جامعة – عمار ثليجي – الأغواط
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التربية الرياضية و النشاطات البدنية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في التربية الرياضية
تخصص : النشاط الرياضي المدرسي
الموسومة ب:

الألعاب الشبه الرياضية ودورها في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط (11سنة – 14 سنة)

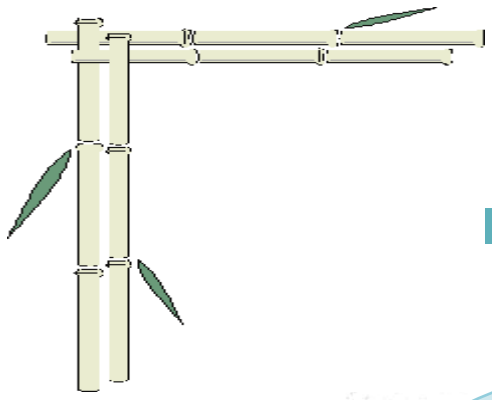
(دراسة ميدانية لبعض متوسطات بلدية الأغواط)

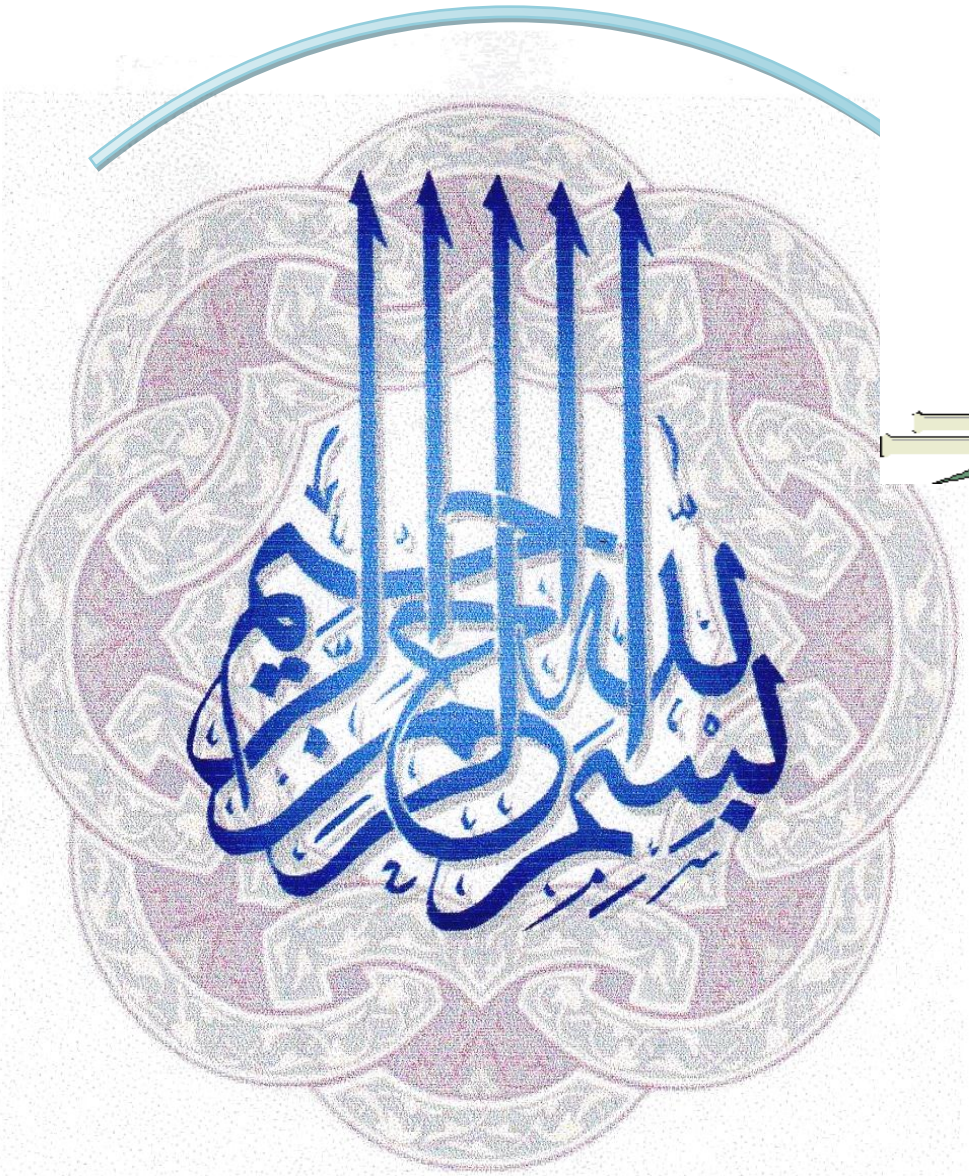
إعداد الطلبة :
- جعيرن صغير
- جليخ محمد

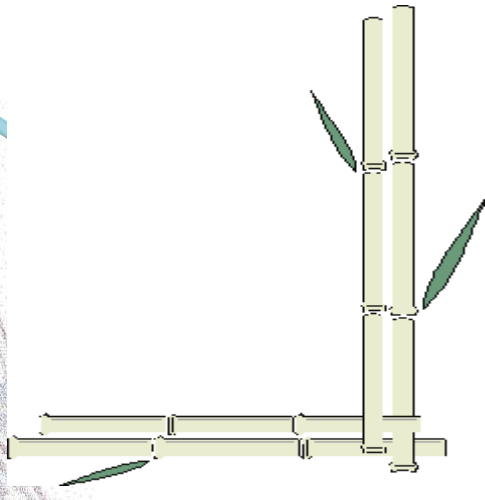
لجنـــة المناقشـــة

الدكتور: مجادي مصطفى..... **رئيسا**
الدكتور: مخنث محمد..... **عضوا ممتحنا**
الدكتور: حنى الهاشمي..... **عضوا ممتحنا**
الدكتور: شيخ المهدي..... **مشرفا**

السنة الجامعية : 2018/2017




بسم الله الرحمن الرحيم



شكر وعرفان

"و إذ تأذن ربكم لئن شكرتم لأزيدنكم و لئن كفرتم إن عذابي لشديد"

الآية 7 سورة إبراهيم

نحمد الله على يمنه و كرمه علينا و توفيقه لنا في إتمامنا هذا البحث المتواضع

و اقتداء بسنة نبينا الكريم عليه أفضل الصلاة و أزكى التسليم

"من لم يشكر الناس لم يشكر الله"

نتقدم بالشكر الجزيل إلى أستاذي المشرف مهدي شيخ الذي لم يبخل علينا بنصائحه و إرشاداته

المنهجية و العلمية طوال فترة البحث.

كما اشكر كل الأساتذة في قسم التربية البدنية و الرياضية وخاصة الدكتور كروم بشير على كل

المجهودات المبذولة خلال السنوات الماضية.

و أتوجه بالشكر الى كل من قدم لنا يد العون من قريب أو بعيد و نخص بالذكر

