مجلة المحترف لعلوم الرياضة و العلوم الانسانية و الإجتماعية

المجلد (12) العدد (01) السنة (2025)

الصفحة 189-203

التوافق النفسي الإجتماعي لدى الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف من فئة الصُم

Psychosocial compatibility by the practitioners and non-practitioners of the adapted competitive physical activity among from the deaf category

الدراجي عروسي[1*]، بلقاسم بن عبد الرحمان[2] معمر لباد[3]

[1] جامعة محمد بوضياف بالمسيلة القطب الجامعي، طريق برج بوعريريج، المسيلة 28000 (الجزائر)، derradji.aroussi@univ-msila.dz

[2] جامعة باتنة 2 (الجزائر)

belkacem.benabderrahmane@univ-batna2.dz

[3] جامعة باتنة 2 (الجزائر)

m.lebad@univ-batna2.dz

معلومات البحث

تاريخ الاستلام: 26-10-2025

تاريخ القبول: 20-04-2026

Printed ISSN: 2352-989X

Online ISSN: 2602-6856

الملخص:

هدفت الدراسة إلى تسليط الضوء على دور ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية المكيفة في تنمية التكيف النفسي الإجتماعي لدى مجتمع الصُم، اعتمدنا المنهج الوصفي وتم تطبيق مقياس التكيف النفسي للمعاقين للدكتورة زينب شقير على عينة قوامها 28 رياضياً من مختلف الأندية الرياضية للصُم في الجزائر.

في ختام الدراسة، توصلنا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد التكيف النفسي الإجتماعي المتمثلة في (البُعد الشخصي، والإجتماعي، والبدني) بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية التنافسية المكيفة لصالح الممارسين، لدى أفراد مجتمع الصُم.

– الكلمات المفتاحية: الأنشطة الرياضية التنافسية المكيفة؛ التكيف النفسي الإجتماعي؛ أفراد الصُم.

ABSTRACT

The study aimed to highlight the role of adapted competitive sports practice in developing psychosocial compatibility among the deaf population, we adopted a descriptive research approach and administered Dr. Zainab Shakir's ssychological sdjustment scale for people with disabilities to a sample of 28 athletes from various sports clubs for the deaf in Algeria.

At the conclusion of the study, we found statistically significant differences in the examined dimensions of psychosocial adjustment (personal, social, and physical) between practitioners and non-practitioners of adapted competitive sports, favoring the practitioners, among the deaf population.

Keywords: Adapted Competitive Sport Activity; Psychosocial Adjustment; Deaf Individuals.

* عروسي الدراجي

1. مقدمة:

تلعب الحواس دوراً أساسياً في حياة الإنسان، حيث تُعد الوسيلة الرئيسية التي يتفاعل بها مع العالم من حوله، فمن خلالها يستطيع إدراك البيئة المحيطة به والتواصل مع الآخرين والإستجابة للمؤثرات المختلفة، وتعمل كل حاسةٍ بوظيفةٍ محددةٍ تُسهم في تيسير الحياة اليومية، فالبصر يُمكّننا من رؤية الألوان والأشكال، والسمع يُساعدنا على التفاعل مع الأصوات والمحادثات، بينما يُتيح لنا اللمس الإحساس بالملمس والحرارة، ويُساعد التذوق والشم في التمييز بين النكهات والروائح المختلفة، ولا تقتصر أهمية الحواس على الجانب الفسيولوجي فقط، بل تمتد لتؤثر على الجوانب العاطفية والإجتماعية والتعليمية للفرد، حيث تُسهم في تطوير مهارات التعلم والتواصل والإستكشاف، لذا فإن الحفاظ على صحة الحواس وتجنب العوامل التي قد تؤدي إلى فقدانها أو ضعفها أمر بالغ الأهمية لضمان العيش بصورةٍ طبيعية وصحية.

ولا يُمكن فهم آثار الفقدان السمعي تماماً أو التنبؤ بها، فآثارها مدمرة ليس فيما يُمكن أن يسمع الطفل من اللغة الصوتية ولكن كذلك الجوانب الإجتماعية والنفسية والإنفعالية والتعليمية، فالصُم يحدُّ ما يُمكن أن يسمعه الطفل والأثر الأكبر هو أنه يُدمر بعض عمليات التفاعل الإجتماعي التي تتم بين الطفل ووالديه والتي هي من الأهمية في نمو اللغة قبل بدء الطفل بتعلم الكلام، ويذهب "بات هفس Pat Hughes" بأن الإعاقة السمعية تؤدي إلى عدم الإستجابة الكافية للمحفزات الإجتماعية واللغوية والسمعية، مما يعوق نمو الطفل الإجتماعي والعاطفي ويعرقل قدرته للتكيف العائلي. (نيسان،2009، ص77)

والتوافق عملية ديناميكية مستمرة، يسعى الشخص فيها إلى تغيير سلوكه ليحدث علاقة أكثر انسجاماً أو تكيفاً بينه وبين البيئة. (العزة،2002، ص34)

كما أن التوافق يعني وجود علاقات منسجمة مع البيئة، وأن الفرد له قدرة على إشباع معظم المطالب البيولوجية والإجتماعية، وأن هذا التوافق ليس عملية جامدة ثابتة تحدث في موقف معين أو فترة معينة، بل هو عملية مستمرة دائمة مادام الفرد في مواجهة دائمة ومستمرة لسلسلة من المشاكل والحاجات والمواقف. (شاذلي،2001، ص55)

وإن الصُم وضعاف السمع أكثر المعاقين إحساساً بالعزلة نتيجة لما لهم من خصوصيةٍ في طبيعة التواصل بينهم وبين المجتمع، وما يتسم به من قصورٍ ومحدوديةٍ في ضوء ما تفرضه هذه الإعاقة على أصحابها من محدودية القدرات الإتصالية، إضافة إلى ما يعانيه المعاقون من عدم الرضا عن واقعهم الشخصي، أو أساليب التعامل معهم. (أبو بكر،2018، ص10)

ولا ينبع التوافق للصُم من قدرتهم على السمع أو النطق، بل من مدى تقبلهم لذواتهم وتكوين هوية إيجابية، وغالباً ما تبدأ المعاناة النفسية من الشعور بالإغتراب داخل الأسرة إذا فشل المحيطون في تعلم لغة الإشارة أو فهم احتياجاتهم التواصلية، هذا الفشل يزرع بذور الإحباط والغضب الصامت، مما قد يؤدي إلى اضطرابات مثل الاكتئاب أو القلق، ومع ذلك، فإن نقطة التحول تبدأ عندما يدرك الفرد الأصم أنه ليس "مُعاقاً" بل ينتمي إلى "أقلية لغوية وثقافية" مستقلة عن مجتمع السامعين.

