

## 1. الإشكالية:

إن داء السكري من الأمراض المزمنة الذي يعتبر حالة مرضية يفقد فيها الجسم قدرته على توظيف بعض الغذاء كما يجب، إضافة إلى كون داء السكري من الإضطرابات الأيضية، فهو يرتبط إما بإعاقة في إفراز الأنسولين أو بمقاومة غير عادية لهذا الهرمون حيث يقع تراكم مادة الغلوكوز في أنسجة الخلايا، وذلك بسبب عدم تناسب هرمون الأنسولين مع كمية هذا الغذاء.<sup>(1)</sup>

وبناء على ذلك فإن داء السكري من بين الأمراض التي لها علاقة وطيدة بالنشاط البدني الرياضي، حيث أن تطور المرض وعلاجه والوقاية من مضاعفاته يتأثر بدرجة كبيرة بالمستوى البدني والصحي وغير ذلك من العوامل الرياضية.

إن هذا الداء يقف كعائق أمام حياة الفرد نظراً للتغيرات التي تطرأ على نمط حياته، ابتداءً من الأكل وصولاً إلى العمل والحياة العائلية خاصة إذا تعلق الأمر بداء السكري الخاضع للأنسولين الذي يتطلب حقن يومية من هذا الهرمون مما يجعل الفرد في تبعية له. وبعبارة أخرى يتميز هذا المرض عن باقي الأمراض المزمنة بطبيعة علاجه التي تجعل المريض رهن مواعيده الثابتة ومتطلباته الشاقة، حيث أن الطب لم يعرف مرضاً يتعلق مصيره ومصير المصاب به بتصرفات المريض نفسه بقدر ما هو الحال عليه في مرض السكر. ذلك لأن النشاط البدني والنظام الغذائي أو الحمية الغذائية هي الدعامة الأولى والأساسية في معالجة هذا المرض، وهي من مسؤوليات الطبيب أن يضع ويحدد قواعدها يشرح متطلباته، ولكن من شأن المصاب وحده أن ينفذها بأمانة ودقة واستمرار مدى الحياة، يعني ذلك تعاون الاثنيْن معا في المعالجة لضمان النتائج الإيجابية الحسنة. ولكن تحقيق هذه الأخيرة يتوقف على عدة أبعاد لها دور بارز في التقليل من حدة المرض، فالرياضة مفيدة لمرضى السكري فهي وسيلة هامة لحرق السكر الزائد وبالتالي العمل على خفض نسبة السكر في الدم<sup>(2)</sup>.

وعليه فإن شريحة المرضى من مجتمعنا تستدعي الاهتمام والتكفل، ليس فقط من الناحية النفسية، وإنما كذلك من الناحية البدنية والصحية التي نُجدها جد مضطربة ولا تعرف استقراراً، وهذا لعدة أسباب منها ما هو متعلق بالمرض من جهة، وما هو مرتبط بالعلاج وتكاليفه الباهظة التي تتوقف إلى حد كبير على عدم ممارسة الرياضة من جهة ثانية. فالحياة الجديدة لهؤلاء المرضى تتطلب الحيطة والحذر وكذا ممارسة التمارين الرياضية

(1) عبد الرحمان العيسوي: الأمراض السيكوسوماتية، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، 1994، ص 32.

(2) عبدالله أحمد الجنيدي: كيف تعيش سعيد بالرغم من داء السكري، ط 1، دار الحكمة اليمنية، صنعاء، 1988، ص 72.

