

جامعة الجزائر
كلية العلوم الإجتماعية
قسم التربية البدنية و الرياضية
- دالي ابراهيم -

مذكرة لنيل شهادة الماجستير في منهجية و نظريات التربية البدنية و الرياضية
تخصص : علم النشاط البدني الرياضي المكيف

نشاطات الرياضات الجماعية و علاقتها بالتوافق
النفسي الاجتماعي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي
في المحيط المدرسي

تحت إشراف :
الدكتورة : لزعر سامية

إعداد الطالب :
بوجليدة حسان

السنة الجامعية 2001-2002

المقدمة :

يمر الإنسان أثناء نموه بعدة مراحل متسلسلة الواحدة منها تكمل الأخرى، ويقطع خلالها أشواطاً من التقدم والرقي في ميادين مختلفة من الحياة، ويتفق علماء النفس ودارسوا السلوك الاجتماعي على أن التوافق بأبعاده المختلفة يعد من المعايير الأساسية، ومن إبراز العوامل في إحراز الارتقاء الحضاري نظراً لما تحققه من سواء نفسي واجتماعي للفرد في إطار علاقته بذاته وبالجمتمع. فتحسن ظروف أي مجتمع نحو الأفضل لا يتأتى إلا بسلامة شخصيات أفراده وتمتعها بقدر كبير من الاتزان، وفي الغالب ينشأ سوء التكيف عندما تكون الأهداف ليست سهلة التحقيق، أو عندما تتحقق بطريقة لا يوافق عليها المجتمع.

موضوع التوافق كان وما زال محور العديد من الدراسات التي تصدت له بالبحث والتحليل نظراً لما تحققه من تطور وارتقاء على الصعيدين النفسي والاجتماعي، في جوهر نتائج عمليات مستمرة من التوافق والاستعدادات الفطرية للفرد، وعناصر التنشئة الاجتماعية خلال مراحل النمو المتعاقبة.

ومرحلة المراهقة بخصوصياتها وبمميزاتها تتطلب درجة أكبر من الاهتمام، وذلك لما تكتسبه من أهمية في حياة الفرد، ففيها ينفرد النمو بوتيرة سريعة يؤدي إلى حدوث تحولات فيزيولوجية عميقة وفجائية تنعكس بدورها على النواحي المختلفة للشخصية كاضطراب العلاقات الاجتماعية بين المراهقين والراشدين عامة من جهة، وعدم الاستقرار الانفعالي، والتقلب المزاجي السريع، وتعدد الطموحات والرغبة في التحرر من الوصاية الأسرية من جهة أخرى، فهي إذن الجسر الذي ينقل المراهق أو المراهقة من عالم الطفولة إلى عالم الرجولة أو الأنوثة. وتمثل نشاطات الرياضات لاسيما الجماعية منها حاجة هامة لصحة الفرد النفسية لتحقيق التوافق بأبعاده المختلفة لدى هذه الفئة، بالنظر إلى المتعة التي تجلبها للمراهق من خلال الفرص التي تتيحها له لإشباع مختلف الرغبات و الحاجات التي يتطلبها النمو في هذه المرحلة بصفة مقبولة اجتماعياً كالحاجة إلى الانتماء، الحاجة إلى الاستقلال، الحاجة إلى إثبات النفس.

وانطلاقاً من المعطيات السابقة، قمنا بهذه الدراسة بغرض معرفة العلاقة بين ممارسة التلاميذ لنشاطات الرياضات الجماعية، وتوافقهم النفسي الاجتماعي بمحيطهم المدرسي، وبتابعنا لخطوات المنهج الوصفي قمنا بإنجاز هذه الدراسة في بابين بالاعتماد على الخطوات التالية :

- الفصل التمهيدي: وهو خاص بطرح الإشكالية، فرضيات البحث، أهمية البحث وأهدافه، وكذا المفاهيم الأساسية للدراسة، والدراسات السابقة.

الباب الأول: ويشمل الجانب النظري للدراسة وهو يظم :

الفصل الأول: خاص بالتوافق النفسي الاجتماعي.

الفصل الثاني: خاص بمرحلة المراهقة.

الفصل الثالث: خاص بنشاطات الرياضات الجماعية.

أما الباب الثاني: فيشتمل على الجانب التطبيقي للدراسة وهو يضم:

الفصل الأول: ونشير فيه إلى المنهج المتبع في هذا البحث، تحديد المتغيرات، وعينة الدراسة وكيفية

اختيارها، وكذا الدراسة الاستطلاعية، وأدوات الدراسة وحدودها، والأساليب الإحصائية المطبقة فيها.

الفصل الثاني والأخير: وهو مخصص لعرض ومناقشة النتائج، وكذا التوصيات والاقتراحات، ثم خاتمة

الدراسة.

1-الإشكالية :

يمر الفرد منذ ولادته وحتى ينتهي به الأجل بمراحل مختلفة من النمو، تتفاعل خلالها استعداداته البيولوجية مع معطيات محيطه الاجتماعي، وبفضل هذه الحالة الدائمة من التطور يصبح شخصا قادرا على تحمل المسؤولية والتدرج نحو اكتساب الهوية.

والمراهقة حلقة من حلقات سلسلة الارتقاء الإنساني التي تمثل فترة ميلاد حقيقية، حيث تمثل مرحلة حرجة في حياة كل فرد مما يحدث فيها من اندفاعات و تغيرات وتوترات انفعالية حادة، كما أن هذه المرحلة تكثر فيها المشاكل النفسية والاجتماعية والمدرسية، والتي غالبا ما تعكر صفو حياة المراهق نفسه.

وبصفة عامة فإن خلال هذه المرحلة يحتاج المراهق لتنمية الذات والاستقرار الداخلي، والقدرة على التوفيق بين رغباته وأهدافه، وكذلك في حاجة إلى توجيه وإلى تعلم العمل المنتج مع الآخرين، و اللعب معهم بالصورة التي تكفل له الإبداع و المتعة، وهذه الحالات تؤكد أهمية التربية البدنية و الرياضية بطبيعتها أداة فعالة في عملية إعداد الفرد للمجتمع، لأن جوهر الإنسان يهدف إلى استعمال المجتمع من جميع النواحي.

وإذا بحثنا فكرة إعداد المواطن الصالح لوجدنا أن التربية البدنية لها دخلا كبيرا في تحقيقها، إذ أن المواطن لابد أن تتاح له الفرص لاثبات شخصيته، وأن ينال من أوجه التربية والرعاية الصحية والاجتماعية، والثقافية قسطا يدعم إيمانه بنفسه، ويفضل المجتمع عليه، والتربية عملية مستمرة ينبغي أن يتناولها الفرد في كافة نواحي حياته سواء في أوقات عمله أو فراغه، سواء بمفرده أو مع الجماعة المتصل بها . (1)

والنشاط الرياضي و ما يصاحبه من لعب وسرور يلقي ميلا ورغبة من أفراد وجماعات، ولذا يعتبر من أهم النواحي للبرامج التي تقوم بها الجماعات، وهدفه إيجاد الفرص المناسبة لإشباع ميل الفرد الطبيعي للنشاط البدني وتنمية جسمه، وإكسابه التناسق في حركاته، بجانب إكسابه صفات اجتماعية وخلقية متعددة، كالتعاون والنظام والتسامح والتغلب على الصعاب، والعمل من أجل الجميع. (2)

ففي دراسة أجراها بوهрман (Buhrman) عام 1977 للتعرف على بعض جوانب الانحراف وعلاقتها بالنشاط الرياضي لدى طالبات المرحلة الثانوية في إيوا Iawa ، أشارت النتائج إلى أن المشاركة الرياضية ذات علاقة ارتباط عكسي (سلبى) مع التدخين، تعاطي الكحوليات، المشاركة، الغش في الامتحانات، الوقوع في متاعب مع الشرطة، كما أفادت النتائج أيضا أن درجة الأداء الرياضي ترتبط إيجابا مع السلوكيات والأخلاق الحميدة المتعارف عليها.(3)

(1)- كمال الدين زكي ، محمد عادل خطاب.- التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية. دار النهضة العربية . القاهرة 1965 ص: 39

(2)- نفس المرجع . ص: 4

(3)- أمين أنور الخولي- الرياضة والمجتمع .عالم المعرفة . الكويت 1996 . ص: 267

وفي دراسات لندرزو لندرزو (Landres et Landres) عام 1978، أبرزت النتائج التأثيرات المفيدة للمسابقات الرياضية في المدرسة في خفض معدلات الجنوح لدى الأحداث، وكانت النتائج قد أظهرت أن أعلى معدلات الجنوح كانت قد ظهرت بين فئة الطلاب الذين لا يمارسون الرياضة في برامج النشاط الداخلي في المدرسة، بينما أقل معدلات الجنوح كانت للطلاب الذين صنفهم الباحثان ضمن فئة الرياضيين وقادة الخدمات الرياضية بالمدرسة. (1)

كما أجرت ريتشاردسن (Richardson) دراسة على الطلاب المترددين على عيادة الأخصائي النفسي الاجتماعي، وأوضحت النتائج أن الطلاب ممن يحتاجون إلى استشارات نفسية لا توجد لديهم صلة بالأنشطة الرياضية أو الترويحية، ولقد استنتج أن الاشتراك في الأنشطة الترويحية والرياضية يحافظ على الاستقرار الانفعالي، والالتزان في اتخاذ القرارات. (2)

ومن هنا فإن النشاطات الرياضية بمختلف تخصصاتها تسعى إلى تحقيق الصحة بمفهومها الشامل التي تتضمن الصحة البدنية، والعقلية والنفسية والاجتماعية، وتهدف كذلك إلى إكساب الصفات الخلقية التي ينأسس عليها بناء العلاقات الاجتماعية، والمبادئ الخلقية المتماشية مع المثل العليا للمجتمع، ومحاولة منا لمعرفة الدور الذي تلعبه ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهقين في محيطهم المدرسي تم طرح الإشكالية التالية:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للرياضات الجماعية والطلاب غير الممارسين في التوافق النفسي الاجتماعي في المحيط المدرسي؟
وانطلاقاً من هذه الإشكالية تم طرح التساؤلات التالية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص الشعور بالانتماء؟
2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص الإحساس بالثقة في النفس؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص التحكم الانفعالي؟
4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص التحرر من السلوكات السلبية؟

5- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص سمة الاجتماعية؟

(1)- أمين أنور الخولي. مرجع سابق. ص: 268

(2)- نفس المرجع. ص: 268

2- الفرضيات:

- بناء على التساؤلات المطروحة في إشكالية الدراسة، تم صياغة فرضيات البحث على الشكل

التالي:

الفرضية العامة :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة في التوافق

النفسي الاجتماعي لصالح المجموعة الممارسة.

الفرضيات الجزئية:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص

الشعور بالانتماء لصالح المجموعة الممارسة.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص

الإحساس بالثقة في النفس لصالح المجموعة الأولى.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص

التحكم الانفعالي لصالح المجموعة الممارسة.

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص

التحرر من السلوكات السلبية المضادة للمجتمع لصالح المجموعة الممارسة.

5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص سمة

الاجتماعية لصالح المجموعة الممارسة.

3- أهمية البحث :

تعد دراسة التوافق النفسي الاجتماعي لدى شريحة المراهقين من أهم دراسات علم النفس الاجتماعي، وهي التي يكون فيها الفرد موضوع الدراسة، فتحديد مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لأي إنسان يعد من الأمور البالغة الأهمية في شخصية الفرد. وعليه فإن أهمية هذا البحث تكمن بالدرجة الأولى في الأهمية البالغة التي يجب أن نوليها للمراهق كفرد من أفراد المجتمع، فصعوبة هذه المرحلة الحساسة التي يكون فيها التلميذ معرض للانفجارات الانفعالية، والتذبذب في العلاقات الاجتماعية، بالتالي احتمال إصابته بمختلف الأمراض النفسية أو الانحرافات السلوكية، يستلزم على كل باحث خاصة في الميدان التربوي تسليط الضوء عليها من كل الجوانب، وهذا من أجل مساعدة المراهق لتخطي هذه المرحلة الصعبة بنجاح وبطرق سليمة، لأن أي خلل في هذه المرحلة ينعكس مباشرة على شخصية التلميذ بصفة عامة، وعلى مردوده الدراسي بصفة خاصة.

4- أهداف البحث:

يتمحور هذا البحث حول النقاط التالية:

- 1- محاولة توضيح أهمية نشاطات الرياضات الجماعية ومدى تأثيرها على التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية مع الوسط الذي يتمرسون فيه.
- 2- إبراز دور نشاطات الرياضات الجماعية في النمو المنظم للتلميذ من الناحية النفسية والاجتماعية .
- 3- محاولة خلق جو اجتماعي بالمحيط المدرسي يسهل للمراهق الاندماج فيه، ويساعده على تحقيق ذاته من خلال تعامله مع الآخرين.
- 4- تحقيق الحاجات النفسية للمراهق من خلال ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية.
- 5- خلق دوافع جديدة تعمل على إنماء شخصية المراهق وإكسابه مهارات واتجاهات نافعة.
- 6- تحسين العلاقات بين التلاميذ، وخلق علاقات جديدة بممارسة نشاطات الرياضات الجماعية.

5- مفاهيم الدراسات:

1-التوافق: التوافق مصطلح يشير إلى قدرة الفرد على التوفيق بين رغباته وأهدافه من جهة وبين الخصائص المادية والاجتماعية التي يعيش في وسطها من جهة أخرى....

ويرى مصطفى فهمي أن التوافق عملية ديناميكية مستمرة يهدف بها الفرد إلى تغيير سلوكه، ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين البيئة، وهي كل ما يحيط بالفرد والتي تؤثر فيه ويتأثر بها. (1) ويشمل التوافق بعدين:

1-1- التوافق الشخصي: هي تلك العملية التي يحقق بها الطالب حالة من الاتزان مع نفسه، ويظهر ذلك في أن يكون واثقاً منها معتمداً عليها في مواجهة المواقف التي يتعرض لها، كما يظهر في ميله إلى التحرر والواقعية والانتماء، والانبساط. (2)

1-2- التوافق الاجتماعي: هو تلك العملية التي يحقق بها الفرد نوعاً من التوازن في علاقاته التي يستطيع من خلالها إشباع حاجاته في حدود ثقافة المجتمع وعاداته وتقاليده .

ويعرفه أحمد زكي بدوي بتلك العملية الاجتماعية التي تتضمن نشاط الأفراد والجماعات، وسلوكهم التحرري إلى الملائمة، والانسجام بين الفرد وبين جملة أفراد وبيئتهم أو بين الجماعات المختلفة، فمن الضروري أن يتكيف الأفراد لما يسود مجتمعهم من عادات وأذواق وأراء واتجاهات، حتى تسير جوانب الحياة الاجتماعية في توافق(3).

2-المراهقة: المراهقة مصطلح وصفي يقصد به مرحلة معينة تبدأ بنهاية الطفولة، وتنتهي بابتداء مرحلة النضج أو الرشد، أي المراهقة هي المرحلة النهائية لنمو الفرد غير الناضج جسدياً وفعالياً وعقلياً واجتماعياً، نحو بدأ النضج الجسمي والعقلي، والانفعالي. (4)

وتكتسب مرحلة المراهقة أهميتها من حيث أنها المرحلة التي يتم فيها إعداد الناشئ كي يصبح مواطناً يتحمل مسؤوليات الاشتراك في المجتمع الكبير، حيث تنتقل من خلالها الشخصية من عالم الطفولة إلى بداية سن الرشد

(1)- مصطفى فهمي-التكيف النفسي -ط2- مكتبة مصر. القاهرة ص:125

(2)- عبد الغني الخطيب -الطفل المثالي في الإسلام -بدون سنة. المثلث الإسلامي ص:72

(3)- أحمد زكي بدوي- معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية-ط1 -مكتبة لبنان -بيروت. 1978 ص:280

(4)- أحمد زكي صالح -علم النفس التربوي - مكتبة النهضة العربية- ط2- مصر 1960. ص:193

وتحمل المسؤولية والاندماج في الحياة الراشدة، ولل فروق الفردية أثر كبير في تحديد بداية ونهاية هذه المرحلة، ومع نهايتها يكون المراهق قد قطع أشواطاً من التطور في مظاهر النمو المختلفة، الشيء الذي يسمح له بتكوين جهاز قيم، ويكتسب القدرة على إقامة علاقات اجتماعية، وإدراك مرامي تصرفات الأشخاص الذين يتعامل معهم، والتقييم الموضوعي لإمكانياته الذاتية الأدائية، الأمر الذي يسمح له بتوفير مستوى مقبول من التوافق النفسي الاجتماعي.

3- الرياضات الجماعية : هي نشاط رياضي ذو طابع جماعي يشترك فيه أكثر من شخص واحد في جو تنافسي، لتحقيق هدف جماعي مشترك، ويحصل فيها تفاعل كبير بين الرياضيين، وهذا التفاعل ينتج عنه ما نسميه بالديناميكية الجماعية حيث يتحقق فيها تنظيم علاقة الفرد الواحد بالفريق الذي ينتمي إليه، وتنظيم دقيق لعلاقة الفرد بالخصم.

وتتميز الرياضات الجماعية عن باقي النشاطات الرياضية بطابعها الجماعي، والتنافسي الذي يكون في شكل مقابلة بين فريقين متجانسين يغلب عليها الجانب الترفيهي أو الترويحي، وبقوانين تضبطها وتحدد صفة الاتصال المسموح به مع الزملاء، والاحتكاك بالخصم.

وهي كوسيلة تربوية مهمة تساهم في التطوير الإيجابي للعديد من الجوانب عند الفرد سواء كانت جسمية، نفسية، اجتماعية أو تربوية (سلوكية).

6 - الدراسات السابقة:

في إطار حدود البحث والإمكانات المتوفرة لدينا لم نتمكن من الحصول على الدراسات السابقة التي تناولت موضوع بحثنا بنفس المتغيرات التي اعتمدها، وما تحصلنا عليه هو بعض الدراسات العربية المشابهة، والتي تدرس الموضوع من أحد متغيراته، وتمثلت هذه الدراسات في:

1- دراسة نعيمة محمد بدر يونس: (1983) عن علاقة المناخ المدرسي بالتوافق النفسي لتلاميذ المرحلة

الثانوية. (1)

كان هدف هذه الدراسة هو وضع مقياس يمكن بواسطته قياس المناخ المدرسي في المرحلة الثانوية، والكشف عن العلاقة بين المناخ والتوافق النفسي العام للتلاميذ.

اشتملت هذه الدراسة على عينة قوامها 600 طالب وطالبة، ينتمي نصفهم إلى الثانوية العسكرية، وينتمي النصف الآخر إلى الثانوية العامة.

(1)- نعيمة محمد بدر يونس-دراسة المناخ المدرسي في المرحلة الثانوية وعلاقته بالتوافق النفسي للطلاب- رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. جامعة عين شمس. 1983

في هذه الدراسة قامت الباحثة بمقارنه بين نوعين من النظم المدرسية، وهما النظام العسكري والنظام العادي فيما يخص التوافق النفسي العام للطالب، وتوصلت أثناء استخدامها لمقياس المناخ المدرسي، واختبار كاليفورنيا للشخصية إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب في المدارس العسكرية والطالبات في الثانوية العامة، وذلك لصالح الطالبات، وتعني هذه النتيجة بالدرجة الأولى أن المناخ الموجود في المدارس العسكرية لا يساعد على التوافق النفسي الجيد بالمقارنة بالمناخ في المدارس العادية، أو بمعنى آخر (المدنية)، وقد يعود هذا إلى النظام والصرامة المتواجدين في المدارس العسكرية، الساعية إلى تكوين الطالب تكويناً عسكرياً تحضيرياً ليكون أحد أفراد القوات المسلحة في المجتمع، وهذا خلافاً للتكوين في المدارس العادية التي تسعى إلى التكوين العلمي والتربوي.

2- دراسة ميخائيل عبده : عن سوء التوافق عند الطلاب المراهقين.(1)

هدف هذه الدراسة هو معرفة العوامل التي يمكن أن تؤثر على سوء التوافق عند الطلاب المراهقين، وقد شملت الدراسة عينة قوامها 90 حالة من حالات الطلاب المراهقين في المدارس الثانوية بالإسكندرية، وذلك للتعرف على السلوك الشاذ في المدرسة، وسوء التوافق في البيت وحاجات المراهقين، وعدوانهم وشعورهم بالإثم. اتبع الباحث أسلوب دراسة الحالة كمنهج وتوصل إلى نتائج مفادها أن هناك:

- عوامل تتصل بشخصية الفرد مثل درجة النمو والصفات الجسمية، والنواحي الصحية، والقدرات العقلية وأهمها الذكاء، وبعض العوامل المتصلة بالناحية النفسية كالعادات والعواطف.
- وعوامل متصلة بالبيئة كالحالة الاقتصادية وشخصية الوالدين، وطرق تربيتهم لأبناءهما والعلاقات الأسرية.
- وعوامل متصلة بالمدرسة كالنظام التعليمي، وأساليب التربية وطرق التدريس، وعوامل اجتماعية كوسائل التسلية المادية، وجماعة الرفاق والأندية والجماعات، والتراث الثقافي.

وعموماً فإن هذه الدراسة استطاعت إلى حد ما إظهار أهم العوامل المؤثرة في سوء التوافق خاصة العوامل المدرسية، حتى يمكننا الاهتمام بها ومحاولة تحسينها، حتى لا تكون معوقة للتوافق الذي ننشده للمراهق.

(1)- ميخائيل عبده -سوء التوافق عند الطلاب المراهقين- بحث منشور في كتاب ميخائيل معوض. دراسات مقارنة في مشكلات المراهقين في المدن والريف (السلطة والطموح). دار المعارف بمصر القاهرة 1971 .

3- دراسة صالح أحمد مرحاب: (1984) عن التوافق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح . (1)

كان الهدف من هذه الدراسة هو الكشف عن العلاقة التي قد تكون بين مظاهر التوافق النفسي ومستوى الطموح لدى مجموعة من المراهقين المغاربة من كلا الجنسين، والفروق بين ذوي مستوى الطموح المنخفض من حيث التوافق النفسي العام بأبعاده المختلفة على نحو يمكن أن يؤدي إلى فهم أوضح لطبيعة التوافق النفسي في علاقته بمستوى الطموح.

وقد شملت هذه الدراسة 432 طالبة وطالب مناصفة بين جنسين بالمؤسسات التعليمية بولاية الرباط، اختيروا بطريقة عشوائية، واستخدم الباحث في هذه الدراسة كلا من استبيان الطموح لكاميليا عبد الفتاح ، واختبار التوافق للطلبة.

أوضحت نتائج هذه الدراسة أن هناك علاقة موجبة ودالة إحصائيا بين التوافق النفسي العام ومستوى الطموح لدى المراهقين والمراهقات بالمغرب، كما أوضحت أن هناك علاقة موجبة بين جميع أبعاد التوافق الفرعية (المنزلي، الصحي، الاجتماعي والانفعالي) ومستوى الطموح، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوي مستوى الطموح المنخفض وذوي مستوى الطموح العالي، وذلك فيما يتعلق بمستوى التوافق العام لدى المجموعتين الذكور والإناث لصالح ذوي مستوى الطموح العالي.

ومجمل القول فإن هذه الدراسة أوضحت لنا أن هناك علاقة موجبة بين مستوى الطموح والتوافق النفسي، وعليه فإن مستوى الطموح يمثل أحد العوامل التي يمكن أن تكون الأثر في إيجاد أشخاص متوافقين بصورة جيدة.

(1) - صالح أحمد مرحاب : التوافق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح - رسالة دكتوراه غير منشورة.معهد الدراسات العليا للطفولة، الدراسات النفسية والاجتماعية . جامعة عين شمس . 1984

تمهيد:

تعتبر عملية التوافق من العمليات الهامة في حياة الإنسان بمراحلها المختلفة من الطفولة إلى الشيخوخة، كما أنها الهدف الأساسي الذي يصبوا إليه، ليعيش في سلام مع نفسه ومع المحيطين به في جميع المؤسسات الاجتماعية انطلاقاً من الأسرة مروراً بالمدرسة، والمجتمع بوجه عام، ذلك أن انعدام هذه العملية تجعل الفرد يتخبط في مشكلات توافقه تعيقه عن بلوغ أهدافه.

حيث لا يمكن للإنسان المكون من النوازع المادية، و الروحية، و الحاجات النفسية، و الاجتماعية الوصول إلى مستوى مقبول من التوافق وما ينتج عنه من راحة نفسية، إلا إذا استطاع تحقيق أكبر إشباع ممكن لحاجاته الفطرية والمكتسبة على حد سواء، وذلك سواء بمواجهته المباشرة للمواقف والمشاكل مواجهة علنية، أو بلجونه إلى استخدام الميكانيزمات الدفاعية التي تهدف هي الأخرى إلى تحقيق عملية التوافق. وسنتطرق في هذا الفصل إلى تعريف التوافق وتحديد أبعاده ومعاييرها، وكذا إلى العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق، ثم إلى الميكانيزمات الدفاعية التي يلجأ إليها لتحقيق عملية التوافق.

1 - تعريف التوافق :

تذهب أغلب التعاريف الواردة في علم النفس إلى أن مفهوم و أصل التوافق مشتق من علم الأحياء و البيولوجيا، و يأ كد على ذلك "لازاروس" في قوله "إن مفهوم التكيف انبثق من علم الأحياء"، وهو ما ياكده داروين في نظرية "النشوء و الارتقاء"، وقد عدله من قبل علماء النفس ويسمى التوافق بدل التكيف، ويا كد على كفاح الفرد من اجل العيش و البقاء. (1)

و يثير هذا التعريف نقطة هامة تتمثل في الاختلاف حول مدلول كل من مفهومي التكيف، و التوافق عند البعض من علماء النفس، و المهتمين بالسلوك الإنساني.

فالتكيف كما يقول "جون بياجيه" هو عملية تتم عن طريق تحقيق التوازن بين مظهرين من مظاهر التفاعل بين الفرد و البيئة : فالفرد إما أن يدخل على سلوكه التعديل، مما يساعده على تحقيق التوازن بين سلوكه، و بين ظروف البيئة المحيطة به بكل مطالبها، و أما أن يحاول التأثير في البيئة، و الوسط المحيط به حتى تستجيب هذه البيئة بدورها لرغباته، و حاجاته في الاتجاه الذي يريده. (2)

أما التوافق فهو مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته، و كل صراعاته، و مواجهة مشكلاته من إشباعات و احباطات وصولا إلى ما يسمى بالصحة النفسية، أو السواء، أو الانسجام، أو التناغم مع الذات و مع الآخرين في الأسرة، و العمل وفق التنظيمات التي ينخرط فيها الإنسان، و عليه فالتوافق هو مفهوم إنساني. (3)

وبناء على ما سبق يمكن القول بان التوافق و التكيف مفهومان مختلفان فيما بينهما، لكنهما مكملان لبعضهما، فالإنسان يتكيف بيولوجيا و يتوافق نفسيا و اجتماعيا، إذ يبدأ التكيف و هو جنين في بطن أمه و يستمر ذلك طول حياته و بعد الولادة، في حين يبدأ التوافق النفسي و الاجتماعي مع تكوين ذاته في السنوات الأولى من حياته، و بهذا ترتبط العمليتان، التكيف و التوافق ارتباطا وثيقا بمراحل النمو المختلفة. التي يمر بها الإنسان انطلاقا من خصائص كل مرحلة و مطالب النمو فيها، علما بان هذه المطالب تختلف من مرحلة لأخرى ابتداء بالطفولة و انتهاء بالشيخوخة، و عموما فإن الشخص المتوافق هو الذي يشغل جميع إمكانياته الجسمية و النفسية و الاجتماعية، و الانفعالية إلى أقصى درجة ممكنة في مواجهة مشكلاته حتى يحقق الصحة النفسية المرغوبة في أية مرحلة يعيشها. (4)

- (1) - قريشي عبد الكريم- علاقة الاختلاط في التعليم بالتوافق النفسي الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية - رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس الاجتماعي- جامعة عين شمس 1988 . القاهرة. ص: 45
- (2) - جمال محمد صقر - اتجاهات في التربية و التعليم- دار المعارف بمصر. ط1. القاهرة . 1965. ص: 83
- (3) - حسن صالح الدهري - الشخصية و الصحة النفسية- دار الكندي للنشر و التوزيع. الأردن. 1999 . ص: 55
- (4)- حامد عبد السلام زهران - الصحة النفسية و العلاج النفسي- عالم الكتاب. ط. القاهرة. 1978ص: 33

وهناك الكثير من مراجع علم النفس التي لم تطبق الفرق بين المفهومين، وظلت الكلمتين مستعملتين للدلالة على نفس المعنى، ومصطلحات التوافق والتكيف، التلائم، الانسجام والاتزان الانفعالي و السواء، والعقل السوي يقصد بها في الغالب التعبير عن حالة الصحة النفسية* للفرد.

وفي هذا السياق يرى مصطفى فهمي أن علم النفس استعار المفهوم البيولوجي للتكيف، والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح الموائمة، واستخدم في المجال النفسي -الاجتماعي تحت مصطلح التكيف أو التوافق، فالإنسان كما يتلاءم مع البيئة الطبيعية يستطيع أن يتلاءم مع الظروف الاجتماعية والنفسية، والتي تتطلب منه باستمرار أن يقوم بموائمات بينها وبينه، وظروف الحياة نفسها تدفعه إلى هذا التكيف، وما يساعده على ذلك ما لدى الفرد من قدرة على التطبيع الاجتماعي والذكاء. (1)

وتماشيا مع وجهة النظر هذه فإننا نشير إلى أن استعمال كلمة التكيف في هذه الدراسة يقصد بها التوافق والعكس صحيح .

ويعرف التوافق ضمن ثلاثة اتجاهات رئيسية هي :

1-1-الاتجاه النفسي (الشخصي):

ويعرف التوافق أو التكيف ضمن هذا الاتجاه بأنه إشباع الفرد للفرد الأكبر من حاجاته الجسمية، والنفسية والاجتماعية .

فالتوافق لا يكون إلا إذا أحس الفرد بأن جميع حاجاته النفسية الأولية منها والمكتسبة مشبعة، ويتمثل ذلك في إشباع الحاجة إلى الطعام والشراب والجنس، (بطريقة شرعية) وكل ما يتعلق بحاجاته البيولوجية والفسولوجية، كذلك بالأمن، وهي حاجة نفسية ضرورية، وإحساسه بأنه محبوب من الآخرين، وان لديه القدرة علي الحب. (2) ويذكر سعد جلال أن تكيف الفرد يتوقف علي مدى إشباع حاجته لتأكيد ذاته عن طريق إشباع الحاجات الأخرى

*تعرف الصحة النفسية بأنها التوافق التام والتكامل بين الوظائف النفسية المختلفة، مع القدرة على مقاومة و مواجهة الأزمات النفسية، ومدى قدرة الفرد على مجابهة مشاكله وكيفية التعامل معها، وحلها حلا سليما .

ويمكن أن نقابل بين الصحة النفسية والتوافق، كذلك ما بين اختلال الصحة النفسية وسوء التوافق، فالصحة النفسية تقود إلى التوافق ولكن العلاقة ليست سببية أو تفسيرية، ولكنها علاقة جدلية تؤدي إلى الفهم، وتشير إلى التفاعل المتبادل، إذ أن درجة عالية من الصحة النفسية ترفع من حالة التوافق للشخص مع الذات ومع الآخر، كما أن زيادة درجة التوافق مع الذات ومع الآخر تزيد من رصيد الفرد في الصحة النفسية - حسن صالح الدهري، مرجع سابق ص: 19

(1)- مصطفى فهمي- مرجع سابق ص : 10.

(2)- حسن صالح الدهري- مرجع سابق ص: 56

والاجتماعية إلا أنه قد تعترض سبيل الفرد عقبات تحول دون إشباع هذه الحاجات، فتؤدي إلى عدم تكيف الفرد. (1)

ويذكر أيضا بأن الحاجة تؤدي إلى استشارة الدافع، والدافع ما هو إلا حالة توتر تؤدي إلى عدم استقرار الكائن الحي واختلاف توازنه ، فيقوم بنشاط قصد التوصل إلى إشباع الحاجة والتخفيف من الدوافع لإعادة التوازن وإزالة التوتر، ولما كان الإنسان في عملية تفاعل مستمر مع بيئته المادية والاجتماعية ، وهذا التفاعل عملية ديناميكية ، فعمليات التكيف عمليات مستمرة وتوازن الإنسان دائما في حالة تذبذب بين الاتزان وعدمه. (2)

و انطلاقا من أن الإنسان اجتماعي بطبعه فإنه لا يمكننا أن نتصوره دون إطار اجتماعي وثقافي معين، ونقول عنه انه متوافق، وعليه وانطلاقا من التعاريف السابقة فإن أنصار هذا الاتجاه قد بالغوا في إشباع الحاجات وتناسوا الجانب الطبيعي والاجتماعي الذي يؤثر ويعدل من سلوك الفرد، حيث أن عملية التوافق أو التكيف لا تتوقف على الفرد فقط بل هناك معايير أخرى تتحكم وتتدخل فيها، كالمعايير الاجتماعية والثقافية والطبيعية، فالفرد لا يعيش بمعزل عن هذه المعايير والعوامل فهي تؤثر فيه ويتأثر بها ويتأثر فيها .

2-1 الاتجاه الاجتماعي : حسب هذا الاتجاه فإن تحقيق التوافق والتكيف يتوقف على

مسايرة الفرد لمعايير وثقافة مجتمعه .

وفي هذا السياق يرى مصطفى فهمي أن كل مجتمع إنساني ينظم مجموعة من القواعد النظم التي تضبط علاقات الفرد بالجماعة وتحكمها وفقا لمعايير التطبيع الاجتماعي، يتعرف على هذه القواعد وتلك القوانين ويمثلها حتى تصبح جزءا من تكوينه الاجتماعي ونمطا محددًا لسلوكه داخل الجماعة. (3)

كما يرى أحمد عزت راجح أن التوافق حالة من الانسجام والتلاؤم بين الفرد وبيئته التي تبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجاته، وتصرفه التصرف المرضي إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية والثقافية ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفا جديدا أو مشكلة مادية أو اجتماعية أو خلقية أو صراعا نفسيا، تغييرا يناسب الظروف الجديدة. (4)

ويتضح من هذا العرض أن الاتجاه الاجتماعي يعاكس الاتجاه النفسي بتركيزه على المجتمع ومكوناته المختلفة ، ويرى أن الشخصية المتوافقة هي التي تساير المجتمع وثقافته ومعاييرها، غير انه قلل من قيمة الفرد وطاقته المبدعة والتي غالبا ما تقف في وجه تلك المعايير .

(1)- سعد جلال -المرجع في علم النفس- دار المعارف بمصر. ط1. القاهرة. 1971. ص: 487

(2)-سعد جلال- في الصحة العقلية الأمراض النفسية والعقلية والانحرافات السلوكية- دار المطبوعات الحديثة. مصر. ص483

(3)-مصطفى فهمي. مرجع سابق. ص: 13

(4)- احمد عزت راجح -أصول علم النفس -المكتب المصري الحديث. ط10. الإسكندرية. 1976. ص: 10

1-3- الاتجاه التكاملى (النفسي الاجتماعي):التوافق أو التكيف حسب هذا الاتجاه

عملية حيوية مركبة من قطبين أساسيين هما : الفرد وما به من حاجات ودوافع وطموحات والمجتمع أو البيئة المحيطة بالفرد بأبعادها المختلفة المادية والاجتماعية والثقافية ،فالتوافق لا يحدث حسب هذا الاتجاه إلا بتكامل وتفاعل الفرد ومحيطه الاجتماعي .

وترى سمية فهمي في هذا الصدد أن التكيف يتضمن تفاعلا مستمرا بين الشخص وبيئته فالشخص حاجات وللبيئة مطالب وكل منهما يفرض مطالبه على الآخر ويتم التكيف أحيانا عندما يرضخ الشخص ويتقبل الظروف البيئية التي لا يقوى على تغييرها .ويتحقق التكيف أحيانا أخرى عندما يبذل الشخص إمكانياته البناءة فيعدل الظروف البيئية التي تقف في سبيل تحقيق أهدافه وفي أغلب الأحيان يكون التكيف حلا وسطا بين هذين الطرفين ،وينشأ سوء التكيف عندما يفشل الشخص في تحقيق مثل هذا الحل الوسط ،فتسوء صحته النفسية فالصحة النفسية إذا هي قدرة الشخص على التوفيق بين رغباته وأهدافه من جهة وبين الحقائق المادية والاجتماعية التي يعيش في وسطها من جهة أخرى . (1)

ومن هنا فإن التوافق في نظر هذا الاتجاه (التوفيقي) يعتمد على الفرد وما ينطوي عليه من بناء نفسي وحاجات ودوافع (المحيط النفسي للفرد) كما يعتمد على المحيط الخارجي ويقصد به المحيط الذي يقع فيه الفرد سواء كان الطبيعي أو الاجتماعي أم الثقافي .

وبناء على ما سبق فإن هذا الاتجاه هو الأكثر قبولا واستعمالا لأنه يمثل نظرة أكثر موضوعية لعملية التكيف أو التوافق فهذا الأخير عملية حيوية في حياة الفرد وتمثل سلسلة من محاولات التوفيق بين حاجات الفرد ومطالب بيئته ولا تكون السيطرة المطلقة أو الدائمة لأي منها.

2- أبعاد التوافق:

1-2- التوافق الشخصي: وهو أن يكون الفرد راضيا عن نفسه غير كاره لها أو نافرا منها أو

ساخطا عليها أو غير واثقا منها كما تتسم حياته النفسية بالخلو من مشاعر الذنب والقلق والضيق ومن المكونات

(1)- سمية احمد فهمي- مجالات الصحة النفسية في المدرسة- بحوث منشورة في حوليات كلية البنات.جامعة عين شمس.

الرئيسية لهذا البعد من التكيف إشباع الفرد لدوافعه المختلفة بصورة ترضي الفرد والمجتمع في آن واحد.(1) وفي هذا السياق يرى كمال دسوقي أن بناء شخصية الفرد في اتفاق مع دوافعها للعيش وشحن قوى العقل، واستعدادات الذكاء بالتعليم والتفكير لإدراك محسوسات العالم الخارجي الذي يحيط به، والداخل الذي تنبعث من باطنه ثم الاستجابة لكل ذلك بآليات الجهاز العصبي الذي يديره ويرأسه المخ كجهاز توجيه وإدارة .(2) وهكذا فإن هذا البعد يخص الشخص وحده ومدى قدرته على فك الصراع أو الصراعات الداخلية التي يعيشها بسبب تصادم دوافعه المختلفة، ويقاس هذا البعد بمدى قدرة الشخص على التوفيق بين هذه الدوافع، وعليه فالتوافق الشخصي هو تلك العملية التي يحقق بها الفرد حالة من الاتزان مع نفسه، ويظهر ذلك في أن يكون واثقا منها معتمدا عليها في مواجهة المواقف التي يتعرض لها، كما يظهر في ميله إلى التحرر والواقعية، والانتماء والانبساط مع خلوه من الأعراض المرضية .

2-2 - التوافق الاجتماعي : يتمثل في العلاقة الجيدة والانسجام الكلي بين الفرد والبيئة المحيطة به، ويرى حامد عبد السلام زهران أن التكيف الاجتماعي هو السعادة مع الآخرين و الالتزام بأخلاقيات المجتمع، ومسايرة المعايير الاجتماعية، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغيير الاجتماعي السليم، والعمل لخير الجماعة، مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.(3)

فعملية التفاعل الاجتماعي للفرد لا بد أن تتضمن التزامه بما في المجتمع من أخلاقيات نابعة من تراثه الروحي والديني و التاريخي، هذه الأخلاقيات تعتبر علامات معينة عن طريق الفرد، تنبئه إلى ما في المجتمع من أوامر للنمو ونواهي، وما يعتبره من محرمات وممنوعات، و ما تحبذه منه أساليب سلوكية مختلفة أو نواحي التفضيل المختلفة التي يراها و يؤديها الكيان الثقافي لهذا المجتمع، و التزام الفرد بهذه الأخلاقيات فيه شعور بالتوحد مع الجماعة، و بمدى رضاها عنه و ارتياحها لما يصدر عنه و يتفق مع هذه الأخلاقيات.

ويرى أسعد رزوق في هذا الصدد بأن التوافق الاجتماعي هو تلك العملية التي يقتبس فيها الفرد نمط السلوك الملائم للبيئة، و بالنسبة لسلوك الفرد هو التغيير الذي يطرأ تبعا لضروريات التفاعل الاجتماعي، واستجابة لحاجة الفرد إلى الانسجام مع مجتمعه، و مسايرة العادات والتقاليد الاجتماعية التي تسود هذا المجتمع .(4)

(1)- مصطفى فهمي -دراسات في بسلوكية التكيف- ط1-1987ص:34

(2)- كمال دسوقي -علم النفس ودراسة التوافق- طر- 1976ص:7 إلى 8 .

(3) - حامد عبد السلام زهران - مرجع سابق ص: 150

(4)- أسعد رزوق - موسوعة علم النفس - مكتبة لبنان بيروت ص: 88

وهكذا من خلال التعاريف السابقة يتضح أن الشخص المتوافق من الناحية الاجتماعية هو الشخص الذي يستطيع إيجاد علاقات منسجمة مع البيئة المحيطة به بإشكالها المختلفة، سواء مع أفراد أسرته أم المجتمع بوجه عام ، وهذه العلاقة تركز علي توفر مجموعة عناصر منها : تقبل الآخرين والإيمان بالتعاون من اجل خدمة المجتمع، وخلو الفرد من النزاعات المضادة للمجتمع كالتعصب العرقي، والتمييز العنصري والنزاع العشائرية والاخلال بالنظام العام... الخ

2-3- التوافق المدرسي : يتعرض الشباب في المدرسة إلى معايير متضاربة قد تتعارض مع تلك السائدة في بيوتهم . "فالمدرسة كصورة من المجتمع يقضي فيها الشباب فترات صباه ومرافقته حتى سن الرشد ، ومع أن التلميذ يتدرج في الإدماج بالمدرسة، ويتعود على تقبل ما فيها من تسلط المجتمع الأكبر وضوابطه وسيطرته ، فعندما يجئ السن الذي يستطيع فيه أن ينمي ملكاته العقلية، أن يناقش المجتمع الحساب فهو في خوف من الصورة الكبيرة التي تنتظره (المجتمع)، و التي ليست هذه (المدرسة) غير صورتها المصغرة – يحس بالقلق و الثورة : لماذا كل هذه المواد الدراسية؟ ما قيمة كل هذا التحصيل؟ ما الداعي للتمسك بالنظام و تقييد الحرية؟ و هل هذا مطلوب للحياة العملية؟ هل الامتحان مقياس سليم لتقييم القدرات، أم أن الذي تحفظ هو الذي يتفوق؟ هل الصمت و السكوت و عدم المناقشة أو الاعتراض هو الأدب المطلوب، و الذي ينتقد و يحلل و يفكر باستقلال و حماس يكون غير مرضي عنه؟. (1)

و يتوقف التوافق المدرسي للتلميذ على الأوضاع أو الجو الذي يسود المدرسة كأسلوب العلاقات القائمة في المدرسة، أو الأنظمة السائدة فيها أو طرق التعليم المتبعة فيها، كما يتوقف أيضا على خصائص النمو التي لم تقابل بعد، أو الانتقال من مرحلة تعليمية إلى أخرى، أو من مدرسة إلى أخرى.

ومن مظاهر سوء التوافق المدرسي الغياب المتكرر للتلميذ وعدم الانتظام المستمر في الدراسة بالتالي فشله الدراسي الذي قد يؤدي به إلى التسرب المبكر و ما يترتب عنه من مشاكل اجتماعية، كل هذا يكون نتيجة كراهية التلميذ للمدرسة أو فشله الدراسي، أو سوء علاقاته فيها، أو عدم تكيفه مع الأوضاع التي تختلف عن تلك الأوضاع التي تعود عليها في الأسرة.

