



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
كلية التربية البدنية والرياضية
قسم النشاط الحركي المكيف

مذكرة تخرج مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر

عنوان المذكرة

دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية
(العصبية – العدوانية – الاكتئابية – قابلية الاستشارة) لدى المعاقين حركيا

الأستاذ المؤطر:

د.عتوي نور الدين

إعداد الطالبان

مقري محمد الأمين

بلغالي اسماعيل

السنة الجامعية: 2015 / 2016

الإهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى:

والدي الكريمين ، وإلى كل إخوتي وأخواتي و إلى جميع زملائي

وإلى كل من ساعدني في انجاز هذا العمل.

إلى والدي الكريمين أبي محمد، وأمي خيرة إلى إخوتي وأخواتي

إلى الأستاذ عتوتي نور الدين

إلى جميع الزملاء الذين أعرفهم من بعيد ومن قريب.

اسماعيل

الإهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى:

والدي الكريمين ، وإلى كل إخوتي وأخواتي و إلى جميع زملائي

وإلى كل من ساعدني في انجاز هذا العمل.

إلى والدي الكريمين أبي محمد، وأمي خيرة إلى إخوتي وأخواتي

إلى الأستاذ عتوتي نور الدين

إلى جميع الزملاء الذين أعرفهم من بعيد ومن قريب.

اسماعيل

الشكر

قال الله تعالى في المحكم ترتيله: ((وإذ تأذن ربكم لئن شكرتم لأزيدنكم، ولئن كفرتم إن عذابي لشديد)) سورة إبراهيم، الآية 07

ويقول الرسول صلى الله عليه و سلم: ((من لم يشكر الناس لم يشكر الله)) .
و يقينا بقولنا نبينا، أحمد الله تعالى وأشكره، الذي وفقني بقوته وعونه لإنجاز هذا العمل المتواضع.

أشكر الأستاذ عتوتي نور الدين على قبوله الإشراف، وعلى التوجيهات القيمة طيلة سيرورة هذا البحث.

كما أشكر جمعية النصر للمعاقين حركيا بمستغانم المركز الجهوي للتكوين والتمهين بواد الجمعة.

كما أتوجه بالشكر إلى كل من ساهم من قريب أو من بعيد في هذا البحث.

محتوى البحث:

- أ - إهداء
ب - شكر وتقدير
ج - قائمة الجداول
د - قائمة الأشكال

التعريف بالبحث:

1. مقدمة 2
2. مشكلة الدراسة 3
3. فرضيات الدراسة..... 5
4. أهمية الدراسة 5
5. أهداف الدراسة 6
6. أسباب اختيار الموضوع 6
7. تحديد المفاهيم والمصطلحات 7
8. الدراسات السابقة 7

الباب الأول: الدراسة النظرية

الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي المكيف

- تمهيد 16
1. مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف 16
2. التطور التاريخي للنشاط الرياضي المكيف 18
3. النشاط البدني والرياضي المكيف في الجزائر 20
4. مجالات النشاط البدني الرياضي المكيف 22
1.4. المجال العلاجي 24

24.....	2.4. المجال الترويحي
26.....	3.4. المجال التنافسي
26.....	5. أسس النشاط الرياضي المكيف
27.....	6. المنظمة الدولية لرياضة المعوقين
28.....	7. أهداف المنظمة الدولية لرياضة المعوقين
28.....	الخلاصة

الفصل الثاني: السمات الشخصية

31.....	تمهيد
31.....	1. مفهوم الشخصية
32.....	1.1. تعريف الشخصية
37.....	2. تعريف السمة
39.....	3. نظريات الشخصية المتعلقة بالأنماط والسمات
39.....	1.3 نظرية الأنماط
43.....	2.3 نظرية السمات
48.....	3.3 نظرية التعلم الاجتماعي
48.....	4. دراسات السمات
55.....	5. ثبات السمات وتغيرها
56.....	6. العوامل المؤثرة في شخصية المعوق
58.....	7. المقاييس النفسية للإعاقات الجسمية والصحية
60.....	8. سمات الشخصية المثيرة للتوافق
61.....	خلاصة

الباب الثاني: الدراسة الميدانية

الفصل الثالث: الطرق المنهجية للبحث

تمهيد	65
1. المنهج	65
2. مجتمع وعينة البحث	65
3. مجالات البحث	66
4. ضبط متغيرات البحث	67
5. أدوات البحث	68

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1. عرض وتحليل النتائج	71
1.1. المحور الأول	71
2.1. المحور الثاني	81
3.1. المحور الثالث	91
4.1. المحور الرابع	101
استنتاجات	111
مناقشة الفرضيات	113
خلاصة عامة	116
الاقتراحات	117

المصادر والمراجع.

الملاحق.

ملخص الدراسة.

1- مقدمة: النشاط البدني الرياضي المكيف عملية مترابطة وضعت بغرض كشف المشاكل والمساعدة على حلها في مختلف النواحي نفسية كانت أو حسية حركية وتشمل هذه الأنشطة المساعدات الحركية والبرامج الاستشارية والتعاونية في مجال برامج المعوقين وتنظيم الندوات لتقديم أفضل سبيل لهذه الفئة.

وإن هذه الخدمات التي تقع كلها في إطار رياضة المعوقين يجب إن يتولاها أشخاص مؤهلون ومتخصصون في رياضة المعوقين أو من قبل أشخاص لهم خبرة في هذا المجال لذوي الاحتياجات الخاصة. وإن تكيف الفرد الذي يعاني من إعاقة ما مثل المعاق حركيا وتأقلمه مع ضغوط الحياة المعاصرة ومن ثمة إدماجه في المجتمع بصفة فعالة من شأنها وإن تساعده في عدة مزايا، يقتضي تجاوزه لعقدة الشعور بالنقص الناجمة من فكرة إن الهيئة العامة للشخص هي مقياس لتفكيره ومشاعره وإن الهيئة الجيدة للشخص تعطي انطبعا جيدا وتعكس صورة تفاؤل وحب للمبادرة والثقة بالنفس في حين أن الهيئة الضعيفة تعكس انطبعا سيئا يتمثل في قلة الثقة بالنفس وضعف الشخصية والظهور بمظهر التعب الدائم واليأس واللامبالاة بالحياة.

وهذا ما يدل على أهمية تكامل النمو البدني لدى الأطفال منذ الصغر حتى البلوغ مراحل متقدمة من العمر، وأن الإنسان يتأثر بما يدور حوله من مثيرات عن طريق تحليل ذهني في خلايا الدماغ، وتقوم هاته الأخيرة بدور المنبه والعكس عندما يكون الطفل عاجزا عن تحليل الحركات والعمل بتفكير لها تأثير سلبي على حياته وشخصيته وتعتبر أهم المشكلات التي يعاني منها فئة المعاقين حركيا هي صعوبة الاتصال والعمل والتفاعل مع الآخرين فقلة الذكاء لن تقف عائقا أمام تعلمهم من خلال أساليب التعلم العادية مع الاستعانة بالمعينات السمعية (أسامة رياض، ناهد أحمد عبد الرحيم 2001-صفحة 10) من خلال ذلك اعتمدنا في دراستنا على ثلاث جوانب هي :

الجانب التمهيدي: حيث حددنا فيه ما يلي (مشكلة الدراسة. فرضيات الدراسة. أهمية الدراسة. أهداف الدراسة. أسباب اختيار الموضوع. تحديد المفاهيم والمصطلحات).

الجانب النظري: فيه خمس فصول

الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي المكيف

الفصل الثاني: السمات الشخصية.

الفصل الثالث: الدراسات السابقة.

الجانب التطبيقي: والذي تطرقنا فيه إلى فصلين

الفصل الأول: الطرق المنهجية للبحث ودرسنا فيها (المجال المكاني - الشروط العلمية

للأداة - ضبط متغيرات الدراسة - عينة البحث وكيفية اختيارها - ضبط المتغير لأفراد

العينة - المنهج المستخدم - أدوات الدراسة - إجراءات التطبيق الميداني -)

الفصل الثاني: وعملنا فيه على:

- عرض وتحليل النتائج. - الخلاصة العامة للدراسة.

2- مشكلة الدراسة:

إن التكفل بالمعاقين حركيا داخل المراكز البيداغوجية أمر صعب للغاية ويتطلب جهودا

مضاعفة من قبل المسؤولين والقائمين على تطبيق النشاطات البيداغوجية والرياضية

خاصة تعد من بين أولويات الطاقم القائم على تسيير المركز. وعلى العموم تم ظهور

الأنشطة البدنية المكيفة من خلال البرامج التي وضعتها الدول الغربية ففي عام 1977

تم في بلجيكا وضع مخطط برنامج رياضي يشمل الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

من فئة المعاقين حركيا وبعدها الأنشطة التي صادقت عليها الحكومة في السويد سنة

1981 والذي يحدد بموجبه تفعيل الأنشطة البدنية لذوي الاحتياجات من فئة المعاقين

حركيا. والتقدم الذي عرفته البشرية بحضاراتها الحديثة مكن الإنسان من تحقيق

انجازات كانت في الماضي قريبة إلى الخيال أكثر من قربها إلى الواقع، من خلال

حركة الاختراعات والاكتشافات التي عرفها العالم في العصر والحديث والتي جعلت من العالم اليوم أكثر تقدماً وتطوراً في مختلف مجالات الحياة المختلفة بما فيها المجال الرياضي بمختلف أنشطة وطرق ممارسته والفئات الممارسة.

فإذا أردنا التطرق إلى رياضة المعوقين نجد أن هذا التقدم كانت له انعكاسات ايجابية على هذه الفئة، يظهر هذا من خلال نظرة المجتمعات إلى الإعاقة والمعاقين بصورة جذرية، بعد أن كانت النظرة سلبية صارت ايجابية "حيث أضحى المعاقون يحضون بشتى أنواع الرعاية من الوقاية والعلاج وتأهيل وتدريب واختراعات متقدمة وسريعة التطور تجعل من الإنسان المعاق إنساناً يعيش حياة قريبة من الإنسان السوي وتوفر له قدراً كافياً من العناية لينعم بالحياة". (أسامة رياض، ناهد احمد عبد الرحيم ، 2001، صفحة 10)

ولعل من أهم أشكال هذا الاهتمام التي أصبحت فئة المعاقين حركياً تحظى به نجد ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف الذي يعتبر احد الوسائل الهامة التي تلعب دوراً كبيراً في ترقية الجانب النفسي والحركي والبدني للمعاقين حركياً خاصة . وفي هذا الصدد تشير جل الدراسات التي أجريت على فئة المعاقين حركياً إلى أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف كعامل يحقق التوافق النفسي الحركي من جهة ومن جهة التفاعل الاجتماعي والنمو الحركي وكذا السمات المتعلقة بالشخصية ، هذا لما يتميز به هذا النوع من النشاط من قدرة على مساعدة الفرد المعاق للتغلب على كافة المشاكل والاضطرابات النفسية الناتجة أساساً عن الشعور بالإعاقة والنقص وبناءاً على هذا الاهتمام يمكن طرح السؤال إشكاليتنا على النحو التالي:

هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية السمات الشخصية (العصبية ، العدوانية ، الاكتئابية ،قابلية الاستثارة) لدى المعاقين حركيا ؟
وتحت هذا التساؤل العام نطرح التساؤلات الفرعية التالية:

❖ هل ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف تساهم في التقليل من العصبية والعدوانية لدى المعاقين حركيا0

❖ هل ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف تساهم في التقليل من الاكتئابية والقابلية للاستثارة لدى المعاقين حركيا.

3- فرضيات الدراسة:

3-1-الفرضية العامة:

للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية بعض السمات الشخصية لدى المعاقين حركيا.

3-2- الفرضيات الجزئية:

❖ ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف تساهم في تعديل السلوك الانفعالي والعصبية والعدوانية لدى المعاقين حركيا.

❖ ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف تساهم في التقليل من الاكتئاب وتعديل القابلية للاستثارة لدى المعاقين حركيا .

4- أهمية الدراسة :

لقد أصبحت العلاقة بين الرياضة والفرد علاقة واسعة وكبيرة لأن الرياضة في عصرنا الحالي تعتبر ظاهرة اجتماعية واسعة النطاق، تغوص جذورها بعمق في حياة الأطفال والشباب والبالغين ولم تعد بمفهومها الصحيح عدوانا وعنفا وتحريفا للانفعالات المكبوتة، بل إنها خلق لتعاون والتفاهم والصدقة والتنافس الشريف.

فتطرقنا لهذا الموضوع من اجل إعطاء صورة حقيقية لأهم الضوابط والمعايير التي تخص المعاقين حركيا حيث يجب على المربي والأسرة والمجتمع مراعاة العوامل النفسية لهذه الفئة ومحاولة تأهيلهم اجتماعيا إلى أن يصبحوا مندمجين داخل مجتمعاتهم ويتمتعون بالكرامة والسعادة كغيرهم من الفئات الأخرى .

5- أهداف الدراسة:

لقد أظهرت بعض الدراسات أن ممارسة النشاطات الرياضية تعمل على تحسين وتطوير بعض الجوانب النفسية والاجتماعية لدى المعاقين حركيا وفي بحثنا هذا نحاول إبراز السمات الشخصية لهذه الفئة من خلال النشاط الرياضي المكيف في المراكز، وقد حددنا هدفنا من خلال دراستنا هذه إلى كشف العلاقة الموجودة بين:

❖ ممارسة النشاط الرياضي المكيف ومدى تأثيره على تنمية بعض السمات الشخصية لدى المعاقين حركيا.

❖ النشاط الرياضي المكيف وتحقيقه بالعدل والمساواة في الاحساس بالذات

❖ النشاط الرياضي المكيف والشعور بالحرية لدى المعاقين حركيا.

❖ النشاط الرياضي المكيف والشعور بالانتماء المعاقين حركيا.

6- أسباب ودوافع اختيار الموضوع:

6-1- أسباب ذاتية:

الرغبة في معالجة هذا الموضوع نظرا لنقص الدراسات حول هذه الفئة ،من اجل تقديم يد العون والمساعدة لإدماجها في المجتمع كي تؤدي دورها على أحسن وجه .

6-2- أسباب موضوعية:

❖ إبراز دور النشاط الرياضي المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية لدى المعاقين حركيا.

❖ إثراء البحث بمثل هذه المواضيع (العوامل النفسية)

❖ إثراء المكتبة بهذه البحوث العلمية وإعطاء التوصيات المناسبة.

❖ نقص الاهتمام بدراسة الموضوع لفئة المعاقين حركيا.

7- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

7-1- النشاط البدني الرياضي المكيف:

اصطلاحا: تعريف ستور stor: نعني به كل الحركات والتمارين وكل الرياضيات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محدودون في قدراتهم من الناحية البدنية والنفسية، وذلك بسبب تلف أو إصابة في بعض الوظائف الجسمية الكبرى . (A.stor u.g.l ، 1993 ، صفحة 10)

إجرائيا:

هو نظام متكامل صمم لتعرف على المشكلات والمساعدة على حلها في النواحي النفسية الحركية التي تبدأ خدماته بالاختباري القياس التقويم.

8- الدراسات السابقة:

العلم في جوهره مسألة تعاونية، ويقصد بذلك أن كل عالم ينبغي أن يتعاون مع الآخرين من أجل كشف الواقع ، وإذا كان العالم متأكد من شيء ما ، فهو متأكد من أن عمله يتضمن خطأ ما ، يقوم بتصحيحه عالم آخر في وقت ما ، والعلماء ينظرون إلى بعضهم كعمال متعاونين ونادرا ما يعتبرون أنفسهم متنافسين (Arnold Malcolm D). (1972, P08).

فإذا قبلنا هذه العبارة على ما هي عليه، فإن بحثنا ينبغي أن يتضمن دراسة البحوث الأخرى التي تمت في هذا المضمار، لماذا ؟

لأن البحث العلمي لا يبدأ من الصفر، فهو حلقة من سلسلة سبقتة حلقات وتلحقه حلقات إنه مساهمة تضاف إلى المساهمات العلمية الأخرى، تحت ضوء هذه الأفكار

بدا لنا مفيدا أن نخصص فصلا للدراسات السابقة حول هذا الموضوع، من اجل اثناء الدراسة من جهة واستعمالها في الحكم والمقارنة سواء بالإثبات أو النفي من جهة اخرى.

8-1- دراسة نايف الحميدي حمد العنزي 2004. (نايف الحميدي حمد العنزي ، 2004)

موضوع الدراسة: "فعالية الخطة التربوية الفردية في تدريس المهارات الرياضية والحركية والحياتية للمعاقين حركيا في منطقة تبوك بالسعودية"

هدفت الدراسة إلى استقصاء فعالية الخطة التربوية الفردية في تدريس المهارات الرياضية والحركية والحياتية للمعاقين حركيا في منطقة تبوك بالسعودية، حيث بحثت الدراسة في الاجابة عن التساؤلات الآتية:

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين افراد المجموعتين التجريبية والضابطة وفقا للخطة التربوية الفردية في التدريب على المهارات الرياضية والحركية والحياتية لحالات الاعاقة؟

فرضيات الدراسة: تم صياغة فرضية الدراسة على النحو الآتي:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين افراد المجموعتين التجريبية والضابطة وفقا للخطة التربوية الفردية في التدريب على المهارات الرياضية والحركية والحياتية لحالات الاعاقة التي هي قيد الدراسة.

أجريت الدراسة على قوامها 60 طالبا ذوي إعاقة حركية تم اختيارهم بطريقة عشوائية مقسمة إلى مجموعتين ، مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة تتكون كل مجموعة من 30 معاقا تتراوح أعمارهم بين 06 - 15 سنة .

ولتحقق من صحة فرضية الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي معتمدا على تطبيق منهاج التربية الحركية والرياضية للأطفال الذي طوره كل من فاروق الروسان وخوله يحي وعلاء الدين 1991 في البيئة الأردنية من اجل قياس مستوى الأداء.

يتضمن منهاج التربية الحركية والرياضية للأطفال غير العاديين اثن عشر بعد فرعيا تشكل في مجملها المهارات الحركية الاساسية مهارات التحكم بحركة الرأس، مهارات الدحرجة، مهارات الجلوس، مهارات الوقوف، مهارات المشي، مهارات الهرولة، مهارات الوثب، مهارات الحبل، مهارات النقاط الكرة مهارات رمي الكرة، مهارات ركل الكرة، وبلغ مجموع الأهداف التعليمية 97 هدفا تعليميا غطت الأبعاد التي هي قيد الدراسة، وعولجت البيانات الناتجة عن التطبيق بيانيا وإحصائيا باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي للقياسات المتكررة.

أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين افراد المجموعتين التجريبية والضابطة وفقا للخطة التربوية الفردية في التدريب على المهارات الرياضية والحركية لحالات الاعاقة التي هي قيد الدراسة.

ومن خلالها توصل الباحث الى فعالية الخطة التربوية الفردية في تدريس المهارات الرياضية والحركية والحياتية للمعاقين حركيا.

2- دراسة الباحث كاستانجو 1991 (Castagno KS A Study of lhe effects of After) .

موضوع الدراسة: "أثر برنامج أسبوعي للتربية الرياضية على مفهوم الذات لدى الأطفال المعاقين حركيا في المدارس المتوسطة".

هدفت هذه الدراسة إلى تقصي أثر برنامج أسبوعي للتربية الرياضية على مفهوم الذات لدى الأطفال المعاقين حركيا في المدارس المتوسطة.

وبحثت هذه الدراسة في الإجابة عن التساؤل الرئيسي التالي:

- هل هناك اثر للنشاط الرياضي على مفهوم الذات لدى الأفراد المعاقين حركيا؟

فرضية الدراسة:

- هناك اثر ايجابي للنشاط الرياضي على مفهوم الذات لدى الأفراد المعاقين حركيا.

أجريت الدراسة على عينة قوامها 75 طالبا تتكون من مجموعتين (تجريبية وضابطة).

- المجموعة التجريبية تتكون من 35 طالبا منهم 18 طالبا معاقا و 17 طالبا من غير المعاقين.

- المجموعة الضابطة تتكون من 40 طالب منهم 20 طالبا معاقا و 20 طالبا من غير المعاقين.

وللتحقق من أهداف الدراسة اعتمد الباحث على برنامج رياضي أسبوعي استمر 12 أسبوعا طبق على المجموعة التجريبية، استخدم الباحث مقياس ماترينك - زوايسكي لمفهوم الذات، ومقياس كراتلي لمفهوم الذات على المجموعتين، لقياس التطور الحاصل.

أظهرت نتائج الدراسة حدوث تحسن في مفهوم الذات الايجابي للمجموعتين (المعاقين والأسوياء) الذين خضعوا للبرنامج التدريبي مقارنة بالمجموعة الضابطة من خلال وجود فروق دالة إحصائية في مفهوم الذات بين الطلبة المعاقين الممارسين وغير الممارسين للبرنامج الرياضي المطبق لصالح المجموعة الممارسة، وهذا ما يدل على الأثر الايجابي للنشاط الرياضي على مفهوم الذات لدى الأفراد المعاقين حركيا.

3- دراسة ليبوك هيبي. (Vassiliki Derri Qther/2001. PP20-21).

موضوع الدراسة: "أثر النشاطات الإيقاعية على السلوك الانفعالي للأطفال المعاقين حركيا".

بحثت هذه الدراسة أثر النشاطات الإيقاعية على السلوك الانفعالي للأطفال المعاقين حركيا من خلال الايجابية عن التساؤلات الآتية:

- هل هناك اثر للأنشطة الإيقاعية على السلوك العدوانى لدى المعاقين حركيا ؟
- هل هناك اثر للأنشطة الإيقاعية على الدافعية لدى الأطفال المعاقين حركيا ؟
- هل هناك اثر للأنشطة الإيقاعية على الرغبة لدى الأطفال المعاقين حركيا ؟
- هل هناك اثر للأنشطة الإيقاعية على الإحباط لدى المعاقين حركيا ؟
- هل هناك فروق فى اثر للأنشطة الإيقاعية على المعاقين حركيا بين الذكور والإناث فى المتغيرات قيد الدراسة؟

أجريت الدراسة على عينة قوامها 27 طفلا تتكون من مجموعة تجريبية عددها 16 طفل معوق، ومجموعة ضابطة 11 طفل معوق.

وللتحقق من أهداف الدراسة اعتمد الباحث على تطبيق برنامج رياضي إيقاعي لمدة 08 اشهر بمعدل مرة واحدة في كل أسبوع، يستغرق 90 دقيقة على المجموعة التجريبية، استخدم الباحث مقياس شيك لست لقياس السلوك الانفعالي قبل وبعد تنفيذ البرنامج.

أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك الانفعالي للمجموعة التي طبق عليها برنامج النشاطات الإيقاعية.

- برنامج النشاطات الإيقاعية المقترح أظهر فروق واضحة في الدافعية والرغبة والإحباط والطابع الاجتماعي والسلوك العدواني، وغياب الإحساس بالواقع.
- أظهرت نتائج الدراسة اثر الأنشطة الإيقاعية أحسن عند الذكور من الإناث.
- وبصفة عامة فان النشاطات الإيقاعية أعطت تأثير ايجابي على المعاقين حركيا .

التعليق على الدراسات المرتبطة: لقد اعتمد الباحث على مجموعة من الدراسات السابقة والمشابهة التي تلقي الضوء على كثير من المعالم ، حيث يتضح من خلال عرض هذه الدراسات التي تمت في مجال المهارات الحياتية الأساسية وتعليم الأطفال المعاقين حركيا والأسوياء أنها تتباين من حيث الأغراض والأهداف ، فقد استهدفت بعض الدراسات تعليم المهارات الحركية والحياتية بينما استهدفت أخرى الجانب الانفعالي ، وذهبت دراسات إلى الجانب الحس الحركي المتمثل في التوافق الحركي لدى الاطفال المعاقين حركيا. كلا على حده كما هدفت أيضا إلى معرفة مدى قابلية الاطفال المعاقين حركيا لتعلم حركات أساسية في رياضات متعددة وكانت دراستنا متشابهة في العديد من النقاط مع هذه الدراسات في النقاط التالية:

العينة: وكانت عينة عشوائية من فئة المعاقين حركيا.

-الجوانب المستهدفة: الجانب الحسي الحركي، الجانب الانفعالي، الجانب البدني...إلخ

أهم نتائج دراستنا والدراسات السابقة والمشابهة المتوصل إليها ما يلي:

- الأفراد المعاقين حركيا يمكنهم تعلم المهارات الحياتية الأساسية في شتى الرياضات وبصورة جيدة.

- أن الأطفال المعاقين حركيا لا يختلفون عن أقرانهم الأسوياء في إمكانية تدريبهم على بعض المهارات الحياتية وتنمية بعض السمات الشخصية.

- أن الأنشطة البدنية المكيفة لها انعكاس ايجابي على مستوى عدة جوانب لدى العاقين حركيا، وبوجه عام ساهمت الدراسات المرتبطة في إفاذتنا فيما يلي :

- إثراء موضوع البحث حيث لم يتسن للباحث الحصول على دراسات تبرز الدور الفعال للأنشطة البدنية المكيفة في تنمية بعض الجوانب النفسية والحسية لدى الاطفال المعاقين حركيا.

- كما ساعدت هذه الدراسات في تحديد منهجية البحث والخطوات الصحيحة والملائمة لطبيعة البحث.

- تصميم الاستبيان.

- مساعدتي أثناء مناقشة النتائج.

نقد الدراسات: إن المتمعن في قراءة المتغيرات المدروسة في الدراسات السابقة والمشابهة كلها ونتائجها، يجد أنها لم تتطرق إلى أن النشاط البدني المكيف يساهم في تنمية عدة جوانب لفئة المعاقين، سواء على مستوى التعلم أو الأداء أو غير ذلك، ومن جهة أخرى لم تتطرق جليا إلى الإفادة الكبيرة للأنشطة البدنية المكيفة في شتى المجالات النفسية والمتعلقة بجوانب الشخصية، وهذا ما تناولناه في موضوع دراستنا هذه من جوانب عدة لدى فئة المعاقين حركيا.

الباب الأول:

الجانب النظري

الفصل الأول:

النشاط البدني الرياضي المكيف

تمهيد:

يعد النشاط البدني المكيف من الأنشطة البدنية التربوية الأكثر انتشارا في أوساط الشباب خاصة في المؤسسات والمدارس التربوية والمدارس البيداغوجية المتكفلة بتربية ورعاية المعوقين ، ومما ساعد على ذلك أن النشاط الرياضي يعد عاملا من عوامل الراحة الإيجابية النشطة التي تشكل مجالا هاما في استثمار وقت الفراغ ، بالإضافة إلى ذلك يعتبر من الأعمال التي تؤدي للارتقاء بالمستوى الصحي والنفسي والاجتماعي البدني للفرد المعاق، إذ يكسبه القوام الجيد ، ويمنح له الفرح والسرور، ويخلصه من التعب والكره ، وتجعله فردا قادرا على العمل والإنتاج .

وعليه فقد خصصنا هذا الفصل للقيام بدراسة النشاط البدني الرياضي المكيف ابتداء من مفهومه وتطوره التاريخي ومجالاته وأسس العمل عليه مع تعريف للمنظمة الدولية للمعوقين وأهدافها .

1- مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف:

إن الباحث في مجال النشاط البدني الرياضي المكيف يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي تداولها المختصون والعاملون في الميدان، واستخدامهم المصطلح الواحد بمعان مختلفة، فقد استخدم بعض الباحثون مصطلحات النشاط الحركي المكيف أو النشاط الحركي المعدل أو التربية الرياضية المعدلة أو التربية الرياضية المكيفة أو التربية الرياضية الخاصة، في حين استخدم البعض الأخر مصطلحات الأنشطة الرياضية العلاجية أو أنشطة إعادة التكييف، فبالرغم من اختلاف التسميات من الناحية الشكلية يبقى الجوهر واحدا، أي أنها أنشطة رياضية وحركية تقيد الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة سواء كانوا معاقين متأخرين دراسيا أو موهوبين أو مضطربين نفسيا وانفعاليين. نذكر من هذه التعاريف ما يلي:

- تعريف حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات: يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها، ويتم ذلك وفقا لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود قدراتهم (حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات ، 1998 ، صفحة 223) .

- تعريف ستور (stor): نعني به كل الحركات والتمارين وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محددين في قدراتهم من الناحية البدنية، النفسية، وذلك بسبب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى (A.stor ، 1993 ، صفحة 10) .

- تعريف الرابطة الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح والرقص والتربية الرياضية الخاصة: هي البرامج المتنوعة للنمو من خلال الألعاب والأنشطة الرياضية والأنشطة الإيقاعية لتناسب ميول وقدرات

وحدود الأطفال الذين لديهم نقص في القدرات أو الاستطاعات، ليشاركوا بنجاح وأمان في أنشطة البرامج العامة للتربية.

- محمد عبد الحليم البوايز: هي تلك البرامج المتنوعة من النشاطات الإنمائية والألعاب التي تتسجم وميول وقدرات الطفل المعاق والقيود التي تفرضها عليه الإعاقة .

ومن خلال هذا العرض لمختلف التعاريف فالمقصود بالنشاط الرياضي المكيف هو إحداث تعديل في الأنشطة الرياضية المبرمجة لتتماشى مع الغايات التي وجدت لأجلها، فمثلا في الرياضات التنافسية هو تكيف الأنشطة الرياضية حسب الفئة وتدريبها للوصول إلى المستويات العالية، أما في حالة الأمراض المزمنة كالربو والسكري فهو تكيف الأنشطة الرياضية لتساعد على التقليل من هذه الأمراض، وبالنسبة لحالات الإصابات الرياضية فان اللاعب الذي يتعرض للإصابة يحتاج إلى برنامج حركي تأهيلي خاص حسب نوع ودرجة الإصابة، أما تكيف الأنشطة الرياضية

للمعاقين جعلها تتماشى مع حالة ودرجة ونوع الإعاقة ، وبالتالي فالمقصود بالنشاط البدني الرياضي المكيف في هذه الدراسة هو مجموع الأنشطة الرياضية المختلفة والمتعددة والتي تشمل التمارين والألعاب الرياضية التي يتم تعديلها وتكييفها مع حالات الإعاقة ونوعها وشدتها، بحيث تتماشى مع قدراتها البدنية والاجتماعية والعقلية.

2- التطور التاريخي للنشاط البدني الرياضي المكيف:

تعتبر التربية والرياضية في العصر الحديث كأحد المتطلبات العصرية بالنسبة لكل شرائح المجتمع ولها مكانة وموقع معتبر في قيم واهتمامات الشباب خاصة. ويعود الفضل في بعث فكرة ممارسة النشاط البدني الرياضي من طرف المعوقين إلى الطبيب الإنجليزي لدويج جوتمان LEDWIG GEUTTMAN وهو طبيب في مستشفى استول مانديفل بانجلترا .

وبدأت هذه النشاطات في الظهور عن طريق المعاقين حركيا , وقد نادى هذا الطبيب بالاستعانة بالنشاطات الرياضية لإعادة التكيف الوظيفي للمعاقين والمصابين بالشلل في الأطراف السفلية، واعتبر هذه النشاطات كعامل رئيسي لإعادة التأهيل البدني والنفسي لأنها تسمح للفرد المعوق لإعادة الثقة بالنفس واستعمال الذكاء والروح التنافسية والتعاونية وقد نظم أول دورة في مدينة استول مانديفل شارك فيها 18 معوق وكانوا من المشلولين الذين تعرضوا لحادث طارئا أثناء حياتهم وضحايا الحرب العالمية الثانية الذين فقدوا أطرافهم السفلية ولقد ادخل الدكتور لوديج جوتمان هذه الرياضة ببعض الكلمات التي كتبها في أول رسالة وعلقها في القاعة الرئيسية في ملعب استول مانديفل في انجلترا والتي لازالت لحد الآن وجاء فيها " إن هدف ألعاب استول ما نديفل هو تنظيم المعوقين من رجال ونساء في جميع أنحاء العالم في حركة رياضية عالمية وان سيادة الروح الرياضية العالمية سوف تزجي الأمل والعتاء والإلهام للمعوقين ولم

يكن هناك اجل خدمة وأعظم عون يمكن تديمه للمعاقين أكثر من مساعدتهم من خلال المجال الرياضي لتحقيق التفاهم والصدقة بين الأمم ."

وبدأت المنافسة عن طريق الألعاب في المراكز (المستشفى) ثم تطورت إلى منافسة بين المدارس ثم بعدها أنشأت بطولة المعوقين وعند توسيع النشاطات البدنية والرياضية المكيفة صنفتم المنافسة حسب نوع الإعاقة الحركية.

وفي بداية الستينيات النشاط الرياضي بوجه عام عرف تطورا كبيرا ومعتبرا وكذا كان النشاط البدني والرياضي المكيف نفس المسار ونفس الاتجاه حيث أدمجت في النشاطات في المشاريع التربوية البيداغوجية في مدارس خاصة وكان ظهورا لنشاطات الرياضية المكيفة للإعاقات العقلية تأخر نوعا ما بالنسبة للإعاقات الحركية وهذه العشرية عرفت تنظيم أولي للألعاب خاصة في 1968 في شيكاغو(الولايات المتحدة الأمريكية) ما بين 19 و 20 جويلية وعرفت مشاركة ألف رياضي مثلوا كل من الولايات المتحدة الأمريكية وكندا وفرنسا ثم تلتها عدة دورات أخرى لسنة 1970 - 72... الخ، وقد عرفت هذه الدورات تزايد مستمر في عدد الرياضيين المشاركين وبالتالي توسيع هذه النشاطات الرياضية في أوساط المعوقين لمختلف أنواع الإعاقات وقد عرفت العشرية الأخيرة في هذا القرن تطورا كبيرا في جميع المجالات وهناك اكتشاف عام للجسم وأهميته في التكيف وإعادة التكيف مع العالم وقيمه الاتصالية ودوره الوسيط في تخصيص وامتلاك المعلومات المختلفة مهما كانت معرفية او انفعالية و كان لغزو الرياضة من خلال الملاعب والإعلام والإشهارات التي تظهر الأجسام الأنيقة العضلية وكل الأفكار المتعلقة الرياضة جعلت الأفراد ومنهم المعاقين يعتقدون بالأهمية البالغة للنشاط الرياضي على المستوى العلاجي ويلعب دورا كبيرا في

النمو البدني النفسي والاجتماعي للأفراد الممارسين له. (فاطمة اسعيداني ، نور الدين بوطيبة ، 1996، صفحة 12)

3- النشاط البدني والرياضي المكيف في الجزائر:

تم تأسيس الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين وذوي العاهات في 19 فيفري 1979 وتم اعتمادها رسميا بعد ثلاثة سنوات من تأسيسها في فيفري 1981 وعرفت هذه الفيدرالية عدة صعوبات بعد تأسيسها خاصة في الجانب المالي وكذا من انعدام الإطارات المتخصصة في هذا النوع من الرياضة وكانت الفيدرالية في في تقصرين وكذلك في مدرسة المكفوفين في (العاشور) وكذلك في بوسماعيل وتم في نفس السنة تنظيم الألعاب الوطنية وهذا بإمكانيات محدودة جدا، وفي سنة 1981 انضمت الاتحادية الجزائرية لرياضة المعوقين للاتحادية الدول وكذلك للفيدرالية الدولية للمكفوفين كليا وجزئيا وفي سنة 1983 تم تنظيم الألعاب الوطنية في وهران من 24 إلى 30 سبتمبر حيث تبعتها عدة ألعاب وطنية أخرى في السنوات التي تلتها في مختلف أنحاء الوطن. وشاركت الجزائر في أول ألعاب افريقية سنة 1991 في مصر. وكانت أول مشاركة للجزائر في الألعاب الاولمبية الخاصة بالمعوقين سنة 1992 في برشلونة بفوجين أو فريقين يمثلان ألعاب القوى وكرة المرمى وكان لظهور عدائين ذوي المستوى العالمي دفعا قويا لرياضة المعوقين في بلادنا وهناك 36 رابطة ولائية تمثل مختلف الجمعيات تظم أكثر من 2000 رياضي لهم إجازات وتتراوح أعمارهم بين (16- 35) سنة.

وتمارس حوالي 10 اختصاصات رياضية مكيفة من طرف المعوقين كل حسب نوع إعاقة ودرجتها وهذه الاختصاصات هي نوع الإعاقة:

المعوقين المكفوفين	المعوقين الحركيين	المعوقين سمعيا
ألعاب القوى	ألعاب القوى	ألعاب القوى
كرة المرمى	كرة السلة فوق الكراسي المتحركة	كرة القدم بلاعبين
السباحة	رفع الأثقال	السباحة
الجيدو	السباحة	تنس الطاولة
التندام (الاستعراضى)	تنس الطاولة	كرة الطائرة

الجدول رقم (01): اختصاصات المعاقين حسب درجة الإعاقة .

(فاطمة اسعيداني ، نور الدين بوطيبة ، 1996، صفحة 12)

وقد سطرت الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين وذوي العاهات عدة أهداف متكاملة من بينها وعلى رأسها تطوير النشاطات البدنية والرياضية المكيفة الموجهة لكل أنواع الإعاقات باختلافها ويتم تحقيق هذا الهدف عن طريق :

- العمل التحسيسي والإعلام الموجه.
- للسلطات العمومية.
- لمختلف الشرائح الشعبية وفي كل أنحاء الوطن وخاصة منهم الأشخاص المعوقين.
- العمل على تكوين إطارات متخصصة في هذا الميدان (ميدان النشاط البدني والرياضي المكيف) وهذا بالتعاون مع مختلف المعاهد الوطنية والوزارات .
- والفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين منخرطة في عدة فيدراليات دولية وعالمية منها:
- اللجنة الدولية للتنسيق والتنظيم العالمي للرياضات المكيفة. I.C.C
- اللجنة الدولية للتنظيم العالمي لرياضة المعوقين ذهنيا. IPC
- الجمعية الدولية لرياضة المتخلفين والمعوقين ذهنيا. INAS-FMH
- الفيدرالية الدولية لرياضة الكراسي المتحركة. ISMW

- الفيدرالية الدولية لكرة السلة فوق الكراسي المتحركة. IWPF
 - الجمعية الدولية للرياضات الخاصة للأشخاص ذوي إعاقات حركية مخية - CP
 (ISRA) وفيها من الفيدراليات والجمعيات واللجان الدولية العالمية.
 وقد كان للمشاركة الجزائرية في مختلف الألعاب على المستوى العالمي وعلى رأسها
 الألعاب الاولمبية سنة 1992 في برشلونة وسنة 1996 في اطلنطا نجاحا كبيرا
 وظهر قوي للرياضيين المعوقين الجزائريين وخاصة في اختصاص ألعاب القوى ومنهم
 علاق محمد في اختصاص (100-200-400) متر وكذلك بوجليطية يوسف
 (معوق بصري) وفي نفس الاختصاصات وبلال فوزي في اختصاص (5000 متر
 و800 متر و1500 متر) . (- فاطمة اسعيداني ، نور الدين بوطيبة ، صفحة
 B13(26) الصنف

4- مجالات النشاط البدني الرياضي المكيف: وتتمثل في عدة جوانب هي:

- النشاطات البدنية والرياضية العلاجية .
 - النشاطات البدنية والرياضية التنفسية والترفيهية .
 - النشاطات البدنية والرياضية التنافسية.
- 4-1-المجال العلاجي: تمارس في الأوساط الطبية والمصحات و مراكز إعادة التأهيل
 وفي المؤسسات الخاصة ويراعي في اختيار نوع النشاطات البدنية السن والاهتمام
 والرغبة .ويمكن استعمال النشاط البدني والرياضي في عدة أشكال. حركات رياضية
 وحركات نشيطة موجهة ودقيقة، وعند تنفيذها وممارستها تقتضي تعلم تقني وهدفها
 الرئيسي اكتساب الشخص المعوق أكثر فعالية وحركية ممكنة، وتخضع عند
 استعمالها العلاجية لبعض الشروط وعلي سبيل المثال:

- تصويب الكرة عند المتخلفين ذهنيا و المرضي عقليا يمثل برنامج عقلي, و الكرة تمثل وسيلة الاتصال وأداة توصيل.
- في كرة السلة تصويب الكرة نحو السلة يسمح بإعادة تأهيل كلي للأطراف العلوية.
- في السباحة حركة الرجلين (السباحة الجري) تمثل صورة حقيقية للخطوة.
- العلاج باللعب (الألعاب الرياضية): هو امتداد للفعل والحركة الرياضية يغلب عليه طابع التسلية والتأثير العام علي الجهاز النفسي. وتعد بعض النشاطات البدنية والرياضية مثل الجري أو الرمي ,الألعاب المائية وتمثل اهتمام البحث الانتقائي لصفة نفسية حركية محددة بالقوة و الدقة أو الرشاقة والسرعة أو المداومة .
- الرياضات المحصورة (المضبوطة) وهذا النوع من الأنشطة تمارس في مرحلة إعادة التكيف البدني تتغير بالنسبة للجهد المبذول، وهدفها تجديد الطاقة للوظائف الكبرى لهذا المستوى.
- تنس الطاولة: تحسن وتعيد وتأهل التنسيق، ردة الفعل، التوازن، قدرة المداومة على بذل الجهد.
- ألعاب القوى بمختلف اختصاصاتها.
- الجري يحسن من قدرة وصفة المداومة.
- الرمي يحسن التنسيق والدقة.
- كرة الطائرة: على مستوى الجسم تسمح بتنمية مختلف الوظائف التالية:
 - ✓ التنفس.
 - ✓ الجهاز الدوراني.
 - ✓ الجهاز الكلوي.
 - ✓ تحسن التحكم في الجسم.

في بعض الحالات تستعمل سرعة الكرة لبعض المعاقين في الأطراف العلوية والأصابع، تكون محددة وعموماً فالتكيفات الخاصة بالمعاقين تكون دائماً ممكنة. وسير الأنشطة يتطلب قوانين مدققة، التحكيم يكون بالنسبة لرياضة العاديين، وفي معظم الحالات هناك فقط تكيفات صغيرة مثل مساحات اللعب التي نستطيع تقليصها.

(BOUDOUIN، 1993، صفحة 14)

2-4: المجال الترويحي:

النشاط الترويحي هو نشاط بناء يقوم به الفرد من تلقاء نفسه مدفوعاً بالسعادة الشخصية التي يشعر بها قبل وأثناء و بعد ممارستها لذلك النشاط الترويحي الذي يشبع بعض حاجات الفرد كالحاجة إلى الانتماء، الشعور بالذات، الابتكار وهي سمات نفسية المعوق بحاجة كبيرة إلى اكتسابها وتعزيزها، ولا يحقق النشاط الترويحي (النشاط البدني الرياضي)، الأهداف المنتظرة منه إلا إذا وجد الأفراد المجال المناسب والإمكانيات المادية والهيكل المخصصة لذلك، وكذا الأفراد المؤهلون لتنظيم النشاط البدني والرياضي الترويحي.

3-4-المجال التنافسي:

ممارسة نوع أو اختصاص رياضي أو كثير من طرف المعوق وخاصة المعوقين بدنياً. ذو طابع المنافسة والمسابقة له عدة فوائد وأهداف:

- استرجاع بدني يكون إلى أقصى حد ممكن للوظائف والعضلات المختلفة في الجسم.

- إعادة التوازن النفسي للمعوق.

- زوال ونقص العقد الدونية ومحو صورة الإعاقة لدى الفرد.

والنشاط الرياضي له تأثير إيجابي على إعادة التأهيل المهني للمعوق.

يوجد في كل بلدان العالم وخاصة منها المتطورة علاقة وطيدة بين النشاط البدني

والرياضي والعملي. والتظاهرات الرياضية الخاصة بالمعوقين تسمح بـ:

- تحسيس الجمهور بأن المعوقين يستطيعون ممارسة النشاط الرياضي بقدر معين من الاندفاع والمتعة روح الفوز مثل العاديين.

- البرهان للعاديين على أنه بواسطة التدريب المستمر وبالإرادة، المعوقين يستطيعون الوصول وتحقيق نتائج معينة في مختلف الاختصاصات الرياضة والتنافس بدون أية عقدة خجل.

- يظهر لكل الناس أن المعاق يتميز بميزات الرياضي العادي من حيث الدقة والتركيز والتحكم في النفس.

يبرهن بواسطة النشاط البدني الرياضي بأن الإعاقة ليست حاجز يستحيل تجاوزها لكون أن المعاق يعيش التظاهرات الرياضية وهو مثقل لإعاقته والاستعراض بها بدون أي مركب نقص. ومهما يكون نوع النشاط الرياضي الممارس فالمنافسة تثير اندفاع وصدام شعور معين، وعند المعوقين يساعد هذا العامل بدون أي شك في تنمية الثقة في نفسه ويمكنه من إعادة تقييم نفسه ثانية. ويقوم نفسه أيضا بالنسبة للعالم الخارجي. ودور الرياضة التنافسية في هذا الميدان هو كبير، فالمعوق يتخلص من الصورة العالقة في ذهنه ويصبح فرد له نصيب كامل وتقدير شخص عادي. والنشاط الرياضي يسمح باستغلال كل استعدادات الشخص المعوق الذي:

- يمتلك شيئا فشيئا بواسطة المتعة و الترويج لسهولة الحركة ودقة أكبر ويفضل في ذلك الاستقلالية الحركية وهذا ما يعني الاندماج الاجتماعي. (BOUDOUIN، 1993،

الصفحات 6-7)

5- أسس النشاط البدني الرياضي المكيف:

إن أهداف النشاط البدني الرياضي للمعاقين ينبع أساسا من الأهداف العامة للنشاط الرياضي من حيث تحقيق النمو العضوي والعصبي والبدني والنفسي والاجتماعي ، حيث أوضحت الدراسات إن احتياجات الفرد المعاق لا تختلف عن احتياجات الفرد العادي ، فهو كذلك يريد أن يسبح ، يرمي بقفز .

يشير انارينو وآخرون "إن كل ما يحتويه البرنامج العادي ملائم للفرد المعاق ، ولكن يجب وضع حدود معينة لمستويات الممارسة والمشاركة في البرنامج تلائم إصابة أو نقاط ضعف الفرد المعاق (محمد الحماحي ، أمين أنور الخولي ، 1990 ، صفحة

(194

يرتكز النشاط البدني الرياضي للمعاقين على وضع برنامج خاص يتكون من ألعاب وأنشطة رياضية وحركات إيقاعية وتوقيتية تتناسب مع ميول وقدرات وحدود المعاقين الذين لا يستطيعون المشاركة في برنامج النشاط البدني الرياضي العام ، وقد تبرمج مثل هذه البرامج في المستشفيات أو في المراكز الخاصة بالمعاقين ، ويكون الهدف الأسمى لها هو تنمية أقصى قدرة ممكنة للمعاق وتقبله لذاته واعتماده على نفسه ، بالإضافة إلى الاندماج في الأنشطة الرياضية المختلفة .

ويرعى عند وضع أسس النشاط البدني الرياضي المكيف ما يلي :

- العمل على تحقيق الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي.
- إتاحة الفرصة لجميع الأفراد للتمتع بالنشاط البدني وتنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات البدنية.
- إن يهدف البرنامج إلى التقدم الحركي للمعاق والتأهيل والعلاج.
- أن ينفذ البرنامج في المدارس الخاصة أو في المستشفيات والمؤسسات العلاجية.

- أن يمكن البرنامج المعاق من التعرف على قدراته وإمكانياته، وحدود إعاقته حتى يستطيع تنمية القدرات الباقية لديه واكتشاف ما لديه من قدرات.
- أن يمكن البرنامج المعاق من تنمية الثقة بالنفس واحترام الذات وإحساسه بالقبول من المجتمع الذي يعيش فيه، وذلك من خلال الممارسة الرياضية للأنشطة الرياضية المكيفة .
- وبشكل عام يمكن تكيف الأنشطة البدنية والرياضية للمعاقين من خلال الطرق التالية:
- تغيير قواعد الألعاب (التقليل من مدة النشاط، تعديل مساحة الملعب، تعديل ارتفاع الشبكة أو هدف السلة، تصغير أو تكبير أداة اللعب، زيادة مساحة التهديف).
- تقليل الأنشطة ذات الاحتكاك البدني إلى حد ما.
- الحد من نمط الألعاب التي تتضمن عزل أو إخراج اللاعب.
- الاستعانة بالشريك من الأسوياء أو مجموعة من الوسائل البيداغوجية، كالأطواق والحبال... إلخ
- إتاحة الفرصة لمشاركة كل الأفراد في اللعبة عن طريق السماع بالتغيير المستمر والخروج في حالة التعب.
- تقسيم النشاط على اللاعبين تبعاً للفروق الفردية وإمكانيات كل فرد . (محمد الحماحمي ، أمين أنور الخولي ، 1990 ، صفحة 194)

6- المنظمة الدولية لرياضة المعوقين:

بدأ الاتحاد الدولي للمحاربين القدماء التفكير في إنشاء التنظيم الرياضي يضم العاب شاملة للمعوقين من أصحاب القابليات المحدودة من غير ذوي الكراسي المتحركة والذين يعانون بتور في الأطراف العلوية أو السفلية ، فتم تأسيس المنظمة الدولية لرياضة المعاقين ، وذلك في العاصمة الفرنسية باريس عام 1964 ، وتقرر جعل مقرها الدائم في مدينة فارستا بالسويد ، وتقبل في عضويتها الاتحادات و التنظيمات

الدولية لرياضة المعوقين ، وقد بلغ مجموع الاتحادات الوطنية المنظمة إلى المنظمة الدولية لرياضة المعاقين 51 منظمة وطنية لغاية سنة 1985 كما بدأ التوجيه نحو تشكيل اتحادات تجارية للمعوقين كذلك بدأت بتشكيل المنظمة الأوروبية لرياضة المعوقين E.C.S.O.D.

7- أهداف المنظمة الدولية لرياضة المعوقين:

- التعاون مع مختلف تنظيمات رياضة المعوقين الدولية.
- وضع البرامج الرياضية المحددة لألعاب المعوقين واقتراح البرامج الرياضية لمتطلبات المعوقين.
- رسم الخطط المستقبلية من خلال نتائج اللقاءات و الحلقات الدراسية الفنية التربوية ، تبادل الخبرات التقنية الدولية الخاصة برياضة المعوقين .
- تقديم المساعدات المناسبة للأفراد و المنظمات العاملة بتكوين رياضة المعوقين .
- الإسهام بالألعاب الأولمبية الصيفية والشتوية التي تقام في البلد الذي ينظم تلك الألعاب والإشراف على البطولات الدولية والقارية بلعبة واحدة أو متعددة الألعاب التي تقام في الفترات بين الألعاب الأولمبي (الخطيب منذر، المشداني عبد الله ، 1988 ، صفحة 117)

خلاصة:

ما يمكن استخلاصه من خلال ما أشرنا إليه أن النشاط البدني والرياضي المكيف مستمد من النشاط البدني والرياضي الذي يمارسه الأفراد العاديين، ويعد هذا النشاط الرياضي المكيف حديث النشأة مقارنة بالنشاط الرياضي عند العاديين وله عدة جوانب تعود على الأفراد فهو يعتبر وسيلة تربوية وعلاجية ووقائية إذ تم استغلالها بصفة الأفراد من جميع الجوانب، الجانب الصحي، الجانب النفسي، الجانب الاجتماعي وبالتالي تكوين شخصية متزنة بالتفاعل الاجتماعي و الاستقرار العاطفي و النظرة

المتفائلة للحياة خاصة الأطفال المعاقين و الذين تضيق دائرة نشاطهم بسبب مرض أو عجز جسمي أو عقلي وقد أوضح العلماء أن الهدف الأساسي الذي يجب تحقيقه للمعوقين وهو تعليمهم الاشتراك بفعالية في نشاطات الرياضة و الترويح من خلال برنامج تربوي يشجع على ممارسة كل ألوان النشاط البدني الرياضي و استغلال أوقات الفراغ و الذي يجني من خلال المعوقون فوائد اجتماعية تربوية و نفسية كما أن للنشاط الرياضي المكيف تأثير ايجابي على اندماج و إعادة تأهيل المعاق و تقبله في المجتمع من خلال تحسيس الجمهور بأن المعاق يستطيع ممارسة النشاط الرياضي المكيف بميزات الرياضي العادي من الدقة و التركيز و التحكم في نفس النتائج المذهلة في مختلف التخصصات التي تجلب الفرح و السرور و السعادة للآخرين.

الفصل الثاني:

سمات الشخصية

تمهيد:

السمات 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 الجسدي.

وسنتطرق في هذا الفصل إلى إعطاء مفاهيم وتعريفات للشخصية وسماتها وكذا السمات المثيرة للتوافق، والنظريات المتعلقة بالأنماط والسمات، والعوامل المؤثرة في شخصية المعوق.

1. مفهوم الشخصية

أ- المفهوم اللغوي: إن كلمة الشخصية في اللغة العربية من "شخص" (محمد رمضان القذافي، 1993، ص11). وقد ورد في لسان العرب "شخص، جماعة شخص الإنسان وغيره" الذي يعني كل جسم له ارتفاع وظهر. (ابن المنظور، بدون تاريخ، ص.45)، أما في اللغة الفرنسية 'personnalité' مستمدة من الكلمتين اليونانيتين 'per' ومعناها تقليد، و'sonna' ومعناها التحدث والتكلم، وعلى هذا يكون تركيب الكلمة 'persona' والذي يعني القناع الذي يضعه الإنسان على وجهه للتمثيل أو التقليد أو التصنع. (سامي هنا، 1978، ص.52)، ويبدو أن أصل الشخصية في اللغة العربية أكثر صدقا وشفافية من الناحية العلمية والموضوعية في التعبير عن مفهوم الشخصية لأنه يدل على السمات العامة الكامنة في الإنسان كله وما يميزه عن غيره، وليس مجرد قناع متحول حسب الأدوار والحياة العامة، وبالتالي فالمقصود لغويا كل الصفات الظاهرة الخاصة

بالفرد والتي كان بعضها خافيا أو داخليا ثم ظهر وهي بمجموعها تميزه عن غيره من الناس. (نزار الطالب، كامل الويس، 1993، ص.78).