لتفادي مضاعفات داء السكري والمحافظة على الصحة، وهذا بفضل الوقاية التي تعتبر خير من قنطار علاج في تحقيق سعادة الإنسان. لكن وللأسف الشديد، المستشفيات والمستوصفات الجزائرية تكتظ بمرضى السكر الذين يعانون من اضطرابات في الحالة الصحية، حيث تكثر بينهم أمراض أخرى لها اتصال مباشر بمرض السكر. وبالتالي يمكن القول أن التحكم في العلاج والوقاية من مضاعفات هذا الداء العضال في بلادنا يبقى مستعصياً لأن هذه العملية تشترط أموال وتكاليف باهظة ومعرفة ودراية عالية عن خفايا المرض، حيث أن هذا المرض المزمن يستغرق فترات طويلة مدى الحياة حتى الموت، وهذا ما يجبر الفرد على الدخول ضمن طابع عيش جديد ومحيط يفرض عليه نوع من الخضوع والضغط الجسدي والنفسي، إلى جانب التهديدات الدائمة لحياته، ومنه المريض يجد نفسه فريسة الحياة القاسية التي تكثر فيها المشاكل والتعقيدات مهما كان نوعها، خاصة إذا تعلق الأمر بالوضع البدني، كعدم ممارسة النشاط الرياضي والخمول، بالإضافة إلى ذلك السلوك الغذائي السيئ. على ضوء ما تقدم وعلى أساس تفسير ظاهرة علاج داء السكري وكيفية التقليل من أخطاره، وذلك بإدراج ممارسة النشاط البدني الرياضي في الحياة اليومية، وما هو المدى الذي يلعبه هذه المنظورات (ممارسة النشاط البدني الرياضي) في عملية التقليل والوقاية من أعراض داء السكري.

هنا يكمن تساؤل الباحث: هل يساهم النشاط البدني الرياضي في التقليل من مضاعفات داء السكري؟ وانطلاقاً من كل ما قيل، فإن إشكالية بحثنا تركز أساساً على توضيح خلفية الأسباب الحقيقية التي لها فعالية كبيرة في التقليل من الأعراض وتحسين الحالة المرضية للفرد وتسهيل العملية العلاجية.

ويمكن توضيح أو إبراز الإشكالية من خلال التساؤل التالي:

1. هل يساهم النشاط البدني الرياضي في تحسين الحالة النفسية للمصابين بداء السكري؟
2. هل يساهم النشاط البدني الرياضي في تحسين الحالة الفيزيولوجية للمصاب بداء السكري؟
3. هل يساهم النشاط البدني الرياضي في التحكم في المضاعفات الناتجة عن النظام الغذائي للمصاب بداء السكري؟

## 2. الفرضية العامة:

✓ يساهم النشاط البدني الرياضي في التقليل من مضاعفات داء السكري.

## 3. الفرضيات الجزئية:

1. يساهم النشاط البدني الرياضي في تحسين الحالة النفسية للمصابين بداء السكري.
2. يساهم النشاط البدني الرياضي في تحسين الحالة الفيزيولوجية للمصاب بداء السكري.
3. يساهم النشاط البدني الرياضي في التحكم في المضاعفات الناتجة عن النظام الغذائي للمصاب بداء السكري.

## 4. أهداف البحث:

- ✓ إبرز أهمية رأي الأطباء والأخذ بالنصائح والإرشادات لتقليل من الأعراض.
- ✓ إبراز أهمية النشاط البدني الرياضي لدى المصابين بداء السكري.
- ✓ معرفة مساهمة النشاط البدني الرياضي في تحسين الحالة النفسية للمصابين بداء السكري.
- ✓ إبراز أهمية النشاط البدني الرياضي في التحكم في المضاعفات الناتجة عن النظام الغذائي.
- ✓ إبراز أهمية النشاط البدني الرياضي في تحسين الحالة الفيزيولوجية للمصاب بداء السكري.
- ✓ معرفة مساهمة النشاط البدني الرياضي في تعزيز الثقة بالنفس (إزالة التوتر، والانفعال والغضب...).
- ✓ جذب انتباه الطلبة والباحثين إلى الاهتمام بالمواضيع الصحية والطبية وإدراجها ضمن ممارسة النشاط البدني والرياضي.

## 5. أهمية البحث:

## ✓ الأهمية العلمية:

تعد هذه الدراسة صحية رياضية تتناول شريحة مهمة من المجتمع وهم المصابين بالأمراض المزمنة وبالتحديد المصابين بداء السكري، وهي شريحة هامة في المجتمع خاصة وقد تزايد عددهم الأمر الذي يعطي هاته الدراسة أهمية خاصة تحمل قيمة إنسانية وثقافية لهاته الفئة. وتتجسد أهمية الدراسة في تزويد المكتبات بمراجع مفيدة للمهتمين بهذه الفئة وبمشكلاتهم الصحية والنفسية التي يعانون منها والتي تؤثر على تكيفهم في المجتمع. وكذلك إعطاء صور واضحة على أهمية اختيار نوع النشاط البدني الرياضي الذي يساهم ويتواءم مع حالتهم.

