

دور النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق التوافق النفسي للمتخلفين ذهنيا

المركز الجامعي سوق اهراس

أ. رحلي مراد / أ. لورنيق يوسف

مقدمة

مرت عملية التكفل بالمتخلفين ذهنيا بعدة مراحل ذكرها (محمد مقداد 2007) خلال مداخلته بعنوان "إعداد معلمي التلاميذ العاديين للتكفل بذوي الاحتياجات الخاصة في ضوء أساليب الدمج" أولها :

مرحلة الإهمال والنبذ وكانت قبل ظهور الأديان السماوية ، فقد نادى الإغريق والرومان واليونان بضرورة إبعادهم عن المجتمع لأنهم يسيئون إليه ويجب نفيهم خارج البلاد وحرمانهم من كافة الحقوق والواجبات .

تلتها مرحلة الاعتناء والاهتمام فقد دعت الأديان السماوية إلى العناية بهم، حيث عدت الديانة المسيحية من ضمن واجباتها رعايتهم بدافع الشفقة والرحمة.

وفي المرحلة الثالثة عودة إلى الإهمال والنبذ وذلك من القرن 15 إلى القرن 15 ، أما المرحلة الرابعة فهي مرحلة العزل بدأت من ق 18 إلى منتصف القرن 20 أما مرحلة الدمج التربوي من منتصف القرن 20 إلى نهايته .وأخيرا مرحلة الدمج الشامل التي بدأت مع بداية القرن الواحد والعشرين بهدف تحقيق التوافق النفسي

ونستطيع أن نحكم على مدى تقدم المجتمع ولقد كانت النظرة القديمة ترى أن هذه الفئة - هي المعيار الذي يحدد أي مجتمع ولا أمل يرجى من ورائها. فكانوا يعيشون في جو من الشعور بالخيبة والإحباط، وكانوا يحتلون مشكلة من المشاكل الاجتماعية الخطيرة وتلازمها مشاكل اجتماعية أخرى لها خطورتها على المجتمع كالتسول والإجرام والتشرد وغيرها..ومع تطور الفكر الإنساني والديمقراطي بدأت هذه الفئة تأخذ حقها الطبيعي في الرعاية والتوجيه والتأهيل ولذلك تحولت هذه القوى والإمكانات البشرية المعطلة إلى قوى منتجة ساهمت في عملية الإنتاج . إن المهم بناء شخصية ذوى الاحتياجات الخاصة وذلك بزرع المثابرة فيهم حيث إن رعاية الفئات الخاصة والاهتمام بهم لم يعد واجبا إنسانيا فقط وإنما حق مشروع لهذه الفئة، التي شاء القدر أن يكونوا على هذه الحالة، بل

وأصبح معيار تقدم الدول الآن مقترنا بما تقدمه من خدمات لهم وتوفير السبل والوسائل التي تساعدهم على الإنتاج في المجتمع.

والتوافق النفسي يتكون من بعدين رئيسيين هما التوافق الشخصي ويعني الاتزان مع النفس وتقلبها أما التوافق الاجتماعي فهو الانسجام مع المجتمع ومتطلباته .

ولاشك أن تمكين المتخلفين ذهنيا من بلوغ التوافق النفسي يتطلب إعداد برامج ونشاطات خاصة ، أولتها الجزائر اهتماما كبيرا فأنشأت مراكز طبية بيداغوجية لها أهدافها وبرامجها الخاصة منها الطبية والأكاديمية النفسية ، والحركية والترفيهية الترويحية.

وقد أصبح من المؤكد أن الأنشطة الرياضية هي أحد الصور الإيجابية لممارسة الفرد لحياته الطبيعية والتي تتخذ مواقع متعددة سواء في المؤسسات التربوية التي تقوم بتقديم برامج منهجية أو غير منهجية أو على صعيد الأنشطة الاجتماعية والنوادي مما تقدمه من أنشطة بدنية يراد من ورائها السعي من أجل اكتساب

الفرد مهارات اجتماعية وحركية تساعده على قضاء وقت الفراغ بشكل مفيد وإتاحة الفرصة للمتميزين في تطوير أنفسهم وتحقيق مستوى متقدم. وإذا كان النشاط الرياضي ، يشكل محورا جوهريا من حياة الأطفال العاديين ، فإنه أجدر بذلك أن يكون مجالا هاما في تربية ورعاية الأطفال المتخلفين عقليا ، إذ نجد جميع العمليات التربوية والأساليب المستخدمة في تربية هذه الفئة تقوم أساسا على اللعب والنشاط والحركة لأجل إعداده كي يحتل مكانة في

العالم الاجتماعي كفرد محترم في حدود قدراته الشخصية ، وإتاحة الفرصة له كي ينمي قدراته البدنية والعقلية والاجتماعية ومواجهة مطالب حياته البيئية والمادية والمعنوية .

وبم أن النشاط البدني الرياضي ومما هو متعارف عليه أنه ينمي المجالين ، الحسي الحركي والاجتماعي العاطفي ، لهذه الفئة لما تعانیه من معوقات في الإدراك الحسي الحركي ومعوقات نفسية اجتماعية والتي من أجلها جعلن نقوم بالبحث والذي يتناول دور النشاط الرياضي الترويحي في عملية التوافق النفسي الاجتماعي للأطفال المتخلفين ذهنيا تخلفا بسيطا ومتوسطا .وهو موضوع يكتسي

أهمية بالغة ، لأننا نرى أن العمل مع الأطفال يعني العمل للمستقبل ، وإيماننا منا بأن الطفل المعوق يختلف عن الطفل العادي ، مما يحتم علينا البحث في أنجع الطرق التي تمكننا من تكييف هذه

الفئة والعمل على إيجاد وسائل ناجعة لعملية التوافق الشخصي والاجتماعي لهذه الفئة ، وأهم الطرق التي تتماشى مع خصائصهم التكوينية ، وكل الجوانب المتممة لشخصيتهم ، وذلك كي نستطيع إعدادهم ورعايتهم تربويا ، ونفسيا واجتماعيا .