(1)- كمال دسوقي- مرجع سابق - ص: 27

3 – معايير التوافق :

يتخذ الأشخاص العاديين و كذا المختصين بدراسة السلوك البشري مجموعة من المعايير التي عن طريقها نستطيع تحديد نوع السلوك الذي نشاهده، و من أهم هذه المعايير المستخدمة للتمييز بين حالات التوافق السوي و غير السوي هي :

1-3 المعيار الإحصائي : وهو عبارة عن محك يقوم على المعنى الإحصائي

لتوزيع الخصائص الإنسانية، كالطول، و الوزن والذكاء، وفي هذه الحالة التي لا ينحرف كثيرا عن المتوسط أو الحالة التي تدخل ضمن خصائص الأغلبية، فالشخص السوي هو المتوسط الذي يمثل الشطر الكبير من مجموعة الناس.

و يتطلب هذا المعيار أن تكون الأدوات التي تقيس بها التوافق أدوات موضوعية و موثوق بها حتى تمكننا من تصنيف الأشخاص إحصائيا، وما يؤخذ على هذا المعيار هو أنه يهتم بالسلوك الظاهر دون الاهتمام بدلالة السلوك ودوافعه ونتائجه، كما انه يصلح لتقييم الأشياء المحسوسة كالطول مثلا، بينما يصعب بواسطته قياس أو تصنيف بعض سمات الشخصية أو الاتجاهات و ما إلى ذلك.

2-3 : المعيار الحضاري (الاجتماعي) : حسب هذا المعيار فان الشخص

السوي أو المتوافق هو الذي يساير المعايير الاجتماعية و يمثل لقواعد الضبط الاجتماعي، والشاذ أو غير السوي هو الذي يتصرف عكس ذلك.

لكن وجود مقومات حضارية و ثقافية مختلفة باختلاف الثقافات والمجتمعات تجعل من التوافق مسألة نسبية تتوقف على نوع المجتمع وحضارته و قيمته، وعليه ليس هناك معيار إنساني عام فما يعد سويا في مجتمع قد يعيد مرضا و شذوذا في مجتمع آخر. كما يؤخذ على هذا المعيار أن المجتمع نفسه ليس دائما بالمجتمع السوي، فقد يمر بظروف وأوضاع تشيع فيه الأمراض النفسية والآفات الاجتماعية، ومن ثم يكون الخضوع أو الامتثال لهذا المجتمع أمر متناقض لمعنى التوافق.

3-3 المعيار المرضي (باتولوجي) : يصنف هذا المعيار الأشخاص حسب

الأعراض الإكلينيكية، فالفرد غير المتوافقين (غير الأسوياء) هم الذين تظهر عليهم أعراض مرضية، بينما المتوافقين أو الأسوياء لا تظهر عليهم هذه الأمراض. ومما يخذ على هذا المعيار هو أنه لا يستطيع تحديد الدرجة التي نقف عندها و نقول أن هذا السلوك سوي أو هذا شاذ.

4-3 – المعيار المثالي: يعتمد هذا المعيار أساسا على أحكام قيمية تطلق على

الأشخاص، و عادة ما يستمد أصوله من الأديان و جهاز القيم الأخلاقية، و السواء حسب هذا المعيار هو الاقتراب

و الدنو من كل ما هو مثالي و الشذوذ1 هو الانحراف عن المثل العليا. لكن ما يؤخذ على هذا المعيار هو أن المثالية ليست محددة تحديدا دقيقا من جهة، و من جهة أخرى هو أن ما هو طبيعي في مجتمع ما قد يكون غير ذلك في مجتمع آخر.

3-5- محك المقاييس: (الاختبارات) الذي يركز في تصنيف لحالات التوافق و

سوء التوافق عند الأفراد على مجموعة من المقاييس، أو بطارية الاختبارات التي تهدف إلى قياس جوانب مختلفة من شخصياتهم كالشعور بالرضا عن الذات، والاتزان الانفعالي وقوة التحمل والذكاء، والتوافق الشخصي والاندماج الاجتماعي إلى غير ذلك، لكن يؤخذ على هذا المحك افتقار المقاييس إلى تصور أساسي لصفة التوافق التي تشتق منه أسئلة الاختبار أو المقياس، فهل للتوافق بعد واحد أو عدة أبعاد مختلفة ؟ هذا فضلا من أن صدق الاختبارات أو المقاييس وثباتها كانت ومازالت موضع نقد بالنسبة للكثير من العلماء، والمهتمين بعلم النفس. (1)

وبعد هذا العرض نعود إلى القول بأن الصعوبة في فهم الإنسان وتباين سلوكه بين الحين والآخر، ونسبته هي من أهم الأسباب والعوامل التي أدت إلى ظهور كل هذه المعايير التي لم يقسم إلى واحد منها بالشمولية والتكامل. ويرى في هذا السياق محمد السيد أبو النيل أنه لا يمكن استخدام محك واحد من المحكات السابقة في تشخيص الأسوياء، بل يوضع في الاختبار هذه المحكات جميعا عند التشخيص. (2)

4-العوامل المأثرة في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

حيوية وهامة في الحفاظ على الاتزان الذاتي للشخصية ، وهناك عاملان رئيسيان يقفان وراء توافق الأشخاص، يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه بما في ذلك صحته النفسية والجسمية وحاجاته وقدراته العقلية، أما العامل الثاني فيتمثل في البيئة المحيطة بالفرد خصوصا البيئة الاجتماعية، كالمحيط السري والمدرسي والاجتماعي بوجه عام، وكل ما يحيط بالفرد .

4-1-عوامل مرتبطة بالمراهق ذاته: وهي عوامل ترتبط بالمحيط الداخلي للمراهق، وتتمثل

في جميع مكوناته الشخصية من حاجات ودوافع وخبرات، وقيم وميول وقدرات، وعواطف وانفعالات التي تقوم بتوجيه السلوك الفردي. (3)

(1)- نصر الدين جابر – علاقة التقبل الرفض الوالدي بتكيف الأبناء – دكتوراه غير منشورة في علم النفس الاجتماعي جامعة الجزائر. الجزائر. 1997 ص:67

(2)- محمد سيد أبو النيل-علم النفس الاجتماعي -دراسات عربية وعالمية ج1 الجهاز المركزي للكتب الجامعية.1984ص: 44

(3)- فايز علي الحاج –الصحة النفسية-المكتب الإسلامي. ط1. بيروت. 1984. ص:25

وتأخذ الحاجات والدوافع القسم الأكبر لوقوفها وراء جميع أنماط السلوك التي يقوم بها الفرد سواء كانت متوافقة أم غير متوافقة، حيث يتفق الكثير من علماء النفس على أن الحاجات هي نقطة البدء في عملية التكيف وإشباعها هي نقطة النهاية، فلا يمكن تصور سلوك بدون دافع ودافع بدون هدف محدد له.

فعملية التكيف ترتبط بالدافع كنقطة بداية وبالهدف كنقطة نهاية، يتحقق فيها الإشباع أو الإرضاء، وعمر الإنسان يمثل سلسلة من محاولات السعي المتكررة من أجل الحفاظ على مستوى مقبول من التوافق بين نفسه والمحيط الذي يعيش فيه، فوراء كل سلوك بشري دافع يثيره وهدف يسعى إلى تحقيقه، وكلما نجح في إشباع دوافعه كلما استطاع تحقيق مستوى أفضل من التكيف. (1)

وتحقيق المراهق لتكيف نفسي اجتماعي مقبول لا يقتصر فقط على إشباع دوافعه الأولية أو العضوية والتي تمثل الحاجات الأساسية، أو الفيزيولوجية التي لا غنى للفرد عن إشباعها كدافع الجوع، العطش، النوم، الجنس، البحث عن الراحة، بل يتعين عليه كذلك إرضاء دوافع أخرى تنمي فيه إنسانيته وانتمائته الاجتماعي، وهي حاجات يتعلمها ويكتسبها من خلال عملية التنشئة الاجتماعية التي يمر بها طوال حياته مثل الحاجة للأمن، التي تعتبر من أهم عناصر الاتزان النفسي والاستقرار الانفعالي، والحاجة للحب والرغبة في التملك وكسب الأشياء، وتأكيد الذات وتقديرها .

ومن هنا فإن الفرد يسعى جاهداً للبلوغ المستوى المرغوب من التوافق، سواء بالطرق المباشرة وهي أقصر الطرق، وفي حالة تعذر ذلك يلجأ إلى طرق أخرى غير مباشرة يحاول بواسطتها بلوغ مستوى من الانسجام والتوافق (أو ميكانيزمات الدفاع)، وهي وسائل الإنسان في سعيه وراء التكيف، لأنها تشير إلى مجموعة أشكال السلوك التي يلجأ إليها في سعيه وراء تحقيقه بغية إعادة التوازن، والتلاؤم العنصري أو النفسي. (2)

وميكانيزمات الدفاع كثيرة ومتنوعة تختلف باختلاف عناصر التوافق وستعرض إليها بالتفصيل لاحقاً.

4-2- عوامل متعلقة بالمدرسة والمحيط: إن كل كائن حي إنساني يعيش في مجتمع و تحدث داخل

إطاره عمليات من التأثير والتأثر المتبادلة التي تتم بين أفراد ذلك المجتمع، وتحدث بين هؤلاء الأفراد نمط ثقافي معين، كما انهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم والقوانين والتقاليد والعادات والقيم التي يخضعون لها،

(1) - نصر الدين جابر- مرجع سابق. ص:96.

(2) فايز على الحاج مرجع سابق. ص: 140

للوصول إلى حل مشاكلهم الحيوية لاستمرار بقائهم بطريقة صحيحة نفسيا و اجتماعيا. (1)
و عادة ما يكون تأثير المجتمع أكثر من تأثير الفرد، إذ أن المجتمع بواسطة وسائطه التربوية و الثقافية هو الذي يصنع الشخصية، مما يجعل من الصعوبة لمكان خروج هذا الأخير- الشخص- عن القواعد الاجتماعية المتفق عليها من قبل الجماعة، و هكذا تأثر البيئة بأبعادها الثلاثة الطبيعية و الثقافية بطريقة مباشرة على حياة الفرد و تحدد الأسلوب الذي يحقق له التكيف و الموائمة مع كل جانب من جوانب هذه البيئة. (2)

ترتبط البيئة الطبيعية بشكل خاص بالتكيف البيولوجي، أما البيئة الاجتماعية و الثقافية فتظهر من خلال الجماعات التي يندمج فيها الشخص كالأسرة و المدرسة، و جماعة الرفاق و المؤسسات الثقافية والإعلامية... وكلها تأثر بشكل أو بآخر على توافق الفرد، ولعل أهم هذه الجماعات الأسرة، فهي الجماعة الأولى التي تشرف على النمو الجسمي، و النفسي، والاجتماعي للطفل، و تؤثر في تكوين شخصيته وظيفيا و ديناميا و توجيه سلوكه منذ طفولته المبكرة، و تلعب العلاقات بين الوالدين و العلاقات بينهما و بين الطفل و اخوته دورا هاما في تكوين شخصيته، و أسلوب حياته. (3)

و تعد المدرسة المؤسسة الاجتماعية ذات الأهمية الكبرى التي تلي المنزل، فالمدرسة لها رسالة تربوية تهدف إلى ما هو اشملى و أوسع من مجرد التعليم و تحصيل المعرفة، و من أهم أهداف هذه الرسالة تكوين الشخصية المتكاملة للتلميذ وإعداده ليكون مواطنا صالحا و رعاية نموه البدني و الذهني و الوجداني و الاجتماعي في آن واحد. (4)

كما تعتبر المدرسة أكبر مجال اجتماعي لإثارة الفوارق بين القدرات بما يؤهل لاعادة توزيع الطبقات، فالتفوق الدراسي يغذي الطموح لقيادة المجتمع أو الانتقال على الأقل من طبقة دنيا محكومة و مغلوطة على أمرها إلى طبقة عليا متحكمة و متميزة، خلال التقديرات الدراسية من مرحلة إلى أخرى، و عند الانتقال من سنة لما بعدها

(1) - مصطفى فهمي- مرجع سابق. ص: 64

(2)- نفس المرجع. ص: 15.

(3)-حامد عبد السلام زهران مرجع سابق.ص:84

(4)- صموئيل ميغارايوس – الصحة النفسية والعمل المدرسي- مكتبة النهضة المصرية . القاهرة . 1974 - ص: 65.

في المرحلة الواحدة يتقدم ذوي الطموح و المواهب أو قد يكونون من الضعاف و المتخلفين وغير ذوي الاستعداد للدراسة. (1)

كما تؤثر جماعة الرفاق على التوافق النفسي الاجتماعي للمراهقين حيث يشعر هذا الأخير بالسعادة حين يكون وسط رفاقه يكلمهم و يلاعبهم، و يأكل معهم دونما تحرج، ومما ذكرته "هارلوك" يمكن استنتاج عدة نقاط تشيع في المراهقين أهدافا متنوعة عندما يكون ضمن هذا الإطار الاجتماعي، فالجماعة توفر له شعورا بالأمان و الارتياح والمتعة، و مجموعة الرفاق تساعده على تعلمه فن التعامل مع الآخرين، كما أنه يستطيع عن طريق تفاعله في وسط مجموعته أن يصبح أكثر تساهلا و مرونة، ومنها يكتسب المهارات الاجتماعية و الولاء الاجتماعي. (2)

5- ميكانيزمات التوافق (الحيل النفسية للدفاع) :

تعد الحيل النفسية للدفاع أساليب سلوكية توافقية لا شعورية، وتعرف أحيانا بميكانيزمات التوافق، أو حيل الدفاع النفسي، أو ردود الفعل الدفاعية، يستخدمها الفرد عند فشله في تحقيق أهدافه بفعل عوامل الإحباط والصراع هروبا من المواقف المؤلمة، هذه العوامل التي يعجز عن مواجهتها بأساليب مباشرة يبرر فشله منطقيا أمام نفسه و أمام الآخرين، و يتخلص من التوتر وبتحرر من القلق و الشعور بالذنب، و يشعر بالارتياح و التوافق مع الموقف. (3)

وميكانيزمات التوافق سلوك غير شعوري تتعدد مظاهره، لا تستهدف حل الأزمات النفسية بقدر ما تهدف إلى تخليص الفرد ولو بصورة مؤقتة من حالات الشعور بالنقص والتوتر، للحفاظ على الاتزان الشخصي، ومن بين هذه الميكانيزمات الأكثر استعمالا ما يلي :

1-5 الكيت refoulement : وهو ميل لاشعوري إلى النسيان وعدم الوعي، وذلك لمنع تأثير

المكبوت، الأمر الذي لا يتحقق مع ذلك إلا في الكبت الناجح حيث يضل المكبوت فعلا. (4)

وبمعنى آخر الكبت عملية نفسية لا شعورية تتم في نطاق الوعي و تحول دون خروج الأفكار الخائبة أو

(1)- كمال دسوقي – مرجع سابق ص: 24

(2)- عبد العالي الجسماني – علم النفس والتعليم – دار العربية للعلوم – ط1 – بيروت 1994 ص: 216

(3)- حسن صالح الدهري، مرجع سابق ص: 60

(4)- نفس المرجع ص: 61

الرغبات المؤلمة أو المحرمة أو المرفوضة إلي مجال الشعور، والطفو من اجل الإشباع، فيستعان بهذه العملية للابتعاد أو تجنب المواقف أو الحوادث المؤلمة التي تسبب إزعاجا وقلقا، فالفرد يستخدم هذه الوسيلة بطريقة لا شعورية عندما يكتب إشباع دافعه الجنسي مثلا، بسبب الوازع الديني أو نواهي الضبط الاجتماعي الراضة لطريقة إشباعه لهذا الدافع، كما يستعين بها للتخفيف من شدة قلقه الناجم عن فشله في تجسيد طموحاته المتعددة التي كثيرا ما تصطدم بنظام الأسرة، أو بأساليب المعاملة الوالدية السيئة، أو مع عادات وتقاليده محيطه الاجتماعي، ويكون الكبت في بعض الأحيان نتيجة للإحباط، وبتكراره بصورة مفرطة يؤدي إلى ظهور بعض الاضطرابات السلوكية مثل الأرق وفقدان الشهية للطعام والقلق الحاد، وظهور النزعة العدوانية، وتعاطي المخدرات والإفراط الجنسي، كما يؤدي عند البعض إلى ظهور بعض الأمراض النفسية -الجسمية، أي تتحول الدوافع والرغبات المكبوبة عند الشخص إلى آلام جسمية مثل الصداع، والشعور بالتعب، والإرهاق أو الهستيرية التحويلية، كالشلل الجزئي أو العمى البصري أو فقدان الحساسية..... الخ، كل هذه الأعراض تمثل مؤشرات عدم التوافق. (1)

2-5- العدوان Aggression : يعد العدوان من ردود الفعل الرئيسية للإحباط، حيث ترتبط

النوبات العدوانية وتحرك بفعل الإحباط، ويقترن العدوان دائما بانفعال الغضب، فقد يستثار إذا كان هناك مثير لذلك، ويعد الانفعال استجابة غير مسيطر عليها من جانب الفرد، كرد فعل لعائق أو مجموعة عوائق توجهه وتمنعه من إشباع حاجاته الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية، عندها يلجأ الفرد إلى العدوان بإيذاء الآخرين أو الذات، أو كلاهما معا.

وعلى هذا الأساس فالمتعدي يعاني من إحباط شديد سابق أو متوقع، ولديه شعور بالنقص، وقد يكون عدوانه نتيجة لتوقعه عدوانا، أو هو رد فعل لعدوان وقع عليه بالفعل، أو أن العدوان هو بحاجة إلى تأكيد ذاته عندما يتعرض إلى إثارة خطيرة من الخوارج، أو من الداخل ويظهر هذا التأكيد على شكل انفعال شديد تتبعه، استجابات تعويضية لمواجهة هذا الموقف. (2)

ويرتبط العدوان عند المراهق بسعيه لتأكيد ذاته، وقد يكون العدوان سلوكا شادا إلا أنه يستمر ما دامت الحياة موجودة في تأدية وظيفة ضرورية تتصل بجهود المراهق لأن يكون شخصا فريدا متميزا عن الآخرين، والسعي إلى تأكيد الذات، وتحقيق الاستقلالية يتخذ طابعا حادا في المراهقة، وهذا يجعل المراهق حساسا ومعرضا أكثر من سواه للغضب و العدوان.

(1)- نصر الدين جابر- مرجع سابق. ص: 101

(2)- حسن صالح الدهري، مرجع سابق ص: 64

3-5- الإسقاط projection : يعمل هذا الأسلوب للتخفيف من معانات غير

معروفة المصدر بالنسبة للشخص، لأنه ميكانيزم يعمل بطريقة لا شعورية، فقد يشعر الشخص ببعض العيوب والدوافع المستهجنة، و الأفكار غير مقبولة اجتماعيا و يرفض وجودها في نفسه، و يتبرأ منها بإسقاطها. (1) و بمفهوم التحليل النفسي فإن الإسقاط حيلة نفسية لاشعورية يلجأ إليها الشخص للدفاع عن نفسه ضد مشاعر غير صارة أو مؤلمة في داخله مثل الشعور بالذنب، أو الشعور بالنقص، فالمراهق قد ينتقد سلوك بعض زملاءه و يلومهم على تصرفاتهم السيئة التي يتصف بها هو في الحقيقية ليلتمس عذرا لهذه التصرفات، و للتخفيف من شعوره السيئ.

4-5- التبرير Rationalisation : تهدف هذه الحيلة النفسية إلى إبراز أسباب

شعورية غير حقيقية من واقع الأمر، يقتنع بها الشخص لأنها تبدو معقولة و متزنة و تلقى قبولا اجتماعيا (2). وهي من الحيل التي يلجأ إليها الفرد لإبعاد التهمة عن نفسه، أو لتبرئة ذاته من الشعور بالذنب . و تهدف عملية التبرير إلى مخادعة الغير بتزييف الحقائق فمثل: التلميذ الذي يفشل في امتحان آخر السنة، فيبرر فشله بإرجاعه إلى عيوب في شخصية المدرس أو لصعوبة المواد الدراسية، أو لعدم توفر الوقت الكافي للمراجعة، و التبرير العادي غير المبالغ فيه يحافظ على الاتزان النفسي و يوفر الأمن في بعض الحالات، ولكن تكراره و استعماله بطريقة مفرطة خاصة لدى المراهقين، مثل كثرة شكا و يهم و انتقاداتهم، و تبريرات تصرفاتهم يؤدي بهم إلى الاعتقاد بجدوى هذه العملية النفسية، و يتعاملون معها على أنها حقيقة و يبتعدون بذلك عن مواجهة العقبات، كما تضعف قدراتهم على تحمل المسؤوليات.

5-5- التعويض compensation : عملية تستخدم من طرف الفرد لتغطية

ضعف أو نقص في صفة مقبولة اجتماعيا أو أخلاقيا و يلجأ إليها الفرد بقصد التغلب على الشعور بالضعف أو الدونية، بإحراز تفوق في ميدان آخر، و باتباع أنماط جديدة من السلوك، فالتلميذ الذي لم يسعفه الحظ في النجاح في الدراسة يعوض فشله في نشاط رياضي أو فني، فهذه الوسيلة الدفاعية تغطي صفة غير مستحبة بصفة أخرى

(1)- حسن صالح الدهري – مرجع سابق. ص:70

(2)- نفس المرجع. ص:72

اكثر تقبلا من طرف الشخص والآخرين مع الاجتهاد في ممارستها.

6-5- الإغلاء والتسامي: sublimation : حسب فرويد فإن هذا الميكانيزم الدفاعي

يعمل على تحويل الحفزة غير مرغوب فيها إلى اتجاه آخر بحيث يحدث تعديلا في الهدف.(1)
وبمعنى آخر هي تلك العملية التي يتم فيها تحويل طاقة الميول والحوادث المكبوتة وتوظيفها في ميدان النشاط والإنتاج، وتقرها الأوضاع الاجتماعية والتقاليد، والهدف منها عموما هو تحويل الرغبة المراد إشباعها التي تلقي رفضا أو استهجانا من قبل الوسط الاجتماعي إلى سلوك مقبول يرضي فيه الغير ويستحسنه: فالفرد يستعين بها لإغلاء طاقات دوافعه المكبوتة في كل نشاط سامي يتم فيه إشباع حاجاته بطريقة مقبولة اجتماعية، كالاهتمام بالدراسة أو العمل، أو المشاركة في الأنشطة الرياضية أو ممارسة بعض الهوايات .

7-5 – أحلام اليقظة : حيلة نفسية دفاعية تخيلية، يسعى من خلالها الفرد إلى تحقيق أهدافه

وطموحاته بطريقة غير واقعية التي عجز عن تحقيقها في الواقع، فتخفف عنه مشاعر الفشل والإحباط والقلق، ويستمتع بمشاعر القوة والتفوق والنجاح في الخيال، بعيدا عن حدود الواقع ومشكلاته.(2)

وتتضمن أحلام اليقظة انسحاب ذهني من عالم الواقع لتحقيق ما يصبو إليه، كما تفسر على أنها اهتمامات الشخص لتحقيق توافق مقبول بين تطلعاته والواقع المعاش، فهي نوع من التخيلات وسلسلة من الصور الخيالية والحوادث المتخيلة التي تمر في خيال الفرد، وعندها يترك العنان لعقله ولمخيلته لينتقل دون إشباع في الحياة الواقعية، وفي فترة المراهقة مثلا يلجأ الكثير من المراهقين لمثل هذه الحيل الدفاعية بسبب تعدد طموحاتهم وصعوبة تحقيقها، ومواضيعها تبقى ذاتية، فهم يعوضون حالات الفشل والإحباط بلحظات تأمل وتفكير يعيدون فيها بناء طموحاتهم، يستسلمون لأحلام اليقظة باعتبارها وسيلة هروب من ظروف الواقع .

و تبقى هذه الحيلة اللاشعورية طبيعية إذا كانت في صورتها المعتدلة، و تمهد لعمل إبداعي و لكنها تكون وسيلة إنسحابية في صورتها المبالغ فيها.(3)

وهناك ميكانيزمات دفاعية أخرى لا تقل أهمية عن الحيل اللاشعورية السابقة الذكر في مساعدة الفرد في التوافق

(1)-حسن صالح الدهري- مرجع سابق ص:73

(2) - نفس المرجع . ص:74

(3) - نصر الدين جابر- مرجع سابق ص: 103

النفسي الاجتماعي كالعزل، الإفراط في التدخين، شرب الخمر، تعاطي المخدرات وكثرة النوم، و الهدف من استعمالها هو التخفيف من حدة القلق و الصراع و الحيرة التي تنتابهم، و إذا كان الفرد يستعمل ميكانيزمات التوافق من أجل تحقيق مستوى أفضل من التوافق فإن لهذه الحيل سلبيات عندما يعتمد عليها في مواجهة كل مشاكله، حيث تصبح وسائل إنسحابية إنكالية تعيق توافقه النفسي الاجتماعي.

6- مظاهر حسن التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

عندما تكون المدرسة مكانا محبوبا بالنسبة للمراهق، وجوا اجتماعيا صالحا يقضي فيه التلاميذ أوقات رائعة في نهارهم مشوقة لهم، فتصبح مكانا يقدم لهم الأمن- أمن خاص بهم- و مكان يمارسون فيه أنشطتهم، و مواهبهم و تحل فيه مشاكلهم، و يتخلصون من إضطراباتهم و أزماتهم النفسية، و ذلك للتغلب على أزمة مرحلة المراهقة، و هنا فقط يشعر المراهق بذاته، و يتحقق كيانه و بالتالي يحس بأهميته و بأنه جزء لا يتجزأ من المدرسة و من المجتمع ككل، و هنا يستطيع تفهم المرحلة التي يمر بها ويحاول السيطرة و التخفيف من أزماته، بتفهم نفسه و محيطه المدرسي و الأسري و العيش في الواقع و تقبله التكيف مع المواقف التي تصادفه في حياته، و يعد هذا مؤشرا على توافقه النفسي الاجتماعي الذي من مظاهره :

6-1- الشعور بتقدير الذات : إن فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسية

التي تقوم عليها شخصيته، كما أنها عامل أساسي في تكيفه الشخصي و الاجتماعي، فالذات تتكون من مجموع ادراكات الفرد لنفسه و تقييمه لها، فهي إذن تتكون من خيارات إدراكية و انفعالية تتركز حول الفرد باعتباره مصدر الخبرة، و للسلوك و الوظائف. (1)

و يظهر شعور المراهق بتقدير ذاته برضاه عن نفسه و الدفاع عنها و تعويدها على مواجهة مواقف الإحباط و الفشل، و كذا في الثقة في قدرته على تحمل نتائج أفعاله، و اتخاذ قراراته في الوقت المناسب، و الجرأة و الصراحة و الصبر في حل مشاكله، و الابتعاد عن اتكاله في إنجاز أعماله و المثابرة في تحقيق أهدافه.

6-2- إقامة العلاقات و الابتعاد عن العزلة و الانطواء:

يتجلى ذلك في إقامة المراهق لعلاقات صداقة، و مشاركة زملائه في بعض الأنشطة والهوايات المفضلة والتودد

للبعض منهم والاستماع إلى انشغالهم ومساعدتهم وزيارتهم وقبول دعوة من يرتاح إليهم، لان اتساع دائرة علاقاته الاجتماعية وتعدد أطرافها، يشعره بالراحة ويمده بالمساندة المعنوية لمواجهة ضغوطات العائلة والمجتمع ككل .

فالشخص السوي هو الذي يحقق وجوده ككائن حي اجتماعي يعترف بحاجاته إلى أفراد مجتمعه وفي تعاونه معهم واضطلاعه بدور اجتماعي من أجل تحقيق حياة أفضل له ولمجتمعه .(1)

3-6 الثبات الانفعالي : وهي من أهم السمات التي تميز الشخص المتوافق، التي

تتمثل في قدرته على تناول الأمور بصبر وأناة، ولا يستفز و لا يستشار من الأحداث التافهة، ويتسم بالهدوء والرزانة، ويتحكم في انفعالاته المختلفة (الغضب، الخوف، الكراهية، الغيرة ...)، وهذه السمة مكتسبة من خلال عملية التنشئة لاجتماعية .(2)

كما تظهر هذه السمة أيضا في قدرة الفرد أو المراهق على تجاوز مواقف الإحباط والتحكم في ميولاته ورغباته المتعددة وانخفاض درجة تقلباته المزاجية والاستقرار النسبي لحدة انفعالاته، واستعمال العقل في تجسيد طموحاته.

6-4 العلاقات مع البيئة المحلية : أين يظهر المراهق علاقات طبيعية مع أسرته، ويشعر بأن

الأسرة تحبه وتقدره وتعامله معاملة حسنة، كما يشعر في كنفها بالأمن واحترام أفراد أسرته له، وهذه العلاقات تتنافى مع ما للوالدين من سلطة عادلة على المراهق، وتوجيه سلوكه، كما يظهر الرغبة في قضاء وقت أطول داخل البيت والشعور باعتزازه بانتمائه العائلي.

كما يبدو ذلك أيضا من خلال علاقته بزملائه، حيث يندمج معهم و يساعدهم إذا احتاج أحدهم لمساعدته، و يسر لمقابلتهم خارج الكلية و يهتم بمصالحهم الشخصية، و هو محبوب منهم، و قد يولونه في بعض الأحيان مركزا قياديا بينهم .(3)

كما يتجنب المشاجرات معهم، وإبداء حيوية مشاركة أصدقائه في الأنشطة الرياضية والفكرية، ومعاملتهم معاملة

(1) - مصطفى فهمي - مرجع سابق. ص: 75

(2) - صالح حسن الدهرى- مرجع سابق ص : 107

(3) - لويس كامل مليكة - قراءات في علم النفس الاجتماعي في البلاد العربية- الهيئة المصرية العامة للكتاب-1989 ص: 127

حسنة، والتقليل من التغيب عن المدرسة والابتعاد عن الفوضى والتشويش والغش داخل القسم، والتقليل من تحديه للمدرسين عند اختلافه معهم، والمثابرة والتركيز والجدية في متابعة دراسته، وحسن جواره مع الناس، وإقامته علاقات طيبة مع الزملاء.

5-6- النظرة الواقعية للحياة: كثيرا ما نلاحظ بعض الأفراد يعانون من عدم قدرتهم على

تقبل الواقع المعاش، ونجد مثل هؤلاء الأشخاص متشائمين تعساء رافضين كل شيء، ولكن هذا يشير إلى سوء التوافق أو اختلاف في الصحة النفسية، وفي المقابل نجد أشخاصا يقبلون على الحياة بسعادة، ويشير هذا إلى توافق هؤلاء الأشخاص في المجال الاجتماعي الذي يخرطون فيه. (1)

7- مظاهر سوء التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

سوء التوافق هو فشل الإنسان في تحقيق إنجازاته وإشباع حاجاته ومواجهة صراعاته، ومن ثم يعيش في الأسرة والعمل والتنظيمات التي يخرط فيها في حالة عدم الانسجام وعدم التناغم، وإذا ما زاد هذا القدر من سوء التوافق اقترب الفرد من العصاب. (2)

ويظهر سوء التوافق الاجتماعي للفرد في عجزه عن مجاراة قوانين الجماعة ومعاييرها، أو عجزه عن عقد صلاة اجتماعية راضية مرضية مع من يعاملهم من الناس، مع الوالدين، الاخوة والزملاء. وتلميذ المرحلة الثانوية وفي ضوء المتغيرات التي يمر بها في هذه المرحلة سواء المتعلقة بنموه الذاتي أو بالنسبة للمجتمع المدرسي، الذي يتميز بطابع خاص في المدرسة الثانوية فإن احتمال نشوب الصراعات داخل المدرسة وكذلك الانحرافات، قائمة ما لم تقابل احتياجات طلاب هذه المرحلة، فمن المنتظر أن تواجه المدرسة مشاكل حادة سواء داخلها أو في خارجها، بعضها قد يصل إلى مستوى الانحراف، كالعدوان والاعتداء والعنف، وتشكيل العصابات من الشلل المدرسية، وتخريب المدرسة وعدم احترام الأنظمة، وربما يصل ذلك إلى المجتمع المحلي أيضا.

إضافة إلى السرقة، الهروب، الفشل أو التأخر الدراسي، التسرب المدرسي وغيرها من المظاهر سوء التوافق المدرسي .

ومن مظاهر سوء التوافق النفسي للمراهق شعوره بالتعب وعدم الراحة، والتأزم من الناحية النفسية في أي جانب

(1)- صالح حسن الدهرى مرجع سابق ص : 53

(2)- نفس المرجع ص: 55

من جوانب حياته، وتتضمن أمثلة عدم الراحة حالات الاكتئاب أو القلق الشديد، أو مشاعر الذنب، والأفكار والوسواس المتسلطة أو توهم المرض، أو عدم الإقبال على الحياة أو التحمس لها.(1)

8- علاقة التوافق بالفشل والنجاح المدرسي :

إن الحياة النفسية للطالب في جميع مراحل نموه وخصوصا في فترة المراهقة، تتسم بالقلق وقد تصل إلى مستوى الوسواس والأوهام، ولعلها السبب في تقلبه وعدم استقراره، كما قد يتعرض في بعض الظروف لحالات من اليأس والحزن والآلام النفسية نتيجة لما يلاقه من إحباط، بسبب ضغوط المجتمع التي تحول دون تحقيق رغباته وأمنيته، ويتبع ذلك عادة مشكلات عدم التوافق مع البيئة المدرسية، أو الجو المدرسي وما يترتب عنه من فقدان الشعور بالأمن، وصعوبة التصرف في المواقف الجديدة، والإحساس بضعف المركز وصعوبة التعامل مع السلطة المدرسية بالتالي الفشل المدرسي.

وبوجه عام فإن مشكلة التأخير، و الغياب ترتبط ارتباطا وثيقا بمشكلة أخرى و هي الهروب من المدرسة، و يستخدم التلاميذ في ذلك أساليب متعددة تهدف جميعها إلى إنهاء اليوم المدرسي قبل مواعده، فقد يرجع الهروب إلى سوء معاملة أحد المدرسين، و شعور التلميذ بضغط انفعالي قوي إزاء حضور دروس هذا المدرس بالذات، و قد يكون الهروب تخلصا من أعباء متابعة الدروس التي لا تجد معه أي لون من المتعة الشعورية، كما قد يرجع الهروب إلى تأثير بعض الرفاق المنحرفين الذين يجد في الانطواء معهم تحت جماعة واحدة متنفسا لإشباع الدوافع التي لم تجد لها الإشباع أو التقدير الكافي في المدرسة أو البيت.(2)

ومن هنا يتضح أن النجاح و الفشل الدراسي للمراهق يتوقف على توافقه في البيئة المدرسية، و عليه يجب أن يكون جو المدرسة جوا اجتماعيا صالحا بعيدا عن الاستبداد و الإرهاب، و تركيز السلطة في يد واحدة، و أن تكون سياسة المدرسة مبنية على التوجه و الإرشاد المقرونين بالمحبة العاطفة وفهم نوازع المراهقين ودوافعهم، دون اللجوء إلى قمعها بالقوة والقسوة، بل بتحويلها إلى نشاطات بالرفق واللين والحكمة....ومن أجل مصلحة المراهق يمكن للمدرسة أن تستعين ليس بالأهل فحسب بل بذوي الخبرة جميعا، والتنسيق مع المؤسسات التي تعني بتمضية أوقات الفراغ المفيدة (كالأندية)، و أن تعمل جميعا ضمن إطار التعبئة العامة لحشد جميع النشاطات التي تخدم المراهقة، وتعمل على احتوائها وتوجيهها توجيها سليما.

(1) - مصطفى فهمي - مرجع سابق. ص:

(2)- نصر الدين جابر - مرجع سابق. ص :

9- وقت الفراغ وعلاقته بتحقيق التوافق للمراهق :

لعل من المشاكل الهامة التي تواجه الطلاب وخاصة الشباب شغل وقت الفراغ، ونقصد بوقت الفراغ وقت النشاط الذي يحقق للطالب رغباته ويشبع ميوله ويقابل احتياجاته، ولو وقت الفراغ أهمية كبيرة إذا ما أحسن استغلاله في تنمية شخصية الطالب، حتى ينشأ بعيداً عن الانفعالات النفسية التي تنتابه إذا ما لم يجد ما يشغل فراغه سوى التافه من الأمور.

ففي وقت الفراغ يكتشف الفرد نفسه، وينمي ملكاته الكامنة، كما أنه فرصة للتعبير عن الذات وللتنفيس عن التوتر، ولإشباع الكثير من الحوافز والدوافع التي يتعذر إشباعها في الحياة اليومية، فوقت الفراغ يمكن في الواقع أن يكون الوقت الذي تتغير فيه الشخصية، وبالتالي يصنع فيه الشخص من جديد.

وقد يعتقد البعض أن الترويح يتنافى مع التربية أو يختلف عنها، فإن الترويح يتصل بالمناشط الجسمية المبهجة في حين أن التربية تتصل بالمناشط العقلية التي يراها الشباب أمراً باعثاً على السامة والملل، وفي الترويح يجد الشباب أوسع إمكانياته في مجال الحياة الاجتماعية والعلاقات الإنسانية. (1)

(1)- مصطفى فهمي- مرجع سابق ص: 85

خلاصة :

نستخلص من خلال مناقشتنا لمحاور هذا الفصل أن مفهوم التوافق ببعديه النفسي والاجتماعي يشير إلى مدى قدرة الفرد على التوفيق و الانسجام بين إشباع حاجاته المتعددة وإمكانياته الادائية، والعقلية الحقيقية وظروف الواقع المعاش.

وهناك عاملان رئيسيان يقفان وراء عملية التوافق، يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه، أي ما هو مرتبط بمحيطه الداخلي من حاجات ودوافع وخبرات، وقيم وميول وعواطف، ومختلف الانفعالات التي تقوم بتوجيه سلوكه. والعامل الثاني يتمثل في البيئة المحيطة بالفرد بما في ذلك الأسرة والمدرسة، وجماعة الأقران التي تؤثر على توافق الأفراد بشكل أو بآخر، من خلال الجماعات التي يندمج فيها والتي تتم في إطار من عمليات من التأثير والتأثر.

وكلما نجح الفرد في استخدام حيلة دفاعية لاشعورية بطريقة ناجحة (الكبت، أحلام اليقظة....) وإعمال العقل للموازنة بين دوافعه الملحة على الإرضاء، وقدراته الحقيقية، ومعطيات واقعه الاجتماعي استطاع تخطي الكثير من العوائق المحيطة، ومن ثم استطاع الظفر بمستوى أفضل من مظاهر التوافق النفسي الاجتماعي التي تختلف من فرد إلى آخر، ومن مراهق إلى آخر، حسب اختلاف جنسه وإمكانياته الشخصية، ومدى توفير الشروط المساعدة والملائمة لتكيفه السليم.

تمهيد:

- تعتبر مرحلة المراهقة حلقة من حلقات سلسلة الارتقاء الإنساني التي تحتل فترة ميلاد حقيقية، لما لها من خصوصيات، ففيها ينفرد النمو بوتيرة سريعة تؤدي إلى حدوث تحولات فيزيولوجية عميقة وفجائية تنعكس بدورها على النواحي المختلفة للشخصية، كاضطراب العلاقات الاجتماعية بين المراهقين والراشدين عامة من جهة، وعدم الاستقرار الانفعالي والتقلب المزاجي السريع، وتعدد الطموحات والرغبة في التحرر من الوصاية الأسرية من جهة أخرى، فهي مرحلة انتقالية من عالم الطفولة إلى بداية سن الرشد وتحمل المسؤولية والتدرج نحو اكتساب الهوية، فهي إذن بمثابة جسر ينتقل من خلاله الفرد من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد، ولهذا من الطبيعي أن يتعرض المراهق لمشكلات عديدة ومتاعب بدرجات قد تفوق غيرها من مشكلات عديدة ومتاعب بدرجات العمر، ويعود ذلك لكونه شخصا غير متكيفا لدوره الجديد في الحياة. ونظرا لخصوصيات علاقة هذه المرحلة (المراهقة) بعملية التوافق النفسي الاجتماعي سنحاول التعرض في هذا الفصل إلى مفهوم المراهقة وأنماطها المختلفة، ثم الوقوف عند أهم مظاهر النمو خلال هذه المرحلة، وكذا حاجات المراهق ثم علاقته بمختلف المؤسسات الاجتماعية.

1- تعريف المراهقة:

1-1-التعريف اللغوي : كلمة مراهقة Adolescence مشتقة من الفعل اللاتيني Adollescere أو (Grow-up) ومعناها التدرج نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والانفعالي والاجتماعي. (1) وهي تفيد الاقتراب أو الدنو من الحلم، وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة، هذا المعنى في قولهم: رهق بمعنى غشى أو لحق أو دنى، فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج. (2) وقد عرّف معروف مصطفى زريق المراهقة بأنها مشتقة من فعل "رهق"، بمعنى تدرج نحو النضج، ويقصد به مجموعة من التغيرات تطرأ على الفتى سواء كانت من الناحية البدنية أو الجنسية، أو العقلية أو العاطفية أو الاجتماعية، من شأنها أن تنتقل الفرد من فترة الطفولة إلى مرحلة الشباب والرجولة، ولذا تعتبر المراهقة جسرا يعبر عليه المرء من طفولته إلى رجولته. (3)

1-2-التعريف الاصطلاحي : كلمة المراهقة تعني معاني كثيرة فهي التحول نحو النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي، ولقد عبر "بياجيه" عن هذه الفكرة عندما رأى أن المراهقة من وجهة نظر علم النفس تعني العمر الذي يندمج فيه الفرد مع عالم الكبار، و العمر الذي لم يعد فيه الطفل يشعر أنه أقل ممن هم أكبر منه سناً، بل هو مساوي لهم في الحقوق على الأقل، و يرتبط هذا الاندماج مع عالم الكبار بالعديد من المجالات الانفعالية المرتبطة بالبلوغ تقريبا، كما تساعد هذه التحولات العقلية في تفكير المراهق في تحقيق اندماجه في علاقات اجتماعية مع الكبار، و التي هي في الحقيقة الخاصة الأكثر عمومية في هذه المرحلة من النمو. (4) ويقصد بالمراهقة المرحلة التي تسبق الرشد و تصل بالفرد إلى اكتمال النضج، فهي تبدأ منذ البلوغ حتى سن الرشد في الواحد و العشرين سنة تقريبا، فالمراهقة هي المرحلة النهائية أو الطور الذي يمر فيه الناشئ – و هو الفرد الغير الناضج جسميا و عقليا و اجتماعيا – نحو بدء النضج الجسمي و العقلي و الاجتماعي. (5)

(1)- مصطفى فهمي- سيكولوجية الطفولة والمراهقة – دار مصر للطباعة القاهرة. 1974. ص: 27

(2)- فؤاد بهي السيد- الأسس النفسية للنمو - دار الفكر العربي. القاهرة. 1975. ص: 275

(3)- معروف مصطفى زريق - خفايا المراهقة- دار النهضة العربية للتأليف و الترجمة و النشر دمشق. 1960. ص: 10

(4) - د/السيد محمد الطواب- النمو الإنساني أسسه و تطبيقاته- دار المعرفة الجامعية. 1995. ص: 112

(5)- أحمد زكي صالح –مرجع سابق. ص: 193

أما فؤاد البهي السيد فيرى بأن المراهقة من أهم مراحل النمو الحساسة التي يفاجئ فيها المراهق بتغيرات عضوية ونفسية سريعة، تجعله شديد الميل إلى التمرد والطغيان والعنف والاندفاع، لذي تسمى هذه المرحلة أحيانا بالمرحلة السلبية خاصة من الناحية النفسية.(1)

1-3-التعريف الزمني : رغم وجود العديد من الكتابات في المراهقة، ومراجعتها إلا أن أغلبها اتفقت على أن مدتها هي الممتدة من نهاية الطفولة المتأخرة حتى بلوغ سن الرشد، وبلغة السنوات هي التي تنحصر بين سن الثانية عشر والواحد والعشرون سنة.

وتنقسم المراهقة إلى ثلاثة مراحل:

مرحلة ما قبل البلوغ- مرحلة البلوغ- مرحلة المراهقة.

