الخارجي:**

يقع ضمن هذا القسم كل التعاريف التي تحاول أن تصنف الشخصية أو الفرد حسب سلوكه الخارجي بمعنى آخر جاذبيته الاجتماعية، كفاءته... الخ، وبالتالي فإن تصور الشخصية حسب هذا التصنيف يشير إلى السمات المجتمعة والمشاركة التي تعطي انطبعا حسنا سارا، ومن بين هذه التعاريف التي قدمت في هذا الاتجاه أي التي تأخذ وجهة نظر اجتماعية، أو تؤكد التأثير الخارجي للشخصية. (حلمي المليجي، 1995، ص121)

**1-2 تعريف على أساس المكونات الداخلية:**

يفضل معظم الفلاسفة، وعلماء النفس تعريف الشخصية كوحدة موضوعية كشيء موجود فعلا، ذو تنظيم ديناميكي داخلي في ذات الفرد، فهو بناء متكامل قابل للدراسة، ومع أن الشخص متفتح للعالم حوله يتأثر به ويؤثر فيه في كل لحظة، ومن تعاريف التكوين الداخلي الذي يؤكد العامل المعرفي الذاتي الذي يعمل على التنظيم الداخلي. (حلمي ابراهيم 1992، ص322).

**1-3 تعريف من وجهة نظر علماء الاجتماع:**

لقد اهتم علماء الاجتماع بالشخصية وانحصر عملهم في دراسة العوامل الثقافية والاجتماعية فالفرد حسب رأيهم يكتسب شخصيته بانتمائه إلى الجماعة أين يتعلم من

خلال عملية التنشئة الاجتماعية اتساق السلوك والمهارات المختلفة وكذا العادات ومعايير الجماعة ( سامية حسن الساعاتي، 1983ص119) .

وهناك عدة تعاريف تتدرج في هذا الإطار ليس هناك مجال لذكرها بالتفصيل بل سوف نشير إلى البعض منها على سبيل المثال لا الحصر.

فنجد من يؤكد على أن الشخصية هي نظام متكامل من الصراعات الثابتة نسبياً (الجسمية والنفسية)، بحيث تميز فرداً معيناً من جهة وتقرر الأساليب المميزة لتكيفه مع البيئة المادية والاجتماعية من جهة أخرى، و أنها مجموعة من أنماط السلوك والتفكير التي تحدد تكيف الفرد مع محيطه (فخري دباغ، 1982، ص 209)

#### 1-4 تعريفات من وجهة نظر علماء النفس:

لقد تعددت تعاريفهم للشخصية بتعدد مدارسهم، وذلك لكونها ميادين بحثهم في مجمل ما تطرقوا إليه .

فالمدرسة التحليلية وعلى رأسها (فرويد سيجموند) الطبيب النفسي ترى بأن الشخصية ناتجة عن تفاعل أو صراع الفرد بين متطلبات الهو، ونزعاته الغريزية وقيود البيئة وأوامر الأنا الأعلى والأنا يكون كنتيجة هذه الصراعات المتطورة المتفاعلة، والسمة الغالبة على نزاعات الهو الغريزية هي غريزة الجنس وهي فطرية وتتصارع مع قيود المجتمع. (محمد سامي هنا، 1978ص18).

في حين ترى المدرسة السلوكية، بأن الشخصية هي مجموع العادات السلوكية للفرد وهي مجموع أوجه النشاط الذي يمكن الكشف عنه بالملاحظة.

ومن بين التعاريف العديدة نجد من يؤكد على أنها مجموع أنواع النشاط الذي يمكن التعرف عليه من سلوك الفرد عبر فترة كافية من الزمن، وبمعنى آخر الشخصية ما هي إلا النتائج النهائي للعادات المنظمة لدينا (محمد رمضان القذافي، 1993ص15).

## 2-تعريف السمة:

قبل التطرق لبعض التعاريف، يمكننا أن نعرف السمات بشكل بسيط و نقول عنها أنها صفة أو علامة مميزة أو أنها جملة الصفات الاجتماعية والخلقية والمزاجية التي تميز الفرد عن غيره مضافا إلى ذلك ما لديه من دوافع مختلفة فمن السمات الاجتماعية قدرة الفرد على معاملة الناس، وقدرته كذلك على ضبط نفسه والتحكم في شهواته ومنها أسلوبه في الحياة أي طريقته الخاصة في حل مشاكله، ومن هذه السمات أيضا ما يتصف به من تسامح أو تشدد، من مثابرة أو تخاذل من انطواء أو انبساط، من استقلال إلى اتكال على الغير ومن السمات الخلقية الصدق أو الكذب، الأمانة أو الخداع ( احمد عزت راجح، 1985ص183) .

و فيما يلي نذكر تعاريف بعض العلماء:

### 2-1تعريف البورت Allport :

يرى أن السمة نظام نفسي عصبي مركزي عام يتميز به الفرد ويعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفيا، كما يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكيفي و التعبيري. (عادل عز الدين الأشول، 1978ص139) .

### 2-2تعريف جيلفورد Guilforde:

السمة هي أية طريقة مميزة ثابتة نسبيا، بها يتميز الفرد عن غيره من الأفراد (محمد حسن علاوي1983 ص290)

### 2-3تعريف كاتل Cartel :

يرى أن السمة هي مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة التي تسمح بهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد ( محمد حسن علاوي، 1983ص293) .

## 2-4 تعريف انستازي Anastasie:

ترى أن السمة وصف منظم لسلوك الفرد، ومفهوم السمة أي خصلة أو خاصية أو صفة ذات دوام نسبي يمكن أن يختلف فيها الأفراد، فتميز بعضهم عن بعض، وقد تكون السمة وراثية أو مكتسبة ويمكن أن تكون كذلك جسمية أو انفعالية أو متعلقة بمواقف اجتماعية معينة. ( فوزي محمد جبل، ،2000ص301) .

## 3- نظريات الشخصية المتعلقة بالأنماط والسمات:

### 3-1 نظرية الأنماط:

وفقا لهذه النظرية فالأفراد يصنفون إلى فئات أنماط الشخصية بمعينة طريقة التكيف عند الوضعيات و ترتكز على أسلوبين:

أ- مبدأ التناقض : إذ يتم الانطلاق من نمط معين من الشخصية كنمط أساسي ثم يحدد نقيضه لتحديد نمط ثالث ووسيط، الذي يشكل تركيب بينهما.

ب- مبدأ التركيب : يتم التمييز بين عدة أبعاد مستقلة من الشخصية ثم يضيفي قيما أو درجات عدة عليها وبعدها يتم تركيب العناصر المختلفة التي تم تحليلها ( كامل بكداش 1981 ص129) .

وأسلوب النمط "Type" " يعد امتدادا للتفكير المستخدم في السمة فعلى حين يمكن أن تتسبب عدة سمات إلى شخص واحد ونقول انه يتصف بهذه السمة أو تلك أو مجموعة من السمات فانه في أسلوب النمط يمكن تبني خطة إجمالية أوسع وأكثر توحدا ألا وهي خطة التصنيف أو الوضع في خانات، فالفرد قد يصنف باعتباره ينتمي إلى نمط ما حسب مجموعة السمات التي يكشف عنها، فإذا شارك في مجموعة " سمات النمط" مع جماعة كبيرة من الأفراد الآخرين فانه ينتمي إذن هو وأفراد هذه الجماعة إلى نمط ما، ومن ثم فإننا نبسط الوصف إلى حد بعيد طالما أننا لسنا في حاجة إلى أن نذكر بطريقة مستقلة كل سمة يشارك فيها كل فرد، مثال ذلك إذا لاحظنا أن السداجة

تصاحب مجموعة أخرى من الصفات كالميل إلى التقلب الوجداني الشديد والإعاقة وفقدان الذاكرة وغير ذلك، فهذه المجموعة من السمات يمكن أن يشار إليها ببساطة بقائمة واحدة شاملة تسمى " الكبت " كأسلوب دفاعي.

فانه من الممكن الآن القول بأنه بسبب امتلاك الشخص لهذه المجموعة من السمات أو تلك فانه ينتمي إلى هذا النمط أو ذاك.

فالأنماط إذن أنظمة معقدة من السمات المتعارضة التي يتم تبسيطها في مجموعة قليلة من القوائم (لازاروس ريتشارد، ،1984ص62).

ويمكن بصفة مبسطة القول أن النمط هو فئة أو صنف من الأفراد يشتركون في نفس الصفات العامة، وإن اختلف بعضهم عن بعض في درجة اتصافهم بهذه الصفات، وفي نظريات علم النفس معان متميزة لمفهوم النمط كالاتي:

أ- الأنماط كسمات ثابتة:

وهي أنماط غير قابلة للتغير، فالبحث عن الأنماط هو عن العناصر غير المتغيرة في الطبيعة البشرية.

ب- الأنماط مستمدة من الترابط بين الأشخاص:

حيث النمط ينشأ من الارتباط بين الأشخاص، بينما السمة تنشأ من الارتباط بين الاختبارات. (فيصل عباس1982 ص102-103).

ت- التصنيف المنهجي:

وهو أن نهياً تصنيفاً أساسياً لأنواع الطبيعة البشرية، فنظرية الأنماط بنيت على المظاهر الخارجية، الأصل الجنسي، العمليات الفيزيولوجية المختلفة، شكل الجسم، الميول الإدراكية، اختيار أسلوب الحياة، وتعد نظرية الأنماط من أقدم النظريات التي عرفها الفكر الإنساني فيما يتعلق بالشخصية، ولقد وجد العلماء أنماطاً مختلفة فقسّموا

الناس إلى أنماط مزاجية وجسمانية ونفسية واجتماعية.

### 3-1-1-1- الأنماط المزاجية :

وأول محاولة من هذا النوع هي محاولة "هيبوقراط" في القرن الخامس عشر قبل الميلاد حيث قسم الشخصية إلى أربعة أنماط وهي:

- الدموي المتفائل.
  - البلغمي المتبلد.
  - الصفراوي حاد المزاج.
  - السوداوي المتشائم.
- ( عبد الرحمن محمد العيسوي، ،2002ص115).

### 3-1-2- الأنماط الجسمية:

هناك آراء عديدة في هذه النظرية، فمن العلماء من يقسم الأشخاص، حسب شكل الوجه، ومنهم من يقسمها حسب جغرافية جمجمة الرأس، والسمات الجسمية أو المميزات الجسمانية من ضخامة وسمنة وقصر. (سعد جلال، 2001ص164).

### 3-1-3- الأنماط النفسية:

من أهم النظريات التي تناولت الأنماط النفسية نظرية "كارل يونج" الذي يقسم الناس إلى انطوائيين وانبساطيين، وإلى جانب هذا الأساس فانه رأى أن هناك وظائف عقلية أربعة هي التفكير والإحساس والإلهام والوجدان، وعلى ذلك يصبح هناك ثمانية أنماط من الشخصية فالشخص قد يكون انطوائيا ومفكرا، أو انطوائيا وحديسيا، وذلك بحسب تغلب الوظائف العقلية عنده.