1 - الإشكالية :

يوجد في كل مجتمع مجموعة من الأفراد يعانون قلة الإمكانيات والقدرات والاستعدادات العقلية والبدنية ، يطلق عليهم اسم (ذوي الحاجات الخاصة) أو -المعاقين - إذ تعاني كل المجتمعات سواء متقدمة أو متخلفة من وجود نسبة لا يستهان بها ممن أصيبوا بنوع أو بأخر من الإعاقات البدنية أو الحسية أو العصبية أو النفسية أو العقلية ، فقد أوضحت إحصاءات منظمة الأمم المتحدة للأطفال "اليونيسيف" عام (1980) أن واحدا من كل عشرة (10) أطفال في العالم مصاب بعاهة تمتد بين ، العمى ، الصم والشلل المخي والتخلف الذهني ، أو عاهات أخرى

وتقدر نسبة انتشار التخلف الذهني وحده من (2 إلى 3%) بين سكان العالم أجمع ، وتزداد هذه النسبة حتى تصل إلى (7%) في المناطق الفقيرة والمكتظة بالسكان.

ويترتب عن هذه النسبة زيادة المشكلات التربوية والاجتماعية والاقتصادية سواء على الأسرة أو المجتمع ، مما يقضي تعاون كل المختصين وأجهزة الدولة لمواجهتها أو التخفيف من آثارها السلبية على الفرد نفسه أو أسرته ومجتمعه ، فالمتخلف ذهنيا يحتاج إلى رعاية طبية ونفسية وتربوية اجتماعية في حينها ودون أي تأخير - إن أمكن ذلك - بغية إعداده للحياة الاجتماعية وتأهيله للاندماج في مجتمعه.

وبما أن رعاية المتخلفين ذهنيا تركز على مسلمة مؤداها أن البيئة الاجتماعية تساعد على الاستفادة من طاقته ليكون منتجا في مجتمعه ، فقد أثبتت الكثير من البحوث والدراسات أن نسبة كبيرة من المتخلفين ذهنيا يمكنهم التوافق الشخصي والاجتماعي ، إذا ما أحسن توجيههم ، ومن هذه الدراسات نجد دراسة كل من : فيوليت فؤاد إبراهيم (2001) ، أحمد السيد سليمان عفيفي (2002) ، سحر أحمد الخشومي (2003) .

كما أن هذه الفئة من الأطفال يتميزون بعدم الاستقرار والحركة المستمرة بدون هدف معين ، في حين أن البعض منهم يعرفون بالخمول وعدم النشاط وعدم القدرة على التركيز لمدة طويلة وعدم الاعتماد على

النفس والتعاون مع الغير وعدم مرافقة النظم والعادات الاجتماعية للأسرة ، على غير ذلك من الصفات التي يجب توافرها للطفل حتى يستطيع القيام بأعماله الضرورية اليومية .

أما إذ لم يجد الرعاية المناسبة ، فإنه يكون عبئاً ثقيلاً على نفسه أولاً وعلى أسرته ومجتمعه ثانياً ، وهذا نتيجة الإهمال الذي يلاقيه ، فتتفاقم مشكلاته حسياً وحركياً وانفعالياً واجتماعياً .

وهنا تظهر ضرورة الاهتمام بتعليم المتخلفين ذهنياً وتدريبهم على الأنشطة الأكاديمية وغير الأكاديمية لتكون مخرجا لهم من جو الفشل الذي يحيط بهم ، ومتنفسا لهم لتحقيق ذواتهم، هذا من جهة ومن جهة ثانية فإن المبادئ الإنسانية السامية تحث على العناية بهم ، ونظرا لحاجة المتخلفين إلى التدريب والتعليم ، تم فتح مراكز طبية بيداغوجية تهدف لإعادة تأهيل المتخلفين حتى يتسنى لهم شق طريقهم في الحياة ، في حدود ما تسمح به قدراتهم وطاقاتهم وذلك بتطبيق برامج وأنشطة رياضية تروحية بالإضافة إلى أنشطة خاصة ، وقد شرع فيها في بلادنا منذ (1966) بمقتضى الأمر رقم 133 - 66 المؤرخ في 02 جويلية 1966 إضافة إلى الأمر رقم 79 - 76 المؤرخ في 23 أكتوبر 1976 المتضمن إنشاء مركز تربوي للأولاد المتخلفين ذهنياً في كل الولايات.

كما نجد أن المراسيم الوزارية تؤكد على ضرورة رعاية المتخلفين ذهنياً مثل المرسوم 02/09 المؤرخ في 08 ماي 2002 المتعلق بحماية الأشخاص المتخلفين ذهنياً وترقيتهم.

وبالرغم من أن الأطفال المتخلفون عقليا في الجزائر في أمس الحاجة إلى مثل هذه الأنشطة الرياضية التروحية، التي تقوم على الأسس العلمية والمنهجية والتي تلاؤم قدراتهم العقلية واستعداداتهم وخصائصهم ، إلا أن العملية التربوية التي تتم في المراكز الطبية البيداغوجية مازالت تقوم على أساس الاجتهادات الشخصية للقائمين على هذه الفئة من الأطفال وهذا ما لوحظ من خلال الدراسة وانطلاقا مما سبق فإن دراستنا نحاول من خلالها البت في سؤال جوهري مفاده

- هل للنشاط الرياضي التروحي دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمتخلفين عقليا داخل المراكز الطبية البيداغوجية ؟
- هل يمكن لاقتراح برنامج رياضي تروحي تأثير على تحقيق التوافق الشخصي للمتخلفين عقليا؟
- هل يمكن لاقتراح برنامج رياضي تروحي تأثير على تحقيق التوافق الاجتماعي للمتخلفين عقليا.