فالسن ما بين 12 و 15 سنة تخص المرحلتين الأوليتين (ما قبل البلوغ والبلوغ) المتميزتين بالنضج البدني الواضح عند أغلبية تلاميذ الطور الثالث، وبعض تلاميذ من الطور الثانوي.

أما خلال المرحلة الثالثة من المراهقة تظهر تحولات نفسية هامة على التلاميذ (نضج السلوك في المجال العاطفي الاجتماعي)، وتكون هذه المرحلة قصيرة (ما بين 15 و18 سنة) بالنسبة للبنات، و(17 و20 سنة) بالنسبة للذكور، فحسب الحالات الخاصة يمكن أن تستغرق هذه الفترة مدة أطول وتزيد من صعوبتها، حسب المشاكل الفردية (الفروق الوراثية والعائلية والاجتماعية). (2)

ويرى ميخائيل إبراهيم أسعد أن المراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد، من الثالثة عشرة إلى التاسعة عشرة أو قبل ذلك بعام أو بعامين أو بعد ذلك بعام أو عامين، أي بين 11 سنة و21 سنة، ولذلك تعرف المراهقة أحيانا باسم العشارية، ويعرف المراهقون بالعشاريين نسبة إلى عقود الأرقام بين عشرة سنين وعشرين سنة.

وتتألف المراهقة من ثلاث مراحل فرعية هي:

-المرحلة المبكرة :الممتدة بين السنيتين الحادية عشرة والرابعة عشرة

-المرحلة المتوسطة :الممتدة بين السنيتين الرابعة عشرة والثامنة عشرة

(1)- فؤاد البهي السيد -مرجع سابق -ص 250

(2)- منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي- مديرية التربية والتعليم الثانوي- الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية-

جوان 1996 ص:22

- المرحلة المتأخرة وتمتد بين الثامنة عشرة والواحدة والعشرين.(1)

وسنركز في هذه الدراسة على المراهقة المتوسطة – الممتدة بين السنتين الرابعة عشرة والثامنة عشرة – باعتبارها السنوات التي تميز تلاميذ المرحلة الثانوية والذين يمثلون عينه هذه الدراسة .

2- أنماط المراهقة :

تتخذ المراهقة أنماطا وأشكالا مختلفة منها :

- مراهقة عادية تخلو من الصعوبات فهي بهذا تكون مراهقة سوية .

- مراهقة فيها المراهق ينعزل وينفرد بنفسه وبذاته ليتأملها، ويتأمل مشاكله وصعوباته، فنوعية هذه المراهقة تكون إنسحابية .

- مراهقة فيها المراهق يتميز بسلوك عدواني على نفسه وعلى الآخرين وحتى الأشياء، وهذه المراهقة

تعتبر بذلك عدوانية.(2)

1-2- المراهقة المتكيفة : في هذا الشكل من أشكال المراهقة تكون المراهقة هادئة نسبيا، هي

أميل إلى الاستقرار والاتزان العاطفي، وتكاد تخلو من العنف، والتوترات الانفعالية الحادة.(3)

تكون حياة المراهق هنا غنية بمجالات الخبرة بالاهتمامات العلمية الواسعة التي يحقق من خلالها ذاته، ولا يسرف في أحلام اليقظة وغيرها من الاتجاهات السلبية، كذلك لا يطيل التفكير في المسائل الفلسفية الدينية والجدال فيها، كما يكون موفقا في حياته المدرسية، فهذه المراهقة تنمو نحو الاعتدال في كل شيء، ونحو الإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات، أما من العوامل المؤثرة في هذا الشكل من المراهقة :المعاملة الأسرية المعقولة، إتاحة قدر من الحرية، تفهم حاجات المراهق، وكذلك إحساس المراهق بالتقدير من طرف الأسرة ومن جماعة الأقران، وممارسة الأنشطة الرياضية والاجتماعية والنجاح المدرسي، وشعوره بأن لديه فرص كافية لتحمل المسؤولية والاستقلال، والاعتماد على النفس.(4)

(1)- ميخائيل إبراهيم أسعد – مشكلات الطفولة والمراهقة - دار الأفق الجديدة. بيروت. 1991 ص: 225

(2)- عبد الرحمان عيسوي – سيكولوجية النمو دار النهضة العربية للطباعة والنشر – بيروت 1987 ص: 29

(3)- محمد رفعت – المراهقة وسن البلوغ – دار المعرفة. بيروت لبنان. 1989 ص: 72.

(4)- هدى محمد القناوي- سيكولوجية المراهقة. ص: 157-158.

2-2- المراهقة الإنسحابية (المنطوية): المراهقة في هذا الشكل كما يرى "ميغاريوس" تتسم

بالانطواء والعزلة الشديدة، السلبية والتردد والخجل، وكذلك شعور المراهق الحاد بالنقص وعدم الملائمة. (1)
وليس لدى المراهق من هذا النوع سوى أنواع النشاط الانطوائي مثل القراءة، وكتابة مذكراته التي تدور حول انفعالاته، ويكون كثير التأمل والنقد القيم للقيم والنظم الاجتماعية، كما تنتابه هواجس كثيرة وأحلام اليقظة التي تدور حول حرمانه من الملابس والمأكل والجنس، والمركز المرموق، ويسرف هذا المراهق في الاستمنااء ليتخلص من الكبت والضيق الذي يشعر به، والعوامل المسؤولة عن هذا النوع من المراهقة هي التربية الخاطئة الضاغطة، مما ينتج عنها شخصية منطوية على نفسها. (2)
وما يميز أيضا هذا النوع من المراهقة هو عدم استقرار المراهق في استجاباته، وفي قلة الاتصال بالناس، وتجنب مشاركتهم أفرانهم وأحزانهم، والتذبذب في اتخاذ القرار.

2-3- المراهقة العدوانية (المتمردة): المراهقة في هذا الشكل متمردة ثائرة، تتسم بنوع

السلوك العدواني الموجه ضد الأسرة والمدرسة وأشكال السلطة في المجتمع الخارجي، وتتسم كذلك بالمحاولات الانتقامية، ومحاولة التشبه بالرجال، والأساليب الإحتيالية في تنفيذ رغبات المراهق ومآربه، ويشمل السلوك العدواني على بعض الأساليب الآتية:

- الاعتداء بالضرب على الاخوة الصغار ، وعلى الزملاء في المدرسة أو في الشلثة.

- الثورة الصريحة على الأبوين أو أحدهما أو الاخوة الكبار، واستخدام الألفاظ البذيئة والنقد المستمر.

- معاندة الأب بطريق غير مباشر بقصد الانتقام (خاصة إذا كان الأب قاسيا).

- الإسراف الشديد في الإنفاق على ما لا يفيد عند وقوع النقود تحت يدي المراهق انتقاما من

بخل الوالد وقسوته.

- العدوان على المدرسين والزملاء وأدوات المدرسة، زعم الإضراب والمظاهرات في

المدرسة مع الانسياق في المفاصل المستهتره. (3)

(1)- سيد محمد الطواب – مرجع سابق. ص: 102

(2)- هدى محمد القناوي – مرجع سابق. ص: 158.

(3)- محمد رفعت – مرجع سابق. ص: 72

ومن الأسباب المؤثرة في هذه المرحلة شعور المراهق بالإهمال والتهميش من قبل المجتمع، أو إحساسه بالدونية أو العجز الجسدي، أو تدهور العلاقات داخل الأسرة كوجود الرفض في أسلوب معاملة والديه أو التدخل المباشر في أموره الشخصية، وغالبا ما يكون الاعتداء والعنف من أبرز استجاباته العدوانية، فقد تكون على شكل ترديد كلمات الشتم والسخرية، أو التهديد للشخص المتسبب في مضايقته و الحط من مكانته، كما قد تتعدى ذلك عند البعض لتصل إلى الاعتداء على الآخرين وتحطيم ممتلكاتهم، أو أخذها بالقوة خاصة عند الذكور، وكثرة الشكاوي والبكاء، وانتقاد الغير وذكر عيوبه عند الإناث.

3- مظاهر النمو في مرحلة المراهقة:

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة شامل. وذات تغيرات جسدية فسيولوجية وانفعالية، وعقلية واجتماعية واضحة، وهي تأثر بشكل كبير علي المراهق، هذا الأخير الذي وجد أمامه مرحلة ليست كسابقتها ولا بد عليه أن يعيشها بمشاكلها واضطراباتها النفسية والاجتماعية.

وسنتطرق هنا إلى أهم مظاهر النمو في هذه المرحلة، النمو الجسدي، النمو الجنسي، النمو النفسي، النمو الانفعالي، النمو الاجتماعي، والنمو العقلي بشيء من الإيجاز.

3-1- النمو الجسدي: تمتاز مرحلة المراهقة بسرعة النمو الجسدي واكتمال النضج، حيث يزداد

الطول والوزن وتنمو العضلات والأطراف، ولا يتخذ النمو معدلا واحدا في السرعة في جميع جوانب الجسم، كذلك تؤدي سرعة النمو هذه إلى فقدان المراهق القدرة على الحركة، ويؤدي ذلك إلى اضطراب السلوك الحركي لدى المراهق، كذلك يلاحظ زيادة إفرازات بعض الغدد وضعف بعضها الآخر، فالغدة النكفية يزداد إفرازها، ويؤدي ذلك إلى سرعة النمو في العضلات وخلايا الأعصاب. (1)

فهذه المرحلة تظهر عيها معالم جسدية فسيولوجية، فجسديا يزداد الوزن والطول، وفسيوولوجيا تظهر عند المراهق بعض السمات الجنسية الرئيسية كبدء ظهور الإفرازات المنوية، وسمات جنسية ثانوية كتغير الصوت مثل، وظهور شعر العانة والشارب، أما عند المراهقة فتظهر لديها عملية الحيض أو العادة الشهرية مع معالم جنسية ثانوية كبروز الثديين مثلا. (2)

ويعتبر النمو الجسدي إحدى مظاهر النمو التي تعطينا المؤشرات والدلائل التي تسمح لنا بتفسير البعض من الحالات النفسية، و السلوكات الاجتماعية للمراهق الذي تنصب اهتماماته في بداية هذه المرحلة حول التغيرات التي تطرأ على الشكل العام لجسمه، وتتجلى هذه التحولات في :

(1)- عبد الرحمان عسوي - مرجع سابق. ص: 46.

(2)- مصطفى غالب - علم النفس التربوي - دار مكتبة الهلال. 1980 ص: 68.

3-1-1- الطول: هذا المظهر له دور في إعطاء صورة كاملة وواضحة لطبيعة النمو، والدراسات العديدة تشير إلى أن بعد السنوات الثلاثة الأولى من الطفولة أين يزداد طول الطفل، يأخذ منحني الطول في الانخفاض التدريجي، ثم ما لم يلبث أن يرتفع من جديد مع البلوغ وبداية المراهقة، ويقول "ستيفنس" STEPHENS في هذا السياق " عن النمو السريع في السنوات الأولى، يكون الطفل قد وصل ربع طوله النهائي عند الولادة، وإلى نصف هذا الطول النهائي في الوقت الذي يكون فيه في سن الثالثة، وأنه في ما عدا فترة المراهقة، فإن نمو الطفل يظل في تناقض نسبي". (1)

3-1-2- الوزن: وهو أكثر اتصالا وانسجاما مع الطول لاعطاء صورة كاملة للجسم، ومعدلات الزيادة في الوزن تكون بصفة عامة متقاربة عند الجنسين في سن الطفولة المتأخرة، فحسب رأي البعض أنه عند سن العاشرة أو الحادية عشرة يصل الوزن إلى حوالي 33 كغ عند الجنسين كمعدل عام، ثم بعد هذا السن يزداد الوزن بشكل نسبي عند الإناث، ثم تليها الفترة ما بين الرابعة عشرة والنصف والخامسة عشرة، أين يتساوى فيها نمو الوزن عند الجنسين، أي تصل إلى حوالي 50 كغ تقريبا، وبعدها لا يزيد وزن الفتاة حتى سن العشرين عن 55 أو 56 كغ، بينما يتميز تفوق البنين ليصل إلى 65 أو 66 كغ. (2)

وبداية مرحلة المراهقة عموما تكون المراهقات أثقل جسما من الذكور، ومع تقدم هذه الفترة يصبح الذكور أكبر وزنا وأثقل جسما من التغيرات الحاصلة في الطول والوزن، يصاحبها تطور في الجانب الوظيفي لأعضاء الجسم.

وعلى الجملة نستطيع أن نقول أن النمو في المراهقة يحدث على شكل تغيرات جسمية خارجية، يستطيع أن يلاحظها المراهق نفسه، كما يلاحظها المحيطون به، ثم هناك تغيرات فسيولوجية داخلية تظهر في وظائف الأعضاء. (3)

3-2- النمو الجنسي: تبدأ الوظائف الجنسية في الظهور في هذه المرحلة نتيجة لنضج الغدد الجنسية، ويصاحب نمو الوظائف الجنسية هذه، نمو الشعر تحت الإبطن وفوق العانة، ونمو الشارب والذقن، وكذا ضخامة صوت المراهق، وبالنسبة للفتات يأخذ الثديان في البروز في الصدر كذلك تنمو الأرداف ويتسع

(1)- كمال دسوقي -النمو التربوي للطفل والمراهق-دار النهضة العربية - بيروت. 1979 ص: 73 .

(2)- كمال دسوقي - نفس المرجع. ص: 48.

(3)- عبد الرحمان عسوي -مرجع سابق. ص: 38.

الحوض و تظهر نعومة الصوت، و تؤدي هذه التغيرات إلى إحساس المراهقة بأنها أصبحت شابة كبيرة، و إلى الرجل بأنه أصبح رجلا بالغا.(1)

و تبدأ علامات النمو الجنسي بظهور العادة الشهرية عند الإناث، مع وجود حالات تأخر وعسر، وغياب هذه العادة عند بعضهن، والسبب في ذلك يرجع إلى وجود اضطراب هرموني أو أزمة نفسية حادة أو مرض، أما عند الذكور فتظهر عند أول عملية قذف أو احتلام كدليل بيولوجي على إنتاج السائل المنوي. وأي اضطراب أو خلل في النمو الجنسي يصبح بسبب المراهق متشككا في قدراته التناسلية، و متخوفا من مستقبله العلائقي، ويرى في هذا عائقا في تحقيق طموحاته.

3-3-النمو النفسي: من أبرز مظاهر الحياة النفسية في مرحلة المراهقة رغبة المراهق في

الاستقلال عن الأسرة، وميله نحو الاعتماد على الذات، فنتيجة للتغيرات الجسمية التي تطرأ على المراهق يشعر أنه لم يعد طفلا قاصرا، كما أنه تجب أن لا يحاسب على كل صغيرة وكبيرة، وأن تخضع سلوكه لرقابة الأسرة ووصايتها.(2)

كما يلاحظ علي المراهق في هذه المرحلة الاهتمام الزائد بنفسه وبمظهره الخارجي، وعدم الاكتراث بما يدور حوله من حوادث ، وسرعة الغضب، إذا رفضت مطالبه ورفض انتقاد تصرفاته من قبل الغير، أو منعه من ممارسة نشاطاته المفضلة، كما يفضل عدم إنشاء أسراره، وتفادي مشاركة الآخرين اهتماماتهم ومشاركاتهم، والتذمر والضيق، كتعبير عن عدم رضاه عن معاملة الكبار له ، الذين يراهم غير متفهمين لوضعيته وغير شاعرين بمشاكله، كما يلاحظ عليه ابتعاده عن التصرفات الصببانية التي يري أنها تم تعد تناسب سنه، وينتقل مع تقدمه في السن إلى مرحلة جديدة، يسعى خلالها إلى إقامة علاقات اجتماعية يشارك أقرانه مشاكلهم، ويتبادل معهم الانشغالات والاهتمامات المشتركة، ومع اتساع شبكة علاقاته الاجتماعية وتعدد أطرافها يقوي شعوره بتقديره لذاته، و اتزانه النفسي بفضل احتكاكه، وتفاعله مع الآخرين.(3)

وعلي ضوء ما تقدم من تغيرات جسمية ، وما يواجهه المراهق من تحديات في هذه المرحلة، وما اكتسبه من المراحل السابقة، وما لديه من بقاياها، فانه يتفاعل مع مجموعة الرفاق وأفراد الجنس الآخر، وسلطة الوالدين ومع انفعالاته هو شخصيا ، حيث يدخل الأولاد إلي المراهقة بحدة، ويندمجون مع مجموعة من نفس

(1)- عبد الرحمان عسوي- مرجع سابق. ص: 46

(2)- نفس المرجع . ص: 41-42.

(3)- نصر الدين جابر - مرجع سابق ص: 30

الجنس في علاقة زمالة، والاهتمام بالجنس الآخر يؤدي إلى الاهتمام بالمظهر من حيث الملابس والشعر، والعلاقة بالجنس الآخر تتسم بالتركز حول الذات في بادئ الأمر، فكل طرف يهتم بإنجازه هو، كما يكون الافتتان حادا ولكنه قصير الأمد، وفي داخل المجموعة قد يكون الولد في بدء المراهقة متبجحا استعراضيا متنفسا، يروي نكتا داعرة، يهدف إلى تخفيف التوتر المرتبط بالجنس والكفاءة الجنسية، بينما تدخل المراهقة البنت مرتبطة بصديقاتها المقربات إليها و عادة يكون أقل عددا من مجموعة الذكور.

وعادة يكون المراهق متناقض المشاعر، حيث يرفض سيطرة الكبار، وهو في نفس الوقت يحتاج إلى إرشاد وتوجيه، ويختبر المراهق نمط السلطة ليرى إلى أي حد يمكن أن يذهب، فهو يحتاج إلى حدود ليحس بالأمان، وتقلبات المزاج لديه شائعة، وأحيانا لا تستطيع قوى الضبط الداخلي أن تتكيف مع النزعات الغريزية المتزايدة فقد يحدث السلوك الجنسي الفاضح أو نوبات العدوان، أو الشره للأكل، ويخاف المراهق من هذا الفقد للسيطرة، فيحاول أن يحصن نفسه بدفعات، فيتبنى موافق جمالية مبالغ فيها، أو يعقلن الأمور فيصبح مفرط القراءة والتفكير والمناقشة، وعادة يسقط المراهق حدة رغباته الجنسية للخارج، ويشعر أن الآخرين خاصة الكبار لديهم نفس الأفكار الجنسية تجاهه، ويشعر أنهم يغوونه، وقد يتفاعل بالعزلة والخوف والانقباض، ونقص الثقة بالنفس أو سلوك التفعيل الجنسي. (1)

ومع نهاية مرحلة المراهقة إلى مرحلة أخرى من النمو النفسي، يكون فيها أكثر تقبلا لجهاز القيم الاجتماعية، ويتحرر من الميولات المضادة للمجتمع، كما يعدل من اتجاهاته المتطرفة، ويقوي اعتماده على نفسه، وتصبح اختياراته أكثر صوابا وأفكاره أكثر موضوعية وطموحاته أكثر واقعية، وبفضل الارتقاء الحاصل في نموه النفسي يكون قد اقترب من نهاية اكتساب هويته، ومميزات شخصيته.

3-4-4-النمو الانفعالي: ينظر غالبا إلى مرحلة المراهقة على أنها مرحلة عاصفة وأزمة، أو

مرحلة زيادة التوتر الانفعالي الناتج من التغيرات الجسمية بصفة عامة، والإفرازات الغددية بصفة خاصة في تلك الفترة، ومن أهم الأنماط الانفعالية ظهورا خلال هذه الفترة ما يلي:

3-4-1-القلق: ينتاب المراهق الشعور بالقلق نظرا لما يطرأ عليه من تغيرات

جسمية عميقة، أو بسبب الأسلوب التربوي المتبع من قبل الآباء، الذي لا يتناسب مع سنه ووضعيته الجديدة، أو لتكرار مواقف الإحباط، أو لصعوبة السيطرة على انفعالاته وإشباع حاجاته بطريقة مقبولة اجتماعيا، أو الإحساس الزائد بالذنب بسبب تصرفاته التي تواجه بالنقد الشديد من قبل الغير، أو النظرة التشاؤمية للمستقبل، أو التذبذب في اتخاذ القرار، أو نتيجة صعوبة تكوين علاقات عاطفية، أو عدم تحقيق ما يصبو إليه.

(1)-محمد حمودة - الطفولة والمراهقة- المشكلات النفسية والعلاج - المطبعة الفنية ط 2 . - القاهرة 1988 ص: 49-51.

واستجابات انفعالات القلق تتحدد فتكون مثلا على شكل شعور المراهق بالإهمال أو التهميش من المجتمع، أو على شكل تقلبه المزاجي، ونظرته التشاؤمية للمستقبل، أو كثرة الشكاوي والأعداء، أو الانطواء وقلة التكلم مع الناس، وهناك استجابات فيزيولوجية تصاحب القلق مثل الشعور بالصداع والضييق، وعبوس الوجه والإحساس بالتعب والعياء، وفي بعض الحالات تتحول استجابات هذا الانفعال إلى اضطرابات سلوكية، كالانغماس في المخدرات، والعقاقير المهدئة والكحول، أو الإفراط في النشاط الجنسي، أو الاعتداء على الناس. (1)

3-4-2-الغضب: من الانفعالات الحادة المميزة للمراهقة، ويكون كرد فعل لمضايقات ومواقف معيقة، كالنقد الشديد من قبل الآباء، والسخرية من تصرفات المراهق والحط من قيمته، أو ضربه أو توبيخه أو مقارنة بأقرانه أو زملائه، أو الاستيلاء بالقوة على ما يملك، أو منعه من ممارسة هواياته المفضلة، أو التدخل في أموره الشخصية، أو وجود إعاقة جسمية حسية أو حركية أو مرض، تحول دون قيامه بنشاط معين، كما قد يرجع سبب غضب المراهق إلى فشله الدراسي، أو إخفائه في بعض الأنشطة الرياضية أو الفكرية، وترتبط مدة ودرجة الغضب بأهمية الموافق المسببة له من جهة، وبمستوى النضج العقلي والاجتماعي الذي يسمح بالتحكم والسيطرة على الاستجابات الانفعالية من جهة أخرى. (2)

وليس من السهل على الملاحظ الخارجي إدراك غضب المراهق وكرهيته بصورة دائمة، فقد يعتمد المراهق إلى تقنيع غضبه وإخفائه، أو التعبير عنه بطرق مضللة، وقد يتجلى الغضب بصورة مباشرة كما هو الحال في الضرب والعض والصراخ، وبصورة غير مباشرة كما هو الحال في الممازحة والنميمة وغيرها من الأساليب اللغوية. (3)

3-4-3-العدوانية: هي إحدى السمات الانفعالية التي تصاحب مرحلة المراهقة، وهو استعداد طبيعي في الإنسان، يمكن إثارتها بمنبهات معينة في ظروف محددة، ويمكن أن يكون سبب هذا الانفعال شعور الفرد بعدم الأمان وعدم الثقة، والشعور بالنبذ والحرمان من الحب والتقدير والتجاهل باستمرار الإحباط لمدة طويلة، وعدم تحقيق للحاجات العضوية يؤدي إلى ازدياد درجة العدوانية لدى الأفراد. كما يمكن أن يكون سبب هذا الانفعال، الإحباط أو شعور المراهق بالإهمال والتهميش من قبل المجتمع، أو إحساسه بالدونية أو العجز الجسدي المرتبط بإعاقة جسدية حركية أو حسية، أو عدم قدرته على شراء أو امتلاك ما يتمتع به غيره، أو تدهور العلاقات داخل الأسرة، أو وجود الرفض في أسلوب معاملة والديه له، أو التدخل

(1)- نصر الدين جابر-مرجع سابق- ص: 31-32

(2)- نفس المرجع. ص: 30

(3)- ميخائيل إبراهيم إسعد - مرجع سابق. ص: 324_

المباشر في أموره الشخصية، أو السخرية من تصرفاته، أو الحط من قيمته، وغالبا ما يكون الاعتداء والعنف من أبرز استجابات العدوانية، وهنا يجب أن نميز بين العدوانية كاستعداد والاعتداء كسلوك تجسده هذه النزعة التي يصاحبها الصراخ، والاعتداء يكون بصورتين:

اعتداء لفظي أو معنوي: أين يكتفي المراهق بالصياح والصراخ في وجه من ضايقه والاستهزاء، والتقليل من قيمة الأشياء والأشخاص، ويصل عند البعض إلى حد الادعاء أو التآمر أو الخيانة أو الخديعة.

اعتداء مادي: وينقسم إلى اعتداء موجه نحو الغير، كالقيام بتصرفات تهدف إلى إلحاق الضرر وإذلال الغير، كما تتجه استجابات هذا الاعتداء إلى تكسير الأشياء وتحطيمها والتعدي على ممتلكات الآخرين، ويصل عند البعض من المراهقين إلى ضرب مدرسيهم، أو أولياءهم، والنوع الثاني من الاعتداء المادي، يوجه إلى الذات، بحيث تصدر عن المراهق بعض التصرفات يسعى من وراءها إلى إلحاق الضرر بذاته، مثل السياقة الجنونية للدراجات والسيارات، أو تعاطي المخدرات والكحول والتسمم بالأدوية، أو ممارسة الأنشطة الرياضية العنيفة، أو المغامرات وتحدي الأخطار، ويتطور هذا النوع من الاعتداء عند البعض إلى درجة الجرح العمدي للجسم، أو محاولة الانتحار. (1)

3-4-4- الكآبة: يتردد المراهق أحيانا في الإفصاح عن انفعالاته ويكتمها في نفسه خشية أن يثير نقد الناس، ولو معهم، فينطوي على ذاته، ويبوذ بأحزانه وهمومه وهواجسه، فيصبح حائر النفس، ثقيل الظل، يخادن نفسه وينأى عن صحبة الناس، وقد يسترسل من الواقع، ويطل في غلوائه حتى تثوب إليه نفسه حينما يجد في هواياته وميوله ما يملأ به فراغه، ومن خلانه ورفاقه، ما يخفف به آلام نفسه وكآبة شعوره. (2)

وتعرف الكآبة بأنها إحدى الحالات الانفعالية التي قد تصاحب الخوف، وتهبط بمستوى النشاط النفسي إلى مستوياته الدنيا، وتفتقرن بالمواقف الفاشلة والخيبة والإخفاق، واليأس والقنوط. (3)

3-4-5- الخجل: ويعرف بأنه إحدى الحالات الانفعالية التي قد تصاحب الخوف عندما يخشى الفرد الموقف الراهن المحيط به، وينشأ الخجل من الشعور المرهق بالذات، ويبلغ ذروته عند البنين في سن 15 سنة، والخجل اتجاه نفسي خاص، وحالة عقلية انفعالية تتميز بالشعور بالضيق في اجتماع الخجول بالناس وفي

(1)- نصر الدين جابر- مرجع سابق. ص: 32-33.

(2)- فؤاد البهي السيد- مرجع سابق. ص: 230

(3)- نفس المرجع. ص: 233 .

محاولاته المستمرة لكف ومنع الاستجابات الاجتماعية العادية، وقد يكون الخجل هروبا من الواقع وتجنباً له. (1) وعلى العموم فإن هناك الخجل العادي، أو الطبيعي الذي يمثل لجهاز القيم وعادات المجتمع، وهذا ما يسمى بالحياء، ولكن إذا زادت درجته وأصبح كثير الظهور في كل المواقف والمعاملات اليومية، فإنه يتحول إلى خجل شاذ ويعيق النمو النفسي الطبيعي في هذه المرحلة.

3-4-6- الحب: الحب في جوهره اتجاه نفسي يميل بالفرد نحو ما يحب، ومن يهوى ويرتبط من قريب بشحنة انفعالية مركبة معقدة، تتناسق عناصرها، وتهدف إلى إقامة علاقات مؤتلفة تصل الفرد بدعائم عالمة المحيط به، بأفراده وأفكاره، ومسالكه التي تتصل بحفظ النوع الإنساني في صورته المختلفة، ولهذا يرتبط الحب من قريب بالدافع الجنسي، ويتطور في مراحل المتعاقبة المتدرجة من حب الذات النظير إلى حب الجنس الأخر. (2)

وعلى العموم يلاحظ عدم الاستقرار في ظهور الانفعالات السابقة في بداية هذه المرحلة، كما يمكن أن تشترك عدة انفعالات في موقف واحد، مثل ظهور الغضب والعدوانية، وتطور شخصية المراهق يساعده على التحكم التدريجي في انفعالاته، بحيث يصبح تقويمه للأشياء أكثر واقعية مع نهاية هذه المرحلة.

3-5- النمو الاجتماعي : يتميز النمو الاجتماعي عند المراهق بخصائص مختلفة عن تلك التي كانت في مرحلة الطفولة، فالمراهقة مرحلة جديدة بالنسبة للمراهق ويكون النمو الاجتماعي فيها جديدا أيضا بالنسبة له. وتترايد أهمية العلاقات الاجتماعية للناشئ بتقدمه من الطفولة إلى المراهقة، وذلك بسبب تشعب تلك العلاقات من جهة، وازدياد تأثيرها في مجمل حياته وسلوكه الشخصي من جهة ثانية، فالمراهقة باعتبارها جسر الانتقال من الطفولة إلى الشباب، ومرحلة التحولات النمائية الحاسمة، تكسب علاقات الناشئ بأقرانه وعلاقاته الاجتماعية بصورة عامة طابعا خاصا، وتجعلها أكثر شمولاً وعمقا، وبانتهاء المراهقة والانتقال إلى مرحلة الرشد ينخرط المراهق في عالم الكبار، ويصبح كل الراشدين أقرانا له إذ على المراهق النزاع تجاه الراشد أن يجد مكانة في مجتمع لا يضم أقرانه المراهقين فحسب، بل أشخاصا يزيدونه في السن زيادة كبيرة في بعض الأحيان، ويلعبون الأدوار المختلفة التي ينيط بها المجتمع. (3)

ويتصف النمو الاجتماعي في المراهقة بمظاهر رئيسية وخصائص أساسية تميزه إلى حد ما عن مرحلة الطفولة

(1)- فؤاد البهي السيد- مرجع سابق. ص: 233 .

(2)- نفس المرجع. ص: 237.

(3)- ميخائيل إبراهيم أسعد- مرجع سابق. ص: 359.

والرشد، وتبدو هذه المظاهر في تألف الفرد مع الأفراد الآخرين، أو في نفوره منهم و عزوفه عنهم.(1)
فالتألف يقصد به المظاهر التي تبدو على المراهق، كميله إلى الجنس الآخر، و ثقته بنفسه و تأكيده لذاته، و تفاعله مع جماعة الأقران، و اتساع مجال تفاعلاته و احتكاكا ته الاجتماعية، أما النفور فيتمثل في مختلف المظاهر التي تبدو على المراهق أيضا في هذه الناحية، كسخريته من بعض النظم الاجتماعية، و تمرده على الراشدين و منافسته لزملائه، و تعصبه لأراءه و آراء جماعة أقرانه.(2)

كما يتأثر النمو الاجتماعي في المراهقة بالأسرة و المدرسة و بجماعة النظائر، و قد تتناصر هذه الجماعات التي ينتمي إليها الفرد في إحدى مراحل نموه، و يدين لها بالولاء في بعض أطوار حياته على السير به قدما نحو النضج الذي يهدف إليه تكوينه، أو تحيد به عن مسالك الرشد، و تنأى به بعيدا عن مستويات النمو السوي.

3-6- النمو العقلي: تتطور الحياة العقلية المعرفية للمراهق تطورا ينحوا بها نحو التمايز و التباين، توطئة لإعداد الفرد للتكيف الصحيح لبينته المتغيرة المعقدة، و لهذا تبدو أهمية المواهب أو القدرات الطائفية التي تؤكد الفروق العقلية الواسعة العريضة بين الأفراد المختلفين، و هكذا تكتسب حياة الفرد ألوانا عدة، خصبة، تسير في جوهرها تباين المستويات الواحدة في المجتمعات المختلفة، و تفاوت المستويات العدة في المجتمع الواحد، و تسير حياة الفرد الحياة الإنسانية نفسها في تنظيمها العام، و في تباينها و تفاوتها و اختلافها، و تنوعها و خصوبة ميادينها.(3)

ومن مظاهر النمو العقلي انه يصبح باستطاعة المراهق التفكير بعيدا عن الزمان و المكان المتواجد فيها، كدليل على نمو ملكة الخيال عنده، التي تتجسد في أحلام اليقضة، التي يعيد من خلالها بناء أمانيه، و مشاريعه التي هدمها الفشل و الإحباط، و للخبرات و الاستشارة الذهنية التي يتلقاها المراهق في أسرته منذ الطفولة، دور فعال في تفجير البعض من ملكاته و تهذيبها و صقلها، حيث أثبتت بعض الدراسات النفسية أن 50% من المكتسبات الذهنية المتوفرة للمراهق في السابعة من عمره، تحصل في الأربعة الأولى، و أن 30% منها تظهر فيما بين الرابعة و الثامنة، و أن 20% المتبقية تكتمل فيما بين السابعة و الثامنة عشر، كما أظهرت الأبحاث أن تأثيرات البيئة تبدو أكثر وضوحا في المراحل المبكرة التي تزداد فيها سرعة النمو العقلي.(4)

(1) -فؤاد البهيمي السيد- مرجع سابق. ص: 252

(2)- مصطفى زيدان- دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام - دار الشروق للنشر و التوزيع والطباعة. المملكة العربية السعودية. 1975 ص: 52

(3)- فؤاد البهيمي السيد - مرجع سابق- ص: 205

(4)- مسارع حسن الراوي- دراسات حول التربية في البلاد العربية- بيروت- 1987 ص: 137

و يتدخل كل من عامل الوراثة، و الظروف الاقتصادية، و المستوى الثقافي و الاجتماعي للأسرة و المجتمع، ووتيرة النمو، و مستوى النضج و النمو اللغوي في تطوير القدرات العقلية، و مع تقدم المراهق في السن يزداد ارتقاء في ملكاته العقلية، فيصبح أكثر واقعية في تقييمه للأحداث، و أكثر صوابا في اختياراته و أحسن إدراكا لإمكانياته و لمعطيات الواقع، كما يزداد استقراره الانفعالي و انزانه النفسي، و الفروق الفردية تحول دون الوصول إلى هذا المستوى في التطور عند كل المراهقين في هذه الفترة.

5- حاجات المراهق:

5-1- الحاجة إلى المكانة الاجتماعية: و تتضمن الحاجة إلى المركز و القيمة

الاجتماعية، الحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة و الاعتراف من الآخرين، و كذا التقبل، و الحاجة إلى النجاح الاجتماعي و الامتلاك و القيادة، الحاجة إلى اتباع قائد، الحاجة إلى حماية الآخرين، تقليدهم، الحاجة إلى المساواة بين الأفراد و الزملاء في المظهر و المجلس و المال و المكانة الاجتماعية، إضافة إلى الحاجة إلى تجنب اللوم.

فالمرحلة التي يمر بها المراهق تجعله في بحث دائم في تحديد ذاته وقيمه في إطار المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه، حيث يود دائما أن يكون شخصا ما، و أن يكون شخصا وأن تكون له مكانة دائمة، و تحديد مكانته ضمن جماعة الراشدين التي يعيش فيها، و الابتعاد عن مرحلة الطفولة التي مازال يعيش فيها لذلك، فليس من الغريب أن ترى المراهق يقوم ببعض السلوكات التي تميز الراشدين كالتدخين مثلا، و هذه المكانة التي يبحث عنها المراهق هي التي تحدد سلوكات الآخرين له.

5-2- الحاجة إلى الراحة و الاستقلال: من أبرز مظاهر الحياة النفسية في فترة المراهقة،

رغبة المراهق إلى الاستقلال عن الأسرة، و ميله نحو الاعتماد على النفس، فنتيجة للتغيرات الجسمية التي تطرأ على المراهق يشعر أنه لم يعد طفلا قاصرا، كما أنه لا يحب أن يحاسب على كل صغيرة و كبيرة، و أن تخضع سلوكه لرقابة الأسرة ووصايتها، فهو لا يحب أن يعامل كطفل، ولكنه من الناحية الأخرى مازال يعتمد على الأسرة لقضاء حاجاته الاقتصادية، وفي توفير الأمن و الطمأنينة له، فالأسرة تود أن تمارس رقابتها و إشرافها عليه، بهدف توفير الحماية له ولكنه لا يقر سياسة الأوامر و النواهي، لذلك ينبغي أن يشجع على الاستقلال التدريجي، و الاعتماد على نفسه.(1)

(1)- عبد الرحمان عسوي - مرجع سابق. 1995 ص: 41-42

و يعد النضج الجنسي لدى المراهق من أسباب محولته للاعتماد على نفسه، و الاستقلال في اتخاذ القرارات الخاصة بحياته، فللمراهق يسعى إلى التخلص من قيود الأهل إلى أن يصبح مسؤولاً عن نفسه، إنه يريد غرفة خاصة لنفسه، يبتعد فيها عن أعضاء الأسرة الأصغر منه، ويستطيع أن يفكر لذاته ويخطط لفعالياته، إنه يرغب في أن يحيا حياته، وفي حين أن الطفل الصغير لا يمانع في زيارة أهله للمدرسة والاهتمام بأموره فيها، فإن المراهق يكره ذلك كراهية شديدة، لأنه يعتبر هذه الزيارات دليلاً على الوصاية عليه.(1)

3-5- الحاجة الجنسية: تعتبر الغريزة الجنسية من أقوى الغرائز تأثيراً على الصحة

النفسية، ومن أكثرها عرضة للكبت و الضبط من قبل بعض العادات و القيم الاجتماعية، فبعد نضج الأعضاء التناسلية، تبدأ اهتمامات المراهقين تتمركز حول النمو الحاصل في هذه الأعضاء، كما تنصب انشغالاً تهم حول قضايا الجنس وتفصيلاته عند الطرف الآخر، فتزيد الطاقة الجنسية من تطفلهم لمعرفة الكثير عن خبايا وأسرار الجنس، و التفكير أكثر في تكوين علاقات عاطفية، وغالباً ما تكون هذه العلاقات سطحية وغير ثابتة، ترمي إلى البحث على المتعة.

إن حدوث البلوغ عند الفتيات أسرع من حدوثه عند الصبيان، إلا أن طبيعة عملية البلوغ عند الفئة الأخيرة متقدمة أكثر، لأنها تتخذ شكل إشباع عضوي جنسي، فالفتيان يسبقون في التجربة الجنسية، ويتعرضون لمختلف عروض الإثارات، أما الفتيات فهن اسبق من الصبيان في نضجهن الاجتماعي من ناحية الاهتمامات الجنسية(2)

4-5- الحاجة إلى الاتصالات الاجتماعية : إن جميع الظروف المحيطة بالمراهق تؤكد

حاجاته إلى جماعة، يستطيع أن يشبع فيها حاجاته الاجتماعية، ليس فقط بل أن جميع الشروط الواجب توفرها لتحقيق تماسك الجماعة الجديدة أي جماعة الرفاق، كفقدان الأمن في الأسرة، الحاجة إلى الشعور بالانتماء إلى جماعة، ووحدة الهدف و التجانس في الخبرات، ووحدة المعايير و القيم و الألفة التي يمكن أن تقوم بسرعة بين للأفراد، و معرفة الأدوار في الجماعة و تحديدها، كل هذا يؤدي إلى تماسك جماعة الرفاق من المراهقين إلى أقصى حد.(3)

وهناك متغيرات تتحكم في عملية تأثر المراهق بوالديه و أقرانه، كعامل السن و نوع السلوك، و نوع العلاقة السائدة بين المراهق و أسرته، و كذا نوع العلاقة الموجودة بين المراهق و جماعة الرفاق.(4)

(1) - فاخر عاقل - علم النفس التربوي- دار العلم للملايين. بيروت 1979 ص: 119

(2) - عبد العالي الجسماني- مرجع سابق. ص: 122

(3) - محمد عماد الدين إسماعيل - النمو في مرحلة المراهقة- دار الفلم. الكويت. 1982 ص: 84

(4) - نفس المرجع- ص : 93

والصداقات والفعاليات الاجتماعية والمهن، كلها على صلة بتقدير الذات عند الإنسان، فكل إنسان يريد أن يكون مقبولا عند الآخرين، وكل إنسان يعلق أهميته على ما يعتقد فيه الآخرين، وذلك لأنه بحاجة إلى الصداقة، المحبة، والعلاقات الاجتماعية. (1)

5-5- الحاجة إلى الانتماء وتحقيق الذات: الانتماء إلى مجتمع خاصة هامة من خواص

الإنسان عموما، فهو يشعر بالطمأنينة و الأمن و الرضا، و السعادة، و تبدأ هذه الميزة بالمران والتدريب منذ الطفولة الأولى (في كنف الأسرة)، وتستمر باستمرار الحياة على هذه الأرض، و نتيجة انتماءه إلى المجتمع فهو يرغب بالتعبير عن ذاته، و يبدي المراهق تمردا عنيفا إذا ما أعيقت هذه الرغبة من قبل الأسرة أو المدرسة أو المجتمع، و ما إنضمه إلى الشلة من الأصحاب التي تشكل له بديلا للأسرة، إلا لمتنفسا يجد فيه الراحة النفسية، فهي تفهمه أكثر من أسرته المنزلية، و معها يشعر بأنه لم يعد وحيدا، و في أية أزمة تعترضه، و النمو الاجتماعي يتعلق بالنمو الجسدي، فالمراهق لا يأتي مرافقة إلا من يقاربه في السن و في الجسم، و المعايير العلمية و الثقافية قد لا تكون ذات أثر كبير بالنسبة للصحة في هذه المرحلة، و الأولوية هي للسن و الهويات المشتركة .

فتطور الإدراكات الذاتية و اتجاهات الذات، إنما تحدث تحت ظروف الحياة الاجتماعية، و يجب أن يفهم في حدودها، ففي كل موقف اجتماعي، قد يظهر الفرد أنماط فريدة و مختلفة من السلوك في ظاهرها، أي أنه يلعب أدوارا اجتماعية، هي عناصر في الذات الكلية، ينكشف إبان عملية التكيف مع جماعة معينة.

وقد ذكرنا أن "جيمس" و "ميد" و "ميلر" وغيرهم، يرون أن الفرد يمكنه تملك عدد من الذوات الاجتماعية تمثل كل منها مجموعة من الاستجابات، مستقلة بدرجة أو بأخرى، و مكتسبة من مختلف الجماعات الاجتماعية التي يشارك فيها، و تلعب المقارنة دور يؤثر في مفهوم الذات لدى الفرد نفسه بطريق غير مباشر من المقاييس الخاصة للأفراد الآخرين، الأعضاء في نفس الجماعة الاجتماعية التي ينتمي إليها، و تحتاج الإدراكات الذاتية الفردية (أو بدقة أكثر إدراكات الذات بالنسبة للآخرين) إلى إطارات مرجعية ثابتة لكي تتم من خلالها، و تقدم الجماعات هذه الإطارات المرجعية من خلال العلاقة بين الذات الفرد، و عضوية جماعة أو جماعة مرجعية.

وقد تركزت مجموعة من الاتجاهات حول تأثير مفهوم الذات على السلوك الاجتماعي خاصة اختيار الصديق (الاجاذبية للجماعة)، و ثم مشاكل أخرى حول التوحد في الجماعة و كيفية معالجتها، إذا كان الناتج هو فقدان هوية الأفراد للشخصية، ثم مشكلة توضيح تمثل المعايير الجماعية الجديدة، فالكائن الإنساني لا يصبح كائنا إنسانيا إلا

(1) - نعيم الرفاعي - الصحة النفسية - دراسة في سيكولوجية التكيف. مطبعة طربين دمشق ط 1969. ص 119

بدخوله في علاقات متبادلة مع غيره من الكائنات الإنسانية.(1)

6 - علاقة المراهق بالمؤسسات الاجتماعية:

يعد الوسط الاجتماعي بمختلف مكوناته من أهم الركائز الأساسية في بناء الشخصية في هذه المرحلة، لأن العلاقات الاجتماعية تمثل همزة وصل في ارتقاء المراهق من عالم الطفولة إلى سن الرشد، و للتنشئة الاجتماعية دور فعال في إدراكه لطبيعة معاملته مع الآخرين، وفي اكتساب خصائص الاندماج، و في تفهم المعايير و الضوابط الاجتماعية، و أزمة المراهقة كما يسميها البعض ليست مشكلة تغيير جسدي مفاجئ أو اضطراب نفسي فقط، بل هي كذلك أزمة في تحقيق الاندماج الاجتماعي.