ب- المفهوم العامي

إن كلمة شخصية عند أي إنسان عادي تشير إلى المركز الاجتماعي الذي يتولاه مثل: الوزير، المدير.... الخ (رمضان محمد القذافي، 1993، ص.13) أما من ليس له مثل هذا المنصب فليس له شخصية فالمفهوم العامي يربط الشخصية بقوتها وثقلها الاجتماعي

1.1. تعريف الشخصية

1.1.1. تعريفات 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 نورد منها ما يلي:

- استجابات الأشخاص الآخرين للفرد كمثير أو منبه.
- المجموع الكلي لتأثيرات الفرد في الجماعة.
- عادات أو أفعال تؤثر في الناس الآخرين بنجاح.
- فكرة الآخرين عنك.

والنقد الموجه إلى وجهة النظر هذه هو أننا لا نستطيع قبول الرأي الذي يرى أن هناك شخصا له شخصية أكثر من آخر أو أقل منه، لأن هذا الحكم هو تقدير نسبي بعيد عن الموضوعية، فهؤلاء الذين تتقصمهم الجاذبية الاجتماعية من وجهة النظر السيكولوجية قد منحوا سخاء بقدر ما منح هؤلاء الذين يتمتعون بالجاذبية الاجتماعية، وأهميتهم بالنسبة للعلم سواء.(حلمي المليجي، بدون تاريخ، ص 320).

1-1-2 تعريفات على أساس المكونات الداخلي: 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 كما يذكر " حلمي المليجي " ، نجد ما يلي:

في تعريف "ليكي (Lecky) " الشخصية هي نظام موحد للخبرة و تنظيم للقيم المتوافقة بعضها مع بعض، كما يعرفها "البورت : (Allpor) " الشخصية هي بناء وجد لتنظيم القيم المتوافقة مع بعضها البعض أوهي تنظيم ديناميكي داخل الفرد مكون من أجهزة نفس جسمية تحدد سلوك وتفكير الفرد المميز له، ومن خلال هذا التعريف نلاحظ انه يؤكد على البناء المعرفي الذاتي الذي يعمل على التنظيم الداخلي (المليجي حلمي، بدون تاريخ، ص.322)، ومن جهة أخرى يذهب "احمد عزت راجح" إلى أن الشخصية هي نظام متكامل من الصفات التي تميز الفرد عن غيره، كما نجد "زيمباردو وريش" (Zimbardo et Ruch) يؤكدان على أن الشخصية هي مجموع الصفات النفسية المنفردة للشخص والتي تؤثر في أنماط سلوكية خاصة متنوعة وذلك بطرق ثابتة نسبيا في حالات مختلفة خلال الزمن وهذين التعريفين يوضحان نقطة مهمة وهي الفردية

بمعنى أن لكل فرد شخصيته التي تميزه عن الآخرين . (احمد عزت راجح، 1979، ص. 458).

وبصفة عامة كل التعاريف المندرجة تحت هذا القسم تميل إلى تقسيم وتجزئة الشخصية على وحدتها وتكاملها من اجل تحقيق الدقة في القياس وثبات النتائج من جهة ومن جهة أخرى فلقد اهتموا بالبحث عن طرق القياس الإجرائية المتبعة للطرق العلمية الدقيقة ناكرين بذلك وجود الشخصية كحقيقة وهذا هو لب المشكلة.

3-1-1 تعريفات 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، 1983، ص. 119)، 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 النزاعات الثابتة نسبيا (الجسمية والنفسية)، بحيث تميز فردا معينا من جهة وتقرر الأساليب المميزة لتكيفه مع البيئة المادية والاجتماعية من جهة أخرى، في حين يذهب البعض الآخر إلى أن الشخصية هي التنظيم العقلي الكامل للإنسان عند مرحلة معينة من مراحل نموه وهي تتضمن كل النواحي، سواء كانت النفسية أو العقلية والمزاجية التي كونها خلال حياته. (لويس كامل وآخرون، 1959، ص.8)، كما نجد من يؤكد على أنها مجموعة من أنماط السلوك والتفكير التي تحدد تكيف الفرد مع محيطه (فخري دباغ، 1982، ص.209)، ومن خلال هذه التعاريف نلاحظ تأكيدها على أنها النظام الكامل أو التنظيم العقلي الكامل المتكون من نزعات جسمية ونفسية)، يمتاز بالثبات النسبي

ويميز فردا معينا من جهة ومن جهة أخرى تحدد وتقرر الأساليب لتكيف الفرد مع محيطه أي بيئته المادية والاجتماعية بمعنى آخر الشخصية تلعب دور المؤثر، في حين نجد تعاريف أخرى توضح أن الشخصية تتبثق من خلال العوامل البيولوجية والاجتماعية والثقافية (سامية حسن الساعاتي، 1983، ص.120)، أو هي مجموع الصفات وسلوك الفرد الناتجة من تفاعله مع البيئة التي يعيش ضمنها (نزار الطالب، 1993، ص.77)، كما نجد من أكد على أن الشخصية هي مجموع الصفات الناتجة عن عملية التوافق مع البيئة الاجتماعية وتظهر على شكل أساليب معينة للتعامل مع العوامل المكونة لتلك البيئة إلا انه ينبغي الانتباه إلى أن هذه النظرة تختلف ما بين بيئة وأخرى بل في داخل البيئة الواحدة لان الفرد الإنساني مزود بمجموعة الصفات الفطرية كالذواضع والانعكاسات، وبعض النشاطات السلوكية بطريقة متساوية، ولذا فان اختلاف شخصية فرد عن آخر إنما يعود في النهاية إلى الظروف البيئية المحيطة به، وإلى أسلوبه في التكيف معها. (محمد رمضان القذافي، 1993، ص.15-16).

1-1-4 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، 1978، ص.18).

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، 1993، ص 15).

ومن خلال ما سبق من تعاريف نلاحظ أن نظرة المدرسة التحليلية تؤكد على أن الشخصية هي قوة مركزية داخلية توجه الفرد في حركاته، فهي تسلم بوجود الشخصية كحقيقة، عكس المدرسة السلوكية وخاصة السلوكية المتطرفة التي يتزعمها (سكينر) التي تنفي وجود الشخصية كحقيقة موجودة، ولهذا تؤكد على العناية بدراسة سلوك الفرد بطرق ومنهجية علمية صارمة ودقيقة ومقارنة النتائج المتوصل إليها، لكن تنبه إلى عدم التعميم لأن الشخصية هي مجموع العادات السلوكية للفرد أو النشاط الذي تكشف عنه بالملاحظة وهي بدورها تختلف من فرد لآخر.

وكنظرة للشخصية مما سبق، تبين لنا أن الهدف الرئيسي الذي يسعى إليه علماء الاجتماع أو علماء النفس مهما اختلفت أطرفهم النظرية هو التوصل إلى الفهم الجيد والتعريف الدقيق للشخصية على الرغم من صعوبة هذا المفهوم وتعقده خصوصا في البحث التجريبي الذي يهتم بأدنى التفاصيل السلوكية إلا أن الملاحظ هو أن هذه التعاريف متكاملة فيما بينها فكل اتجاه تناولها حسب ما تحدده اتجاهاته ونظرياته وهي في معظمها تتفق على أن:

- الشخصية عبارة عن مجموعة من السمات و الخصائص.
- هي جهاز مسيطر على هذه السمات يعمل كمنظم لها.
- يساعد هذا التنظيم الكلي في التمييز بين الأفراد.

وعلى ضوء كل ما طرحناه سابقاً، يمكن القول بأن التعريف الصحيح الجيد يجب أن يتضمن ما يلي:

- الفردية: ومعناها أن لكل فرد شخصيته التي تميزه عن الآخرين.
- التكامل: ومعناه أن صفات الفرد هي وحدة متكاملة تتصف بالتماسك والانسجام.
- الحركية: ومعناها أن الشخصية مكتسبة فهي نتاج تفاعل بين الفرد والبيئة ومع التأكيد على دور المكونات الجسمية الوراثية في الشخصية.
- الثبات النسبي: ومعناه أن الشخصية هي استعداد السلوك في المواقف المختلفة والذي يتكون من العادات والتقاليد والعواطف... الخ. (نزار الطالب، 1993، ص.79).

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 مضافاً 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 طريفته الخاصة في حل مشاكله، ومن هذه السمات أيضاً 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...إلى غير ذلك من السمات التي يحكم عليها المجتمع بأنها خير أو شر صواب أو خطأ. (أحمد عزت راجح، 1965، ص.183).

وفيما يلي نذكر تعاريف بعض العلماء:

1-2 تعريف 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 والتعبيري. (عادل عز الدين الأشول، 1978، ص.139).

2-2 تعريف جيلفورد Guilforde: السمة هي أية طريقة مميزة ثابتة نسبيا، بها يتميز الفرد عن غيره من الأفراد. (محمد حسن علاوي، 1983، ص. 290).

3-2 تعريف كاتل Cattell: 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، 1983، ص. 293).

4-2 تعريف انستازي Anastasi: 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، 2000، ص.301).

5-2 تعريف "سيد خير الله: هي علاقة أو صفة جسمية أو عقلية أو مزاجية أو خلقية أو اجتماعية أو حركية شعورية أو لا شعورية، فطرية أو مكتسبة، تطبع سلوك الفرد بطابع خاص، وتشكله وتعين نوعه وكيفيته وتميزه عن غيره من الأفراد.

2-6 تعريف " صبحي عبد الحفيظ قاضي": المقصود بالسمة هو الميزة أو الصفة التي يختلف بها الإنسان أو شخص معين عن شخص آخر بطريقة ثابتة ومتناسقة نسبياً، وتأتي عادة من ملاحظة السلوك. " صبحي عبد الحفيظ قاضي، 1984، ص8

من هذه التعاريف نلاحظ أن البعض يرى أن السمات صفة أو خاصية يمكن تمييزها والبعض الآخر يرى أنها أفعال أو ردود أفعال أو استجابات بينما هناك اتفاق كبير بين "البورت، كاتل، عبدالخالق" ..على انه يمكن عن طريق السمة تمييز الأفراد بعضهم عن بعض بينما يختلف " سيد خير الله " الذي يرى أن السمة (بناء نفسي عصبي)، ومن كل هذا نلخص أن السمة سواء كانت صفة أو بناء نفسي أو فعل أورد فعل، فإنها تطبع الفرد بطابع معين يمكن تمييزه على أساسها وذات ثبات نسبي. (فوزي محمد جبل، 2000، ص. 303-305).

3 - نظريات الشخصية المتعلقة بالأنماط والسمات:

3-1 نظرية الأنماط: وفقاً لهذه النظرية فالأفراد يصنفون إلى فئات أنماط الشخصية بمعايير طريقة التكيف عند الوضعيات وترتكز 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. (كداش، 1981، ص.129).

وأسلوب النمط " Type " يعد امتداداً للتفكير المستخدم في السمة فعلى حين يمكن أن تنسب 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 توحداً إلا 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 السذاجة 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. فإنه من الممكن الآن القول بأنه بسبب امتلاك الشخص لهذه المجموعة من السمات أو تلك فانه ينتمي إلى هذا النمط أو ذلك.

فالأنماط إذن أنظمة معقدة من السمات المتعارضة التي يتم تبسيطها في مجموعة قليلة من القوائم. (لازاروس ريتشارد، 1984، ص.62).

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 هذه الصفات، وفي نظريات علم النفس معان متميزة لمفهوم النمط كالاتي:

أ- الأنماط كسمات ثابتة: وهي أنماط غير قابلة للتغير، فالبحت 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 عباس، 1982، ص . 103-102).

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 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، 2002، ص.115).

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.

ومن النظريات التي حاولت تقسيم الناس إلى أنماط تبعا للمميزات الجسمانية نذكر منها :

3-1-2-1 نظرية "كريتشمر Kretschmer": قسم الناس إلى ثلاثة أنماط وفقا للمميزات
جسمية، وهم:

أ- النمط النحيل: وصاحب هذا النمط يتميز بال نحافة وضيق العظام، و فقر الدم، وجفاف
الجلد، وطول الذراعين، ونحافتها، وضعف العضلات ورقة اليدين.

ب- النمط الرياضي: ويتميز الفرد من هذا النمط بالقوة البدنية، وانتشار العضلات في
جسمه وضخامتها، واتساع القفص الصدري، ونحافة الخصر وضيق الحوض، واكتساء
ساقيه وذراعيه بالعضلات

ت- النمط السمين: وفي رأيه أن هذا النوع لا يكتمل النمو فيه إلا في أواسط، العمر،
ويتميز باستدارة الجسم، واتساع الحوض، وكذا سمنة الأطراف، مع قلة العضلات.
(سعد جلال، 2001، ص.164).

3-2-1-2 نظرية الأنماط الجسمية: ويقسم شلدون الأفراد إلى أنماط جسمية ثلاثة ترتبط
بكل منها سمات شخصية معينة ويمكن إيجازها فيما يلي:

أ- النمط الحشوي والبطني: ويتميز بجسد ناعم بدين، وبطن كبير ويظهر مزاج حشوي
والشراهة في الأكل وحب المرح وينشد السلام مع المحيطين به والميل إلى الاجتماع
والحنو.

ب- النمط العضلي العظمي: ويتميز بجسد عضلي صلب ويظهر مزاج عضلي وهو قوي
البنية، وشخصيته مناضلة صريحة مستقيمة تحب المغامرة والمخاطر.

ت- النمط النحيل: ويتميز بجسد نحيل ضعيف ويظهر مزاج دماغي، وهو شخصية
متوترة تم بالمهن والأعمال العلمية. (سعد جلال، 2001، ص.165).

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 فإنه 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 الاحساسي ومنه الفنان والعلمي والذي يشمل الفلاح والصانع والجندي وغيرها . (عبد الرحمن محمد العيسوي، 2002، ص. 115-117).

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)، كما تعددت النظريات التي وضعت قوائم وأنواع السمات التي تحاول تفسير السلوك الظاهري للفرد على أساس افتراض

وجود هذه الاستعدادات المعينة المسؤولة عن سلوكه، وعن الثبات النسبي الذي يتسم به سلوكه.

تهدف نظرية السمات إلى اكتشاف ما لدى الفرد من سمات وقياسها قياساً كمياً دقيقاً ولقد تناولت هذه النظريات المقومات الآتية للشخصية:

1-2-3 المميزات الجسمية: مثل الطول، القامة، الصحة، الجمال وتناسب تقاسيم الجسم...الخ.

2-2-3 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.

4-2-3 المميزات الاجتماعية والخلقية: أي العواطف والميول والاتجاهات النفسية من انطواء أو انبساط، شفقة أو قسوة...الخ

5-2-3 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، ص. 148-147).

ولقد اقترح أصحاب هذه النظرية وجود استعدادات معينة عند الفرد أو استعدادات عامة شاملة، حصرها "البورت" في كتاب نشره في (1937) إلى ثلاثة أنواع من هذه الاستعدادات، واسماها سمات أساسية أو رئيسية، سمات مركزية، سمات ثانوية:

وتتمثل السمات الأساسية في هذا التصور حسب "البورت" في خطوط أو ترتيبات عامة يعتمد عليها الفرد في تنظيم حياته ككل، وهي استعدادات يشترك فيها الكثير من

الناس بدرجات متفاوتة، ويمكن على أساسها المقارنة بين معظم الأفراد الذين يعيشون في ثقافة معينة، فسمّة السيطرة مثلا سمّة أساسية أو عامة يمكن أن نقارن على أساسها الأفراد ونحدد لكل منهم درجة معينة في مقياس السيطرة، والسمّة العامة متصلة وتتوزع بين الناس توزيعا اعتداليا، كذلك من بين السمات العامة القوة أو القدرة على التحصيل أو حب التضحية، وغير ذلك، أما السمات المركزية "centrale" ، وان كانت هامة إلا إنها أقل من السمات الأساسية "cardinale" في توجيه السلوك ومراقبته، وهي الاستعدادات أو السمات الشخصية أو الخصائص السلوكية التي لا توجد لدى جميع الأفراد، وإنما تكون خاصة بفرد معين، ويمكن على أساسها تمييز فرد عن آخر، أما السمات الثانوية "secondaire" فهي عبارة عن سمات أو صفات هامشية أو ضعيفة، قليلة الأهمية نسبيا في تحديد الشخص وأسلوب حياته، وهي توجه السلوك في قنوات أو اتجاهات محددة، وذلك كتفضيل رياضة ما، وانطلاقا من هذا التصور يعتبر "البورت" أن بنية الشخصية هي التي تحدد الحقيقة السيكولوجية لها والاستدلال على ذلك فان العالم يقول أن النار التي تذيب الزبدة هي نفسها التي تجمد البيضة ولا يخفي على احد أن هذا المثال يوضح كيف أن المنبه الواحد يثير استجابات متنوعة عند مختلف الأفراد. و برغم اشتراك أفراد المجتمع الواحد والثقافة الواحدة في سمات معينة إلا أن "البورت" اهتم باكتشاف السمات الفردية لدى كل شخص التي تجعله متميزا عن باقي الأفراد. (لويس كامل وآخرون ، 1959 ، ص.44).

ومن أهم الباحثين الذين تناولوا موضوع الشخصية من منظور السمات أيضا" ريموند كاتل"(1965)، ويرى أن الشخصية لها سمات كثيرة، ولمعرفتها ينبغي عرض الفرد لاختبارات متعددة من اجل قياس أبعاد شخصيته، يوضح كذلك أن الناس يسلكون سلوكا متشابها، ولكن الاختلاف في درجة معينة في حدث ما فنحن جميعا نغضب في

المواقف التي تثير الغضب، ولكن كل منا يختلف عن الآخر في درجة الغضب وكذلك طريقة التعبير عنه. (لازاروس ريشارد، 1984، ص 19).

وتعتمد نظرية "كاتل" على التجريب والتعريف الإجرائي للمفاهيم والقياس، زيادة على أنها تأخذ من النظرية الاكلينيكية تأكيدها على فعالية الفرد ككل وعلى الفروق الفردية ومن الوسائل الإحصائية التي تستعملها النظرية التحليل العالمي، وتستخدم الاختبارات وتقوم ببنائها.

واعتمد كاتل في نظريته على التصنيف لعناصر الشخصية ومكوناتها وحسبه العنصر الأساسي هو السمة والتي يعرفها بأنها اتجاه استجابي عريض ودائم نسبيا وصنفت السمات إلى نوعين:

أ- تفريدية Unique ومشاركة Commune: إذ الأولى خاصة بالفرد لذلك لم يولها هذا العالم الاهتمام، وركز على السمات المشتركة التي يتسم بها الأفراد المشتركين في خبرات اجتماعية معينة.

ب- سمات المصدر Source، وسمات السطح Surface: وركز على سمات المصدر لأنها وراء السلوك الملاحظ، فالسمة السطحية قد لا يكون لها تأثير على استجابات الشخص، بينما سمة المصدر تؤثر على سلوكيات أو استجابات الفرد، فمثلا الإيثار كسمة سطحية وقوة الأنا كسمة مصدرية.

وتوصل "كاتل" إلى عدد من السمات باستخدام التحليل العاملي لعدد كبير من المقاييس السلوكية على عدد كبير من العينات الممثلة للأفراد. (نعيمة الشماع، 1977، ص 38-15) وتأخذ السمات ثلاثة أشكال هم:

- **سمات القدرة :** والتي تظهر كاستجابة للمواقف المعقدة، والتي عندها يكون الهدف واضحاً وفي ذلك الموقف تكون فاعلية في الوصول إلى الهدف وتقابل القدرات العقلية.
 - **السمات المزاجية:** والتي تمثل الأسلوب العام لفعاليات الشخصية، ولها علاقة بالجوانب التكوينية للاستجابة وتعالج مثلاً: النشاط، الانفعال، المثابرة.
 - **السمات الديناميكية:** المتعلقة بالاتجاهات والرغبات مثل سمة حب الرقص، الطموح، كراهية السلطة كما تتعلق بالدوافع. (علي محمد الديب، 1994، ص.116).
- ولقد وجد كل من "ماي وهارتشون : (Hartshone et May) " أن السمات لدى الإنسان نوعية، إذ أن السمة تختلف من محيط لآخر وعند نفس الشخص مثل الأمانة أما السمات العامة تتميز بالدوام وهي التي تغطي معظم جوانب الشخصية: " لازاروس ريشارد.1984.ص.20".
- أما "جيفورد (Guilforde, 1967) " و" آيزنك (Eysenk, 1973) " ، ورغم الاختلاف الموجود في آراء الباحثين إلا أن "زيماردو، و ريش (Zembardo et Ruch) " يوجزان الأسس المشتركة لنظرية جيفورد وآيزنك فيما يلي:
- السمات هي أساس تنظيم الشخصية.
 - يمكن أن تكون السمات إما سطحية (استجابات خارجية) مترابطة، وإما مصدرية (تتضمن العمليات المحددة للاستجابات السطحية).
 - تعطي السمات بواسطة إدماج السلوك والأحداث المنبهة للشخصية.
 - الهدف من تقويم الشخصية هو تمييز السمات السطحية عن السمات الأساسية وتمحيصها للوصول إلى شرح أكبر عدد من التنوع الملاحظ في السلوك البشري.

- يمكن تطوير منهجية قائمة على اختبارات قوية تمكن من حساب الفروق الفردية في مختلف السمات (عشوي مصطفى، 1990، ص.172).

3-3 نظرية التعلم الاجتماعي: تأسست على فكرة" المثير- الاستجابة " وكان أول مؤسسها " كلارك هال" عام (1943) وقد اعتنق هذه النظرية عدد من الباحثين منهم بانديورا، وميشيل وتؤكد نظرية التعلم الاجتماعي على أن الخصائص النفسية يمكن تفسيرها وفق التفاعل المتبادل والمستمر بين المحددات الشخصية والبيئية، وتمثل كل من المدرسة والأقران والمدرّب والجمهور والنادي والوسط الاجتماعي التي تتم فيه عملية التعلم الاجتماعي، ويشار إليه كمحدد للسلوك الاجتماعي، مثل الدوافع، الاتجاهات النفسية الاجتماعية، الإدراك الاجتماعي، المعايير والقيم والذكاء الاجتماعي.

وينظر دولارد وميللر (John Dollard et Neal Miller) عالما النفس الأمريكيان إلى الشخصية على اعتبار أنه يحدث نتيجة التعلم، أي نتيجة تدعيم استجابات معينة لكثير من المنبهات المختلفة، فالشخصية في نظرهما هي مجموعة من الارتباطات بين منبهات واستجابات أو مجموعة من العادات والأساليب الاعتيادية للاستجابة التي تعلمها الفرد لأنها أدت من قبل إلى خفض الدافع مما أدى إلى تدعيمها. (سهير أحمد كامل، 2002، ص.76).

4- دراسات السمات:

بدأت دراسات الشخصية الأولية بتحديد السمات الدائمة التي تميز سلوكيات الإنسان والتي تتضمن سمات: كالخجل، العدوانية، الكسل، الطموح، الإخلاص، المزاجية... الخ ولقد بدأ صعبا تحديد سمات الشخصية ذه الطريقة إذ تبين وجود عدد كبير منها

نحو 1800 سمة ونظرا لعدم تحقيق أي جدوى من ذكر سمات كثيرة يصعب الترابط بينها وبين السلوك أو التنبؤ بالسلوك منها فقد اتجهت الجهود إلى تقليصها إلى 16 سمة أساسية كما هو موضح في الجدول رقم (2) الذي يبين هذه السمات وأضدادها:

جدول رقم -2- : يبين 16 سمة أساسية للشخصية (محمد عدنان النجار، 1995، ص.150).

السمة	عكسها
1- متحفظ	متفتح
2- قليل الذكاء	كثير الذكاء
3- متحسس المشاعر	متوازن عاطفيا
4- مطيع	مسيطر
5- جدي	مهمل
6- نفعي	حي الضمير
7- جبان	مغامر
8- صلب	رفيق
9- يثق	شكوك
10- عملي	خيالي
11- صريح	داهية
12- واثق بنفسه	قلق
13- محافظ	مجرب
14- اعتمادي	مكتفي ذاتيا
15- طليق	مرتب
16- مرتاح	متوتر

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

غير انه يمكن 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، 1995، ص.153).

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. (عبد الرحمن محمد العيسوي، 2002، ص.123).

1-4 تصنيف "يونج كارل" (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.

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:

1-1-1-4 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 .

ويذكر "يونج" أن الطاقة النفسية تجعل المنطوي يتجه نحو ذاته و يميل إلى التفكير والخيال، 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، 1982، ص.17).

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، ص.143-144).

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، 1982، ص.18)

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 يكتم ما يجول في نفسه من انفعال.
- يحقق التوافق عن طريق التعويض.

4-1-2 أنماط الوظيفة: لقد رأى العالم السويسري "كارل يونج" أنّ كلا من المنطوي والمنبسط يتجه اتجاها خاضعا تبعا لتسلط إحدى الوظائف السيكولوجية على غيرها في توجيه السلوك، لهذا ميز العالم أربعة وظائف هي: التفكير، الوجدان، الإحساس والحدس، وبذلك يكون لدينا ثمانية نماذج، وفيما يلي النماذج الوظيفية وفق "يونج":

- **النمط المنبسط المفكر:** يكون صاحبه عمليا وواقعا وموضوعيا، ويعتمد على التجارب، ويأخذ النتائج ويطبقها في الحياة العملية الواقعية.
- **النمط المنطوي المفكر:** يتميز بالتأمل والتفكير واللامبالاة بالناس، فاطر الإحساس والانفعال، يميل إلى العزلة والبعد عن إقامة علاقات ودية مع الآخرين، وتتسم أفكاره بالطابع النظري، إذ يشغل نفسه بالنظريات ويطبقها في سلوكه الشخصي.
- **النمط المنبسط الوجداني:** يميل هذا النمط إلى الانسجام مع العالم الخارجي، يتناغم مع البيئة الخارجية، وإلى تنمية العلاقات الودية مع الآخرين، والمشاركة الوجدانية مع الغير، وبذلك يحقق نزعات للاجتماعية، وهو يتجه نحو التعبير الملموس عن حياته

الانفعالية كأنه يفرغ شحنات، فهو أقرب إلى الهيجان الانفعالي في الظاهر وأقرب إلى الخمول الانفعالي في الداخل.

• **النمط المنطوي الوجداني:** يميل إلى إقامة انسجام مع عالمه الداخلي، بدون الاهتمام بتأثير العوامل الخارجية كما ينطوي على حالات وجدانية عنيفة من الحب والكراهية، مع ذلك هو غير قادر على التعبير عن النواحي الوجدانية الشديدة، لأنه لا يتصل بالناس اتصالاً يمكنه من أداء هذا التعبير، لذلك يميل إلى العزلة ويحب حياته الانفعالية بمختلف صورها.

• **النمط المنبسط الحسي:** توقف حياته النفسية على المؤثرات الحسية، وكلما ازدادت هذه المؤثرات وتنوعت كلما استمرت حيويته ونشاطه، وسرعان ما يظهر عنده الملل إذا قلت المؤثرات المحيطة به، ويكون سطحيًا في حياته الفكرية والانفعالية، ويقيم علاقة صداقة.

• **النمط المنطوي الحسي:** يميل هذا النمط إلى المحسوسات والاستمتاع بالفنون والمناظر الطبيعية، ويرى في كل ذلك انعكاسًا لحالته النفسية الوجدانية، وإسقاطًا لمشاعره وانفعالاته الداخلية على هذا الأشكال.