الفرضيات :

الفرضية العامة:

- للنشاط الرياضي الترويحي دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمتخلفين عقليا.

الفرضيات الفرعية:

- للنشاط الرياضي الترويحي تأثير إيجابي على تحقيق التوافق الشخصي للمتخلفين عقليا.

- للنشاط الرياضي الترويحي تأثير إيجابي على تحقيق التوافق الاجتماعي للمتخلفين عقليا.

ولعل من أهم الأسباب التي دفعتنا لاختيار هذا البحث ما يلي :

- نقص الاهتمام بدراسة التوافق النفسي للمتخلفين ذهنيا ، وسبل تنميته في بلادنا والدليل على ذلك قلة أو إن أمكن القول انعدام الدراسة تماما في مسألة التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالنشاط الرياضي .

- شعور منا بنقص الاهتمام بفئة المتخلفين ذهنيا من خلال ملا حضتنا لعينات منهم داخل المجتمع ورغبتنا في لفت الأنظار إليهم.

- ميولنا الفكرية للبحث في المجال الاجتماعي والعلاقة بينه وبين مواضيع النشاط البدني الرياضي في عملية التفاعل من أجل تحقيق نوع من التوافق النفسي الاجتماعي لذوي الاحتياجات الخاصة .

- هذا البحث يصب في صميم اهتماماتنا ومشاريعنا المستقبلية المتمثلة في العمل والبحث في مجال التربية البدنية والرياضية .

حيث ترجع أهمية البحث إلى مساهمته للاهتمام العربي العالمي بفئة ذوي الحاجات الخاصة على اختلافهم وبشكل ملحوظ مع بداية القرن الواحد والعشرين.

والجزائر كغيرها من الدول العربية أولت هذه الفئة اهتماما خاصا ، وذلك من خلال تزايد البحوث والدراسات والمؤلفات حولها وكذا تنظيم الملتقيات والمحاضرات، نذكر منها على سبيل المثال الملتقى الدولي الثالث حول التكفل العلاجي بذوي صعوبات التعلم الذي أقيم في 2005 بجامعة فرحات عباس بسطيف والملتقى الدولي الرابع الخاص برعاية وتأهيل ذوي الحاجات الخاصة في 2006 وكذا الملتقى الدولي الخامس حول معلم ذوي الحاجات الخاصة في القرن الواحد والعشرين يومي 23 -24 أبريل 2007 بجامعة فرحات عباس بسطيف .

وما دليل هذا الاهتمام إلا لأهمية وحساسية هذه الفئة لا سيما المتخلفين ذهنيا منهم داخل المجتمع ، وأيضاً إلى أهمية وضرورة تحقيق التوافق النفسي بالنسبة لهم ، لذا فإن البحث يدعو إلى أن تحاط هذه الفئة بالاهتمام من قبل الباحثين والمؤسسات التعليمية وكل شرائح المجتمع .

فضلا عن ذلك فإن البحث يحاول تحديد ما إذا كان للنشاط البدني الرياضي دور في عملية التوافق النفسي الاجتماعي ، وأهم المعوقات التي تحاول دون دعاية هؤلاء داخل المراكز الطبية البيداغوجية المخصصة لذلك ، وتزداد أهميته عبر تقديم برامج مخصصة في كيفية تطبيق برامج النشاط البدني الرياضي الترويحي وأهمية تحديد الوقت لذلك . وذلك من أجل تدارك النقائص وتجاوز العقبات التي تحول دون تحقيق التوافق النفسي للمتخلفين ذهنيا .

أهداف البحث :

تهدف هذه الدراسة أساساً إلى دور النشاط الرياضي الترويحي في عملية التوافق النفسي الاجتماعي من خلال تطبيق برنامج مقترح في النشاط الرياضي الترويحي للأطفال المتخلفين ذهنيا تخلفا بسيطا ومتوسطا في المراكز الطبية البيداغوجية وذلك بجعل البرنامج متناسبا واستعداداتهم واحتياجاتهم وقدراتهم البدنية والاجتماعية والنفسية والعقلية وذلك للرفع من السلوك التوافقي وذلك من خلال الوصول إلى:

1. التعرف على خصائص الأطفال المتخلفين ذهنيا الجسمية والنفسية والانفعالية والعقلية والاجتماعية.
2. اكتساب خبرات التعامل مع هذه الفئة وهذا عن طريق الملاحظة لأداء المربين والمختصين .
3. المساهمة في توجيه أولياء وأسر المتخلفين ذهنيا نحو إدخال أولادهم إلى المراكز ومتابعتهم .
4. المساهمة في إبراز سبل تحقيق التوافق الشخصي للمتخلفين ذهنيا داخل المراكز.
5. المساهمة في إبراز سبل تحقيق التوافق الاجتماعي للمتخلفين ذهنيا داخل المراكز.
6. تقديم بعض المساهمات والاقتراحات لبرامج رياضية من أجل تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي.
7. الرفع من مستوى فعاليات الطفل المختلفة لمواجهة مطالب بيئته المادية والاجتماعية .
8. تنمية الإدراك الحسي الحركي وبعض الصفات البدنية والمهارات الاجتماعية.
9. التعرف على نوع الأنشطة البدنية الرياضية ومختلف الأنشطة الأخرى والخدمات المقدمة في المراكز

الطبية البيداغوجية والوقوف عند الأهداف التي تسعى لتحقيقها.