ومن خلال ما سبق نلاحظ التأثير الواضح والجلي للإعاقة السمعية على مختلف مستويات النمو لدى الأفراد المصابين بهذا النوع من العجز، حيث تحجب الفرد عن المشاركة الفعالة مع من حوله وهو ما يتطلب منه القيام بمجموعة من الإستجابات بُغية تقبل وضعيته كشخصٍ ذي إعاقة ضمن من مجتمع الأصحاء.

وينبع التوافق النفسي للصُم من قدرتهم على السمع أو النطق، بل من مدى تقبلهم لذواتهم وتكوين هوية إيجابية. غالباً ما تبدأ المعاناة النفسية من الشعور بالإغتراب داخل الأسرة إذا فشل المحيطون في تعلم لغة الإشارة أو فهم احتياجاتهم التواصلية، هذا الفشل يزرع بذور الإحباط والغضب الصامت، مما قد يؤدي إلى اضطرابات مثل الاكتئاب أو القلق، ومع ذلك، فإن نقطة التحول تبدأ عندما يدرك الفرد الأصم أنه ليس "مُعاقاً" بل ينتمي إلى "أقلية لغوية وثقافية" مستقلة عن مجتمع السامعين.

وتُتيح مجموعة الفُرص المتاحة في رياضة الصُم للأفراد الصُم التفكير في أدوارهم وقيمهم في الحياة، وإن تحدي الأنشطة البدنية والرياضات التنافسية وغير التنافسية، وفرص التنشئة الإجتماعية، والمشاركة في الأنشطة التنظيمية، ولغة الإشارة، والإنغماس في بيئاتٍ يقل فيها عدد الأشخاص الذين يسمعون أو لا يوجد لديهم، والعديد من الجوانب الأخرى لرياضة الصم، توفر مجموعة من الظروف التي يمكن من خلالها إجراء هذه التأملات الذاتية...، وتُهيئ أنشطة رياضة الصم بيئةً اجتماعيةً تؤثر –من بين أمورٍ أخرى– بشكلٍ إيجابي على طريقة تفكير الأفراد في صممهم ومكانتهم في المجتمع ومجتمع الصُم، ويتجلى مدى التأثير في مجموعة واسعة من الفرص المتاحة في رياضة الصُم. (stewart,1991, p65)

وعليه فقد حاول العديد من علماء النفس والمهتمين والمختصين برعاية فئات ذوي الإحتياجات الخاصة الوصول إلى مجموعةٍ من الإجراءات والأنشطة التي تخرج الفرد المعاق من عزلته وبالتالي التقليل من المشاعر السلبية لديه، ومساعدته على استعادة استقراره النفسي وتوازنه الإنفعالي، وهو ما قد يكون كفيلاً بنموه وبناء شخصيته وتأهيله بالشكل الصحيح، ليصبح قادراً على العمل والإبداع وذلك كون الفرد المعاق سمعياً يستطيع تجاوز عقدة الشعور بالنقص والبروز من خلال اشتراكه في مجالات الحياة المختلفة.

2. إشكالية الدراسة:

شهدت السنوات الأخيرة تطوراً ملحوظاً في اهتمام الدول المتقدمة بذوي الإحتياجات الخاصة، حيث ركزت الجهود على تلبية احتياجاتهم الأساسية وتعزيز قدراتهم المتنوعة، وقد ظهر هذا الإهتمام بشكلٍ واضحٍ على الصعيدين البحثي والتربوي باعتباره أحد متطلبات العصر الحديث، ونتيجة لذلك ازداد اهتمام الباحثين والمتخصصين بالسعي لتطوير أساليب مبتكرة تُساعد في التغلب على المشكلات التي تواجه هذه الفئة، مع العمل على دمجهم في المجتمع، الهدف من ذلك هو تمكينهم من أن يصبحوا أفراداً مؤثرين وفاعلين من خلال قيامهم بأدوار تتناسب مع إمكانياتهم البدنية والصحية.

وفي عالمٍ يزداد وعياً بأهمية الإدماج الإجتماعي، تبرز الرياضة كجسرٍ حيويٍ يربط بين ذوي الإعاقات السمعية والنطقية ومجتمعاتهم، وعليه تأتي هذه الدراسة لتستكشف بعمقٍ تأثير المشاركة في الأنشطة الرياضية التنافسية المكيفة على التوافق النفسي والإجتماعي لفئة الصُم ومقارنةً بأقرانهم غير الممارسين، وتمت صياغة إشكالية
الدراسة على النحو الآتي:

– هل لممارسة النشاط الرياضي التنافسي المكيف دور في تعزيز التوافق النفسي الإجتماعي لدى فئة الصُم ؟

وينبثق منه الأسئلة الجزئية الموالية:

1– هل توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الشخصي بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف ؟

2- هل توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الاجتماعي بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف ؟

3- هل توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق البدني بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف ؟

2. فرضيات الدراسة:

تعرف الفرضية بأنها تخمين مُسبق لما سوف يتوصل إليه الباحث من نتائج حول موضوع دراسته، وهذه التخمينات تشير غالباً إلى إجابات متوقعة لأسئلة الدراسة، ومن أجل الإجابة على تساؤلات دراستنا قمنا بإدراج الفرضيات الموالية:

1.2 الفرضية العامة:

- لممارسة النشاط الرياضي التنافسي المكيف دور في تعزيز التوافق النفسي الإجتماعي لدى فئة الصُم.

2.2 الفرضيات الجزئية:

1- توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الشخصي بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف لصالح الممارسين.

2- توجد **فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الإجتماعي بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف لصالح الممارسين.**

3- توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق البدني بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف لصالح الممارسين.

3. أهمية وأهداف الدراسة:

يُعدُّ التوافق النفسي والإجتماعي عنصراً أساسياً في حياة الأفراد، حيث يساهم في تحقيق التوازن النفسي والقدرة على التفاعل الإيجابي مع المجتمع، وتزداد أهمية دراسة هذا التوافق لدى المعاقين سمعياً نظراً لما يواجهونه من تحدياتٍ قد تؤثر على اندماجهم الإجتماعي وتكيفهم النفسي، **كما** أن ضعف أو فقدان السمع يمكن أن يؤدي إلى صعوباتٍ في التواصل، مما قد يسبب شعورًا بالعزلة أو التهميش الإجتماعي، ويؤثر على تكوين العلاقات الإجتماعية والثقة بالنفس. لذا، فإن دراسة التوافق النفسي والإجتماعي تُساعد في فهم المشكلات التي يواجهها المعاقون سمعيًا، وتوفير الحلول المناسبة لدعمهم وتعزيز قدراتهم على التكيف.