• **النمط المنبسط الحدسي:** يميل هذا النمط بسرعة إلى فكرة ما من الأفكار، ويقوم مباشرة بتنفيذها لهذا يتسم بالمغامرة، واقتحام مجالات تتميز بالمخاطرة مع الإيمان بالنجاح.

• **النمط المنطوي الحدسي:** لا يهتم بالمؤثرات الحسية الخارجية، يصل إلى أحكام على الأشياء بسرعة دون الاعتماد على الأدلة الحسية الواقعية، لهذا ينساق في

انفعالاته بشدة من الكره أو الحب على أسس وهمية ويتخذ منها أحكاما كلية. (سامية حسن الساعاتي، 1983، ص. 144-143).

4-2 بناء أبعاد الشخصية لايزنك:

4-2-1 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، ص. 115).

4-2-2 بعد العصائية- الاتزان الانفعالي: هو الاستعداد للإصابة بالعصاب أكثر منه اضطراب نفسي من جراء توفر درجة مرتفعة من العصائية 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 للعصائية: 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 العصبية في حالات مرورهم بمصاعب وضغوط شديد. (محمد عبد الخالق احمد، 1985، ص. 10-12).

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 المنزل 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 يملك 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، 2002، ص.79).

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، 1998، ص.256).

وقد قام برنجل (Pringle , 1964) ووارم و ألويسي (Warm et Alluisi) (1967)، بتحليل نتائج الدراسات المتعلقة بالأبعاد الانفعالية والاجتماعية للإعاقات الجسمية، فتوصلوا إلى الحقيقة ذاتها فليس ما يمكن وصفه بأنه سيكولوجية خاصة لأي إعاقة واستنتج هؤلاء الباحثون أيضا أن ردود فعل الأطفال النفسية لإعاقته ترتبط باتجاهات الأسرة نحوهم أكثر مما يرتبط بفئة الإعاقة.

وفيما يلي بعض العوامل التي قد تؤثر على شخصية المعوق:

6-1- أصل الإعاقة: يجب التمييز بين تأثيرات الإعاقة الخلقية والإعاقة المكتسبة، فالإعاقة الخلقية تؤثر على عملية النمو، والإعاقة المكتسبة تحدث اضطرابا في أنماط الحياة المألوفة، وإذا حدثت الإعاقة بعد الولادة مثلا ونتاج عنها شلل أو فقدان لجزء، فان الإحساس بالخسارة يصبح عاملا يجب مراعاته، ففقدان جزء من الجسم غالبا ما يحدث مشاعر الحداد والحزن وفقدان الأمل.

6-2 نظرة المجتمع: إن الناس غالباً ما يتعاملون مع الشخص المعوق بوصفه مختلفاً، و هو غالباً ما ينظر إلى نفسه أيضاً على أنه مختلف، مما يقود إلى إعطائه وضعاً اجتماعياً خاصاً، ويخلق له صعوبات في العلاقات الاجتماعية.

6-3 العوامل ذات العلاقة بالإعاقة أو المرض: وهذه العوامل تشمل أنواع الأعراض وموقعها، فهل هي مؤلمة أو في أماكن حساسة في الجسم أو معيقة كلية عن الحركة، فالأعضاء والوظائف الجسمية المختلفة قد يكون لها دلالات نفسية خاصة.

6-4 البنية الشخصية قبل حدوث الإعاقة: فإذا كان الشخص اعتمادياً على الغير قبل الإعاقة، فإن الإعاقة قد تزيد من مستوى اعتماديته، أما إذا كان الشخص نشطاً جسدياً ومعتمداً على ذاته، فعلى الأغلب أن الإعاقة ستجعله يشعر بالإحباط وربما باليأس. (جمال الخطيب، 1998، ص.259).

6-5 ردود فعل الشخص للآزمات في الماضي: فإذا كانت الإعاقة تشكل خبرة جديدة لم يمر الفرد بمثلها في الماضي، فمشاعر القلق والارتباك ستتطور لديه، وتبقى لفترات طويلة، أما إذا كان الفرد قد واجه آزمات شخصية أو أسرية في الماضي، فعلى الأغلب أن يكون لديه آليات مقبولة للتعايش مع حالة الإعاقة.

6-6 مستوى الرضا المهني لدى الشخص: فإذا كان الشخص قادراً على الاحتفاظ بعمله والمشاركة في الأنشطة الترويحية فعبئ الإعاقة سيكون أقل بالنسبة له، أما إذا فقد القدرة على العمل فإنه يحتاج إلى عملية إعادة تأهيل تشكل له صعوبة في التأقلم مع الوضعية الجديدة.

6-7 توفر البرامج والخدمات العلاجية: إن التدخل العلاجي المبكر والاتجاهات الإيجابية لدى المعالجين قد يكون له أثر هام في التكيف النفسي للشخص، ومن الضروري في

هذه الحالة أن تتوفر المراكز الخاصة بالمعوقين على أخصائيين نفسانيين للعمل مع الفريق الطبي والمهني.

6-8 المرحلة العمرية النمائية للفرد: إن موعد حدوث الإعاقة في دورة حياة الإنسان يلعب دورا هاما، فالتهاب المفاصل في مرحلة المراهقة لها مضامين مختلفة عن المراحل العمرية المتقدمة، فالشخص الذي تقدم به السن غالبا ما يكون مر بخبرات متنوعة في حياته، تلك الخبرات تساعده في الحياة وفي التعايش، أما المراهق فهو غالبا ما يواجه صعوبة كبيرة، لأن الإعاقة بالنسبة له تشكل عبئا إضافيا ثقيل كاهله، و هو الذي يواجه أصلا صعوبات على صعيد النضج وتطور الهوية الذاتية.

6-9 الدين والفلسفة الحياتية: إن رجوع الإنسان إلى الله سبحانه وتعالى، والإيمان بقضائه وقدره يخفض مشاعر الحزن والاكتئاب، ويبعث في النفس الأمل، وذلك من شأنه أن يطور اتجاهها أكثر واقعية لدى الفرد ويرفع من تقديره لذاته. (جمال الخطيب، 1998، ص.260).

6-10 مدى الخوف من المرض: يختلف هذا الخوف من مريض إلى آخر، غير أنه يوجد بعض الخوف يتركز حول القيود التي سيفرضها المرض على حركة المريض خاصة بعد انتهاء العلاج، ويزيد هذا الشعور عندما يتطلع المريض على تصرفات المجتمع ونوعية المعاملة نحو ذوي العجز مثلا، وهنا يبني المريض فكرة على أنه شخص غير كامل من الناحية الجسمانية (محمد رمضان القذافي، 1994، ص. 181).

7- المضامين النفسية للإعاقات الجسمية والصحية:

يرى "كوك" (Cook, 1981) "أن نظريات الشخصية المعروفة قادرة على تفسير استجابات الأفراد للإعاقات الجسمية وطرق تكيفهم معها، وقد حاول هذا الكاتب تفسير

هذه الاستجابات وفقا للمبادئ التي تستند إليها نظريات الشخصية لـ "سجموند فرويد"، و"كارل روجرز"، و"كروت ليوين".

فبالنسبة لنظرية التحليل النفسي لفرويد يتمثل الإسهام الأهم لها في فهم تأثيرات الإعاقة الجسمية في المفاهيم التي قدمها فيما يتعلق بآليات الدفاع التي توظفها الأنا، ويعتقد "كوك (Cook,1981)" أن الإسقاط والكبت والنكوص من أهم الآليات الدفاعية في هذا الشأن، فمن خلال الكبت تزاح الأفكار والخبرات المولدة للقلق من حيز الوعي، وبذلك فالكبت يقود إلى تجنب القلق والشعور بالذنب والصراعات النفسية الداخلية.

وأما الإسقاط فهو يشتمل على تحميل شخص آخر مسؤولية الصراعات، فالشخص المعوق الذي يشعر بعدم الكفاية ويصعب عليه تحمل هذا الشعور قد يسقط مشاعره على الآخرين فيدعي أن أحدا لا يريد مساعدته، وأما النكوص فهو يعني الهروب إلى عالم الخيال كوسيلة للتعايش مع الضغوط النفسية، ومن الناحية العملية فإن الفرد الذي يلجأ إلى النكوص كوسيلة دفاعية يتردد إلى مرحلة نمائية سابقة، ويظهر استجابات طفولية وسلبية، وتبعا لنظرية مفهوم الذات لـ "روجرز" والتي تقوم على المنحنى الظاهراتي فإن التباين بين الذات والذات المثالية هو العنصر الأكثر أهمية في تفسير طبيعة تأثيرات الإعاقة على الفرد.

ويعطي "روجرز" اهتماما كبيرا للخبرات الشخصية، وما يعنيه ذلك عند تفسير أثر الإعاقة أن معنى الإعاقة بالنسبة للفرد ومشاعره نحوها أهم من الإعاقة ذاتها، وبناء على ذلك تفسر هذه النظرية الفروق في ردود أفعال الأشخاص المعوقين حيث قد نجد أن قصورا جسميا شديدا قد تكون له تأثيرات بسيطة.

وأخيرا فان نظرية المجال لـ "كورت ليونين" هي نظرية نفسية اجتماعية أساسا فهذه النظرية تؤكد أهمية فهم السلوك من خلال مظاهره المباشرة، وفهم السلوك من خلال علاقاته مع البيئة الكبيرة وليس من المبالغة في شيء القول بان هذه النظرية كانت الأكبر في تفسير التأثيرات السيكلوجية للإعاقة الجسمية، ومن أشهر من كتب في هذا الخصوص رايت (Wright, 1960) وشونترز (Shontz, 1971)، وقد بين هذان الكاتبان العلاقات والتأثيرات المتبادلة بين الجسد والنفس، وحاولا توظيف المعلومات المتعلقة بها في تفسير التأثيرات النفسية للإعاقات الجسمية والصحية. (جمال الخطيب، 1998، ص.258-257).

8- سمات الشخصية المثيرة للتوافق :

مع نمو الإنسان تبرز لديه سمات ذات ثبات نسبي تظهر في مواقف السلوك، ويمكن قياسها ومنها ما يشير للتوافق.

8-1 الثبات الانفعالي: وتمثل القدرة على تناول الأمور باتزان وثبات، ويتسم الفرد بالهدوء والرزانة يتحكم في انفعالات الغضب، الخوف، الغيرة والكراهية، وهي سمات مكتسبة من عملية التنشئة الاجتماعية، فالبيئة العصابية والتوتر تولد سمة القلق الانفعالي.

8-2 اتساع الآفاق: وتساهم في توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين، فيحقق الانسجام والقدرة على تحليل الأمور وفرزها والاتسام بالمرونة واللامطية والتفكير العلمي والقدرة على تفسير وفهم الظواهر والتقصي في الأمور الراهنة، ما يجعل شخصيته هادئة متزنة ومتوافقة عكس ضيق الآفاق والمنغلق وقليل التعامل وسيء التوافق.

3-8 مفهوم الذات: إذا تطابق مفهوم الذات مع الواقع المدرك كان التوافق، أما إن كان متضخماً أو متدنياً عن الواقع، فإنه يخلق مشاعر التعالي أو الدونية، ويتسم السلوك بسوء التوافق.

4-8 المسؤولية الاجتماعية: وهو الإحساس بالمسؤولية إزاء الآخرين والمجتمع بتكريس قيمه وعاداته ومفاهيمه على أن يكون غير مهتم بالآخرين، وابتعد عن الأنانية والذاتية، فيظهر سلوك الاهتمام بمجتمعه والدفاع عنه وحمايته:

5-8 المرونة: أن يكون الشخص متوازناً في تصرفاته، بعيداً عن التطرف في اتخاذ القرارات والحكم على الأمور، فيساير الآخرين في مواقف أو يغير لوجهة يقتنع بها كنهج ديمقراطي، يتوافق في السلوك في أطراف الاعتمادية والاستقلالية وفق المواقف، ويتسم بالتوافق مع القيادة والتبعية حسب الاستدعاء، ونقيض المرونة هو التصلب.

6-8 الاتجاهات الاجتماعية الايجابية: تمثل مجموعة مكتسبة من الاتجاهات الايجابية التي يسير عليها الفرد كاحترام العمل، تقدير المسؤولية، العمل بالقيم والأعراف والتقاليد السائدة ومسايرة استجاباته للبيئة التي يستدعيها المجتمع والتي يوافقها. (صالح حسن الدايري، 1999، ص.58).

خلاصة:

في هذا الفصل الخاص بسمات الشخصية تم التطرق إلى أهم مفاهيم الشخصية وتعريفها، ثم عرفنا السمة حيث اتفق العلماء على أنها ميزة أو صفة أو بناء نفسي تطبع الفرد بطابع معين، يمكن تمييزه على أساسها، وأنها ذات ثبات نسبي، كما أن هناك بعض السمات التي تبرز مع نمو الفرد يمكن ملاحظتها في مواقف السلوك منها ما يشير إلى التوافق والسواء النفسي، وهي سمة الاتزان أو الثبات الانفعالي، واتساع الآفاق والمسؤولية الاجتماعية، المرونة، والاتجاهات الاجتماعية الايجابية وغيرها من السمات التي إذا توفرت في الفرد سواء كان سليماً أو ضريباً، دل على حسن توافقه النفسي الاجتماعي في حياته.

الباب الثاني:

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث: منهجية الدراسة

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 لإثبات أو نفيها، حتى تمكننا الوصول إلى نتائج محددة.

1- منهج البحث:

يرتكز استخدام الباحث لمنهج ما دون غيره من المناهج على طبيعة الموضوع الذي يود دراسته، فاختلف 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، 2000 ، ص84 .)

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

تتمحور الدراسة على فئة المعوقين حركيا:

- من حيث السن :يقع أفراد مجتمع البحث في المرحلة العمرية من (18 - 30) سنة.
- من حيث النوع :فان 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، ص 1 .

2-2-1- خصائص عينة البحث:

تكونت العينة من 40 فردا معوقا حركيا، عشوائية من حيث السن والحالة المهنية والاجتماعية

والمستوى الدراسي، وقصدية من حيث الجنس وطبيعة الإعاقة، هذا بما يتلاءم مع المجموعة الممارسة للنشاط الرياضي والمتمثلة في لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة، و التي بلغ عددها 20 فردا معوقا من فريق جمعية النصر للمعاقين حركيا- مستغانم -، أما المجموعة غير الممارسة فتمثلت في طلبة مركز التكوين المهني لذوي الاحتياجات الخاصة وادي الجمعة - غليزان - وعددها 20 فردا.

3- مجالات الدراسة:

3-1- مكان دراسة العينة :

جدول رقم (03): بين توزيع فريق الجمعية والمؤسسة التكوينية التي أجريت عليها الدراسة.

المراكز الرياضية	الممارسين	غير الممارسين
جمعية النصر مركز التكوين وادي الجمعة	20	20

3-2- زمن دراسة العينة:

امتدت الدراسة من أوائل شهر فيفري 2016 إلى نهاية شهر أفريل من نفس السنة، حيث طبقت الاستمارات والمقاييس المستعملة في البحث، وهذا بالنسبة لمركز التكوين المهني بالنسبة للمجموعة غير الممارسة و جمعية النصر للمعاقين حركيا بالنسبة للمجموعة الممارسة أثناء الحصة الرياضية.

4-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.

4-1تحديد المتغير المستقل:النشاط البدني الرياضي المكيف**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.

4-2- تحديد المتغير التابع: سمات الشخصية السالبة.

مفهوم السمات الشخصية: هي جملة من الصفات التي تميز الأفراد عن بعضهم البعض تظهر في مواقف السلوك، ويمكن تحديدها في السمات السلبية الآتية - :العصبية، الاكتئابية، العدوانية والقابلية للاستثارة.

5- أدوات الدراسة:

5- قائمة فرايبيرج للشخصية:

5-2 التعريف بالقائمة:

قائمة فرايبيرج للشخصية وضعها في الأصل "جون فارنبرج"، "هربرت سيلج"، رانيز هانبل" أستاذة علم النفس بجامعة فرايبورج بألمانيا الغربية عام (1970) ، وتهدف القائمة إلى قياس (9) أبعاد عامة للشخصية بالإضافة إلى (3) أبعاد فرعية، وتتضمن القائمة (212) عبارة، ولها صورتين) أ(و)ب (تتضمن منها على (114) عبارة. وقد قام ديل أستاذ علم النفس بجامعة "جيسن" بألمانيا الغربية بتصميم صورة مصغرة للقائمة تتضمن الثمانية أبعاد الأولى من القائمة وتتضمن (56) عبارة، والأبعاد التي تقيسها الصورة المصغرة هي:

-العصبية.

-العدوانية.

-الاكتئابية.

-القابلية للاستثارة.

-الاجتماعية.

-الهدوء.

-السيطرة.

-الكف) الضبط

وتصلح هذه القائمة للتطبيق على الجنسين (الذكور والإناث) (ابتداء من (12) سنة فأكثر. (محمد حسن علاوي، 1987 ، ص 89 .)

و قد قام بتعريبها الدكتور " محمد حسن علاوي"، وقد طبقت في البيئة الأجنبية والعربية لتحديد الثبات والصدق وكانت النتائج كما يلي:

•الثبات:

في البيئة الأجنبية تم إيجاد معاملات ثبات الصور المصغرة باستخدام التجزئة النصفية وإعادة الاختبار بعد عشرون يوما على عينة مكونة من (140) ذكور و (151) إناث تتراوح أعمارهم ما بين (17 و 24 سنة). وتراوحت معاملات الثبات ما بين (0,64 ، 0,83)

إيجاد معاملات الثبات للصور المصغرة بطريقة إعادة الاختبار على (82) طالبا بفاصل زمن قدره 10 أيام وتراوحت معاملات الثبات ما بين (0,67 ، 0,87)

•الصدق:

تم إيجاد معاملات صدق الصورة المطولة للقائمة باستخدام أبعاد اختبارات الشخصية الأخرى كمحكات، مثل اختبار مينسوتا متعدد الأوجه، وقائمة كاليفورنيا للشخصية، ومقياس آيزنك للشخصية، واختبارات كاتل (16) وبعض الاختبارات الأخرى.

وقد أشارت النتائج إلى توافر الصدق المرتبط بالنسبة لأبعاد القائمة أما الصور المصغرة، فتراوحت (0,85 ، 0,92).

- معاملات الارتباط بين أبعادها وأبعاد الصورة المطولة عند استخدامها كمحك، ولقد اكتفى الباحث بأربعة ابعاد وهي:

-بعد العصبية (07 عبارات)

-بعد العدوانية (07 عبارات)

-بعد الاكتئابية (07 عبارات)

-بعد القابلية للاستثارة (07 عبارات)

*بعد العصبية:

الدرجة العالية على هذا البعد تميز الافراد الذين يعانون من اضطرابات جسمية مثل:(اضطرابات الدورة الدموية والتنفس والهضم وغيرها)، والاضطرابات الحركية والاحساس بالالم، والاضطرابات النفسجسمية العامة كاضطراب النوم والارهاق والتوتر. والدرجة المنخفضة على هذا البعد تميز الافراد الذين يتسمون بقلة الاضطرابات الجسمية والاضطرابات العامة النفسجسمية وتبينه (07)عبارات من قائمة فرايبيرج. للشخصية.

جدول رقم (04): يوضح بعد العصبية وعدد البنود التي تقيسه وعباراته.

العبارات	عدد البنود	البعد
احيانا تسرع دقات قلبي او تدق دقات غير منتظمة بدون بذل مجهود عنيف اشعر احيانا ان دقات قلبي تصل الى رقبتني دون ان اعمل عملا شاقا اشعر احيانا بضيق بالتنفس او بضيق في الصدر معدتي حساسا (اشعر احيانا بالم او ضغط او انتفاخ في معدتي) اشعر كثيرا بانتفاخ في بطني كما لو كانت مملوءة	07	العصبية

بالغازات		
اجد صعوبات في محاولة النوم		
غالبا ما اشعربالانهاك و التعب و التوتر		

*بعد العدوانية:

الدرجة العالية على هذا البعد تشير الى الافراد الذين يقومون تلقائيا باعمال عدواني، بدنية او لفظية او تخيلية، ويتصدون للآخرين بالهجوم والمشاحنات والعراك. والدرجة المنخفضة تشير الى قلة الميل التلقائي للعدوان والتحكم في الذات والسلوك المعتدل الذي يتميز بالهدوء والنضج الانفعالي. وتبينه (07) عبارات من قائمة فرايبيرج. **جدول رقم (05):** يوضح بعد العدوانية وعدد البنود التي تقيسه وعباراته.

العبارات	عدد البنود	البعد
احيانا اجد متعة كبيرة في مضايقة او معاكسة الاخرين سبق لي القيام باداء بعض الاشياء الخطيرة بغرض التسلية او المزاح يسعدني ان اظهر اخطاء الاخرين يدور في ذهني غالبا عندما اكون وسط جماعة كبيرة احداث مشاجرة (خناقة) ولا استطيع مقاومة هذا التفكير احب ان اعمل في الناس بعض المقالب الغير المؤذية	07	العدوانية

احب تنكيت على الاخرين		
افرح احيانا عند اصابة البعض ممن احبهم		

*بعد الاكثائية:

الدرجة العالية على هذا البعد تميز الافراد الذين يتسمون بالاكتئاب، التذبذب الميزاجي والتشاؤم والشعور بالتعاسة وعدم الرضا والخوف وعدم القدرة على التركيز.

والدرجة المنخفضة على هذا البعد تميز الافراد الذين يتسمون بالمزاج المعتدل والقدرة على التركيز والاطمئنان. وتبينه (07) عبارات من قائمة فرايبيرج.

جدول رقم (06): يوضح بعد الاكثائية وعدد البنود التي تقيسه وعباراته.

العبارات	عدد البنود	البعد
افعل اشياء كثيرة اندم عليها فيما بعد كثيرا ما افكر ان الحياة لا معنى لها احلم لعدة ليالي باشياء اعرف انها لن تتحقق غالبا ما تدور في ذهني افكار غير هامة تسبب لي الضيق كثيرا ما يراودني التفكير في حياتي الحالية في الاحيان الكثرة افقد القدرة على التفكير احيانا يراودني التفكير بانني لا اصلح لأي شيء	07	الاكثائية

*بعد القابلية للاستثارة:

الدرجة العالية على هذا البعد تميز الافراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية وشدة التوتر وضعف القدرة على مواجهة الاحباطات اليومية العادية والانزعاج. و الدرجة المنخفضة على هذا البعد تشير الى افراد الذين يتميزون بقدر ضئيل من الاندفاعية والتلقائية كما يتميزون بالهدوء والمزاج المعتدل والقدرة على ضبط النفس. وتبينه (07) عبارات من قائمة فرايبرج.

جدول رقم (07): يوضح بعد القابلية للاستثارة وعدد البنود التي تقيسه وعباراته.

العبارات	عدد البنود	البعد
<p>افقد السيطرة على اعصابي بسرعة و لكنني استطيع التحكم فيها بسرعة ايضا</p> <p>عندما اغضب او اثور فانني لا اهتم بذلك</p> <p>لا استطيع غالبا التحكم في ضيقي و غضبي</p> <p>انا اسوء الحظ من الذين يغضبون بسرعة</p> <p>اقول غالبا اشياء بدون تفكير و اندم عليها فيما بعد</p> <p>كثيرا ما استثار بسرعة من البعض</p> <p>كثيرا ما أعضب بسرعة من الاخرين</p>	07	القابلية للاستثارة

الفصل الرابع:

تحليل ومناقشة النتائج

1- عرض النتائج الخاصة بالمحور الأول: العصبية.

1-1- العبارة الأولى: احيانا تسرع دقات قلبي او تدق دقات غير منتظمة بدون بذل

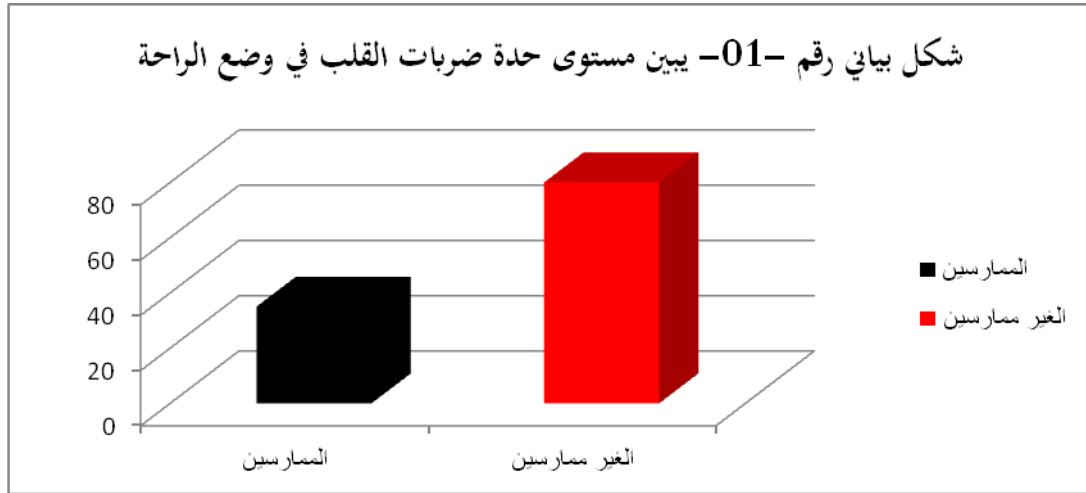
مجهود عنيف

جدول رقم (01) : يوضح نتائج العبارة الاولى.

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
35%	07	نعم	الممارسين
65%	13	لا	
80%	16	نعم	الغير ممارسين
20%	04	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 65% من المعاقين حركيا يرون ان سرعة ضربات القلب في وضع الراحة كانت منعدمة في حين بينت ما نسبته 35% ان ضربات القلب تزداد سرعة نسبيا في وضع الراحة عكس الغير ممارسين الذين ترى ما نسبته منهم 80% ان ضربات القلب تزداد حدة دون بذل مجهود و نسبة 20% اقرت عكس ذلك.



1-2- العبارة الثانية: اشعر احيانا ان دقات قلبي تصل الى رقبتى دون ان اعلم عملا شاقا.

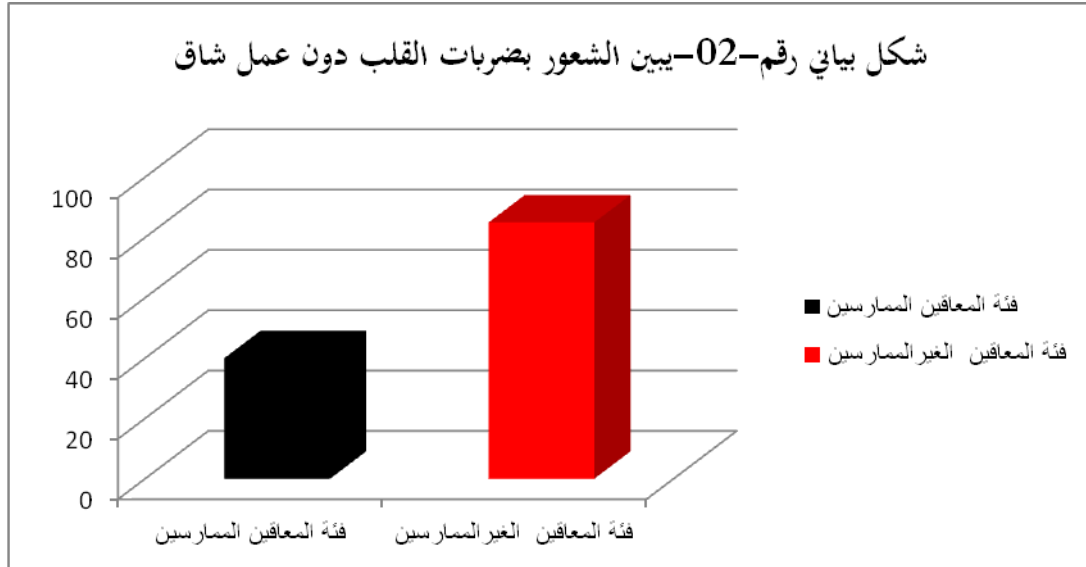
جدول رقم (02) : يوضح نتائج العبارة الثانية.