### 3-1-4- الأنماط الاجتماعية:

تعتمد هذه الأنماط على مفهوم التفاعل الاجتماعي وأبرز النظريات في هذا المجال نظرية "سبرانجر" والمعدلة من طرف "ميراي" التي يقسم فيها الناس إلى أربعة أقسام: النظري وفيه الفلاسفة والعلماء، الإنساني ومنهم الأطباء و الاحساسى ومنه الفنان

والعلمي والذي يشمل الفلاح والصانع والجندي وغيرها . (عبد الرحمن محمد العيسوي، 2002، ص115-117).

### 3-2- نظرية السمات :

تقول هذه النظرية أن لكل فرد سمات شخصية ثابتة نسبيا، يمكن أن نلاحظها فيه، كما يمكن أن نفرق بين شخص وآخر، وأن نميز بين الأشخاص عن طريقها، وتعتبر السمات من ابسط الطرق وأقدمها في وصف شخص ما بمصطلحات معينة، وذلك بالتعرف على أنماط سلوكه التي تصفه وتسميتها بأسماء السمات، والسمات هي مفاهيم استعدادية أي أنها مفاهيم تشير نزعات للفعل أو الاستجابة بطرق معينة، وإذا نظرنا إلى السمات من محتواها، فمن الممكن القول انه يوجد أنواع كثيرة ممكنة. (لازاروس ريتشارد، 1984، ص 54) .

تهدف نظرية السمات إلى اكتشاف ما لدى الفرد من سمات وقياسها قياسا كمي دقيقا ولقد تناولت هذه النظريات المقومات الآتية للشخصية:

### 3-2-1- المميزات الجسمية:

مثل الطول، القامة، الصحة، الجمال وتناسب تقاسيم الجسم.....الخ.

### 3-2-2- المميزات العقلية:

وتشمل القدرة على التعلم والتذكر وسلامة الحكم وما لديه من آراء ومعتقدات.

### 3-2-3- المميزات المزاجية:

ويقصد بها قوة الانفعالات وثباتها أو تقلبها ودرجة تغيرها.

### 3-2-4- المميزات الاجتماعية والخلفية:

أي العواطف والميول والاتجاهات النفسية من انطواء أو انبساط، شفقة أو قسوة

### 3-2-5- المميزات الحركية:

وتشمل سرعة الحركة الاندفاع أو القدرة على الكف، المهارة....الخ، وجميع هذه



العوامل تتحد في كل متكامل كما وكيفا لتكون الشخصية. ( سامية حسن الساعاتي، 1983، ص147- 148 ).

#### 4-دراسات السمات لدى المعاقين حركيا:

بدأت دراسات الشخصية الأولية بتحديد السمات الدائمة التي تميز سلوكيات الإنسان والتي تتضمن سمات: كالخجل، العدوانية، الكسل، الطموح، الإخلاص، المزاجية. ولقد بدا صعبا تحديد سمات الشخصية بهذه الطريقة إذ تبين وجود عدد كبير منها نحو 1800سمة ونظرا لعدم تحقيق أي جدوى من ذكر سمات كثيرة يصعب الترابط بينها وبين السلوك أو التنبؤ بالسلوك منها فقد اتجهت الجهود إلى تقليصها إلى 16سمة أساسية كما هو موضح في( الجدول رقم 1) الذي يبين هذه السمات وأضدادها .

جدول رقم 1 : يبين 16سمة أساسية للشخصية (محمد عدنان النجار، 1995، ص150)..

السمة	عكسها
متحفظ	متفتح
قليل الذكاء	كثير الذكاء
متحسس المشاعر	متوازن عاطفيا
مطيع	مسيطر
جدي	مهمل
نفعي	حي الضمير
جبان	مغامر
صلب	رفيق
يثق	شكوك
عملي	خيالي
صريح	داهية
واثق بنفسه	قلق
محافظ	مجرب
اعتماديا	مكتفي ذاتيا
طليق	مرتب
مرتاح	متوتر

ولقد وجد في الدراسات أن هذه السمات الستة عشر للشخصية سمحت بالتنبؤ بالسلوك الفردي هذا بربطها بالظروف الموقفية .

غير انه أمكن أيضا تجميع بعض السمات للشخصية لتشكيل نمط معين منها، فبدلا من التركيز على سمة معينة في الشخصية، يمكن جمع ما تشابه منها في صنف واحد . (محمد عدنان النجار، ،1995ص153)..

ولقد اتجه علماء النفس إلى منهج التحليل العاملي لنتائج اختبارات الشخصية للتعرف

على السمات العامة التي تقيسها الاختبارات الشخصية، ولقد وجد " ثرستون " أن هناك سمات أساسية ومستقلة تميز الفرد وهي:

مفكر انطوائي، ودود، ثابت انفعاليا، قائد، نشيط، مندفع.

ولكن ليس هناك اتفاق نهائي على السمات المكونة للشخصية ولا عن عددها أو طبيعتها. (عبدالرحمن محمد العيسوي، 2002ص123).

#### 4-1-1-4- تصنيف (كارل يونج Carl Yung):

وهي من التصنيفات الحديثة للشخصية فقائمة "يونج" تعد واحدة من أكثر القوائم طموحا ولقد استخدم أساسا مزدوجا للتصنيف وفقا لأنماط الاتجاه وأنماط الوظيفية.

#### 4-1-1-4- أنماط الاتجاه:

يفرق "يونج" بين نموذجين أساسيين للشخصية وذلك وفقا لما يكون عليه الفرد من اتجاه نفسي عام أي من حيث أسلوبه العام في الحياة إلى: المنطوي و المنبسط.

#### 4-1-1-4- الانطواء:

وظهر هذا المصطلح لأول مرة عند " يونج " عام 1910 في مقالة حول صراعات الروح الطفلية وذكره كذلك في العديد من النصوص اللاحقة خصوصا في تحولات ورموز الليبيدو عام 1913 حيث استعمل العالم هذا المصطلح للدلالة بشكل إجمالي على انفصال الليبيدو عن الموضوعات الخارجية، وانسحابه إلى عالم الشخص الداخلي والمشاعر الذاتية والأفكار الخاصة فالليبيدو أو الطاقة النفسية حسب العالم من اللاشعور، وتؤدي إلى أنماط السلوك المختلفة.

و يذكر " يونج " أن الطاقة النفسية تجعل المنطوي يتجه نحو ذاته و يميل إلى التفكير و الخيال، وتجده مضطربا في أعماله وأحاديثه وأميل إلى الحذر والحساسية، كما ذكر أن الانطواء عرض للفصام أي أبرز ظواهر الاضطرابات العقلية، وهو عبارة عن سحب الاهتمام من العالم الخارجي عالم الحوادث والأشياء والناس والتركيز على العالم

الداخلي، عالم الخيال والتأمل والمعاني الذاتية ( فيصل عباس ، ، 1982ص17).  
ومن مميزات المنطوي حسب "يونج:"

- هو شخص يفضل العزلة وعدم الاختلاط وتحاشي الصلات الاجتماعية، وتؤدي العوامل الذاتية أهم دور في توجيه سلوكه وهو دائم التفكير في نفسه.
- يخضع سلوكه لمبادئ مطلقة وقوانين صارمة دون مراعاة للظروف وبلا مرونة
- تعوزه المقدرة على التكيف السريع أو التوافق الاجتماعي.
- كثير الشك في نيات الناس ودوافعهم.
- يحقق التوافق عن طريق النكوص والخيال والتوهم.
- مسرف في ملاحظة صحته وعلاج أمراضه ومظهره الخارجي (.سامية حسن الساعاتي 1983، ص143-144 ).

#### 4-1-1-2-الانبساط:

حسب "يونج " الانبساط نموذج من نماذج الشخصية يكون فيه اهتمام الفرد متجها نحو العالم الخارجي، والظواهر الخارجية أكثر من اتجاهه نحو الذات والخبرات الذاتية، أي أن طاقته النفسية تتجه نحو الغير، وبذلك يسيطر عليه الميل إلى الحركة والصلات الاجتماعية والجرأة والتأثر بالواقع.(فيصل عباس، ، 1982ص18).  
ومن مميزات المنبسط:

- هو شخص يتميز بالنشاط والميل إلى مشاركة الناس في أعمالهم، لا يهتم بصحته أو مرضه ، قادر على الموائمة بسرعة بينه وبين المواقف الجديدة الطارئة.
- يعتمد على العوامل الخارجية في توجيه سلوكه.
- يقبل على الدنيا في حيوية وصراحة ويكون صدقات بسرعة.
- لا يكتف ما يجول في نفسه من انفعال.
- يحقق التوافق عن طريق التعويض.

4-2- بناء أبعاد الشخصية لايزنك:

4-2-1- بعد الانبساط والانطواء:

هو عامل ثنائي القطب من حيث درجات التوزيع، يشغل طرفيه الانبساطية والانطوائية الشديدين، ويجمع بينهما درجات بينية، تخص اختلاف الأفراد.

فالشخص المنبسط يحب العلاقات الإنسانية، وصحبة الآخرين، ويسعى لممارسة الأنشطة المثيرة، وهو مستعد لقبول أو ارتكاب المخاطر، ولكنه شخص مندفع، ولا يترك لنفسه الفرصة للتمتع بالراحة والاسترخاء، وهو إنسان متفائل وهو ليس ثابتا في أحواله ولا يعتمد عليه.

أما الشخص المنطوي فهو إنسان جاد دائما، يفضل الوحدة والعزلة والانسحاب من معترك الحياة الاجتماعية، ويفضل الأنشطة الفردية، وهو إنسان حريص وحذر، ومتشائم، ويميل أن يكون منظما ومقيدا أو منضبطا. (عبد الرحمن محمد العيسوي، 2002، ص115).

4-2-2- بعد الاتزان الانفعالي:

هو الاستعداد للإصابة بالعصاب أكثر منه اضطراب نفسي من جراء توفر درجة مرتفعة من العصابية والضغط الشديدة عن الحوادث والخيرات عليه، فهو يشكل بعدا ثنائي القطب لصورة متصلة ومتقابلة، يضم مظاهر حسن التوافق والنضج والثبات الانفعالي من جهة، وسوء التوافق وعدم الثبات الانفعالي من جهة أخرى، وتساير الدرجات القصوى للعصابية: مبالغة في الاستجابات الانفعالية مع صعوبة التعديل واستعادة الحالة السوية لطغيان الخبرات الانفعالية الأليمة كالقلق إلى جانب معاناة الاضطرابات الجسمية البسيطة: الصداع اضطراب الهضم، الأرق، آلام الظهر... الخ ما يؤهلهم للإصابة بالاضطرابات العصابية في حالات مرورهم بمصاعب وضغوط شديد. (محمد عبد الخالق احمد، 1985، ص10-12).