كما أن هذه الدراسة تُسهم في تطوير برامج تأهيلية وتربوية تهدف إلى تحسين جودة الحياة لدى هذه الفئة، من خلال تعزيز مهاراتهم التواصلية، وتمكينهم من المشاركة الفعالة في المجتمع، وزيادة الوعي لدى الآخرين بأهمية دمجهم في مختلف المجالات، وتلعب الرياضة دورًا مهمًا في تحسين جودة الحياة للأفراد ذوي الإعاقة السمعية، حيث تسهم في تعزيز التوافق النفسي والإجتماعي لديهم، وتساعدهم على التغلب على التحديات التي قد تواجههم في حياتهم اليومية. ومن هنا تبرز أهمية دراسة العلاقة بين التوافق النفسي والإجتماعي والرياضة بالنسبة لهذه الفئة. حيث تعد خطوة مهمة في اختيار وتصميم تطوير برامج رياضية مناسبة، تسهم في تحقيق دمجهم الفعّال في المجتمع، وتعزيز قدرتهم على التفاعل والتكيف مع التحديات المختلفة.

وعليه فإننا نهدف من هذه الدراسة إلى التعرف على الفروق مستوى التوافق النفسي الإجتماعي لدى شريحة مُهمة من المجتمع متمثلة في فئة الصُم وذلك ما بين الممارسين منهم للنشاط الرياضي التنافسي المكيف وغير الممارسين.

4. مصطلحات الدراسة:

1.4 النشاط الرياضي التنافسي المكيف: تتحقق الرياضة المكيفة للمنافسة من خلال ممارسة فروع رياضية مختلفة من قِبل أشخاص لديهم نفس نقاط الضعف، ولها طابع تنافسي، وتم تكييف قواعد الفروع الرياضية مع أنواع مختلفة من الإعاقة، وفي الوقت نفسه تم ابتكار رياضات جديدة مخصصة لإعاقات معينة (مثل كرة الجرس والبوتشيا)، وتتميز هذه الرياضات بالمؤسسية (رياضيون معتمدون، أندية رياضية تابعة، تصنيفات، أرقام قياسية، نظام تنافسي منتظم، على مستويات قيمية)، وفئاتٍ مختلفةٍ (محلية، إقليمية، وطنية، دولية، ذكور، إناث، فئات ودرجات إعاقة، وغير ذلك). (Rusu & Rusu,2016, p73)

وفي دراستنا الحالية فإن النشاط الرياضي **التنافسي** المكيف يتمثل في الرياضات التنافسية التي يمارسها أفراد عينة الدراسة في نوادي (الجزائر وسط–الكاليتوس–عين طاية) للصُم لولاية الجزائر صنف أكابر.

2.4 التوافق: يُعرف التوافق عموماً بأنه تكيف الشخص ببيئته الإجتماعية في مجال مشكلات حياته مع الآخرين التي ترجع لعلاقاته بأسرته ومجتمعه ومعايير بيئته الإقتصادية والسياسية والخلقية، وكلمة توافق أكبر إشارة إلى التكيف الذي يستهدف تحقيق الغرض وإشباع الحاجات. (عبد الله، 2018، ص69)

3.4 التوافق النفسي: يُشير التوافق النفسي إلى عملية تتضمن ترتيباً وتنسيقاً للقيم والإتجاهات والميول المستمرة لمعالجة المشكلات الإجتماعية وتعديل السلوك الإنساني، بغرض إنشاء علاقاتٍ متنوعةٍ للوصول إلى الإنسجام مع الذات ومع الآخرين، وهي عملية ديناميكية مستمرة يقوم بها الفرد وتهدف إلى إحداث تغييرات في سلوكياته ليصبح أكثر توافقًا مع نفسه. كما تُمكّنه من بناء علاقات مع الآخرين ومع البيئة المحيطة به، وتهدف كذلك إلى تمكين الفرد من التحكم في سلوكه وجعله يتعامل مع نفسه ومع الآخرين بطريقة إيجابية. (Al Dababseh, & al,2023, p790)

4.4 التوافق الإجتماعي: هو الذي يتعلق بالعلاقات بين الذات والآخرين ويرتبط بتقبل الآخرين وتقبل الذات ويُساعد على قدرة الفرد على التطبيع الإجتماعي وضبط النفس وتحمل المسؤولية والقدرة على الإعتراف بحاجته للآخرين، ويتضمن القدرة على تكوين علاقات وثيقة والعمل على إشباع حاجاتهم المشروعة وهي علاقة تفاعل أخذٍ وعطاءٍ. (دله،2020، ص84)

وفي دراستنا الحالية يتمثل التوافق النفسي الإجتماعي في مجموعة استجابات أفراد عينة الدراسة من الصُم الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف وغير الممارسين على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي.

5.4 الصُم : يُعرف الطفل الأصم من الناحية الطبية بأنه للطفل الذي حُرِمَ من حاسة السمع منذ الولادة، أو فقد القدرة السمعية قبل تعلم الكلام، أو فقدها بمجرد أن تعلم الكلام لدرجة أن آثار التعلم فُقِدت بسرعة...وقد كان يُطلق على المعاق سمعياً سابقاً لقب "أصم – أبكم، ثم صُحِح الإسم ليُصبح "أَصَم" أو معاق سمعياً فقط، لأن المشكلة الأساسية هي نقص السمع والبُكم هو نتيجة لها، ثم أنه يمكن الآن، مع التخصص، معالجة مشاكل النطق والكلام لجعل الأصم قادراً على الكلام. (حمود،2023، ص158)

وفي دراستنا فإن الصُم يتمثلون في أفراد عينة الدراسة من الممارسين للنشاط الرياضي المكيف التنافسي وغير الممارسين.