## ✓ الأهمية العملية:

إن أهمية هذه الدراسة هي معرفة مساهمة النشاط البدني الرياضي في التقليل من أعراض السكري وتسهيل الضوء على أهمية النشاط البدني الرياضي للمصابين بالسكري بصفة خاصة والأمراض المزمنة بصفة عامة في التقليل من أعراض المرض وذلك بالكشف عن المساهمة الإيجابية للنشاط البدني والرياضي في التقليل من أعراض السكري.

وإلى غاية الوصول إلى هدفنا المسطر وضعنا هذه النقاط حتى تكون عوامل مساعدة لتوضيح مبتغانا:

- ✓ إبراز الأهمية العلاجية للنشاط البدني و الرياضي.
- ✓ إبراز أهمية الأنشطة البدنية الرياضية لدى المصابين بالسكري.
- ✓ الدور الذي تلعبه ممارسة النشاط البدني الرياضي في تقليل مضاعفات داء السكري.
- ✓ نقص الاهتمام بهذه الفئة من طرف الوزارة المعنية سواء من حيث الوسائل والمنشآت أو المراكز التي تنعدم في المجتمع.
- ✓ إبراز أهمية هذه الدراسة في أنها تسلط الضوء على أهمية اختيار نوع النشاط البدني الرياضي في عملية التقليل من مضاعفات داء السكري.
- ✓ فتح المجال للبحث في هذا الموضوع وما ينجز عنه من اقتراحات ممهدة لبحوث مستقبلية.

## 6. أسباب اختيار الموضوع:

هناك عدة أسباب دفعتنا لاختيار هذا الموضوع الخصها في:

### ✓ الأسباب الذاتية:

ارتأينا حوض جانب يتمثل في داء السكري ومساهمة النشاط البدني الرياضي في التقليل من المضاعفات التي تصاحب المرض، هذا لتوعية الأفراد المصابين بهذا الداء والرغبة في معرفة أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي عند المصابين بالسكري وهل حقاً هذه الممارسة تقلل من المضاعفات والعناية وتحسين الصحة العامة، وكذلك بشعورنا بالمشكلة في الوسط الأسري بالإضافة إلى ذلك تفاقمها في المجتمع في الآونة الأخيرة.

### ✓ الأسباب الموضوعية:

إن ما دفعنا لاختيار هذا الموضوع قلة الدراسات الأكاديمية حول الأمراض المزمنة عامة وداء السكري خاصة، وأهمية النشاط البدني الرياضي في التخفيف من هاته الأمراض، بحيث أن أغلب الدراسات تهتم بالجانب النفسي والاجتماعي للفرد وإهمالها الجانب الطبي للنشاط البدني والرياضي، وتسليط الضوء على مضاعفات داء السكري بلسان الأطباء الأخصائيين، إضافة إلى ذلك محاولة إسماع الجهات الوصية بهذه الفئة وذلك لدعمهم بالوسائل كالعتاد و المنشآت الرياضية الخاصة وتحسين مرافقها من خلال بحثنا.