**5- ثبات السمات وتغيرها:**

يذهب أصحاب نظريات السمات في تفسير الشخصية إلى القول بان السمات ثابتة أو دائمة وأنها عوامل داخلية في الفرد كالانطواء أو الانبساط، وعلى ذلك فان هذه السمات التي يمتلكها الفرد تدفعه إلى القيام بسلوك معين، ومعنى ذلك انه يتصرف أو يسلك سلوكا متشابها في المواقف أو المناسبات المختلفة، وعلى ذلك نتوقع أن الشخص العدواني أو الخجول سوف يظل كذلك في جميع المواقف التي يمر بها وأن الطفل الأمين مثلا سوف يتصرف بأمانة في المدرسة وفي المتزل وفي مجالات اللعب والعمل وما إلى ذلك، ولكن أصحاب نظريات التعلم الاجتماعي يقولون أن الإنسان لا يتحدد سلوكه عن طريق ما يملك من سمات ولكنه يسلك وفقا لما يحدث له في البيئة، وليس فقط بناء على ما يمتلك من سمات داخلية أي من خلال ملاحظته لسلوك الآخرين ومن خلال ما يتلقى من تعزيزات أو مكافآت عن سلوكه ومن خلال ما يشاهد من نماذج يعمد إلى تقليدها ومحاكاتها، السلوك الذي يلاحظه الفرد يتم تخزينه في مستودع الذاكرة ويخرج إلى العلن عندما يشعر الفرد انه سوف ينال المكافأة والتعزيز إذا أتى بهذا السلوك. (عبد الرحمن محمد العيسوي، ، 2002ص79)..

**6-العوامل المؤثرة في شخصية المعوق:**

إن الدراسات العلمية دحضت الافتراضات القائلة بان كل نوع من أنواع الإعاقة الجسمية يرتبط بنمط محدد من الشخصية، وإن بعض الأنواع أو المستويات من الإعاقة الجسمية تنتهي حتما بسوء التوافق النفسي، فليس صحيحا أن نفترض أن الإعاقة لا يمكن إلا أن تترك تأثيرات سلبية وتحدث خلا في التنظيم السيكولوجي للفرد، وقد أكدت "رايت" ( Wright ,1982 ) هذه الحقيقة في كتابها المعروف "الإعاقة الجسمية والأبعاد السيكولوجية" فذكرت أن البحوث العلمية لا تدعم الرأي

القائل بان أنماطا سيكولوجية محددة ترتبط بإعاقات محددة أو أن شدة الإعاقة ترتبط بدرجة التكيف النفسي ( جمال الخطيب، ،1998ص256).

وفيما يلي بعض العوامل التي قد تؤثر على شخصية المعوق:

- 1-أصل الإعاقة
- 2-نظرة المجتمع
- 3-العوامل ذات العلاقة بالإعاقة أو المرض
- 4-البنية الشخصية قبل حدوث الإعاقة
- 5-ردود فعل الشخص للالزمات في الماضي
- 6-مستوى الرضا المهني لدى الشخص
- 7-توفر البرامج والخدمات العلاجية
- 8-المرحلة العمرية النمائية للفرد
- 9-الدين والفلسفة الحياتية
- 10-مدى الخوف من المرض (محمد رمضان القذافي، ،1994ص181)..

الباب الثاني:

الدراسة التطبيقية



الفصل الأول:

منهجية البحث

و

الإجراءات الميدانية

**-تمهيد:**

بناء على ما أثير من تساؤلات تبحث عن الإجابات التي تمثل أبعاد الإشكالية التي تدور حولها الدراسة الحالية، وطبقا لما أسفرت عليه الدراسات السابقة التي أنارت الطريق، لاستنتاج الإجابات المحتملة لتلك التساؤلات التي صيغت في صورة فرضيات، لزم علينا القيام بدراسة تطبيقية وذلك للتحقق من صحة الفروض لإثباتها أو نفيها، حتى تمكننا الوصول إلى نتائج محددة.

وسنتطرق في هذا الفصل إلى التعريف بمنهج البحث، الدراسة الاستطلاعية ونتائجها، عرض مجتمع البحث وعينته وحدود الدراسة، مع تحديد متغيرات الدراسة وفي الأخير عرض الأساليب الإحصائية المستعملة في البحث.

**1-منهج البحث:**

يرتكز استخدام الباحث لمنهج ما دون غيره من المناهج على طبيعة الموضوع الذي يود دراسته، فاختلاف المواضيع من حيث التحديد والوضوح يستوجب اختلافا في المناهج المستعملة، ووفقا لطبيعة الموضوع المقترح، اعتمد الباحث على المنهج الوصفي ، والذي يعتبر من أكثر مناهج البحث استخداما، وخاصة في البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، ويهتم البحث الوصفي بجمع أوصاف علمية دقيقة للظواهر المدروسة، ووصف الوضع الراهن و تفسيره، وكذلك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد، وطرائقها في النمو والتطور، كما يهدف إلى دراسة العلاقات القائمة بين الظواهر المختلفة.

( إخلاص عبد الحفيظ، ،2000ص45)

**2-مجتمع البحث وعينته:****2-1-خصائص مجتمع البحث:**

تتمحور الدراسة على فئة المعوقين حركيا:

• من حيث السن: يقع أفراد مجتمع البحث في المرحلة العمرية من 18 - 42 سنة.

• من حيث النوع: فإن جميع أفراد المجتمع ذكور.

## 2-2 عينة البحث:

إن العينة هي النموذج الذي يجري الباحث مجمل بحثه عليها، وفي علم النفس والتربية البدنية والرياضية تكون العينة هي الإنسان (وجيه محجوب، 1988 ص19).

## 2-2-1 خصائص عينة البحث:

تكونت العينة من 80 فردا معوقا حركيا، عشوائية من حيث السن والحالة المهنية والاجتماعية و المستوى الدراسي، وقصدية من حيث الجنس وطبيعة الإعاقة، هذا بما يتلاءم مع العينة الممارسة للنشاط الرياضي والمتمثلة في ممارسي النشاطات الرياضية ، التي بلغ عددها 40 فردا معوقا يمارسون مختلف النشاطات الرياضية و المهنيين والجمعية ذوي الاحتياجات الخاصة و غيرهم من ذوي الحركات الارادية، أما المجموعة غير الممارسة فتمثلت في مراكز التأهيل الوظيفي والجمعية ذوي الاحتياجات الخاصة وعددها 40 فردا.

## 3-تحديد المتغيرات:

استنادا إلى فرضيات البحث تبين لنا جليا أن هناك متغيرين اثنين أحدهما مستقلا والآخر تابعا.

## أولا :تعريف المتغير المستقل:

وهو الأداة التي يؤدي التغير في قيمتها إلى إحداث التغير وذلك عن طريق التأثير في قيم متغيرات أخرى تكون ذات صلة بها.

## 3-1تحديد المتغير المستقل:

النشاط البدني و الاعاقة الحركية.

مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف:

وتعني مختلف الأنشطة الرياضية التي يتم تعديلها وتكييفها، حتى تتلاءم مع طبيعة الأفراد غير القادرين على ممارستها.

ثانيا: تعريف المتغير التابع:

هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم متغيرات أخرى، حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل، ستظهر النتائج على قيم المتغير التابع.

3-2 تحديد المتغير التابع:

سمات الشخصية.

مفهوم السمات الشخصية:

هي جملة من الصفات التي تميز الأفراد عن بعضهم البعض تظهر في مواقف السلوك، ويمكن تحديدها في السمات الموجبة الآتية: - الانبساطية، الانطوائية، الاتزان الانفعالي .

4-مجالات البحث :

4-1-المجال الزمني: امتدت الدراسة من أوائل شهر فبراير 2017 الى بداية شهر أبريل من نفس السنة، حيث وزعت الاستمارات كلا حسب ظروفه و مكانه.

4-2-المجال المكاني:

دائرة سفيظف .ولاية سيدي بلعباس.

مركز التأهيل الوظيفي لدائرة سفيظف

مركز التأهيل الوظيفي الاستشفائي حساني عبد القادر

جمعية دوي الاحتياجات الخاصة لدائرة سفيظف

المركز البيداغوجي للمعاقين حركيا  
جمعية المعاقين حركيا لولاية سيدي بلعباس  
المعاقين الممارسين لمختلف للنشاطات بالملاعب الولائي  
4-3-المجال البشري :

يتكون من 140 فردا.

5-أدوات الدراسة :

5-1مقياس أيزنك للشخصية:

للمقياس صورتان (أ) و (ب) ، يستخدمان في مواقف إعادة الاختبار، وتستغرق  
الإجابة على كل منهما 15د، وينقسم إلى ثلاثة أجزاء:

-الجزء الأول مقياس الانبساطية، الانطوائية يضم 24بندا: يفترض أنها تقيس عاملا  
أحادي البعد من الدرجات العليا ويتكون من مجموعة العوامل النوعية المرتبطة بها  
أهمها (الاجتماعية والاندفاعية).

-الجزء الثاني مقياس الاتزان و الانفعال يضم 24بندا :الاتزان، التوتر ومشاعر  
النقص والأرق وسرعة الاستثارة والتوهم المرضي، وبالمقابل مظاهر حسن التوافق  
والثبات الانفعالي.

-الجزء الثالث مقياس الكذب يضم 9 بنود: كان يفترض أنها تقيس الكذب، خاصة  
التزييف إلى الأحسن ثم أوضحت بعض الدراسات الحديثة في مختلف المجتمعات أنها  
تقيس بعدا منفصلا عن التزييف وهو الجاذبية الاجتماعية والمحاذاة.

وقد قام بتعريب هذا الاختبار كل من "جابر عبد الحميد ومحمد فخر الإسلام"، وقد  
طبق في بعض الدراسات الأجنبية بالتحديد ثبات الاختبار وهناك تراث ضخم من  
الدراسات التي قام بها أيزنك أو تلاميذه وكذلك الدراسات العربية التي أكدت على  
صلاحية مقياس أيزنك السيكوميتريية وخاصة ثباتها وصدقها العاملي عبد الله معتز

سيد 1999.

• **البعد الأول:** (الانبساطية- الانطوائية): مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الفرد من خلال إجاباتهم، بحيث الفرد المنبسط هو شخص اجتماعي، نشيط، يحب الحفلات له أصدقاء كثيرين، يتصرف بما توحيه اللحظة، يحب الضحك، يميل لأن يكون عدوانيا، أما الفرد المنطوي فهادئ خجول، يتأمل ذاته، يغرم بالكتب أكثر من الناس، متحفظ يلزم الصمت إلا مع الأصدقاء المقربين، يخطط للمستقبل لا يحب الإثارة بالأمر، يأخذ أمور الحياة بجدية، نادرا ما يتصرف بعدوانية.