5. الدراسات السابقة:

1.5 دراسة "بن ميلود وسعدي" (2024) بعنوان "دور الترويح الرياضي في تحقيق التوافق النفسي الإجتماعي لدى الطفل الإنعزالي من وجهة نظر الأخصائي النفسي"

كان الهدف من الدراسة التعرف على دور الترويح الرياضي في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لدى الطفل الإنعزالي من وجهة نظر الأخصائي النفسي، تكونت عينة الدراسة من 11 أخصائياً في علم النفس بولاية المدية، المنهج كان وصفياً والأداة كانت الإستبيان، وخلُصت الدراسة إلى أن للترويح الرياضي له دورٌ كبير في تنمية التوافق النفسي والتوافق الإجتماعي للطفل الإنعزالي من وجهة نظر الأخصائي النفسي.

2.5 دراسة "مداني، جمال الدين" (2023) بعنوان "اقتراح وحدات التعليمية للنشاطات الجماعية وتأثيرها على درجات التوافق النفسي الإجتماعي"

سعت الدراسة إلى التعرف على فعالية برنامج تعليمي مقترح باستخدام النشاطات الجماعية يهدف لتنمية الجانب النفسي والإجتماعي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية، تكونت العينة من 30 تلميذاً من ثانوية الشهيد "عبد القادر غالمي" بولاية عين الدفلى، تم اختيارهم بالطريقة القصدية، انتهج الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة بقياسٍ قبلي وبعدي، مستعملاً برنامجاً تعليمياً مقترحاً باستخدام النشاطات الجماعية ومقياس التوافق النفسي الإجتماعي، وبينت نتائج الدراسة أن البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب الجماعية كان له تأثير إيجابي كبير بالنسبة لدرجات التوافق النفسي الإجتماعي على تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

3.5 دراسة "العكروت سعيد" (2021) بعنوان "دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي والتكيف الإجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية"

أراد الباحث في دراسته معرفة أهمية الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي والتكيف الإجتماعي لدى تلاميذ مرحلة الثانوية بولاية المدية، واعتمد فيها على المنهج الوصفي التحليلي مُطبقاً الإستبيان على 100 تلميذ للمرحلة الثانوية، وأسفرت الدراسة على أن الرياضة المدرسية لها دورٌ كبيرٌ في تحقيق التوافق النفسي والتكيف الإجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية.

4.5– دراسة "صياد وآخرون" (2018)، بعنوان: " فاعلية بعض الأنشطة الترويحية الرياضية في تحسين التوافق النفسي لدى كبار السن (50–60) سنة".

هدفت الدراسة إلى معرفة مدى فاعلية بعض الأنشطة الترويحية الرياضية في تحسين التوافق النفسي عند كبار السن، وتم إجراؤها على مستوى المركب الرياضي الرائد فراج بمستغانم على عينة اختيرت بطريقة عمدية قوامها 20 فرداً مقسمين إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، تم الإعتماد فيها على المنهج التجريبي وتم استعمال المقابلات الشخصية واستبيان للتوافق النفسي من إعداد الباحثين وأيضاً برنامج ترويحي مقترح.

وبعد التحليل والمناقشة أسفرت نتائج هذه الدراسة إلى أن الأنشطة الترويحية الرياضية المقترحة ساهمت في تحسين التوافق النفسي لدى العينة التجريبية بجميع أبعاده (الشخصي، الإجتماعي، الإنفعالي، الصحي) مقارنة بالعينة الضابطة.

6. الدراسة الميدانية:

من أجل الوصول إلى حل لمشكلة الدراسة المطروحة والتحقق من صدق الفرضيات المدُرجة، قام الباحثان بإجراء الدراسة الميدانية على مرحلتين، الأولى كانت استطلاعية تم فيها التعرف على مجتمع الدراسة وحدوده وخصائصه، وكذا تجريب أداة الدراسة على عينة استطلاعية من أجل التحقق من مدى ملاءمتها للتطبيق، أما الدراسة الميدانية الأساسية فقد تم إجراؤها وفقاً للمعطيات الموالية:

1.6 منهج الدراسة: بناءاً على نوع البيانات المراد الحصول عليها فإن المنهج الوصفي هو الأنسب لدراستنا.

2.6 مجتمع الدراسة: تمثل مجتمع دراستنا في فئة الصُم الممارسين للأنشطة الرياضية المكيفة التنافسية وكذا غير الممارسين.

3.6 عينة الدراسة: شملت عينة الدراسة رياضيين على مستوى نوادٍ رياضيةٍ مختلفة للصُم لولاية الجزائر (الجزائر وسط– الكاليتوس—عين طاية) صنف أكابر، بالإضافة إلى عينةٍ غير ممارسةٍ على مستوى مركز التكوين المهني لذوي الإعاقات الجسدية (الطرق الأربعة) لبلدية القبة، تتراوح أعمار العينتين ما بين (18–25سنة)، تبلغ درجة فقدان السمع لديهم (أكثر من 90 ديسيبل)، وبلغ العدد الإجمالي لأفراد العينة (28) مفردةً مقسمين على مجموعتين متساويتين (14) ممارساً للنشاط الرياضي المكيف التنافسي، و(14) غير ممارسين، وتم اختيار عينة الدراسة بطريقة مقصودة.

4.6 أداة الدراسة:

1.4.6 مقياس التوافق النفسي لمتحدي الإعاقة للدكتورة زينب شقير:

يُفيد هذا المقياس في قياس التوافق النفسي بأبعاده الأربعة (الشخصي أو الإنفعالي، الصحي، الأسري، والإجتماعي) للعديد من الإعاقات: الإعاقة البصرية (ضعيف البصر أو الكفيف)، الإعاقة السمعية (الأصم بمساعدة متخصص في الإشارات أو ضعيف السمع) الإعاقة الحركية، لذلك يُراعى قبل البدء في تطبيقه تحديد نوع الإعاقة، شدتها، سن المعاق حاليا وسِنّهِ عند الإصابة بالإعاقة، يشتمل المقياس في مجمله على 80 فقرةً تقيس التوافق النفسي العام تتوزع على أربع محاورٍ، يفيد جميع المراحل العمرية من كلا الجنسين بداية من مرحلة الطفولة المتأخرة. (صديقي،2014، ص100)

1.1.4.6 تطبيق وتنقيط المقياس:

يُطلب من المفحوص أو القائم بتقدير الدرجات بتدوين الإجابة على عبارات المقياس باختيار أحد البدائل تنطبق (نعم)، متردد (أحيانا)، لا تنطبق (لا) والتي تقابلها التقديرات التالية: (2،1،0) على الترتيب عندما يكون اتجاه التوافق إيجابياً، بينما تكون التقديرات في اتجاهٍ عكسيٍ (0،1،2) عندما ينخفض التوافق.