كما أن للمؤسسات الاجتماعية كالأسرة و المدرسة، و الجماعات خاصة الرياضية منها، تأثيرا قويا في تشكيل مفهوم المراهق عن ذاته، حيث توفر له فرصا لاختبار قواه، و اكتساب قدراته و جوانب عجزه و تصوره. و قد تعجز تلك المؤسسات في تقبل و تفهم الكثير من ميوله، و اهتماماته، و أن تقوده إلى رؤية حسنة للقيم و المعاني، و لا تمكنه من استخدام معارفه المكتسبة على أرض الواقع، مما يبقيه عاجزا عن مجابهة مشكلاته.

6-1- علاقة المراهق بالأسرة:

المرض، و يتوقف التأثير في كل مرحلة على مجموعة من التغيرات المتفاعلة، منها عدد أفراد الأسرة، و مستوى تعلم الوالدين، و ترتيب الفرد بين اخوته، نسق عملية التنشئة الاجتماعية التي تتبناها الأسرة، كما يتمثل ذلك في الاتجاهات الوالدية ما بين السيطرة الزائدة، أو العناية أو الحماية الزائدة، أو الإهمال، كذلك للوضع الاقتصادي داخل الأسرة دورا فعالا بالسلب أو الإيجاب، و لا يعني هذا أن الثراء يؤدي إلى السواء، و أن الفقر يؤدي إلى المرض، بل قد يحدث العكس في أحوال كثيرة، فالمتغيرات لا تؤدي دورها بطريقة مجردة، و لكنها تعمل وفق منظومة العوامل التي تشكل كل الأبعاد المؤثرة في تشكيل، و تكامل شخصية الفرد.(2)

وينعكس الصراع بين المراهق ووالديه سلبا على السير الطبيعي للعلاقات التي تربطهما، و بإصرار الوالدين على فرض سيطرتهم، و التحكم في زمام الأمور، و إرغام الأبناء على الامتثال لعادات العائلة و تقاليدها، و تشبث المراهق بأفكاره، و رغبته الملحة في تغيير طبيعة معاملة والديه بما يتناسب و سنه، و مستواه العقلي، يزداد

(1)- إبراهيم احمد بوزيد - سيكولوجية الذات و التوافق - دار المعرفة الجامعية. الإسكندرية 1987- ص : 113

(2) - حسن صالح الدهري - مرجع سابق. ص : 105

الصراع و تتدهور العلاقة أكثر بينهما، إلا أن هذا الصراع يختلف من الأم إلى الأب حسب المستوى الثقافي و التعليمي، و طبيعة شخصية كل منهما.

أول ما تتجه إليه ثورة المراهق هم أقرب الناس إليه، و أحبهم إلى قلبه (لأم، الأب، الاخوة)، إذا أحيط بمزيد من الرعاية و العطف، و الحب، فإنه يثور لأنه يذكرونه بالطفولة التي لم يعد يرتضيها مكانة له، وقد يثور للأمر، نراها نحن الكبار تافهة، لكن يراها مهمة، فهو يثور لتأخر الطعام، أو لنوعيته أو للتدخل في شؤون دراسته، أو فرض ملبوسات معينة أو موضة لا يرتضيها، وغالبا ما يفكر المراهق أمام هذه المشكلات بالهروب من جو الأسرة، إذا كانت مشددة يغادرها رغبة منه في تحطيم القيود المفروضة عليه من قبل الأسرة و المجتمع، كذلك ينفر المراهق من الأسرة المتساهلة جدا، و التي لا تحمله المسؤولية و لا تعتمد عليه و كأنها تريده أن يبقى طفلا، و هذا ما يرفضه المراهق، فينزغ إلى ناحية يثبت فيها عكس ذلك، ومن أكثر المشكلات حدوثا بين المراهق ووالديه هو سؤاله الدائم عن سبب تأخره خارج البيت، و التدخل في شؤون اختياره لأصدقائه. أما علاقة المراهق باخوته فتتحدد طبيعتها حسب ترتيب بينهم، لأن وضعيته كأخ أكبر تجعله يتمتع بعض الامتيازات، كحرية التصرف و إبداء الرأي، وإصدار النصح، و كسب احترام و تقدير الوالدين و الكبار عامة، أفضل من وضعيته كأخ أوسط أو أخير، الأمر الذي يؤدي إلى ظهور الغيرة بين الاخوة، كما أن تفضيل و تمييز الوالدين في معاملتهما للأبناء يزيد من تدهور العلاقة، و ظهور البغضاء و الحقد بينهما.

يجمع العلماء على مختلف أطرافهم النظرية على أن الخبرات الأسرية هي من أهم المؤشرات التي تؤثر في النمو الاجتماعي و النفسي للفرد، بوصفها مصدر خبرات الرضا و إشباع الحاجات، فضلا عن كونها المصدر الأول للاستقرار النفسي و الاتصال في الحياة، و إذا ما أردنا أن نعد جيلا سليما نقيًا و ناضجا عقليا، فعلىنا أن نبدأ بالأسرة و بخاصة الأبوين، مداركهم و علاقتهم بالآخرين، و مدى تقبلهم لهم، لان خوف الأبوين و حبهما لأبنائهما هو الذي يغرس فيهم بذور الصحة النفسية.(1)

6-2- علاقة المراهق بالمدرسة : عادة ما تكمل المدرسة ما تم من بناء للفرد داخل الأسرة، إذ

تؤدي المدرسة عادة إلى إضافة عناصر أخرى تسهم أيضا في تشكيل شخصية من خلال البرامج المدرسية، و المقررات التثقيفية، و العلاقات مع المدرسين و المناخ المدرسي السائد الذي قد يكون ديموقراطيا أو فوضويا أو اتوقراطيا ... الخ. مما يؤثر بدوره سلبا أو إيجابا في ترسيخ السواء، أو بذر بذور المرض، و الملاحظ في أحيان كثيرة أن تقوم الصحة النفسية وقد يحدث العكس بحيث تؤثر المدرسة باتجاه سلبي إذا افتقرت إلى الرؤية التربوية

(1)- حسن صالح الدهري- مرجع سابق. ص: 175

السليمة و كذا إذا افتقرت إلى العناصر البشرية الواعية المعدة و المدربة جيدا، وكذلك إذا افتقرت إلى النقص البين في الإمكانيات و الوسائل، وعندما تعاني المدرسة من هذا القصور تنزلق تلقائيا إلى هبوط مستوى خدماتها التعليمية و التربوية، و تغوص في الشكليات على حساب الفرد المتعلم، فتأثر في شخصيته مكونة فيها الأزمات و التصدعات، وتولد في نفسه الشكوك ضد المجتمع الذي يعيش فيه، فيعيش في ممارسته اليومية حالات قاسية من الاحباطات المتواصلة التي تنعكس على علاقته بمدرسته و مدرسيه، ويتدنى مستوى تعليمه و تحصيله الدراسي، مما يترتب عليه أن يصبح عرضة للخوف و المرض، و القلق و الإصابة العصبائية، التي تعبر عن خلل في الصحة النفسية.(1)

ويواجه الطلاب مشكلات اجتماعية ناتجة عن نقص خدمات التوجيه التربوي الذي بمقتضاه يتمكن الدارس من الالتحاق باللون المناسب من الدراسة لقدراته و استعداداته و ميوله، كما أن المنهج الدراسي الموحد الذي تأخذ به المدارس غالبا ما لا يأخذ في اعتباره قدرات الطالب، و أوضاعهم البيئية .

كما أن مدارسنا اليوم بأعدادها الكبيرة، تبعد أن تكون وسيلة لإرضاء الحاجات النفسية الأساسية لتلاميذها، و بث الأمن في نفوسهم، و لا يغيب عنا ما تحدثه الامتحانات بشكلها اليوم من قلق و توتر و ضيق، فالدراسة تجري بطريقة التلقين، و هي لا تترك لابنائنا فرصة إبداء الرأي، و تحميل التبعيات، و الإعداد بالنفس، إن الموقف السلبي للشباب في المدرسة يقتل فيه روح الاستقلال، و الاعتماد على النفس، و ينمي لديه روح التبعية و الإذعان و التسليم بكل ما يسمع، حتى أضحي يتقبل كل ما يقال، فهاهو قد ربي سوالفه و أطال شعره.(2)

و منذ عهد "جون ديوي" ينظر إلى المدرسة على أنها مجتمع مصغر، بحيث إن ما يدرس في المدرسة من معارف و خبرات و مهارات، و ما تؤكد عليه من قيم و اتجاهات، و معايير، يجب أن يكون مرتبطا بالمجتمع الخارجي الذي يعمل فيه، يجعل منها مجتمعا صغيرا يحدد فيه الكثير من الأدوار و المسؤوليات، و بالرغم من هذه الاستقلالية فالمدرسة لا يمكن اعتبارها مؤسسة كيفية تكييفا ذاتيا، و إنما طبيعة دورها تجعلها مرتبطة ارتباطا وثيقا بمؤسسات المجتمع، فالمدرسة لا يمكن أن تعمل في عزلة المجتمع و مؤسساته، و إنما تتأثر بها و تؤثر عليها.(3)

6-3- علاقة المراهق بجماعة الأقران : تحتل الصداقة مكانة هامة في السير الطبيعي للنمو

النفسي و الاجتماعي، و تتجلى مظاهرها أكثر بعد انتقاله من مرحلة اتجاهه نحو ذاته في بداية المراهقة إلى

(1)- حسن صالح الدهري- مرجع سابق. ص: 181

(2)- محمد عباس عوض - في علم النفس الاجتماعي- ص: 53

(3)- سميرة أحمد سيد- علم اجتماع التربية- دار الفكر العربي القاهرة - 1998 ص: 73

مرحلة إقامة علاقات اجتماعية مع أقرانه في المدرسة و في الحي، و الزمالة كمؤشر على تدرجه نحو اندماجه الاجتماعي، تتناقص دائرتها مع نهاية هذه الفترة لتحل محلها الصداقة، أين تنحصر علاقاته في عدد معين من الأشخاص، تظهر على شكل جماعات يهيم فيها العمق و الشدة أكثر مما يهيم الاتساع على السطح.(1)

و قد دلت الأبحاث على أنه كثيرا يعدل الطفل من القيم والمعايير التي اكتسبها في المنزل، تبعا لما تتطلبه جماعة الأقران، و هذا يجعل لتوجيه الآباء لأطفالهم في اختيار أصدقائهم أهمية خاصة، إذ كثيرا ما تؤدي الصداقة الخاطئة إلى أنواع مختلفة من الانحراف، و غالبا ما يجد الطفل في جماعة النظائر متنفسا لسلوكه العدوانية الذي لا يستطيع تحقيقه سواء في جو المدرسة أم الأسرة.(2)

و المشادات أو الخلافات التي تقع داخل هذه الجماعات الجديدة، بسبب عدم التزام أعضائها بالمعايير و القواعد التي تسيرها، تختلف عن المشاجرات التي تقع داخل جماعات الطفولة، التي تكون نتيجة حب السيطرة و التزعم، و النزعة الأنانية في الاستحواذ بالقوة على ما عند الغير، و الأعضاء داخل جماعة المراهقين يكونون تقريبا في نفس السن، و يرفضون الانتماء إلى جماعتهم من هم أقل أو أكبر منهم سنا، و نظرا لما تمثله هذه الجماعات من دعم معنوي، و ما توفره من أمن نفسي و فرص الالتقاء بالآخرين لطرح المشاكل، و تبادل الأسرار، سيتجاوز صعوبات هذه الفترة، فإن رفض أعضائها للمراهق، يسبب له الفلق و الحيرة، لأنه قد يفسر ان سلوكه ما زال صبيانيا، لا يساير مستوى النضج الذي وصل إليه السلوك الاجتماعي للجماعة، و لا تتوفر شروط تمثيل وتجسيد نظامها و الاحتفاظ بأسرارها، لذا فإن ولاءه ووفائه للجماعة يكون في بعض الأحيان أكبر من ولاءه لأسرته و طاعته لأوامر والديه، وكل من يحاول تهديد ذواتهم و امتداداتهم.(3)

و يشير "لافلين" (1954) في هذا الصدد إلى أثر فئة الأقران في تشكيل فكرة الناشئ عن العدل، و الظلم، و في تحديد ما يجب عليه لبسه أو فعله أثناء أوقات فراغه، فقد يتحمل المراهق إزعاج الثياب التي يلبسها بسبب خضوعه لضغوطات فئة الأقران التي تتعارض، كما قد يتحمل الضيق الناجم عن تقليده لغة الأقران التي تتعارض مع نقاوة لغة البيت التي أتقنها، و ينظر المراهق عادة إلى تقبل فئة الأقران له غاية بذاته، فإذا تعرض للرفض من قبل تلك الفئة، تحول إلى انسحابي أو معاكس، يمارس الكثير من ضروب السلوك غير السوي أحيانا، إن صحبه القرين للفرد مسرة بذاتها، وأن الاستحسان الفئوي يحيطه تأكيدا بقيمته وأهميته، مما يدفع بعض

(1)- مصطفى سويف- الأسس النفسية للتكامل الاجتماعي. دار المعارف بمصر ط 1981 ص: 239

(2)- عباس محمد عوض - التنشئة الاجتماعية و التأخر الدراسي - 1980 ص: 39

(3)- سعدية محمد بهادر- علم نفس النمو- دار البحوث العلمية الكويت. 1980 ص: 107

الناشئة للتضحية بكل شئ في سبيل كسب الاستحسان الفئوي والمحافظة عليه.(1)

و يقول علماء النفس أن أنداد المراهق، و زملاءه هم القوة الأولى و الفاعلة في التأثير عليه، لإبعاده عن الأنانية و التركيز على الذات، فالمراهق و من خلال تفاعله معهم و اختلاطه بهم، و بشكل مستمر مضطرد، إنما يعمل على التكيف معهم، سواء أكان ذلك في علاقاته الاجتماعية أم في التكيف مع حالات سلوكية أخرى، و قد يكون فيما يبيديه لهم على ما يقومون به، أو ما تصدره من أحكام عليها ما يلفت نظرهم إلى أن هناك وجهة نظر أخرى عليهم احترامها، و الإصغاء لها بفاعلية و اهتمام ما داموا يصغون إليه و يحترمون رأيه و وجهة نظره، إن فيما يبيديه أنداده من تعليق ووجهة نظر على تصرفاته، و أعماله، له وزنه الذي لا ينكر أثره على تعزيز مبادئ الحوار عند توجيهه نحو التكيف و بخاصة في الحالات الطارئة.(2)

و يتضح مما سبق ذكره انه رغم الصعوبات، و عدم الثبات للعلاقات المراهق الأولية و الثانوية في هذه الفترة، فإنها تعد من أهم العوامل المساعدة في إثراءه رصيده المعرفي، و اكتمال نضجه الاجتماعي، حيث يصبح أكثر موضوعية في إدراك التصرفات، و معاملة الناس له، وبهذا يستطيع الحصول على تأشيرة الدخول إلى عالم الإنسانية الراشدة.

(1)- د/ميخائيل إبراهيم اسعد- مرجع سابق. ص: 361
(2)- محمد عبد الرحمان عدس – تربية المراهق. ص: 169

الخلاصة:

تمهيد:

تمثل النشاطات الرياضية لا سيما الجماعية منها، حاجة هامة لصحة الفرد النفسية، فهي تعتبر مكملا للحياة الحديثة إذا أردنا توازنها، و الاحتفاظ بأجهزة الجسم العضوية في حالة لائقة، فهي تلعب دورا وقائيا و تحسینيا في الصحة النفسية للفرد و الجماعات في المدارس و المؤسسات الاجتماعية، كما أنها تخفف و تزيل التوتر العصبي، و التعب الناتج عن الدراسة و العمل.

و العمل العضلي الزائد هو علامة مميزة و ضرورية للنشاطات الرياضية الجماعية، يرتبط دائما بالأحوال الطبيعية، بحالة من المتعة و المرح والسرور، و الإحساس بالارتياح و الرضا و الإشباع، كما أن إتقان المهارات الحركية التي تتسم بالصعوبة والتعقيد، تجعل المراهق يشعر بمهاراته و رشاقته، و شجاعته و قدرته على التحمل، وثقته في قدراته، و أن يحس بقدر معين من التفوق و الامتياز، و كل ذلك يدعم الصحة النفسية للمراهق. ولو نظرنا إلى ظروف و مستلزمات النشاطات الرياضية الجماعية لوجدنا أنها وسيلة لتكوين أخلاق التلميذ، و بناءه بالشكل الذي يجعله مواطنا صالحا، له الخصائص و الصفات الحميدة ما يجعله قادرا على مهماته و مسؤولياته الوطنية بشجاعة و اقتدار عال.

فالألعاب الجماعية قائمة على أساس التنافس، و تتطلب أن يعمل الفريق كمجموعة من أجل الفوز الشريف، و أن يوظف اللاعب جميع إمكاناته الذاتية، و قدراته الفنية في خدمة الجميع، و ذلك يخلق حالة نكران الذات، و تغليب الحالة الجماعية على الحالة الفردية، ثم أن اللعب الجماعي يوفر الأجواء السليمة للعلاقات الإنسانية، و ينمي إلى حد بعيد الشخصية المتزنة للاعب.(1)

و سنقوم في هذا الفصل بتعريف مفهوم الرياضات الجماعية، و تحديد ثوابتها وخصائصها، ثم تحديد مفهوم الفريق الرياضي، ثم نتطرق إلى بعض الرياضات الجماعية الأكثر ممارسة من طرف فئة المراهقين، و في الأخير نتطرق إلى دور ممارسة الرياضات الجماعية في تحقيق عملية التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق.

(1)- سامي الصفار – جمال صالح- أسس التدريب في كرة القدم. 1990 ص: 345-344

1- مفهوم الرياضات الجماعية:

قد تختلف آراء المختصين في إعطاء مفهوم الرياضات الجماعية باختلاف نظرة كل واحد منهم لها، فهناك من يرى أن الرياضات الجماعية ما هي إلا نشاط لشغل وقت الفراغ، و هناك من يرى أنها نشاط جماعي هادف كبقية النشاطات داخل المجتمع، و هناك من يذهب إلى أبعد من ذلك، فيرى أنها وسيلة ترفيهية ممتعة، و تكتسي طابعا اجتماعيا ممتعا، ويرى في هذا السياق "Leon Theodorxo" أن اللعب الرياضي الجماعي يمثل شكل من أشكال النشاط الاجتماعي المنظم، شكل من تمرين رياضي له حاجته الترفيهية، كذلك التطويرية، حيث المشاركين- اللاعبين- يكونون فريقين تشكيليين، تتواجد بينهم علاقة تخصصية نموذجية، و ليست عدوانية، و هو ما يسمى بالخصومة الرياضية، علاقة موضحة بالمنافسة، و تنتهي هذه الأخيرة بالفوز الرياضي، بمساعدة الكرة أو أي شيء آخر من اللعب، يستعمل حسب قوانين قائمة مسبقا. (1)

ومن هنا فإن نشاط الرياضات الجماعية هي كبقية النشاطات في المجتمع، يشترك فيها أكثر من شخص واحد في جو تنافسي، و تعاوني، لتحقيق هدف جماعي مشترك، و هي وسيلة تربوية مهمة تساهم في التطوير الإيجابي للعديد من الجوانب عند الفرد، سواء كانت جسمية أو نفسية أو اجتماعية أو تربوية، تذوب فيها شخصية الفرد، في ظل فريق متماسك، و تزول فيها أنانية اللاعب الفردية، أمام مصلحة الجماعة، و هي نتيجة مجهودات فردية متكاملة و متناسقة، يتوقف بنجاحها على التعاون المستمر بين أعضاء الفريق، و تظهر مدى فعاليتها في الإتقان الجيد الصحيح للمهارات الخاصة بها، و طرق تنظيمها، كل هذا يجعلها تكتسي طابع الإثارة و التشويق عند ممارستها ومنتبعيها.

2- ثوابت الرياضات الجماعية :

1-2- الكرة : تعتبر الكرة أداة مؤثرة بالنسبة للتلميذ و تلبي حاجاته الحركية، ممتلئة قوتها و حركتها الخاصة بها، و هي تنشط حركة التلميذ، و تحثه على التحرك الجدي و القفز، و تمثل الكرة الوسيلة التي من خلالها يستطيع اللاعب إلغاء عدوانيته، و أداة تسمح له بفرض سيطرته عندما يتحصل عليها، و بالموازاة فهي تمثل عامل تبادل، و هذا يعني إمكانية اللاعب الدخول في الاحتكاك و ربط علاقة مع الآخرين، و ذلك حسب قوانين مختلفة و دقيقة، تحدد حسب كل لعبة. (2)

1)- Leon Theodorxo " Contribution au concept de jeux sportifs " perrte hande n°= 7012 – 1988 page 89.

2)-Claude bayer : l'enseignement des jeux sportifs collectifs, 3^{eme} edition E.Vigot-Paris.1990.p.33.

2-2- الميدان : ميدان الرياضات الجماعية فضاء مغلق، حيادي ومدعم لإجراء لقاء بين فريقين

ويمتلك هذا الميدان أبعاد دقيقة، حيث أن كل لاعب يقتسم هذا الفضاء مع زملائه للتنافس ضد الخصم، والدفاع عن منطقتة الخاصة.(1)

2-3- المرمى: فوق الميدان من أجل الفوز لا بد على الفريق أن يسجل أكبر عدد من النقاط ضد

خصمه، وهذا يعني إيصال الكرة وإدخالها، أو لمسها لهدف معين، وطبيعة المرمى مرتبطة بنوع الرياضة الجماعية، فالهدف يمكن أن يكون الملعب نفسه، مثل الكرة الطائرة أين يجب أن تلمس الكرة أرضية الفريق المنافس لتحقيق نقطة، في الرياضات الجماعية الأخرى، المرمى عبارة عن إشارة مادية ثابتة، أي مرمى تدخل من خلاله الكرة.

2-4- القوانين : إن طبيعة نشاط الرياضات الجماعية يتطلب لتأقلم مع مجموعة من

القوانين، والتي تتحدد بصفة لعب الكرة، وبأي منطقة من الجسم، ما تسمح بمعرفة شكل الكرة، حجمها ووزنها، كما نعلم بالموازاة كيفية التعامل مع الخصم فوق أبعاد ساحة اللعب، عدد اللاعبين المسموح لهم بالمشاركة في اللقاء ومدة المباريات .

والقوانين هي مجموعة اتفاقيات دقيقة، وفور خضوع اللاعب تحت هذه القوانين تصبح حركيته محددة ومختصة حسب كل رياضة.

فالنشاط الرياضي التنافسي يعتمد على التحكيم في تقرير الطرق الفائز، ويتم ذلك وفق قواعد منضبطة إلى حد كبير، مؤسسة على مبادئ وقيم واحترام حقوق الإنسان، والأمن والسلامة، والعدالة والجدية، والنزاهة والاعتبارات التربوية والخلقية.(2)

حيث يتم تسيير المقابلة ومراقبة تطبيق قوانين الرياضة من طرف حكم اللقاء، الذي تعينه الجماعة الرياضية لذلك، والذي تكون له دراية تامة بقوانين هذه الرياضة، يتخذ إجراءات عقابية أو جزائية في حالة تجاوز هذه القوانين من طرف أحد اللاعبين، وتختلف درجة العقوبة حسب نوع المخالفة.

2-5- الزملاء : على غرار الرياضات الفردية فإن الرياضات الجماعية تمارس في شكل

جماعي، تشترك فيها مجموعة من الأفراد في المعايير والقيم، مشكلين ما يسمى في الرياضات الجماعية بالفريق الرياضي، وتتميز طبيعة هذا الفريق بالتجانس سواء في الجنس، أو العدد أو السن، أو الهدف.

(1)- CLAUDE BAYER - ibid - page 34.

(2)- أمين أنور الخولي - مرجع سابق . ص: 196

فالرياضات الجماعية نشاط يتطلب التعاون من أجل هدف واحد مشترك، وهذا يعني أن اللاعب واجب عليه أن يفهم زميله الآخر ونواياه في مستوى التعاون، وهذا لا يتحقق إلا بعد عرفة الفريق والشعور بتصرفاته، بالإضافة إلى معرفة المؤشرات التي تكشف عن أهدافه.(1)

2-6-الخصم : إذا كان وجود الرفقاء قد أصبح مركب موافق لكل رياضة جماعية، فإن وجود الخصم يمثل عنصر مشترك وأساسي، فكل مقابلة تكون محللة ومعرفة بنتيجة القوة بين الفريقين عن طريق الهجوم، فكل فريق تحاول ترجيح كفة القوة لصالحه عن طريق الحصول على نقاط، وفي حين أن الدفاع يحاول إبقاء التوازن بالتصدي للهجمات.

3-خصائص ومميزات الرياضات الجماعية:

تختلف الرياضات الجماعية عن باقي الرياضات الأخرى من حيث خصائصها ومميزاتها، كالكرة والميدان الذي تمارس فيه ،الخصم، الزملاء، وبنية اللعب كالعلاقات المتبادلة والمتواصلة بين الهجوم والدفاع في مختلف مراحل اللعب وتكتيكة، وكذا من حيث القوانين التي تنظم صفات الاتصالات المسموح بها أثناء المنافسات بين الزملاء، أو مع الخصمالخ وسنتناول بعض الخصائص فيما يلي:

3-1-الإطار الجماعي: تكتسي الرياضات الجماعية طابعا جماعيا، يشترك فيها عادة

عدة أشخاص في علاقات وأدوار متكاملة، و مترابطة من تحقيق أهداف مشتركة في إطار جماعي. والفريق مجموعة متلاحمة متناسقة تلعب دائما بحماس وهمة،وقصارى القول، هذا الفريق يتميز بملامح خاصة وأسلوب خاص، ويمكن الإلمام الشامل بصفات الرياضيين الفردية، المدرب من أن يقرر من منهم يقود الهجمات ومن يت رأس الدفاع، ومن يؤدي دور ناقل الكرة في الألعاب المنظمة.(2)

كما أن بناء وقيادة الفريق تتحدد بدرجة التفاهم والرضا بين أعضاءه، إذ أن انخفاض درجة الرضا يؤدي بالضرورة إلى نفس الفاعلية والإيجابية في تحقيق أهداف الفريق، وكل هذه الدوار والمراكز، والمسؤوليات لأعضاء الفريق هي التي تحدد درجة تماسكه، والتي ترتبط أساسا بدرجة انجذاب أعضاء الفريق فيما بينهم و هذا

(1)- CLAUDE BAYER - ibid - page :41

(2)- رسيان خريبط مجيد -علم النفس في التدريب والمسابقات الحديثة مديرية دار الكتب للطباعة والنشر-جامعة الموصل

الانجذاب لن يكون إلا إذا أحسن جميع أعضاء الفريق بتحقيق الأهداف المسطرة، و طالما أن الفريق يكتسي أهمية بالنسبة لكل عنصر، فإنه من السهل أن يؤثر في سلوكه.

3-2- النظام: يحدد طبيعة القوانين في كل رياضة جماعية، و كذلك يحقق الاتصالات المسموح

بها بين الزملاء، و الاحتكاك بالخصم، وهذا ما يكسبها طابعا مهما في تنظيم اللعب بتجنب كل ما يتعارض مع تلك القوانين.

فالرياضات الجماعية تقوم على قوانين معترف بها، يتحتم على الفرد الممارس لهذه الرياضات مراعاة هذه القوانين، لأن الخروج منها يعني التعرض للجزاء، ومن ثم تعتبر الرياضات الجماعية مجال لممارسة المبادئ الأساسية في الحياة الديموقراطية، و عندما تشعر الجماعة بأن قوانين و قواعد اللعبة تحتاج إلى تعديل فإنها تعمل على تعديلها بموافقة الجميع الأمر الذي يؤكد على مفهوم الجماعة.

3-3- العلاقات المتبادلة : تتميز الرياضات الجماعية بتلك العلاقات المتواصلة و المتبادلة بين

الزملاء في جميع خطوط الفريق، إذ تشكل كل متكامل، مجهود كل الأعضاء، وهذا بدوره ناتج عن التنظيمات و التنسيقات خلال معظم فترات المنافسة.

ويتطلب اللعب الجماعي قواعد معينة لا بد من مراعاتها، وما هذا إلا صورة من صور التعاون، فكل عنصر في الفريق يشبه في عدة وجوه جزءا من أجزاء الآلة، فإذا عمل كل جزء من أجزاء الآلة بالطريقة السلمية أمكن تحقيق الهدف، وهذا بعينه يحدث في الألعاب الجماعية، فإذا تعاون كل لاعب مع زملاءه و أدى دوره كعضو في جماعة، وليس كفرد مستقل لُنحقت للفريق لأهدافه و ضمن نتيجة طيبة، وإن رغبة الأفراد في اللعب دائما من القوة، بحيث تُلزمهم مراعاة القواعد و التخلي عن جزء من حريتهم، و ممارسة اللعب التعاوني حتى يتسنى لهم البقاء كأعضاء في فريقهم. (1) و الجماعة الرياضية لا يمكن إلا أن يسودها التعاون حتى تصل إلى الهدف، و كل عضو في الفريق له دور يؤديه، و تتداخل الأدوار في سبيل تحقيق الهدف، كما يسودها مثل و تقاليد تعتبر مثالية و اجتماعية.

3-4- التنافس: بالنظر إلى وسائل الرياضات الجماعية، كالكرة، و الميدان، وكذا بالنظر للخصم

و الدفاع و الهجوم، و المرمى، و كل هذه العوامل تعتبر عوامل وكذلك دوافع و حوافز مهمة في إعطاء مدة تنافسية بحتة، إذ يبقى اللاعب خلال فترة المقابلة في حركة مستمرة، و متغيرة لمراقبة تغيرات الخصم، وهذا ما يزيد من

(1)- د/حسن معوض – كمال صالح عبش – أسس التربية البدنية. مكتبة الانجلو مصرية- مصر 1964

بالخصم لكن في الإطار المسموح به، إذ أن لكل رياضة جماعية قوانين محددة. فالمنافسة أو المقابلة هي تصارع بين فريقين متجانسين من حيث الجنس، السن، العدد، ويتوفى كل فريق هدفه المعين، ويبيدي كل منها الحد الأقصى من الفعالية والنشاط والصراع، والإبداع، والذكاء من أجل إحراز الفوز، وتحقيق أحسن النتائج، ويسعى كل فريق إلى فرض إرادته على منافسه، ولذى تتطلب المنافسة من الرياضيين بذل القدر الأعلى من صفاتهم البدنية والنفسية، غير أن الصراع الرياضي لا ينشئ ويجرى عفويا، إذ يتم بامعان التفكير في أعمال الرياضيين والمدربين مسبقا، ويجرى تخطيطها وإعدادها -المقابلة- مع مراعاة جوانب القوة والضعف عند المنافسين، والإمكانات المتوفرة لدى الفريق، وتعتبر كل مباراة منافسة جديدة، فهي تتغير حسب ظروف ومكان وموعد إجراءها، كما تتغير حسب الفريق الخصم، صفاته، ومدى تحضيره البدني والنفسي، ومدى تعارف كلاهما.

3-5- الحرية: مقارنة بالرياضات الفردية فإن اللاعب في الرياضات الجماعية، ورغم

ارتباطه بزملائه، وبالهدف الجماعي الذي يسيطره الفريق، إلا أنه يملك حرية أكبر في اللعب الفردي والإبداع في الأداء المهاري، وهذا مرتبط طبعاً بإمكانيات وقدرات كل لاعب، إذ أنه ليس مقيد بأداء تقني ثابت كما هو الحال في أغلب الرياضات الفردية، بل يملك الحرية في الفاعلية، والتصرف حسب الوضعية التي يكون فيها، ولعل هذا ما يكسب الرياضات الجماعية طابعاً تشويقياً ممتعا.

4- مفهوم الفريق الرياضي:

يمثل الفريق الرياضي صورة من صور الجماعات المختلفة، وعلى هذا فمفهوم الفريق الرياضي يشير إلى مجموعة أفراد يشتركون في المعايير، والقيم تربطهم علاقات معروفة ومحددة بينهم، هذه العلاقات تؤثر في سلوك كل فرد، وتفاعله داخل الفريق ويبدل بناء الفريق الرياضي على أنه مجموعة من المراكز المختلفة، والأدوار التي تحدد طبيعة السلوك الفردي داخل الفريق اتجاه الآخرين، وهذا المركز يفرض بالضرورة على الفرد القيام بدور معين لصالح الجماعة .

وحتى تكتمل الصورة الاجتماعية للوسط الرياضي، فإننا يمكن أن نعتبر النادي Club نموذجاً لمجتمع محلي مصغر Community ، لأنه يتضمن العناصر والمكونات المكونة له وهي:

1- الناس - 2- المكان - 3- التفاعل.

كما يمكن النظر للنادي على أنه يتصف بالثبات النفسي لأعضائه وفرقه وموظفيه، فأعضاء النادي الواحد ينظر بعضهم إلى البعض الآخر على أساس انتماءهم، وعضويتهم المشتركة في نفس المجتمع المحلي الصغير الخاص

بهم، ألا وهو النادي الذي يجمعهم فيما يطلق عليه الجماعة الداخلية- Un Group-، بينما ينظر إلى عضو أي نادي آخر على أنه عضو في جماعة خارجية- Out Group- والفرق بين جماعة الفريق ومجتمع النادي هو نفسه الفرق بين الجماعة الصغيرة والمجتمع المحلي (كجماعة أكبر). (1)

ولتحقيق الهدف داخل الفريق الرياضي، لا بد أن يشعر كل فرد منه بمسئوليته و بالدور الذي كلف به، وهذه النقطة مرتبطة برغبة أعضاء الفريق في القيام بنشاطهم، أو عدم قدرتهم عليه، وتعتبر الفروق في الدوافع والمهارات، والقدرات بين أعضاء الفريق عاملا مهما في تطوير النظام المميز للأدوار التي يقوم بها كل عضو. فإذا تحدثنا عن اللاعبين، المدرب، المسيرين فإن هذه العلاقات هي التي تجمع بينهم، وتربط أدوارهم ومن ثم فكل مركز من هذه المراكز يشكل جزءا من أجزاء هذا الفريق، فإذا كان مثلا هدف جماعة كرة السلة أن تكتسب مباراة مع غيرها، فيجب دراسة الظروف التي تؤدي إلى بلوغ ذلك الهدف، أو تعوقه، أو قد يكون أفراد الفريق بالنسبة للفريق المنافس، قد يكون انعدام روح التعاون بين عضوين في الفريق، قد يكون وضع بعض الأفراد بالنسبة لقدرات كل منهم على الهجوم أو الدفاع، هل بذل الأفراد كل نشاطاتهم أم لا؟ وماهي الظروف التي تؤثر على نشاط الجماعة في الملعب أو أثناء التمرين.(2)

1-4- القيادة في الفريق الرياضي: هناك في الفرد العديد من المواهب الدفينة، تبرز إذا وجدت الفرصة المناسبة، والتلميذ- المراهق الذي يحضى بهذه الفرصة، قد يكتشف أو يكتسب قدرات جديدة يستطيع بها مواجهة مطالب جماعته. وتعطي الرياضات الجماعية الفرص المثالية لمثل هذا التدريب، والمهم من جهة التربية أن يختار اللاعبون رؤساء فرقتهم، ولايستقل المدربون بحق إختيارهم، إذ في ذلك تدريب للجماعات على الموازنة بين الناس، واختيار أصلح العناصر لقيادتها، ثم طاعة القادة بعد إختيارهم، فيكون اللاعب إما قائدا ماهرا أو تابعا له شخصيته ومكانته تشملهم جميعا روح التعاون والانسجام.(3)

وممارسة القيادة في مجال التربية البدنية والرياضية أمر متوافر بشكل عريض، ذلك لان التنوع الكبير في ألوان النشاط البدني و الرياضي، وفي درس التربية والأنشطة الداخلية والخارجية، حيث يتاح لأغلب الأفراد أن يتعرضوا لخبرة ممارسة القيادة في موقف ما، وأن يتعرضوا لخبرة التبعية في موقف آخر، وفي كل وقت ينتظم

(1)- أمين أنور الخولي-مرجع سابق- ص: 232.

(2)- كمال الدين زكي- محمد عادل حطاب- مرجع سابق- ص: 206-207

(3)-نفس المرجع. ص: 212

فيه الفريق استعداد للمنافسة، يحتاج إلى درجات و أشكال متنوعة من القيادة، وبالطبع يتوقف الأمر على العلاقات المتفاعلة بين الأفراد في الفريق ونوعيتها، ومستواها واتجاهاتها، وأيضا على المواقف المختلفة المتضمنة في النشاط، وفي مواقف القيادة يتحمل الفرد المسؤولية كاملة، لاعتن نفسه فقط وإنما عن الآخرين، وعليه أن يعمل على تحقيق أهداف الفريق، وغالبا ما يتعرض لمواقف تحتم عليه أن يتذرع الصبر وإنكار الذات والمثابرة، وإعلاء الصالح العام للفريق، وفي مواقف التبعية نجد أن على الفرد أن يلتزم بمعايير الجمعية للفريق، ويعمل في تعاون مع قيادته مدركا دوره وعلاقته بأدوار الآخرين.(1)

5- أنواع الرياضات الجماعية:

5-1- كرة القدم: رياضة كرة القدم كان أول ظهور لها في بريطانيا في منتصف القرن الماضي، كما اشتهرت في إنجلترا و الجزر المحيطة بها، كما ساهم في انتشارها خارج هذه المناطق الطلبة الأجانب الذين كانوا يقطنون ببريطانيا، في البداية كانت كرة القدم تمارس بدون قوانين تتحكم فيها، إلا أن هذه الوضعية لم تدم طويلا، بحيث شرعت القوانين الأولى للعبة سنة 1861 وسميت بقواعد " كامبردج " ، و ما مرت إلا سنين حتى جري عليها تعديلا (سنة 1863) ، تلتها تعديلات أخرى سميت بقواعد "شيفيلد" 1877 وضعت قوانين تنظيمية "للندن" و "شيفيلد".(2)

و في الجزائر تعد رياضة كرة القدم من بين أولى الرياضات التي ظهرت، و التي اكتسبت شعبية كبيرة، وهذا بالنظر لعدد المنخرطين فيها و متتبعيها.

تلعب مباراة كرة القدم بين فريقين، يضم كل فريق 11 لاعب، و القانون الجديد يقضي وجود ما بين 5 و 11 لاعب احتياطيا، تلعب هذه الرياضة بكرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد، و تدوم المباراة 90 دقيقة ب 45 دقيقة لكل شوط، يتخللها وقت راحة ب 15 دقيقة.(3)

هدف كل فريق هو في النهاية تسديد الكرة داخل المرمى الخاص بالفريق الأخر، ويؤدي ذلك بالقدم أو الرأس أو بأي جزء من الجسم عدى اليد والذراع، وتحتسب الإصابة عندما تتعدى الكرة كلها خط المرمى بين القائمين وتحت العارضة، وبشرط ألا تكون رميت أو حملت، أو دفعت بيد أو ذراع لاعب من الفريق المهاجم، وألا يكون متسللا، وعقب كل إصابة للمرمى يقوم الفريق الذي أصيب مرماه بعملية الإرسال، في النهاية الفريق الذي يحرز

(1)-أمين أنور الخولي- مرجع سابق- ص: 124

(2)- المذكرة الرياضية : مجلة صدرت عن: المركز الوطني للإعلام والتوثيق الرياضي (C.N.D.S) . بدون سنة ص : 6.5.

(3)- نفس المرجع. ص: 06

أكبر عدد من الأهداف يفوز بالمباراة.(1)

5-2- كرة اليد: تعتبر كرة اليد لعبة حديثة بالنسبة للألعاب الكبيرة الأخرى التي ظهرت في

النصف الثاني من القرن التاسع عشرة، فقد خرجت كرة اليد إلى الوجود خلال الحرب العالمية الأولى، ولم تمضي وقتا كبيرا حتى احتلت مكانتها بين الألعاب الرياضية الأخرى. (2)

وفي الجزائر فقد أخرجت الأوضاع الاستعمارية ظهورها إلى ما بعد الاستقلال، حيث نشأت الاتحادية الجزائرية لكرة اليد سنة 1963، بانضمام حوالي 500 لاعب منخرط، مقسمين على ثلاثة رابطات، أما اليوم فقد اتسع العدد ليصل في 1996 إلى 21000 منخرط ضمن 33 رابطة مقسمة على ستة مناطق. (3)

وقد كانت لعبة كرة اليد في السابق تلعب ب 11 لاعب، فوق أرضية ملعب كرة القدم من 1938 إلى 1959، وبعد هذه الفترة تغيرت هذه اللعبة وتطورت من حيث تقنيات وطرق ممارستها، وصارت تمارس داخل القاعة بين فريقين يضم كل منهما 07 لاعبين ولكل فريق لاعبه الإحتياطيون، يتم استبدالهم وقت ما شاء المدرب، كما حدد التقنيون وخبيروا اللعبة القوانين التي تتحكم فيها، سواء التي تتعلق بمحيط اللعب أو اللعبة في حد ذاتها، وأصبح ملعب كرة اليد محدد حسب المقاييس، والتي تنطبق وطبيعة ومميزات لاعب كرة اليد، فطول الملعب يبلغ 40 م وعرضه نصفه أي 20م، تدوم المقابلة ساعة كاملة مقسمة إلى شوطين ب30 لكل شوط منهما، كما تستعمل تقنيات الرمي والقذف والمراوغة، إضافة إلى اختراع عدة طرق فنية وتكتيكية تسير وفقها اللعبة. (4)

5-3- كرة السلة: اشتهرت الولايات المتحدة الأمريكية بممارسة سكانها لرياضة كرة

السلة، بحيث وجدت جذورها هناك، وكان الدكتور "ناي سميث Naismith" وراء اكتشافها عام 1891، ثم تطورت ووضع لها قوانين تسير وفقها، وقد عرفت هذه الرياضة شعبية كبيرة، إذ وصل عدد ممارسيها إلى 100 مليون لاعب، ضمن 150 دولة منخرطة في الاتحاد الدولي لكرة السلة. (5)

في الجزائر بدأت تمارس هذه الرياضة أيام الاستعمار الفرنسي، وعرفت إنشاء أندية متفرقة سنة 1932، وقد تأخر

(1)- كمال الدين زكي- محمد عادل خطاب. مرجع سابق. ص: 221

(2)- حسين عبد الجواد- كرة اليد- دار العلم للملايين- بيروت- 1982 ص: 05.

(3)- نفس المرجع. ص: 06

(4)- المذكرة الرياضية -مرجع سابق -ص: 07-08.

(5)- نفس المرجع . ص : 09.

ميلاد الاتحادية الجزائرية لكرة السلة إلى غاية تحقيق الاستقلال عام 1962، حيث أقبل عدد كبير من الممارسين على هذه الرياضة، وأنشأت مدارس عديدة لتعليم هذه اللعبة، وتجرى مباراة كرة السلة داخل القاعة أو على الهواء الطلق، وتجمع المقابلة بين فريقين يضم كل واحد منهما خمسة لاعبين(5)، ويمكن استبدالهم في أية لحظة. و تدور المقابلة في شوطين بـ20 دقيقة لكل شوط، تجرى المباريات باستعمال كرة يتراوح وزنها بين 650 و600غ، وقطرها ما بين 78 و 75 سم، ويسمى الهدف في كرة السلة " بالسلة" وتساوي نقطتين، أما إذا سجلت الرمية على بعد 6-25م يصبح تنقيط السلة 3 نقاط، وهذا حسب القوانين الرسمية المعمول بها عالميا، من بين هذه الأخيرة :

- يطلب من لاعب كرة السلة عدم المشي بالكرة إلا في حالة تسديدها نحو السلة .