كما يتميز الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة بحب الأنشطة والروابط الاجتماعية، حب تكوين صداقات وعلاقات اجتماعية، الاندفاع والتفاؤل، السعي إلى التعرف على الآخرين.

أما أصحاب الدرجات المنخفضة فيميلون للخجل والانسحاب من المواقف الاجتماعية والعزلة والاكتئاب.

**جدول رقم-1-:** يوضح بعد «انبساطية - انطوائية» وعددا العبارات التي تقيسه :

الانبساط - الانطواء	
الرقم	رقم الفقرة
1	هل تتوق إلى الأشياء المثيرة في معظم الأحيان ؟
2	هل أنت سعيد وتعالج الأمور ببساطة ودون تدقيق وتصحيح ؟
3	هل تتمهل وتفكر مليا قبل الإقدام على عمل أي شيء ؟
4	هل من عادتك أن تقوم بعمل وقل أشياء على نحو متسرع ودون تأمل أو تفكير ؟
5	هل تعمل أي شيء تقريبا من اجل الجراءة ؟

6	هل تقوم بالأشياء على نحو ارتجالي في معظم الأحيان ؟
*7	هل تفضل المطالعة على التحدث أمام الآخرين بصفة عامة ؟
8	هل ترغب في الخروج كثيرا من المنزل ؟
*9	هل تفضل أن يكون لديك عدد قليل من الأصدقاء شريطة أن يكونوا من المقربين ؟
10	هل تجيب الناس بالصراخ عندما يصرخون في وجهك ؟
11	هل يمكنك أن تترك نفسك على سجيتها وتتمتع كثيرا في حفل مرح ؟
12	هل يعتقد الآخرون انك حيوي ونشيط ؟
13*	هل يغلب عليك طابع الهدوء عندما تكون مع الآخرين ؟
*14	إذا كنت تريد معرفة شيء ما , فهل تفضل معرفته من خلال اللجوء إلى الكتاب بدلا من اللجوء إلى شخص آخر تحدثه عنه ؟
*15	هل تحب نوع العمل الذي يتطلب منك انتباها شديدا أو دقيقا ؟
*16	هل تكره أن تكون في مجموعة يتكل الواحد على الآخر ؟
17	هل ترغب القيام بأشياء ينبغي لك أن تتصرف حيالها بسرعة ؟
*18	هل يمتاز أسلوب حركتك بالبطء وعدم السرعة ؟
19	هل ترغب في التحدث مع الناس إلى حد كبير بحيث لم تضيع فرصة الحديث إلى شخص غريب ؟
20	هل تشعر بتعاسة شديدة إن لم تر من الناس في بعض الأحيان ؟
21	هل تستطيع القول بأنك شخص واثق من نفسك تماما ؟
*22	هل يصعب عليك أن تتمتع فعلا في حفل مرح ؟
23	هل يسهل عليك إضفاء جو من الحيوية على حفل ممل إلى حد ما ؟
24	هل تحب إيقاع الآخرين في " مقالب " بقصد المرح ؟

•البعد الثاني: الاتزان و الانفعال :

ونقصد به مجموع الدرجات التي يتحصل عليها أفراد العينة من خلال إجاباتهم الخاصة بهذا البعد، فالانفعال يميز الأفراد الذين يعانون من اضطرابات جسمية مثل: اضطرابات الدورة الدموية والتنفس والهضم أما الاتزان فهو يميز الأفراد الذين يتسمون بقلة الاضطرابات الجسمية وبعدم وضوح المظاهر العصابية والجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية، ويرصده 24 سؤالاً أو عبارة من مقياس أيزنك للشخصية. كما يتميز الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة بالنضج الانفعالي، ضبط الاندفاعات والاستجابات الجسمية، مستوى منخفض من القلق والتوتر العصبي، التحكم الانفعالي، استجابات انفعالية مناسبة للمواقف المختلفة. بينما أصحاب الدرجات المنخفضة فيتميزون بعدم الواقعية، عدم تناسب الاستجابات مع المواقف، القلق، الإهمال، الإصابة بالوسواس.

جدول رقم - 2 - يوضح بعد الاتزان و الانفعال وعدد العبارات التي تقيسه :

الاتزان - الانفعال	
الرقم	رقم الفقرة
1	2 هل تحتاج إلى أصدقاء يفهمونك لكي تشعر بالارتياح والابتهاج ؟
2	4 هل تنزعج إلى حد كبير لو رفض لك طلب ؟
3	7 هل يثور مزاجك ويهدأ في بعض أحيان كثيرة ؟
4	9 هل حدث أن شعرت بالتعاسة دون سبب كافٍ لذلك ؟
5	11 هل تشعر بالخجل فجأة عندما تريد التحدث إلى شخص غريب جذاب ؟
6	14 هل تشعر غالباً بالقلق حيال أشياء كان ينبغي لك أن لا تفعلها أو تقولها ؟
7	16 هل يسهل جرح مشاعرك نوعاً ما ؟
8	19 هل تشعر بنشاط شديد أحياناً و بالبلادة أحياناً أخرى ؟



21 هل تستغرق في أحلام اليقظة ؟	9
23 هل يضايقك الشعور بالذنب في كثير من الأحيان ؟	10
26 هل تعتبر نفسك متوتر الأعصاب ؟	11
28 هل قمت بعمل شيء هام ثم شعرت غالبا بان باستطاعتك القيام به على نحو أفضل ؟	12
31 هل تلازمك الأفكار لدرجة لا تستطيع معها النوم ؟	13
33 هل يحدث خفقان قلب أو تسارع في دقاته ؟	14
35 هل تتناوبك نوبات من الارتجاف و الارتعاش أحيانا ؟	15
38 هل أنت شخص سريع الاستثارة أو الانفعال ؟	16
40 هل تقلق بصدد أشياء مخيفة قد تحدث لك ؟	17
43 هل تتناوبك كوابيس أو أحلام مزعجة كثيرة ؟	18
45 هل تزعجك الآلام والأوجاع ؟	19
47 هل تعتبر نفسك عصبيا ؟	20
50 هل يؤلمك الآخرون بسهولة لدى اكتشافهم الخطايا فيك أو في عملك ؟	21
52 هل تنزعج من الشعور بالنقص ؟	22
55 هل أنت قلق على صحتك ؟	23
57 هل تعاني من الأرق ؟	24

### البعد الثالث: مقياس الكذب

الكذب	
رقم الفقرة	الرقم
6 هل تفي دائما بوعده قطعه على نفسك بغض النظر عما قد يكلف من تعب أو عناء ؟	*1
12 هل يحدث أن تفقد السيطرة على نفسك وتغدو غاضبا أحيانا ؟	*2

18 هل تراودك أحيانا أفكار وخواطر لا ترغب أن يعرفها الآخريين ؟	*3
24 هل عاداتك جميعها حسنة ومرغوب فيها ؟	4
30 هل تتهمك في القيل والقال أو نشر الإشاعات أحيانا ؟	*5
36 هل تصرح للجمارك عن كل شيء لديك حتى لو علمت انه يستحيل اكتشافه ؟	6
42 هل حدث أن تأخرت عن تنفيذ موعد أو عمل ما ؟	*7
48 هل هناك أشخاص ممن تعرفهم لا تحبهم على نحو قاطع ؟	*8
54 هل تتحدث أحيانا عن أمور لا تعرف عنها شيئاً ؟	*9

#### 5-2-الاسس العلمية للاختبارات:

ثبات وصدق المقياس:

أ- الثبات:

نعني بثبات الاختبار أن نحصل على نفس النتائج تقريبا، عند إعادة تطبيقه على نفس المجموعة من الأفراد و يمكن الاستدلال عليه بعدة طرق كطريقة الصور المتكافئة، طريقة إعادة الاختبار وطريقة التجزئة النصفية.

ولقد اعتمد الباحث في استخراج عوامل الثبات على طريقة الاختبارات المتكافئة:

•الاختبارات المتكافئة:

تتطلب هذه الطريقة استخدام صورتين متكافئتين للاختبار الواحد، تطبق على نفس الأفراد وبفاصل زمني معين، ثم يحسب معامل الارتباط بين درجات الاختبارين ويجب مراعاة أن يتساوى الاختبارين في المحتوى أو درجة الصعوبة و نوع الوظيفة المقاسة.

إخلاص عبد الحفيظ، 2000 ص197

ومقياس " أيزنك" له صورتين (أ) و (ب)، حيث قام الباحث بتطبيق الصورة (أ) على عينة

والقيام بحساب معامل الارتباط بين درجات الاختبارين توصل إلى النتائج الآتية:  
بعد تطبيق معادلة بيرسون الطريقة المباشرة تحصل الباحث على معامل الثبات (ر =  
0.85)

وبدل على أن الارتباط موجب مقبول، لإثبات دلالة هذه النتيجة نستعمل قانون دلالة  
معامل

الارتباط بحيث كانت النتيجة (ت=11.46) وبمقارنة النتيجة المحسوبة (ت =  
11.46) مع النتيجة المجدولة (ت المجدولة = 2.704) في المستوى الاستدلالي  
،0.01 ودرجة الحرية 38 نجد أن:  
(ت المحسوبة=11.46) أكبر (ت الجدولية=2.704) هذا يستلزم انه معامل الثبات  
له دلالة إحصائية، وبالتالي يمكن القول بأن نتائج تطبيق مقياس أيزنك ثابتة ثباتا  
مقبولا.

ب- الصدق:

الصدق الذاتي:

الصدق الذاتي هو صدق الدرجات التجريبية للمقياس بالنسبة للدرجات الحقيقية التي  
خلصت من أخطاء المقياس، وبالتالي تصبح الدرجات الحقيقية للمقياس كمحك الذي  
ننسب إليه صدق

ب- الصدق:

الصدق الذاتي:

الصدق الذاتي هو صدق الدرجات التجريبية للمقياس بالنسبة للدرجات الحقيقية التي  
خلصت من أخطاء المقياس، وبالتالي تصبح الدرجات الحقيقية للمقياس كمحك الذي  
ننسب إليه صدق الاختبار.