ولقد اعتمدنا في دراستنا على ثلاث محاورٍ من هذا المقياس هي (التوافق الشخصي، التوافق الإجتماعي، التوافق البدني)، وعليه فإن مجموع العبارات هو 60 عبارةً، تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (0–120) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع درجة التوافق النفسي وكذلك أبعاده الثلاثة المدروسة، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض درجة التوافق النفسي وكذا أبعاده لثلاثة المدروسة، والجدول الموالي يوضح ذلك:

الجدول 1: تنقيط محاور مقياس التوافق النفسي لمتحدي الإعاقة.

محاور المقياس	أرقام فقرات كل محور	اتجاه التصحيح	الدرجة الكلية	مستويات التوافق
التوافق الشخصي	الفقرات الموجبة: من (1 إلى 13) الفقرات السالبة: من (14 إلى 20)	الفقرات الموجبة: (0،1،2) الفقرات السالبة: (2،1،0)	من (0 إلى 40)	من (0 إلى 13) توافق منخفض من (14 إلى 26) توافق متوسط من (27 إلى 40) توافق مرتفع
التوافق الاجتماعي	الفقرات الموجبة: من (41 إلى 57) الفقرات السالبة: من (58 إلى 60)			
التوافق البدني	الفقرات الموجبة: من (21 إلى 28) الفقرات السالبة: من (29 إلى 40)			

2.4.6 الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

1.2.4.6 الصدق:

صدق الأداة في البحث العلمي يعني مدى قدرة الأداة على قياس ما صُممت لقياسه بدقة، وفي دراستنا قُمنا بالتحقق من هذه الخاصية عن طريق حساب الصدق البنائي، الذي يُعبر عن ارتباط كل محورٍ أو بُعدٍ من أبعاد أداة القياس بالدرجة الكلية لها، والجدول التالي يُبين نتائج الصدق البنائي لمقياس التوافق النفسي لمتحدي

الإعاقة المستعمل في دراستنا بعد تطبيقه على عينة الدراسة الإستطلاعية.

الجدول 2: معامل الإرتباط بين كل بُعدٍ من أبعاد مقياس التوافق النفسي لمتحدي الإعاقة والدرجة الكلية للمقياس ومستوى الدلالة.

الرقم	أبعاد المقياس	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة Sig
1	التوافق الشخصي	0.815	0.001
2	التوافق الإجتماعي	0.891	0.000
3	التوافق البدني	0.826	0.001

يظهر لنا من الجدول رقم (02) أن معاملات الإرتباط بين أبعاد مقياس التوافق النفسي لمتحدي الإعاقة والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (0.815 و0.891) وكلها دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) مما يدل على صدق أبعاد المقياس لما وُضِعت من أجله، وبالتالي فإنه يُمكننا الحُكم بصدق المقياس.

2.2.4.6 الثبات: إن ثبات الأداة يعني ثبات النتائج المتوصل إليها حتى لو تم إعادة تطبيقها مرة أخرى، ومن أجل التحقق من هذه الخاصية لمقياس التوافق النفسي لمتحدي الإعاقة المستعمل في الدراسة قُمنا بحساب معامل ألفا كرونباخ للمقياس بعد تطبيقه على أفراد عينة الدراسة الإستطلاعية، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول 3: معامل ثبات محاور مقياس التوافق النفسي لمتحدي الإعاقة.

الرقم	المحور	معامل الثبات ألفا كرونباخ α
01	التوافق الشخصي	0.88
02	التوافق الاجتماعي	0.85
03	التوافق البدني	0.93

يظهر لنا من الجدول رقم (3) أن قيمة معامل "ألفا كرونباخ" لمحاور مقياس التوافق النفسي لمتحدي الإعاقة تراوحت ما بين (0.88 و 0.93) وهي قيمٌ مرتفعةٌ ودالةٌ إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 ما يعني تمتع المقياس بمستوىً عالٍ من الثبات.

وتمت عملية تطبيق أداة الدراسة بحضور أستاذٍ مختصٍ في الترجمة عن طريق لغة الإشارة لشرح عبارات المقياس وطريقة الإجابة عليها.

7. عرض وتحليل النتائج:

1.7 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

افترض الباحثون في هذه الفرضية وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الشخصي بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف لصالح الممارسين، وللتحقق من صحة هذه الفرضية سنقوم باستعمال اختبار T لعينتين مستقلتين، والجدول الموالي يوضح ذلك:

– الجدول 4: يُبين المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري لاستجابات الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف وقيمة T المحسوبة واتجاهات الفروق والقرار الإحصائي لبُعد التوافق الشخصي.

البُعد	المجموعة	م	ع	T المحسوبة	مستوى الدلالة Sig	القرار الإحصائي
التوافق الشخصي	الممارسون	31	2.353	2.664	0.001	دال إحصائياً
	غير الممارسين	18.857	2.507			

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (4) والمتعلق بالفروق في التوافق الشخصي لدى الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي من الصُم نرى بأن المتوسط الحسابي كان (31) للممارسين، و(18.857) لغير الممارسين، الإنحراف المعياري وصل إلى (2.353) للممارسين، و(2.507) لدى غير الممارسين، أما Sig فقيمتها كانت (0.001) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل وجود فروق دالة إحصائياً في بُعد التوافق الشخصي لصالح الممارسين.

2.7 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

افترض الباحثون في هذه الفرضية وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الإجتماعي بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف لصالح الممارسين، وللتحقق من صحة هذه الفرضية سنقوم باستعمال اختبار T لعينتين مستقلتين، والجدول الموالي يوضح ذلك:

– الجدول 5: يُبين المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري لاستجابات الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف وقيمة T المحسوبة واتجاهات الفروق والقرار الإحصائي لبُعد التوافق الإجتماعي.

البُعد	المجموعة	م	ع	T المحسوبة	مستوى الدلالة Sig	القرار الإحصائي
التوافق الاجتماعي	الممارسون	28.857	7.241	13.213	0.000	دال إحصائياً
	غير الممارسين	18.142	2.567			

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (5) والمتعلق بالفروق في التوافق الإجتماعي لدى الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي من الصُم نرى بأن المتوسط الحسابي كان (28.857) للممارسين، و(18.142) لغير الممارسين، الإنحراف المعياري وصل إلى (7.241) للممارسين، و(2.567) لدى غير الممارسين، أما Sig فقيمتها كانت (0.001) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل وجود فروق دالة إحصائياً في بُعد التوافق الإجتماعي لصالح الممارسين.