ومن خلال الدراسة المنهجية المتعلقة بالبحث وأهم الدراسات التي خاضت نفس الموضوع ، مما جاء اتضح أن كل الدراسات السابقة قد ركزت على وجود رعاية المتخلفين ذهنيا والاهتمام بهم بالإضافة إلى أنها أكدت أنه يمكن تعديل سلوكهم بكفاءة إذا وفرنا الرعاية اللازمة لذلك كما بينت استفادة هؤلاء من برامج الرعاية التربوية والنفسية التي تقدم لهم مثلما أكدت بعض الدراسات كما أوضحت الدراسات السابقة أن هناك مؤشرات إيجابية تدل على ضرورة البرامج الرياضية للمعوقين عامة والمعاقين حركيا خاصة بالإضافة إلى تأكيد معظم الدراسات على أهمية النشاط الرياضي بشكليه الترويحي والتدريبي ، في تحقيق التوازن الانفعالي وتطوير مفهوم الذات والثقة بالنفس والرغبة في الحياة .

وأكدت الدراسات على دور النشاط الرياضي في الحد من مشاعر القلق واليأس وعدم الرغبة في المشاركة الاجتماعية ، وأن دور النشاط الرياضي يبدأ من خلال تطوير المهارات الحركية اليومية (توازن ، جلوس ، مشي) ومن ثم التوجه نحو الإعداد المهاري للأنشطة الرياضية حسب رغبة وميول المعوق نفسه .

ورغم هذه النتائج التي تؤكد على أهمية النشاط الرياضي للمعوقين عقليا فإن قلة وانعدام البرامج الرياضية والتأهيلية وعدم القيام بالتعديل العلمي المرتبط بمظاهر الإعاقة ، كل هذه العوامل زادت من تفاقم أوضاع المعاقين وحرمت هذه الفئة من ممارسة نشاط حياتها الطبيعي الذي يرغب كل إنسان في الحصول عليه .

وعموما فقد بينت هذه الدراسات أن هناك تشابه واختلاف في كيفية ممارسة النشاط الرياضي تبعا لنوع الإعاقة ودرجتها والظروف الاجتماعية والشخصية فضلا عن المحيط الأسري .

لكن الشيء الملاحظ في هذه الدراسات أنها تتشابه مع بحثنا في اعتمادها على مقياس السلوك التوافقي (الدراسة الأولى) كأداة لذلك ومع الدراسة الثانية في تأكيدها على أهمية إشراك الأسرة في بناء وتطبيق

برامج الرعاية وأيضا في ضرورة تدريب وتكوين المربين المطبقين للبرامج التربوية .

أما عن أوجه الاختلاف فقد انفرد البحث هذا عن الدراسات السابقة في موضوع الاهتمام الأساسي وهو البرامج الرياضية الترويحية المقدمة في المراكز الطبية البيداغوجية ذلك أنها تمثل

جوهر البحث الذي غايته هي الوقوف على مدي فاعليتها في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمتخلفين ذهنيا .

وقد استفاد بحثنا من الدراسات السابقة في بناء الإطار النظري وانتقاء المراجع ذات الصلة بموضوع البحث ، وكذا في اختيار أداة البحث ، والأهم من ذلك هو الوقوف على أهمية رعاية المتخلفين ذهنيا وكذا تفعيل دور المراكز الطبية البيداغوجية في ذلك .

وقد قسمنا دراستنا هذه إلى بابين رئيسيين ، خصصنا الباب الأول للجانب النظري والباب الثاني للجانب التطبيقي .

الباب الأول:

الفصل الأول: خصصنا هذا الفصل للنشاط الرياضي الترويحي من خلال التطرق لمختلف التعاريف وركزنا على عنصر الترويح باعتباره العنصر الهام في الدراسة وذلك بالتطرق إلى أنواعه ، وأهميته ومختلف نظرياته ، بالإضافة إلى العوامل المؤثرة فيه ومختلف خصائصه.

وكان هذا الفصل أداة فعالة لتحليل المفهوم المركزي للترويح وعلاقته بالمجتمع البشري وقد أجرينا محاولة لشرح الترويح من كافة جوانبه وإظهار الدراسات التربوية والسوسولوجية حوله وما ساهمت هذه الدراسات في مضمار فهم ماهيته.

وما يمكن استخلاصه من خلال ما أشرنا إليه حول النشاط الترويحي يتمثل في فائدته التي تعود على الأفراد فهو يعتبر وسيلة تربوية وعلاجية إذا تم استغلالها بصفة منتظمة ومستمرة فهو يساهم في تكوين

شخصية الأفراد من جميع الجوانب الصحي الجانب النفسي الجانب الأخلاقي والاجتماعي وبالتالي تكوين شخصية متزنة تتميز بالتفاعل الاجتماعي والاستقرار العاطفي و النظرة المتفائلة للحياة.

وقد أوضح العلماء أن الهدف الأساسي الذي يجب تحقيقه هو تعليم الأفراد الاشتراك بفعالية في مجال الترويح واستغلال أوقات الفراغ والذي يجني من خلاله الفرد فوائد جسيمة واجتماعية وتربوية. هذه القيمة للترويح تفتح لنا إمكانية دراسة الترويح على مستوى واسع وهو ما تطرقنا إليه بنوع من التفصيل في هذا الفصل.