### 5-3 الاستبيان:

#### 5-3-1 خطوات بناء الاستبيان:

تم بناء هذا الاستبيان اعتمادا على بعض المقاييس المعتمدة في بعض الدراسات، والتي طبقت على فئة المعوقين، منها مقياس الصفات الانفعالية للدكتور أحمد زكي صالح، ومقياس جيلفورد للشخصية، اختبار عوامل الشخصية للراشدين الذي وضعه كارنل واختبار الشخصية للرياضيين، ولقد روعي دقة العبارات ولغتها بحيث تتناسب مع مستوى المستجوبين، واحتوى الاستبيان على أربع محاور:

#### 5-3-2 ظروف تطبيق الاستبيان وطريقة تصحيحه:

بعد طبع الاستبيان، قام الباحثين بتطبيقه على عينة الدراسة الاستطلاعية في ظروف مساعدة، واستغرق زمن التطبيق

#### طريقة التصحيح:

استعملنا في تصحيحنا للاستمارة هذا الجدول .

#### جدول يمثل مفتاح التصحيح للاستمارة

رقم الفقرة	الإجابة	رقم الفقرة	الإجابة	رقم الفقرة	الإجابة	رقم الفقرة	الإجابة
1	نعم	16	نعم	31	نعم	46	نعم
2	نعم	17	نعم	32	لا	47	نعم
3	نعم	18	لا	33	نعم	48	لا
4	نعم	19	نعم	34	لا	49	نعم
5	نعم	20	لا	35	نعم	50	نعم
6	لا	21	نعم	36	نعم	51	لا

7	نعم	22	نعم	37	لا	52	نعم
8	نعم	23	نعم	38	نعم	53	نعم
9	نعم	24	نعم	39	نعم	54	لا
10	نعم	25	نعم	40	نعم	55	نعم
11	نعم	26	نعم	41	لا	56	نعم
12	لا	27	نعم	42	لا	57	نعم
13	نعم	28	نعم	43	نعم	-	-
14	نعم	29	لا	44	نعم	-	-
15	لا	30	لا	45	نعم	-	-

#### 6-الدراسات الإحصائية:

من أجل معالجة وتحليل المعطيات الناتجة عن البحث، استخدمنا أسلوبين للإحصاء:

#### الإحصاء الوصفي:

يعدنا بعدة طرق لتقليل الكميات الكبيرة من البيانات إلى كميات يسهل التعامل معها ووصفها بدقة، وعرضها في صور جداول إحصائية أو رسوم بيانية أو أشكال هندسية.

#### 6-1-النسب المئوية:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{عدد التكرارات}}{100} = \frac{\text{المجموع التكراري}}{100}$$

#### 6-2المتوسط الحسابي:

يرمز للمتوسط الحسابي (  $\bar{X}$  )، ويتم حسابه بتقسيم قيم مجموع العينة على العدد الكلي لأفراد العينة. ( سعد جلال ، 2001ص279):.

$$\bar{s} = \text{مج س/ن}$$

ويمكن استخدام القانون بالصورة الآتية:

حيث :

$\bar{s}$ : المتوسط الحسابي

ن = عدد القيم أو الدرجات أو الأفراد

مج س :مجموع س 1+س 2+س 3.....إلى سن .

6-3 الانحراف المعياري:

يعتبر الانحراف المعياري أكثر المقاييس استعمالاً للتشتت، ويعرف أنه الجذر التربيعي

لمجموع مربع الانحرافات عن المتوسط مقسوماً على ن. ( سعد جلال، 2001،

ص 279).

و يحسب بالقانون الآتي:

$$ع = \frac{\text{مج (س - س}^2)}$$

ن

حيث:

س : المتوسط الحسابي.

س: عدد الأفراد.

ن: عدد أفراد العينة.

الفصل الثاني:

عرض و تحليل

مناقشة النتائج

### تمهيد:

تتمثل أهداف هذا الفصل في عرض النتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق أدوات البحث المستعملة والمتمثلة في مقياس آيزنك، والاستبيان المقترح، وتحليلها ومناقشتها ومقارنتها مع الأدلة المقترحة لنتائج بعض الدراسات السابقة والمشابهة التي تم ذكرها في الجانب النظري، ثم مناقشة أوجه التشابه، والاختلاف بينهما، إلى جانب استنتاج نتائج البحث حسب حدود الدراسة، ويكون العرض كالآتي:

1- عرض المعلومات الشخصية.

2- عرض نتائج مقياس آيزنك للشخصية.



- 1- عرض المعلومات الشخصية للعينة : هذه المعلومات تنطبق على المجموعتين  
 • من حيث السن: يقع أفراد مجتمع البحث في المرحلة العمرية من 18 - 42 سنة.  
 • من حيث النوع: فإن جميع أفراد المجتمع ذكور.  
 جدول رقم 02 : يبين توزيع أفراد العينة حسب الجنس.

الممارسين	الغير ممارسين	
ذكور	ذكور	الجنس
40	40	العدد
50	50	انسبة

#### المعلومات المهنية و الاجتماعية :

لقد شملت هذه العينة مجموعة شاملة وملمة لمختلف شرائح المعاقين و هم كالاتي :

مركز التأهيل الوظيفي لدائرة سفيزف

مركز التأهيل الوظيفي الاستشفائي حساني عبد القادر

جمعية دوي الاحتياجات الخاصة لدائرة سفيزف

المركز البيداغوجي للمعاقين حركيا

جمعية المعاقين حركيا لولاية سيدي بلعباس

المعاقين الممارسين لمختلف للنشاطات بالملاعب الولائي

2- عرض نتائج مقياس ايزنك لقياس سمات الشخصية

جدول رقم 03: يبين درجات و المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص بعد الانبساط و الإنطواء

الافراد الممارسين	الانبساط و الانطواء	س-م	(س-م)*2
1	14	-3,23	10,43
2	13	-4,23	17,89
3	12	-5,23	27,35
4	17	-0,23	0,05
5	22	4,77	22,75
6	13	-4,23	17,89
7	14	-3,23	10,43
8	21	3,77	14,21
9	17	-0,23	0,05
10	22	4,77	22,75
11	18	0,77	0,59
12	13	-4,23	17,89
13	14	-3,23	10,43
14	22	4,77	22,75
15	23	5,77	33,29
16	22	4,77	22,75
17	15	-2,23	4,97
18	13	-4,23	17,89

17,89	-4,23	13	19
17,89	-4,23	13	20
3,13	1,77	19	21
14,21	3,77	21	22
4,97	-2,23	15	23
22,75	4,77	22	24
3,13	1,77	19	25
17,89	-4,23	13	26
10,43	-3,23	14	27
0,05	-0,23	17	28
0,05	-0,23	17	29
0,59	0,77	18	30
4,97	-2,23	15	31
14,21	3,77	21	32
7,67	2,77	20	33
3,13	1,77	19	34
22,75	4,77	22	35
7,67	2,77	20	36
4,97	-2,23	15	37
0,05	-0,23	17	38
7,67	2,77	20	39
10,43	-3,23	14	40
470,976	-0,2	689	المجموع

المتوسط	17,225	ع = 12,08
---------	--------	-----------

جدول رقم 04: يبين درجات و المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لغير الممارسين

للنشاط البدني الرياضي فيما يخص بعد الإنبساط و الإنطواء

الافراد الغير الممارسين	الانبساط و الانطواء	س - م	(س-م)*2
1	12	2,92	8,53
2	11	1,92	3,69
3	9	-0,08	0,01
4	13	3,92	15,37
5	5	-4,08	16,65
6	4	-5,08	25,81
7	7	-2,08	4,33
8	8	-1,08	1,17
9	9	-0,08	0,01
10	6	-3,08	9,49
11	5	-4,08	16,65
12	12	2,92	8,53
13	13	3,92	15,37
14	12	2,92	8,53

0,01	-0,08	9	15
1,17	-1,08	8	16
4,33	-2,08	7	17
0,85	0,92	10	18
8,53	2,92	12	19
3,69	1,92	11	20
15,37	3,92	13	21
0,01	-0,08	9	22
16,65	-4,08	5	23
1,17	-1,08	8	24
9,49	-3,08	6	25
4,33	-2,08	7	26
16,65	-4,08	5	27
1,17	-1,08	8	28
0,01	-0,08	9	29
0,85	0,92	10	30
3,69	1,92	11	31
8,53	2,92	12	32
0,85	0,92	10	33

15,37	3,92	13	34
0,01	-0,08	9	35
25,81	-5,08	4	36
4,33	-2,08	7	37
0,01	-0,08	9	38
8,53	2,92	12	39
15,37	3,92	13	40
300,776	0,20-	363	المجموع
7,71		9,08	

جدول رقم 05: يبين درجات و المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص بعد الإلتزان و الإنفعال.

2* (س-م)	س-م	الالتزان و الانفعال	الافراد الممارسين
27,35	-5,23	12	1
38,81	-6,23	11	2
27,35	-5,23	12	3
67,73	-8,23	9	4
52,27	-7,23	10	5

149,57	-12,23	5	6
85,19	-9,23	8	7
104,65	-10,23	7	8
67,73	-8,23	9	9
85,19	-9,23	8	10
67,73	-8,23	9	11
85,19	-9,23	8	12
175,03	-13,23	4	13
126,11	-11,23	6	14
149,57	-12,23	5	15
175,03	-13,23	4	16
231,95	-15,23	2	17
149,57	-12,23	5	18
85,19	-9,23	8	19
104,65	-10,23	7	20
104,65	-10,23	7	21
67,73	-8,23	9	22
38,81	-6,23	11	23
27,35	-5,23	12	24
52,27	-7,23	10	25
149,57	-12,23	5	26
85,19	-9,23	8	27
104,65	-10,23	7	28

67,73	-8,23	9	29
175,03	-13,23	4	30
149,57	-12,23	5	31
85,19	-9,23	8	32
67,73	-8,23	9	33
104,65	-10,23	7	34
126,11	-11,23	6	35
38,81	-6,23	11	36
27,35	-5,23	12	37
52,27	-7,23	10	38
38,81	-6,23	11	39
52,27	-7,23	10	40
3671,716	-369,2	320	المجموع
94,15		8	
17.40		8	المتوسط الحسابي $X_1$

جدول رقم 06 يبين درجات و المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص بعد الإلتزان و الإنفعال.