2.7 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

افترض الباحثون في هذه الفرضية وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق البدني بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف لصالح الممارسين، وللتحقق من صحة هذه الفرضية سنقوم باستعمال اختبار T لعينتين مستقلتين، والجدول الموالي يوضح ذلك:

– الجدول 6: يُبين المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري لاستجابات الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف وقيمة T المحسوبة واتجاهات الفروق والقرار الإحصائي لبُعد التوافق البدني.

البُعد	المجموعة	م	ع	T المحسوبة	مستوى الدلالة Sig	القرار الإحصائي
التوافق البدني	الممارسون	32	2.660	16.106	0.001	دال إحصائياً
	غير الممارسين	17.928	1.899			

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (6) والمتعلق بالفروق في التوافق البدني لدى الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي من الصُم نرى بأن المتوسط الحسابي كان (32) للممارسين، و(17.928) لغير الممارسين، الإنحراف المعياري

وصل إلى (2.660) للممارسين، و(1.899) لدى غير الممارسين، أما Sig فقيمتها كانت (0.001) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل وجود فروق دالة إحصائياً في بُعد التوافق البدني لصالح الممارسين.

8. مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات:

1.8 مناقشة نتائج الفرضية الأولى: نصت هذه الفرضية وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الشخصي بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف لصالح الممارسين.

من خلال عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى في الجدول رقم (4) والمتعلقة بالفروق في التوافق الشخصي بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي من الصُم توصلنا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بُعد التوافق الشخصي لصالح العينة الممارسة، وهذا ما يتوافق مع نتائج دراسة "بن ميلود وسعدي"، "العكروت"، "مداني"، "صياد وآخرون" حيث أجمعت جميع هذه الدراسات على دور الممارسة الرياضية في تنمية التوافق الشخصي (النفسي) لدى الطفل الإنعزالي، وتلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي، وكبار السن، على الترتيب، أي كل فئات المجتمع بصفة عامة، ويرى الباحثان أن قيام الأفراد بمزاولة النشاط البدني الرياضي بما يتوافق مع ميولاتهم يُعزز توافقهم الشخصي، فعندما تختار نشاطًا رياضياً تُحبه فإن الدافع يأتي من داخلك، فأنت لا تمارس الرياضة كواجب ثقيل بل كمتعة تنتظرها، والنشاط البدني الذي تستمتع به يطلق الإندورفينات (هرمونات السعادة) في الدماغ، مما يقلل التوتر والقلق ويحسن المزاج، وهذا يساهم في بناء هوية إيجابية ومتماسكة، حيث تكون الرياضة جزءاً من نمط حياتك وليس مجرد نشاط منفصل.

ويذكر "نايف مفضي" في هذا الصدد أن "ممارسة ذوي الاحتياجات الخاصة للرياضة تتناسب مع إمكانياتهم وقدراتهم البدنية والعقلية وتُمكنهم من المتعة والإنسجام والشعور بالتغلب على الإعاقة ودخول دائرة المنافسة والشعور بالنصر فحتما يكون هناك مردود إيجابي مؤثر في تعديل بعض السلوكيات والانفعالات الملازمة للفرد"(الجبور، 2012، ص 86).

2.8 مناقشة نتائج الفرضية الثانية: نصت هذه الفرضية وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الإجتماعي بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف لصالح الممارسين.

من خلال عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى في الجدول رقم (5) والمتعلقة بالفروق في التوافق الإجتماعي بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي من الصُم توصلنا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بُعد التوافق الإجتماعي لصالح العينة الممارسة، وهذا ما يتوافق مع نتائج دراسة **بن** ميلود وسعدي"، "العكروت"، "مداني"، "صياد وآخرون"، وإن من أغراض التربية الرياضية مساعدة الشخص ذي الإعاقة للتكيف مع الأفراد والجماعات التي يعيش معها، حيث إن ممارسته للفعاليات والأنشطة الرياضية تسمح له بالتكيف والاتصال بالمجتمع والتجارب تدل على أنه كلما انغمر الشخص ذو الإعاقة في أداء الفعاليات الرياضية التي له رغبة في أدائها أكسبته خبرات متنوعة وهذا بدوره يؤدي إلى اكتساب العادات الإجتماعية المرغوبة، فممارسة الألعاب الرياضية المختلفة تنمي فيه الثقة بالنفس والتعاون والإقدام والشجاعة ، فضلاً عن شعوره باللذة والسرور والوصول إلى النجاح عن طريق الفوز كذلك تساعده في تنمية الشعور نحو الجماعة (الإنتماء) ونحو الحياة الرياضية، الذي يساعد في نمو الشخص ذي الإعاقة ليكون مواطناً صالحاً يعمل لمساعدة مجتمعه. (بني أرشيد،2021، ص47)

ومن خلال الممارسة الرياضية يكتسب مهارات اجتماعية مع الجماعات واللعب مع الأفراد، كما تنمي الجرأة والتحكم في النفس، وتنمية الإتجاهات الإجتماعية السليمة كالقيادة والإحساس بتحمل المسئولية والتصرف في المواقف المختلفة. (حسين، وآخرون، 2010، ص131)

ويُمكن القول إن الممارسة الرياضية تعمل على تعزيز التوافق الإجتماعي للأفراد الصُم من خلال اكتساب صداقات وقيم اجتماعية نبيلة، كالتعاون والألفة والتواصل الإيجابي مع الأقران والتفاعلات الإجتماعية التي تتخللها هذه الأنشطة وغيرها مما قد يُخرجهم من حالة العزلة والقيود التي قد تفرضها الإعاقة وتعزيز تكيفهم الإجتماعي.

3.8 مناقشة نتائج الفرضية الثالثة: نصت هذه الفرضية وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق البدني بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف لصالح الممارسين

من خلال عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى في الجدول رقم (5) والمتعلقة بالفروق في التوافق البدني بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي من الصُم توصلنا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بُعد التوافق الإجتماعي لصالح العينة الممارسة، **وهذا** ما يتوافق مع نتائج دراسة بن ميلود وسعدي"، "العكروت"، "مداني"، "صياد وآخرون"

ويتميز اللاعبون الصُم عن كافة المعاقين الآخرين لأن أعضاءهم سليمة وأجسامهم صحيحة ولديهم صحة عامة ويتمتعون مع الإستمرار في التدريب المنتظم بلياقة بدنية عالية مثلاً. (حمدي، ومحمود، 2013، ص90)

وتعمل الأنشطة الرياضية على التنمية العضوية وتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكييف أجهزة الإنسان بيولوجيا ورفع مستوى كفايتها الوظيفية وإكسابها الصفات التي تساعد الإنسان على قيامه بواجباته الحياتية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق فمن خلال الأنشطة البدنية يكتسب الفرد القوة والسرعة والجلد العضلي والتحمل الدوري والتنفسي والقدرة العضلية والرشاقة والمرونة والتواق العضلي العصبي ...الخ. (رشوان، 2011، ص32).