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
40%	08	نعم	الممارسين
60%	12	لا	
85%	17	نعم	الغير ممارسين
15%	03	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 60% من المعاقين حركيا يرون ان الشعور بدقات القلب عالية المستوى وتصل احيانا الى الشعور بها في

اعلى الرقبة في حين بينت ما نسبته 40% ان الشعور بضربات القلب يحسون بها في وضع الراحة عكس الغير ممارسين الذين ترى ما نسبته منهم 85 % ان الشعور بضربات القلب تزداد حدة دون عمل شاق و نسبة 15% اقرت عكس ذلك.



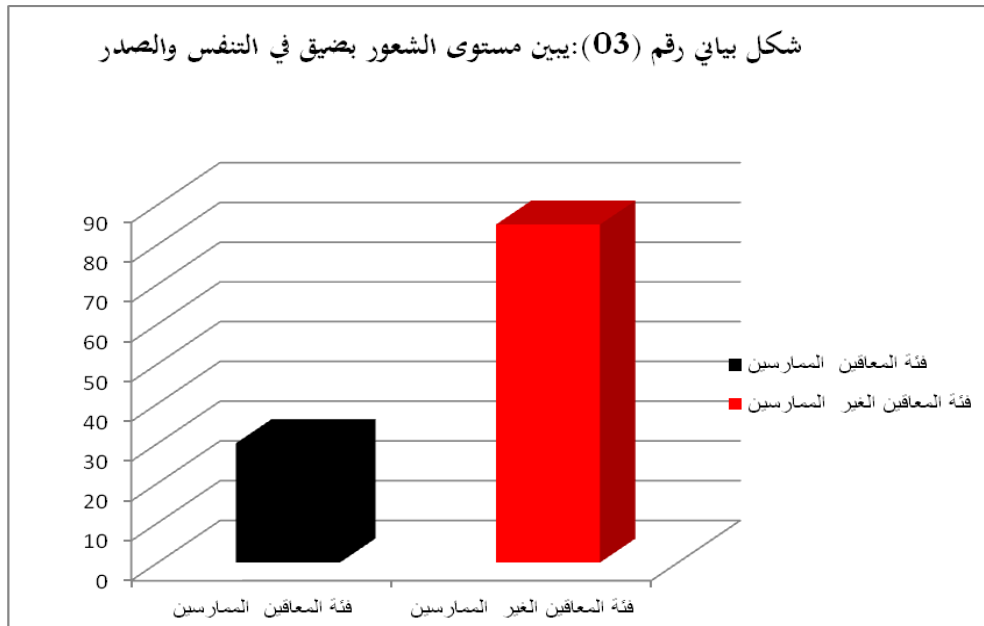
1-3- العبارة الثالثة: اشعر احيانا بضيق بالتنفس او بضيق في الصدر

جدول رقم (03): يوضح نتائج العبارة الثالثة.

العينة	الإجابة	التكرارات	النسبة
الممارسين	نعم	06	30%
	لا	14	70%
الغير ممارسين	نعم	17	85%
	لا	03	15%
	المجموع	20	100%

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 70% من المعاقين حركيا الممارسين لا يرون ان الشعور بضيق في الصدر والتنفس في حين بينت ما نسبته 30% ان الشعور بضيق الصدر يحسون بها في وضع الراحة عكس الغير ممارسين الذين ترى ما نسبته منهم 85% انهم يحسون بضيق الصدر والتنفس بحدة وما نسبته 15% بينت عكس ذلك.



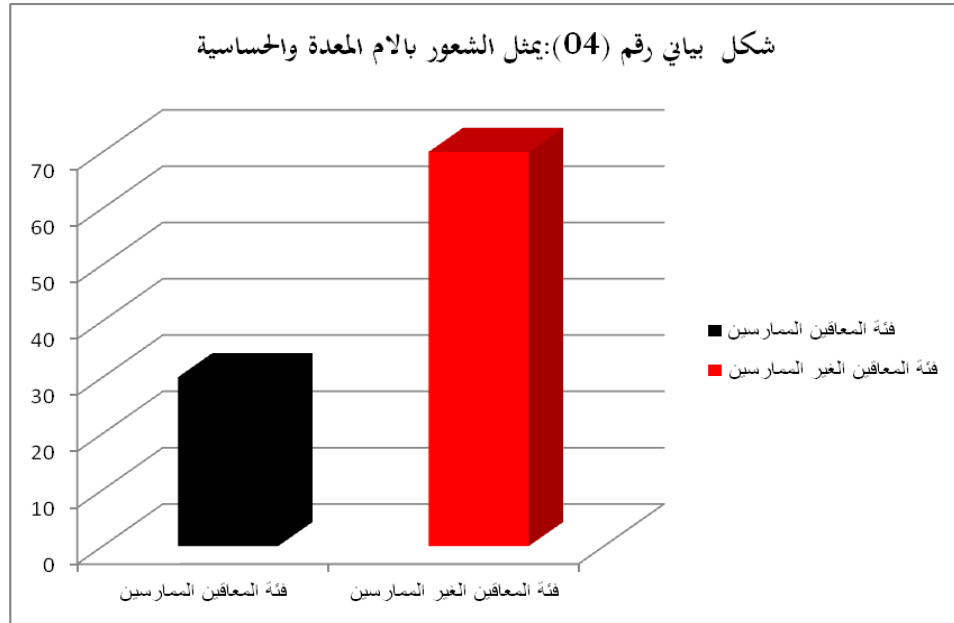
4-1- العبارة الرابعة: معدتي حساسة (اشعر أحيانا بألم أو ضغط أو انتفاخ في معدتي).

جدول رقم (04) : يوضح نتائج العبارة الرابعة.

العينة	الإجابة	التكرارات	النسبة
الممارسين	نعم	06	%30
	لا	14	%70
الغير ممارسين	نعم	14	%70
	لا	06	%30
	المجموع	20	%100

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 70% من المعاقين حركيا الممارسين لا يرون ان هناك احساس بالام في المعدة او بها حساسية في حين بينت ما نسبته 30% عكس ذلك عكس الغير ممارسين الذين ترى ما نسبته منهم 70% ان يقرون بحساسة المعدة وما نسبته 30% منهم بينت عكس ذلك.



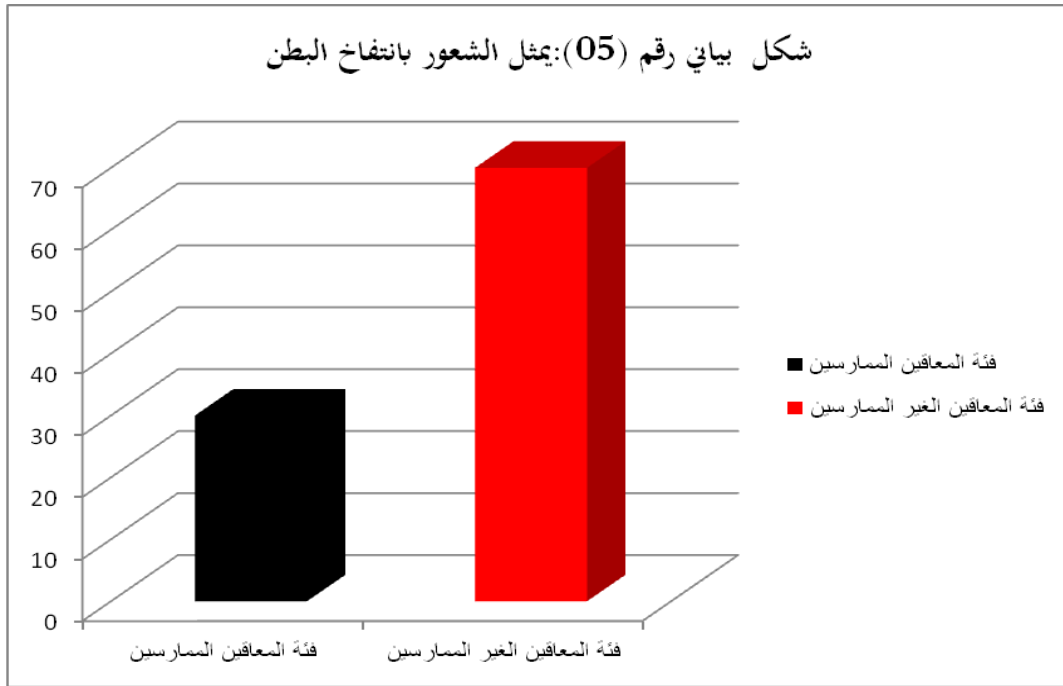
1-5- العبارة الخامسة: اشعر كثيرا بانتفاخ في بطني كما لو كانت مملوءة بالغازات

جدول رقم (05): يوضح نتائج العبارة الخامسة:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
30%	06	نعم	الممارسين
70%	14	لا	
70%	14	نعم	الغير ممارسين
30%	06	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 70% من المعاقين حركيا الممارسين لا يرون ان هناك احساس بالانتفاخ في البطن في حين بينت ما نسبته 30% عكس ذلك عكس الغير ممارسين الذين ترى ما نسبته منهم 70% ان يقرون بشعورهم بانتفاخ البطن وما نسبته 30% منهم بينت عكس ذلك.



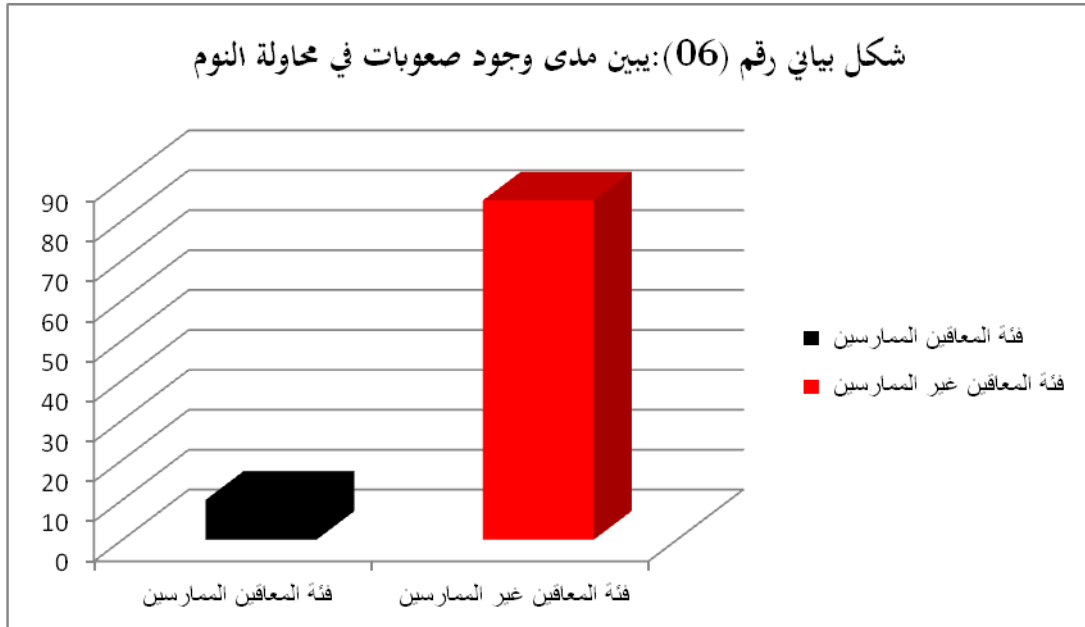
1-6- العبارة السادسة: اجد صعوبات في محاولة النوم

جدول رقم (06): يوضح نتائج العبارة السادسة

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
10%	02	نعم	الممارسين
90%	18	لا	
85%	17	نعم	الغير ممارسين
15%	03	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 90% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية لا يرون ان هناك صعوبة في محاولتهم النوم في حين بينت ما نسبته 10% منهم عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته 85% انهم يقرون بإيجاد صعوبات في محاولتهم النوم وما نسبته 15% منهم بينت عكس ذلك.



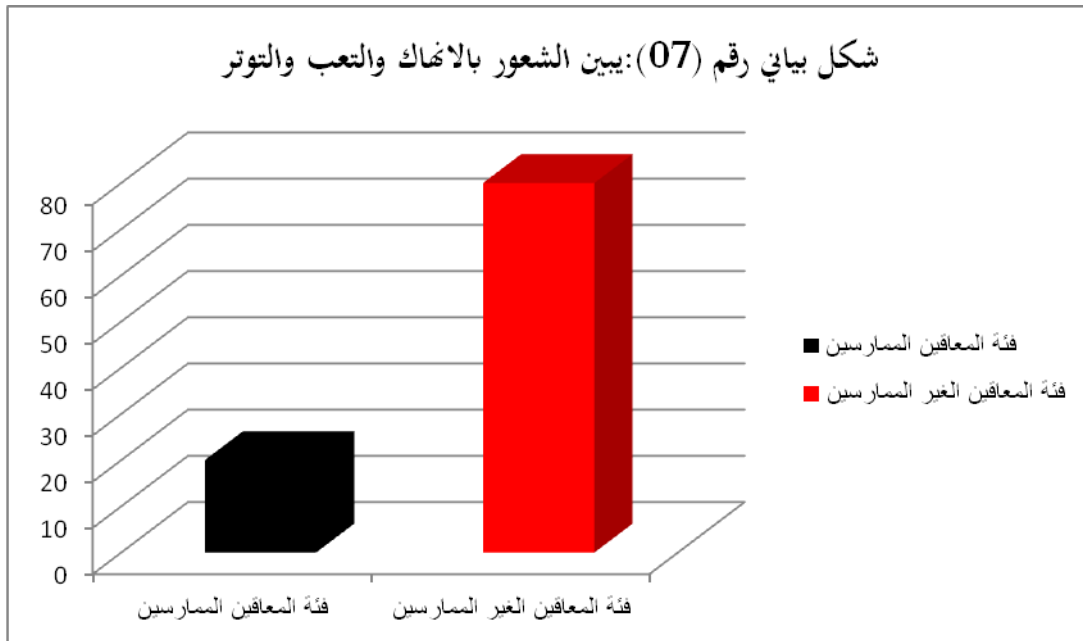
1-7- العبارة السابعة: غالبا ما اشعر بالإرهاك والتعب والتوتر.

جدول رقم (07): يوضح نتائج العبارة السابعة:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
20%	04	نعم	الممارسين
80%	16	لا	
80%	16	نعم	الغير ممارسين
20%	04	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 80% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم لا يحسون بالإنهاك والتعب والتوتر في حين بينت ما نسبته 20% منهم عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 80% انهم يشعرون بالإنهاك والتعب والتوتر وما نسبته 15% منهم بينت عكس ذلك.



2- عرض نتائج المحور الثاني: العدوانية

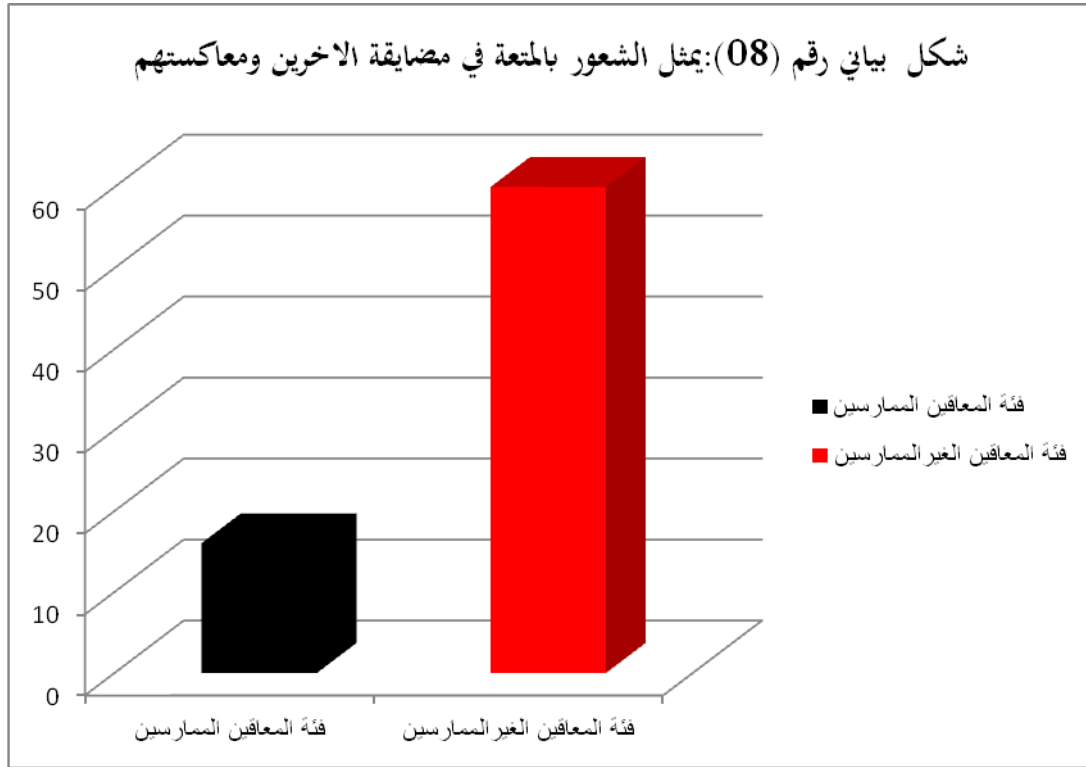
1-2- العبارة الثامنة: احيانا اجد متعة كبيرة في مضايقة او معاكسة الاخرين

جدول رقم (08): يوضح نتائج العبارة الثامنة:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
25%	05	نعم	الممارسين
75%	15	لا	
60%	12	نعم	الغير ممارسين
40%	08	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل :

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 75% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم لا يجدون متعة في مضايقة الاخرين في حين بينت ما نسبته 25% منهم عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 60 % أنهم يجدون متعة بمضايقة ومعاكسة الاخرين وما نسبته 40% منهم ترى عكس ذلك.



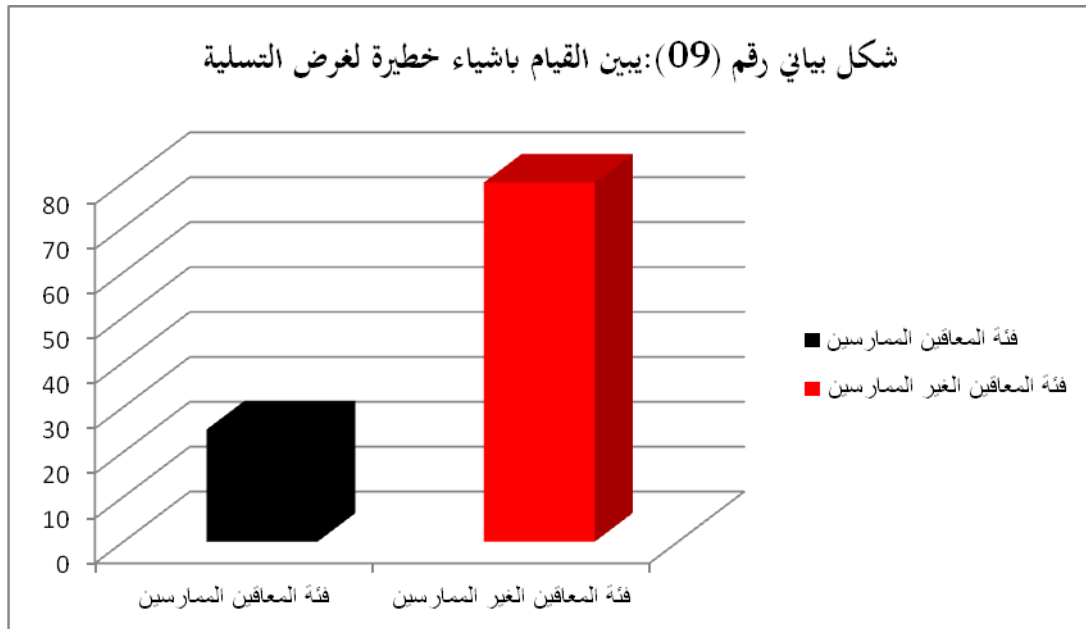
2-2- العبارة التاسعة: سبق لي القيام بأداء بعض الاشياء الخطيرة بغرض التسلية أو المزاح

جدول رقم (09): يوضح نتائج العبارة التاسعة

العينة	الإجابة	التكرارات	النسبة
الممارسين	نعم	05	%25
	لا	15	%75
الغير ممارسين	نعم	16	%80
	لا	04	%20
	المجموع	20	%100

التحليل :

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 75% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم لا يقومون ولم يسبق لهم أن قاموا بأشياء خطيرة لغرض التسلية أو ما شابهه في حين بينت ما نسبته 25% منهم عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 80% انهم قاموا من قبل بهاته السلوكيات التي هدفها التسلية والترويح وما نسبته 20% منهم ترى عكس ذلك.



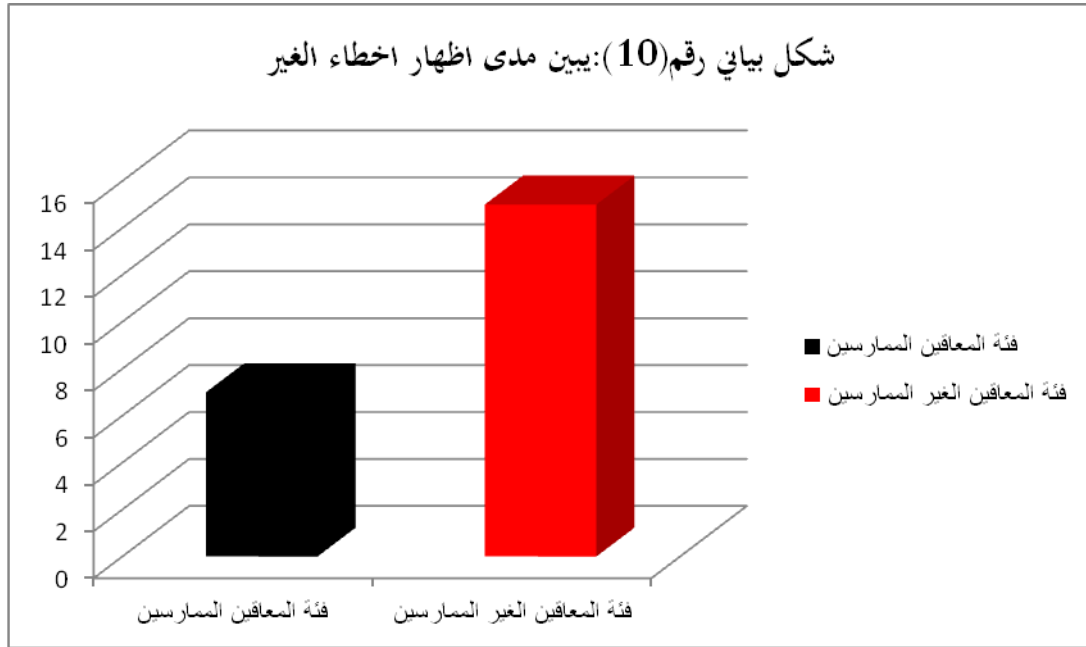
2-3- العبارة العاشرة: يسعدني ان اظهر اخطاء الاخرين .

جدول رقم (10): يوضح نتائج العبارة العاشرة:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
35%	07	نعم	الممارسين
65%	13	لا	
75%	15	نعم	الغير ممارسين
25%	05	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 65% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم لا يحبون اظهار اخطاء الاخرين وافشائها في حين بينت ما نسبته 35% منهم عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 75% أنهم يحبون اظهار اخطاء الغير وما نسبته 20% منهم ترى عكس ذلك.



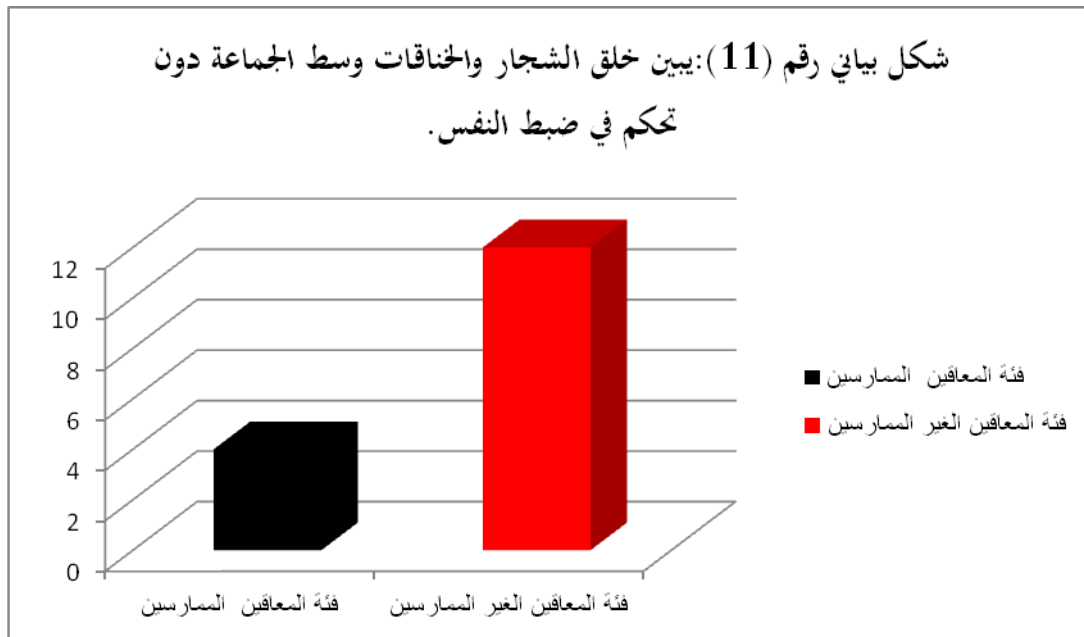
2-4- العبارة الحادية عشر: يدور في ذهني غالبا عندما اكون وسط جماعة كبيرة احداث مشاجرة (خناقة) ولا استطيع مقاومة هذا التفكير.

جدول رقم (11): يوضح نتائج العبارة الحادية عشر:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
20%	04	نعم	الممارسين
80%	16	لا	
60%	12	نعم	الغير ممارسين
40%	08	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل :

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 80% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم لا يستطيعون خلق شجارات وخناقات وسط الجماعات انهم يتحكمون في تصرفاتهم في حين بينت ما نسبته 20% منهم عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 60 % انهم يحبون خلق الشجارات دون ان يتحكموا في تصرفاتهم وما نسبته 20% منهم ترى عكس ذلك.