## 7. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

## النشاط البدني:

- ✓ النشاط لغة: هو مباشرة صادقة لعمل ما، يقال " نشط " أي طابت نفسه لعمل شيء ما.<sup>(1)</sup>
- ✓ اصطلاحاً: في عصرنا هذا فإن النشاط البدني أصبح عنصراً من عناصر التضامن بين مجموعات و فرق من العالم ليتعارفوا ببعضهم البعض لخدمة المجتمع إضافة إلى ذلك فهي تساهم في تحقيق الذات لكل فرد بإعطائه الفرصة لإثبات صفاته ومهاراته البدنية عن طريق المنافسة وبذل الجهود، فهو يعد عاملاً من عوامل التقدم المهني إذ يعتبر النشاط البدني عاملاً أساسياً في إعداد الفرد للدخول في الحياة العادية والعملية.
- وكذلك يعرف بأنه وسيلة تتضمن ممارسات موجهة تساعد على إشباع حاجات الفرد ودوافعه بتهيئة المواقف التعليمية المماثلة للمواقف التي يتلقاها الفرد في حياته.<sup>(2)</sup>
- ✓ ويعرفه " Clark.w.hethrvington " أنه الجانب الذي يهتم بتنظيم وقيادة الفرد من خلال أنشطة العضلات لاكتساب التنمية والتكيف في كل المستويات وإتاحة الظروف الملائمة للنمو الطبيعي.
- ✓ كما عرفه "تشارلز بيوكر" Bucher T " بأنه نوع من النشاط المنمي لقدرة الإنسان الجسمية عن طريق الأجهزة العضوية المختلفة وينتج عنها القدرة على الشفاء ومقاومة التعب.<sup>(3)</sup>
- ✓ ويعتبر إحدى اتجاهات ثقافة الرياضي التي يرجع أساسها إلى قدم الزمان حينما كان الإنسان البدائي الأول يمارس الكثير من الحركات تلقائياً ضمن إشباع حاجياته الأولية فأقام مسابقات العدو والجري، والسباحة والرمي..... وغيرها من مختلف النشاطات الأساسية مستعملاً بعض الوسائل كالكرات والشبكات، ووضع لها القوانين واللوائح وأقام من أجلها المسابقات وعمل جاهداً على تطويرها والارتقاء بها حتى أصبحت إحدى الظواهر الاجتماعية العامة التي تؤثر على سائر الأمم.

## النشاط البدني الرياضي:

- ✓ اصطلاحاً: يعرفه أبو العلاء أحمد عبد الفتاح وأحسن نصر الدين سيف: أحد أوجه النشاط عموماً، وهو فعل شعوري لتحقيق هدف الوصول إلى تغييرات نموذجية واقعية للمحيط حسب النتائج التربوية

(1) المنجد في اللغة والإعلام: ط 21، دار المشرق، بيروت- لبنان، 1973، ص 809.

(2) أمين الخولي، محمد الحمامي: أسس بناء برنامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990، ص 29.

(3) عمرو بدارن: أهمية النشاط البدني الرياضي، اطلع عليه بالموقع - <http://www.bdnia.com> - بتاريخ 2017/03/09 على الساعة 20:36.

المعينة، ويتميز بأنه يتناول جسم الفرد بنفسه والأدوات الرياضية، فهو يخدم الأهداف الصحية إذا ما تمت الممارسة من أجل ذلك، كما يدرس الترويج عن النفس، ويخدم المستوى الرياضي العالي إذا ما كان متخصصاً، والأهداف التربوية إذا ما تمت ممارستها في الإطار التربوي المدرسي.

✓ ويعرفه أمين أنور الخولي: تعبير شامل لكل ألوان النشاطات البدنية والرياضية التي يقوم بها الإنسان، والتي يستخدم فيها البدن بشكل عام، وهو مفهوم انثروا بولوجي أكثر منه اجتماعي لأنه جزء مكمل ومظهر رئيسي لمختلف جوانب الثقافة النفسية والنفسية والاجتماعية لبني الإنسان.

✓ التعريف الإجرائي: النشاط البدني الرياضي هو القيام بتمارين لجسم الفرد تتمثل في (المشي والجري الخفيف، السباحة وركوب الدرجات ... ) وكل الأنشطة التي تلاءم حالة المصاب بداء السكري ودرجة إصابته مع مراعاة درجة وشدة النشاط البدني الرياضي التي يمكن أن تسهل وتخفف من الإصابة بمضاعفات داء السكري، مع التركيز على النشاط البدني الرياضي الترويجي والابتعاد على الجانب التنافسي منه.