مديرية التربية لولاية الأغواط ومدراء و أساتذة و تلاميذ متوسطات بلدية الأغواط

و في الأخير نتقدم بالشكر الجزيل لأوليائنا الأعزاء وإخواننا.

جزاكم الله خيرا

إهداء

إلى اللذين قال فيهما الله عز وجل

" وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ"

الآية 14 - سورة لقمان

إلى من قال فيها رسول الله صلى الله عليه وسلم":أمك ثم أمك ثم أمك ثم أبيك"

إلى منبع الحنان وبسمة الحياة التي سهرت الليالي وعانت لراحتي وسعدت لفرحتي

إلى أمي الحبيبة.

إلى الذي تحمل وشقي من أجل أن يراني رجلا يواجه الحياة لمن أنار حياتي ومهد لي طريق العلم والمعرفة أبي العزيز.

إلى رفيقي في الدراسة وصديقي وحبيبي صغير جعيرن ، و محمد صيافة، و بلقاسم داي. لخضر قاسمي .ميهوب طوال .

إلى رفقاء الدراسة، و أصدقاء الطفولة.

جليخ محمد

إهداء

إلى نبع الحنان وكل الحنان ... إلى من تفرح لفرحي وتحزن لحزني
إلى بر الأمان ... أمي العزيزة
إلى الذي يحترق من أجل أن ينير لي درب الحياة
إلى الذي كان يزيد في عزيمتي وقوتي ... أبي العزيز.
إلى إخوتي الذين أقاسمهم الماء والهواء،
إلى كل الأصدقاء والأحباب في ابن ناصر بن شهرة
إلى أعمامي وأبنائهم، إلى أخوالي وأبنائهم
إلى الجدة الغالية أطال الله في عمرها
إلى خالتي الوحيدة والغالية
إلى كل الأصدقاء ((محمد جليخ .محمد صيافة .بلقاسم داي . حسين بيران . ابوبكر شارف.حزة صيافة .ميهوب جعيرن . احمد زنبط.قويدر بلمشري)و الى الدين جمعتني بهم أيام الدراسة بجامعة الأغواط دون استثناء
إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة جهدي