2*(م-س)	س-م	الاتزان و الانفعال	الأفراد الغير الممارسين
---------	-----	-----------------------	----------------------------



24,21	4,92	14	1
35,05	5,92	15	2
79,57	8,92	18	3
62,73	7,92	17	4
8,53	2,92	12	5
98,41	9,92	19	6
79,57	8,92	18	7
35,05	5,92	15	8
47,89	6,92	16	9
119,25	10,92	20	10
142,09	11,92	21	11
193,77	13,92	23	12
35,05	5,92	15	13
35,05	5,92	15	14
24,21	4,92	14	15
62,73	7,92	17	16
79,57	8,92	18	17
15,37	3,92	13	18
24,21	4,92	14	19
47,89	6,92	16	20
62,73	7,92	17	21
79,57	8,92	18	22
35,05	5,92	15	23

79,57	8,92	18	24
98,41	9,92	19	25
79,57	8,92	18	26
119,25	10,92	20	27
166,93	12,92	22	28
15,37	3,92	13	29
35,05	5,92	15	30
142,09	11,92	21	31
193,77	13,92	23	32
142,09	11,92	21	33
15,37	3,92	13	34
35,05	5,92	15	35
62,73	7,92	17	36
166,93	12,92	22	37
119,25	10,92	20	38
47,89	6,92	16	39
193,77	13,92	23	40
3140,5	332,80	696	المجموع
80,52		17,40	

جدول رقم 07 يبين درجات و المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص بعد الكذب

الإفراد الممارسين	الكذب	س-م	(س-م)* 2
1	05	1.98	3.92
2	04	0.98	0.96
3	04	0.98	0.96
4	05	1.98	3.92
5	03	0.02-	0.0004
6	02	1.02-	1.04
7	01	2.02-	4.08
8	05	1.98	3.92
9	05	1.98	3.92
10	04	0.98	0.96
11	02	1.02-	1.04
12	03	0.02-	0.0004
13	01	2.02-	1.04
14	04	0.98	0.96
15	01	2.02-	4.08
16	05	1.98	3.92
17	02	1.02-	1.04
18	03	0.02-	0.0004
19	01	2.02-	4.08

0.96	0.98	04	20
0.0004	0.02-	03	21
1.04	1.02-	02	22
4.08	2.02-	01	23
0.96	0.98	04	24
3.92	1.98	05	25
1.04	1.02-	02	26
0.96	0.98	04	27
1.04	1.02-	02	28
0.96	0.98	04	29
1.04	1.02-	02	30
0.0004	0.02-	03	31
4.08	2.02-	01	32
0.96	0.98	04	33
3.92	1.98	05	34
1.04	1.02-	02	35
4.08	2.02-	01	36
1.04	1.02-	02	37
0.96	0.98	04	38
1.04	1.02-	02	39
0.96	0.98	04	40
73.92		121	المجموع

جدول رقم 08 يبين درجات و المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص بعد الكذب.

الافراد الغير الممارسين	الكذب	س-م	(س-م)* 2
1	06	1.02-	1.04
2	06	1.02-	1.04
3	05	2.02-	4.08
4	05	2.02-	4.08
5	06	1.02-	1.04
6	08	0.98	0.96
7	09	1.98	3.92
8	06	1.02-	1.04
9	07	0.02-	0.0004
10	08	0.98	0.96
11	05	2.02-	4.08
12	07	0.02-	0.0004
13	09	1.98	3.92
14	07	0.02-	0.0004
15	08	0.98	0.96
16	05	2.02-	4.08
17	09	1.98	3.92
18	07	0.02-	0.0004
19	06	1.02-	1.04

1.04	1.02-	06	20
0.0004	0.02-	07	21
0.96	0.98	08	22
0.96	0.98	08	23
0.0004	0.02-	07	24
3.92	1.98	09	25
4.08	2.02-	05	26
0.0004	0.02-	07	27
0.96	0.98	08	28
3.92	1.98	09	29
0.0004	0.02-	07	30
0.96	0.98	08	31
4.08	2.02-	05	32
0.0004	0.02-	07	33
0.96	0.98	08	34
1.04	1.02-	06	35
4.08	2.02-	05	36
0.96	0.98	08	37
3.92	1.98	09	38
0.0004	0.02-	07	39
0.96	0.98	08	40
68.96		281	المجموع

جدول رقم 09 : يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين

لنشاط البدني الرياضي

و قيمة -ت- المحسوبة واتجاهات الفروق والدلالة الإحصائية لسمة الانبساط و

الانطواء.

اتجاهات الفروق	الدلالة الإحصائية	ت الجدولية	ت المحسوبة	الانحراف	المتوسط	
الممارسين ن	دال احصائيا	2.704	11.46	ع1= 12.08	م1= 17.22	الإنبساط و الإنطواء
				ع2= 7.71	م2= 9.08	

### 3- تحليل ومناقشة النتائج:

#### الإنبساط و الإنطواء

نلاحظ من الجدول أن قيمة (ت المحسوبة = 11.46) أكبر من قيمة (ت الجدولية 2.704) عند مستوى الدلالة، 0.05 ودرجة الحرية (39) ومنه يمكن القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في سمة الانبساطية بين الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي، وتتفق هذه النتائج مع نتائج مقياس أيزنك للشخصية، حيث أن الممارسة الرياضية وما توفر من فرص الاختلاط والاستمتاع بأوقات الفراغ، وكذا تحمل المسؤولية في مختلف المهام المقدمة للأفراد خلال المنافسات، كل هذا يطور وينمي سمة الانبساطية لديهم.

وهذا ما يتوافق مع نتائج دراسة "دراسة خوجة عادل" حيث درس الباحث موضوع ممارسة النشاط البدني الرياضي ودوره في تحقيق التكيف النفسي الاجتماعي للمعوقين حركيا داخل مراكز التأهيل الوظيفي، و اكدت النتائج التي توصل اليها في دراسته على اهمية برنامج النشاط الرياضي المكيف في تحقيق التكيف النفسي الاجتماعي. لأفراد المجموعة التجريبية و هم المجموعة الممارسة في دراستنا.

استنتاج لسمة الانبساطية- الانطوائية :

يتضح من خلال تحليلنا لنتائج الجدول ان هناك فروق ذات دلالة احصائية لصالح الممارسين و منه نستنتج ان النشاط الرياضي المكيف يؤثر ايجابيا على سمة الانبساطية - الانطوائية بحيث ان المعوق الممارس للنشاط الرياضي يتميز بدرجة عالية من الانبساط.

حيث يتمتع الشخص المنبسط بالنشاط والميل إلى مشاركة الناس في أعمالهم، لا يهتم بصحته أو مرضه و خاصة بعد ممارسته للنشاط الرياضي. -يعتمد على العوامل الخارجية في توجيه سلوكه.

بعكس ذلك ان المعوق الغير ممارس للنشاط الرياضي المكيف يتميز بسمة الانطوائية نتيجة للعزلة التي يتميز بها وعدم الاختلاط وتحاشي الصلات الاجتماعية، اد تؤدي العوامل الذاتية دورا هاما في توجيه سلوكه الذي يعيق عملية التكيف السريع و التوافق الاجتماعي .

تنص الفرضية الجزئية الاولى انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الانبساطية لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي و من خلال الجدول رقم 09 و هذا ما تؤكدته نتائج دراسة "دراسة خوجة



عادل " حيث درس الباحث موضوع ممارسة النشاط البدني الرياضي ودوره في تحقيق التكيف النفسي الاجتماعي للمعوقين حركيا داخل مراكز التأهيل الوظيفي.

جدول رقم 10 : يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي

و قيمة -ت- المحسوبة واتجاهات الفروق والدلالة الإحصائية لسمة الاتزان و الانفعال

اتجاهات الفروق	الدلالة الإحصائية	ت الجدولية	ت المحسوبة	الانحراف	المتوسط	
الممارسين	دال احصائيا	2.704	4.45	ع1= 94.15	م1=8	الإتزان و
ين				ع2= 80.52	م2=17.4	الإنفعال

#### 4- تحليل ومناقشة النتائج:

##### الاتزان و الانفعال

نلاحظ من الجدول أن قيمة (ت المحسوبة = 4.45) أكبر من قيمة (ت الجدولية 2.704) عند مستوى الدلالة، 0.05 ودرجة الحرية (39) ومنه يمكن القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في سمة الاتزان بين الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي، وتتفق هذه النتائج مع نتائج مقياس أيزنك للشخصية، من جراء توفر درجة مرتفعة من الانفعال والضغط الشديدة عن الحوادث والخيرات عليه، فهو يشكل بعدا ثنائي القطب لصورة متصلة ومتقابلة، يضم مظاهر

حسن التوافق والنضج والثبات الانفعالي من جهة، وسوء التوافق وعدم الثبات الانفعالي من جهة أخرى.

وهذا ما يتوافق مع نتائج دراسة محمد سيد فهمي، 1995: هدفت الدراسة إلى التعرف على الدور التي تلعبه الخدمة الاجتماعية في دعم وتطوير السلوك الايجابي لدى المعوقين جسمياً، الدراسة التي جاءت كما يلي: تؤدي برامج وأنشطة المؤسسة إلى دعم السلوك الايجابي للمعوق ، وكان من أهم نتائج الدراسة ما يلي:

- وجود ارتباط بين درجة الإعاقة والنشاط المقدم داخل المؤسسة.

- هناك علاقة بين مناسبة أنشطة المؤسسة لقدرات المعوق الجسمية والقدرة على العمل في المستقبل.

وفي الأخير نوه الباحث بضرورة الاهتمام بالأنشطة والبرامج التي تساعد على دعم وتطوير السلوك الايجابي للمعوق جسمياً (غريب سيد أحمد، 1995ص181). وكذلك دراسة جمعة خميس، 1981:

كان الهدف من الدراسة هو معرفة مدى تأثير برامج للأنشطة الرياضية على حالة الأشخاص المعوقين جسمياً البدنية وتكيفهم النفسي و لقد توصلت النتائج إلى:زيادة مقدرة المعوق على الاعتماد على نفسه وانجاز متطلبات الحياة داخل وخارج مسكنه، و نقص عنصر الترويح والمناقشة والتشويق يؤدي إلى ملل المعوقين جسدياً، وعدم الإقبال على جلساته، مما يعرقل الهدف المنشود من علاج وتأهيل نفسي وبدني، ارتفاع كفاءة التأهيل وقلّة اعتماد المعوق جسمياً على الغير سواء في المقدرة على القيام بالأعمال الشخصية أو المعيشة اليومية). (السيد محمد محمد فرحات، 2004ص102).

استنتاج لسمة الاتزان -الانفعال

يتضح من خلال تحليلنا لنتائج الجدول ان هناك فروق ذات دلالة احصائية لصالح الممارسين و منه نستنتج ان النشاط الرياضي المكيف يؤثر ايجابيا على سمة الاتزان بحيث ان الشخص ذو الاحتياجات الخاصة الممارس للنشاط الرياضي يتميز بدرجة عالية من الاتزان.

حيث يتسم الفرد بالهدوء والرزانة يتحكم في انفعالات الغضب، الخوف، الغيرة والكراهية، وهي سمات مكتسبة من عملية التنشئة الاجتماعية، فالبيئة العصابية والتوتر تولد سمة القلق الانفعالي

بعكس ذلك ان المعوق الغير ممارس للنشاط الرياضي المكيف يتميز بسمة الانفعالية و العصابية نتيجة للعزلة التي يتميز بها وعدم الاختلاط وتحاشي الصلات الاجتماعية، اد تؤدي هاته الاخيرة الى ظهور عدة امراض سيكولوجية و بسيكولوجية مما تؤثر سلبا على الفرد.