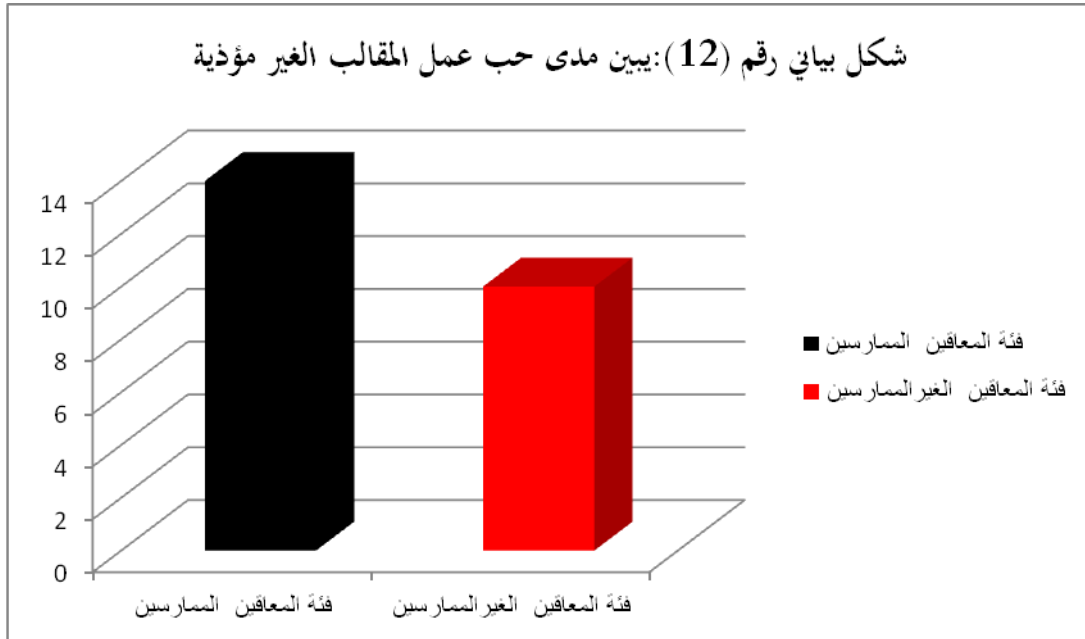
2-5- العبارة الثانية عشر: احب ان اعمل في الناس بعض المقالب الغير المؤذية.

جدول رقم (12): يوضح نتائج العبارة الثانية عشر:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
70%	14	نعم	الممارسين
30%	06	لا	
50%	10	نعم	الغير ممارسين
50%	10	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 70% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم يحبون عمل مقالب غير مؤذية هدفها المزاح مع الغير في حين بينت ما نسبته 30% منهم عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 50% انهم يحبون ذلك والنصف الاخر ما نسبته 50% منهم ترى عكس ذلك.



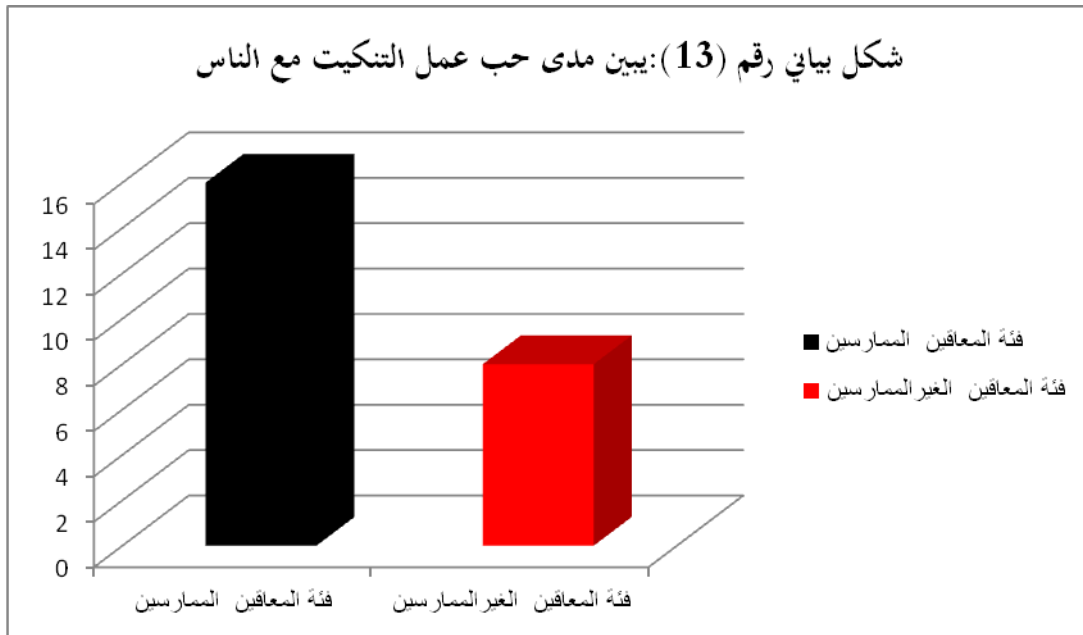
6-2- العبارة الثالثة عشر: احب تنكيت على الاخرين

جدول رقم (13): يوضح نتائج العبارة الثالثة عشر:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
70%	14	نعم	الممارسين
30%	06	لا	
40%	08	نعم	الغير ممارسين
60%	12	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 70% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم يحبون التنكيت مع الغير في حين بينت ما نسبته 30% منهم عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته 60% أنهم لا يحبون ذلك ما نسبته 40% منهم ترى عكس ذلك.



2-7- العبارة الرابعة عشر: افرح احيانا عند اصابة البعض ممن احبهم

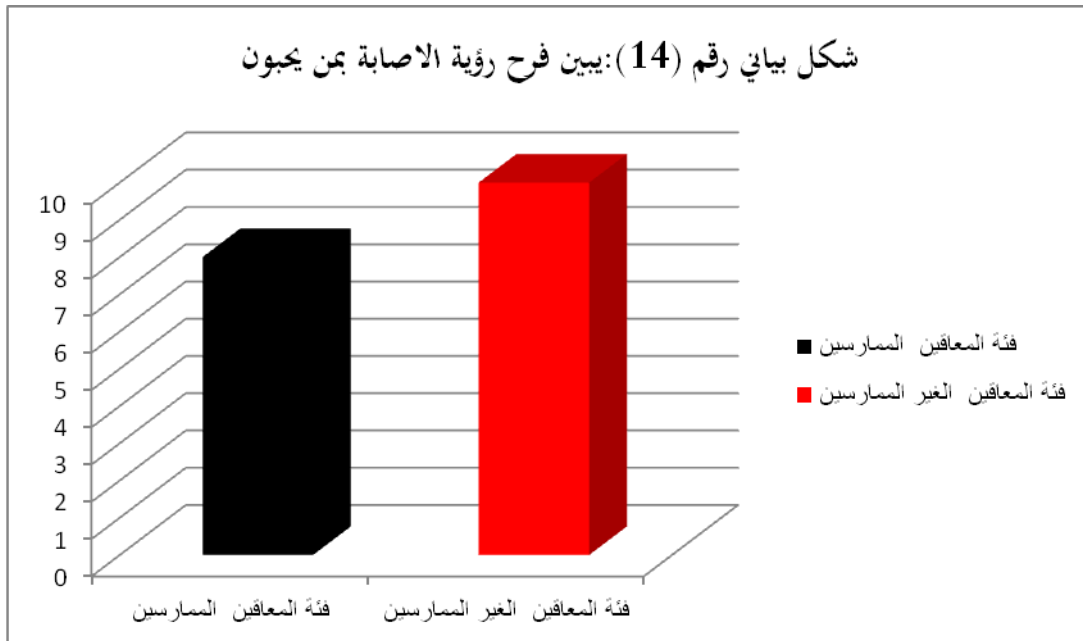
جدول رقم (14): يوضح نتائج العبارة الرابعة عشر:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
40%	08	نعم	الممارسين
60%	12	لا	

%50	10	نعم	الغير ممارسين
%50	10	لا	
%100	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 60% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم لا يحبون ان يرو زملائهم مصابون في حين ما نسبته 40% منهم ترى عكس ذلك عكس الممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 50% انهم يحبون ذلك وما نسبته 50% منهم ترى عكس ذلك أي يحبون رؤية الاصابة بمن يحبون.



3- عرض النتائج الخاصة المحور الثالث: الاكتئابية

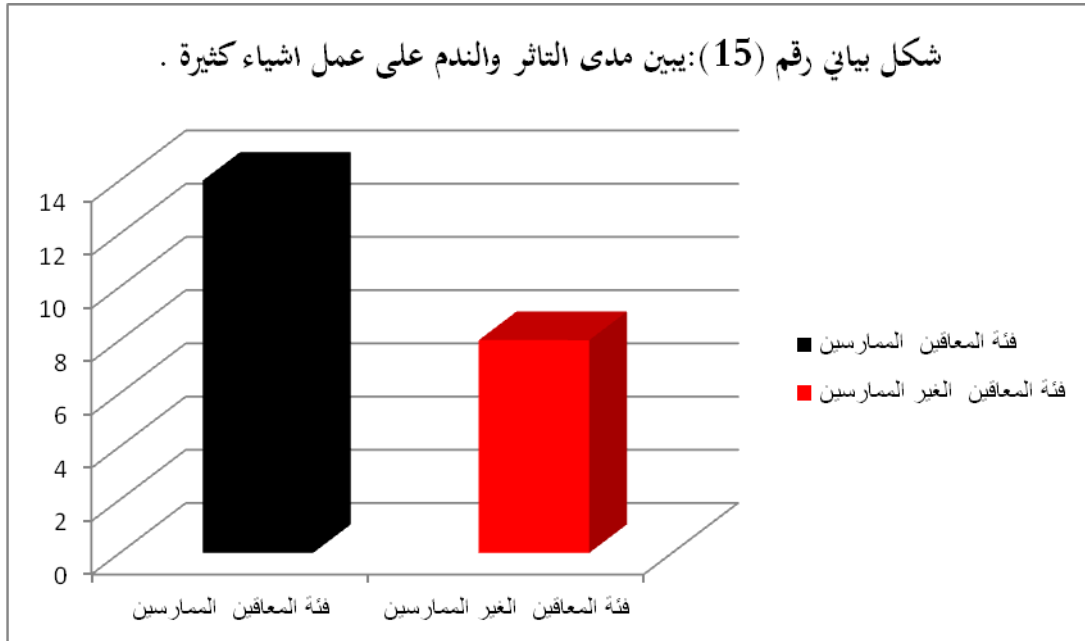
3-1- العبارة الخامسة عشر: افعل اشياء كثيرة اندم عليها فيما بعد .

جدول رقم (15): يوضح نتائج العبارة الخامسة عشر:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
70%	14	نعم	الممارسين
30%	06	لا	
40%	08	نعم	الغير ممارسين
60%	12	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 70% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم يعملون اشياء يندمون عليها فيما بعد في حين ما نسبته 30% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته 60% انهم لا يندمون على تلك الافعال وما نسبته 40% منهم ترى عكس ذلك .



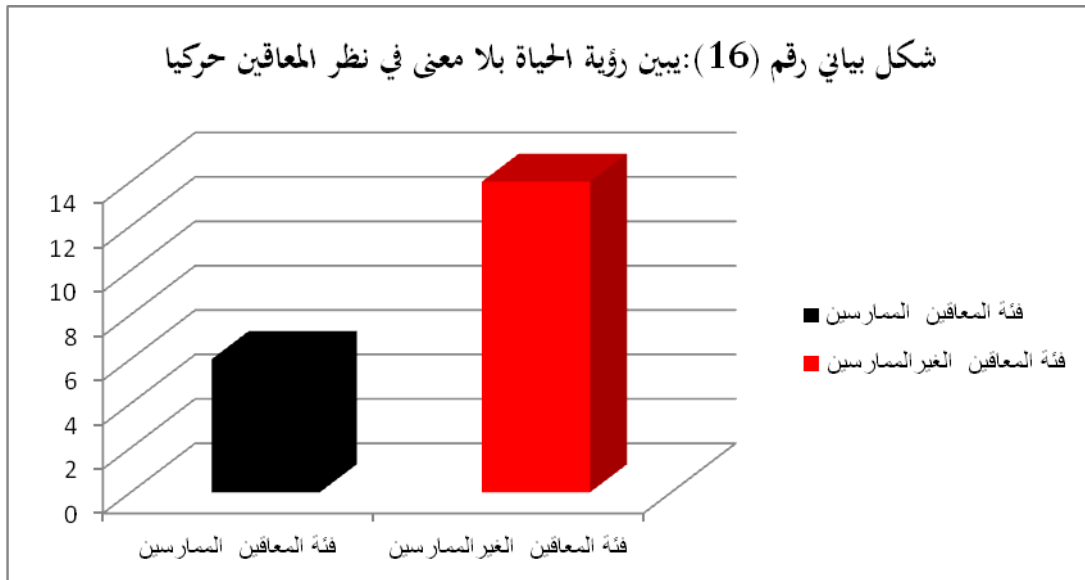
3-2- العبارة السادسة عشر: كثيرا ما افكر ان الحياة لا معنى لها.

جدول رقم (16): يوضح نتائج العبارة السادسة عشر:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
35%	07	نعم	الممارسين
65%	13	لا	
70%	14	نعم	الغير ممارسين
30%	06	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 65% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية لا يرون ان الحياة عديمة المعنى في حين ما نسبته 35% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 70% انهم يرون الحياة دون معنى و ما نسبته 30% منهم ترى عكس ذلك .



3-3- العبارة السابعة عشر: احلم لعدة ليالي بأشياء أعرف انها لن تتحقق.

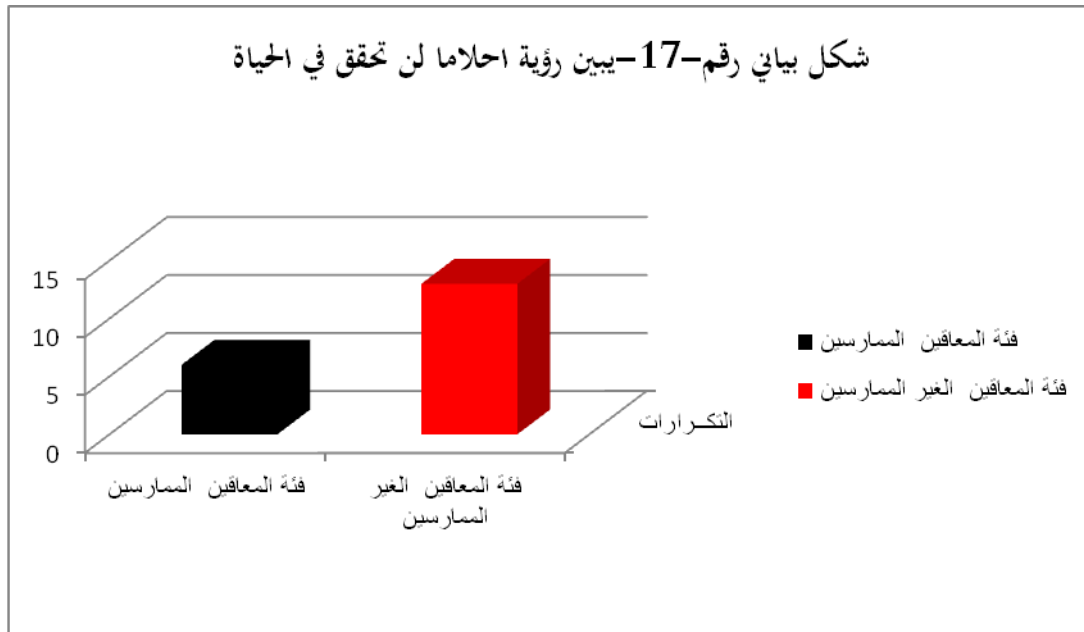
جدول رقم (17): يوضح نتائج العبارة السابعة عشر:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
30%	06	نعم	الممارسين
70%	14	لا	

65%	13	نعم	الغير ممارسين
35%	07	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 70% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية لا يرون يطمون بأشياء لا تحقق في حين ما نسبته 30% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته 65% منهم انهم يرون احلاما لن تحقق في الحياة وما نسبته 35% منهم ترى عكس ذلك .



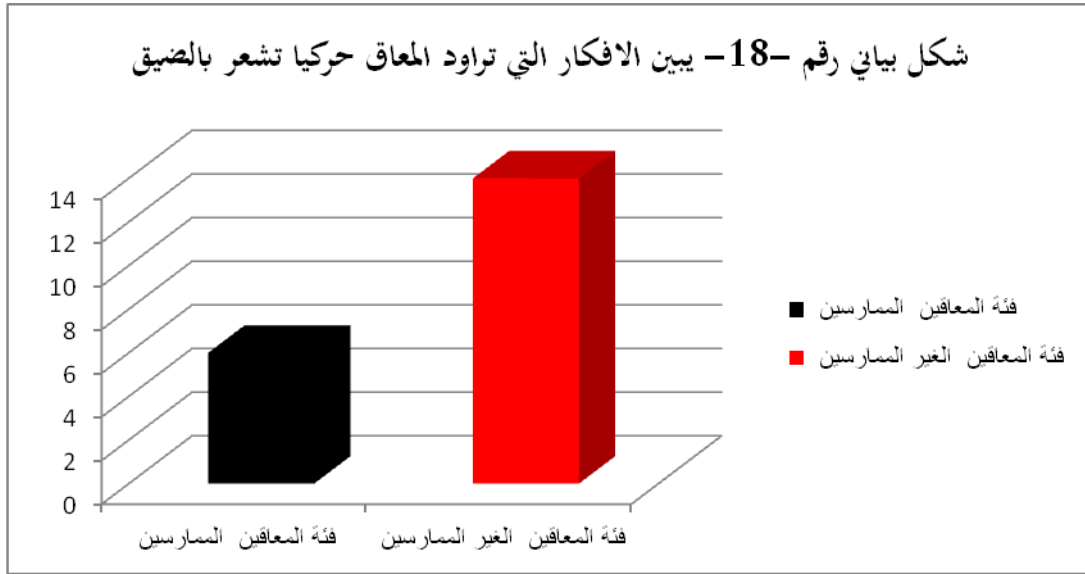
3-4- العبارة الثامنة عشر: غالبا ما تدور في ذهني افكار غير هامة تسبب لي الضيق.

جدول رقم (18): يوضح نتائج العبارة الثامنة عشر:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
35%	07	نعم	الممارسين
65%	13	لا	
70%	14	نعم	الغير ممارسين
30%	06	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل :

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 65% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون أنهم لا تدور بذهنهم افكار تشعرهم بالضيق وما نسبته 35% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 70 % انهم تراودهم افكار تشعر بالضيق وما نسبته 30% منهم ترى عكس ذلك.



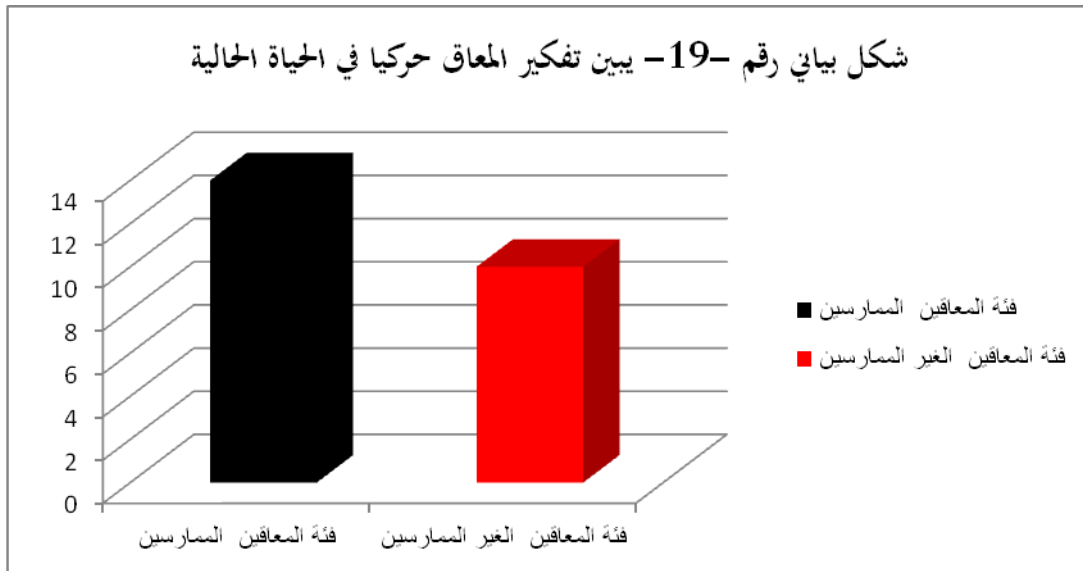
3-5- العبارة التاسعة عشر: كثيرا ما يراودني التفكير في حياتي الحالية.

جدول رقم (19): يوضح نتائج العبارة التاسعة عشر:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
70%	14	نعم	الممارسين
30%	06	لا	
50%	10	نعم	الغير ممارسين
50%	10	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 70% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم يفكرون في حياتهم الحالية وما نسبته 30% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 50% انهم لا يفكرون في حياتهم الحالية والنصف الاخر أي ما نسبته 50% منهم ترى عكس ذلك.



3-6- العبارة العشرون: في الاحيان الكثيرة افقد القدرة على التفكير .

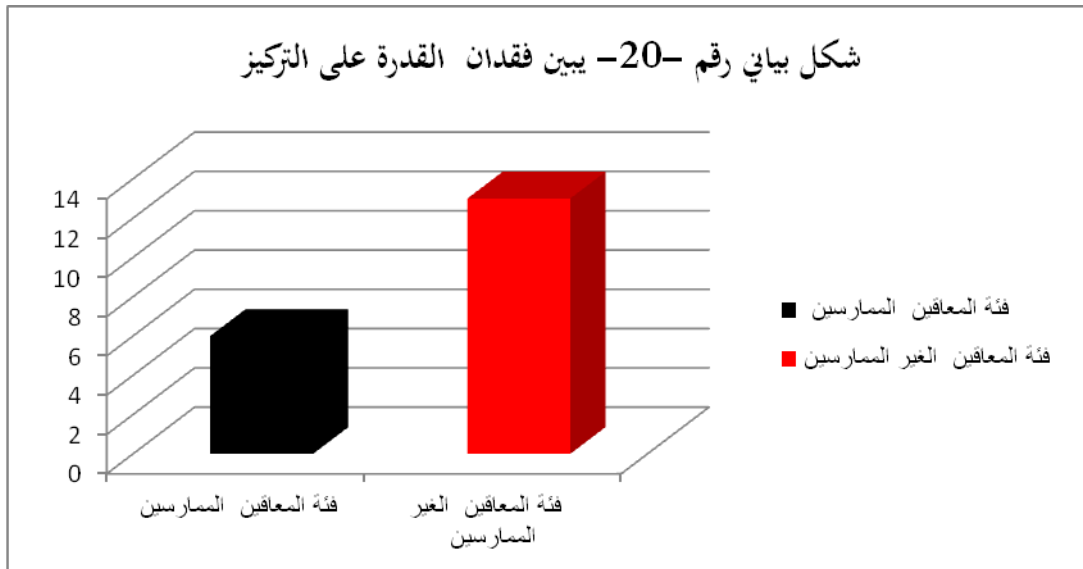
جدول رقم (20): يوضح نتائج العبارة العشرون:

العينة	الإجابة	التكرارات	النسبة
الممارسين	نعم	06	30%
	لا	14	70%

الغير ممارسين	نعم	13	65%
	لا	07	35%
	المجموع	20	100%

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 70% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم لا يفقدون القدرة على التركيز وما نسبته 30% منهم ترى عكس ذلك عكس غير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته 65% منهم انهم يفقدون القدرة على التركيز في الاحيان الكثيرة وما نسبته 35% منهم ترى عكس ذلك.



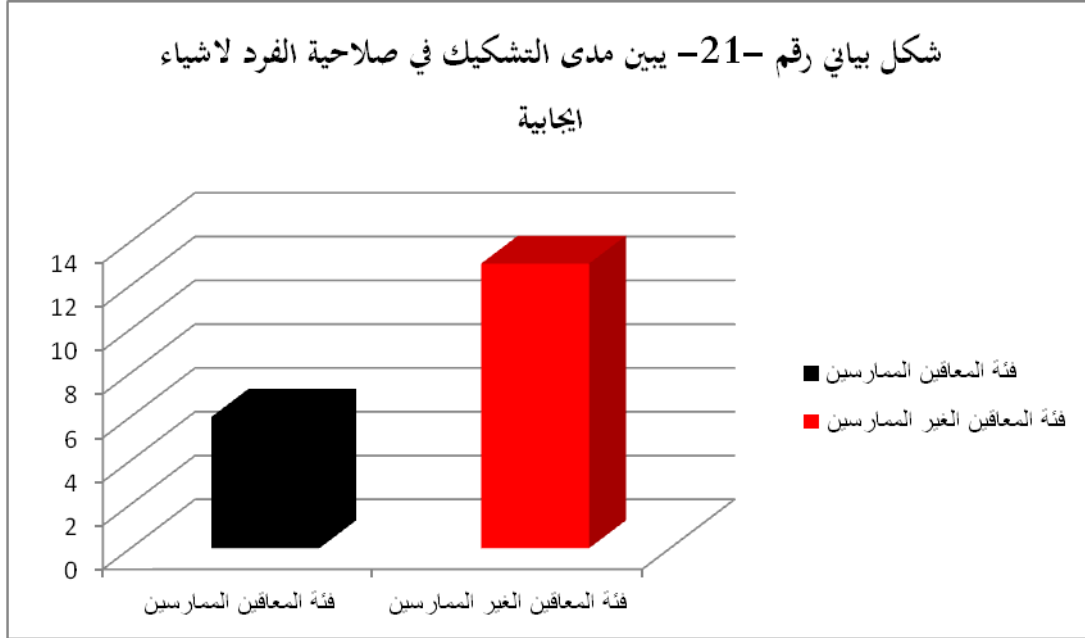
3-7- العبارة الحادية والعشرون: احيانا يراودني التفكير بانني لا اصلح لأي شيء

جدول رقم (21): يوضح نتائج العبارة الحادية والعشرون:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
30%	06	نعم	الممارسين
70%	14	لا	
65%	13	نعم	الغير ممارسين
35%	07	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 70% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية لا يرون انهم يراودهم التفكير في ان ليس لهم مكانة او لا يصلحون لشيء وما نسبته 30% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 65% انهم يرون لأنفسهم لا تصلح لشيء في الاحيان الكثيرة وما نسبته 35% منهم ترى عكس ذلك.



