

## مستوى النشاط البدني لدى ذوي الإعاقة الحركية في محافظة الانبار وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والصحية

م.م هدى قحطان طعمه      قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية المعارف الجامعة

### ملخص البحث

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى النشاط البدني لدى ذوي الإعاقة الحركية (إصابات الحبل الشوكي وشلل الأطفال والبتير ) والى التعرف على اثر متغيرات الجنس على مستوى النشاط البدني لدى ذوي الإعاقة الحركية والى التعرف على العلاقة بين مستوى النشاط البدني ومدى انتشار الاكتئاب والقلق ( قلق السمة وقلق الحالة )والسمنة لدى ذوي الإعاقة الحركية في محافظة الانبار واستخدم المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي، وأجريت هذه الدراسة على عينة تكونه من 100 فرد من ذوي الإعاقة الحركية بالطريقة العشوائية الطبقية وأجريت المعالجة الإحصائية باستخدام الرزم الإحصائية (spss).

واظهرت النتائج ان هناك علاقة ارتباطية في مستوى النشاط البدني لذوي الإعاقة الحركية وعدم وجود فروق في مستوى قلق الحالة وقلق السمة والاكتئاب لدى المعاقين حركيا تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية وتوصي الباحثة بضرورة ترويج وممارسة النشاط البدني لهذه الفئات من خلال حملات التوعية عن طريق مختلف الوسائل .

الكلمات المفتاحية: مستوى النشاط البدني، ذوي الإعاقة الحركية، المتغيرات النفسية والصحية.

**The level of physical activity among people with motor disabilities in Anbar Governorate and its relationship to some psychological and health variables**

### Abstract

This study aimed to identify the level of physical activity for people with motor disabilities (spinal cord injuries, polio and amputations), to identify the effect of

gender variables on the level of physical activity for people with motor disabilities, and to identify the relationship between the level of physical activity and the extent of depression and anxiety (feature anxiety). And condition anxiety (and obesity among people with motor disabilities in Anbar Governorate).

He used the descriptive approach in his survey style. This study was conducted on a sample of 100 individuals with motor disabilities by stratified random method, and statistical treatment was conducted using statistical packages (spss).

The results showed that there was a correlation in the level of physical activity for people with motor disabilities, and there were no differences in the level of status anxiety, trait anxiety and depression among the physically disabled according to the social status variable. The researcher recommends the need to promote and practice physical activity for these groups through awareness campaigns through various means.

#### المقدمة

يعرف النشاط البدني بأنه كل حركة تؤديها العضلات الهيكلية وتتطلب استهلاك كمية من الطاقة وإن كمية الطاقة التي يستهلكها كل شخص تعتبر متغيراً مستمراً يتراوح بين متدني إلى مرتفع حيث يتم تحديد الكمية الإجمالية لاستهلاك السرعات الحرارية المرتبطة بالنشاط البدني من خلال قياس مقدار كتلة العضلات التي تؤدي الحركات الجسمية وشد الانقباضات العضلية ومدتها وتكرارها ويعرف النشاط البدني بأنه أي حركة إرادية التي تنتجها العضلات مما يؤدي إلى انفاق الطاقة. (عزيز، 2006، ص23)

1- يؤكد التقرير العلمي الصادر من الكلية الأمريكية للطب الرياضي بشأن الاستراتيجيات الملائمة لخفض الوزن والوقاية من السمنة أنه ينبغي ممارسة نشاطاً بدنياً معتدلاً الشدة يصل في مدته ما بين (200-

300) دقيقة في الأسبوع بعد فترة من التدرج , وبينت الدراسات ان النشاط البدني يقل كلما ازداد عمر الفرد . (Астрель», 2007) )

اما الإعاقة مصطلح جامع يضم تحت مظاته الاشكال المختلفة للاعتلال او الخلل العضوي ومحدودية النشاط والقيود التي تحد من المشاركة الفاعلة وهي ظاهرة عالمية , قائمة بوجود الحياة على الأرض .(عبد القوي ,1995,ص54)

وتكمن أهمية البحث في كونها تكشف مستوى ممارسة النشاط البدني لدى ذوي الإعاقة الحركية وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والحالة الاجتماعية .

### مشكلة البحث

أشار مجلس الوعي بالإعاقة الى اكثر الأسباب شيوعا لانتشار الإعاقة في العالم هي إصابات العمل وحوادث السير والحروب وأسباب خارجية اما الأسباب المرضية مثل السرطانات وامراض القلب والتهاب المفاصل ونمط الحياة , وان الخمول البدني اكثر انتشار بين البالغين الذين يعانون بالإعاقة مقارنة بالاصحاء وان هذا الانتشار يؤدي الى خطورة الإصابة بامراض الحركة والاضطرابات النفسية لهذا ارتأت الباحثة بدراسة هذه الفئة ومعرفة مستوى النشاط البدني وعلاقته بالحالة النفسية للمصابين .

