

الفصل الأول

المقدمة

- تقديم
- مشكلة البحث وأهميته
- أهداف البحث
- فروض البحث

المقدمة

تقديم

الأمراض النفسية من أقدم الأمراض التي وجدت في الحياة البشرية ، وكتب عنها في جميع الديانات والكتابات القديمة . وقد تغيرت النظرة الى المرض النفسى عبر مراحل التاريخ ، فمنذ عدة قرون كان يعتقد بأن المرضى المصابين بالأمراض العقلية تتقمصهم أرواح شريرة وكان يعاملهم الناس على أنهم مهرجون ومتشردون والقليل منهم كان موضع احترام وبركة ، ومع بدء ظهور المستشفيات في القرن التاسع عشر في أوروبا وانتشارها في دول أخرى تغيرت طرق المعالجة واتجهت اتجاها انسانيا مثل الترفيه عن المرضى والرياضة والعلاج بالأعشاب ، وفي القرن العشرين ظهرت وسائل حديثة لمعالجة الأمراض النفسية ، هي المعالجة الدوائية والفيزيائية كالصدمات الكهربائية (إعادة تنظيم ايفاع المخ) والعلاج بالكلام ، وهذه الطرق وضعت الأسس الحديثة للشورة العلاجية للأمراض النفسية . (١: ١٣)

ومع زيادة معدل التطور والتقدم الحضارى السريع نتوقع أن يزداد المرضى النفسيين نتيجة لذلك ، حيث لا يستطيع بعض الناس مواكبة هذا التطور بالسرعة التى يحدث بها .

ومن هنا ازداد الاهتمام بهؤلاء المرضى الذين يزداد عددهم مع زيادة النمو الحضارى ، ومن الممكن أن تكون أحد وسائل هذا الاهتمام هو استخدام النشاط البدنى الموجه والمنتظم كوسيلة مساعدة بجانب وسائل العلاجات الأخرى فى علاج هؤلاء المرضى ، حيث أن الانسان كل متكامل من النفس والجسد ولا يمكن الفصل بينهما ، حيث كانت مشكلة العلاقة بين النفس والجسد حجر الزاوية فى فكر الفلاسفة بداية من أفلاطون وأرسطو ومرورا بابن سينا حتى يومنا هذا (١٥: ٦) .

وبناء على هذه العلاقة الواضحة فان التعامل مع الجسد وصولا الى النفس كان أحد أساليب العلاج دائما بل كان أسلوبا أوحد أحيانا حينما كان يضرب المرضى حتى تخرج الشياطين من أجسادهم (١٦: ٢١)

ومايهما هنا هو ابراز الفكرة ذاتها . . وهى فكرة التعامل مع الجسد . اذن فالمبدأ موجود لكن أساليب هذا التعامل تختلف ، فهل يمكن أن تكون الرياضة البدنية أحد وسائل هذا التعامل ؟ لم

اللانشطة الرياضية من تأثيرات ايجابية عل جوانب الفرد المختلفة (البدنية والنفسية والاجتماعية) ، حيث يذكر "تشارلز بيوكر ١٩٦٥" ان ممارسة الانشطة البدنية المقننة لها تأثير قوى وفعال فى اعادة بناء شخصية الفرد ، حيث أن ممارسى النشاط البدنى يكتسبون بعض الصفات البدنية كالتحمل والسرعة والقوة والمقدرة على مقاومة التعب والشفاء منه وتصبح المهارات التوافقية جزءا من جهدهم الحركى لدرجة أن يصيروا ذوى كفاية لتأدية الأعمال البدنية وأنهم من الناحية الاجتماعية سوف يتعلمون كيف يلعبون دورا له أثره فى الحياة الجماعية كما يصبحوا أقدر على فهم المواقف الجديدة بعمق أكبر نتيجة لهذه الخبرات التى اكتسبوها من الانشطة البدنية (٤٢:٩). كما يتفق " كمال درويش ومحمد الحماحمى ١٩٧٨ " أن النشاط الرياضى الموجه يعتبر من الوسائل المساعدة والهامية فى علاج المريض النفسى فى تنشيطه وتدريب حواسه وتنمية قدراته واستعداداته والتى تؤدى الى اعادة توافق المريض وتصالحه مع جسده (٢٥:٢٢٧).

مشكلة البحث وأهميته :

يحاول هذا البحث الاجابة على سؤال محدد وواضح وهو هل تؤدى ممارسة الانشطة الرياضية الى تحسن فى بعض التغيرات الفسيولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى التكيف النفسى والاجتماعى للمرضى النفسيين ؟ ... وقد أختيرت العينة من الفصاميين المزمنين وهم يمثلون نسبة كبيرة من نزلاء مستشفيات الأمراض العقلية . ومغزى اختيار العينة من هؤلاء المرضى هو أنه نظرا للازمان (وسوف نناقش معناه فيما بعد) فانه تتأثر كل يوم النواحي النفسية بدرجة واضحة فيحدث اضطرابات شديدة فى التفكير والسلوك مما يؤثر على التكيف النفسى والاجتماعى تأثيرا واضحا (٤٠:٣٢).