4- عرض نتائج المحور الرابع: قابلية الاستثارة

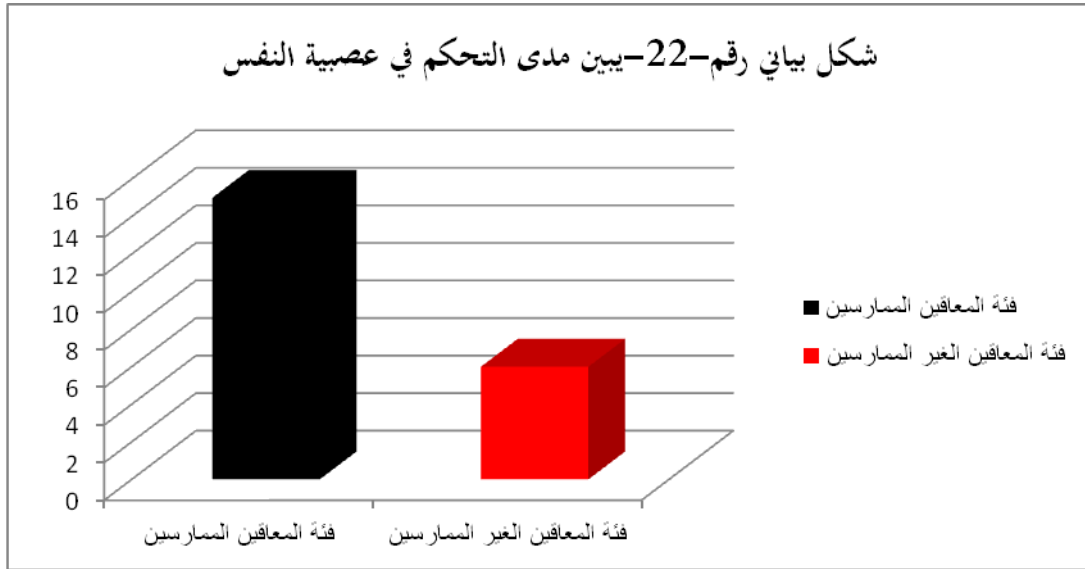
4-1- العبارة الثانية والعشرين: افقد السيطرة على اعصابي بسرعة و لكنني استطيع التحكم فيها بسرعة ايضا

جدول رقم (22): يوضح نتائج العبارة الثانية والعشرون:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
75%	15	نعم	الممارسين
25%	05	لا	
30%	06	نعم	الغير ممارسين
70%	14	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 75% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم يفقدون السيطرة على اعصابهم لكنهم بالمقابل يسيطرون على ذلك في الوقت المناسب وما نسبته 25% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 70% انهم يرون لا يتحكمون في عصبيتهم وما نسبته 30% منهم ترى عكس ذلك.



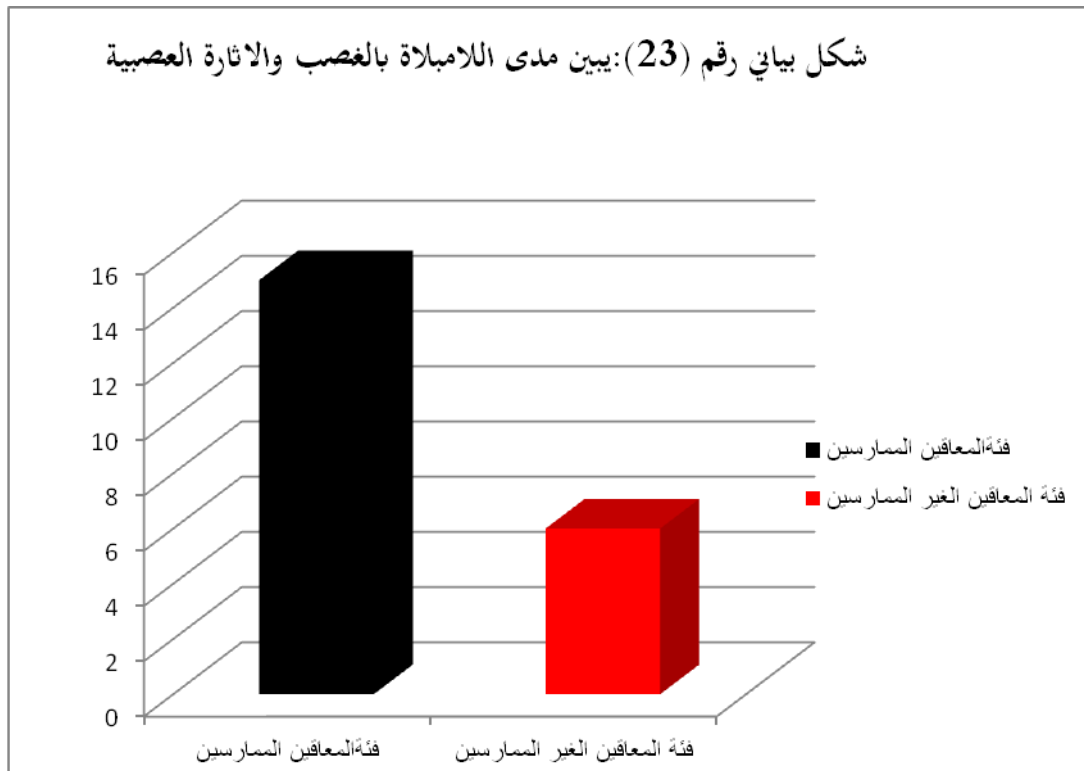
4-2- العبارة الثالثة والعشرين: عندما أغضب أو أثور فإنني لا أهتم بذلك.

جدول رقم (23): يوضح نتائج العبارة الثالثة والعشرون:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
75%	15	نعم	الممارسين
25%	05	لا	
30%	06	نعم	الغير ممارسين
70%	14	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل :

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 75% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم لايهتمون لغضبهم ولايولونه اهمية و ما نسبته 25% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 70 % انهم يرون انهم يهتمون لغضبهم واثارتهم العصبية وما نسبته 30% منهم ترى عكس ذلك.



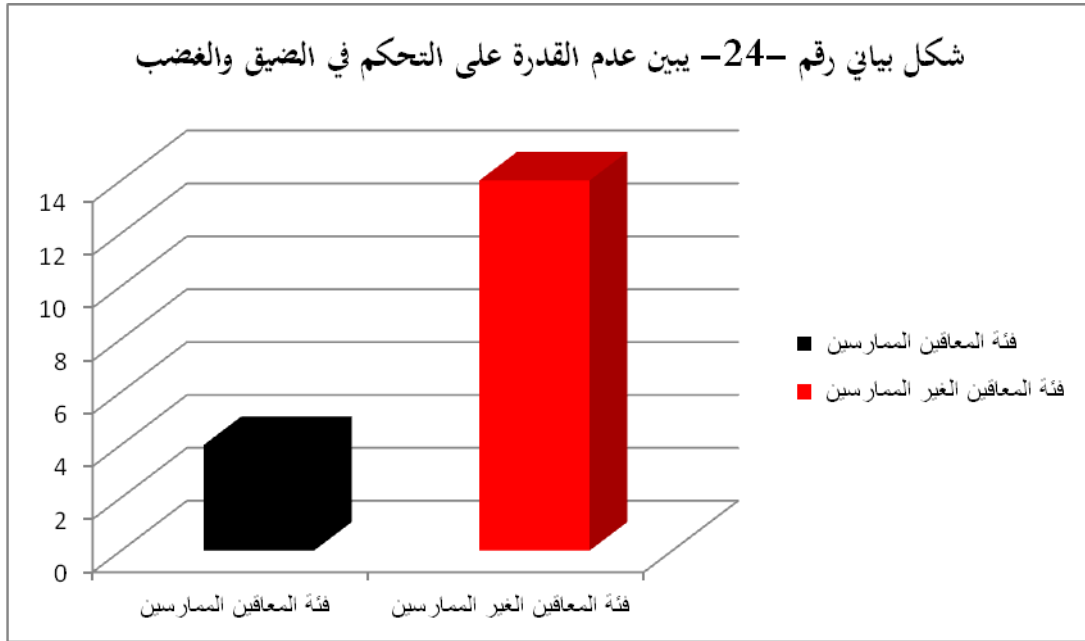
4-3- العبارة الرابعة والعشرين: لا استطيع غالبا التحكم في ضيقي وغضبي .

جدول رقم (24): يوضح نتائج العبارة الرابعة والعشرون

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
20%	04	نعم	الممارسين
80%	16	لا	
70%	14	نعم	الغير ممارسين
30%	06	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 80% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم ينفون عدم قدرتهم التحكم في اوقات كثيرة في غضبهم وضيقتهم وما نسبته 20% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 70% انهم يرون انهم لا يتحكمون في غضبهم وضيقتهم وما نسبته 30% منهم ترى عكس ذلك.



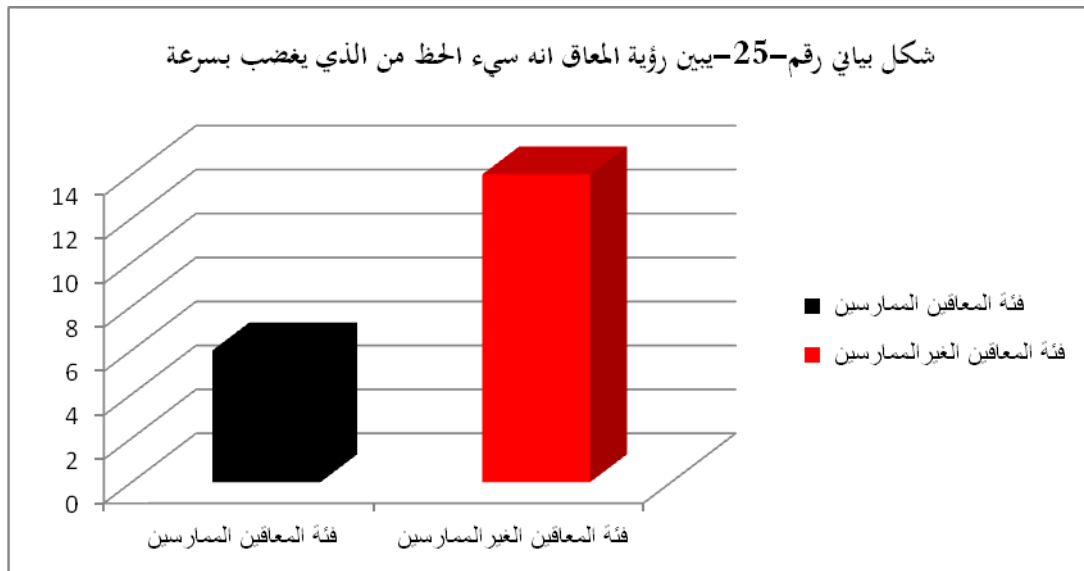
4-4- العبارة الخامسة والعشرين: انا اسوء الحظ من الذين يغضبون بسرعة

جدول رقم (25) : يوضح نتائج العبارة الخامسة والعشرون:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
30%	06	نعم	الممارسين
70%	14	لا	
70%	14	نعم	الغير ممارسين
30%	06	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل :

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 70% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون ان حظهم ليس سيئا من الذين يغضبون بسرعة و ما نسبته 30% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 70 % انهم يرون انهم الاسوء حظا من الذين يغضبون بسرعة وما نسبته 30% منهم ترى عكس ذلك.



4-5- العبارة السادسة والعشرين: اقول غالبا اشياء بدون تفكير و اندم عليها فيما بعد

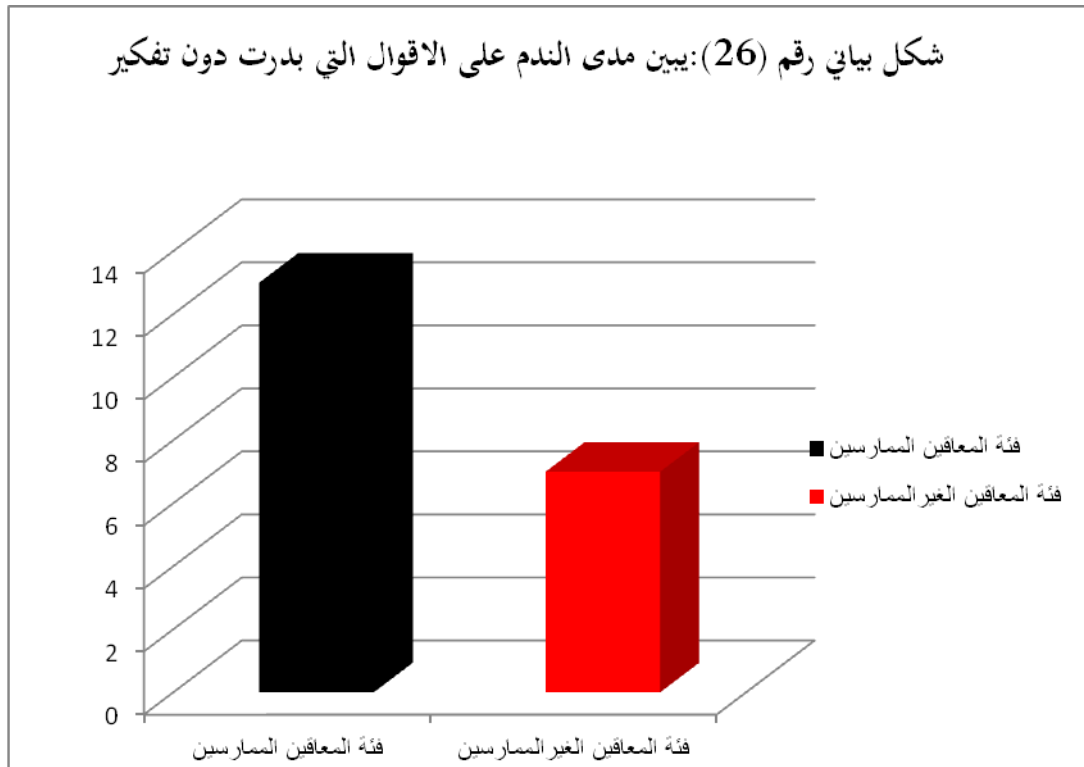
جدول رقم (26): يوضح نتائج العبارة السادسة والعشرون

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
65%	13	نعم	الممارسين
35%	07	لا	

%40	08	نعم	الغير ممارسين
%60	12	لا	
%100	20	المجموع	

التحليل :

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 65% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم ينتابهم الندم على اشياء تقال منهم دون تفكير و ما نسبته 35% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 60 % انهم يرون انهم لايندمون على الاقوال التي تدر منهم دون تفكير وما نسبته 40% منهم ترى عكس ذلك



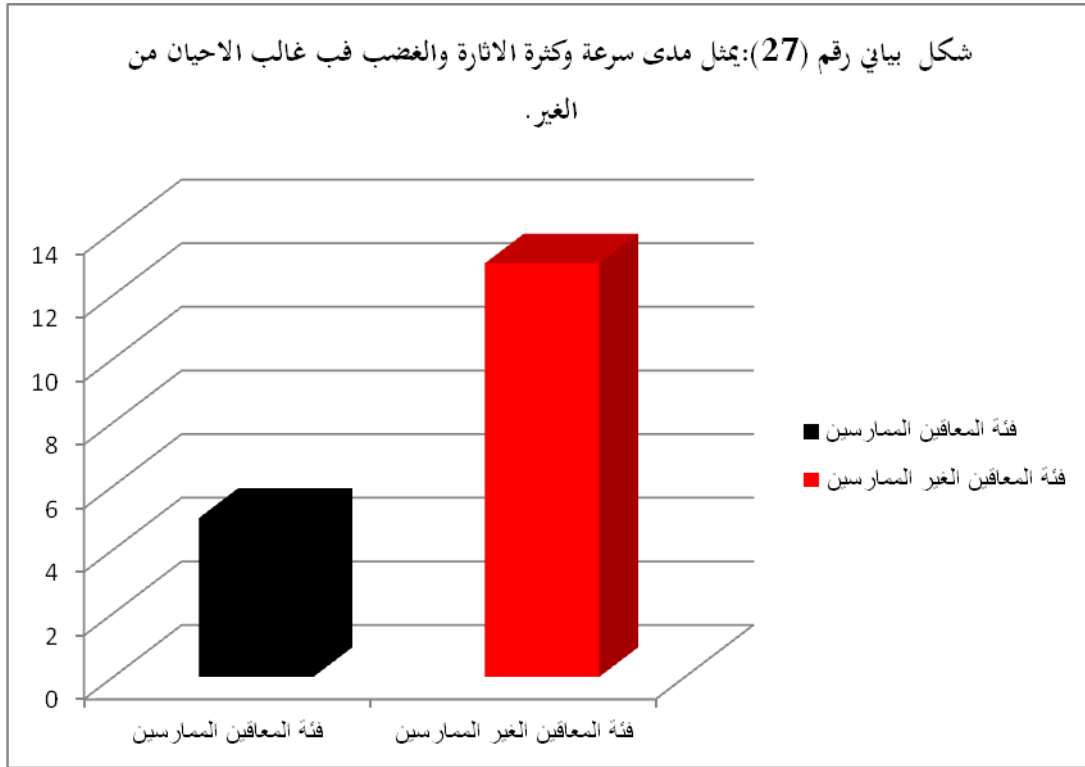
4-6- العبارة السابعة والعشرين: كثيرا ما استثار بسرعة من البعض.

جدول رقم (27): يوضح نتائج العبارة السابعة والعشرون:

النسبة	التكرارات	الإجابة	العينة
25%	05	نعم	الممارسين
75%	15	لا	
65%	13	نعم	الغير ممارسين
35%	07	لا	
100%	20	المجموع	

التحليل :

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 75% من المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية يرون انهم لا يتأثرون من البعض بالسرعة التي تتبع الكلام و ما نسبته 25% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للأنشطة الذين ترى ما نسبته منهم 65 % انهم يرون سرعان ما يثيرون من البعض لأقوالهم او افعال كانت وما نسبته 35% منهم ترى عكس ذلك.



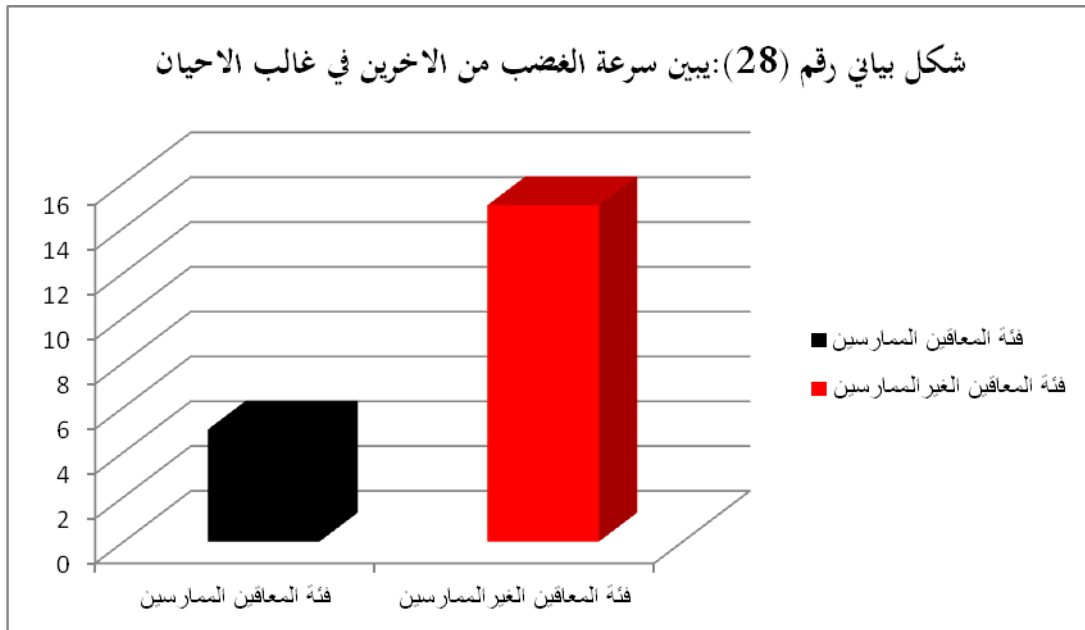
4-7- العبارة الثامنة والعشرين: كثيرا ما اغضب بسرعة من الاخرين.

جدول رقم (28): يوضح نتائج العبارة الثامنة والعشرون.

العينة	الإجابة	التكرارات	النسبة
الممارسين	نعم	05	%25
	لا	15	%75
الغير ممارسين	نعم	13	%65
	لا	07	%35
	المجموع	20	%100

التحليل :

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نلاحظ أن نسبة 75% من المعاقين حركيا الممارسين للانشطة الرياضية يرون انهم لا يغضبون في غالب الاحيان من الاخرين و ما نسبته 25% منهم ترى عكس ذلك عكس الغير ممارسين للانشطة الذين ترى ما نسبته منهم 65 % انهم يرون سرعان ما يثيرون ويغضبون من الاخرين وما نسبته 35% منهم ترى عكس ذلك.



5- استنتاجات

-من خلال الجداول 02-03-04-05-06-07-08 أي البيانات التي وضحت ان كل السمات المتعلقة بالعصبية التي منها قلة النوم وكثرة الغضب والنرفزة وكذا سرعة الاستثارة العصبية وجدت قليلة جدا عند المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية المكيفة مقارنة بالمعاقين حركيا الغير ممارسين للأنشطة المكيفة مما نستنتج ان النشاط الرياضي المكيف له دور ايجابي في التحكم في العصبية وسماتها لدى المعاقين حركيا.

-من خلال الجداول 09-10-11-12-13-14-15 ومن خلال البيانات المقدمة تبين ان المحور الخاص بالعدوانية وبخصائصه والمميزات هو جد قليل بسماته عند المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية المكيفة عكس الغير ممارسين الذين تبين ان سمات العدوانية المبينة في المعاكسة وحب اظهار العيوب وغيرها متفشية عندهم بكثرة مما يدل ان النشاط المكيف يساهم في التقليل من سمات العدوانية السالبة لدى المعاقين حركيا.

- من خلال الجداول 16-17-18-19-20-21-22 يتبين ان المحور الخاص بالاكنتابية متمثلا في عبارات التفكير السلبي ومرادة الافكار السيئة لدى المعاقين تزداد لدى الفئة الغير ممارسة للنشاط الرياضي المكيف بينما تظهر الايجابية منها لدى الفئة الممارسة للأنشطة الرياضية المكيفة مما يدل ان النشاط المكيف يساهم في التقليل من الاكنتابية لدى المعاقين حركيا ويغير التفكير السلبي الى ايجابي لديهم.

-من خلال الجداول 23-24-25-26-27-28-29 ومن البيانات المحصلة يتضح جليا ان المحور المبين في القابلية للاستثارة ممثلة في التحكم في الاثارة العصبية

والاهتمام بغضب الغير والاختاء المسببة لهم الازعاج تكاد تتعدم لدى المعاقين حركيا مما يدل على تحكمهم في قدراتهم وضبط النفس عكس المعاقين الغير ممارسين للانشطة الرياضية المكيفة الذين يثورون لاتفه الاسباب ولا يستطيعون ترويض انفسهم على النسق الايجابي مع الغير مما نستنتج ان للنشاط الرياضي المكيف دور فعال في ضبط النفس والقابلية للاستثارة.

6- مقابلة النتائج بالفرضيات

❖ **الفرضية الاولى:** ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف تساهم في تعديل السلوك الانفعالي والعصبية والعدوانية لدى المعاقين حركيا.

من خلال النتائج المحصل عليها والتحليل في الجداول من 01 الى 15 يتضح لنا ان النشاط الرياضي المكيف اعطى افضلية للمعاقين حركيا الممارسين في الجوانب السلوك الانفعالي حيث وجد ان الممارسين يختلفون في درجات الانفعال والتحكم في سلوكهم عكس المعاقين الغير ممارسين الذين لوحظ عندهم ان مستوى التحكم في الانفعال ضعيف وهذا ما اظهرته نتائج الاستبيان المبينة في الجداول اضافة الى العصبية التي وجدت انها تزداد حدة عند المعاقين حركيا الغير ممارسين للنشاط الرياضي المكيف عكس المعاقين حركيا الممارسين التي ظهرت عندهم عصبية طبيعية تكاد تتقارب مع الاسوياء وذلك لما للانشطة من انعكاس على تعديل هاته الخاصية في شخصية الفرد المعاق حركيا وكذا العدوانية التي تقل حدتها عند المعاقين الممارسين حسب النتائج المحصل عليها والانعكاس على التقليل من هاته السمة في شخصية الفرد المعاق حركيا حيث بينت نتائج الجداول المذكورة ان المعاقين الغير ممارسين للانشطة لديهم حدة العدوانية مرتفعة مقارنة مع اقرانهم الممارسين للانشطة المكيفة , وهذا ما توصلت اليه دراسة ليبوك هيبي " اثر النشاطات الرياضية الإيقاعية على السلوك الانفعالي للأطفال المعاقين حركيا حيث أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك الانفعالي للمجموعة التي طبق عليها برنامج النشاطات الرياضية الإيقاعية .

- برنامج النشاطات الرياضية الإيقاعية المقترح اظهر فروق واضحة في الدافعية والرغبة والإحباط والطابع الاجتماعي والسلوك العدواني , و غياب الإحساس بالواقع

وهذا ما توافق مع نتائجنا لدى عينة المعاقين حركيا. ومن خلال ما توصلنا اليه والنتائج المعروضة ومن خلال توافق نتائجنا مع دراسات مشابهة نصل الى صدق الفرضية الجزئية الاولى القائلة: ان ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف تساهم في تعديل السلوك الانفعالي والعصبية والعدوانية لدى المعاقين حركيا.

الفرضية الجزئية الثانية: ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف تساهم في التقليل من الاكتئاب وتعديل القابلية للاستثارة لدى المعاقين حركيا .

من خلال نتائج المتوصل اليها في الجداول من 16 الى 29 والتي بينت جليا ان هناك فروقا في مستوى القابلية للاستثارة والاكتئاب لدى المعاقين حركيا الممارسين والغير الممارسين للانشطة البدنية المكيفة حيث وجدنا ان الاكتئاب ترتفع حدته عند المعاقين حركيا الغير ممارسين للانشطة المكيفة وكذا القابلية للاستثارة التي تزداد حدة عند الغير ممارسين من المعاقين حركيا عكس المعاقين الممارسين التي لوحظ حسب النتائج المحصل عليها ان درجة الاكتئاب والقابلية للاستثارة قليلة مقارنة باقرانهم الغير الممارسين للانشطة المكيفة مما يبين الاهمية الكبيرة للنشاط البدني المكيف للمعاقين حركيا وهذا ما توافق مع دراسة الباحث **كاستانجو**

اثر برنامج أسبوعي للتربية الرياضية على مفهوم الذات لدى الأطفال المعاقين حركيا في المدارس المتوسطة والتي توصلت الى أظهرت نتائج الدراسة حدوث تحسن في مفهوم الذات الايجابي للمجموعتين (المعاقين والأسوياء) الذين خضعوا للبرنامج التدريبي مقارنة بالمجموعة الضابطة من خلال وجود فروق دالة إحصائية في مفهوم الذات بين الطلبة المعاقين الممارسين وغير الممارسين للبرنامج الرياضي المطبق لصالح المجموعة الممارسة ,وهذا ما يدل على الأثر الايجابي للنشاط الرياضي على مفهوم الذات لدى الأفراد المعاقين حركيا من خلالها تحسن السمات الشخصية نتيجة

الانعكاس النشاط الرياضي المكيف على شخصية الفرد المعاق حركيا مهما كان عامل السن او الجنس وهنا نبين ان الفرد المعاق حركيا كثيرا مايعاني من اضطرابات نفسية وعصبية حادة جراء نظرتة لنفسه ومقارنته مع الاخرين وهذا مايولد درجة من الحقد والعدوانية والعصبية في نفسيته لكن النشاط المنتظم الرياضي له مزايا كبيرة وفوائد جمة في خلق التفاعل والاحساس بالانتماء وحب الاخرين وهو من شأنه التقليل من العصبية والاكتئاب والعدوانية وينمي السمات الشخثية بالقدر الكافي.