#### ✚ داء السكري:

- ✓ الداء لغة: المرض ظاهراً أو باطناً، العيب ظاهراً أو باطناً.
- ✓ اصطلاحاً: هو حالة غير طبيعية تصيب الجسد البشري أو العقل البشري محدثة انزعاجاً، أو ضعفاً في الوظائف، أو إرهاقاً للشخص، ويستخدم هذا المصطلح أحياناً للدلالة على أي أذى جسدي، أو إعاقة، أو أعراض غير مريحة.<sup>(1)</sup>
- ✓ السكري لغة: كلمة diabète ذات أصل يوناني معناه اجتياز أو عبور الماء للجسم، إضافة إلى بعض المواد بمقدار كبير التي يجب أن يحتفظ بها كلياً أو جزئياً.<sup>(2)</sup>
- ✓ اصطلاحاً: مرض السكر يتضمن حدوث خطأ في تمثيل الكربوهيدرات بسبب نقص أو غياب الأنسولين الذي تفرزه جزر لانجرهانس في البنكرياس، ونتيجة لذلك فإن الجسم لا يستطيع استخدام السكر بشكل طبيعي، والسكر كما هو معروف مصدر الطاقة للجسم.<sup>(3)</sup>

(1) الداء <https://ar.wikipedia.org/wiki/الداء> بتاريخ 2017/03/17 على الساعة 19:51.

(2) حاسم محمد عبد الله محمد المرزوقي: الأمراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر، ط1، العلم والإيمان للنشر والتوزيع، عمان، 2008، ص17.

(3) نور الهدى محمد الجاموس: الإضطرابات النفسية الجسمية السيكوسوماتية، ط1، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، 2004، ص31.

✓ وتعرف منظمة الصحة العالمية اضطراب السكري على أنه حالة مزمنة مع ازدياد مستوى السكر في الدم وقد نتج ذلك عن عوامل بيئية، وراثية كثيرة.<sup>(1)</sup>

✓ كذلك يعرف مرض السكري بأنه اختلال في عملية أيض السكر، الذي يؤدي إلى ارتفاع مستوى السكر (الغلوكوز) في الدم بصورة غير طبيعية لأسباب مختلفة قد تكون نفسية، عضوية، أو بسبب الإفراط في تناول السكريات أو سبب عوامل وراثية، ويحدث نتيجة وجود خلل في إفراز الأنسولين من البنكرياس.<sup>(2)</sup>

✓ **التعريف الإجرائي:** مرض السكر هو إصابة مزمنة تظهر عند الفرد عندما تعجز البنكرياس عن إفراز الأنسولين، أي أن الجسم لا يستطيع استعمال الأنسولين بصفة منتظمة، وكنتيجة لارتفاع السكر في الدم بإمكانه أن يؤدي إلى إصابات خطيرة لأعضاء كثيرة، والتي تعرف بمضاعفات داء السكري، ونقصد به في هذا البحث أهم الأمراض والمشاكل الصحية الناجمة عن داء السكري ولها علاقة وطيدة بارتفاع نسبة السكر في الدم، ويمكن القول أن هذه المضاعفات تنتج غالباً من إهمال ممارسة النشاط البدني الرياضي والإهمال المستمر لعلاج داء السكري، والمضاعفات الأكثر شيوعاً بين المرضى هي: زيادة الوزن، مرض العينين، الكلى، ضغط الدم، القلب والتوتر.

## 8. الدراسات المشابهة:

على الرغم من كثرة الدراسات التي تناولت النشاط البدني الرياضي إلا أن وجود دراسات تناولت النشاط البدني الرياضي ومساهمته في تقليل الأعراض المصاحبة للأمراض المزمنة وبالتحديد داء السكري نادرة وتكاد تفتقر لمثل هذه الدراسات، مما تسبب في وجود فجوة وحالة ملحة لإجراء دراسة تناول هذا الجانب. وقد اطلع الباحث على تلك الدراسات المتوفرة، وأرادها في دراسته، وتسهيلاً على القارئ وتيسيراً في العرض فقد عمدت الدراسة الحالية إلى استعراض الدراسات السابقة على النحو التالي:

### الدراسات العربية:

دراسة دحماني هدى بعنوان أثر القلق على الراشدين المصابين بمرض السكري (2011)، مذكرة ماستر.