- يعاقب اللاعب عند قيامه بخمسة أخطاء فردية بإقصائه، عندها يستبدل بلاعب آخر.

- لا يمكن للفريق الذي يكون في حالة الهجوم الرجوع بالكرة إلى منطقتهم.

- يستفيد كلا الفريقين من وقت مستقطع خلال المقابلة.(1)

4-5- الكرة الطائرة: ظهرت هذه الرياضة إلى الوجود عام 1895 بالولايات المتحدة الأمريكية،

فهي رياضة حركية أنشأت لكل الفئات (صغار، كبار)، هي رياضة شعبية تمارس في الهواء الطلق و في القاعة، و حتى على شاطئ البحر.(2)

وفي الجزائر بدأت تمارس هذه الرياضة في فترة الحرب العالمية الثانية، ولم تمارس بصورة رسمية إلا عام 1936، تاريخ إنشاء فيدرالية شمال إفريقيا للكرة الطائرة، ولم تبرز إلى الوجود إلا بإنشاء رابطة الجزائر العاصمة، وبعد الاستقلال تأسست الاتحادية الجزائرية للكرة الطائرة التي عملت على توسيع وترقية الممارسة على الصعيد الوطني، والإفريقي و المغاربي، و العربي.(3)

الكرة الطائرة تجمع بين فريقين كل فريق يضم 06 لاعبين أو لاعبات، بوجود (06 لاعبين في الاحتياط) تجري المقابلة خلال 03 إلى 05 أشواط، يجب الحصول في كل شوط على 25 نقطة، ولرياضة كرة الطائرة قوانين أساسية يجب التقيد بها، متفق عليها دوليا ومن بينها :

- كل فريق يضم 06 لاعبين موزعين على النحو التالي: 03 في الأمام و 06 في الخلف، متمركزين في منطقتهم، بمعنى يمثلون شكل عقارب الساعة.

- تنطلق المقابلة عندما يكون اللاعب في الجهة اليمنى من خط العمق (ligne de fond)، من أجل تنفيذ أول

(1)- المذكرة الرياضية- مرجع سابق- ص:9

(2)- نفس المرجع ص:10

(3)- نفس المرجع ص:10

- إرسال للفريق الذي بحوزته الكرة و بالتالي بدء المباراة.
- على كل فريق أن لا يتجاوز 03 تمريرات للكرة داخل منطقتيه.
 - يتحصل الفريق على الإرسال إذ ارتكب الفريق الخصم خطأ.
 - الفريق الذي بحوزته 25 نقطة، أي الشوط، أن يكون فرق نقطتين للفريق الخصم.
 - وفيما يخص الملعب الذي تمارس عليه المقابلة، هو على شكل مستطيل طوله 18 متر و عرضه 09 م، محاط بمنطقة تدعى المنطقة الحرة بعرض يساوي 03م.
 - و جزأ الملعب إلى جزأين بواسطة خط الوسط، تعلوه شبكة عرضها 1م، تكون مشدودة من الطرفين بأعمدة، إذ يصل ارتفاع الشبكة عن خط الوسط بالنسبة لصنف الذكور 2.43 م، أما صنف الفتيات 2.24م، وذلك حسب الفئات (أواسط ، أكابر، أشبال وصغار).
 - ولكلا المنطقتين خطان : خطي الهجوم والدفاع، و تستعمل كرة الطائرة تقنيات الإرسال، الاستقبال التمريرات، السحق ، الاسترجاع وجدار الصد.(1)

6- نشاطات الرياضة الجماعية ودورها في عملية التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

- إن ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية في المؤسسات التربوية يعد إحدى الأنشطة الإنسانية العامة، بحيث أصبحت جزءا هاما من البرامج التي تهدف إلى إعداد مجتمع أكثر صلاحية، ذلك لكونها تستهدف نمو الأفراد نموا متزنا، متكاملا في كل النواحي الصحية، والعقلية والاجتماعية، والخلقية، ناهيك عن إسهاماتها في مجال الخدمة الاجتماعية، بحيث تستفيد هذه الأخيرة من أنشطة وبرامج الرياضات الجماعية كوسائل وقائية، وعلاجية للتوجيه الاجتماعي للأفراد، والجماعات، والمجتمعات في آن واحد، فعن طريق النشاط الرياضي نستطيع ملاحظة، واتباع أنواع السلوك، والعلاقات الاجتماعية التي تظهر خلال هذه النشاطات.

6-1- نشاطات الرياضات الجماعية كجو لتعليم المراهق التحكم في انفعالاته :

تتميز الخبرات الانفعالية المرتبطة بالمنافسات (المباريات) بطابع التوتر الشديد، والذي ينعكس فيها المجهود الكبير والمبذول، الذي يهدف لمحاولة الفوز، والذي يشعر فيها الفرد بزيادة هائلة في قدراته وطاقاته، ولا يحفل بالتعب، وتشتد وتقوى كل العمليات النفسية، هذا غير الخبرات الانفعالية المرتبطة بإدراك جمال التوقيت الحركي الذي يتمثل في الأداء المتقن للمهارات الحركية.(2)

(1)- المذكرة الرياضية- مرجع سابق- ص: 11

(2)-سعد جلال -محمد علاوي -علم النفس التربوي الرياضي -1967ص: 176.

وفي أثناء المنافسات (المباريات) الرياضية، يمكن أن ترتفع هذه الخبرة الانفعالية في بعض الأحيان كما هو الحال عند تسجيل هدف في مباراة كرة القدم مثلا إلى زوبعة هائجة من الفرح لأفراد الفريق الفائز وأنصاره، أو إلى موجة عارمة من الحزن العميق لأفراد الفريق المنهزم وأنصاره. (1)

وغالبا ما تتميز هذه الخبرات الانفعالية بطابع التوتر الشديد، والتي ينعكس فيها المجهود المبذول لمحاولة الفوز أو إحراز احسن ما يمكن من نتائج، و في بعض الأحيان يظهر ذلك واضحا جليا في الإشارات، و الحركات و الألفاظ التي تعبر عن هذا التوتر الانفعالي. (2)

ويمكننا أن نلاحظ الأعراض النفسية النامية للرياضي المنفعل قبل بدء المنافسة، فإن الانفعال أثناء المنافسة في شكل تصور تكتيكي، وفي أخطاء تكتيكية، ففي الألعاب الجماعية يتضح الانفعال في المراحل الأولى من المباريات، في القلق العام واضطراب التنفيذ، يتمثل هذا في الاستسلام، في كثرة الأخطاء الفنية، وفي تشتت الانتباه وضيق حجمه، وما يترتب على ذلك من عدم اتخاذ القرارات بالسرعة الواجبة.

وتؤكد خبرة أحسن الرياضيين أنه يمكن للمرء أن يكتسب القدرة على التحكم في الحالات الانفعالية غير المرغوب فيها قبل الانطلاق، و الأساليب التي يستخدمها الرياضيون لذلك مختلفة إلى أقصى حد، ويتوقف هذا الأمر على خبرة الرياضي ودرجة تحضيره، ومدى معارفه وتطور صفاته النفسية، و الشعور بالمسؤولية ونمط الجهاز العصبي، واهتماماته ورغباته وغيرها.

وتصف "تشير فيكونا" في دراسة مجموعة الأساليب للتحكم الانفعالي في الحالات الانفعالية، من المعروف أن حالة الرياضي الانفعالية تنعكس بوضوح في مظهره الخارجي، ولامح وحركات الوجه، وحركات اليدين و القيافة، واللون، وحالة البشرة، وكل ذلك ليس إلا تعبيراً عن حالة الإنسان الداخلية يسمح لنا بالحكم بمزاج هذا الإنسان و مشاعره، واتضح أن التحكم النفسي في المظهر الخارجي للانفعالات يمارس تأثيراً على سيرها الداخلي سلبياً أو إيجابياً، وتتغير الحالة النفسية بعد ممارسة التمارين الرياضية، وعند ذلك ينبغي توجيه الاهتمام الخاص إلى كمية هذه التمارين، ووتيرتها، وإيقاعاتها واتساع أداءها، و تنوعها وغيرها، ولذى يكتسب أهمية كبيرة من هذه الناحية الإحماء قبل الانطلاق، و الأسلوب الجيد في التحكم في الحالات الانفعالية، و التنظيم النفسي للتنافس بواسطة التمارين التنفسية الخاصة، التي تختلف بعضها عن الأخرى، عمقها و شدتها، و ترددها و إيقاعاتها، ومدتها، ويمكن اللجوء إلى التدليك للتهييج أو للتهديئة، كما يمكن تنظيم الانفعالات عن طريق إبداء

(1)- محمد حسن علاوي -علم النفس الرياضي -دار المعارف مصر. 1987 ص:255 .

(2)- محمد حسن علاوي - مرجع سابق ص: 255

شتى المثيرات العديدة على المحللات البصرية و السمعية وغيرها، والسمة المميزة للانفعالات مرتبطة بصورة وثيقة مع الكلام، ولذى عن طريق الكلام (الثناء الذاتي، التهدئة الذاتية، الاقتناع الذاتي)، يمكن التأثير على الحالة الانفعالية أيضا، ويجب أن يقدر على تغيير اتجاه ومضمون تصوراته، وأفكاره، واهتماماته عمدا، مما يبدي تأثيرا على الحلة الانفعالية أيضا، وفي الأونة الأخيرة ولغرض إزالة وتخفيف التهيج العصبي، والانفعالي يستخدم أكثر، التدريب بأساليب بين (الإرخاء الذاتي، المركز) وفي حالة أداء التمارين الخاصة بصورة مطلوبة، وفي الظروف المعينة يمكن تحقيق الإرخاء الكامل لحد كافي، وتحويل الوعي إلى العالم الداخلي، إلى ذات الإنسان، إذا اقتضت الضرورة زيادة التوتر العصبي النفسي قبل ابتداء المنافسة، بغرض التغلب على عدم الرغبة في خوض الصراع والخمول، فيمكن اتخاذ بعض الإجراءات للتعبئة النفسية والبدنية، ويوصي لذلك باستخدام مختلف الأساليب للتعبئة الذاتية والتنظيم الذاتي، إذن يقدر الرياضي على التحكم في حالاته الانفعالية، وفي إمكانية من جهة تخفيض التهيج المفرط قبل المنافسة، ويستطيع من جهة أخرى أن يرفع مستوى تعبئته، ويقضي على عناصر عدم التنظيم، وعدم الرغبة عنده، وتحول نفسه إلى حالة التهيج القتالي، ولهذا السبب تتلخص إحدى مهام التحضير النفسي في تعليم الرياضيين كيفية تنظيم انفعالاتهم على وجه الخصوص قبل المنافسة. (1)

6-2- نشاطات الرياضات الجماعية كوسيلة للتعبير عن الذات وتنمية الثقة بالنفس:

يعتبر مفهوم قيمة الذات من المفاهيم النفسية الهامة لكل شخص، فالكثير يسعى إلى حماية ذاته، وغالبا فإن المدربين الأكفاء يسعون إلى تدعيم قيمة الذات لدى الرياضيين اقتناعا أن قيمة الرياضي لذاته هي مفتاح الدافعية. (2) والعديد من السمات المميزة للشخصية تحاول الإجابة عن تصور الذات (مفهوم الذات لدى الرياضي، سمات كسمة الثقة بالنفس، وتأكيد الذات، والاقتناع بالذات، وتقدير احترام الذات، واعتبار الذات... كلها سمات تشتق من أحكام وتقديرات الشخص لصورة نفسه أو ذاته، أو تصوره عن نفسه. (3)

وتحقق الرياضات الجماعية نفس اللذة و الارتياح اللذين يحققهما اللعب، فالتلميذ حين يمارس رياضة جماعية معينة يلعب، وحين تتوفر فيه التلقائية يحقق ذاتيته، فهو يجري و يقفز، ويتحرك مشغلا الأدوات الرياضية المتمثلة أساسا في الكرة، و ما يوحيه، من حركات إنما يعبر عما يكنه في نفسه، ويحل مشاكله الخاصة، وفي هذا

(1)-د/ رسيان خريبط مجيد، د/ ناهدة رسن سكر -مرجع سابق-ص:26-27

(2)-محمد حسن علاوي -مرجع سابق ص: 351 .

(3)-نفس المرجع .ص: 312.

الانطلاق لا يعبر عن ذاتيته فقط، بل وتسيطر الذات على الميدان كله، ولا تخضع لأي صراع معين وهي تتحرر من كل ما هو مكبوت حين يغمره السرور، والفرح والحماس عند النجاح في السيطرة على حركاته وعلى الكرة. إن الثقة في النفس تعتبر بمثابة التعبير عن قيمة الشخص لذاته، كما أن الخبرات الرياضية المبكرة ذات أهمية كبيرة في تشكيل الثقة بالنفس لدى النشء الصغير، فهؤلاء الذين لديهم خبرات نجاح مبكرة يكونون أكثر ثقة بأنفسهم، يشعرون بالمزيد من قيمتهم، ويصبحون أكثر واقية لمواصلة التفوق، وفي المقابل فإن هؤلاء الذين لديهم خبرات فشل مبكرة يصبحون أقل ثقة في أنفسهم.(1)

فالرياضيين يجدون في الممارسة الرياضية خبرة النجاح، والشعور بالمزيد من الكفاءة، هذا وعندما يصبح الرياضي أكثر كفاءة فإنه يتمتع بالثقة ويستطيع أداء الواجبات الحركية المتوسطة الصعوبة، دون الخوف من الفشل، إنهم يكتشفون أن جهودهم تؤدي إلى المزيد من النتائج المحببة، وزيادة التركيز والاهتمام بوضع الأهداف الشخصية، مقابل قلة التركيز على المكسب يعتبر عاملا مهما لمقابلة احتياجات الرياضيين، ليست فقط للشعور بقيمة الذات ولكن كيفية تنميتها.(2)

وتلعب ثقة الرياضي بنفسه دورا فعالا أيضا في هذه العلاقة، ولا شك أن مستوى كبرياء الفرد يرتبط ارتباطا وثيقا بالثقة في النفس، إن الثقة الأكيدة في النفس يمكن أن تساهم في وضع الجراح النفسية على الهامش، وأن تجعل تأثيرها على الروح وقتيا، بحيث لا يبقى لها بعد ذلك أي تأثير، ومن الناحية الأخرى فإن التوتر النفسي والقلق، وعدم التأكد تصبح مؤشرات مناسبة للاهتزاز.(3)

ومن هنا يتضح أن نشاطات الرياضات الجماعية يمكن أن تكون وسيلة للنجاح في الحياة، بلوغ السعادة والراحة النفسية، وتظهر في المنافسات الرياضية الرغبة العالية لنيل الانتصارات، والحصول على أرقام قياسية والفوز، فهذا يفسر على أنه ليس تعبيراً عن تجاوز الذات فحسب، بل تعبيراً عن تجاوز الغير والإحساس بالعظمة والسمو. إن النزعة نحو السمو هي ميزة كل إنسان يريد تأكيد ذاته، وقد يظهر ذلك بالخصوص أثناء المراهقة التي تتسم بالبحث عن الذات، والأصالة، لذا فالرياضة عبارة الإطار المناسب لكل من يرغب في بناء شخصيته.

(1)-أسامة كامل راتب –علم النفس الرياضية المفاهيم والتطبيقات ط 1997.2 ص:351

(2)- نفس المرجع- ص :97.

(3)- محمد حسن علاوي –مرجع سابق ص: 205

3-6 نشاطات الرياضات الجماعية كوسيلة للتححرر : إن طائفة كبيرة من غرائز الإنسان وميوله قد قيدت النظم الاجتماعية بطريقة إرضائها، فلم تترك الأفراد أحراراً في تغذيتها كما يريدون، فغريزة المقاتلة والغريزة الجنسية مثلاً، لم تبح النظم الاجتماعية تغذيتها، إلا في أحوال خاصة وبقيود كثيرة، وقد زود الإنسان بالميل إلى اللعب ليتاح له عن طريق غير جدي أن يغذي ما قد تحول النظم الاجتماعية بينه، وبين تغذيته بطريق جدي من غرائزه وميوله.(1)

وقد تتميز الدوافع أحياناً بنوع من القوة والشدة، بحيث تدفع إلى بعض النماذج من السلوك الشاذ، هذه الحاجات يطلق عليها اسم الحاجات الانفعالية، والتي منها الحاجة إلى الإبداع والإنجاز، والتكوين، ولا يمكننا إشباعها وتحقيقها في إطار التعليمات والأوامر، والنواهي والقواعد والقوانين، بل يكون إشباعها أكثر بإعطاء الحرية للفرد، تجعله يحسن بأنه متخلص من القيود التي قد تعيقه، عندئذ يتحقق له شعور بالإنجاز والإبداع الذي يرغب الحصول عليه.(2).

وفي الرياضة البدنية مجالاً للإعلاء، والإعلاء عملية يحول فيها الفرد طريقة التعبير عن دوافع ينتقدها المجتمع إلى سلوك مرغوب فيه، مثل الرياضة البدنية، وذلك على سبيل المثال لتحويل الميول الجنسية إلى التفوق في الرياضة، إذ أن الحل السليم السري للتخلص من الخبرات والإندفاعات التي لم تعد مناسبة وغير مرغوب فيها، هو كبتها في الأشعور، وتحويل الطاقة ووضعها في خدمة الأفكار والانفعالات الشعورية المقبولة اجتماعياً وشخصياً.(3)

ويبرز في هذا السياق أيضاً مفهوم الطاقة الزائدة، والتي يعزو إليها بعض التربويين، والباحثين أنها كانت أحد أسباب الارتقاء بالرياضة، ولهذا ينظر لآلية تفريغ الدوافع المكبوتة كحاجة اجتماعية مقبولة، ومناسبة تقدمها الرياضة كقيمة تتصف بالسلامة والأمن الاجتماعي، تعمل على توفير فرص التحرر من الضغوط والمشاعر المكبوتة فيما عرف بالطاقة الزائدة، وتتمثل هذه الآلية في أن النشاط البدني في حد ذاته، يستلزم الطاقة ويعمل على تقليص الجسم منها، حتى أن باحثي وظائف أعضاء النشاط البدني يرون أن التعب بعد النشاط البدني أحد مظاهر استنفاد الطاقة، ومعروف أن هناك تلازماً بين الطاقة النفسية والطاقة البدنية.(4)

وتسمح هذه العملية اللاشعورية للفرد بالتكيف مؤقتاً، وبذلك تعطيه الفرصة والوقت حتى يتمكن من إشباع هذه الميول بالطريقة التي يرتضيها المجتمع، هذا غير ما تعود به الرياضة البدنية على الفرد في كل ناحية.

(1)- كمال الدين زكي -محمد عادل خطاب -مرجع سابق ص: 179.

(2)- محمد عماد الدين إسماعيل- النمو في مرحلة المراهقة - دار القلم. الكويت . 1982. ص: 228.

(3)- سعد جلال -المرجع في علم النفس -دار المعارف بمصر القاهرة . 1971. ص: 382.

(4)- أمين أنور الخولي- مرجع سابق. ص: 85.

4-6- نشاطات الرياضات الجماعية كوسيلة للضبط الاجتماعي وتهذيب السلوكات السلبية للمجتمع:

إن النشاط الرياضي ولا سيما التنافسي، كالمباراة، غني بمظاهر التوتر والإجهاد بحكم النزال والاصطدام والكر والفر، وحماسة المتفرجين، والخوف من الهزيمة، وانفعالات النصر والهزيمة... الخ. (1)، ولهذا قد تبدو عند الرياضي الناشئ - خاصة في مرحلة الطفولة المتأخرة - بعض السلوكات السلبية، مثل محاولة التأكيد المتطرف للذات كالتفاخر، التباهي، أو الغرور و الزهو، وكذلك العدوانية (القوة والعنف)، والأنانية والحساسية، أو عدم السعادة نحو عدم التقبل الاجتماعي، والاتجاه للأساليب العقابية الخارجية.

كما قد تظهر هذه السمات لدى الرياضيين الناشئين في الثرثرة الزائدة، والسلوك الذي يرمي إلى جذب الانتباه، ومن الأنماط السلوكية المصاحبة لهذه السمات لدى الرياضيين محاولة الشجار مع الآخرين، إهانة المنافسين، الاستهزاء بالقوانين، الاستقلال وعدم التعاون، وربما تندرج هذه السمات تحت تصنيف "أوجيليفي وتيتكو" للعدوانية لدى الرياضيين، نظرا لأن العدوانية تظهر في حب الاحتكاك الجسماني، وعدم القدرة على التحكم في الانفعالات أثناء الهزيمة، ويرى الكثير من العلماء أن الأفراد الذين يملكون قدرا واضحا من هذه السمة، سوف لا يجدون في الرياضة، وخاصة بالنسبة للضغوط العالية في رياضة المستويات العالية، متنفسا للتعبير عن هذه النزعة. (2)

والناشئ في مقتبل حياته تكون قدرة تحكمه على نفسه ضعيفة، فإذا شاهد شيئا فإنه يرغب في الحصول عليه، وإذا جاء بخاطره أن يفعل شيئا سواء في المنزل، أو في المدرسة نتيجة لأن "قوة الضبط" مازالت في دور التكوين، يحاول فعله، ولا يوجد شيء يمكن أن ينمي قوة الضبط هذه بطريقة فعالة، وطبيعية كالألعاب، فالعاب الصغار لا يوجد فيها إلا القليل من القيود، ما أن يتدرج اللاعبون في النمو حتى تظهر القواعد والتعليمات، وتتدرج في الزيادة، فتتطلب ضبطا مضطربا للنفس، مثل عدم اللعب إلا في الدور المخصص، وضرورة التصويب بالكرة بشكل معين بدلا من رميها بطريقة عشوائية، إلى أن نأتي إلى مرحلة البلوغ، وفيها نصل إلى الألعاب الجماعية بطرقها المحددة، وبقوانينها الدقيقة، وبقيودها وجزائها، وأن يكون هناك في مجالات الخبرة للفتى أو الفتاة فرص أكثر حيوية من تلك الألعاب الجماعية، لاكتساب القدرة على الضبط الاجتماعي، ولها نواحي أكثر واقعية من تلك الألعاب، للتدريب للوصول إلى هذه القدرة، فلكي تكون متمسكا بالقانون و بالتعليمات في أكثر مواقف اللعب إثارة، ولكن تقرر تحت هذه الظروف اتباع الصواب، وتجنب الخطأ حتى

(1)-حسن علاوي-مرجع سابق-ص: 312.

(2)- نفس المرجع - ص: 312.

ولو تسبب ذلك في عدم الفوز، فلا بد أن تكون هذه القيم الخلقية ثابتة في النفس ثبات العقيدة، وهذا يتطلب ممارسة سليمة للعب تحت توجيه وإرشاد صحيح.(1)

وقد تكون مساحة ما للعدوانية في الرياضة، لكنها محكومة بقواعد اللعب وجزاءاتها، لكن مما لا شك فيه أن الرياضة كأحد المناشط الإنسانية، تعد هذه المناشط أكثر ملائمة للتخلص من العدوانية و التنفيس عنها، فالأداءات الحركية بمختلف أنواعها تسمح بالتخلص من قدر كبير من العدوانية.(2)

و في مجالات التربية الرياضية تدريب عملي متجدد واسع النطاق على الخلق الطيب، و السلوك السليم، ذلك أن مواقف اللعب مليئة بالمشاكل الخلقية، غنية بالمستويات السلوكية التي تتصل بالصدق والأمانة، أو الكذب والخداع و الشجاعة، و الجرأة و الجبن والتهور، وبالتعاون وإنكار الذات، أو الخسة والأناية... الخ من المواقف التي تمثل ظروف الحياة، وتتضح فيها القيم بشكل واضح، فيمكن مراقبتها عن كثب، وتقويمها منذ البداية، ولاسيما أنها مواقف حقيقية وملموسة، فلا افتعال ولا صنعة فيها، فضلا عن أنها بعيدة كل البعد عن مجرد المعنويات أو العموميات اللفظية.(3)

5-6- نشاطات الرياضات الجماعية كجو مناسب للعلاقات الاجتماعية و تحقيق الاتصال:

إن اغلب نشاطات التربية الرياضية، جماعية، يتدرب فيه الفرد على الحياة المشتركة المتعاونة، إذ أن وحدة العمل في مجالات النشاط الرياضي هي الجماعة، في صحبة أو فصل أو فرقة، أو نادي... الخ، والاشتراك في اللعب يستلزم أن يتقابل الأفراد، وأن يتفاعلوا، وأن يندمج بعضهم مع البعض الآخر حتى تتناسق الجماعة وتتعاون.(4)

والرياضة تشبع الحاجة إلى الانتماء، والحاجة إلى الانتماء حاجة اجتماعية ونفسية هامة، إذ لو شعر الفرد بعزله، وعدم انتمائه لمثل هذه الجماعات الرياضية اعتراه الفلق والضيق والحزن، مما يتعارض والنمو الاجتماعي، والتوافق الاجتماعي، وقد يؤدي به إلى الانحراف أو الأمراض النفسية، بعكس ما يحدث عندما يشعر الفرد بانتمائه إلى جماعة تتقبله ويتقبلها، إذ يمده ذلك بالأمن والطمأنينة والسعادة، والرضا والارتياح، لأنه بين أفراد يعرفهم ويحبونه ويحبهم، مما قد يعوض الفرد ما قد يعانيه من تفكك أسري، أو ما شبه ذلك، والعامل النفسي الأساسي الذي يحدد علاقة الفرد بالجماعة الاجتماعية، هو التقمص الإيجابي، ويقصد بالتقمص الإيجابي العملة العقلية التي تجعل الفرد يحس بأنه في موقف شخص آخر، فيستجيب لنفس المؤثرات التي تقع عليه و

(1)- كمال الدين زكي - محمد عادل حطاب -مرجع سابق ص:20.

(2)- أمين أنور الخولي- مرجع سابق. ص: 86

(3)- كمال الدين زكي - محمد عادل حطاب -مرجع سابق. ص:31- 32

(4)- نفس المرجع . ص: 44

القدرة على الاستجابة للمواقف التي يتعرض لها الآخرون، وشعوره بنفس الشعور الذي يشعر به في هذه المواقف، نتيجة للخبرات المشتركة بينهم وبينه.(1)، مما يتوفر في المجال الرياضي، وتعتبر الجماعة الرياضية محل تقدير المجتمع والعالم الخارجي، مما يضيف على اللاعب أو الفرد المنتمي إليها مركزا خاصا يعتز به كل رياضي .

وهناك بعض الدراسات التي تشير إلى أن الرياضي محب للناس، سهل المعاشرة واجتماعيا لدرجة كبيرة، ومن هذه الدراسات، دراسة "سندي 1955"، ودراسة "جروفز 1966"، ودراسة "فرر 1966"، ودراسة "برهمن 1967"، والشخص الاجتماعي يتسم بالدفء، والاستعداد مع الزملاء، والاهتمام بالناس، والثقة بهم والتكيف مع الآخرين، ومثل هذه السمات تشير إلى رغبة الفرد في أن يكون مقبولا من الآخرين في معظم المواقف، ويفضل المواقف المرتبطة بالآخرين، ويهتم بالتعرف الاجتماعي، وهي سمات هامة للرياضيين.(2)

وتظهر العلاقات الاجتماعية من خلال الممارسة عندما يتعرف الواحد على الآخر، أو من خلال العروض والتعقيبات الرياضية، ومن هنا نميز شكلين من أشكال العلاقات الجماعية، أو لها هي الفرق الرياضية بحد ذاتها أين تسمح العلاقات الداخلية للفريق بين أعضائه بخلق روابط شخصية قوية تقوم على التعاون لتحقيق الهدف المشترك، أما الشكل الثاني من العلاقات، فهي تلك التي تكون بين الممارسين الرياضيين ومدربهم، علاقات المسيرين والمتفرجين مع اللاعبين، علاقات المسيرين فيما بينهم، وهذه العلاقات يمكن أن تتضاعف حتى خارج الممارسة الرياضية .

ومن هنا يمكن اعتبار الرياضات الجماعية على أنها أحسن أنماط الانضمام الاجتماعي، وتعلم الحياة الاجتماعية المشتركة، وكيفية احترام قواعدها ويمكن أن تكون كعامل من عوامل التوازن، أو التوافق النفسي الاجتماعي.

(1)- سعد جلال -مرجع سابق -ص:557 .

(2)- محمد حسن علاوي -مرجع سابق- ص: 310-311.

خلاصة:

مما سبق نخلص إلى أن الرياضات الجماعية هي من الأنشطة الهامة لدى الشباب، بالنظر إلى اهتمامهم الكبير وإقبالهم المتزايد على ممارستها، لاستجابتها للعديد من حاجياتهم الضرورية، والتي تساعدهم على النمو الجيد المتزن، فالممارسة الرياضية الجماعية تجلب المتعة للمراهق بإشباعها لمختلف الحاجات التي يتطلبها النمو والراحة والتحكم في عدوانيته، وتصريف طاقاته الكامنة بصفة مقبولة اجتماعيا، كما تساعده على اكتشاف مفهوم السعادة والسرور لتحقيق الراحة النفسية الكاملة، فهي تنمي التحكم في الذات، وتخفف من توترات المراهق الناتجة عن ضغوط الحياة اليومية، فهي كعامل من عوامل التوازن، وإعادة التوافق مع النفس ومع المجتمع. لذلك نقول رغم ما تتميز به مرحلة المراهقة من صعوبات ومشاكل، إلا أن الخصائص النفسية والاجتماعية التي تتميز بها نشاطات الرياضات الجماعية قد تسمح بالمراهق بتجاوز هذه المرحلة بسلام، وتحقيق مستوى عال من التوافق النفسي والاجتماعي.

1- منهج الدراسة :

يرتبط استخدام الباحث لمنهج دون غيره بطبيعة الموضوع الذي يطرقه، وفي دراستنا هذه و نظرا لطبيعة المشكلة المطروحة، نرى أن المنهج الوصفي هو المنهج الملائم لها، وهذا الاختيار نابع أساسا من كون هذا المنهج يساعد على الحصول على المعلومات الشاملة حول متغيرات المشكلة، واستطلاع الموقف العلمي أو الميداني الذي تجري فيه، قصد تحديدها وصياغتها صياغة علمية دقيقة، وكبقية مصادر جمع المعلومات والتأكد من صلاحية أدوات جمعها.

"ويقوم المنهج الوصفي كغيره من المناهج الأخرى على عدة مراحل أهمها التعرف على مشكلة البحث، وتحديدها، ووضع الفروض واختيار الفئة المناسبة، واختيار أساليب جمع البيانات، وإعدادها ووضع قواعد لتصنيف البيانات، ووضع النتائج وتحليلها في عبارة واضحة... محاولة لاستخلاص تعميمات ذات مغزى تؤدي إلى تقدم المعرفة". (1)

(1) - ديولد فان دالين (تأليف) محمد نبيل نوفل و آخرون (ترجمة) - مناهج البحوث في التربية وعلم النفس - ط 2 - 1984 ص: 313.

2- تحديد المتغيرات:

3- الدراسة الاستطلاعية:

قبل التطبيق النهائي لأدوات البحث كان لزاما علينا القيام بمحاولة أولية وهذا بغرض التعرف على ميدان البحث، وكذا مختلف العوامل المحتملة التي قد تعرقل التطبيق الجيد لأدوات الدراسة أو السير الحسن للبحث، ومن أجل ذلك قمنا بهذه الدراسة الاستطلاعية بثانوية طارق بن زياد بالجزائر العاصمة وأين سمحت لنا :

- التقرب أكثر من أفراد المجتمع الذي سيتم اختبار عينة البحث منه .
- التعرف من أنواع الرياضات الجماعية الممارسة من طرف التلاميذ في الثانوية وفي النوادي الرياضية
- التأكد من مدى تجارب التلاميذ مع بنود الاختبارين وكذا الاستبيان وتفاعلهم معهم .
- الاهتمام إلى إمكانية استعمال شبكة الملاحظة بعد تأكدنا من توفر شروط القيام بها .
- كما سمحت لنا هذه الدراسة الاستطلاعية بقياس ثبات أدوات البحث المتمثلة في الاختبارين: "اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية "، ورائز "استبيان الشخصية للرياضيين Q.P.S" وكذا الاستبيان وشبكة الملاحظة. وهذا بتوزيع الاستمارات على العينة المكونة من 80 تلميذ وتلميذة ثم إعادة توزيعها بعد 20 يوما من الاختبار الأول.

4- عينة البحث و كيفية اختيارها:

لاشك أن القيمة التربوية لأي بحث أو دراسة تتركز على العديد من العوامل، أهمها التحديد الدقيق للموضوع، وطريقة تناوله و العينة التي تمثلها، و كذلك الأدوات المستخدمة فيه، و قد حاولنا أن تكون العينة أكثر تمثيلا للمجتمع الأصلي، حتى يمكن الاعتماد على نتائجها، حيث كانت عينة هذا البحث ممثلة في 120 تلميذ و تلميذة ينتمون إلى مستوى دراسي واحد، وهو السنة الثانية ثانوي بتخصصاتها المختلفة، و ذلك بثانوية طارق بن زياد بالجزائر العاصمة، وهي مقسمة إلى عينتين:

العينة الأولى : وتتشكل من 60 تلميذ و تلميذة، تم تحديدها بالأفراد الذين يمارسون حصة التربية البدنية و الرياضية في الثانوية، إضافة إلى ممارستهم للرياضات الجماعية المختلفة في النوادي الرياضية، أي أن الممارسة تكون أكثر من ساعتين في الأسبوع .

العينة الثانية : وتتشكل بدورها من 60 تلميذ و تلميذة، ثم تحديدها بالأفراد الذين يمارسون التربية البدنية و الرياضية في الثانوية فقط، والتي تدوم ساعتين في الأسبوع.

واختيارنا لهذه العينة كان بطريقة عشوائية، و ذلك لأننا لم نأخذ بعين الاعتبار عدة عوامل، مثل المستوى الاجتماعي و الاقتصادي، أو مكانة الفرد داخل الجماعة، وكذلك الجنس، و بالتالي نكون قد ضمنا فرص متكافئة لكل فرد في الإجابات، و كذا لضبط بعض المتغيرات التي قد تتدخل في عرقلة السير الحسن لعملية التطبيق.

1-4 عرض نتائج عينة الدراسة على استمارة المعلومات :

جدول رقم 01 :

يوضح توزيعاً لأفراد عينة الدراسة حسب السن.

| المجموع | | من 17 إلى 19 سنة | | من 15 إلى 17 سنة | | |
|-------------------|---------|-------------------|---------|-------------------|---------|-----------------------|
| النسبة المئوية | التكرار | النسبة المئوية | التكرار | النسبة المئوية | التكرار | |
| 100 | 60 | 46,66 | 28 | 53,33 | 32 | المجموعة الممارسة |
| 100 | 60 | 55 | 33 | 45 | 27 | المجموعة غير الممارسة |

جدول رقم 02:

جدول يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس.

| المجموع | | أنثى | | ذكر | | |
|---------|---------|------|---------|-----|---------|-----------------------|
| % | التكرار | % | التكرار | % | التكرار | |
| 100 | 60 | 30 | 18 | 70 | 42 | المجموعة الممارسة |
| 100 | 60 | 35 | 21 | 65 | 39 | المجموعة غير الممارسة |

جدول رقم 03 :

جدول يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب نوع الرياضة الجماعية الممارسة

| المجموع | | كرة اليد | | كرة الطائرة | | كرة السلة | | كرة القدم | | |
|---------|---------|----------|---------|-------------|---------|-----------|---------|-----------|---------|-------------------|
| % | التكرار | % | التكرار | % | التكرار | % | التكرار | % | التكرار | |
| 100 | 60 | 18,33 | 11 | 15 | 09 | 35 | 21 | 31,66 | 19 | المجموعة الممارسة |

جدول رقم 04:

يوضح توزيع أفراد المجموعة الممارسة حسب مدة ممارسة الرياضة الجماعية في النادي.

| المجموع | من 3 سنوات فما فوق | | من 2 إلى 3 سنوات | | من سنة إلى سنتين | | | |
|---------|-----------------------|-------|---------------------|-------|------------------|-------|----|----------------------|
| | التكرار | % | التكرار | % | التكرار | % | | |
| 100 | 60 | 23,33 | 14 | 48,33 | 29 | 28,33 | 17 | المجموعة الممارسة |

يختلف أفراد المجموعة الممارسة من حيث مدة انخراطهم في النوادي الرياضية، حيث تبين نتائج الجدول أن نسبة 28,33 % تتراوح مدة انخراطها في النوادي بين سنة وسنتين، في حين تتعدى مدة الانخراط ثلاث سنوات بالنسبة لـ: 23,33 % من مجموع أفراد العينة الممارسة.

جدول رقم 05 :

جدول يوضح توزيع أفراد المجموعة الممارسة حسب عدد مرات تدريبها في الأسبوع.

| المجموع | 4مرات | | 3مرات | | مرتان | | مرة واحدة | | | |
|---------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|-----------|-------|----|-------------------|
| | التكرار | % | التكرار | % | التكرار | % | التكرار | % | | |
| 100 | 60 | 26,66 | 16 | 31,66 | 19 | 38,33 | 23 | 03,33 | 02 | المجموعة الممارسة |

يبين الجدول (05) أن نسبة 26,66 % من مجموع أفراد المجموعة الممارسة تصل عدد مرات تدريبها إلى أربعة (04) مرات في الأسبوع، في حين نسبة ضعيفة جدا وهي 03,33 % تتدرب مرة واحدة فقط في الأسبوع.

5- حدود الدراسة :

- تحدد هذه الدراسة بالعينة المستخدمة فيها والمتكونة من طلبة و طالبات السنة الثانية ثانوي بتخصصاتها المختلفة في ثانوية بالجزائر العاصمة، وهي ثانوية طارق بن زياد، وتحديد الدراسة بالنسبة للسنة الثانية دون غيرها كان لعدة أسباب منها :
- كون الطلبة جميعا قد عاشوا على الأقل سنة كاملة بالثانوية، و هو ما يعني أنهم قد تكيفوا مع محيطهم المدرسي من جهة، وكذا تواجدهم مع بعضهم البعض منذ سنة كاملة.
 - كذلك من الصعب اختيار عينة الدراسة من السنة الثالثة، لما ينتظر طلابها في آخر العام وهو اجتياز امتحان شهادة البكالوريا، حيث يتوقف أغلبيتهم عن ممارسة النشاطات الرياضية في النوادي، أو على الأقل التقليل من مشاركتهم في التدريبات ، أو المباريات، قصد التحضير للامتحانات.
 - كما يعود ذلك أيضا إلى كون أغلبية الطلبة الممارسين للرياضات الجماعية في النوادي من السنة الثانية. ومما سبق يمكن تحديد الدراسة الحالية بشريا، و زمانيا، و جغرافيا على النحو التالي :

بشريا: طلبة وطالبات السنة الثانية من التعليم الثانوي بتخصصاتها المختلفة.

زمانيا : تتحدد هذه الدراسة بالعام الدراسي 2000 -2001.

جغرافيا: تتحدد هذه الدراسة بالجزائر العاصمة، و بالضبط بثانوية طارق بن زياد ببراق.

6- أدوات البحث :

لقد عمدنا في بحثنا لقياس التوافق لدى طلبة التعليم الثانوي إلى البحث عن أكثر من أداة، حيث اعتمدنا في البداية لقياس فرضيات البحث على اختبارين وهما : اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية، وكذا اختبار " استبيان الشخصية للرياضيين Q.P.S"، وقصد تدعيم أو نفي نتائج الاختبارين، ومن أجل توضيح أكثر، استعملنا أداة الاستبيان التي تسمح بقياس أربعة فرضيات، وكذا شبكة الملاحظة، التي تسمح بقياس الفرضية الرابعة، وفيما يلي عرض مختصر للأدوات المستعملة :

1-6- اختبار "استبيان الشخصية للرياضيين " Q.P.S :

انشىء اختبار "استبيان الشخصية

للرياضيين " Q.P.S من طرف مجموعة من الباحثين يترأسهم "E.THILL" سنة 1983.

الهدف من الاختبار: يتضمن الاختبار هدفين أساسيين وهما :

أولا : هدف نظري : أي محاولة تطوير مفاهيم حول الدافعية، والتأقلم مع

الوضعيات الخاصة للحياة الرياضية، وكذا تقويم شخصية الرياضيين، والتنبأ بسلوكاتهم، مع الأخذ بعين الاعتبار الجوانب الخاصة للوضعيات الرياضية، واعتبار الأداء ناتج عن العوامل البيئية والشخصية.

ثانيا : هدف تطبيقي : ويتمثل في بناء سلالمة (بنود)، للتنبأ بالنجاح الرياضي

لأفراد العينة المدروسة، وكيفية استثمارهم الجيد في المستقبل.

ويقدم الاختبار على شكل كراسة تحتوي على 340 سؤال، يستطيع أن يطبق على البالغين، (17 سنة فما فوق)، وكذا على الأطفال المراهقين (من 14-17 سنة)، والفرق بينهما هو أن الاستبيان الخاص بغير البالغين تكون أسئلة مصاغة بشكل سهل، وخالي من التجريد، مقارنة بالاستبيان الخاص بالبالغين، كما أنه صالح للتطبيق على الرياضيين أو غير الرياضيين، إناثا كانوا أو ذكورا، و تقدم الأسئلة بصورة تأكيدية، و الإجابة عليها تكون " بنعم" أو "لا"، وذلك من أجل تقييد إجابة المفحوص، مع عدم إدخال العاطفة في أجوبته.(1)

وتقسم 340 سؤال إلى 14 بند، كل بند يقيس جانب معين من الشخصية الرياضية، (كما هو موضح في الجدول رقم:06) ولقد صممت ورقة الإجابة بشكل يسهل عملية التصحيح، وذلك باستعمال شبكة تصحيح واحدة فقط لقياس 14 بند، أما ورقة الملمح أو المظهر (profile)، التي تأتي منفصلة، فتساعد بناء ملمح الشخصية الرياضية للمفحوص عن طريق النقاط المقننة التي حصل عليها، وهناك سلمين للصدق :

(1)- E- Thill : questionnaire de personnalité pour sportifs - Q.P.S – les éditions de centre de psychologie appliquée. Paris 1983 page : 06

فالأول يقيس الموافقة أما الثاني فيقيس الرغبة الاجتماعية.

فسلم الموافقة أو القبول الذي يقاس عن طريق ورقة التصحيح منفصلة عن الشبكة، الغرض منه هو معرفة ميل المفحوص إلى الاختبار المباشر أو الآلي للأجوبة، ولقد أستعمل لهذا الغرض طريقة "السلام المقلوبة"، التي جاء بها لأول مرة "Jackson" و "MESSIK" 1957، والتي تتضمن صياغة أسئلة مضادة بواسطتها يحكم على صدق إجابة المفحوص.(1)

| النقاط المرتفعة | النقاط المنخفضة | البنود |
|---|--------------------------------|-------------------------------------|
| الرغبة في النجاح كلياً بالعزم الذاتي | سلبى متردد، داخليا غير مرتفع | DR1 الرغبة في النجاح ذات طابع داخلي |
| الرغبة في النجاح للوصول إلى رتبة اجتماعية | قليل الطموح، غير منتبه خارجيا | DR2 الرغبة في النجاح ذات طابع خارجي |
| صلب، مواضب، حازم | قليل الصلابة، تبيد المصالح | EA الصلابة النفسية |
| حيوي، عفوي، حازم | بطيء، معتدل، متعب | VI السرعة- الشدة |
| للقابلية للتجاوز، متأكد | فقدان لتأكيد الذات | CP المنافسة |
| محرك، غير مهتم، غير حذر | متحكم، متحرر، متوازن | CA التحكم في النشاط |
| جريء، عفوي | يفضل الأمن، متحفظ، صلب | PR اخذ الخطر |
| متغير في انفعالاته و طبعه | متقلب المزاج، أفعالي، متشائم | CE التحكم الانفعالي |
| يقاوم سوء حضه | قليل المقاومة للضغوطات القوية | RP المقاومة النفسية |
| متفتح ، معتبر | متأمل، منطوي على نفسه | CE الانطواء – الانفتاح |
| مسيطر، مقنع، قابلية التحكم | بمبل إلى التبعية، نقص في الثقة | DO السيطرة |
| مقاوم، يدافع على نفسه | متسامح، سلبى، غير متحرك | AG العدوانية |
| اجتماعيا، يحب النشاطات | خجول اجتماعيا، متحفظ | SO الاجتماعية |
| تعاوني، يذوب في الجماعة | مستقل ذاتيا، مرتكز حول ذاته | CO التعاون |
| موافق، غير صريح غير منتبه | واثق(صادق)، حريص | AQ الموافقة |
| يجيب عن السؤال اجتماعيا، مقبول | صادق، موضوعي | DS الرغبة الاجتماعية |

جدول رقم (06) : يوضح 14 بند لتقويم الشخصية و سلمين للصدق.