ومن خلال ما توصلت اليه الدراسات المشابهة ودراستنا في هذا المحور نصل الى صدق الفرضية القائلة

ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف تساهم في التقليل من الاكتئاب وتعديل القابلية للاستثارة لدى المعاقين حركيا.

ومن صدق الفرضيتين الاولى والثانية للبحث نصل لى اثبات صحة الفرضية العامة للبحث القائلة:

للسايط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية بعض السمات الشخصية (التقليل من الاكتئاب والعصبية والقابلية للاستثارة وتعديل العدوانية) لدى المعاقين حركيا.

خلاصة:

بعد دراسة معمقة شملت مختلف الجداول التي جاءت في الجانب التطبيقي، والتي تحتوي على المعلومات الإحصائية لمتغيرات فرضيات دراستنا، و تتمحور حول موضوع النشاط البدني الرياضي المكيف الذي يؤثر على عدة جوانب لدى المعاقين حركيا، من خلال فاعلية النشاط البدني الرياضي المكيف، و منه يمكن أن نستخلص بعد تأكدنا من تحقق كل الفرضيات التي تمت الإجابة من خلالها عن التساؤلات التي طرحت الدراسة، أن للنشاط البدني الرياضي المكيف دور ايجابي في تنمية بعض السمات الشخصية (العصبية، العدوانية، الاكتئابية، قابلية الاستثارة) لدى المعاقين حركيا.

التوصيات والاقتراحات:

- تشجيع الممارسة الرياضية المنتظمة لما لها من فوائد وانعكاسات على المعاقين حركيا.
- ضرورة العمل مع الفئة المعاقة حركيا إعاقة لان لديها قابلية للتعلم والتطوير.
- العمل على دعم فئات المعاقين حركيا من خلال تخطيط برامج تدريبية متنوعة.
- توظيف أكثر للأنشطة المكيفة الرياضية للمعاقين حركيا خاصة في مراحل الطفولة قصد رفع إمكانياتهم وتطويرها.
- تعميم الدمج في شتى المراحل وفي مختلف الأنشطة سواء التربوية، الرياضية، الثقافية... الخ
- ضرورة الشروع في الدراسات العلمية التي تهتم بتطوير إمكانيات هذه الفئة بمختلف الأساليب.
- إعطاء أهمية للبرامج التي من شأنها تدعم الاتصال بأنواعه بين المعاقين حركيا في شتى المجالات.
- اقتراح وحدات تدريبية في مرحلة تركز على التعاون والتبادل وعدم عزلهم.
- إعطاء اهتمام كبير للتخطيط للبرامج الرياضية المكيفة للمعاقين حركيا.

دور النشاط الرياضي المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية -العصية العدوانية-

الاكتئابية-القابلية للاستشارة- لدى المعاقين حركيا

دراسة ميدانية اجريت بمركز المعاقين حركيا.

ملخص البحث

إن التكفل بالمعاقين حركيا باختلاف درجات وأنواع الإعاقة وتربيتهم ورعايتهم يعتبر مثابة الاستفادة من القدرات والإمكانات التي لديهم حتى يصبح لكل منهم دور في الحياة كمواطن له واجبات يقوم بها ليكون جزء من خطط التنمية للمجتمع الذي يعيش وسطه.

ولذلك تهتم الحكومات برعاية هذه الفئة بشكل عام بتقديم مختلف الخدمات وقد بدأ الاهتمام التربية الخاصة للمعاقين حركيا مع بدايات القرن العشرين وقد تحقق من خلاله في مجال تربية ورعاية المعاقين حركيا تقدما كبيرا في تقنيات التعليم وفي السنوات الأخيرة تم الاهتمام بهذه الفئة إقليميا وعالميا وذلك من خلال الدعوة إلى تغيير النظام المتبع في المساواة داخل مدارس أو مؤسسات خاصة إلى منظور جديد قائم على التواصل والتفاعل والذي يدعو إلى عدم عزل أي معاق من فئة ذوي الاحتياجات الخاصة بسبب إعاقة أو منعه من المشاركة أو إنكار حقه في الاستفادة أو إخضاعه لأي نوع من التمييز أو التفرقة عند تنفيذ البرامج والأنشطة المدرسية والرياضية وإن هذا يحدث فقط عندما تكون طبيعة الإعاقة شديدة بحيث لا يمكن تحقيق أهداف تعليمية وتربوية مرضية إلا من خلال برامج وأنشطة فردية خاصة وتعتمد على التعاون ورفع مستوى الاداء لتنمية توافق وسمات شخصية ومهارات حياتية لدى فئة المعاقين حركيا. لذا سعينا في هذا البحث الى مراعاة اهمية النشاط الرياضي المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية لدى المعاقين حركيا.

Le rôle de l'activité physique adaptée au développement de certains traits de personnalité -alabah agressive-dépressive-susceptibilité excitabilité-handicapés physiques

Une étude de terrain menée centre physiquement handicapés.

Résumé de la recherche

Les handicapés physiques prévoient différents types et degrés de handicap et de l'éducation et des soins est considéré comme adaptation de l'utilisation des capacités et le potentiel qu'ils ont jusqu'à ce que chacun d'entre eux un rôle dans sa vie en tant que citoyen des fonctions exercées dans le cadre de la communauté qui vit ses plans de développement de la taille.

Par conséquent, les gouvernements sont intéressés parrainés ces circonstances catégorie fournissent généralement divers services ont un intérêt dans l'enseignement spécial pour les personnes handicapées a commencé physiquement avec le début du XXe siècle a été réalisée grâce dans le domaine de l'éducation et le soin des progrès significatifs handicapés dans les techniques d'éducation et de ces dernières années a eu un intérêt Bhatth régional et mondial catégorie grâce l'appel à changer le système utilisé dans l'égalité au sein des écoles ou des institutions privées à une nouvelle perspective basée sur la communication et l'interaction, qui prétendent ne pas isoler les personnes handicapées ayant des besoins particuliers en raison d'un handicap ou empêchés de participer ou refuser le droit de profiter, ou soumis à toute forme de discrimination ou de ségrégation lorsque la mise en œuvre des programmes et activités, les sports scolaires et que cela ne se produit que lorsque la nature du handicap grave de sorte qu'ils ne peuvent pas atteindre les objectifs éducatifs et pédagogiques de satisfaire uniquement grâce à des programmes et des activités privées individuelles et repose sur la coopération et augmenter le niveau de performance pour l'élaboration d'un consensus et les qualités personnelles et les compétences de la vie de la catégorie handicapés activiste.

Donc, nous avons cherché dans cette recherche pour prendre en compte l'importance de l'activité physique adaptée au développement de certains traits de personnalité avec les handicapés physiques.

The role of physical activity adapted to the development of certain personality traits -alashbah aggressive-depressive susceptibility physical disabilities-excitability

A field study conducted physically disabled center.

Search summary

Physical disabilities include different types and degrees of disability and education and care is considered adaptation of capacity utilization and the potential they have until each of them a role in his life as a citizen of the functions performed in the community setting that lives its size development plans.

Therefore, governments are interested sponsored these circumstances category typically provide various services have an interest in special education for the disabled physically started with the beginning of the twentieth century was achieved through the education and care disabled recent significant advances in educational technology and those years had a regional and global Bhatth interest category with the call to change the system used in the equality in schools or private institutions in a new perspective based on communication and interaction, that claim does not isolate people with disabilities who have special needs due to disability or prevented from participating or denied the right to enjoy, or subjected to any form of discrimination or segregation when setting implement programs and activities, school sports and that this occurs only when the nature of the serious disabilities so that they can not achieve the educational and pedagogical objectives to meet only through programs and individual and private activities based on cooperation and raise the level of performance for the development of a consensus and personal qualities and life skills of disabled activist category.

So we tried in this research to take account of the importance of physical activity adapted to the development of certain personality traits with physical disabilities.

قائمة الجداول

و الأشكال

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
71	يبين تحليل نتائج العبارة 01	01
72	يبين تحليل نتائج العبارة 02	02
73	يبين تحليل نتائج العبارة 03	03
75	يبين تحليل نتائج العبارة 04	04
76	يبين تحليل نتائج العبارة 05	05
78	يبين تحليل نتائج العبارة 06	06
79	يبين تحليل نتائج العبارة 07	07
81	يبين تحليل نتائج العبارة 08	08
82	يبين تحليل نتائج العبارة 09	09
84	يبين تحليل نتائج العبارة 10	10
85	يبين تحليل نتائج العبارة 11	11
87	يبين تحليل نتائج العبارة 12	12
88	يبين تحليل نتائج العبارة 13	13
89	يبين تحليل نتائج العبارة 14	14
91	يبين تحليل نتائج العبارة 15	15
92	يبين تحليل نتائج العبارة 16	16

93	يبين تحليل نتائج العبارة 17	17
95	يبين تحليل نتائج العبارة 18	18
96	يبين تحليل نتائج العبارة 19	19
97	يبين تحليل نتائج العبارة 20	20
99	يبين تحليل نتائج العبارة 21	21
101	يبين تحليل نتائج العبارة 22	22
102	يبين تحليل نتائج العبارة 23	23
103	يبين تحليل نتائج العبارة 24	24
105	يبين تحليل نتائج العبارة 25	25
106	يبين تحليل نتائج العبارة 26	26
108	يبين تحليل نتائج العبارة 27	27
109	يبين تحليل نتائج العبارة 28	28

قائمة الأشكال البيانية

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 01	72
02	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 02	73
03	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 03	74
04	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 04	76
05	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 05	77
06	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 06	79
07	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 07	80
08	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 08	82
09	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 09	83
10	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 10	85
11	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 11	86
12	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 12	88
13	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 13	89
14	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 14	90
15	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 15	92
16	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 16	93

94	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 17	17
96	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 18	18
97	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 19	19
98	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 20	20
100	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 21	21
102	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 22	22
103	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 23	23
105	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 24	24
106	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 25	25
107	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 26	26
109	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 27	27
110	يوضح الفرق بين العينتين في مستوى العبارة 28	28

المصادر و

المراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية

أ - الكتب:

- القرآن الكريم.
- أحمد عزت راجح، أصول علم النفس، دار المعارف، القاهرة، 1979 .
- أحمد عزت راجح، علم النفس الصناعي، ط2 ، الدار القومية للطباعة والنشر، القاهرة 1965.
- السيد محمد محمد فرحات، سيكولوجية مبتوري الأطراف: فقدان أحد أعضاء الجسم وعلاقته ببعض سمات الشخصية، ط1 ، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة 2004.
- الخولي أمين أنور، أصول التربية البدنية والرياضية: المدخل - التاريخ - الفلسفة، ط3 . دار الفكر العربي، القاهرة، 2001
- الخولي أمين أنور، الرياضة واللاّتمع، عالم المعرفة، الكويت، 1996 .
- إخلص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في الآلات التربوية والنفسية والرياضية، مركز الكتاب . للنشر، القاهرة، 2000.
- أسامة رياض ، رياضة المعوقين: الأسس الطبية والرياضية، ط1 ، دار الفكر العربي . القاهرة، 2000 .
- القيروني وآخرون، المدخل إلى التربية الخاصة، دار القلم للنشر والتوزيع، دبي، الإمارات العربية المتحدة، 1995.
- الروسان فاروق ،قضايا ومشكلات في التربية الخاصة، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1998
- الروسان فاروق ، سيكولوجية الأطفال غير العاديين :مقدمة في التربية الخاصة، ط2، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن ، 1998.
- علاء الدين سلامة، الجوانب الصحية في التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة . مصر، 1992
- تركي رابح ، المعوقون في الجزائر وواجب اللاّتمع والدولة نحوهم، الشركة الوطنية. للنشر والتوزيع.الجزائر، 1982،

- تشارلز بيوتشر، أسس التربية البدنية ، ترجمة حسن معوض-كمال صالح، مكتبة. الأنجلو مصرية، القاهرة، 1964
- جمال الخطيب ، مقدمة في الإعاقات الجسمية و الصحية، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1998
- حلمي إبراهيم، ليلي السيد فرحات ، التربية الرياضية والترويح للمعوقين، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998
- حلمي المليجي ، علم النفس المعاصر، دار النهضة العربية للطباعة والنشر بيروت، بدون تاريخ.
- حمزة مختار، سيكولوجية المرضى وذوي العاهات، دار المعارف، القاهرة، 1976
- سعد جلال، القياس النفسي:المقاييس والاختبارات،دار الفكر العربي،القاهرة، 2001
- سهير أحمد كامل، مدخل إلى علم النفس، ط2 ، مركز الإسكندرية للكتاب، القاهرة، 2002
- سامية حسن الساعاتي، الثقافة والشخصية :بحث في علم النفس الاجتماعي، ط 2، دار. النهضة العربية، بيروت ،1983
- سليمان مالك مخول، علم نفس الطفولة والمراهقة، مطابع مؤسسة الوحدة، دمشق ، 1981
- صالح حسن الدايري، ناضم هاشم العبيدي، الشخصية والصحة النفسية، مؤسسة . حمادة للخدمات والدراسات الجامعية، الأردن، 1999
- صبحي عبد الحفيظ قاضي، سيكولوجية العمل و العلاقات الإدارية، مكتبة .الأنجلو مصرية،1984
- عباس عبد الفتاح رملي، محمد إبراهيم شحاتة، اللياقة والصحة، دار الفكر العربي، القاهرة 1991.
- عادل عز الدين الأشول ، سيكولوجية الشخصية، مكتبة الانجلو مصرية، المطبعة الفنية .الحديثة،1978
- عادل الخطاب، كمال الدين زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، بيروت ،1965

- علاوي محمد حسن، علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، 1983
- علاوي محمد حسن، رضوان نصر الدين، الاختبارات و المقاييس النفسية والمهارية في مجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1987
- عبد الرحمن محمد العيسوي، سيكولوجية الشخصية، منشأة المعارف الإسكندرية، مصر 2002.
- عشوي مصطفى، مدخل إلى علم النفس، ديوان المطبوعات الجامعية، الساحة المركزية .بن عكنون، الجزائر، 1990
- علي محمد الديب، بحوث في علم النفس، مطابع الهيئة العامة المصرية للكتاب، 1994
- عبد الفتاح لطفي، التربية الخاصة للأطفال الخواص، عالم الكتب، القاهرة، 1983
- عبد الرحمن سيد سليمان، الإعاقات البدنية :المفهوم -التصنيفات -الأساليب العلاجية، ط1 ، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، 2001
- عبد الرحمن سيد سليمان وآخرون، بحوث ودراسات في سيكولوجية الإعاقة، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، 2001
- عبد العزيز جلال، قراءات في التربية الخاصة وتأهيل المعوقين، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، تونس، 1980
- غسان محمد صادق، فريق عبد الحسن كمونة، رياضة المعوقين، مطبعة بغداد ، 1990
- غريب سيد أحمد، السلوك الاجتماعي للمعوقين:دراسة في الخدمة الاجتماعية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية،مصر، 1995
- فوزي محمد جبل، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية 2000.
- فيصل عباس، الشخصية في ضوء التحليل النفسي، دار المسيرة، بيروت ، 1982
- فخري الدباغ، مقدمة في علم النفس، ط1 ، دار الكتب للطباعة ، الموصل، 1982
- قاسم حسن حسين، علم النفس الرياضي ومبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب، مطابع التعليم العالي، بغداد، 1990

- كمال الدسوقي، علم النفس ودراسة التوافق، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، 1974
- كامل بكداش، رالف رزق الله، ميادين علم النفس ومناهجه، دار الطليعة للطباعة والنشر، بيروت، 1981
- لازاروس ريتشارد، الشخصية ترجمة سيد محمد غنيم ط2 ، دار الشروق ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية، 1984
- لويس كامل وآخرون، الشخصية وقياسها، مكتبة النهضة المصرية، ط1 ، القاهرة 1959.
- مروان عبد المجيد إبراهيم، الألعاب الرياضية للمعوقين، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1997
- مروان عبد المجيد إبراهيم، التصنيف الطبي والقانون الدولي لكرة السلة على الكراسي المتحركة للمقعدين، دار الثقافة، عمان، الأردن، 2002
- محمد رمضان القذافي، الشخصية، مطبعة الانتصار، القاهرة، 1993 محمد رمضان القذافي، سيكولوجية الإعاقة، منشورات الجامعة المفتوحة، دار الكتب .الوطنية، ليبيا، 1994
- محمد عبد الخالق أحمد، استخبارات الشخصية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية 1985.
- محمد رفعت حسن، رياضة المعوقين، الهيئة العامة المصرية للكتاب، 1977 محمد عدنان النجار، إدارة الأفراد، منشورات جامعة دمشق، 1995
- محمد عبد المؤمن حسين ، سيكولوجية غير العاديين، دار الفكر العربي ، الاسكندرية مصر ، 1986
- محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئي، نظريات وطرق التربية البدنية . والرياضية، ط2 ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر ، 1992
- معتز سيد عبد الله، بحوث في علم النفس الاجتماعي و الشخصية، المجلد الأول ، دار الفكر للطباعة و النشر والتوزيع، القاهرة ، 1996
- منال منصور بوحמיד، المعوقين، مؤسسة الكويت للتقدم، الكويت، 1985

- محمد نعيمة، التنشئة الاجتماعية وسمات الشخصية، ط 1 ، دار الثقافة العلمية . الإسكندرية، 2002
 - محمد عبد السلام، الإعاقة الحركية والشلل الدماغي، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2000
 - ماجدة السيد عبيد، الإعاقات الحسية والحركية، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1999
 - ماجدة السيد عبيد، الإعاقة العقلية، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2000
 - محمد سامي هنا، الشخصية السوية والمرضية، دار الثقافة للطباعة، القاهرة، 1978
 - نزار الطالب، كمال الويس، علم النفس الرياضي، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد .1993
 - نعيمة الشماع، الشخصية: النظرية -التقييم-مناهج البحث، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، القاهرة، 1977
 - وجيه محجوب، طرق البحث العلمي ومناهجه، دار الكتب، الموصل، 1988.
- ب - المجلات والمنشورات باللغة العربية:**
- المجلة العلمية - التربية البدنية والرياضية - جامعة حلوان، العدد 1997، 30
 - الاتحادية الجزائرية لرياضة المعوقين وذوي العاهات، منشورات حول رياضة المعوقين في الجزائر، 1999 .
- ت-المواد غير المنشورة:**
- العبزوزي ربيع ، علاقة مركز التحكم وتقدير الذات بأصل الإعاقة الحركية السفلى دراسة مقارنة بين ذوي الإعاقة المكتسبة وذوي الإعاقة الخلقية من الراشدين، مذكرة ماجستير، معهد علم النفس وعلوم التربية، جامعة الجزائر، 2001 .
 - بن شرنين عبد الحميد، ميول فئة المعاقين للنشاط البدني الرياضي المكيف ومدى تطابقها مع المعطيات النظرية والإجرائية لهذا النشاط:دراسة وصفية تحليلية، مذكرة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2001

- بوقراب توفيق، علاقة الانضمام الرياضي بالقلق لدى المعوقين حركيا تخصص كرة السلة ، مذكرة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2000.
- تركي أحمد، دور النشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف في الإدماج الاجتماعي للمعوقين حركيا ، الأندية الرياضية لألعاب القوى، مذكرة .ماجستير، معهد التربية البدنية و الرياضية، جامعة الجزائر، 2004.
- خوجة عادل ، أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التكيف النفسي الاجتماعي لفئة المراهقين المعوقين حركيا داخل مراكز التأهيل الوظيفي، مذكرة ماجستير، معهد التربية البدنية و الرياضية، جامعة الجزائر، 2002.
- 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.
- لزعر سامية، الاضطرابات الحسية الحركية، درس السنة الثانية مابعد التدرج - ماجستير - 03 - 2007.-معهد التربية البدنية والرياضية، 18.
- محمد الصالح البرهومي سمية ، تأثير الذكاء الوجداني على مستوى الطموح وبعض السمات الشخصية لدى الطالب الكفيف، مذكرة ماجستير، معهد .علم النفس وعلوم التربية، 2006.

ث - القواميس:

محمد ابن مكرم ابن منظور، لسان العرب، ط1 ، دار صادر ،بيروت، لبنان، الجزء السابع بدون تاريخ.

ثانيا -المراجع باللغة الأجنبية:

أ - الكتب:

- Chuzac (M), l'enfant I.M.O.C , édition masson ,1977.
- Dechavanne (N), l'éducateur sportif d'activité pour tous, édition vigot ,Paris , 1990.

- Kong (E),Mosthas(U),Lobert (M),Muller.E: traitement et éducation des infirmes moteurs cérébraux, collection guide par les parents , 1970.
- Lucien (L). Richard (D) , l'éducation des enfants et adolescents handicapés <les handicapés moteurs >,édition E.S.F ,tome :1, Paris,1974 .
- Maurice (M), Psychologie appliquée au diagnostic handicapés et la rééducation, P.U.F,Paris,1972.
- Oleron (P) , l'éducation des enfants physiquement handicapés, édition, P.U.F, Paris, 1961.
- Pollock (M) , health and fitness through physical education activity, New York, johnwiley,1978.
- Reuchlin (M), Traite de psychologie appliquée ,édition P.U.F. Paris , 1973.
- Roi (B) , activité physique et sportive adaptée aux handicapés mentaux, poa,50RM , 1993.
- Scholl (G.T) , fondation of education for blind visually handicapped children and youth theory and practice, New York, Amercan foundation for the blind, 1986.

ب- المجلات والمنشورات باللغة الأجنبية:

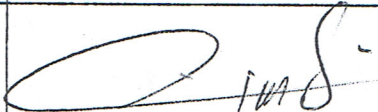

- GILLES BUI-XUAN , revue E.P.S N°235 ,édition Anphora, Paris,Mai-Juin , 1992.
- Hanifi (R), sport et handicap moteur, science des sport CNIDS, Magazine, Juin, 1995.
- Office nationale des statistiques, M I CS, Juin, 2008.

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس _مستغانم_
معهد التربية البدنية و الرياضة

قائمة الأساتذة المحكمين

الموضوع : دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية (العصبية ،
العدوانية، اكتئابية، قابلية الاستثارة) لدى المعاقين حركيا
دراسة ميدانية بولاية غليزان

اسم و لقب الأستاذ	التوقيع	التاريخ
كوتسوك سيد محمد كاري هلال جيهور ناصر	  جيهور ناصر	31 ، 05 ، 2016 22 ، 05 ، 2016 بعد العمل بالجامعة / 05 / 2016

السنة الدراسية: 2015 - 2016



مستغانم: 05 JUN 2016

قسم: النشاط البدني المكيف

الرقم: 271/06/2016

إلى السيدة(ة): مدير المركز الجهوي و للتكوين و التمهين بواد الجمعة

- ولاية غليزان -

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

يشرف السيد رئيس قسم النشاط البدني المكيف بمعهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة مستغانم، أن يتقدم إلى

سيادتكم المحترمة بهذا الطلب و المتمثل في السماح لطالب:

- بلغالي اسماعيل

المسجل في السنة الثانية ماستر تخصص صحة نشاط بدني مكيف وانجاز السماح له بتوزيع الاستمارات، و هذا

في إطار إنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر .

تقبلوا سيدي فائق عبارات الشكر و التقدير



رئيس قسم التدريب الرياضي
إمضاء: د. كوتشوك سيدي محمد

لورنا يوم 06.06.2016
مدير المركز
عماروش قاوة



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

معهد التربية البدنية و الرياضية

جامعة مستغانم

في إطار التحضير لمذكرة التخرج شهادة ماستر تخصص نشاط حركي مكيف و انجاز

موضوعها : دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية (العصبية ، العدوانية ، الاكتئابية ،قابلية الاستثارة) لدى المعاقين حركيا

(بحث مسحي انجز على المعاقين حركيا للمارسين)

نطلب من سيادتكم ترشيح هذا الاختبار قصد الاستفادة من كل الملاحظات و الاقتراحات من سيادتكم .

تحت اشراف الدكتور :

- عتوتي نورالدين

من اعداد الطالبان :

- مقري محمد الامين

- بلغالي اسماعيل

السنة الجامعية : (2015/ 2016)

أجابه الكس

- 01 احيانا تسرع دقات قلبي او تدق دقات غير منتظمة بدون بذل مجهود عنيف نعم 7 لا 13
- 02 اشعر احيانا ان دقات قلبي تصل الى رقبتي دون ان اعمل عملا شاقا نعم 7 لا 13
- 03 اشعر احيانا بضيق بالتنفس او بضيق في الصدر نعم 7 لا 13
- 04 معدتي حساسا (اشعر احيانا بألم او ضغط او انتفاخ في معدتي) نعم 6 لا 14
- 05 اشعر كثيرا بانتفاخ في بطني كما لو كانت مملوءة بالغازات نعم 6 لا 14
- 06 جد صعوبات في محاولة النوم . نعم 2 لا 18
- 07 غالبا ما اشعر بالإرهاك و التعب و التوتر نعم 4 لا 16
- 08 احيانا اجد متعة كبيرة في مضايقة او معاكسة الاخرين نعم 5 لا 15
- 09 سبق لي القيام بأداء بعض الاشياء الخطيرة بغرض التسلية او المزاح نعم 18 لا 8
- 10 يسعدني ان اظهر اخطاء الاخرين نعم 8 لا 12
- 11 يدور في ذهني غالبا عندما اكون وسط جماعة كبيرة احداث مشاجرة (خناقة) ولا استطيع مقاومة هذا التفكير. نعم 6 لا 14
- 12 احب ان اعمل في الناس بعض المقالب الغير المؤذية نعم 14 لا 6
- 13 احب تنكيت على الاخرين نعم 14 لا 6
- 14 افرح احيانا عند اصابة البعض ممن احبهم نعم 8 لا 12
- 15 افعل اشياء كثيرة اندم عليها فيما بعد نعم 12 لا 8
- 16 كثيرا ما افكر ان الحياة لا معنى لها نعم 7 لا 13
- 17 احلم لعدة ليالي بأشياء اعرف انها لن تتحقق نعم 8 لا 12
- 18 غالبا ما تدور في ذهني افكار غير هامة تسبب لي الضيق نعم 7 لا 13
- 19 كثيرا ما يراودني التفكير في حياتي الحالية نعم 14 لا 6
- 20 في الاحيان الكثرة افقد القدرة على التفكير نعم 6 لا 14
- 21 احيانا يراودني التفكير بانني لا اصلح لأي شيء نعم 6 لا 14
- 22 اجد السيطرة على اعصابي بسرعة و لكنني استطيع التحكم فيها بسرعة ايضا نعم 15 لا 5

- 23 عندما الغضب او الورفاتي لا اهتم بذلك نعم 15 لا 5
- 24 لا استطيع عليا التحكم في ضيقي و غضبي نعم 4 لا 16
- 25 انا اسوء الظمن التين يفضبون بسرعة نعم 6 لا 14
- 26 قول عليا التياء جون تفكير و اندم عليها فيما بعد نعم 12 لا 8
- 27 كثيرا ما التكر بسرعة من البعض نعم 5 لا 15
- 28 كثيرا ما الغضب بسرعة من الاخرين نعم 5 لا 15