ونستنتج من خلال الجداول ان ممارسة النشاط البدني المكيف له دور كبير في تنمية سمات الشخصية لى المعاقين حركيا وذلك حسب دراستنا و تطبيقنا لمقياس ايزنك (ا) و اسقاطها على الدراسات و البحوث السابقة.

تتص الفرضية الجزئية الثانية انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الاتزان الانفعالي لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

من خلال الجدول رقم 10 و بعد تحليل النتائج المحصل عليها يتبين لنا ان الفرضية الجزئية الثانية صحيحة و نتائج إجاباتهم تصب في اتجاهها.

و هذا ما يتوافق مع دراسة جمعة خميس :

كان الهدف من الدراسة هو معرفة مدى تأثير برامج للأنشطة الرياضية على حالة الأشخاص المعوقين جسميا البدنية وتكيفهم النفسي .

## 7- خلاصة عامة:

يستنتج من نتائج البحث أنّ هناك فروقاً في سمات الشخصية قيد البحث، بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي، فالممارسة الرياضية المكيفة تساهم في تطوير وتنمية السمات الشخصية للفرد المعوق حركياً بصفة خاصة، وشخصيته بصفة عامة، ذلك أنها تمثل خياراً تربوياً موجهها خالياً من القيود النفسية، فتساعد الفرد في تفتحه وحسن تعامله مع الآخرين، وتحسين السلوك الاجتماعي الايجابي كالتعاون والتماسك والمشاركة والتنافس الشريف من أجل تحقيق النجاح، كما تزيد من قدرته على إقامة العلاقات الاجتماعية، والصدقات مع الغير، وتكسبه التفاؤل في الحاضر والمستقبل، وتنمي صفة المسؤولية لديه، في مختلف متطلبات الحياة، مما ينعكس إيجاباً على تفاعله واندماجه في المجتمع.

و بعد البحث في دور الايجابي للنشاط البدني المكيف في تنمية سمات الشخصية للمعاقين حركياً و من خلال الدراسة التي اجريناها و الجانب النظري المخطط و الاعتماد على الاستبيان كأداة بحث و المقاييس المتبعة (الانبساطية- الانطوائية - الاتزان - الانفعال) توصلنا الى ما يلي :

-النشاط البدني المكيف دور كبير و ايجابي في تنمية سمة الانبساطية للمعاقين حركياً.

-النشاط الرياضي المكيف دور هام و ايجابي في تنمية سمة الاتزان الانفعالي للمعاقين حركياً.

ومن نستنتج ان النشاط البدني المكيف يساهم بشكل مبير في تكوين شخصية المعاقين حركيا

و يتيح النشاط البدني الرياضي للفرد فرصا للتحكم في انفعالاته وإخضاعها لسيطرته واستقرارها وتلاؤمها مع مثيراتها، وتحسين درجة الواقعية لديه، وينمي ثقته بنفسه، وقدرته على اتخاذ القرارات السليمة والثابتة في مختلف المواقف التي يمر بها في حياته الاجتماعية، إضافة إلى أنها تساعد على تجاوز مواقف الإحباط والفشل والتوتر واليأس والاستسلام التي تتاب الفرد من حين لآخر، بسبب الرسوب النفسي والآثار السلبية التي تتركها الإعاقة.

من هذا تعدل الممارسة الرياضية السمات السلبية لدى الفرد مثل الانطوائية والعصابية والقلق وتطور وتنمي السمات الموجبة لدى الفرد مثل الانبساطية والثبات الانفعالي، وبالتالي تكوّن للفرد المعوق شخصية قوية متزنة متكاملة، تساعد في الاندماج والتكيف النفسي.

# المصادر و المراجع

## المصادر و المراجع:

- 1\_ غسان محمد صادق، (1990) ، ص16 و 32.
- 2\_ الخولي أمين أنور، (2001) ، ص168 .
- 3\_ السيد محمد فرحات (2004) ، ص 15.
- 4\_ كمال الدوسقي ، (1974) ، ص 204.
- 5\_ حمزة مختار ، (1976) ، ص 10.
- 6\_ محمد نعيمة ، (2002) ، ص 14.
- 7\_ حلمي ابراهيم ، (1998) ، ص 48.
- 8\_ منال منصور بوحמיד ، (1985) ، ص 45.
- 9\_ محمد رفعت حسن ، (1977) ، ص 51.
- 10\_ الإتحادية الجزائرية لرياضة المعاقين ، (1999) ، ص 9-10.
- 11\_ الخولي أمين أنور ، (1996) ، ص 22.
- 12\_ محمد عوض بسيوني ، (1992) ، ص 09.
- 13\_ قاسم حسن حسين ، (1990) ، ص 65.
- 14\_ تشارلز بيوتشر، (1964) ، ص 33-34.
- 15\_ محمود عوض بسيوني ، (1992) ، ص 11-13.
- 16\_ سلامة بهاء الدين ، (1992) ، ص 28-29.

- 17\_ حنفي محمد، (1995) ، ص18
- 18\_ مروان عبد المجيد، (1997) ، ص 108-109-110 .
- 19\_ محمود عوض بسيوني ، (1992) ، ص17.
- 20\_ أسامة رياض ، (2000) ، ص 22.
- 21\_ حلمي إبراهيم ، (1998) ، ص 51-52.
- 22\_ مروان عبد المجيد ، (1997) ، ص 15 و 20..
- 23\_ تركي رابح ، (1982) ، ص 101-103-104.
- 24\_ عبد الرحمن سيد سليمان وآخرون ، (2001) ، ص 12.
- 25\_ عبد العزيز جلال ، (1980) ، ص 121.
- 26\_ محمد عبد المؤمن حسين ، (1986) ، ص 12.
- 27\_ عبد الرحمن سيد سليمان ، (2000) ، ص 46.
- 28\_ تركي رابح ، (1982) ، ص 55.
- 29\_ صالح هيشان ، (1983).
- 30\_ عبد الرحمن سيد سليمان ، (2000) ، ص 32.
- 31\_ ماجدة السيد عبيد ، (1999) ، ص 45.
- 32\_ جمال الخطيب ، (1998) ، ص 21.
- 33\_ حلمي إبراهيم ، (1998) ، ص 40.



- 34\_ القبروتي وآخرون ، (1995) ، ص 55.
- 35\_ الحيدري ، (1985).
- 36\_ سميت ، (1992).
- 37\_ الراجحي ، (1982).
- 38\_ الروسان فاروق ، (1998) ، ص 204 و 215.
- 39\_ جمال الخطيب ، ( 1998 ) ، ص 29..
- 40\_ مروان عبد المجيد ، ( 1997 ) ، ص 46.
- 41\_ حلمي المليجي ، (1995) ، ص 121.
- 42\_ حلمي ابراهيم ( 1992 ) ، ص 322.
- 43\_ سامية حسن الساعاتي ، (1983) ، ص 119.
- 44\_ فخري دباغ ، (1982) ، ص 209.
- 45\_ محمد سامي هنا ، (1978) ، ص 18.
- 46\_ محمد رمضان القذافي ، (1993) ، ص 15.
- 47\_ احمد عزت راجح ، (1985) ، ص 183.
- 48\_ عادل عز الدين الأشول ، (1978) ، ص 139.
- 49\_ محمد حسن علاوي ، (1983) ، ص 290 و 293.

- 50\_ فوزي محمد جبل ، (2000) ، ص 301.
- 51\_ كامل بكداش ، (1981) ، ص 129.
- 52\_ لازاروس ريتشارد ، (1984) ، ص 62.
- 53\_ فيصل عباس ، (1982) ، ص 102-103.
- 54\_ عبد الرحمن محمد العيسوي ، (2002) ، ص 115.
- 55\_ سعد جلال ، (2001) ، ص 164.
- 56\_ عبد الرحمن محمد العيسوي ، (2002) ، ص 115-117.
- 57\_ لازاروس ريتشارد ، (1984) ، ص 54.
- 58\_ سامية حسن الساعاتي ، (1983) ، ص 147-148.
- 59\_ محمد عدنان النجار ، (1995) ، ص 150 و 153.
- 60\_ عبدالرحمن محمد العيسوي ، (2002) ، ص 123.
- 61\_ فيصل عباس ، (1982) ، ص 17-18.
- 62\_ سامية حسن الساعاتي ، (1983) ، ص 143-144.
- 63\_ عبد الرحمن محمد العيسوي ، (2002) ، ص 115.
- 64\_ محمد عبد الخالق احمد ، (1985) ، ص 10-12.
- 65\_ عبد الرحمن محمد العيسوي ، (2002) ، ص 79.

- 66\_ سهير أحمد كامل ، (2002) ، ص 76.
- 67\_ جمال الخطيب ، (1998) ، ص 256.
- 68\_ محمد رمضان القذافي ، (1994) ، ص 84.
- 69\_ صالح حسن الداھري ، (1999) ، ص 5.
- 70\_ اخلاص عبد الحفيظ (2000) ص 45 و 197.
- 71\_ وجيه محجوب (1988) ص 60.
- 72\_ مروان عبد المجيد ابراهيم الإحصاء الوصفي و الإستدلالي سنة (2000) ص 25.
- 73\_ محمد نصر الدين رضوان الإحصاء اللابارومتري في بحوث التربية الرياضية (1989) ص 52.
- 74\_ عبد الجبار توفيق الإحصاء الوصفي و الإستدلالي (1992) ص 164.

الملاحق

ملحق رقم ( 1 )  
قائمة أيزنك للشخصية  
الصورة " أ "

الاسم : .....  
اللقب : .....  
الجنس : .....  
تاريخ الميلاد : .....

عزيزي الطالب :

إليك بعض الأسئلة على الطريقة التي تسلك بها وتشعر حاول أن تحدد  
الإجابة التي تتفق مع طريقتك المعتادة في التصرف والشعور هل هي ( نعم ) أم ( لا ) ثم ضع علامة ( × ) في المستطيل تحت عمود نعم أو لا.

اجب وبدون تردد فلا يوجد إجابة صائبة أو خاطئة , لا تترك سؤال بدون إجابة .

شاكرون لكم تعاونكم

تحت إشراف الدكتور:

يلكبيش قادة.