أما سلم الرغبة الاجتماعية، فهو يقيس ميل المفحوص للإجابة علي الأسئلة المقبولة اجتماعيا، ولقد استعمل لهذا الغرض طريقة معينة، وهي صياغة أسئلة تكون مقبولة اجتماعيا في مجال التدريب، المنافسة، فعند تحصل المفحوص على نقطة مقننة أعلى من 07، يعتبر أنه يميل للإجابة على السؤال المقبول اجتماعيا، مع عدم الإدلاء برأيه الحقيقي (الشخصي). (1)

الثبات: نعني بالثبات أن النتائج المتوصل إليها تبقى ثابتة نوعا ما، باختلاف الزمن، و لفحص ثبات نتائج الاختبار قمنا بإعادة تطبيقه على عينة مكونة من 30 تلميذ و تلميذة، وهذا بعد 20 يوما من التطبيق الأول، وكانت عملية تقويم ثبات النتائج إيجابية، حيث أن عوامل الارتباط كانت ثابتة بنسبة كبيرة بين الفحص الأول، و الفحص الثاني الذي تلاه بعد 20 يوما ، وحصلنا على معاملات الثبات التالية:

- الاجتماعية: 0.473

- التحكم الانفعالي: 0.582

التصحيح: تمر عملية التصحيح بعدة خطوات وهي :

للحصول على النقاط الخام للبنود (14) توجد شبكة التصحيح الشفافة، التي تسمح بحساب الإجابات الصحيحة الموجودة في المربعات، ويتم ذلك بوضع الشبكة على ورقة الأجوبة، وتتم عملية التنقيط بإعطاء نقطة واحدة عندما تظهر علامة (X) في مربع شبكة التصحيح، ثم جمع النقاط الخام المتحصل عليها بالعد الأفقي للنقاط لكل بند، وكتابة المجموع في أقصى يمين الخط .

وهذه هي الخطوات بصفة عامة، حيث أن سلم الدافعة له طريقة معينة في التنقيط، نفس الشيء بالنسبة للسلمين اللذين يقيسان الصدق، أي سلم الموافقة، وسلم الرغبة الاجتماعية، وللحصول على النقاط المقننة يكفي وضع النقاط الخام في الخانة المناسبة لها، الموجودة في جدول القياس الذي يحتوي على 11 قسم أو 9 أقسام حسب نوع المفحوص ذكر ،أنثى، أقل أو أكثر من 17 سنة ،ممارسين للرياضة وغير ممارسين لها ، ومن هنا نستطيع بناء شخصية المفحوص عن طريق مختلف النقاط المقننة التي حصل عليها كل بند

الإجراءات المطبقة :

بعد فحص اختبار " استبيان الشخصية للرياضيين.QPS. الذي يحتوي على 14 بند، قمنا باختيار البند رقم: (13)

الخاص بالاجتماعية، والذي تحتوي على 22 سؤال، وأخذنا البند رقم (08) الخاص بالتحكم الانفعالي، والذي يحتوي على 23 سؤال.

واقصرنا على هذين البندين فقط، كون موضوع بحثنا يحاول توضيح الأدوار الذي تلعبه نشاطات الرياضات الجماعية في هذين الجانبين .

ويمكن تلخيص مختلف الإجراءات كالتالي :

- إعطاء النقطة (1) للإجابة الصحيحة الموافقة لورقة التصحيح الخاصة بالاختبار.
- إعطاء النقطة (0) للإجابة الخاطئة الموافقة لورقة التصحيح الخاصة بالاختبار.
- جمع النقاط الخاصة بالعينتين على حدى، سواء كان ذلك بالنسبة للذكور أو الإناث .
- وللإشارة، حساب مجموع النقاط التي حصل عليها كل فرد في ورقة الإجابة التي تكون مطابقة لورقة التصحيح.

6-2- اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية و الثانوية :

وهو من إعداد عطية محمد هنا، ويشتمل الاختبار على 120

سؤال مقسمة على 12 بند ويحتوي كل بند على 15 سؤال.

هدف الاختبار : هو تحديد أهم النواحي لشخصيات المراهقين من طلبة المدارس الإعدادية و الثانوية، وهي النواحي التي تدخل في نطاق التوافق الشخصي و الاجتماعي والعام، وبذلك فإن هذا الاختبار أداة أساسية لبحثنا الحالي، لكونه يشتمل على بنود تقيس التوافق ببعديه : الشخصي و الاجتماعي، الذي نسعى إلى معرفته لدى طلاب التعليم الثانوي .

" وقد اعد " عطية محمد هنا هذا الاختبار ليناسب البيئة المصرية، وقد أخذه من اختبار كاليفورنيا للشخصية – المرحلة المتوسطة- California test of personality intermidiate series، الذي وضعه كل من "كلارك" calarck willis ، وتيجز Ernest .W. tiges ، وثورب Lowis.P.Thorp ، ويذكر معد الاختبار أن هذا الاختبار يمكن استعماله في عدة نواحي، كالكشف عن توافق المراهق مع نفسه و مع غيره ومع مشكلاته، والظروف التي تواجهه، وكذا عن مدى إرضاء الأسرة المدرسية، والبيئة التي يعيش فيها المراهق لحاجة الأساسية، وكذا في البحوث والدراسات المتعلقة بالمراهق، وطريقة تنشئته وبنواحي الضعف أو القوة في النظم المدرسية السائدة، وذلك بمقارنة مجموعات المراهقين الذين يخضعون لنظم مدرسية متباينة. (1)

وهكذا فإن أهمية هذا الاختبار تزداد بالنسبة لدراستنا الحالية، إذا علمنا أنها تقوم على أساس مقارنة الطلاب

(1) - عبد الكريم قريشي – مرجع سابق - ص: 71

الممارسين للرياضات الجماعية في النوادي الرياضية بزملائهم الغير الممارسين في التوافق النفسي الاجتماعي .

أبعاد الشخصية التي يقيسها الاختبار.(1) : يتكون اختبار الشخصية للمرحلة الثانوية من قسمين :

القسم الأول يتناول التوافق الشخصي، أما القسم الثاني فيتناول التوافق الاجتماع

القسم الأول : التوافق الشخصي : ويقوم علي أساس الشعور بالأمن الذاتي أو الشخصي، وهو

يتضمن النواحي الآتية :

أ- اعتماد المراهق على نفسه : أي ميل المراهق إلى القيام بما يراه من عمل دون أن يطلب منه القيام بذلك، ودون استعانة بغيره، وكذلك قدرته على توجيه سلوكه دون أن يخضع في ذلك لأحد غيره، والمراهق المعتمد على نفسه يكون عادة قادرا على تحمل المسؤولية، كما أنه يكون عادة على قدر كبير من الثبات الانفعالي .

ب- إحساس المراهق بقيمته : أي شعوره بتقدير الآخرين له، وبأنهم يرون أنه قادر على النجاح، وشعوره بأنه قادر على القيام بما يقوم به غيره من الناس، وبأنه محبوب، وأنه مقبول من الآخرين .

ج- شعور المراهق بحريته : أي شعوره بأنه قادر على توجيه سلوكه، وبأن له الحرية في أن يقوم بتقرير سلوكه، و أن يستطيع أن يضع خطته في المستقبل، ويتمثل هذا الشعور في ترك الفرصة للمراهق في أن يختار أصدقاءه، و أن يكون له مصروف خاص به.

د- شعور المراهق بالانتماء : أي شعوره بأنه يتمتع بحب والديه وأسرته، وبأنه مرغوب فيه من زملائه، وبأنهم يتمنون له الخير، ومثل هذا المراهق على علاقات حسنة بمدرسيه، ويفخر بمدرسته عادة .

ه- تحرر المراهق من الميل إلى الانفراد : أي أنه لا يميل إلى الانطواء والانعزال، ومثل هذا المراهق لا يستبدل النجاح الوهمي في الحياة والتمتع به، بالنجاح التخيلي او الوهم، والشخص الذي يميل إلى الانفراد يكون عادة حساسا وحيدا مستغرقا في نفسه.

و- خلو المراهق من الأعراض العصابية: أي أنه لا يشكوا من الأعراض و المظاهر التي تدل على

الانحراف النفسي، كعدم القدرة على النوم بسبب الأحلام المزعجة والخوف، أو الشعور المستمر بالتعب، أو البكاء الكثير، و غير ذلك من الأعراض العصابية .(1).

القسم الثاني : التوافق الاجتماعي :يقوم على أساس الشعور بالأمن الاجتماعي، وهو يتضمن النواحي

التالية :

أ- اعتراف المراهق بالمستويات الاجتماعية :أي أنه يدرك حقوق الآخرين وموقفه حيالهم، كذلك يدرك

ضرورة إخضاع بعض رغباته بحاجات الجماعة، وبعبارة أخرى أنه يعرف ما هو صواب، و ما هو خطأ من وجهة نظر الجماعة، كما أنه يتقبل أحكامها برضاء.

ب- اكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية : أي أنه يظهر مودته نحو الآخرين بسهولة، كما أنه يبذل راحته وجهده وتفكيره ليساعدهم وسيرهم، ويتصف هذا المراهق بأنه لبق في معاملته مع معارفه ومع القرناء، ومثل هذا الشخص يتميز بأنه ليس أنانيا، يرعى الآخرين ويساعدهم .

ج- تحرر المراهق من الميول المضادة للمجتمع :أي أنه لا يميل إلى التشاحن مع الآخرين أو العراك معهم، أو العصيان للأوامر، أو تدمير ممتلكات الغير، وهو كذلك لا يرضي رغباته على حساب الآخرين، كما أنه عادل في معاملته لغيره.

د- علاقة المراهق بأسرته: أي أنه على علاقة طيبة مع أسرته، ويشعر بأن الأسرة تحبه وتقدره، وتعامله معاملة حسنة، كما يشعر في كنفها بالأمن واحترام أفراد أسرته له، وهذه العلاقات لا تتنافى مع ما للوالدين من سلطة عادلة على المراهق وتوجيه سلوكه.

هـ- علاقة المراهق في المدرسة : أي أن المراهق متوافق مع مدرسته، فهو يشعر بأن مدرسيه يحبونه، ويتمتع بزمالة قرنائهم، ويجد أن العمل المدرسي يتفق مع مستوى نضجه، وميوله، وهذه العلاقات الطيبة تتضمن شعور الفرد بأهميته، وقيمته في المعهد الذي يتعلم فيه.

و- علاقة المراهق في البيئة المحلية : أي أن المراهق متوافق في البيئة المحدودة التي يعيش فيها، يشعر بالسعادة عندما يكون مع جيرانه، وهو يتعامل معهم دون شعور سلبي أو عدواني، كما يحترم القواعد التي تحدد العلاقة بينه وبينهم، وكذلك يهتم بالوسط الذي يعيش فيه. (1)

ثبات الاختبار: فيما يتعلق بثبات الاختبار، وجد واضعوا الاختبار أن معامل الثبات باستخدام طريقة التجزئة

الصفية بعد التصحيح باستخدام معادلة "سبيرمان- براون" مع 792 تلميذا هي:

- الاختبار بأكمله : التوافق العام : 0,932

- القسم الأول : التوافق الشخصي: 0,898

- القسم الثاني : التوافق الاجتماعي: 0,873 . (2)

(1)- عطية محمد هنا مرجع سابق ص: 7

(2)- نفس المرجع ص: 9

ثبات الاختبار على البيئة الجزائرية : قام أحمد حسين دالي بتطبيق هذا الاختبار على عينة من المراهقين كفيفي البصر، أثناء إعداده لرسالة الماجستير، وحصل على معاملات الثبات التالية:

- التكيف الشخصي : 0,855

- التكيف الاجتماعي: 0,889

- التكيف العام: 0,913 (1).

وفي دراستنا هذه فقد قمنا بحساب معاملات الثبات لهذا الاختبار بطريقة إعادة تطبيقه retest .Test على عينة قوامها 30 طالبا وطالبة من التخصصات الأكاديمية المختلفة، وقد كان التطبيق الثاني بعد 20 يوما من التطبيق الأول، و حصلنا على معاملات الثبات التالية:

| معاملات الثبات | القسم الثاني : التوافق الاجتماعي | معاملات الثبات | القسم الأول : التوافق الشخصي |
|----------------|---------------------------------------|----------------|-----------------------------------|
| 0,505 | المستويات الاجتماعية | 0,551 | الاعتماد على النفس |
| 0,723 | المهارات الاجتماعية | 0,908 | الإحساس بالقيمة الذاتية |
| 0,510 | التحرر من الميول المضادة للمجتمع | 0,774 | الشعور بالحرية |
| 0,440 | العلاقات في الأسرة | 0,739 | الشعور بالانتماء |
| 0,760 | العلاقات في المدرسة | 0,437 | التحرر من الميل إلى الانفراد |
| 0,779 | العلاقات في البيئة المحلية | 0,119 | الخلو من الأعراض العصبية |
| 0,818 | مجموع القسم الثاني: التوافق الاجتماعي | 0,894 | مجموع القسم الأول: التوافق الشخصي |
| 0,877 | مجموع القسمين : الشخصي و الاجتماعي | | |

- جدول رقم (07) : يوضح معاملات الثبات لأقسام الاختبار بطريقة إعادة تطبيقه على 30 طالب و طالبة.

(1)- عبد الكريم قريشي – مرجع سابق ص:74

- جميع هذه المعاملات دالة إحصائيا عند مستوى 0.01 باستثناء البند السادس من القسم الأول (الخلو من الأعراض العصبية)، و بالتالي هذه المعاملات مرتفعة بالقدر الذي يسمح لنا بقبولها و اعتبار الاختبار ثابتا.
الإجراءات المطبقة : بعد فحص اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية، الذي يحتوي على 12 بند، قمنا باختبار:

- البند (ب) من القسم الأول (الإحساس بالقيمة الذاتية).
- البند (د) من القسم الأول (الشعور بالانتماء).
- البند (ج) من القسم الثاني (التحرر من الميول المضادة للمجتمع).

ولقد اقتصرنا في اختيارنا على هذه البنود كون بحثنا هذا يهدف إلى معرفة توافق المراهق مع نفسه و مع محيطه المدرسي.

و يمكن تلخيص مختلف الإجراءات فيما يلي:

- بعد الانتهاء من تطبيق الاختبار، قمنا بتصحيحه بالاستعانة بمفتاح التصحيح الوارد في كراسة الاختبار، و ذلك بإعطاء درجة الإجابة التي تتوافق مع مفتاح التصحيح، وبما أن كل بند من قسمي الاختبار يحتوي على 15 عبارة، و بذلك كانت أقصى درجة تحصل عليها التلميذ في أي جزء من الأجزاء الفرعية للاختبار هي 15، وجمع درجات القسم الأول نحصل على درجة التلميذ في القسم الأول للاختبار، وهي درجته في (التوافق الشخصي)، و بنفس الطريقة نستطيع الحصول على درجة التلميذ في القسم الثاني، وهو (التوافق الاجتماعي)، أما بالنسبة للتوافق العام فهو عبارة عن مجموع درجات القسمين الأول والثاني .
بعد ذلك قمنا بتحويل هذه الدرجات الخام إلى درجات مبيّنة، (باستخدام جداول المعايير الواردة في نهاية كراسة الاختبار).

3-7- استبيان موجه للتلاميذ:

- ويضم 16 سؤال مقسمة إلى 4 أقسام، كل قسم يضم 4 أسئلة .
- القسم الأول: خاص بسمة الاجتماعية (سؤال. 1,2,3,4)
 - القسم الثاني: خاص بالشعور بالانتماء (سؤال. 5,6,7,8)
 - القسم الثالث : خاص بالثقة في النفس (سؤال. 9,10,11,12)
 - القسم الرابع : خاص بالتحكم الانفعالي (سؤال. 13,14,15,16)

صدق الاستبيان :

صدق المحكمين: تم عرض أسئلة الاستبيان على محكمين مشهود لهم بمستوى علمي وتجربة كبيرة في ميدان البحث العلمي، بغرض تحكيمه، وقد أشارت النتائج على صدق الأبعاد التي يتضمنها الاستبيان .
الثبات: قصد فحص ثبات نتائج الاستبيان، قمنا بإعادة تطبيقه على عينة مكونة من 30 تلميذ وتلميذة، وهذا بعد 20 يوما من التطبيق الأول، وكانت عملية تقويم ثبات النتائج إيجابية بنسبة كبيرة بين الفحصين الأول والثاني، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول التالي :

| مستوى الدلالة | معامل الارتباط | المتغيرات |
|---------------|----------------|------------------|
| 0.01 | | |
| دال | 0,873 | الاجتماعية |
| دال | 0,537 | الشعور بالانتماء |
| دال | 0,644 | الثقة بالنفس |
| دال | 0,911 | التحكم الانفعالي |

- جدول (08): يوضح معاملات الثبات لأقسام الاستبيان الأربعة، بطريقة إعادة تطبيقه على عينة مكونة من 30 تلميذ و تلميذة.

الإجراءات المطبقة : بعد جمع استمارات الاستبيان، و تفريغها في جداول تتضمن عدد أفراد العينة وكذا عدد الإجابات، إضافة إلى النسب المؤوية المرافقة لها، ويكون كل جدول متبوع بتحليل خاص به، ثم نقوم في الأخير بتحديد الفروق الإحصائية الموجودة بين المجموعتين الممارسة و غير الممارسة فيما يخص كل بعد، وذلك باستعمال اختبار -ت- ستودانت.

4-6- شبكة الملاحظة :

ويتم القيام بها خلال إحدى الدورات الرياضية التي نظمتها إدارة الثانوية، والتي شملت تخصصات رياضية مختلفة (ألعاب القوى، رياضات جماعية)، وقد اقتصرَت الملاحظة في هذا البحث على رياضتين جماعيتين فقط وهي: كرة القدم، كرة اليد.
واختيارنا لهاتين الرياضتين دون غيرها، كونهما أكثر الرياضات التي تظهر فيها السلوكات المراد ملاحظتها، وهذا نتيجة التصادم والاحتكاك الموجود بين اللاعبين.

الهدف من استعمال أداة الملاحظة:

لقد تم حصر السلوكات السلبية في بحثنا هذا في ثلاثة سلوكات أساسية وهي: 1- العدوانية: والتي لاحظنا فيها أفراد العينتين فيما يخص: الدفع- الصد. 2- الأنانية: ولاحظنا فيها أفراد العينتين فيما يخص: رفض التغيير-عدم التميرير. 3- الغش ولاحظنا فيها أفراد العينتين فيما يخص: تعمد ارتكاب الأخطاء - مغالطة الحكم، وذلك كما هو موضح في الملحق رقم (4).

وتعتبر أداة الملاحظة إحدى أنجع الوسائل التي تسمح لنا بقياس مثل هذه السلوكات لدى العينتين، وذلك بملاحظة السلوكات السالفة الذكر مباشرة على الميدان، بالتالي التأكد من صحة نتائج اختبار: الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية.

ثبات أداة الملاحظة: قبل الشروع في تطبيق شبكة الملاحظة، قمنا بملاحظة أولية التي اقتصرنا على 08 تلاميذ خلال مباراة لكرة القدم، وذلك بمساعدة أحد أساتذة التربية البدنية والرياضية بالثانوية، ثم قمنا بمقارنة نتائج الملاحظتين، وكانت النتائج متقاربة إلى درجة كبيرة جدا.

الإجراءات المطبقة: بعد إعداد شبكة الملاحظة قمنا باختيار (12) فرد من كل مجموعة (الممارسة وغير الممارسة)، وتم توزيعهم على بعض الفرق المشاركة في الدورة كالتالي:

بالنسبة لرياضة كرة القدم: تم توزيع (12) لاعب، (06) من المجموعة الممارسة و (06) من المجموعة غير الممارسة) على 06 فرق، أي لاعبين (02) في كل فريق.

بالنسبة لرياضة كرة اليد: تم توزيع (12) لاعب، (06) من المجموعة الممارسة و (06) من المجموعة غير الممارسة) على 06 فرق، أي لاعبين (02) في كل فريق.

وتم ملاحظة كل فريقين على حدى.

7- الأساليب الإحصائية: ان الهدف من هذه الدراسة هو معرفة مدى التوافق النفسي الاجتماعي عند الطلبة

الثانويين وذلك من خلال حساب الفرق بين متوسطات نتائج المجموعة الممارسة للرياضات الجماعية في النوادي و المجموعة التي لا تمارس، و ذلك باستعمال طرق إحصائية ملائمة والمتمثلة فيما يلي:

معامل الارتباط R، دلالة معامل الارتباط، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار-ت- ستودانت، T- test و التي نحصل عليها من خلال ما يلي:

(1)

- معامل الارتباط R:

$$R = \frac{ن . مج(س.ص) - مج(س) \times مج(ص)}{\sqrt{[ن مج س^2 - (مج س)^2] \cdot [ن مج ص^2 - (مج ص)^2]}}$$

(2)

- دلالة معامل الارتباط "T":

$$T = \frac{R}{\frac{(R^2-1)}{2-ن}}$$

= T

(3)

- اختبار "ت":

$$T = \frac{2م - 1م}{\sqrt{\left[\frac{1}{2ن} + \frac{1}{1ن} \right] \cdot \frac{2ع_2ن + 2ع_1ن}{2 - 2ن + 1ن}}}$$

- المتوسط الحسابي "م":

$$م = \frac{مج س}{ن}$$

- (1)- عيسى عبد الرحمان – مبادئ الإحصاء في التربية وعلم النفس – الجزء الثاني - ط4- مكتب دارا لفكر. 1987 ص: 178.
 (2)- محمد صبحي أبو صالح، عدنان محمد عوض- مقدمة في الإحصاء- ديوان المطبوعات الجامعية- الجزائر. 1984 ص: 198
 (3)- احمد محمد الطيب – الاحصاء في التربية وعام النفس - ط1- المكتب الجامعي الحديث. الإسكندرية. 1999 ص: 271
 (4)- عبد الرحمان عيسوي – الإحصاء السيكولوجي التطبيقي – دار النهضة العربية – بيروت 1989 ص: 16- 40

- الانحراف المعياري "ع" :

(1)
$$\frac{\sqrt{\text{مج ح}^2}}{\text{ن}} = \text{ع}$$

كما تم الاعتماد في استخراج النسب المؤوية وتحليل المعطيات العددية على القاعدة الثلاثية :

$$\frac{\text{النسبة المؤوية}}{\text{المجموع}} = \frac{\text{العدد الفعال} \cdot 100}{\text{المجموع}}$$

حيث :

(س) : تمثل رجة الاختبار الأول.

(ص) : تمثل رجة الاختبار الثاني

(ن) : عدد الأفراد.

(ح²) : مربع انحراف القيم عن وسطها.

(1)- عبد الرحمان عيسوي – مرجع سابق ص: 16- 40

تمهيد :

بعد أن تعرضنا في الفصل السابق إلى منهج الدراسة، وكذا عينة البحث وكيفية اختيارها، وكذا أدوات الدراسة وحدودها، والأساليب الإحصائية المستخدمة فيها، نصل الآن إلى عرض النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة، من خلال تطبيق الأدوات السالفة الذكر ويكون العرض بالشكل التالي:

أولاً : عرض نتائج اختبار " استبيان الشخصية للرياضيين Q.P.S "

ثانياً : عرض نتائج اختبار " الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية "

ثالثاً : عرض نتائج الاستبيان.

رابعاً : عرض نتائج شبكة الملاحظة.

1- عرض نتائج اختبار "استبيان الشخصية للرياضيين O.P.S" :

جدول رقم 09:

جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق فيما يخص التحكم الانفعالي:

| القيمة | المجموعة الممارسة | | المجموعة غير الممارسة | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | اتجاهات الفروق لصالح : | |
|------------------|-------------------|-------|-----------------------|-------|-----------------------------|---------------|------------------------|---------------|
| | 1م | 1ع | 2م | 2ع | قيمة ت- | مستوى الدلالة | الممارسين | غير الممارسين |
| التحكم الانفعالي | 14,26 | 3,074 | 11,26 | 2,335 | 5,97 | دالة | الممارسين | / |

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال نتائج الجدول (09) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص التحكم الانفعالي، وهذا لصالح المجموعة الممارسة ويتضح ذلك من خلال قيمة ت- المحسوبة 5,97 وتعني هذه النتائج أن هناك علاقة جوهرية بين ممارسة الطلاب للرياضات الجماعية وتحكمهم الانفعالي.

فنشاطات الرياضات الجماعية بما تزخر به من أنواع متعددة من الخبرات الانفعالية، التي تتميز بقوتها التي تؤثر تأثيرا واضحا على سلوك الفرد، ذلك لما تتيح له من فرص تمكنه من تنمية قدراته على التحكم في انفعالاته وإخضاعها لسيطرته، ففي أثناء المنافسات أو المباريات الرياضية، مكن أن ترتفع حدة الخبرة الانفعالية في بعض الأحيان، كما هو الحال عند تسجيل هدف في كرة القدم مثلا- إلى زوبعة هائجة من الفرحة لأفراد الفريق المنتصر ، وإلى موجة عارمة من الحزن العميق لأفراد الفريق المنهزم.

هذا من جهة ومن جهة أخرى فإن التغيير الدائم والسريع في نتائج المقابلات، يؤدي بدوره إلى تغير سريع في الحالات الانفعالية لأفراد الفريق، ففي لحظة أو أخرى قد يتحول الفوز إلى هزيمة والعكس. كل هذا يعود الطالب كيفية الحفاظ على ثبات انفعالاته وتوازنه، ليست فقط خلال المنافسات بل ينعكس أيضا ذلك إيجابا على حياته الدراسية، كتحكمه في انفعالاته أثناء الامتحانات، ومختلف معاملاته مع زملائه وأساتذته بالثانوية.

هذا وبالمقابل فإن الطلاب غير الممارسين للرياضات الجماعية، قد لا تتاح لهم كل هذه الفرص لتنمية قدراتهم في التحكم في انفعالاتهم، مما يجعل انفعالاتهم غير ثابتة وغير متزنة، قابلة للتغيير في أي لحظة، حسب المواقف والحالات التي يتواجد فيها الطالب.

جدول رقم 10:

جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص السمة الاجتماعية .

| اتجاهات الفروق لصالح : | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | المجموعة غير الممارسة | | المجموعة الممارسة | | القيمة المتغيرات |
|---------------------------|-----------|--------------------------------|---------|--------------------------|-------|-------------------|-------|-------------------------|
| غير الممارسين | الممارسين | مستوى الدلالة | قيمة-ت- | ع2 | م2 | ع1 | م1 | |
| / | الممارسين | دالة | 5,58 | 1,826 | 11,76 | 3,42 | 14,55 | السمة الاجتماعية |

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال نتائج الجدول (10) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص سمة الاجتماعية، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، وهذه النتائج تعني أن هناك علاقة جوهرية بين ممارسة الطلبة للرياضات الجماعية ومدى اجتماعيتهم، حيث تمارس الرياضات الجماعية، وكما أشرنا إليه في الجانب النظري في إطار جماعي داخل جماعة أو فريق رياضي متماسك، ومتجانس في السن والمستوي، تتيح من خلالها للطلاب بناء علاقات صداقات وزمالة، سواء مع زملائه في الفريق أو الفريق الخصم، وقد يتعدى ذلك إلى بناء علاقات صداقة مع المتفرجين والمسيرين. كما يمكن أن تتضاعف هذه العلاقات خارج الممارسة الرياضية، ليكتسب من خلالها الطالب سلوكيات اجتماعية متعددة، كحسن التعامل مع الآخرين، ومعرفة الحقوق الواجبات التي يلتزم بها إزاء نفسه و إزاء الآخرين، كما يتدرب على اكتساب القيم والعادات و المثل الأخلاقية، هذا إلى جانب الحرص على تقبل الاتجاهات الاجتماعية، كالاتجاه نحو العمل الاجتماعي، والتعاوني والاتجاه نحو المبادرة الفردية في ما يعود على الجماعة بالنفع، وممارسة السلوك الديمقراطي السليم، كل هذا يسهل اندماج الطالب في محيطه الاجتماعي بصفة عامة، ومحيطه المدرسي بصفة خاصة.

2- عرض نتائج اختبار "الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية" :

جدول رقم 11 :

جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص الشعور بالانتماء.

| القيمة | المجموعة الممارسة | | المجموعة غير الممارسة | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | اتجاهات الفروق لصالح : |
|------------------|-------------------|----------------|-----------------------|----------------|-----------------------------|---------------|---------------------------|
| | م ₁ | ع ₁ | م ₂ | ع ₂ | قيمة ت- | مستوى الدلالة | |
| المتغيرات | | | | | | | غير الممارسين |
| الشعور بالانتماء | 12,85 | 1,53 | 11,15 | 2,23 | 4,72 | دالة | الممارسين / |

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال نتائج الجدول (11) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص الشعور بالانتماء، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، وتوضح هذه النتائج أن هناك علاقة جوهرية بين ممارسة الطلاب للرياضات الجماعية وشعورهم بالانتماء. فالانتماء خاصة هامة من خواص الإنسان، لاسيما المراهق الذي يحس خلال هذه المرحلة بالحاجة إلى الانتماء إلى جماعة يتخلص من خلالها من قيود الأسرة المتشددة، أو المتساهلة جداً، والتي لا تحمله المسؤولية ولا تعتمد عليه، وما من سبيل إلى تلبية هذه الحاجة وسد هذا النقص إلا بالاندماج الفردي في جماعة حرة مرتبطة برباط رياضي جماعي، يطغى عليه الجانب التنافسي والترويجي.

وقد أشار مظفر شريف Shérif في هذا الصدد "إلى أن مجرد وجود الأفراد في صورة جماعة أو فريق، يتيح فرصة ظهور نوع من المعايير الجماعية، أو ما أطلق عليه تعبير "الإطار المرجعي" والذي يعبر عن إطار تصورات أفراد الجماعة للسلوك المقبول داخلها، وغالبا ما يميل الأفراد داخل الجماعة إلى تقديم تنازلات، أو إلى تعديل استجاباتهم، بحيث تلائم رأي واتجاه قائد جماعة أو فريق". (1)، يشعر الطالب المراهق من خلال هذه الجماعة بالطمأنينة والأمن، والرضا والسعادة، حيث تقابل هذه الجماعة حاجاته النفسية، كالحاجة إلى الحماية والأمن، وإشباع الذات والتقدير، وكذا مساعدته على التعبير عن دوافعه إيجابيا أو سلبا، وتخفيض شعوره بالقلق والإحباط، وكل ذلك لا يتحقق إلا عن طريق الانتماء إلى جماعة نشاط معينة.

(1)- أمين أنور الخولي - مرجع سابق.ص:231

جدول 12 :

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية والغير الممارسين، وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما تخص الثقة في النفس.

| اتجاهات الفروق لصالح : | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | المجموعة غير الممارسة | | المجموعة الممارسة | | القيمة المتغيرات |
|---------------------------|-----------|--------------------------------|---------|--------------------------|----------------|-------------------|----------------|-------------------------|
| غير الممارسين | الممارسين | مستوى الدلالة | قيمة ت- | ع ² | م ² | ع ¹ | م ¹ | |
| / | الممارسين | دالة | 5,29 | 3,89 | 17,96 | 3,14 | 21,40 | الثقة في النفس |

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول رقم (12) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الممارسة للرياضات الجماعية والمجموعة غير الممارسة فما تخص الثقة في النفس، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، وهذه النتائج توضح وجود علاقة جوهرية بين ممارسة الطلاب للرياضات الجماعية، وثقتهم بأنفسهم.

فنشطات الرياضات الجماعية بكل أنواعها تتيح فرص غنية لتنمية ثقة المراهق في نفسه وفي الآخرين، وذلك من خلال مروره بخبرات النجاح، والفشل في غضون المنافسات الرياضية، فتعمل هذه الخبرات على توسيع مداركه، وربط مفاهيمه وتطلعاته بواقعة، وتعمل على زيادة إدراكه لحدوده وقدراته البدنية والنفسية، مما ينضج شخصيته، وتكسبه ثقة في نفسه والافتناع بها، وقد يظهر ذلك لدى الرياضيين في اتصافهم بالسكينة والهدوء والرزانة في المواقف الحرجة أثناء المنافسات، وفي حالاتهم الانفعالية قبل وأثناء الباريات. هذا وفي المقابل فإن الطلبة الذين تقتصر ممارستهم للرياضات الجماعية على حصة التربية البدنية والرياضية فقط، فإن الفرص التي تتاح لهم لتنمية ثقتهم في أنفسهم تكون قليلة جداً، هذا من جهة ومن جهة أخرى قد تتوالى خبرات الفشل التي يتعرض لها الطالب خلال انهزاماته المتتالية، خلال هذه الحصة مما يؤثر بصورة سلبية على ثقته بقدراته وتزعزع ثقته بنفسه وحتى بالآخرين، فيتسم سلوكه بالدونية وبتضخيم ذوات الآخرين، ويمتلكه الشعور بالنقص والنكوص، والإحجام، الأمر الذي قد يعرضه لحالة إحباط بالتالي سوء توافقه.

جدول رقم 13:

جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، وقيمة -ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص التحرر من السلوكات السلبية.

| اتجاهات الفروق لصالح : | | قيمة -ت- ومستوى دلالة الفروق | | المجموعة غير الممارسة | | المجموعة الممارسة | | القيمة |
|---------------------------|-----------|---------------------------------|---------|--------------------------|------|-------------------|-------|-------------------------------|
| غير الممارسين | الممارسين | مستوى الدلالة | قيمة-ت- | ع2 | م2 | ع1 | م1 | |
| / | / | غير دالة | 1,11 | 2,26 | 9,89 | 1,59 | 10,26 | التحرر من السلوكات السلبية |

تحليل ومناقشة النتائج : الجدول رقم (13) يوضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص التحرر من السلوكات السلبية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين، حيث أن قيمة -ت- المحسوبة 1,11 أقل من قيمة -ت- الجدولة، وهذا يعني أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين ممارسة الطلبة للرياضات الجماعية، وتحررهم من السلوكات السلبية.

ونفس هذه النتائج يكون السلوكات السلبية والمتمثلة أساسا في هذا البحث في الغش، الأنانية والعدوانية، هي سلوكات عادة ما تكون طبيعية خلال مرحلة المراهقة، فمعظم الدراسات التي تناولت شخصية المراهق أشارت إلى أن المراهق خلال هذه المرحلة يمتاز بحب السيطرة، والنزعة الأنانية في الاستحواذ بالقوة على ما عند الغير، و بأشكال من العدوانية التي قد تبدوا خلال سعيه إلى التحكم في موقف ما، أو التغلب على عقبة ما، ويظهر ذلك في أفعال مثل : الضرب، الرفض، الدفع، وبعض من أشكال السلوك الرمزي مثل : إدارة الظهر للآخرين، وإبراز بعض الحركات في الوجه تجاههم هذا من جهة، ومن جهة أخرى فإن نشاطات الرياضات الجماعية تعطي الإطار الرسمي لممارسة العنف، أين الشهوة العدوانية هي سمة أساسية للرياضات الجماعية، إذ يستحيل وجود رياضة جماعية بدون تصارع حاد وعنيف، فالاحتكاك بين اللاعبين في أغلب هذه الرياضات ككرة القدم، كرة اليد، كرة السلة، يعطي فرصا لظهور مثل هذه السلوكات العدوانية كالدفع، الصد، وحتى الضرب أحيانا، والأنانية التي تظهر في محاولة المراهق البروز لوحده في المقابلة، كذلك تسمح بظهور بعض الحيل و سلوكات الغش، كالتسجيل باليد في مباراة لكرة القدم، وتضييع الوقت لكسب المقابلة، تداعي الإصابات لكسب المخالفات ومغالطة الحكم.

جدول رقم 14:

جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص التوافق النفسي.

| اتجاهات الفروق لصالح : | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | المجموعة غير الممارسة | | المجموعة الممارسة | | القيمة المتغيرات |
|---------------------------|-----------|--------------------------------|---------|--------------------------|----------------|-------------------|----------------|---------------------|
| غير الممارسين | الممارسين | مستوى الدلالة | قيمة-ت- | ع ² | م ² | ع ¹ | م ¹ | |
| / | الممارسين | دالة | 5,97 | 2,335 | 11,26 | 3,074 | 14,26 | التحكم الانفعالي |
| / | الممارسين | دالة | 4,72 | 2,23 | 11,15 | 1,53 | 12,85 | الشعور بالانتماء |
| / | الممارسين | دالة | 5,29 | 3,89 | 17,96 | 3,14 | 21,40 | الثقة بالنفس |
| / | الممارسين | دالة | 3,48 | 9,90 | 13,45 | 4,58 | 16,17 | التوافق النفسي |

جدول رقم 15:

جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق، فيما تخص التوافق الاجتماعي .

| اتجاهات الفروق لصالح : | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | المجموعة غير الممارسة | | المجموعة الممارسة | | القيمة المتغيرات |
|---------------------------|-----------|--------------------------------|---------|--------------------------|----------------|-------------------|----------------|-------------------------------|
| غير الممارسين | الممارسين | مستوى الدلالة | قيمة-ت- | ع ² | م ² | ع ¹ | م ¹ | |
| / | الممارسين | دالة | 5,58 | 1,826 | 11,76 | 3,42 | 14,55 | سمة اجتماعية |
| / | / | غير دالة | 1,11 | 2,26 | 9,89 | 1,59 | 10,26 | التحرر من السلوكات السلبية |
| / | الممارسين | دالة | 3,69 | 1,33 | 10,81 | 3,03 | 12,40 | التوافق الاجتماعي |

جدول رقم 16:

جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين وغير الممارسين للرياضات الجماعية، وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق فيما تخص التوافق العام- النفسي الاجتماعي .

| القيمة | المجموعة الممارسة | | المجموعة غير الممارسة | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | اتجاهات الفروق لصالح : | |
|-------------------|-------------------|------|-----------------------|------|-----------------------------|---------------|------------------------|---------------|
| | 1م | 1ع | 2م | 2ع | قيمة-ت- | مستوى الدلالة | الممارسين | غير الممارسين |
| المتغيرات | | | | | | | | |
| التوافق النفسي | 16,17 | 4,58 | 13,45 | 9,90 | 3,48 | دالة | الممارسين | / |
| التوافق الاجتماعي | 12,40 | 3,03 | 10,81 | 1,33 | 3,69 | دالة | الممارسين | / |
| التوافق العام | 14,28 | 2,66 | 12,13 | 1,86 | 5,11 | دالة | الممارسين | / |

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال نتائج الجدول (16) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين فيما يخص التوافق العام(النفسي والاجتماعي)، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، (ت=5,11). وتوضح هذه النتائج أنه توجد علاقة جوهرية بين ممارسة الطلاب للرياضات الجماعية وتوافقهم النفسي الاجتماعي.

فنشاطات الرياضات الجماعية وكما أشرنا إلى ذلك في الجانب النظري، تتيح للطلاب فرص كافية لإشباع حاجاته ورغباته في ظل القيم الاجتماعية، وتوجيه طاقاته الزائدة واستغلالها و توجيهها توجيهها سليماً، كما تخفف من الضغوط التي قد يعاني منها الطالب خلال هذه المرحلة، كما تعمل على توافقه الاجتماعي بخلق علاقات اجتماعية بين الممارسين، وإكسابهم صفات خلقية حميدة وقيم اجتماعية، وهذا من خلال احتكاكهم ببعضهم البعض خلال المنافسات والدورات الرياضية.

ويفسر باركر - Parker- هذا "بأن امتثال الجميع أمام القواعد المعمول بها في الملعب وتحت إدارة قاضي الملعب ومعاونيه، تعبر عن نفس النموذج الاجتماعي المطلوب للإدارة دفة من المجتمع، حيث ينبغي أن يمثل جميع أفراد المجتمع للقانون، أو الشريعة التي يحكم بها المجتمع دونما تحيز أو استثناء، كما أن روح الفريق المعبرة عن الطبيعة الاجتماعية للرياضة تعد نموذجاً يحتذى به، ليس على مستوى الرياضة فحسب، وإنما على مستوى أي مجتمع يجتهد في إحلال التعاون، والتماسك، والتحرك محل الصراع، والتفكك والتضارب". (1)

(1)- أمين أنور الخولي. مرجع سابق ص : 247 .

3- عرض نتائج الاستبيان:

السؤال الأول: هل ترغب قضاء وقت فراغك في صحبة زملائك؟

- دائما. - أحيانا. - نادرا.

الغرض من طرح السؤال: يتخلل التوزيع الأسبوعي لتلاميذ المرحلة الثانوية أوقات فراغ معتبرة، يختلف فيها التلاميذ من حيث كيفية قضاءها، ولهذا الغرض طرحنا هذا السؤال على العينتين لمعرفة التلاميذ الذين يفضلون قضاء وقت فراغهم بمفردهم، أو مع زملائهم، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول:

جدول رقم 17:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|---------|-------|---------|--------|---------|-------|---------|-------------------|---------|-------|---------|--------|---------|-------|---------|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | نِسْبَة | % | نِسْبَة | % | نِسْبَة | % | نِسْبَة | % | نِسْبَة | % | نِسْبَة | % | نِسْبَة | % | نِسْبَة |
| 100 | 60 | 16,66 | 10 | 16,66 | 10 | 66,66 | 40 | 100 | 60 | 01,66 | 01 | 20,00 | 12 | 78,33 | 47 |

تحليل ومناقشة النتائج:

يتضح من خلال النتائج المبينة في الجدول (17) أن نسبة (78,33%) من مجموع أفراد العينة الممارسة للرياضيات الجماعية، يرغبون دائما في قضاء وقت فراغهم في صحبة زملائهم، في حين نسبة (20%) فقط يرغبون في ذلك أحيانا فقط، بالمقابل نجد أن نسبة (1,66%) من مجموع أفراد العينة نادرا ما يرغبون في ذلك.

ونلاحظ من خلال هذه النتائج أن التلاميذ الممارسين للنشاطات الرياضية الجماعية هم أكثر ميلا لقضاء وقت فراغهم في جو جماعي مقارنة بتلاميذ المجموعة غير الممارسة، ونفس ذلك يكون التلاميذ الممارسين للرياضيات الجماعية متعودون على العمل الجماعي، ويفضلون كل الأنشطة التي تمارس ضمن جماعة من الزملاء، ولا يحتملون البقاء بمفردهم، في حين التلاميذ الغير الممارسين للرياضيات الجماعية يميلون عموما إلى الأنشطة الفردية، والتي يغلب عليها الجانب الإنطوائي، كالمطالعة، التأمل، وينفرون من الأنشطة الجماعية رياضية كانت، أو ثقافية أو ترفيهية.

السؤال الثاني : هل يسهل عليك التعامل مع زملائك في الثانوية؟

- دائما. - أحيانا. - نادرا.

الغرض من طرح السؤال : الغرض من طرح هذا السؤال هو معرفة مدى سهولة تعامل التلاميذ مع زملائهم من الجنسين، سواء كان ذلك بالنسبة للذكور أو الإناث، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول.
جدول رقم 18:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|---------|-------|---------|--------|---------|-------|---------|-------------------|---------|-------|---------|--------|---------|-------|---------|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | نِسَبَة | % | نِسَبَة | % | نِسَبَة | % | نِسَبَة | % | نِسَبَة | % | نِسَبَة | % | نِسَبَة | % | نِسَبَة |
| 100 | 60 | 30,00 | 18 | 08,33 | 05 | 61,66 | 37 | 100 | 60 | 10,00 | 06 | 18,33 | 11 | 71,66 | 43 |

تحليل ومناقشة النتائج :

تبين لنا نتائج الجدول (18) أن نسبة 71,66% من مجموع أفراد العينة الممارسة للرياضات الجماعية يجدون دائما سهولة في التعامل مع زملائهم من الجنسين، أما المجموعة الغير الممارسة فقد كانت نسبة 61,66% من مجموع أفرادها يجدون دائما السهولة في التعامل مع زملائهم من الجنسين، في حين كانت نسبة 30% نادرا ما يسهل عليهم ذلك.