وكذلك يؤثر على النواحي الجسمية فيحدث ارتخاء نسبي للعضلات ويحدث اضطرابات فى الأجهزة الحيوية مثل صعوبة التنفس وزيادة ضربات القلب ... الخ (٢٧:١٣) وبالتالي فان ممارسة الرياضة اذا ماكانت تؤدى الى تحسن فى هذه المتغيرات التى حددناها فان هذا التحسن سوف يدرك بسهولة من خلال هذه العينة حيث تكون فيها هذه المتغيرات فى أدنى مستوياتها ، كما أنه طالما أن هؤلاء المرضى الفصاميين المزمنين يمثلون نسبة كبيرة من نزلاء المستشفيات العقلية .. فان الاهتمام بهم وبالوسائل الممكنة لعلاجهم وضمنها تحسين المتغيرات الفسيولوجية وعناصر اللياقة البدنية والتكيف النفسى والاجتماعى

يعتبر فى نفس الوقت اهتمام بنسبة كبيرة من المرضى النفسيين . ولاحظت الباحثة من خلال قراءاتها فى المجال النفسى والرياضى أن المريض النفسى يحتاج أن يتلقى خدمة طبية وتأهيلية مناسبة فى اطار الرعاية النفسية اللازمة له ، وكلما تميزت تلك الخدمة والرعاية وارتفع مستواها ساعد ذلك على تحقيق مستوى أفضل بدنيا وصحيا ونفسيا مما يساعد المريض على التحسن ما أمكن ذلك (١: ٥٣) .

وعلى الرغم مما أكدته الدراسات الأجنبية السابقة والمراجع العلمية من الآثار الايجابية التى تعود على المرضى النفسيين كنتيجة لممارستهم للأنشطة والبرامج الرياضية الموجهة ، إلا أن الدراسات والبحوث التى أجريت فى مصر فى مجال المرضى النفسيين لم تتطرق أى من هذه الدراسات والبحوث "فى حدود علم الباحثة" الى هذه الفئة على الرغم من أنهم يمثلون نسبة كبيرة من المجتمع (٢: ١٦) ورغم أن تلك الدراسات تناولت فئات خاصة مختلفة مثل (المعوقين بدنيا ، المسنين ، المنحرفين ، فاقدى البصر ، الصم والبكم ، ضعف العقول) (٥، ١٧، ٢٩، ٢٥، ١١، ١٠) . وقد دفع هذا الباحثة الى اختيار مجال المستشفيات والمصحات النفسية بصفة عامة والمرضى النفسيين المزمنين بصفة خاصة كمجال بشرى يضم القاعدة العريضة من المرضى النفسيين والذي يمكن من خلاله اجراء هذه الدراسة التى تقدم فيها الباحثة برنامجا رياضيا ، يتناسب مع المرضى النفسيين الذين يعانون من الفصام المزمّن ويتسق فى محتواه بقدر الامكان مع محتوى البرنامج العلاجى الموجود بالمستشفى وكذلك مع الامكانيات المادية والبشرية المتاحة ، بهدف التعرف على أثر اشتراك المريض النفسى فى نشاط رياضى منظم وموجه على التكيف النفسى والاجتماعى وبعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية .

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث الى التعرف على :

- ١ - تأثير البرنامج الرياضى المقترح على التكيف النفسى والاجتماعى للمرضى النفسيين الذين يعانون من الفصام المزمن .
- ٢ - تأثير البرنامج الرياضى المقترح على بعض المتغيرات الفسيولوجية للمرضى النفسيين الذين يعانون من الفصام المزمن .
- ٣ - تأثير البرنامج الرياضى المقترح على بعض المتغيرات البدنية (عناصر اللياقة البدنية) للمرضى النفسيين الذين يعانون من الفصام المزمن .

فروض البحث :

- ١ - يؤثر برنامج النشاط الرياضى المقترح تأثيرا ايجابيا على التكيف النفسى والاجتماعى للمرضى النفسيين الذين يعانون من الفصام المزمن
- ٢ - يؤثر برنامج النشاط الرياضى المقترح تأثيرا ايجابيا على بعض المتغيرات الفسيولوجية للمرضى النفسيين الذين يعانون من الفصام المزمن .
- ٣ - يؤثر برنامج النشاط الرياضى المقترح تأثيرا ايجابيا على بعض المتغيرات البدنية (عناصر اللياقة البدنية) للمرضى النفسيين الذين يعانون من الفصام المزمن .