الفصل الثاني: خصص هذا الفصل لدراسة التوافق النفسي الاجتماعي من خلال التطرق إلى مفهوم التوافق بالإضافة إلى التعرج للفرق بين التوافق والتكيف لنعرج بعد ذلك إلى أهم نظريات التوافق ومختلف المعايير المثبتة له وذلك بتحليل عملية التوافق ، وأهم أساليب التوافق عند المتخلفين ذهنيا .

حيث تم التطرق إلى دراسة التوافق النفسي الاجتماعي من خلال تحديد بعض المفاهيم التي وجبت دراستها في هذا البحث كما حاولنا إبراز أوجه الاختلاف بين التوافق والتكيف وهذا يعني أن نضع في اعتبارنا أنه بالرغم من تداخل مفهومي التوافق والتكيف إلا أن هناك بعض الفروق بينهما منها:

- أن التوافق عملية ديناميكية مستمرة تنشأ من عملية التغيير المستمر لكل من الفرد والبيئة ، أما التكيف فهو عملية من جانب واحد أي أن الفرد هو الذي يقوم بها مغيرا في سلوكه بما يتلاءم مع المواقف الجديدة أو التغيير في البيئة

- أن التوافق عملية تتم نتيجة لإحداث تخطيط مقصود يستهدف إحداث تعديل في سلوك وعادات الفرد أو يستهدف إحداث بعض جوانب التعديل في البيئة أو في كليهما حسب الموقف ، أما التكيف فيتم بطريقة تلقائية دون تخطيط مقصود حتى يلاءم المواقف الجديدة.

إن هذا السلوك - السلوك التوافقي - الذي يحقق للفرد أقصى درجة من الاستغلال للإمكانيات البيئية والاجتماعية التي يختص بها الإنسان دون سائر الكائنات الحية، ولكن هذا لا يعني أن الفرد بإمكانه أن يصل إلى حاله توافقية مستمرة وذلك لاحتمال تعرضه إلى مواقف معينة قد تواجهه في حياته تكون هي المحددة لقوة توافقه أو ضعفها بين دوافعه ورغباته، فالتوافق النفسي يتميز بالضبط

الذاتي أي أنه توافق انفعالي يهدف إلى خلق سلوك متوافق سواء بين الفرد وبين نفسه أو بينه وبين بيئته من وجهة أخرى.

وأخيرا نصل إلى التأكيد على أهمية ظاهرة التوافق وضرورته في حياة الأفراد والجماعات ، وعلينا جميعا الاهتمام به والعمل على تحقيقه ، والقضاء على مظاهر سوء التوافق المنتشرة خاصة لدى المتخلفين ذهنيا ومساعدتهم على تحقيق حاجاتهم قصد بلوغ حالة من الاتزان بينهم وبين أنفسهم من جهة وبينهم وبين البيئة المحيطة بهم من جهة ثانية.

الفصل الثالث : خصص هذا الفصل للمتخلفين ذهنيا وذلك من خلال التطرق لمختلف المفاهيم في ضوء التعاريف المختلفة للمربين ، وأهم الخصائص العامة للمتخلفين عقليا ، اللغوية ، العقلية ، الشخصية والاجتماعية والانفعالية ، لنعرج أخيرا إلى تصنيفات وأسباب التخلف العقلي والوقاية منه.

إن المتخلفين ذهنياً من أكثر الأشخاص عرضة وذلك لانعدام الصحة النفسية والتوافق النفسي بالإضافة إلى التعرض للاضطرابات النفسية والعقلية . ليست بسبب مشكلاتهم التي ولدت معهم فقط ، وإنما بسبب المؤثرات البيئية التي يتعرضون لها بتفاعلهم مع الآخرين وما تتركه من فشل وإحباط وحرمان وهذا ما تعرضنا إليه في تعريف وتحليل التخلف العقلي بأبعاده المختلفة سواء كان ذلك بالبعد النفسي أو الاجتماعي أو الطبي أو العقلي ، وقد حاولنا شرح التخلف العقلي من جميع هذه الجوانب وتبيان مختلف التعاريف للمجموعة من الهيئات والمنظمات الإنسانية ، وذلك من خلال فهم ماهيته وتغيير وجهة النظر للمتخلف عقلياً وإبراز مكانته في المجتمع .

ومن ثم فإن للمجتمع الدور الإيجابي تجاه المشكلة هو العمل على الوقاية من حدوثها بالإضافة إلى توجيه الاهتمام إلى الأفراد المعاقين ذهنياً من خلال اكتشاف ما تمتلكه هذه الفئة من قدرات وتتميتها والعمل على تطويرها بالإضافة إلى محاولة تحديد ما تتعرض له من مشكلات لمحاولة علاجها أو الحد منها وذلك من خلال إعداد برامج تعليمية وتدريبية خاصة لإعدادها إعداداً مناسباً وتأهيلها ، مراعية ما يتصف به الأفراد المعاقون ذهنياً من خصائص في مختلف الجوانب .

وتعتبر مشكلة الإعاقة الذهنية من أكثر المشكلات التي تشغل الفكر الإنساني باعتبارها مشكلة اقتصادية واجتماعية ويعد اهتمام المجتمع بهذه الفئة انعكاساً لتقدم هذا المجتمع .

وإيماناً من الباحث ومن خلال ما نشاهده في العديد من المدارس المدمجة بالمعاقين والمراكز الحكومية التي تعني بذوي الاحتياجات الخاصة.

فإن للإعاقة الذهنية تأثير على الحركات الأساسية وينعكس هذا التأثير على المهارات الحركية والقدرات البدنية للطفل المعاق

الباب الثاني : خاص بالجانب التطبيقي ويتكون من فصلين .

الفصل الأول : خصص هذا الفصل للطرق المنهجية المتبعة في تحليل ودراسة المشكلات العلمية .