ونلاحظ من خلال هذه النتائج وجود فروق بين المجموعتين من حيث سهولة تعامل أفرادها مع زملائهم لصالح المجموعة الممارسة للرياضات الجماعية، ونفس هذه النتائج يكون الفرد الرياضي لا سيما الممارس للرياضات الجماعية، وكما أشرنا إلى ذلك في الدراسة النظرية، اجتماعي يتسم بالدفء، والاستعداد للتعاون مع الزملاء والاهتمام بالناس، والثقة بهم، والتكيف مع الآخرين، ومثل هذه السمات تشير إلى رغبة الفرد إلى أن يكون مقبولا من الآخرين في معظم المواقف، ويفضل المواقف المرتبطة مع الآخرين، كل ذلك يسهل له التعامل مع زملائه. وهو ما لا نجد لدى أفراد المجموعة الغير ممارسة، حيث يجد أغلبيتهم صعوبات في التعامل مع زملائهم ، ويرجع هذا بدوره إلى قلة احتكاكهم بالغير، لقلة الفرص المتاحة لذلك، وعدم قدرتهم تجاوز الفروق الفردية التي توجد بين الزملاء، كالمستويات الاجتماعية مثلا، والمستوى الرياضي و الدراسي، وكذا مركز الفرد داخل الجماعة، كل ذلك يقف كعائق أمام مختلف معاملات التلميذ.

السؤال الثالث : هل تندمج بسهولة خلال مختلف الصداقات الجديدة التي تربطها؟

- دائما. - أحيانا. - نادرا.

الغرض من طرح السؤال : كان الغرض من طرح هذا السؤال هو معرفة سرعة اندماج الطلبة خلال مختلف العلاقات الجديدة التي يربطونها، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول.

جدول رقم 19:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار |
| 100 | 60 | 16,66 | 10 | 50,00 | 30 | 33,33 | 20 | 100 | 60 | 15,00 | 09 | 26,66 | 16 | 58,33 | 35 |

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال نتائج الجدول (19) نلاحظ أن نسبة كبيرة من أفراد المجموعة الممارسة (58,33%) يندمجون بسهولة خلال مختلف الصداقات والعلاقات الجديدة التي يربطونها، وأن نسبة 15% فقط نادرا ما يندمجون بسرعة، وبالمقابل نجد أن نسبة 33,33% من أفراد المجموعة غير الممارسة دائما يندمجون بسهولة في مختلف علاقاتهم الجديدة، وأن نسبة 16,66% نادرا ما تحدث لهم ذلك.

ونفس هذه النتائج يكون الفرد الممارس للرياضات الجماعية، وكما أشرنا إليه في الدراسة النظرية يشعر بالحب والود اتجاه الناس، لأنه يرتاح عند الاتصال بهم والتحدث إليهم، ويكون هذا كنتيجة لتطور العلاقات التي تربطه بأقرانه، أين يكون الحب هو البحث عن السند المعنوي، وإقامة علاقات طيبة مع الغير، وهو ما يتجلى في اتساع دائرة علاقاته الاجتماعية، وينعكس ذلك على اندماجه المباشر خلال علاقاته الجديدة، أي أن سرعة الاندماج لديه تكون كبيرة مقارنة بأفراد المجموعة غير الممارسة للرياضات الجماعية التي تستغرق وقتا أطول للاندماج، وهذا يعود حسب رأينا إلى غياب الثقة في النفس وبالأخرين، وبالتالي غياب الطمأنينة أثناء هذه العلاقات.

السؤال الرابع : هل ترغب في أن يدعوك زملائك لمشاركتهم في ممارسة مختلف الأنشطة خلال جماعات النشاط المدرسي؟

- دائما. - أحيانا. - نادرا.

الغرض من طرح السؤال : هو معرفة مدى رغبة الطلبة في دعوة زملائهم للمشاركة في مختلف الأنشطة الرياضية والثقافية والترفيهية التي تنظم في الثانوية في إطار النشاطات المدرسية، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول:

جدول رقم 20:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار |
| 100 | 60 | 30,00 | 18 | 23,33 | 14 | 46,66 | 28 | 100 | 60 | 16,66 | 10 | 33,33 | 20 | 50,00 | 30 |

تحليل ومناقشة النتائج :

نتائج الجدول (20) تبين أن نسبة كبيرة من أفراد المجموعة الممارسة للرياضات الجماعية 50 % يرغبون دائما في دعوة زملائهم للمشاركة في مختلف النشاطات المدرسية، وأن نسبة ضعيفة 16,66 % نادرا ما ترغب في ذلك، عكس المجموعة غير الممارسة، التي تبين نتائج الجدول أن نسبة 46,66 % يرغبون دائما في دعوة زملائهم للمشاركة في مختلف الأنشطة المدرسية وأن نسبة 30 % نادرا ما يرغبون في ذلك.

وحسب رأينا فإن التفاعل الاجتماعي الذي تحققه ممارسة الرياضات الجماعية لدى المراهقين، يجعلهم يميلون إلى الممارسة الجماعية لمختلف الأنشطة الرياضية، والثقافية في الثانوية، وكذا انتمائهم إلى جماعة رياضية معينة ينمي فيهم الشعور بالانتماء، وهو ما يجعلهم يرغبون دائما في المشاركة مع زملائهم في مختلف الأنشطة الثقافية والرياضية، وهو ما أشارت إليه النتائج السابقة لاختبار "استبيان الشخصية للرياضيين (Q.p.s)" .

جدول 21 : يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية والغير الممارسين، وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق، واتجاهاتها فيما تخص سمة الاجتماعية.

| القيمة | المجموعة الممارسة | | المجموعة غير الممارسة | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | اتجاهات الفروق لصالح : | |
|------------------|-------------------|-------|-----------------------|-------|-----------------------------|---------------|------------------------|---------------|
| | 1م | 1ع | 2م | 2ع | قيمة ت- | مستوى الدلالة | الممارسين | غير الممارسين |
| المتغيرات | | | | | | | | |
| السؤال الأول | 2,76 | 0,454 | 2,50 | 0,77 | 2,22 | دالة | الممارسين | / |
| السؤال الثاني | 2,61 | 0,666 | 2,31 | 0,911 | 2,05 | دالة | الممارسين | / |
| السؤال الثالث | 2,43 | 0,744 | 2,16 | 0,692 | 2,04 | دالة | الممارسين | / |
| السؤال الرابع | 2,33 | 0,751 | 2,16 | 0,866 | 1,14 | غير دالة | الممارسين | / |
| السمة الاجتماعية | 2,53 | 0,190 | 2,28 | 0,161 | 7,81 | دالة | الممارسين | / |

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (21) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الممارسة للرياضات الجماعية والمجموعة غير الممارسة في سمة اجتماعية، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، ويتضح ذلك من خلال قيمة ت- المحسوبة (7,81) وتتفق هذه النتائج مع نتائج تطبيق اختبار " استبيان الشخصية للرياضيين Q.P.S"، التي بينت أن هناك علاقة موجبة بين ممارسة الطلبة لنشاطات الرياضيات الجماعية ومدى اجتماعيتهم، وتبدوا هذه النتائج منطقية إذا ما نظرنا إلى الفرص التي تتيحها ممارسة الرياضات الجماعية للتلاميذ، لتكوين علاقات اجتماعية طيبة مع الجماعات الأخرى، من خلال التدريبات والمباريات التي تقيمها هذه الجماعات، فتتعرف كل جماعة على الأخرى، ويتسع نطاق هذه العلاقات الاجتماعية داخل المؤسسة وخارجها، لتشمل المسيرين والمتفرجين، ومن هنا فإن نشاطات الرياضات الجماعية تساعد على تنمية العلاقات الاجتماعية التي تعتبر دعامة من دعائم الحياة الاجتماعية السليمة.

ولقد أوضح ألدلمان ALDERMAN في هذا السياق العلاقة الوثيقة بين قابلية الفرد للاندماج الاجتماعي، وإشباع حاجته إلى الانتماء من خلال النشاط البدني، فالفرد الاجتماعي (المندمج اجتماعيا) غالبا ما يكون رياضيا، و متميزا بالحيوية والنشاط، والحضور الذهني والعاطفي. بينما أغلب المنطوين على أنفسهم هم من أصحاب الأبدان القميئة، والمهارات الحركية الضعيفة. (1)

السؤال الخامس: هل تشعر بأنك موضع حب وتقدير زملائك في الفصل؟

- دائما - أحيانا - نادرا

الغرض من طرح السؤال: الغرض من طرح السؤال هو معرفة تصور الطالب للمكانة التي يحتلها بين زملائه، وهذا انطلاقا من معرفة شعوره من أنه موضع تقدير وحب زملائه، وكانت النتائج كما يبينها الجدول.

جدول رقم 22:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار |
| 100 | 60 | 25,00 | 15 | 40,66 | 28 | 31,66 | 19 | 100 | 60 | 30,00 | 18 | 23,33 | 14 | 46,66 | 28 |

تحليل ومناقشة النتائج:

توضح نتائج الجدول (22) أن نسبة 46,66% من مجموع أفراد العينة الممارسة للرياضات الجماعية تشعر دائما بأنها موضع حب وتقدير لزملاءها، وأن نسبة 30% نادرا أما تشعر بذلك، وبالمقابل نجد أن نسبة قليلة 31,66% من مجموع أفراد العينة غير الممارسة، تشعر دائما بأنها موضع حب وتقدير الزملاء لها، وأن نسبة 25% نادرا ما تشعر بذلك.

ونفس هذه النتائج يكون الفرد الممارس للرياضات الجماعية أكثر ثقة في نفسه وفي الآخرين، مقارنة بالفرد غير الممارس للرياضات الجماعية، نتيجة اكتسابه لفكرة مرضية عن نفسه في علاقاته مع الآخرين، فبقدر ما تكون نظرة الفرد لذاته أو لنفسه نظرة تفاؤلية، بقدر ما كان اعتقاده بأنه محبوب ومرغوب فيه من طرف الآخرين، وبقدر ما تكون نظرتة عن نفسه نظرة تشاؤمية، بقدر ما كان اعتقاده بأنه منبوذ من طرف الآخرين.

السؤال السادس: عندما تصادفك مشكلة مع أحد أفراد المجموعة التي تنتمي إليها، هل ينتابك شعور بتغيير جماعة أخرى؟

- دائما. - أحيانا. - نادرا.

الغرض من طرح السؤال : طرَحنا لهذا السؤال كان لغرض معرفة مدى تماسك الطالب بزملائه في المجموعة التي ينتمي إليها، وهذا انطلاقا من معرفة شعوره عندما تصادفه مشكلة مع أحد أفراد هذه المجموعة، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول التالي:

جدول رقم 23 :

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | العدد | % | العدد | % | العدد | % | العدد | % | العدد | % | العدد | % | العدد | % | العدد |
| 100 | 60 | 58,33 | 35 | 31,66 | 19 | 10,00 | 06 | 100 | 60 | 91,66 | 55 | 06,66 | 04 | 01,66 | 01 |

عرض ومناقشة النتائج:

تبين نتائج الجدول (23) أن نسبة 91,66 % من أفراد العينة الممارسة للرياضات الجماعية نادرا ما ينتابهم الشعور بتغيير الجماعة التي ينتمون إليها عندما تصادفهم مشكلة مع أحد أفرادها، وأن نسبة 1,66 % ينتابهم هذا الشعور بصفة دائمة، أما المجموعة غير الممارسة، فنجد أن نسبة 10 % ينتابهم دائما هذا الشعور في تغيير الجماعة كلما صادفتها مشكلة مع أحد أفرادها، ونسبة 58,33 % فقط نادرا ما ينتابها هذا الشعور، فمن خلال العلاقات الاجتماعية التي يربطها التلميذ خلال ممارسته للنشاطات الرياضية تنمو لديه ميزة الشعور بالانتماء إلى جماعة معينة، وحدثت مناقشات أو نزاع بين أفراد هذه المجموعة يدفع كل واحد منهم إلى بذل جهد للحفاظ على وحدتها وتماسكها، فانخفاض درجة التفاهم والرضا بين أعضاء الجماعة الرياضية يؤدي إلى نقص الفاعلية والإيجابية لتحقيق النصر، و عليه فإن تحقيق الفوز مرتبط بمدى تماسك أعضاء الفريق، وانجذابهم لبعضهم البعض، وهو ما ينعكس على الحياة الاجتماعية للطالب، حيث يعمل على الحفاظ على تماسك الجماعة التي ينتمي إليها، بتجاوز هذه المشاكل و الخلافات مع أعضاءها.

السؤال السابع : إذا وقع أحد أفراد المجموعة التي تنتمي إليها في مشكلة أو مأزق فهل تقف بجانبه ؟

- دائما. - أحيانا. - نادرا.

الغرض من طرح السؤال : تختلف ردود أفعال الطلبة أثناء تعرض أحد زملائهم في المجموعة التي ينتمون

إليها لمشكلة ما، ولهذا الغرض طرحنا هذا السؤال لمعرفة مدى تماسك أفراد المجموعة الواحدة، وهذا من خلال

وقوفهم بجانب الزميل الذي يتعرض للمشكلة، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول

جدول رقم 24 :

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار |
| 100 | 60 | 38,33 | 23 | 20,00 | 12 | 41,66 | 25 | 100 | 60 | 15,00 | 09 | 31,66 | 19 | 53,33 | 32 |

تحليل ومناقشة النتائج :

يتضح من خلال نتائج الجدول (24) أن أغلبية أفراد المجموعة الممارسة للرياضات

الجماعية 53,33 % يقفون دائما بجانب زملائهم أثناء تعرضهم لمشكلة ما، في حين نسبة ضعيفة 15 % نادرا

ما يقفون بجانب زملائهم في مثل هذه المواقف، كما تبين هذه النتائج أن نسبة 38,33 % من مجموع أفراد العينة

غير الممارسة، نادرا ما يقفون بجانب زملائهم عند وقوعهم في مأزق، وأن نسبة 20 % أحيانا ما يقفون بجانب

زملائهم في مثل هذه الحالات.

ونفسر هذه النتائج بالعلاقات الداخلية التي تسود الجماعة الرياضية، والتي تمتاز بالاستجابة الموحدة لأعضائها

في حالة النصر أو في حالة الهزيمة، وفي هذا الصدد يرى سعد جلال "أن العامل النفسي الأساسي الذي يحدد

علاقة الفرد بالجماعة الانتمائية، هو التقمص الإيجابي، ويقصد بالتقمص الإيجابي، العملية الداخلية التي تجعل

الفرد يحس بأنه في موقف شخص آخر، فيستجيب لنفس المؤثرات التي تقع عليه، والقدرة على الاستجابة

للمواقف التي يتعرض لها الآخرون، وشعوره بنفس الشعور الذي يشعرون به في هذه المواقف هو نتيجة

للخبرات المشتركة بينه وبينهم" (1). وهو ما لا نجده عند أفراد المجموعة غير الممارسة الذي يعود حسب

رئينا إلى عدم تعويدهم على مثل هذه العلاقات الاجتماعية، وإلى غياب روابط رسمية في حالة وجود هذه

العلاقات، تولد مثل هذه الاستجابات.

(1)- سعد جلال :المرجع في علم النفس- ط11 - دار الفكر العربي. القاهرة . 1985 ص:103

السؤال الثامن: هل تشعر بالوحدة والقلق عندما لا تكون في المجموعة التي لا تنتمي إليها؟

- دائما - أحيانا - نادرا

الغرض من طرح السؤال: الهدف من طرحنا لهذا السؤال هو معرفة شعور وإحساس الطالب عندما يكون بمعزل عن الجماعة التي ينتمي إليها، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول.

جدول رقم 25:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|-----|-------|-----|--------|-----|-------|-----|-------------------|-----|-------|-----|--------|-----|-------|-----|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | عدد | % | عدد | % | عدد | % | عدد | % | عدد | % | عدد | % | عدد | % | عدد |
| 100 | 60 | 31,66 | 19 | 20,00 | 12 | 48,33 | 29 | 100 | 60 | 10,00 | 06 | 21,66 | 13 | 68,33 | 41 |

تحليل ومناقشة النتائج:

نتائج الجدول (25) تبين أن نسبة 68,33 % من مجموع أفراد العينة الممارسة يشعرون دائما بالوحدة عندما لا يكونون في صحبة المجموعة التي ينتمون إليها، وأن نسبة 21,66 % فقط يحسون بذلك أحيانا فقط، أما بالنسبة للمجموعة غير الممارسة، فإن نسبة 48,33 % يحسون بالوحدة في غياب المجموعة التي ينتمون إليها بصفة دائمة، وأن نسبة 31,66 % نادرا ما يشعرون بذلك.

ومن خلال هذه النتائج نلاحظ أن أفراد المجموعة الممارسة أكثر إحساسا بالوحدة، والقلق عند غيابهم عن المجموعة التي ينتمون إليها، مقارنة بالمجموعة غير الممارسة، ونفس ذلك يكون المجموعة الرياضية، وكما أشرنا إليه فيما سبق تشبع حاجة الفرد للانتماء، فانتماءه إلى جماعة معينة تتقبله ويتقبلها، وبحكم عشرتهم وتفاعلهم مع بعضهم البعض، يمد ذلك بالأمن والطمأنينة والسعادة، والمرح والارتياح، وقد تعوضه هذه الجماعة ما قد يعانيه من ضغوط نفسية ناتجة عن مشاكل أسرية أو اجتماعية، وبالتالي شعوره بالعزلة والضيق عند غيابه عن هذه الجماعة، عكس ما هو بالنسبة للمجموعة غير الممارسة للرياضات الجماعية التي لا يظهر عندها تقريبا هذا الشعور، ونفس ذلك بميل أغليبيتها إلى الانطواء والعزلة وممارسة نشاطات فردية.

جدول رقم 26: يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين وغير ممارسين للرياضات الجماعية وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص الشعور بالانتماء.

| القيمة | المجموعة الممارسة | | المجموعة غير الممارسة | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | اتجاهات الفروق | |
|------------------|-------------------|-------|-----------------------|-------|-----------------------------|---------------|----------------|---------------|
| | 1م | 1ع | 2م | 2ع | قيمة ت- | مستوى الدلالة | الممارسين | غير الممارسين |
| المتغيرات | | | | | | | | |
| السؤال الخامس | 2,16 | 0,866 | 2,06 | 0,756 | 0,67 | غير دالة | / | / |
| السؤال السادس | 2,90 | 0,354 | 0,48 | 0,676 | 4,24 | دالة | الممارسين | / |
| السؤال السابع | 2,38 | 0,738 | 2,01 | 0,911 | 2,43 | دالة | الممارسين | / |
| السؤال الثامن | 2,58 | 0,671 | 2,16 | 0,886 | 2,91 | دالة | الممارسين | / |
| الشعور بالانتماء | 2,50 | 0,314 | 2,17 | 0,211 | 6,73 | دالة | الممارسين | / |

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول (26) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص الشعور بالانتماء، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، ويتضح ذلك من خلال قيمة ت- المحسوبة (ت: 6,73) ، وهي قيمة دالة إحصائية، وتعني هذه النتائج أن هناك علاقة جوهرية بين ممارسة الطلبة للرياضات الجماعية وشعورهم بالانتماء لجماعات معينة.

وتتطابق هذه النتائج إلى حد كبير مع نتائج تطبيق اختبار "الشخصية للرحلة الإعدادية" التي بينت دورها وجود هذه العلاقة، ويرى في هذا الصدد " أمين الخولي" بأنه من نتائج انتماء الفرد للفريق الرياضي (باعتباره جماعة صغيرة ومنسقة ومترابطة، وتقوم على أسس سليمة) أن يصبح ما يرغب الفرد في عمله هو نفسه ما يدركه، باعتباره مطلبا ناتجا عن دوره الاجتماعي، فإذا ما خرج من الملعب إلى الواقع الحياتي، والاجتماعي (باعتباره إطارا مرجعيا عاما) فإن انتماءه لهذا الواقع يتوقف على اعتقاده بأنه صاحب دور في عالم الواقع.(1)

(1)-أمين أنور الخولي - مرجع سابق-ص:81 .

السؤال التاسع : هل تتردد في اتخاذ قراراتك في مختلف المسائل والمواقف التي تواجهها في الثانوية؟

- دائما. - أحيانا. - نادرا.

الغرض من طرح السؤال : يصادف التلاميذ في حياتهم الدراسية مواقف عديدة يختلفون فيها من حيث اتخاذهم للقرارات، والغرض من طرح هذا السؤال هو معرفة مدى تردددهم في اتخاذ القرارات، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول التالي.

جدول رقم 27:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار |
| 100 | 60 | 60,00 | 36 | 21,66 | 13 | 18,33 | 11 | 100 | 60 | 40,00 | 42 | 26,66 | 16 | 03,33 | 02 |

تحليل ومناقشة النتائج :

تبين نتائج الجدول (27) أن أغلبية أفراد المجموعة الممارسة للرياضات الجماعية (40%) نادرا ما يترددون في اتخاذ قراراتهم، وأن نسبة (03,33%) يترددون بصفة دائمة، وبالمقابل نجد أن نسبة (18,33%) من مجموع أفراد العينة غير الممارسة يترددون بصفة دائمة في اتخاذ قراراتهم في مختلف المسائل، والمواقف التي يصادفونها في حياتهم الدراسية، وأن نسبة 60% نادرا ما يترددون في ذلك. فالتردد في اتخاذ القرارات مرتبط أساسا بمدى ثقة الفرد في نفسه، فكلما قلت ثقة الفرد بنفسه كلما زاد تردده في اتخاذ القرارات، هذا من جهة ومن جهة أخرى، وكما أشرنا في الجانب النظري فإن الرياضات الجماعية تمتاز بالحرية في اللعب الفردي، فاللاعب أثناء المباريات، ورغم ارتباطه بزملائه في الفريق، وبالهدف المشترك إلا أنه يملك حرية أكبر في اللعب الفردي والإبداع في الأداء المهاري، فهو ليس مرتبط بأداء تقني ثابت كما هو الحال في أغلب الرياضات الفردية، وهو ما ينمي لديه روح المبادرة، والتي يتخذ من خلالها القرارات بكل مسؤولية، وكل هذا يعود الطالب اتخاذ قراراته بكل شجاعة في مختلف المواقف التي يصادفها في حياته اليومية، عكس ما هو الحال بالنسبة للطلبة الغير الممارسين الذين يفتقرون لمثل هذه الفرص، وهو ما يفسر تردد النسبة الكبيرة من أفراد المجموعة غير الممارسة في اتخاذ القرارات بصفة دائمة.

السؤال العاشر: أثناء مناقشتك مع زملائك في مختلف المواضيع، هل يستطيعون تغيير رأيك حتى ولو اعتقدت بأنك على صواب؟

- دائما - أحيانا - نادرا

الغرض من طرح السؤال: هو معرفة مدى تمسك التلاميذ بأرائهم عند مناقشتهم مع زملائهم في مختلف المواضيع، والنتائج المتحصل عليها كانت كما هي مدونة في الجدول التالي.

الجدول رقم 28:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|----|-------|----|--------|----|-------|----|-------------------|----|-------|----|--------|----|-------|----|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | ن | % | ن | % | ن | % | ن | % | ن | % | ن | % | ن | % | ن |
| 100 | 60 | 31,66 | 19 | 45,00 | 27 | 23,33 | 14 | 100 | 60 | 46,66 | 28 | 26,66 | 16 | 25,00 | 15 |

تحليل مناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال النتائج المبينة في الجدول (28) أن نسبة كبيرة من أفراد المجموعة الممارسة

للرياضات الجماعية 46,66 % نادرا ما يغيرون آراءهم أثناء مناقشتهم مع زملائهم، وأن نسبة 26,66 % يغيرون آراءهم أحيانا فقط، في حين نجد أن أغلبية أفراد المجموعة غير الممارسة 23,33 % يغيرون رأيهم دائما وأن نسبة 45 % أحيانا ما يقومون بذلك.

السؤال الحادي عشر: هل تتردد أثناء اقتراح الأستاذ أو الزملاء قيادتهم خلال مختلف النشاطات المختلفة في الثانوية؟

دائما - أحيانا - نادرا

الغرض من طرح السؤال: من مميزات النشاطات ذات الطابع الجماعي القيادة، وقد طرحنا هذا السؤال قصد معرفة استجابة الطالب عند اقتراح الأستاذ أو الزملاء قيادتهم في مختلف هذه النشاطات، وقد كانت النتائج كما هي مبينة في الجدول التالي:

جدول 29:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|---------|-------|---------|--------|---------|-------|---------|-------------------|---------|-------|---------|--------|---------|-------|---------|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | نِسَبَة | % | نِسَبَة | % | نِسَبَة | % | نِسَبَة | % | نِسَبَة | % | نِسَبَة | % | نِسَبَة | % | نِسَبَة |
| 100 | 60 | 78,33 | 47 | 20,00 | 12 | 01,61 | 01 | 100 | 60 | 91,66 | 55 | 08,33 | 05 | 00 | 00 |

تحليل ومناقشة النتائج: يتضح من خلال النتائج المبينة في الجدول (29) أن أغلبية أفراد العينة الممارسة

للرياضات الجماعية 91,66 % نادرا ما يترددون عند اقتراح الأستاذ أو الزملاء قيادتهم، وأن نسبة 08,33 % تتردد في ذلك أحيانا فقط، وبالمقابل فإن أغلبية أفراد العينة الغير الممارسة 78,33 % تتردد في تولي مركز القيادة نادرا، وأن نسبة 20 % تتردد في ذلك أحيانا.

ونفس هذه النتائج يكون المراكز المختلفة التي يحتلها أعضاء الفريق أثناء التدريبات، والمباريات في الفريق كقائد مثلا أو كقلب دفاع، قلب هجوم، حارس مرمى، كل هذه المراكز تعود للاعب فن القيادة، وتجعله يكتشف قدرات جديدة يستطيع بها مواجهة مطالب جماعته.

ويمر أغلب التلاميذ بخبرات القيادة والتبعية من خلال لعب الأدوار المختلفة المتباينة في النشاط الرياضي، وهو مجال خصب حقا في تطبيع الأفراد على لعب أدوار متعددة في خبراتها، ما بين أداء حركي، وقيادة الفريق وتنظيم، وإدارة النشاط في المدرسة والتحكيم أو المعونة فيه، بالإضافة إلى خبرات تجهيز الأدوار، والتسهيلات الرياضية للألعاب والأنشطة البدنية والرياضية المختلفة. (1) وكل هذا ينعكس إيجابا على الحياة الدراسية للتلميذ بتنمية حب المبادرة لديه.

(1)- أمين أنور الخولي- مرجع سابق. ص: 83

السؤال الثاني عشر: أثناء هزيمتك أثناء مختلف المباريات و المنافسات التي تشترك فيها مع زملائك هل تتقبل نقد زملائك وتعترف بأخطائك؟

- دائما - أحيانا - نادرا **الغرض من طرح السؤال:** هو معرفة مدى تحمل اللاعب لمسئوليياته أثناء الهزيمة في المباريات التي يشترك فيها، وهذا من خلال تقبله نقد زملائه والاعتراف بأخطائه، وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول.

جدول 30:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار |
| 100 | 60 | 40,00 | 24 | 18,33 | 11 | 41,66 | 25 | 100 | 60 | 20,00 | 12 | 30,00 | 18 | 50,66 | 30 |

تحليل ومناقشة النتائج: نتائج الجدول 30 تبين أن المجموعتين تختلفان في سلوكهما أثناء انهزامهما في المباريات، حيث نجد أن نسبة 50,66% من مجموع أفراد العينة الممارسة للرياضات الجماعية تتقبل النقد دائما وتعترف بأخطائها، وأن نسبة 30,66% أحيانا ما تقوم بذلك، في حين نجد أن نسبة 41,66% من مجموع أفراد العينة غير الممارسة دائما تتقبل النقد، وتعترف بأخطائها، وأن نسبة 18,33% أحيانا ما تقوم بذلك. وتبدو هذه النتائج منطقية إلى حد ما، فمن الطبيعي أن تسود الرياضي مشاعر عدم الارتياح أثناء الهزيمة في المباريات وبالنتيجة النهائية التي توصل إليها، وفي هذا الوقت يدرك كالعادة بصورة عميقة مسئوليته أمام مجموعة أعضاء الفريق، وهذا الأمر بالذات يجبره على الاعتراف بأخطائه برجولة، والعمل بمزيد من الطاقة لتحقيق نتائج عالية، وتبرير ثقة المجموعة الرياضية به،... فكشف الغلطات وأسباب نشوئها وإيجاد الوسائل والطرق لإزالتها يتيح الإمكانيات لمواصلة العمل في المستقبل ويساعد على تعبئة الصفات الإرادية للرياضي (1) ومن هنا فإن النقد من جانب المدرب أو الأستاذ أو الزملاء هما عاملان أساسيان يساعدان الرياضي على التغلب على المصاعب، وفي تحسين مستواه وهو ما يفسر تقبل أغلبية أفراد المجموعة الممارسة للنقد أثناء الهزيمة . وقد تنعكس النتائج السلبية (أثناء الهزيمة) على الطلبة الغير الممارسين للرياضات الجماعية سلبا على حالتهم النفسية، فيصبح الطالب فريسة للانفعالات و التأثيرات السلبية، فلا يلاحظ الأخطاء التي يرتكبها ولا يسعى إلى إزالتها، وهو ما يجعله يشعر بالارتباك وينفعل بإخفاقاته بصورة عميقة ويبدأ يعتبر نفسه شخصا غير قادر على مزاولة هذا النشاط، وكل هذا يجعله يرفض أي نقد يوجه إليه.

(1)- رسيان خريبط مجيد - مرجع سابق . ص: 98

جدول 31: يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين، وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما تخص الثقة في النفس.

| القيمة | المجموعة الممارسة | | المجموعة غير الممارسة | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | اتجاهات الفروق لصالح : | |
|-------------------|-------------------|-------|-----------------------|-------|-----------------------------|---------------|------------------------|---------------|
| | 1م | 1ع | 2م | 2ع | قيمة ت- | مستوى الدلالة | الممارسين | غير الممارسين |
| المتغيرات | | | | | | | | |
| السؤال التاسع | 2,66 | 0,542 | 2,41 | 0,787 | 2,01 | دالة | / | / |
| السؤال العاشر | 2,21 | 0,825 | 2,08 | 0,743 | 0,90 | غير دالة | الممارسين | / |
| السؤال الحادي عشر | 2,91 | 0,278 | 2,76 | 0,464 | 2,14 | دالة | الممارسين | / |
| السؤال الثاني عشر | 2,30 | 2,787 | 2,01 | 0,911 | 1,85 | دالة | الممارسين | / |
| الشعور في النفس | 2,52 | 0,324 | 2,31 | 2,344 | 3,44 | دالة | الممارسين | / |

تحليل ومناقشة النتائج: يتضح من الجدول (31) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، الممارسة للرياضات الجماعية وغير الممارسة فيما تخص الثقة في النفس، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، ويتضح ذلك من خلال قيمة (ت) المحسوبة، وهذا يعني أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين ممارسة الطلاب للرياضات الجماعية وثقتهم بأنفسهم، وهو ما يتفق مع نتائج تطبيق اختبار "الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية"، وكذا مع نتائج بعض الدراسات التي " أثبتت أن هناك علاقة بين تصور الإنساني لنفسه، وتحصيله في حياته، سواء التحصيل الأكاديمي أو الرياضي، مثل " دراسة- جونسون- 1964، وكورول- 1967، فحسب هذه الدراسة فإن تصور الذات أو مفهوم الذات الجيد يجعل الفرد أكثر ثقة وأمناً في معاملته مع الآخرين، وفي الأعمال التي يقوم بها، وهذا يظهر بوضوح في الثقة بالنفس، والافتناع بالنفس التي تظهر لدى الرياضيين الناجحين في نتائج تقييمهم لتصور أنفسهم، أو مفهومهم عن أنفسهم أو ذواتهم". (1)

كما أنه " من خلال مرور الفرد بخبرات النجاح والفشل في غضون ممارسة للألعاب والرياضة، تعمل هذه الخبرات على توسيع مداركه وربط مفاهيمه وتطلعاته بواقعة، وتعمل على زيادة إدراكه لحدوده البدنية وبشكل غير مغالى فيه، مما ينضج شخصيته الاجتماعية، ويكسبه الثقة في نفسه". (2)

(1)- محمد حسن علاوي - مرجع سابق ص: 317

(2)- أمين أنور الخولي - مرجع سابق ص: 87

السؤال الثالث عشر: هل تحس بحالة قلق وخوف من المنافس قبل بداية المباراة أو المنافسات؟

- دائما - أحيانا - نادرا

الغرض من طرح السؤال:

الغرض من وراء طرح هذا السؤال، هو معرفة مختلف أحاسيس الطالب تجاه الفريق الخصم

قبل بداية المباراة، وحالته الانفعالية، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول التالي:

الجدول رقم 32:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار |
| 100 | 60 | 55,00 | 33 | 38,33 | 23 | 06,66 | 04 | 100 | 60 | 71,66 | 43 | 25,00 | 15 | 03,33 | 02 |

تحليل ومناقشة النتائج:

تبين نتائج الجدول (32) أن المجموعة الممارسة للرياضات الجماعية نسبة كبيرة منها (71,66%) نادرا ما يأتيها إحساس بالقلق، والخوف من المنافس قبل بداية المباراة، وأن نسبة قليلة جدا 03,33% يأتيها هذا الإحساس بصفة دائمة، عكس ما هو الحال بالنسبة للمجموعة غير الممارسة التي كانت النسبة 06,66% يأتيها الإحساس بالخوف، والقلق من المنافس قبل بداية المباراة بصفة دائمة ونسبة 38,33% أحيانا ما يأتيها هذا الإحساس.

وتبين هذه النتائج أن مستوى الإحساس بالخوف، والقلق لدى الطلبة الممارسين للرياضات الجماعية قبل بداية المنافسة يكون أقل، مقارنة بالطلبة غير الممارسين، ويرجع ذلك حسب رأينا إلى الخبرة السابقة التي عاشها اللاعبون سواء في التدريب أو المنافسات الرياضية، فهذه التجارب والخبرات تكسبهم القدرة على التكيف والملائمة لمختلف المواقف، مثل التحكم الجيد في الحالة الانفعالية (مستوى القلق والخوف) في مباريات لا يعرفون فيها المستوى الحقيقي للمنافس، أو عند معرفتهم أن الفريق المنافس متفوق عليهم بدرجة كبيرة، فهذا التكيف أو الملائمة والنتيجة من الخبرة السابقة تسمح لهم بتجاوز، وتفادي مختلف الأعباء النفسية التي تنجم قبل بداية المنافسات رياضية كانت أم ثقافية.

السؤال الرابع عشر: تشجيع الجمهور للفريق المنافس هل يزيد من اضطرابك وارتباكك ؟

- دائما - أحيانا - نادرا

الغرض من طرح السؤال:

تعتبر تشجيعات الجمهور للفريق المنافس وعدده، من أهم العوامل التي تؤثر على الحالة الانفعالية للاعبين، ولغرض معرفة مدى تأثير ذلك على حالتهم النفسية والانفعالية طرحنا هذا السؤال، والذي كانت نتائجه كما هي مبينة في هذا الجدول.

الجدول رقم 33 :

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|-----|-------|-----|--------|-----|-------|-----|-------------------|-----|-------|-----|--------|-----|-------|-----|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | فرد | % | فرد | % | فرد | % | فرد | % | فرد | % | فرد | % | فرد | % | فرد |
| 100 | 60 | 43,33 | 26 | 21,66 | 13 | 35,00 | 21 | 100 | 60 | 53,33 | 32 | 31,66 | 19 | 15,00 | 09 |

تحليل ومناقشة النتائج : نتائج الجدول (33) تبين أن نسبة 53,33 % من مجموع أفراد المجموعة الممارسة

للرياضات الجماعية نادرا ما تؤثر عليها تشجيعات الجمهور للفريق الخصم، في حين نسبة 15 % فقط يؤثر عليها بصفة دائمة، وبالمقابل نجد أن نسبة 35 % من مجموع أفراد العينة غير الممارسة تؤدي بها وبصفة دائمة تشجيعات الجمهور للفريق المنافس إلى الزيادة في الاضطراب، والارتباك وأن نسبة 21,66 % يؤثر عليها ذلك أحيانا.

وحسب رأينا فإن الاستجابات المختلفة للمتفرجين وتشجيعاتهم للفريق الخصم، وكذا الخصائص المميزة لهذه الاستجابات من أهم العوامل التي تؤثر في حالة الفرد النفسية خلال مجريات المباراة، كذلك عدد المتفرجين الذي يلعب دورا هاما أيضا في ذلك، إذ تختلف حالة الفرد ومستوى اضطرابه عندما يشترك في مباراة مع خصم يناصره عشرات المتفرجين، عن حالته ومستوى اضطرابه عندما يشترك في مباراة مع خصم يناصره عشرات الألوف من المتفرجين .

لكن الممارسة المستمرة لأفراد المجموعة الممارسة للرياضات الجماعية في النوادي، تجعلهم يتعودون على المواقف المختلفة للمنافسة، وبذلك يتمكنون من اكتساب القدرة على التكيف لهذه المواقف المتعددة، وخاصة ما يتعلق بتشجيعات وحجم جمهور الفريق المنافس.

السؤال الخامس عشر: انهزام فريقك بفارق كبير في بداية المباراة، هل يؤدي بك إلى عدم المبالاة وعدم الكفاح؟

- دائما - أحيانا - نادرا

الغرض من طرح السؤال: كثيرا ما ينهار اللاعبون بسلوكية أثناء انهزام فريقهم في بداية المباراة، ويختلفون من حيث تحكمهم في الوضع، ولهذا الغرض طرحنا هذا السؤال قصد معرفة مدى تحكم أفراد المجموعتين في حالتهم النفسية والانفعالية عند انهزامهم في بداية المباراة، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول التالي :

جدول 34:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار |
| 100 | 60 | 38,33 | 23 | 36,66 | 22 | 25,00 | 15 | 100 | 60 | 51,66 | 31 | 13,33 | 14 | 25,00 | 15 |

تحليل ومناقشة النتائج: تبين نتائج الجدول (34) أن نسبة 51,66 % من أفراد المجموعة الممارسة للرياضات الجماعية نادرا ما يؤدي بها الانهزام في بداية المباراة بفارق كبير إلى عدم المبالاة، وعدم الكفاح، في حين نسبة 23,33 % يحدث لها ذلك أحيانا فقط، عكس ما هو بالنسبة للمجموعة غير الممارسة، حيث تبين النتائج أن نسبة كبيرة منها 36,66 % أحيانا ما يؤدي بها الانهزام في بداية المباراة إلى عدم المبالاة، وأن نسبة 25% تحدث لها ذلك بصفة دائمة.

ونفس هذه النتائج يكون أفراد المجموعة الممارسة للرياضات الجماعية، ونتيجة لخبرات النجاح والفشل التي اكتسبوها خلال المباريات السابقة، فإن انهزام فريقهم في بداية المباراة، يعمل على استشارتهم، وهو ما يرفع من درجة قوة عمليات الإدراك والتفكير، والتذكير للواجبات التي ينبغي على كل عضو في الفريق القيام بها، كما يدفعهم ذلك إلى بذل كل عضو لأقصى ما يمكنه من قوة وطاقت، ومحاولات تنفيذ الواجبات الخطئية الجديدة التي يتم إعدادها لمجابهة المواقف، وبصفة عامة فإن الهزيمة عموما تزيد من تماسك الفريق، وكفاحه الدائم حتى نهاية المباراة.

أما أفراد المجموعة الغير الممارسة فإن انهزام فريقهم في بداية المباراة يؤدي بهم عموما إلى انهيار بسلوكي، والذي يظهر في حالة انفعالية سلبية مصحوبة بالضجر وعدم الرضى، وكذا عدم القدرة على تنفيذ الواجبات الخطئية في وقتها المناسب، وبالتالي فقدان الميل للكفاح وتجنب المواجهة المباشرة مع المنافس.

السؤال السادس عشر: هل تشعر بحالة يأس أثناء انهزامك في المباراة أو المنافسات، وتعود إلى حالتك الطبيعية بمجرد بضع دقائق من نهاية المباراة أو المنافسات؟

- دائما - أحيانا - نادرا

الغرض من طرح السؤال:

هو معرفة شعور الطلبة أثناء انهزامهم في مختلف المقابلات والمباريات، وقدرة استرجاعهم للحالة الانفعالية الطبيعية بعد نهاية المباراة ببضع دقائق.

الجدول رقم 35:

| المجموعة غير الممارسة | | | | | | | | المجموعة الممارسة | | | | | | | |
|-----------------------|-----|-------|-----|--------|-----|-------|-----|-------------------|-----|-------|-----|--------|-----|-------|-----|
| المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | | المجموع | | نادرا | | أحيانا | | دائما | |
| % | فرد | % | فرد | % | فرد | % | فرد | % | فرد | % | فرد | % | فرد | % | فرد |
| 100 | 60 | 08,33 | 05 | 18,33 | 11 | 73,33 | 44 | 100 | 60 | 01,66 | 01 | 10,00 | 06 | 88,33 | 53 |

تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال النتائج المبينة في الجدول (35) أن هناك فروق معتبرة بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة من حيث الحالة النفسية أثناء الهزيمة في المباراة حيث نجد أن نسبة 88,33 % من مجموع أفراد العينة الممارسة يشعرون دائما أثناء الهزيمة، بحالة من الحزن واليأس، ولكن هذه الحالة تزول بمجرد مرور بضع دقائق من نهاية المباراة، مقارنة بأفراد المجموعة غير الممارسة، حيث تبين نتائج الجدول أن نسبة 08,33 % نادرا ما تستعيد حالتها النفسية الطبيعية بعد نهاية المباراة ببضع دقائق. فالهزيمة أو الفشل في المباراة تصاحبها عموما انفعالات غير سارة للرياضيين، كالحزن والضيق، والغضب والقلق، والتي تظهر في كثير من الأحيان جليا في الإشارات والحركات، والألفاظ التي تعبر عن هذا التوتر الانفعالي، وتختلف درجة الاستجابة الانفعالية أثناء الهزيمة لدى كل فرد حسب الروح الرياضية التي يتمتع بها، ودرجة الهزيمة وكذا أهمية المقابلة، " فالاستسلام كعملية اجتماعية تتبع الهزيمة في المنافسة الرياضية، أي القبول و الإذعان كنتيجة لمباراة، والتي قامت على دعائم من إدارة محايدة وفق قواعد لعب معلومة مسبقا لكن النصر أو الهزيمة كنتيجة لمباراة رياضية لا تعني نهاية العالم، فهي أمور معنوية رمزية لإعطاء الدفع اللازم للرياضة في المجتمعات الإنسانية، ولا تعني اليأس والقنوط والانهزامية، والإطار التنافسي الرياضي، مما يتضمن من لوائح وقواعد لعب وأمور تنظيمية، إنما يقدم ظروفًا معنوية ونفسية تعمل على تقبل الهزيمة واستعاب النصر بتواضع.(1)

(1)- أمين أنور الخولي- مرجع سابق. ص: 195

جدول رقم 36: يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين وغير ممارسين للرياضات الجماعية، وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التحكم الانفعالي.

| القيمة المتغيرات | المجموعة الممارسة | | المجموعة غير الممارسة | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | اتجاهات الفروق لصالح : | |
|-------------------|-------------------|-------|-----------------------|-------|-----------------------------|---------------|------------------------|---------------|
| | 1م | 1ع | 2م | 2ع | قيمة ت- | مستوى الدلالة | الممارسين | غير الممارسين |
| السؤال الثالث عشر | 2,68 | 05,36 | 2,48 | 0,624 | 1,86 | دالة | الممارسين | / |
| السؤال الرابع عشر | 2,38 | 0,738 | 2,08 | 0,888 | 0,2 | غير دالة | / | / |
| السؤال الخامس عشر | 2,26 | 0,841 | 2,13 | 0,791 | 0,866 | غير دالة | / | / |
| السؤال السادس عشر | 2,88 | 0,323 | 2,65 | 0,633 | 2,50 | دالة | الممارسين | / |
| التحكم الانفعالي | 2,55 | 0,282 | 2,33 | 0,275 | 4,31 | دالة | الممارسين | / |

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول (36) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة، فيما يخص التحكم الانفعالي، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، وهو ما نستنتجه من خلال قيمة ت- المحسوبة 4,31، وتتفق هذه النتائج مع نتائج تطبيق اختبار "استبيان الشخصية للرياضيين Q.P.S من جهة، ومع النتائج التي توصلت إليها بعض الدراسات التي حاولت التعرف على درجة هذه السمة لدى الرياضيين، مثل " الدراسة التي قام بها : جونسون 1964، ودراسة زفر 1965 التي أظهرت أن هذه السمة – التحكم الانفعالي- تظهر لدى الرياضيين في النضج الانفعالي، ضبط الاندفاعات والاستجابات الجسمية، وكذا مستوى منخفض من القلق والتوتر العصبي، التحكم في الانفعالات في أوقات الشدة (كالهزيمة أو الإصابة)، استجابات انفعالية مناسبة للمواقف المختلفة – النظرة التفاؤلية-". (1).