### اهداف الدراسة

- 1- التعرف على مستوى النشاط البدني لذوي الاعاقات الحركية في محافظة الانبار .
- 2- التعرف الى العلاقة بين مستوى النشاط البدني ومدى انتشار الاكتئاب والقلق .

### فرض البحث

هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين ممارسة النشاط البدني ومدى انتشار الاكتئاب لدى ذوي الإعاقة في محافظة الانبار .

## مجالات البحث

المجال المكاني : مركز الرعاية الاجتماعية محافظة الانبار

المجال البشري :المصابين بالإعاقة الحركية (إصابات الحبل الشوكي ,شلل الأطفال , البتر )

المجال الزمني : للمدة من 2021/5/1 ولغاية 2021/6/1

## منهج الدراسة

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي لملائمته لطبيعة البحث

## عينة البحث

تكونت عينة الدراسة من (100) شخص من ذوي الإعاقة الحركية (50)منهم ذكور و(50) اناث .تم اختيارهم بطريقة عشوائية من خلال قوائم وزارة العمل والشؤون الاجتماعية للمعوقين في محافظة الانبار .

## مقاييس الدراسة

1-مقياس النشاط البدني للمعاقين حركيا

استخدمت الباحثة مقياس ( the physical activity scale for in dividuuals with physical dis abilities) والذي صممه . (اشبورون واخرون (2005) ,ص233).

والمصمم لقياس النشاط البدني للأفراد ذوي الإعاقة الحركية ويتكون المقياس من (13) فقرة موزعة على المحاور الاتية ( الأنشطة الترفيهية , والترويحية والأنشطة المنزلية والأنشطة المتعلقة بالعمل وتم عرض المقياس الى مترجم عربي وتخصصون بالنشاط البدني واجراء اختبار عليا للتأكد من صلاحية استخدامه في البيئة المحلية وبيان ثباته على العينة وكانت نسبة الثبات (0,93) وهي نسبة مرتفعة احصائيا .

## 2- مقياس الاكتئاب

1- استخدمت الباحثة مقياس بيك للاكتئاب ثم ترجمته الى العربية من خلال مختصين ثم عرض على مختصين في مجال علم النفس للتأكد من صلاحية استخدامه في البيئة المحلية وإجراء الأسس العلمية للاختبار على المقياس وكانت نسبة الثبات هي (0,93) وهي نسبة عالية جدا . ( Whaley ,1997 edition).

## 3- مقياس القلق

1- استخدمت الباحثة مقياس سبيليجر لقياس القلق كسمة وكحالة ثم ترجمته الى العربية من خلال مختصين ثم عرض على مختصين في مجال علم النفس للتأكد من صلاحية استخدامه في البيئة المحلية وإجراء الأسس العلمية للاختبار على المقياس وكانت نسبة الثبات هي (0,93) وهي نسبة عالية جدا (Nordness, 2006, USA, 152).

## إجراءات البحث الميدانية

تم حصر مجتمع الدراسة المتمثل بجميع الافراد من ذوي الإعاقة الحركية (إصابات الحبل الشوكي وشلل الأطفال والبتير ) وذلك من خلال قوائم وزارة العمل والشؤون الاجتماعية للمعوقين في محافظة الانبار  
تم التأكد من ثبات أدوات الدراسة من خلال اختيار (30) من ذوي الإعاقة المستهدفة من خارج مجتمع الدراسة وتوزيع مقاييس الدراسة عليهم وإعادة توزيعها عليهم بعد أسبوعين وإخراج معامل الثبات .

ولم تحدد الباحثة زمنا معينا لتطبيق المقاييس مع كل فرد من افراد العينة , لمراعاة الحالة النفسية او المرضية التي يعاني منها كل فرد الا ان اقصى زمن لتعبئة الاستمارة مع كل فرد استغرق 18-25 دقيقة دون حساب فترات الراحة التي كان يطلبها أحيانا افراد العينة

## الوسائل الإحصائية

تم تحليل البيانات باستخدام الحقيبة الإحصائية (spss) لتحليل البيانات واستخراج النتائج .