حيث تُعد الممارسة الرياضية بجميع تصنيفاتها ركيزةً أساسيةً لتطوير الكفاءة البدنية والحركية للفرد، حيث تعمل على تحسين أداء الجهاز العضلي والقلب التنفسي ورفع كفاءة التوافق العضلي العصبي، فمن المعروف أن الفرد الأصم الأبكم يُعاني من صعوبات على مستوى التآزر الحركي والتوازن وغيرها وممارسة النشاط الرياضي تحد من هذه الصعوبات، ويظهر هذا الأثر جلياً في تحسين جودة الأداء الحركي اليومي والحد من المشكلات البدنية المرتبطة بقلة النشاط، مما يُسهم في النهاية في تمكين الفرد من ممارسة حياته بنشاطٍ وثقةٍ أكبر.

4.8 مناقشة نتائج الفرضية العامة: نصت الفرضية العامة للدراسة على أن: لممارسة النشاط الرياضي التنافسي المكيف دور في تعزيز التوافق النفسي الإجتماعي لدى فئة الُصم.

من خلال عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى في الجدول رقم (4) تحققنا من وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الشخصي بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف لصالح الممارسين

ومن خلال عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية في الجدول رقم (5) تحققنا من وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الإجتماعي بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف لصالح الممارسين.

ومن خلال عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة في الجدول رقم (6) تحققنا من وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق البدني بين الصُم الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف لصالح الممارسين.

وعليه بعد تحقق الفرضيات الجزئية للدراسة فإنه يُمكننا الحكم على الفرضية العامة بأنها قد تحققت، حيث كانت الفروق في أبعاد التوافق الشخصي (النفسي)، والإجتماعي وكذلك البدني كلها لصالح فئة الصُم الممارسين للنشاط الرياضي المكيف التنافسي.

وهذا ما يتناسب ويتوافق مع النتائج التي توصلت إليها كلٌ من دراسة "بن ميلود وسعدي" بأن الترويح الرياضي له دورٌ كبير في تنمية التوافق النفسي والتوافق الإجتماعي للطفل الإنعزالي، وكذلك مع نتائج دراسة "مداني جمال" بأن الألعاب الجماعية تؤثر إيجاباً على التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ النهائي بالطور الثانوي، وأيضاً ودراسة "العكروت سعيد" أن للرياضة المدرسية دورٌ كبيرٌ في تحقيق التوافق النفسي والتكيف الإجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية، وأيضاً دراسة "صياد وآخرون" أن الأنشطة الترويحية الرياضية المقترحة ساهمت في تحسين التوافق النفسي لدى العينة التجريبية من كبار السن.

حيث أجمعت جميع هذه الدراسات وغيرها دور النشاط الرياضي عموماً والمكيف على وجه الخصوص فيما يتعلق بتنمية وتعزيز التوافق النفسي الإجتماعي لدى جميع الفئات المدروسة، حيث تُشكّل ممارسة النشاط البدني مدخلاً حيوياً لإعادة تشكيل العلاقة بين الفرد وخصوصياته الجسدية، لذا تتحول التمارين والرياضات المكيفة إلى وسيطٍ عمليٍ للتكيف مع الظروف البدنية المختلفة، فمن خلال التفاعل المستمر مع أنماطٍ حركيةٍ مُصممةٍ وفقاً للإمكانيات الفردية ينشأ حوارٌ جديدٌ بين الشخص وخصائصه الجسدية مما يُمكنه من استكشاف آفاقٍ غير تقليديةٍ لقدراته، حيث يميل الفرد المعاق إلى الشعور بالنقص وسوء التكيف مما يجعله يبحث عن بدائلٍ وعملية التعويض، هو ما يتوافق مع نظرية "أدلر" في كون "الشعور بالنقص" هو المحرك الأساسي للسلوك البشري، وأن "التعويض" و "المبالغة في التعويض" هما الآليتان اللتان يستخدمهما الفرد للتغلب على هذا الشعور وتحقيق "السعي التفوق والتكامل"

ويُمكن القول إن ممارسة النشاط الرياضي قد يكون أحد أسباب تعزيز التوافق النفسي الإجتماعي لدى فئة الصُم ، حيث يشعر الكثير من الصُم و بالعزلة أو الإعتماد على الآخرين بسبب حاجز التواصل، ولإن تحقيق إنجازات رياضية (كالفوز في مباراة، أو تحسين لياقته، أو إتقان مهارة جديدة) يبني إحساساً قوياً بالكفاءة الذاتية والإستقلالية، ويتحول مصدراً لتقدير الذات من الإعتماد على العالم "السامع" إلى الإعتماد على قدراتهم الجسدية والعقلية الحقيقية، كما أن فئة الصم و يعانون من ضغوطٍ نفسيةٍ هائلةٍ نتيجة صعوبة التعبير عن أنفسهم ومشاعرهم في العالم السمعي، والرياضة تمثل منفذاً صحياً لتفريغ التوتر والقلق والإحباط المتراكم.

وعلى الجانب الإجتماعي فإن الإنضمام إلى فريقٍ رياضيٍ أو نادٍ للصُم يخلق مجتمعاً مصغراً متجانسا، يشعر فيه الفرد بأنه جزءٌ من جماعةٍ يفهمه ويتواصل معه بنفس الطريقة، وبالنسبة للرياضات الجماعية مثل (كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة) فهي تُعلّم العمل الجماعي، والتعاون، والثقة بالزملاء، وقراءة لغة الجسد وفهم النوايا، هذه المهارات قابلة للإنتقال إلى خارج الملعب وتساعدهم على التوافق والتفاعل بشكلٍ أفضل في مختلف المواقف الإجتماعية.