(1) جبال نور الدين: علاقة الاضطرابات السيكوسوماتية بالشمسية، دراسة مقارنة للحالات القرحة المعدية وحالات السكري، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر، 1989، ص39.

(2) Atkinson MA. And Eisenbarth GS : type1 diabetes : new prospective on disease pathogenesis and treatment lancet 2001 : 385(9277),M 21-29/

دراسة ميدانية في المؤسسة الإستشفائية بالأخضرية

✓ هدفت الدراسة إلى معرفة ما إذا كان القلق يؤثر على مرض السكري المزمن أي معرفة العلاقة بين المتغيرين.

✓ وتبين أهمية وفائدة الكفالة النفسية للأشخاص المصابين بمرض السكري المزمن، لأن هذه الفئة بحاجة إلى متابعة نفسية لغرس روح العيش بصفة عادية.

✓ الاحتكاك بهذه الفئة لمعرفة حقيقة هذا المرض وكيف يؤثر على الفرد ويغير مجرى حياته والعلاج المناسب له.

✓ تنبيه السلطات المعنية للنظر إلى هذه الشريحة لكي لا يحسوا بنقص ولا بالفارق بينهم وبين الشخص العادي.

✓ الوقوف عند أهمية النظريات التي وضعت من أجل تفسير اضطراب القلق ومرض السكري وإظهار الجانب السيكولوجي لهما.

إن طبيعة الدراسة التي تم القيام بها جعلتنا نختار المنهج العيادي، ذلك بهدف دراسة تأثير القلق على الراشدين المصابين بمرض السكري، لذلك كان لا بد من الالتقاء بالمرضى وجها لوجه، قصد التحدث معهم عن أحوالهم واستجوابهم حول استجابات المحيطين بهم، فهذا ما يساعد الباحث على معرفة السير النفسي للفرد، كم أن الاعتماد على المنهج العيادي يسمح بفهم شخصية الفرد وتقديم المساعدة إليه.

وتم الاعتماد في هذا البحث على وسيلتين من وسائل البحث في المنهج العيادي المتبع في الدراسة وتتمثل في المقابلة العيادية النصف موجهة، ومقياس القلق لسبيلبرجر والهدف من خلال ذلك إلى معرفة تأثير القلق على الراشدين المصابين بمرض السكري المزمن.

✓ النتيجة:

بعد تحليل لكل حالة على حدا، واستنادا على المقابلة النصف موجهة ومقياس سبيلبرجر للقلق الذي تم تطبيقهما على فئة الراشدين الذي أصيبوا بمرض السكري المزمن سواء الخاضعين للأنسولين أو غير الخاضعين للأنسولين، والذين بلغ عددهم ثمانية، كان الهدف من خلال هذه الدراسة الإجابة على الفرضيات التالية:

✓ يؤثر القلق على الراشدين المصابين بمرض السكري.

✓ الراشدين المصابين بمرض السكري يعانون من قلق حالة أكثر من قلق سمة.

✓ يعانون الراشدين المرضى بالسكري من قلق شديد.

وللتحقق من هذه الفرضيات تم القيام بدراسة ميدانية في المؤسسة الإستشفائية بالأخضرية، وكذا بالعيادة المتعددة التخصصات التابعة لها على عينة تتكون من 08 حالات يتراوح سنهم بين (30-50 سنة) وكانت النتائج التي تم التوصل إليها من خلال المقابلة العيادية النصف موجهة أن الفرضية الأولى تحققت لدى 6 حالات وهذا راجع إلى تقبلهم لمرضهم، ومعايشتهم للمرض كحالة سلبية، أما الحاليتين المتبقيتين تعيشان حياة طبيعية.

دراسة مولى ماحي بعنوان دور النشاط البدني والرياضي في التقليل من الضغط النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وانعكاس ذلك على مردوده الوظيفي (2008)، مذكرة ماستر.