حيث يعمل الجانب التطبيقي من البحث على تكملة الجانب النظري وتأكيدده فهو وسيلة نقل مشكلة البحث إلى الميدان وتوضيحها وتحديدتها.

لذا فإننا نعمل في معالجتنا لهذه المشكلة في الجانب الميداني والذي نستعرض فيه أهم الإجراءات المنهجية والميدانية في البحث ، بالتطرق أولاً إلى الدراسة الاستطلاعية ، ثم التطرق إلى

الدراسة الأساسية المتمثلة في المنهج المستخدم ومجتمع وعينة البحث ، وحدود وأدوات البحث والخصائص السيكمومترية لأداة القياس .

ويستلزم على الباحث في محور المنهجية والدراسة الميدانية أن يحسن اختيار منهج وأدوات بحثه ، وإلا كانت دراسته سطحية وتسيطر عليها الذاتية ، وتفاديا لذلك على الباحث أن يكون مطلعاً على مراجع المنهجية ، وأن يقوم بمقارنة بين المناهج والأدوات التي تكون صالحة لبحثه .

وعليه فإن منهجية البحث : تعني مجموع المناهج والطرق التي توجه الباحث في بحثه . وبالتالي فإن وظيفة المنهجية هي جمع المعلومات، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة الاجتماعية المدروسة.

فكانت الدراسة الاستطلاعية النقطة الأولى للوقوف على الظروف التي سيتم فيها إجراء البحث والتعرف على الأفراد الذين سيطبق عليهم أداة القياس وعلى مدى استعدادهم واستعداد المسؤولين عنهم للتعاون معنا ، قمت بزيارة المركز الطبي البيداغوجي للمتخلفين ذهنياً بولاية المسيلة وذلك مباشرة بعد الدخول الاجتماعي للسنة الدراسية 2009/2008 . تم خلالها التعرف على المركز بأقسامه الثلاثة:

الملاحظة ، التفطين، ورشات التمهين ، كما تم خلالها إجراء مقابلة مع المربية الرئيسية للمركز والتي أعطتني صورة واضحة وكاملة عن الأطفال المتواجدين بالمركز (أعمارهم، مستويات تخلفهم التي تتراوح بين البسيط والمتوسط) ، كما سمحت لي بالاتصال المباشر معهم والتحدث إليهم رغبة في خلق نوع من الألفة والثقة بيني وبين الأطفال .

وخلاصة الدراسة الاستطلاعية بينت وأبرزت لنا أهمية ودور برنامج النشاط الرياضي المقدم في المركز، وكان الغرض منها:

- التعرف على أفراد العينة بالتطرق والاطلاع على الملفات الإدارية والطبية قصد تصنيفهم في مجموعات متجانسة .
- أخذ الفكرة الحقيقية على الواقع الرسمي للنشاط الرياضي داخل المركز وأهم البرامج الرياضية المقترحة.

هذه الدراسة الميدانية للمركز الطبي البيداغوجي للأطفال المتخلفين عقليا بولاية المسيلة ، تم من خلالها لقاء مع مدير المركز وبعض الموظفين طرحت مجموعة من الأسئلة بهدف تقصي بعض الحقائق، والحصول على معلومات كافية عن مجموع الأطفال داخل المركز .

وباعتبار أن اختيار المنهج الصحيح يعتمد أولا وأخيرا على طبيعة المشكلة نفسها ولأننا لا نستطيع حل جميع المشكلات بنفس الطريقة. لذا كان اختيارنا للمنهج حسب طبيعة الاشكالية

وانطلاقا من مشكلة الدراسة والتي مفادها البحث في دور النشاط الرياضي الترويحي في عملية التوافق النفسي الاجتماعي للمتخلفين ذهنيا داخل المراكز الطبية البيداغوجية لذوي التخلف العقلي البسيط والمتوسط ، فإن المنهج التجريبي هو أكثر المناهج ملائمة لهذه الدراسة .

والتصميم التجريبي يختلف باختلاف المجموعات التجريبية ، ففي هذه الدراسة يعتمد الباحث على التصميم التجريبي للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة ضابطة وأخرى تجريبية والذي يعتمد أساسا على قياس المجموعتين قياسا قبليا (قبل إجراء التجربة) ثم قياسا بعديا (بعد إجراء التجربة) للمجموعتين مع عدم تعرض المجموعة الضابطة للمتغير التجريبي ، والفروق الموجودة بين القياسين (البعدي والقبلي) والتي شأنها تثبت أو تنفي الفروض .

و من أجل انجاز هذا البحث اعتمدنا على طريقة المعاينة حيث بلغ عدد الأطفال بالمركز 96 طفلا متخلف ذهنيا ، بدرجات التخلف المختلفة منها البسيطة والمتوسطة والشديدة ، وكما سبق الذكر فإن دراستنا تقتصر على التخلف البسيط والمتوسط ، لذا قمنا باستبعاد الأطفال ذوي التخلف الشديد وكان عددهم 52 طفلا . لذا فإن عينة الدراسة تتكون من 44 طفلا من أقسام التفطين فقط (بتخلف بسيط ومتوسط) . تم استبعاد 4 أطفال نظرا لكونهم يمارسون بعض الأنشطة الرياضية في بعض النوادي الرياضية ولهم القدرة على استيعاب بعض المهارات الرياضية ، لذا تم أخذ العينة ككل وتقدر ب: 40 طفلا متخلفا عقليا بدرجة بسيطة ومتوسطة.

تتوزع أعمار الأطفال كمايلي:

الملاحظة: 6 -7 سنوات .