من إعداد الطالبان:

حميدي كريم

مسلم عبد القادر

الرقم	فقرات الاختبار	نعم	لا
1	هل تتوق إلى الأشياء المثيرة في معظم الأحيان ؟		
2			
3	هل أنت سعيد وتعالج الأمور ببساطة ودون تدقيق وتصحيح ؟		
4	هل تنزعج إلى حد كبير لو رفض لك طلب ؟		
5	هل تتمهل وتفكر مليا قبل الإقدام على عمل أي شيء ؟		
6	هل تفي دائما بوعده قطعه على نفسك بغض النظر عما قد يكلف من تعب أو عناء ؟		
7	هل يثور مزاجك ويهدأ في بعض أحيان كثيرة ؟		
8	هل من عادتك أن تقوم بعمل وقل أشياء على نحو متسرع ودون تأمل أو تفكير ؟		
9	هل حدث أن شعرت بالتعاسة دون سبب كافٍ لذلك ؟		
10	هل تعمل أي شيء تقريبا من أجل الجرأة ؟		
11	هل تشعر بالخجل فجأة عندما تريد التحدث إلى شخص غريب جذاب ؟		
12	هل يحدث أن تفقد السيطرة على نفسك وتغدو غاضبا أحيانا ؟		
13	هل تقوم بالأشياء على نحو ارتجالي في معظم الأحيان ؟		
14	هل تشعر غالبا بالقلق حيال أشياء كان ينبغي لك أن لا تفعلها أو تقولها ؟		
15	هل تفضل المطالعة على التحدث أمام الآخرين بصفة عامة ؟		
16	هل يسهل جرح مشاعرك نوعا ما ؟		
17	هل ترغب في الخروج كثيرا من المنزل ؟		
18	هل تراودك أحيانا أفكار وخواطر لا ترغب أن يعرفها الآخرون ؟		
19	هل تشعر بنشاط شديد أحيانا و بالبلادة أحيانا أخرى ؟		

		هل تفضل أن يكون لديك عدد قليل من الأصدقاء شريطة أن يكونوا من المقربين ؟	20
		هل تستغرق في أحلام اليقظة ؟	21
		هل تجيب الناس بالصراخ عندما يصرخون في وجهك ؟	22
		هل يضايقك الشعور بالذنب في كثير من الأحيان ؟	23
		هل عاداتك جميعها حسنة ومرغوب فيها ؟	24
		هل يمكنك أن تترك نفسك على سجيبتها وتتمتع كثيرا في حفل مرح ؟	25
		هل تعتبر نفسك متوتر الأعصاب ؟	26
		هل يعتقد الآخرون انك حيوي ونشط ؟	27

لا	نعم	فقرات الاختبار	الرقم
		هل قمت بعمل شيء هام ثم شعرت غالبا بان باستطاعتك القيام به على نحو أفضل ؟	28
		هل يغلب عليك طابع الهدوء عندما تكون مع الآخرين ؟	29
		هل تنهمك في القيل والقال أو نشر الإشاعات أحيانا ؟	30
		هل تلازمك الأفكار لدرجة لا تستطيع معها النوم ؟	31
		إذا كنت تريد معرفة شيء ما , فهل تفضل معرفته من خلال اللجوء إلى الكتاب بدلا من اللجوء إلى شخص آخر تحدثه عنه ؟	32
		هل يحدث خفقان قلب أو تسارع في دقاته ؟	33
		هل تحب نوع العمل الذي يتطلب منك انتباها شديدا أو دقيقا ؟	34
		هل تنتابك نوبات من الارتجاف و الارتعاش أحيانا ؟	35
		هل تصرح للجمارك عن كل شيء لديك حتى لو علمت انه يستحيل اكتشافه ؟	36

		هل تكره أن تكون في مجموعة يتكل الواحد على الآخر ؟	37
		هل أنت شخص سريع الاستثارة أو الانفعال ؟	38
		هل ترغب القيام بأشياء ينبغي لك أن تتصرف حيالها بسرعة ؟	39
		هل تقلق بصدد أشياء مخيفة قد تحدث لك ؟	40
		هل يمتاز أسلوب حركتك بالبطء وعدم السرعة ؟	41
		هل حدث أن تأخرت عن تنفيذ موعد أو عمل ما ؟	42
		هل تتتابك كوابيس أو أحلام مزعجة كثيرة ؟	43
		هل ترغب في التحدث مع الناس إلى حد كبير بحيث لم تضيع فرصة الحديث إلى شخص غريب ؟	44
		هل تزعجك الآلام والأوجاع ؟	45
		هل تشعر بتعاسة شديدة إن لم تر من الناس في بعض الأحيان ؟	46
		هل تعتبر نفسك عصبيا ؟	47
		هل هناك أشخاص ممن تعرفهم لا تحبهم على نحو قاطع ؟	48
		هل تستطيع القول بأنك شخص واثق من نفسك تماما ؟	49
		هل يؤلمك الآخرون بسهولة لدى اكتشافهم الخطايا فيك أو في عمالك ؟	50
		هل يصعب عليك أن تتمتع فعلا في حفل مرح ؟	51
		هل تنزعج من الشعور بالنقص ؟	52
		هل يسهل عليك إضفاء جو من الحيوية على حفل ممل إلى حد ما ؟	53
		هل تتحدث أحيانا عن أمور لا تعرف عنها شيئا ؟	54
		هل أنت قلق على صحتك ؟	55
		هل تحب إيقاع الآخرين في " مقالب " بقصد المرح ؟	56
		هل تعاني من الأرق ؟	57



استمارة مفصلة حسب السمات:

الانبساط - الانطواء	
الرقم	رقم الفقرة
1	1 هل تتوق إلى الأشياء المثيرة في معظم الأحيان ؟
2	3 هل أنت سعيد وتعالج الأمور ببساطة ودون تدقيق وتصحيح ؟
3	5 هل تتمهل وتفكر مليا قبل الإقدام على عمل أي شيء ؟
4	8 هل من عادتك أن تقوم بعمل وقل أشياء على نحو متسرع ودون تأمل أو تفكير ؟
5	10 هل تعمل أي شيء تقريبا من اجل الجراءة ؟
6	13 هل تقوم بالأشياء على نحو ارتجالي في معظم الأحيان ؟
*7	15 هل تفضل المطالعة على التحدث أمام الآخرين بصفة عامة ؟
8	17 هل ترغب في الخروج كثيرا من المنزل ؟
*9	20 هل تفضل أن يكون لديك عدد قليل من الأصدقاء شريطة أن يكونوا من المقربين ؟
10	22 هل تجيب الناس بالصراخ عندما يصرخون في وجهك ؟
11	25 هل يمكنك أن تترك نفسك على سجيبتها وتتمتع كثيرا في حفل مرح ؟
12	27 هل يعتقد الآخرون انك حيوي ونشط ؟
13*	29 هل يغلب عليك طابع الهدوء عندما تكون مع الآخرين ؟
*14	32 إذا كنت تريد معرفة شيء ما , فهل تفضل معرفته من خلال اللجوء إلى الكتاب بدلا من اللجوء إلى شخص آخر تحدثه عنه ؟
*15	34 هل تحب نوع العمل الذي يتطلب منك انتباها شديدا أو دقيقا ؟
*16	37 هل تكره أن تكون في مجموعة يتكل الواحد على الآخر ؟

39 هل ترغب القيام بأشياء ينبغي لك أن تتصرف حيالها بسرعة ؟	17
41 هل يمتاز أسلوب حركتك بالبطء وعدم السرعة ؟	*18
44 هل ترغب في التحدث مع الناس إلى حد كبير بحيث لم تضع فرصة الحديث إلى شخص غريب ؟	19
46 هل تشعر بتعاسة شديدة إن لم تر من الناس في بعض الأحيان ؟	20
49 هل تستطيع القول بأنك شخص واثق من نفسك تماما ؟	21
51 هل يصعب عليك أن تتمتع فعلا في حفل مرح ؟	*22
53 هل يسهل عليك إضفاء جو من الحيوية على حفل ممل إلى حد ما ؟	23
56 هل تحب إيقاع الآخرين في " مقال " بقصد المرح ؟	24

الاتزان - الانفعال	
الرقم	رقم الفقرة
1	2 هل تحتاج إلى أصدقاء يفهمونك لكي تشعر بالارتياح والابتهاج ؟
2	4 هل تنزعج إلى حد كبير لو رفض لك طلب ؟
3	7 هل يثور مزاجك ويهدأ في بعض أحيان كثيرة ؟
4	9 هل حدث أن شعرت بالتعاسة دون سبب كافٍ لذلك ؟
5	11 هل تشعر بالخجل فجأة عندما تريد التحدث إلى شخص غريب جذاب ؟
6	14 هل تشعر غالبا بالقلق حيال أشياء كان ينبغي لك أن لا تفعلها أو تقولها ؟
7	16 هل يسهل جرح مشاعرك نوعا ما ؟
8	19 هل تشعر بنشاط شديد أحيانا و بالبلادة أحيانا أخرى ؟
9	21 هل تستغرق في أحلام اليقظة ؟

23 هل يضايقك الشعور بالذنب في كثير من الأحيان ؟	10
26 هل تعتبر نفسك متوتر الأعصاب ؟	11
28 هل قمت بعمل شيء هام ثم شعرت غالبا بان باستطاعتك القيام به على نحو أفضل ؟	12
31 هل تلازمك الأفكار لدرجة لا تستطيع معها النوم ؟	13
33 هل يحدث خفقان قلب أو تسارع في دقاته ؟	14
35 هل تنتابك نوبات من الارتجاف و الارتعاش أحيانا ؟	15
38 هل أنت شخص سريع الاستثارة أو الانفعال ؟	16
40 هل تقلق بصدد أشياء مخيفة قد تحدث لك ؟	17
43 هل تنتابك كوابيس أو أحلام مزعجة كثيرة ؟	18
45 هل تزعجك الآلام والأوجاع ؟	19
47 هل تعتبر نفسك عصبيا ؟	20
50 هل يؤلمك الآخرون بسهولة لدى اكتشافهم الخطايا فيك أو في عملك ؟	21
52 هل تنزعج من الشعور بالنقص ؟	22
55 هل أنت قلق على صحتك ؟	23
57 هل تعاني من الأرق ؟	24

الكذب	
رقم الفقرة	الرقم
6 هل تقي دائما بوعد قطعتة على نفسك بغض النظر عما قد يكلف من تعب أو عناء ؟	*1
12 هل يحدث أن تفقد السيطرة على نفسك وتغدو غاضبا أحيانا ؟	*2
18 هل تراودك أحيانا أفكار وخواطر لا ترغب أن يعرفها الآخرين ؟	*3

24 هل عاداتك جميعها حسنة ومرغوب فيها ؟	4
30 هل تتهمك في القيل والقال أو نشر الإشاعات أحياناً ؟	*5
36 هل تصرح للجمارك عن كل شيء لديك حتى لو علمت انه يستحيل اكتشافه ؟	6
42 هل حدث أن تأخرت عن تنفيذ موعد أو عمل ما ؟	*7
48 هل هناك أشخاص ممن تعرفهم لا تحبهم على نحو قاطع ؟	*8
54 هل تتحدث أحياناً عن أمور لا تعرف عنها شيئاً ؟	*9