وقد تكونت عينة الدراسة على 30 أستاذاً، وقد اعتمد في ذلك على الأداة المتمثلة في الاستبيان وأما طبيعة الدراسة فجعلتنا نختار المنهج الوصفي، وفي الأخير توصل الباحث إلى النتائج التالية:  
الاهتمام بالأساتذة من كل النواحي الجسمية والعقلية، النفسية والاجتماعية وتحقيق التوافق على مستوى القوى العقلية والخلقية والبدنية وذلك لضمان صحة الجسم ونشاط أجهزته الوظيفية.

دراسة فتح بلغول بعنوان دور النشاط البدني الرياضي في إعادة بناء الهوية لدى المعاقين حركياً (2005)، مذكرة ماستر.

هدفت هذه الدراسة إلى تحديد دور النشاط البدني الرياضي في إعادة بناء الهوية لدى فئة المعاقين حركياً، حيث انطلق من فكرة أن ممارسة هذه الشريحة لهذا النوع من النشاط يمكنهم من الحصول على أدوار ومهام جديدة، وكانت عينة الدراسة على 40 معاق حركياً وهذا بعد تقسيمهم إلى فوجين 20 ممارسة و20 غير ممارسة، واعتمد الباحث في ذلك على الاستبيان الخاص بالهوية ومقياس خاص بالمعاش الجسمي، ليتوصل في نهاية دراسته إلى النتائج:

أن الفئة الممارسة للنشاط البدني الرياضي تمتاز بتكوين صورة ايجابية للجسم، وتساعدهم الممارسة في تنشيط العمل عكس الفئة غير الممارسة لها النمط من النشاط.

✚ الدراسات الأجنبية:

دراسة " Chisholm " مدى التوافق النفسي لدى طلبة المدارس الصغار ما قبل مرحلة المراهقة مصابين بمرض السكري، - دراسة تجريبية - (2003).

تكونت العينة من 47 أماً لتلاميذ المدارس الصغار، واستخدم الباحث مقياساً لتحديد التوافق لدى العينة، وقام باختيار الأفراد الأعلى في سوء التوافق وعقد مقارنة بينهم وبين غيرهم أقل تجانساً في كل من المتغيرات الدخيلة وقام بمقابلة أمهات الأطفال، وأسفرت النتائج على ما يلي:

✓ أن الأطفال المصابين بالسكري والذين لديهم مشاكل نفسية تعكس سوء التوافق فهم أكثر تغيماً عن المدارس ويجدون صعوبة في التعامل مع طبيعة مرضهم وصعوبة التعامل مع أفرادهم الذين لا يعانون سوء التوافق وذلك بدرجة أكبر من الأطفال الآخرين.

✓ كما أثبتت الدراسة سوء التوافق انعكس أيضاً على العلاقات العائلية والاجتماعية لدى أفراد العينة وعلى نظام علاجهم لمرضى السكري.

#### دراسة كاتلين ساندرز وآخرون من جامعة مالبورن بأستراليا - دراسة تجريبية - 1970:

فقد قاموا بدراسة تهدف إلى الكشف عن الاتجاهات الانفعالية نحو المرض لدى المصابين بالسكري ، وقد أجريت هذه الدراسة على 50 مصاباً بالسكري بواقع 27 ذكور و 23 أنثى تراوحت أعمارهم بين 23 و59 سنة تم اختيارهم عشوائياً من مستشفى مالبورن الملكي، ومجموعة ضابطة مكونة من أقارب المصابين بلغ عددهم 51 فرداً، وقد استخدمت بالإضافة إلى اختبار كاتل ( 16عاملاً) مقابلة إكلينيكية تتمركز حول انتباه المريض، نحو مرضه ونحو المستقبل والإصابة أو المريض الذي يفضل له لو خير بينه وبين السكري، أسفرت نتائج الدراسة على أن السكري في حد ذاته يمثل مصدر ضيق بالنسبة للمصاب وعائلته، كما ارتبط الخوف والقلق والاكتئاب بالزيادة في نسبة السكر في الدم.