التفطين: 8 -12 سنة .

ورشات التمهين: 13 -18 سنة

قسمت عينة الدراسة إلى مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة .

المجموعة التجريبية :

تتكون هذه المجموعة من 20 طفلا متخلف عقليا تخلفا بسيطا ومتوسطا ، والهدف من هذه المجموعة توظيفها في معرفة مقدار تأثير المتغير التجريبي وهو (النشاط الرياضي الترويحي) على المتغير التابع وهو (عملية التوافق النفسي الاجتماعي).

المجموعة الضابطة :

وتتكون من 20 طفلا متخلفا عقليا تخلفا بسيطا ومتوسطا ، الهدف منها معرفة درجة تحقيق عملية التوافق الشخصي والاجتماعي للمجموعة التجريبية بعد خضوعها للأنشطة الرياضية الخاصة بالمركز وكذا برنامج النشاط الرياضي المقترح مع ملاحظة المجموعة الضابطة في كل الجوانب النفسية

والاجتماعية والتي لا تقوم بأي نشاط رياضي حتى أنها حرمت من الأنشطة الرياضية الخاصة بالمركز حتى نهاية الدراسة .

وتمثلت أهم الأدوات في الدراسة الاستطلاعية ، مقياس السلوك التوافقي لجمعية التخلف العقلي الأمريكية والذي أعده " كازو نهيرا" وزملائه سنة 1974 ، وقام بترجمته وتكييفه في البيئة المصرية كل من " صفوت فرج" و" ناهد رمزي" . بالإضافة إلى مقياس التكيف الاجتماعي الذي أعده فاروق الروسان في كتابه (دليل مقياس التكيف الاجتماعي)

أداة القياس : تتمثل في مقياس السلوك التوافقي وهو "مقياس تقديرات للمتخلفين ذهنيا وغير المتوافقين انفعاليا والمعوقين ومصمم ليوفر وصفا موضوعيا وتقويميا لسلوك الفرد التوافقي

ويتكون هذا المقياس من مظاهر السلوك التوافقي وعدد بنوده 10 بنود هي (السلوك الاستقلالي ، النمو الجسمي ، النشاط الاقتصادي ، ارتقاء اللغة الأعداد والوقت، الأنشطة المترية، النشاط المهني ، التوجيه الذاتي ، تحمل المسؤولية).

وهناك بنود لقياس التوافق الشخصي وبنود لقياس التوافق الاجتماعي" وهذا إجراء لما حدده فاروق الروسان.

حيث تم استبعاد مجموعة من البنود والتي لوحظ أنها غير ضرورية في تحقيق هدف البحث ولا تخدم إشكالية بحثنا ، وقد طبق المقياس بقسميه على العينة المتكونة من 20 طفلا معوقا عقليا في الفئة العمرية (8 - 12) سنة وذلك بهدف التوصل على جداول إحصائية يمكن من خلالها رسم الصفحات البيانية للإدلاء على المقياس .

الفصل الثاني : خصص هذا الفصل للتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها في ضوء الفرضيات المقترحة. وكانت هناك نتائج لها دلالات إحصائية فيما أكدت بعض البيانات أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ، وبهذا فإن مشكلة البحث تتمثل في استكشاف دور النشاط الرياضي الترويحي في عملية التوافق النفسي الاجتماعي للمتخلفين عقليا .

حقائق وأرقام من خلال الزيارات الميدانية للمؤسسة الاجتماعية لذوي الاحتياجات الخاصة لمدينة المسيلة ضمن هذه الدراسة بهدف تجميع البيانات والمعلومات عن مدى تحقيق التوازن والتوافق الجسمي والنفسي والاجتماعي للمتخلفين عقليا من خلال ممارسة أنواع الترويح والترويحي الرياضي بشكل خاص ، ومن خلال الدراسة الميدانية والتي شملت 40 طفلا معوقا عقليا في قسم التفتين والاطلاع على مجمل الأنشطة والبرامج الرياضية داخل المركز الطبي البيداغوجي بالإضافة إلى الإطلاع على دراسات المربين سواء النفسانيين أو الطاقم التربوي للمركز مكنا من استخلاص مجموعة من النتائج استناداً إلى الشواهد الميدانية التي جمعت من خلال وسائل جمع المعلومات المذكورة .

ومن هذه النتائج :

- حصول المعاقين عقليا (إعاقة عقلية بسيطة ومتوسطة) يعني قابلين للتعلم على أنشطة رياضية ترويحية داخل المراكز الطبية البيداغوجية أدى إلى نمو بعض المهارات الحركية سواء الحركات الانتقالية أو غير الانتقالية التي بينت لنا النمو في بعض الجوانب النفسية . بالإضافة إلى نمو المهارات الاجتماعية ويظهر هذا بشكل كبير من خلال :
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 بين المتوسطات في الاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في نمو المهارات الحركية الأساسية (الحركات الانتقالية، الحركات غير الانتقالية وحركات التعامل مع الأداة) وهذا ما وضعه اختبار T حيث وجد أن كل القيم المحسوبة التي تأخذ بالقيمة المطلقة هي أكبر من القيمة الجدولة عند مستوى دلالة 0.01 والمساوية لـ 2.88 في جميع اختبارات التي

هي قيد الدراسة وبالتالي تقبل الفرضية البديلة، القائلة بأنه توجد فروق ذات دلالة بين متوسط الاختبارات للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي، ما عدا في الاختبارين (الوثب العمودي، ثني الجذع أماما من الجلوس) وجدنا العكس.