## عرض النتائج ومناقشتها

جدول رقم (1) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى النشاط البدني للذكور والاناث للمعاقين حركيا في محافظة الانبار

| الإعاقة والجنس | ن   | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|----------------|-----|---------------|-------------------|
| حركية ذكور     | 50  | 21            | 18                |
| حركية اناث     | 50  | 14            | 18                |
| الحركية        | 100 | 18            | 19                |

جدول رقم (2) يبين نتائج اختبار بيرسون للعلاقة بين النشاط البدني وقلق الحالة وقلق السمة والاكنتاب لدى ذوي الإعاقة في محافظة الانبار

| النشاط البدني   |               |                   | قلق الحالة    |                   |        |
|-----------------|---------------|-------------------|---------------|-------------------|--------|
| نوع الإعاقة     | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة ر |
| الإعاقة الحركية | 18            | 19                | 42            | 14                | 0.415  |
|                 |               |                   |               |                   | معنوي  |

| النشاط البدني |               |                   | قلق السمة     |                   |         |
|---------------|---------------|-------------------|---------------|-------------------|---------|
| نوع الإعاقة   | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة ر  |
|               |               |                   |               |                   | الدلالة |

|                    |    |    |    |    |       |       |
|--------------------|----|----|----|----|-------|-------|
| الإعاقة<br>الحركية | 18 | 19 | 40 | 13 | 0.357 | معنوي |
|--------------------|----|----|----|----|-------|-------|

| النشاط البدني      |                |                   | الاكتئاب       |                   |        |         |
|--------------------|----------------|-------------------|----------------|-------------------|--------|---------|
| نوع الاعاقة        | الوسيط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسيط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة ر | الدلالة |
| الإعاقة<br>الحركية | 18             | 19                | 20             | 16                | 0.455  | معنوي   |

### مناقشة النتائج

أظهرت نتائج هذه الدراسة الى انه لا توجد فروق دالة احصائية في مستوى النشاط البدني تبعا لمتغير الجنس مع وجود فروق بسيطة في المتوسط الحسابي لصالح الذكور لدى ذوي الإعاقة الحركية في محافظة الانبار بالمقارنة مع الاناث وهذه الدراسة تتوافق مع مع دراسة يونجد (2014). (kang.2014, )

( والتي إشارة الى ان النساء ذوات الإعاقة الأقل ممارسة للنشاط البدني في المجتمع الأوربي بصورة عامة وكذلك تتوافق مع دراسة رمير التي اشارت الى ان (91%) من المعاقات حركيا يعنين من خمول بدني وفسرت هذه النتيجة بتدني المستوى التعليمي وتدني الدخل .

1- كما أظهرت النتائج انه يوجد علاقة ارتباطية بين النشاط البدني وقلق الحالة والسمة لدى ذوي الإعاقة الحركية وهذه النتيجة تتوافق مع دراسة نادرسون التي اشارت الى ان النشاط البدني يؤثر إيجابيا على العمليات الفسيولوجية المصاحبة للقلق بشكل عام ودراسة دان التي اشارت الى انه كلما ارتفع مستوى النشاط البدني قلت مستويات القلق والاكتئاب ( John ,p 2001 , )

2- اما بالنسبة للعلاقة بين النشاط البدني والاكتئاب هي نسبة ارتباطية عالية وهذه النتيجة تتفق مع دراسة دان التي اشارت الى الآثار الإيجابية لممارسة النشاط البدني في الحد من الاكتئاب .. (عبد اللطيف, 2001, ص 42 )

### الاستنتاجات والتوصيات

#### الاستنتاجات

- 1- قلة الاهتمام بالبنية التحتية المهيئة لاستخدامات ذوي الإعاقة الامر الذي ينعكس سلبا على مستوى النشاط البدني .
- 2- الاناث من مختلف الاعاقات تعاني من الخمول البدني بشكل عام وهذا مايجعلهن عرضة لامراض نقص الحركة .

#### التوصيات

- 1- اجراء دراسات مماثلة على عينات أخرى واصابات مختلفة .
- 2- تعميم برنامج النشاط البدني على مراكز التأهيل والرعاية الاجتماعية .

#### المصادر

- 3- داود عزيز : الإعاقة من التأهيل الى الدمج , ط1 , بيروت , مؤسسة المصطفى للطباعة , 2006.
- 4- احمد سلامة : علم الامراض النفسية والعقلية , القاهرة , دار النهضة للطباعة والنشر , 1979.
- 5- عبد اللطيف : العلاقة بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي لدى المعاقين جسديا , رسالة ماجستير غير منشورة .. جامعة دمشق , سوريا , 2001.
- 6- سامي عبد القوي : علم النفس الفسيولوجي , ط1 , القاهرة , مكتبة النهضة للطباعة , 1995.



- 7- Youngdeok ,kim,jaehoon,cho,dana,k,fuller, minsoo, kang.2014.
- 8- Rational Hydrotherapy, 1120 TEACH Services, Inc., 2001 ,p John Harvey Kellogg
- 9- Robert J. Nordness, " Epidemiology and Biostatistics", Secret, MOSBY ELSEVIER, P.152, USA, 2006.
- 10- Teach Services, 1995 Hydrotherapy: Simple Treatments for Common Ailments, Clarence Dail, Charles Thomas.
- 11- Whaley and Wong's,Essentials of pediatric nursing.5 edition,1997.
- 12- Архипова, Е.Ф.Логопедическая работа с детьми раннего возраста -М.: «Астрель», 2007