#### 9. التعليق على الدراسات:

✓ دراسة **دهاني هدى** كانت على المصابين بمرض السكري وهي العينة التي نقوم بدراستها باختلاف الفئة العمرية حيث اقتصرنا على حالات تراوح سنهم بين (30-50 سنة) بالمؤسسة الإستشفائية بالأخضرية، وكذا بالعيادة المتعددة التخصصات التابعة لها، لمعرفة العلاقة بين القلق ومرض السكري وهو ما ساعدنا في التعرف على الأسباب التي تساعد في التقليل من الإصابة مضاعفات داء السكري، كما اختلف المنهج الذي اتبعه الباحث مع بحثنا حيث اتبع المنهج العيادي (الإكلينيكي) بهدف دراسة تأثير القلق على مرضى السكري.

✓ ونرى أن دراسة **مولي ماحي** كانت حول النشاط البدني الرياضي وعينته كانت أساتذة التربية البدنية والرياضية بهدف معرفة دور النشاط البدني الرياضي في التقليل من الضغط النفسي للأساتذة وهو ما يتوافق مع دراستنا في دور ومساهمة النشاط البدني الرياضي وإخلافنا في المجتمع وعينة الدراسة، أما المنهج فكان متمثالاً بإتباعنا للمنهج نفسه الوصفي وكذا الأداة المتمثلة في الاستبيان.

✓ وكانت دراسة **فتحي بلغول** كذلك على النشاط البدني الرياضي والذي توجه إلى فئة المعاقين حركياً وما يقدمه النشاط الرياضي في إعادة بناء الهوية لهاته الفئة، مست دراسته نفس الجانب المتمثل في النشاط البدني الرياضي واختلافنا في الفئة المدروسة، أما بالنسبة لأدوات الدراسة فستستخدم أداتين وهما الاستبيان وهو نفس الأداة التي استخدمناها بالإضافة إلى استخدامه مقياس خاص بالمعاش الجسمي.

✓ أما دراسة **Chicholm** فكانت دراسة تجريبية للمصابين بالسكري لتلاميذ المدارس، حيث كانت الدراسة لمعرفة التوافق النفسي للمصابين بالسكري قبل مرحلة المراهقة واستخدام الباحث أداة الدراسة المتمثلة في مقياس لتحديد التوافق لدى العينة واختلفت دراستنا معه من حيث المنهج والعينة وكذا أداة الدراسة.

✓ دراسة **كاتلين ساندر وآخرون**: دراسة تجريبية أخرى في "مستشفى مالبورن" بهدف الكشف عن الاتجاهات الانفعالية نحو المصابين بالسكري لفئة تراوح سنهم بين (23-59 سنة) كان اختيارهم عشوائياً استخدم الباحث "اختبار كاتل" بالإضافة إلى مقابلة إكلينيكية، وكان المنهج التجريبي الذي استخدمه على 50 مريض بالسكري وعينة ضابطة 51 فرد، وهو ما يختلف في بحثنا حيث توجهت دراستنا نحو الأطباء المختصين في مرض السكري واستخدامنا لأداة الاستبيان وللمنهج الوصفي.

✓ اختلفت دراستنا من حيث الفئة التي كانت كل الدراسات متوجهة نحو المريض في حد ذاته وهو ما دفعنا لاختيار فئة الأطباء المختصين في داء السكري وتوجيه الأداة المستخدمة في الدراسة (الاستبيان) لهم لمعرفة دقيقة بما يساهم ويقدمه النشاط البدني الرياضي للمصابين بالسكري.

وتعقبنا ما قدمه الباحثون والدارسون حول الأشخاص المصابين بداء السكري، وممارسة النشاط البدني الرياضي، وقد اطلعنا على تلك الدراسات المتوفرة، مستفيدين منها ما يلي :

✓ وضع الإطار العام للأساس النظري.

✓ الاستفادة من اقتراحات الدراسات المشابهة.

- ✓ تصميم أداة الدراسة والمتمثلة في الاستبيان من دراسة فتحي بعلول و مولى ماحي.
- ✓ الاستفادة من مراجع الدراسات المشابهة.
- ✓ الاستفادة من الأساليب الإحصائية.
- ✓ مقارنة نتائج الدراسة الحالية بالنتائج التي توصلت إليها الدراسات المشابهة.
- ✓ الاستفادة من المنهجية والمنهج العلمي المتبع في دراسة مولى ماحي وإتباعنا للمنهج الوصفي.