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 بين المتوسطات في الاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في نمو مهارات التعامل مع الأداة التي قيد الدراسة (رمي الكرة لأبعد مسافة، تمرير الكرة على الحائط باليدين، تمرير كرة القدم على الحائط وركل الكرة) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية وذلك ما وضحه اختبار T حيث وجد أن كل القيم المحسوبة التي تأخذ بالقيمة المطلقة، هي أكبر من القيمة المجدولة عند مستوى دلالة 0.01 والمساوية لـ 2.88 في جميع اختبارات التي هي قيد الدراسة وبالتالي نقبل الفرضية

البديلة، القائلة بأنه توجد فرق ذات دلالة بين متوسط الاختبارات للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي لمهارات التعامل مع الأداة .

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين المتوسطات في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في نمو المهارات الاجتماعية لمقياس السلوك التوافقي للمتخلفين عقليا للبنود قيد الدراسة (مهذب اجتماعي، المبادرة، أنشطة وقت الفراغ، الممتلكات الشخصية، المسؤولية، التعاون، مراعاة شؤون الآخرين، التفاعل الاجتماعي، الأنشطة الجماعية، الأناية) وذلك ما وضحه اختبار T حيث توصلنا إلى أن كل القيم المحسوبة (تأخذ بالقيمة المطلقة) هي أكبر من القيمة المجدولة عند مستوى دلالة 0.01 والمساوية لـ 2.88 في جميع اختبارات التي هي قيد الدراسة وبالتالي نقبل الفرضية البديلة، القائلة بأنه توجد فروق ذات دلالة بين متوسط الاختبارات للمجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي، ما عدا اختبار (أنشطة وقت الفراغ) وجدنا العكس يعني لا توجد فروق دالة إحصائية لمتغير أنشطة وقت الفراغ عند مستوى دلالة 0.01 .

وعليه فقد اتفقت نتائج البحث مع الفرضيات المطروحة في الدراسة التي سبقت الجانب الميداني في أن تدريب المتخلفين عقليا على الأنشطة التي تميل إلى الجانب الترويحي خاصة الأنشطة الرياضية ، والتي تناسب قدراتهم الجسمية والعقلية ، يساعد على تحسين بعض السلوكيات الشخصية ، وإخضاعهم لنشاط رياضي ترويحي فعال يحدث فروق في مستوى توافقهم الشخصي والاجتماعي .

وعموماً فالتوافق الشخصي يعني قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة وتحقيق الرضا والإشباع لحاجاته ، حيث يتميز المتوافق شخصياً بالصحة النفسية والخلو من الأعراض العصبية ، وكذا يتميز بالثبوت الانفعالي والإحساس بالقيمة الذاتية .

ومن ثم فإن المتخلف عقلياً في مسيس الحاجة إلى التدريب على المهارات والأنشطة التي تمكنه من بلوغ قدر من التوافق الشخصي يقربه من الاتزان .

فالدراسة النظرية شملت محاولة من تداخل مجموعة من المواضيع الهدف منها معرفة أهم الدراسات والمفاهيم والنظريات سواء تعلق الأمر بموضوع النشاط الرياضي الترويحي وذلك من خلال التعرج إلى مفاهيم عامة للترويح والترويح الرياضي بشكل خاص ، أو معرفة خصائص المتخلفين عقلياً وأهم المفاهيم والنظريات الخاصة بموضوع التوافق النفسي الاجتماعي .

لذا تعتبر الأنشطة الرياضية كمهنة إنسانية ساهمت بدور فعال في مجال رعاية المتخلفين عقلياً لأن العناية بهم تمثل تحدياً علمياً من جميع الجوانب خصوصاً وأنهم غير قادرين على ممارسة كل حقوقهم بطريقة مجدية لذلك يجب حمايتهم بشكل قانوني من خلال تكثيف ممارستهم للأنشطة الرياضية بصفة عامة وحمايتهم من الجرائم المرتكبة ضدهم .

فالمتخلفون عقلياً يقعون فريسة سهلة لكل أشكال الإساءة والجرائم لأنهم لا يستطيعون التعبير عما يحدث لهم أو رفض ما يحدث ، لذلك يجب أن تبذل جهود وقائية على مستويات مختلفة لحماية المتخلف عقلياً كي لا تترسخ لديه تلك الصورة المشوهة عن نفسه من جميع النواحي مما يعزز المفهوم السلبي عن ذاته وعدم الرضا أو بالإحساس بالتحقير للنفس ومن ثم لا يستطيع التوافق وهذا ما يجعله يلجأ إلى الانسحاب أو القيام بسلوكيات عدائية اجتماعية وبالتالي يكون غير متوافق اجتماعياً .

لذلك يجب أن تتضافر الجهود للاهتمام بهذه الفئة وعدم إهمالها لأن المشكلة تكمن في تجاهل المجتمع لهذه الفئة التي لها احترامها وحقوقها لذلك على المجتمع أن يساعدهم وأن يقف بجانبهم وعدم إهمالهم لأن الاهتمام في حد ذاته ليس إلا نوعاً من الهروب أو التهرب من مواجهة احتياجات أفراد هذه الفئة تأسيساً على قاعدة معرفية علمية مهنية .

ونظراً لأهمية الأنشطة الرياضية في العالم المعاصر الذي تعددت فيه أساليب الحياة من ناحية

وأساليب إجراءات الرعاية من ناحية أخرى وأن ممارسة الأنشطة الرياضية يمكنها المساهمة بكفاءة في مجال الرعاية وتحقيق نوع من الاتزان النفسي والاجتماعي ، فإن ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل عام والمتخلفين عقلياً بشكل خاص في إطار حمايتهم من معوقات الحياة التي تنتظرهم وتعرضهم للجرائم أو لحياة غير طبيعية .