(1)- محمد حسن علاوي – مرجع سابق ص : 312

4- عرض نتائج شبكة الملاحظة :

جدول رقم 37: يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين وغير ممارسين للرياضات الجماعية، وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التحرر من السلوكات السلبية.

| القيمة | المجموعة الممارسة | | المجموعة غير الممارسة | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | اتجاهات الفروق لصالح: | |
|----------------------------|-------------------|----------------|-----------------------|----------------|-----------------------------|---------------|-----------------------|---------------|
| | م ₁ | ع ₁ | م ₂ | ع ₂ | قيمة ت- | مستوى الدلالة | الممارسين | غير الممارسين |
| المتغيرات | | | | | | | | |
| الدفع والضرب | 3,20 | 1,988 | 0,3 | 1,247 | 0,255 | غير دالة | / | / |
| الشم والصراخ | 2,10 | 1,370 | 0,2 | 0,816 | 0,188 | غير دالة | / | / |
| تعمد ارتكاب الأخطاء | 0,90 | 0,737 | 0,90 | 0,737 | 00 | غير دالة | / | / |
| مغالطة الحكم | 1,80 | 1,032 | 1,10 | 0,737 | 1,65 | غير دالة | / | / |
| عدم التمير | 2,40 | 1,349 | 1,80 | 0,632 | 1,209 | غير دالة | / | / |
| رفض التغيير | 0,90 | 0,737 | 0,70 | 0,674 | 0,602 | غير دالة | / | / |
| التحرر من السلوكات السلبية | 1,88 | 0,893 | 1,58 | 0,861 | 0,726 | غير دالة | / | / |

تحليل ومناقشة النتائج : من خلال النتائج المبينة في الجدول 35 يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة، فيما يخص التحرر من السلوكات السلبية حيث قيمة ت- المحسوبة مساوية ل 0,726 وهي غير دالة إحصائياً، وهو ما يعني أنه لا توجد علاقة جوهرية بين ممارسة الطلبة للرياضات الجماعية وتحررهم من السلوكات السلبية المتمثلة أساساً في هذا البحث في الغش، الأنانية، وتتفق هذه النتائج إلى حد كبير مع نتائج تطبيق اختبار " الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية " .

ويمكن تفسير هذه النتائج بطبيعة ومميزات مرحلة المراهقة، حيث أشارت في هذا المجال معظم الدراسات إلى أن الرياضي الناشئ كثيراً ما يتسم بسمة السيطرة، وتشير هذه السمة حسب الدكتور " حسن علاوة " " إلى إثبات وتوكيد الذات والقوة والعنف، والعدوان التنافسي وسمة السيطرة تؤثر في الفرد وتجعله في حاجة إلى القوة التي تتميز بالرغبة في التأثير، أو التحكم في الآخرين وعلى بيئة الفرد، وهي تتجه نحو القدرة لتوجيهه وقيادة الآخرين من خلال إخضاعهم أو إرغامهم أو إصدار الأوامر إليهم " . (1)

وينبغي الإشارة هنا إلى أن هذه السلوكات تختفي تدريجياً، كلما زادت وتطورت الخبرات الانفعالية للرياضي وكلما ابتعد عن مرحلة المراهقة، بمعنى أن ظهورها يتوقف على عامل السن والخبرة.

(1)- محمد حسن علاوي - مرجع سابق ص : 310

جدول 38: جدول يوضح المتوسط و الانحراف المعياري لطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما تخص التوافق النفسي.

| اتجاهات الفروق لصالح : | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | المجموعة غير الممارسة | | المجموعة الممارسة | | القيمة |
|---------------------------|-----------|--------------------------------|---------|--------------------------|----------------|-------------------|----------------|------------------|
| غير الممارسين | الممارسين | مستوى الدلالة | قيمة-ت- | ع ² | م ² | ع ¹ | م ¹ | المتغيرات |
| / | الممارسين | دالة | 4,31 | 0,275 | 2,33 | 0,288 | 2,55 | التحكم الانفعالي |
| / | الممارسين | دالة | 6,730 | 0,211 | 2,17 | 0,314 | 2,50 | الشعور بالانتماء |
| / | الممارسين | دالة | 3,44 | 0,344 | 2,31 | 0,324 | 2,52 | الثقة بالنفس |
| / | الممارسين | دالة | 7,35 | 0,087 | 2,27 | 0,250 | 2,52 | التوافق النفسي |

جدول 39: يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما تخص التوافق الاجتماعي.

| اتجاهات الفروق لصالح : | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | المجموعة غير الممارسة | | المجموعة الممارسة | | القيمة |
|---------------------------|-----------|--------------------------------|---------|--------------------------|----------------|-------------------|----------------|-------------------------------|
| غير الممارسين | الممارسين | مستوى الدلالة | قيمة-ت- | ع ² | م ² | ع ¹ | م ¹ | المتغيرات |
| / | الممارسين | دالة | 7,81 | 0,161 | 2,28 | 0,19 | 2,53 | سمة الاجتماعية |
| / | / | غير دالة | 0,726 | 0,861 | 1,58 | 0,893 | 1,88 | التحرر من السلوكات السلبية |
| / | الممارسين | دالة | 3,10 | 0,494 | 1,93 | 0,459 | 2,20 | التوافق الاجتماعي |

جدول رقم 40: يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين وغير ممارسين للرياضات الجماعية، وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التوافق العام – النفسي الاجتماعي.

| القيمة | المجموعة الممارسة | | المجموعة غير الممارسة | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | اتجاهات الفروق لصالح : |
|-------------------|-------------------|-------|-----------------------|-------|-----------------------------|---------------|---------------------------|
| | 1م | 1ع | 2م | 2ع | قيمة ت- | مستوى الدلالة | |
| المتغيرات | | | | | | | |
| التوافق النفسي | 2,52 | 0,250 | 2,27 | 0,087 | 7,35 | دالة | الممارسين / غير الممارسين |
| التوافق الاجتماعي | 2,20 | 0,459 | 1,93 | 0,474 | 3,10 | دالة | الممارسين / |
| التوافق العام | 2,36 | 0,226 | 2,10 | 0,240 | 6,19 | دالة | الممارسين / |

تحليل ومناقشة النتائج:

يتضح من خلال النتائج المبينة في الجدول (40) يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسة فيما تخص التوافق ببعديه النفسي والاجتماعي، ويظهر ذلك من خلال قيمة ت- المحسوبة وهي (ت = 7,35) بالنسبة للتوافق النفسي و (ت = 3,10) بالنسبة للتوافق الاجتماعي و (ت = 6,19) بالنسبة للتوافق العام.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج تطبيق كل من اختباري الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية، واختبار "استبيان الشخصية للرياضيين"، والتي أثبتت دورها وجود الفروق بين المجموعتين في التوافق العام لصالح المجموعة الممارسة، وهو ما يعني وجود علاقة جوهريّة بين ممارسة الطلاب للرياضات الجماعية وتوافقهم النفسي الاجتماعي، فكما أشرنا إليه في الجانب النظري فإن وجود المراهق ضمن فريق الرياضات الجماعية يساعده على تطوير جوانب عديدة من شخصيته، وذلك بإشباعه للعديد من حاجاته، كالقبول والانتماء، واستغلال القدرات الشخصية في تحقيق الأهداف المسطرة، والقدرة على مراقبة الانفعالات، والتحكم فيها والحفاظ على الحالة النفسية الجيدة حتى في المواقف السيئة.

الخلاصة:

وفي الختام، ومن خلال تطبيق أدوات البحث السالفة الذكر، يتبين لنا جليا أن عملية التوافق ببعديها النفسي والاجتماعي، كانت مختلفة بين الطلاب الممارسين للرياضات الجماعية في النوادي الرياضية والطلاب غير الممارسين، لصالح الممارسين، وهو ما تبينه نتائج الجدولين 14 و38، وهو ما يعني أن الفرضية العامة للبحث قد تحققت بشكل واسع النطاق.

ومن هنا يمكننا القول بأن الفرضيات الجزئية للبحث قد تحققت، باستثناء الفرضية الرابعة والخاصة بالتححرر من السلوكات السلبية، والمتمثلة أساسا في هذا البحث في الأناوية، العدوانية، الغش حيث بينت نتائج الجدول (11) الخاصة بتطبيق اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية، وكذا نتائج الجدول 35 الخاصة بتطبيق شبكة الملاحظة، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة الممارسين للرياضات الجماعية، والطلبة غير الممارسين فيما يخص ظهور مثل هذه السلوكات.

أما الفرضية الأولى فقد تحققت بنسبة كبيرة حيث توضح نتائج تطبيق كل من اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية، والاستبيان أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، الممارسة للرياضات الجماعية وغير الممارسة لصالح المجموعة الأولى، وهو ما يبينه نتائج كل من الجدولين: 08 و24 .

كما تبين نتائج الاستبيان وكذا اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية أن الفرضية الثانية قد تحققت بنسبة كبيرة، حيث توضح نتائج الجدولين (09) و (29) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة الممارسين للرياضات الجماعية والطلبة غير الممارسين فيما يخص الثقة بالنفس، وهذا لصالح المجموعة الممارسة.

كما تحققت الفرضية الثالثة بشكل واسع النطاق حيث تبين النتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق كل من الاستبيان، واختبار استبيان الشخصية للرياضيين Q.P.S، وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة للرياضات الجماعية وغير الممارسة فيما يخص التحكم الانفعالي، وهذا لصالح المجموعة الممارسة، وهو ما توضحه نتائج الجدول (07) و (34).

أما في مقارنة الطلاب الممارسين للرياضات الجماعية والطلاب غير الممارسين فيما يخص سمة الاجتماعية، فإن نتائج الجدول (10) و (19)، والتي تحصلنا عليها من خلال تطبيق الاستبيان، وكذا اختبار استبيان الشخصية للرياضيين، بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للرياضات الجماعية والطلاب غير الممارسين، فيما يخص سمة الاجتماعية لصالح المجموعة الممارسة، وهو ما يعني أن الفرضية الخامسة قد تحققت بدورها بنسبة كبيرة.

توصيات واقتراحات:

في ضوء النتائج التي تحصلنا عليها من خلال هذه الدراسة التي نتمنى أن تكون نقطة بداية لبحوث أخرى في هذا المجال الواسع، نتضح لنا أهمية ممارسة الرياضات الجماعية خلال مرحلة المراهقة، فهي ليست هامة لبناء الأجسام فحسب، وإنما لها أهميتها أيضا في تطوير جوانب عديدة من شخصية المراهق، وعليه نوصي ب:

- توفير الأنشطة الاجتماعية والثقافية في المدرسة وتوفير جو من المنافسة الأخوية بين الطلاب، من أجل الوصول إلى إيجاد علاقات اجتماعية طيبة بينهم، وبين زملائهم في الثانويات الأخرى من خلال المنافسات الثقافية والرياضية.
- عدم اقتصر ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية على حصة التربية البدنية والرياضية فقط. أو في مرحلة تعليمية معينة، بل يجب أن تشمل كل المستويات (ابتدائي، إكمالي، ثانوي) ، وأن تتعدى هذه الممارسة الإطار المدرسي إلى النوادي والفرق الرياضية.
- هذا ونوصي أولياء التلاميذ بتشجيع أبنائهم الذين يميلون إلى ممارسة الأنشطة الرياضية، لا سيما الجماعية منها على إشباع هوايتهم، وأن يتيحوا لهم الفرصة لممارستها وأن لا يعتبروا ممارستها مجرد لهو وتسلية، وإنما هي وسيلة تروية هامة تساعد الطلاب على التوافق السليم والمثابرة، وتحمل المسؤولية والشجاعة والتعاون، وهي صفات هامة تساعد التلاميذ على النجاح في حياتهم الدراسية وحياتهم العامة.
- كما نوصي أساتذة التربية البدنية والرياضية بعدم تكليف التلاميذ بالمهام أو الواجبات التي تزيد أو تقل بدرجة كبيرة عن قدراتهم أو مستوياتهم، إذ أن ذلك يولد لدى الفرد السلوك الخاطئ، ويعمل كعائق في سبيل ظهور السمات الحميدة لدى الفرد، ولذى يجب على الأساتذة عدم الإكثار من الزج بتلاميذهم أو لاعبيهم مع منافسين يتفوقون عليهم بدرجة كبيرة، كما يجب الحذر من تملك الغرور في حالة فوزهم على منافسين يتميزون بضعف مستواهم، إذ أن الغرور هو العدو اللدود للرياضة ويتنافى مع الخلق الرياضي.
- كما نوصي المسؤولين عن التربية والتعليم، الاهتمام بتزويد المدارس والمؤسسات التربوية بالملاعب المختلفة، والأدوات الرياضية التي تتيح للطلاب فرصة مزاوله الأنشطة البدنية المختلفة، التي تتفق وميولهم وقدراتهم.
- وفي الأخير تشجيع الرياضة المدرسية، وتطوير برامجها لما لها من أهمية تربوية.

جدول رقم 35: يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين وغير ممارسين للرياضات الجماعية وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التحرر من السلوكات السلبية.

| اتجاهات الفروق نصالح : | | قيمة ت- ومستوى دلالة الفروق | | المجموعة غير الممارسة | | المجموعة الممارسة | | القيمة |
|---------------------------|-----------|--------------------------------|---------|--------------------------|----------------|-------------------|----------------|-------------------------------|
| غير الممارسين | الممارسين | مستوى الدلالة | قيمة ت- | ع ² | م ² | ع ¹ | م ¹ | |
| / | / | غير دالة | 0,255 | 1,247 | 03 | 1,988 | 3,20 | المتغيرات الدفع والضرب |
| / | / | غير دالة | 0,188 | 0,816 | 02 | 1,370 | 2,10 | الشم والصراخ |
| / | / | غير دالة | 0 | 0,737 | 0,90 | 0,737 | 0,90 | تعمد ارتكاب الأخطاء |
| / | / | غير دالة | 1,65 | 0,737 | 1,10 | 1,032 | 1,80 | مغالطة الحكم |
| / | / | غير دالة | 1,209 | 0,632 | 1,80 | 1,349 | 2,40 | عدم التمير |
| / | / | غير دالة | 0,602 | 0,674 | 0,70 | 0,737 | 0,90 | رفض التغيير |
| / | / | غير دالة | 0,726 | 0,861 | 1,58 | 0,893 | 1,88 | التحرر من السلوكات السلبية |

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول 35 يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة فيما يخص التحرر من السلوكات السلبية حيث قيمة ت- المحسوبة مساوية ل----- وهي غير دالة إحصائياً، وهو ما يعني أنه لا توجد علاقة جوهرية بين ممارسة الطلبة للرياضات الجماعية وتحررهم من السلوكات السلبية المتمثلة أساساً في هذا البحث في الغش، الأنانية وتتفق هذه النتائج إلى حد كبير مع نتائج تطبيق اختبار " الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية " حيث كانت قيمة ت مساوية ل-----.

ويمكن تفسير هذه النتائج بطبيعة ومميزات مرحلة المراهقة، حيث أشارت في هذا المجال معظم الدراسات إلى أن الرياضي الناشئ كثيراً ما يتسم بسمة السيطرة، وتشير هذه السمة حسب الدكتور " حسن علاوة " إلى إثبات وتوكيد الذات والقوة والعنف والعدوان التنافسي وسمة السيطرة تؤثر في الفرد وتجعله في حاجة إلى القوة التي تتميز بالرغبة في التأثير أو التحكم في الآخرين وعلى بيئة الفرد، وهي تتجه نحو القدرة لتوجيهه وقيادة الآخرين من خلال إخضاعهم أو إرغامهم أو إصدار الأوامر إليهم " - (1)

وينبغي الإشارة هنا إلى أن هذه السلوكات تختفي تدريجياً، كلما زادت وتطورت الخبرات الانفعالية للرياضي وكلما ابتعد عن مرحلة المراهقة، بمعنى أن ظهورها يتوقف على عامل السن والخبرة.

(1)- محمد حسن علاوي - مرجع سابق ص : 310

الفهرس

الصفحة:

| | |
|--------|---------------------------------|
| 1..... | المقدمة - <u>الفصل التمهيدي</u> |
| 3..... | 1-الإشكالية..... |
| 5..... | 2- الفرضيات..... |
| 6..... | 3- أهمية البحث..... |
| 6..... | 4- أهداف البحث..... |
| 7..... | 5- المفاهيم الأساسية للبحث..... |
| 8..... | 6- الدراسات السابقة..... |

الباب الأول: الجانب النظري.

الفصل الأول: التوافق النفسي الاجتماعي.

| | |
|---------|---|
| 11..... | - تمهيد..... |
| 12..... | 1- تعريف التوافق..... |
| 13..... | 1-1- الاتجاه النفسي..... |
| 14..... | 2-1- الاتجاه الاجتماعي..... |
| 15..... | 3-1- الاتجاه التكاملي (النفسي الاجتماعي)..... |
| 15..... | 2- أبعاد التوافق..... |
| 15..... | 1-2- التوافق الشخصي..... |
| 16..... | 2-2- التوافق الاجتماعي..... |
| 17..... | 3-2- التوافق المدرسي..... |
| 18..... | 3- معايير التوافق..... |
| 18..... | 1-3- المعيار الإحصائي..... |
| 18..... | 2-3- المعيار الحضاري (الاجتماعي)..... |
| 18..... | 3-3- المعيار المرضي(الباثولوجي)..... |
| 18..... | 4-3- المعيار المثالي..... |
| 19..... | 5-3- محك المقاييس (الاختبارات)..... |
| 19..... | 4-العوامل المؤثرة في عملية التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:..... |
| 19..... | 1-4-عوامل مرتبطة بالمراهق ذاته..... |

- 20.....2-4- عوامل متعلقة بالمدرسة والمحيط.
- 5- ميكانيزمات التوافق:
- 22.....1-5- الكبت.
- 23.....2-5- العدوان.
- 24.....3-5- الإسقاط.
- 24.....4-5- التبرير.
- 24.....5-5- التعويض.
- 25.....6-5- الإغلاء والتسامي.
- 25.....7-5- أحلام اليقظة.
- 6- مظاهر حسن التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:
- 26.....1-6- الشعور بتقدير الذات.
- 26.....2-6- إقامة العلاقات والابتعاد عن العزلة والانطواء.
- 27.....3-6- الثبات الانفعالي.
- 27.....4-6- العلاقات مع البيئة المحلية.
- 28.....5-6- النظرة الواقعية للحياة.
- 28.....7- مظاهر سوء التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق.
- 29.....8- علاقة التوافق بالفشل والنجاح الدراسي.
- 30.....9- وقت الفراغ وعلاقته بتحقيق التوافق للمراهق.
- 31.....-خلاصة.
- الفصل الثاني: المراقبة
- 32.....- تمهيد
- 33.....1-1- التعريف اللغوي.
- 33.....2-1- التعريف الاصطلاحي.
- 34.....3-1- التعريف الزمني.
- 35.....2- أنماط المراقبة.
- 35.....1-2- المراقبة المتكيفة.
- 36.....المراقبة الانسحابية.
- 36.....3-2- المراقبة العدوانية.

3- مظاهر النمو في مرحلة المراهقة:

- 37.....1-3- النمو الجسمي.....
38.....2-3- النمو الجنسي.....
39.....3-3- النمو النفسي.....
40.....4-3- النمو الانفعالي.....
43.....5-3- النمو الاجتماعي.....
44.....6-3- النمو العقلي.....

4- حاجيات المراهق:

- 45.....1-4- الحاجة إلى المكانة الاجتماعية.....
45.....2-4- الحاجة إلى الراحة والاستقلال.....
46.....3-4- الحاجة الجنسية.....
46.....4-4- الحاجة إلى الاتصالات الاجتماعية.....

6- علاقة المراهق بالمؤسسات الاجتماعية:

- 48.....1-6- علاقة المراهق بالأسرة.....
49.....2-6- علاقة المراهق بالمدرسة.....
50.....3-6- علاقة المراهق بجماعة الأقران.....

-خلاصة-

الفصل الثالث : الرياضات الجماعية

- تمهيد

- 55.....1- مفهوم الرياضات الجماعية.....
55.....2- ثوابت الرياضات الجماعية.....
55.....1-2- الكرة.....
56.....2-2- الميدان.....
56.....3-2- المرمى.....
56.....4-2- القوانين.....
56.....5-2- الزملاء.....
57.....6-2- الخصم.....

3- خصائص ومميزات الرياضات الجماعية :

- 57.....1-3- الإطار الجماعي.....
- 58.....2-3- النظام.....
- 58.....3-3- العلاقات المتبادلة.....
- 58.....4-3- التنافس.....
- 59.....5-3- الحرية.....
- 59.....4- مفهوم الفريق الرياضي.....
- 60.....1-4- القيادة في الفريق الرياضي.....
- 5-أنواع الرياضات الجماعية:
- 61.....1-5- كرة القدم.....
- 62.....2-5- كرة اليد.....
- 62.....3-5- كرة السلة.....
- 63.....4-5- كرة الطائرة.....
- 6- نشاطات الرياضات الجماعية ودورها في عملية التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق :
- 64.....1-6- نشاطات الرياضات الجماعية كجو لتعليم المراهق التحكم في انفعالاته.....
- 66.....2-6- نشاطات الرياضات الجماعية كوسيلة للتعبير عن الذات.....
- 68.....3-6- نشاطات الرياضات الجماعية كوسيلة للتحرر.....
- 6-4- نشاطات الرياضات الجماعية كوسيلة لضبط الاجتماعي وتهذيب السلوكات السلبية للمجتمع.....
- 69.....
- 70.....5-6- نشاطات الرياضات الجماعية كجو مناسب للعلاقات الاجتماعية وتحقيق الاتصال...
- خلاصة.

الباب الثاني : الدراسة الميدانية ونتائجها :

الفصل الأول : المنهجية وطرق البحث :

- تمهيد

- 73.....1- منهج الدراسة.....
- 74.....2- تحديد المتغيرات.....
- 74.....3- الدراسة الاستطلاعية.....
- 75.....4- عينة البحث وكيفية اختيارها.....
- 78.....5- حدود الدراسة.....

| | |
|----------|---|
| 79..... | 6- أدوات الدراسة..... |
| 88..... | 7- الأساليب الإحصائية..... |
| | الفصل الثاني : عرض ومناقشة النتائج : |
| | - تمهيد. |
| 92..... | 1- عرض نتائج اختبار "استبيان الشخصية للرياضيين"..... |
| 94..... | 2- عرض نتائج اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية..... |
| 99..... | 3- عرض ومناقشة نتائج الاستبيان..... |
| 119..... | 4- عرض ومناقشة نتائج شبكة الملاحظة..... |
| 122..... | 5- خلاصة عامة..... |
| 123..... | 6- توصيات واقتراحات..... |
| 124..... | 7- الخاتمة..... |
| | الملاحق. |

فهرسة الجداول:

| الرقم | العنوان | الصفحة |
|-------|---|--------|
| (01) | - جدول يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب السن | 76 |
| (02) | - جدول يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس | 76 |
| (03) | - جدول يمثل توزيع أفراد المجموعة الممارسة حسب نوع الرياضة الجماعية الممارسة | 76 |
| (04) | - جدول يمثل توزيع أفراد المجموعة الممارسة حسب مدة ممارسة الرياضة الجماعية في النادي. | 77 |
| (05) | - جدول يمثل توزيع أفراد المجموعة الممارسة حسب عدد مرات تدريبها في الأسبوع. | 77 |
| (06) | - جدول يوضح ال 14 بند لتقويم الشخصية وسلمين للصدق (اختيار Q.P.S) | 80 |
| (07) | - جدول يوضح معاملات الثبات لأقسام اختبار الشخصية للمرحلة الاعدادية والثانوية. | 85 |
| (08) | - جدول يوضح معاملات الثبات لأقسام الاستبيان. | 87 |
| (09) | - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق فيما يخص التحكم الانفعالي. | 92 |
| (10) | - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق فيما يخص سمة اجتماعية. | 93 |
| (11) | - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق فيما يخص شعور بالانتماء. | 94 |
| (12) | - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق فيما يخص الثقة بالنفس | 95 |
| (13) | - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التحرر من السلوكات السلبية. | 96 |

| | |
|-----|---|
| 97 | (14) - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التوافق النفسي. |
| 97 | (15) - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التوافق الاجتماعي. |
| 98 | (16) - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التوافق العام. |
| 99 | (17) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال الأول |
| 100 | (18) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال الثاني |
| 101 | (19) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال الثالث |
| 102 | (20) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال الرابع |
| 103 | (21) - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص سمة اجتماعية. |
| 104 | (22) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال الخامس |
| 105 | (23) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال السادس |
| 106 | (24) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال السابع |
| 107 | (25) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال الثامن |
| 108 | (26) - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص الشعور بالانتماء. |
| 109 | (27) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال التاسع |
| 110 | (28) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال العاشر |

| | |
|-----|--|
| 111 | (29) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال الحادي عشر |
| 112 | (30) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال الثاني عشر |
| 113 | (31) - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص الثقة بالنفس. |
| 114 | (32) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال الثالث عشر |
| 115 | (33) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال الرابع عشر |
| 116 | (34) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال الخامس عشر |
| 117 | (35) - جدول يوضح التوزيع التكراري والنسب المؤوية لنتائج السؤال السادس عشر |
| 118 | (36) - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التحكم الانفعالي. |
| 119 | (37) - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التحرر من السلوكات السلبية. (نتائج شبكة الملاحظة) |
| 120 | (38) - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التوافق النفسي. |
| 120 | (39) - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التوافق الاجتماعي. |
| 121 | (40) - جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطلبة الممارسين للرياضات الجماعية وغير الممارسين وقيمة ت- ومستوى دلالة الفروق واتجاهاتها فيما يخص التوافق العام. |

الملحق رقم : 03

جامعة الجزائر
كلية العلوم الاجتماعية
قسم التربية البدنية والرياضية
- دالي ابراهيم-
استمارة استبيان.

يحتوي الاستبيان على مجموعة من الأسئلة والمطلوب منك قراءة كل سؤال ثم وضع علامة () مكان الإجابة التي تنطبق عليك أي مكان.

دائماً أحيانا نادرا

وإليك مثال على ذلك:

هل تندمج بسهولة خلال مختلف الصداقات الجديدة التي تربطها؟
دائماً أحيانا نادرا
ملاحظة :

- اجب على جميع الأسئلة ولا تترك سؤالا دون الإجابة عنه.
- ليست هناك إجابة خاطئة وأخرى صحيحة.

إشراف الأستاذة :

لزعر سامية

إعداد الطالب :

بوجليدة حسان

| نادرا | أحيانا | دائما | |
|-------|--------|-------|--|
| | | | <p>(1)- هل ترغب قضاء وقت فراغك صحبة زملائك؟</p> <p>(2)- هل يسهل عليك التعامل مع زملائك من نفس الجنس في الثانوية؟</p> <p>(3)- هل تندمج بسهولة خلال مختلف الصداقات الجديدة التي تربطها؟</p> <p>(4)- هل ترغب في أن يدعوك زملائك لمشاركتهم في ممارسة الأنشطة المختلفة من خلال جماعات النشاط المدرسي؟</p> <p>(5)- هل تشعر بأنك موضع حب وتقدير زملائك في الثانوية؟</p> <p>(6)- عندما تصادفك مشكلة مع أحد أفراد المجموعة التي تنتمي إليها هل ينتابك شعور بتغيير جماعة أخرى؟</p> <p>(7)- إذا وقع أحد أفراد المجموعة التي تنتمي إليها في مشكلة أو في مأزق هل تقف بجانبه؟</p> <p>(8)- هل تشعر بالوحدة عندما لا تكون في المجموعة التي تنتمي إليها؟</p> <p>(9)- هل تتردد في اتخاذ قراراتك في مختلف المسائل والمواقف التي تواجهها في الثانوية؟</p> <p>(10)- أثناء مناقشتك مع زملائك في مختلف المواضيع هل يستطيعوا تغيير رأيك حتى ولو اعتقدت بأنك على صواب؟</p> <p>(11)- هل تتردد عند اقتراح الأستاذ أو الزملاء أن تقودهم خلال مختلف الأنشطة المختلفة في الثانوية؟</p> <p>(12)- أثناء هزيمتك في مختلف المباريات والمنافسات التي تشترك فيها مع زملائك هل تتقبل نقد زملائك وتعترف بأخطائك؟</p> <p>(13)- هل تحس بحالة قلق وخوف من المنافس قبل بداية المباراة أو المنافسة؟</p> <p>(14)- تشجيع الجمهور للفريق المنافس هل يزيد من اضطرابك وارتباكك؟</p> <p>(15)- انهزام فريقك بفارق كبير في بداية المباراة هل يؤدي بك إلى عدم المبالاة وعدم الكفاح؟</p> <p>(16)- هل تشعر بحالة حزن وياس أثناء انهزامك في المباراة أو المنافسة لكن هذه الحالة تزول بمجرد بضع دقائق من نهاية المقابلة أو المنافسة؟</p> |

المراجع

- (1)-ديولد فان دالين (تأليف) محمد نبيل نوفل و آخرون (ترجمة) - مناهج البحوث في التربية وعلم النفس - ط₂ - 1984.
- (2) - عيسى عبد الرحمان - مبادئ الإحصاء في التربية وعلم النفس - الجزء الثاني - ط₄- مكتب دارا لفكر. 1987. .
- (3)- محمد صبحي أبو صالح، عدنان محمد عوض- مقدمة في الإحصاء- ديوان المطبوعات الجامعية- الجزائر. 1984 .
- (4)- احمد محمد الطيب - الاحصاء في التربية وعام النفس - ط₁- المكتب الجامعي الحديث. الإسكندرية. 1999.
- (5)-عبد الرحمان عيسوي - الإحصاء السيكولوجي التطبيقي - دار النهضة العربية - بيروت 1989
- (6)- كمال الدين زكي ، محمد عادل حطاب.- التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية. دار النهضة العربية . القاهرة 1965
- (7)- أمين أنور الخولي- الرياضة والمجتمع .عالم المعرفة . الكويت 1996.

المذكرات

- (1) - قرشي عبد الكريم- علاقة الاختلاط في التعليم بالتوافق النفسي الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية - رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس الاجتماعي - جامعة عين شمس 1988 . القاهرة.

المراجع باللغة الفرنسية

- (1)- E- Thill : questionnaire de personnalité pour sportifs - Q.P.S – les éditions de centre de psychologie appliquée. Paris 1983.

الملحق رقم: 1

جامعة الجزائر

كلية العلوم الاجتماعية

- دالي ابراهيم -

"اختبار استبيان الشخصية للرياضيين" Q.P.S.

الهدف من هذا الاختيار هو تحديد مدى توافقك مع نفسك وفي علاقاتك وصلاتك مع محيطك المدرسي.
يتكون الاختبار من عدد من العبارات والمطلوب أن تقرأ كل عبارة بدقة تامة وأن تجيب عنه وككل عبارة إجابتان (نعم) (لا) و عليك وضع علامة (x) في الإجابة التي عن رأيك وإليك مثال على ذلك :

- أفضل التحضير لوحدي قبل المنافسة نعم

- أتعاطف بسهولة مع الناس نعم

فإذا كانت إجابتك "بنعم" عن العبارة الأولى، فضع علامة (x) في الخانة المخصصة لكلمة (نعم) أمام رقم العبارة، أما إذا كانت إجابتك (بلا) عن هذه العبارة فضع علامة (x) في الخانة المخصصة لكلمة (لا).....وهكذا.

المرجو منك أن تكون إجابتك معبرة عما تشعر به أو تفكر فيه، أو ما تقوم به من استجابات في المواقف المختلفة التي تعبر عنها هذه العبارة.

لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وإنما المطلوب معرفة رأيك الخاص.

- إشراف الأستاذة:

لزعر سامية

- إعداد الطالب:

بوجليدة حسان

- 1- يأتيني البكاء بعد كل نتيجة سلبية ----- نعم لا
- 2- لا أحس بالارتياح مع ناس لا أعرفهم ----- نعم لا
- 3- هناك أشياء واقعية تغضبني ولكني أستعيد هدوئي بسرعة ----- نعم لا
- 4- أميل للتعلق طويلا بزملائي وبالمجموعات التي لأنتمي إليها ----- نعم لا
- 5- اعتبر نفسي كأى شخص متوافق شخصيا ----- نعم لا
- 6- من الصعب جدا علي أن أبوح بأسراري لشخص ما ----- نعم لا
- 7- أمر دائما من حالة القلق إلى حالة الراحة والعكس دون أن أعرف لماذا ----- نعم لا
- 8- أفضل التحضير لوحدى قبل المنافسة ----- نعم لا
- 9- في المواقف السيئة احتفظ دائما بحالة نفسية جيدة ----- نعم لا
- 10- اكره العمل لوحدى في أماكن معزولة ----- نعم لا
- 11- أستطيع أن اركز بهدوء حتى إذا كان المحيط فوضوي ----- نعم لا
- 12- وجودنا في جماعة يفقدنا حريتنا ----- نعم لا
- 13- في بعض الأحيان لا أرغب في المنافسات التي حضرت وتمرنت لأجلها ----- نعم لا
- 14- أتعاطف بسهولة مع الناس ----- نعم لا
- 15- كثير من أذواقي وأحاسيسي تبقى ثابتة ----- نعم لا
- 16- في أغلب الأحيان أثق في نفسي وأحيانا أكون قلقا قبل المنافسة ----- نعم لا
- 17- أميل لتدبير شؤونى لوحدى دون مساعدة الآخرين ----- نعم لا
- 18- أحيانا أتضايق بتكرار التفكير في ما دون انقطاع ----- نعم لا
- 19- صعب علي الخضوع لقواعد الحية الجماعية ----- نعم لا
- 20- وقت الفراغ لا يقلقني لأنني أعلم أنه يزول بسرعة ----- نعم لا

- 21- لا أنزعج أبدا عندما أكون لوحدي-----
 نعم لا
- 22- مهما كانت النتائج أحتفظ عادةً بهدوئي-----
 نعم لا
- 23- أربط علاقات صداقة بسرعة مع الناس وأحس بالارتياح معهم في بضع دقائق-----
 نعم لا
- 24- أحس عادةً أنني قلق (ة) لسبب تافه وصغير-----
 نعم لا
- 25- أفضل التدريب بمفردي بدلا من التدريب مع الجماعة-----
 نعم لا
- 26- سهل علي أن أحتفظ بالأفكار الصافية في الأوقات الصعبة-----
 نعم لا
- 27- أتكيف بسهولة مع الآخرين-----
 نعم لا
- 28- أحيانا أحس بالتعب وأتركه يتصرف دون مبرر-----
 نعم لا
- 29- أفضل البقاء بمفردي خلال أوقات الفراغ-----
 نعم لا
- 30- في معظم الحالات أتصرف برزانة ولكن دون غضب-----
 نعم لا
- 31- أحب ربط علاقات جديدة-----
 نعم لا
- 32- في ليلة المنافسة أجد صعوبة في النوم-----
 نعم لا
- 33- أفضل الرياضات الفردية عن الرياضات الجماعية-----
 نعم لا
- 34- في اغلب الأوقات أكون مسرورا في موضوع يخص مستقبلي-----
 نعم لا
- 35- أحس بالحاجة للقاء أصدقائي بكثرة-----
 نعم لا
- 36- قبل المنافسة تتبعثر أفكاري وتتلاشى-----
 نعم لا
- 37- أعتقد أنه لا يجب التعلق كثيرا بالآخرين-----
 نعم لا
- 38- أحيانا يأتي احساس بموجة من الخطر أو موضع خوف لأسباب لا أشرحها-----
 نعم لا
- 39- كثيرا ما أحس بالحاجة لوجود الآخرين-----
 نعم لا
- 40- كثيرا ما أعزل حتى لا يزعجني الآخرون-----
 نعم لا
- 41- يقولون عني أنني رفيق مرح-----
 نعم لا

- 42- في أغلب الأحيان أثق في نفسي وأحياناً أكون قلقاً قبل المنافسة-----
 نعم لا
- 43- لا أعطي أهمية للأفراد ليست لي مصلحة معهم-----
 نعم لا
- 44- عموماً من الصعب علي أن أنام في المساء لما حدث في النهار-----
 نعم لا
- 45- أنتظر أن يطلبوني للاشتراك في المنافسة-----
 نعم لا

الملحق رقم: 2

-جامعة الجزائر-
كلية العلوم الاجتماعية.
قسم التربية البدنية والرياضية

اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية

اقرأ كل سؤال من الأسئلة التالية ثم ضع علامة (×) مكان الإجابة التي تنطبق عليك أي مكان (نعم) أو (لا) فمثلا في السؤال الأول: هل تتجاهل عادة آراء الآخرين؟ إذا كانت إجابتك (بنعم) فضع علامة (×) في الخانة المخصصة للكلمة (نعم) أمام رقم السؤال أما إذا كانت إجابتك (بلا) عن هذا السؤال فضع علامة (×) في الخانة المخصصة للكلمة (لا)...وهكذا.

- 1- هل تتجاهل عادة آراء الآخرين؟ نعم
- 2- هل أنت واثق في قدراتك على تنفيذ ما تريد؟ نعم
- 3- هل تميل للاستسلام بسهولة عندما تواجه مشكلات صعبة؟ نعم

- ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة في هذا الاختبار

- المطلوب منك أن تبين ما تراه وما تشعر به

- أجب مع جميع الأسئلة ولا تترك سؤال دون إجابة

- إشراف الأستاذة :

- إعداد الطالب :

- لز عز سامية

- بوجليدة حسان

- 1- هل تجد أنه من الصعب عليك أن تتعرف على الطلبة الجدد؟ ----- نعم لا
- 2- هل تدعى إلى الحفلات التي يحضرها من هم في مثل سنك؟ ----- نعم لا لا
- 3- هل تظنر إلى أن تكون عنيفا مع بعض الناس لكي يعاملونك معاملة عادلة؟ ----- نعم لا لا
- 4- هل تعتبر قويا وسليما مثل أصدقائك؟ ----- نعم لا لا
- 5- هل تعتقد أن معظم الناس أخساء؟ ----- نعم لا لا
- 6- هل تشعر بأنك تكون أسعد حالا إذا استطعت أن تعامل الظالمين بما يستحقون؟ ----- نعم لا لا
- 7- هل تشعر بأنك محبوب من زملائك؟ ----- نعم لا لا
- 8- هل يعتقد معظم أصدقائك أنك شجاع ----- نعم لا لا
- 9- هل تحتاج أحيانا لأن تظهر غضبك لكي تحصل على حقوقك؟ ----- نعم لا لا
- 10- هل يبدو أن معظم الناس يستمتعون بالتحدث معك؟ ----- نعم لا لا
- 11- هل يطلب منك عادة أن تساعد في إعداد الحفلات؟ ----- نعم لا لا
- 12- هل يظنرك زملائك في الفصل إلى القتال دفاعا عما تملك؟ ----- نعم لا لا
- هل تشعر بأنك متوافق في المدرسة التي تذهب إليها؟ ----- نعم لا
- 14- هل يعتقد الناس أن لديك أفكار جيدة؟ ----- نعم لا لا
- 15- هل وجدت أن الكذب من أسهل الطرق التي يلجأ إليها الناس للتخلص من مشكلاتهم؟ ----- نعم لا لا
- 16- هل لديك عدد كافي من الأصدقاء؟ ----- نعم لا لا
- 17- هل يهتم أصدقائك عادة بما تقوم به من أعمال؟ ----- نعم لا لا
- 18- هل تجد في كثير من الأحيان أنك مظنر إلى المقاتلة دفاعا عن حقوقك؟ ----- نعم لا لا
- 19- هل يظن أصدقائك أن والدك ناجح مثل آبائهم؟ ----- نعم لا لا
- 20- هل تعتقد أن الناس يظلمونك عادة؟ ----- نعم لا لا
- 21- هل يحاول زملائك في الفصل لومك بسبب المشاحنات التي يبدؤونها عادة؟ ----- نعم لا لا
-
-
-

- 22- هل تشعر أن المدرسين يفضلون أن لا تكون في الفصول التي يدرسون لها؟--- نعم لا
- 23- هل يظن زملائك في الفصل بأنك ذكي مثلهم؟----- نعم لا
- 24- هل كثيرا ما تجد أن عليك أن تثور لكي تحصل على حقاك؟----- نعم
- 25- هل تدعى عادة إلى الحفلات التي تقيمها المدرسة؟----- نعم
- 26- هل يسر الزملاء أن تكون معهم؟----- نعم
- 27- هل يعاملك من في المدرسة عادة بطريقة سيئة جدا لدرجة أنك تشعر برغبة في أن تكسر بعض الأشياء؟ نعم
- 28- هل يصعب عليك أن تكون صداقات؟----- نعم
- 29- هل تعتقد أنك محبوب من زملائك؟----- نعم هل
- تجد أن بعض الناس من الظلم أن من الصواب أن تكون سافلا معهم- نعم لا
- 31- هل تشعر بأن زملائك في الفصل يسرهم إن تكون معهم؟----- نعم
- 32- هل تعتقد أن من الصعب عليك أن تنجز ما تقوم به من عمل؟----- نعم
- 33- هل تظن كثيرا إلى دفع الأطفال الأصغر منك بعيدا عن طريقك لكي تتخلص منهم؟----- نعم
- 34- هل يحبك الآخرون كما يحبون أصدقاؤك؟----- نعم
- 35- هل تشعر بأن الناس لا يعاملونك كما ينبغي؟----- نعم
- 36- هل يعاملك بعض الناس بسفالة لدرجة أنك تشتتهم؟----- نعم
- 37- ل يرغب أصدقاؤك في أن تكون معهم؟-----
- 38 هل تعتقد أن معظم الناس الذين تعرفهم لا يحبونك؟-----
- 39- هل ترى أن يكون الإنسان ظالما مع الظالمين؟-----
- 40- هل يهتم من في المدرسة بأرائك عادة؟-----
- 41- هل تعتقد أن الناس يظنون أنك سوف تنجح في عملك حينما تكبر؟-----
- 42- هل تعصي مدرسيك ووالديك إذا كانوا غير عادلين نحوك؟-----

43- هل يبدو لك أن زملائك يقضون في بيوتهم وقتاً أطيب من الوقت الذي تقضيه

أنت في بيتك؟-----

44- هل تعتقد أن الناس لا يعاملونك معاملة حسنة؟-----.

46- هل من الصواب أن تأخذ الأشياء التي يمنعها عنك الآخريين دون خطأ؟-----