9. خاتمة:

في ختام دراستنا التي سعينا من خلالها إلى التعرف على **نهدف** من إجراء دراستنا إلى الكشف عن الفروق بين الصُم الممارسين للنشاط الرياضي التنافسي المكيف وغير الممارسين والتي توصلنا فيها إلى وجود فروق في كلٍ من التوافق الشخصي (النفسي)، والإجتماعي والبدني لصالح فئة الممارسين.

ومنه تُعَدُّ ممارسة النشاط التنافسي المكيف حجر الزاوية في تحقيق التوافق الشامل للفرد الأصم الأبكم، حيث يتكامل البُعد البدني مع النفسي والإجتماعي في نموذج متكامل، فمن الناحية الشخصية (النفسية) تُسهم هذه الممارسة في تعزيز الثقة بالنفس والتحكم في الإنفعالات وتحقيق الذات من خلال إطلاق العنان للطاقات الكامنة، أما على المستوى الإجتماعي، فإنها تُنمي روح الإنتماء للجماعة والفريق وتُعزز المهارات التواصلية وتُسهل عملية الإندماج في النسيج الاجتماعي، وفي الجانب البدني تُحسّن الممارسة الرياضية اللياقة الوظيفية للجسم وتُقوي الجهاز العضلي والعصبي، وتزيد من كفاءة الأجهزة الحيوية، كما أن المشاركة في المسابقات المحلية والدولية للصم تُعزز مفهوم "الهوية الجماعية" التي تتخطى الحدود الجغرافية، مما يخلق شبكة دعم اجتماعي تعوّض عن العزلة التي قد يعانيها الأصم في محيطه المحدود.

هذا التكامل الوظيفي بين الأبعاد الثلاثة يخلق حالةً من الرفاهية الشمولية والإتزان، حيث يُعزز التوافق البدني المرونة النفسية، ويُسهل التوافق النفسي التفاعل الإجتماعي، مما يُنتج في المحصلة النهائية فرداً متوافقاً نفسيا واجتماعياً متوازناً قادراً على العطاء والإسهام بفاعلية في محيطه في حدود ما تسمح به إعاقته، لذا فإننا ندعو إلى:

- دراسة فعالية أنواع رياضية محددة كالرياضات الجماعية مقابل الفردية في التعامل مع مشكلات نفسية معينة كالقلق الإجتماعي أو الإكتئاب.
- دمج البُعد النفسي والإجتماعي في سياسات الرياضة للصُم على المستوى الوطني.
- تنظيم حملات توعوية لإبراز النماذج الناجحة من الرياضيين الصُم.
- تنظيم بطولة وطنية في مختلف الرياضات بين مراكز ذوي الإحتياجات الخاصة.
- تسخير التكنولوجيا ومواقع التواصل الإجتماعي والبرامج التلفازية والإذاعية لتشجيع وتحفيز الممارسة الرياضية للجميع.

10. قائمة المراجع:

1- أبو بكر، نجوى، (2018)، الإضطرابات السلوكية والوجدانية والتوافق النفسي والإجتماعي، مركز الكتاب الأكاديمي، عمان، الأردن.

2- بن ميلود، صلاح الدين، وسعدي، سعدي محمد، (2024)، دور الترويح الرياضي في تحقيق التوافق النفسي الإجتماعي لدى الطفل الإنعزالي من وجهة نظر الأخصائي النفسي، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، مج23، ع1، ص217-231.

3- بني أرشيد، عبد الرزاق أحمد، (2021)، واقع الرياضية البارالمبية في منطقة غرب آسيا، دار البيروني للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

4- الجبور، نايف مفضي، (2012)، رياضات ذوي الإحتياجات الخاصة، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

5- حسين، طارق، وجلال، بهاء الدين، وسيد قطب، عثمان، (2010)، دليل الأخصائي الرياضي لتخطيط البرامج للمعاقين ذهنيا، دار العلوم للنشر والتوزيع، القاهرة.

6- حمود، رفيقة سليم، (2023)، رعاية وتربية ذوي الإحتياجات الخاصة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

7- دله، حسن علي، (2020)، التفكير الإبداعي والتوافق النفسي، مركز الكتاب الأكاديمي، عمان، الأردن.

8- شاذلي، عبد الحميد محمد، (2001)، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية الإسكندرية، مصر.
9- صديقي، سارة، (2014)، مفهوم الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الأطفال المعاقين سمعيا، مذكرة ماستر، قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، جامعة المسيلة، الجزائر.
10- صياد، الحاج، وبن قلاوز، أحمد التواتي، ومناد، فضيل، (2018)، فاعلية بعض الأنشطة الترويحية الرياضية في تحسين التوافق النفسي لدى كبار السن (50-60) سنة، مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية والرياضية والفنية، مج7، ع2، ص 108-114.
11- عبد السلام، مصطفى، (2024)، الإعاقة السمعية، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، الأردن.
12- عبد الله، مبروكة أحمد، (2018)، الضغوط النفسية والتوافق النفسي للمتقاعدين، مركز الكتاب الأكاديمي، عمان، الأردن.
13- العزة، سعيد، (2002)،التربية الخاصة للأطفال ذوي الإضطرابات السلوكية، دار العلم والثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
14- عطاب، إبراهيم، ومداني، محمد، وخلول، غانية، (2021)، دور ممارسة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الإجتماعي لدى تلاميذ الطّور الثانوي، مجلة المنظومة الرياضية، مج8، ع1، ص169-185.
15- العكروت، سعيد، (2021)، دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي والتكيف الإجتماعي لتلاميذ
16- مداني، جمال الدين، (2023)، اقتراح وحدات التعليمية للنشاطات الجماعية وتأثيرها على درجات التوافق النفسي الإجتماعي، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر3- إبراهيم سلطان شيبوط، الجزائر.
17- نيسان، خالدة، (2009)، الإعاقة السمعية من مفهوم تأهيلي، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
المرحلة الثانوية، مجلة العلوم والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية، مج18، ع3، ص93-105.
18- Al Dababseh, Mohammad, & Ay, Khitam, & Alshadideh, Maysaloun, & Saada, Bilal, & Almahireh, Ibrahim, & Abu Altaieb, Mohammad (2023): The psychological compatibility in relation to movement satisfaction among swimming courses student, international journal of human movement and sports sciences 11(4): 789-795,
19- Oana, RUSU, & Demmys, RUSU (2016): The impact of competition adapted sport, Sport Si Societate, 16(2), 69–76.
20 -Stewart, David Alan :(1991) Deaf sport the impact of sports within the deaf community, gallaudet university press, United States.