صغير جعيرن

الفهرس

فهرس المحتويات

كلمة شكر	
إهداء	
الفهرس	
قائمة الجداول والأشكال	
الملخص	
مقدمة	أ–ب
الباب الأول: الجانب النظري	
الفصل التمهيدي: مدخل عام لدراسة	04
الإشكالية	05
الفرضيات	06
أهمية الدراسة	07
أهداف الدراسة	08
أسباب إختيار الموضوع	08
تحديد المصطلحات	07
الدراسات السابقة	11
الفصل الأول: الألعاب شبه رياضية	14
تمهيد	15
1- تعريف اللعب	15
2- وظائف اللعب	16
3- أنواع اللعب	17
4- قيمة اللعب	18
5- دور الألعاب في نمو الفرد	18
6- تقسيم اللعب	20

7- خصائص الألعاب	21
8- أهداف اللعب	21
9- الألعاب شبه الرياضية	23
10- أهمية اللعب الشبه الرياضية	24
11- تقسيم الألعاب الشبه الرياضية	25
12- خصائص لألعاب الشبه رياضية	25
13- أهداف الألعاب شبه رياضية	26
14- تصنيف الألعاب شبه رياضية	27
15- ملاحظات خاصة بالألعاب الشبه رياضية	28
خلاصة	29
الفصل الثاني: التوافق النفسي الإجتماعي	30
تمهيد	31
1- تعريف التوفق	32
1-1- الإتجاه النفسي (الشخصي)	34
1-2 الإتجاه الإجتماعي	35
1-3- الإتجه التكاملي(النفسي الإجتماعي)	36
2-ابعاد التوافق	37
2-1- التوافق الشخصي	37
2-2 التوافق الاجتماعي	37
2-3- التوافق المدرسي	39
3- معايير التوافق	40
3-1- المعيار الإحصائي	40
3-2- المعيار الحضاري (الإجتماعي)	40
3-3- المعيار المرضى (الباثولوجي)	41

3-4- المعيار المثالي	41
3-5- محك المقاييس (الإختبارات)	41
4- أشكال التوافق	42
4-1- التوافق الحسن/ حسن التوافق	42
4-2- التوافق السيىء/ سوء التوافق	43
5- العومل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق	44
5-1- عوامل مرتبطة بالمراهق ذاته	45
5-2- عوامل متعلقة بالمدرسة والمحيط	46
6- ميكانيزمات التوافق (الحيل النفسية للدفاع)	48
6-1- الكتب Refoulement	48
6-2- العدوان AGRESSION	49
6-3- الإسقاط projection	50
6-4- التبرير Rationalalisation	50
6-5- التعويض Compensation	51
6-6- الإعلاء والتسامي Sublimation	51
6-7- أحلام اليقظة	52
7- بعض المؤشرات التي تشير إلى التوافق النفسي	53
7-1- النظرة الواقعية للحياة	53
7-2- مستوى طموح الفرد	53
7-3- الإحساس بإشباع حاجات نفسية	53
7-4- الثبوت الإنفعالي	54
7-5- سعة الأفق	54
7-6- مفهوم الذات	54
7-7- المسؤولية الاجتماعية	55

7-8- المرونة	54
8- مظاهر حسن التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق	55
8-1- الشعور بتقدير الذات	55
8-2- إقامة العلاقات والإبعاد عن العزلة والإنطواء	56
8-3الثبات الإنفعالي	57
8-4- العلاقات مع البيئة المحلية	57
8-5- النظرة الواقعية للحياة	58
9- مظاهر سوء التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق	58
10- علاقة التوافق بالفشل والنجاح المدرسي	59
11- وقت الفراغ وعلاقته بتحقيق التوافق للمراهق	61
خلاصة	62
الفصل الثالث: المـراهقـة	63
تمهيد:	64
1- مفهوم المراهقة	65
1-1- تعريف المراهقة لغة	65
1-2- تعريف المراهقة إصطلاحا	66
2- مراحل المراهقة	66
2-1-المرحلة الأولى: المراهقة المبكرة (11-14 سنة):	66
2-2- المرحلة الثانية: المراهقة المتوسطة (14-18 سنة):	66
2-3-المرحلة الثالثة: المراهقة المتأخرة (18- 21سنة):	66
3-أنواع المراهقة:	67
3-1-المراهقة المكيفة:	67
3-2-المراهقة الانسحابية:	67
3-3-المراهقة العدوانية:	67

3-4-المراهقة المنحرفة:	67
4-مظاهر النمو في مرحلة المراهقة:	68
4-1-النمو الجسمي والفيزيولوجي:	68
4-2-النمو الحركي:	69
4-3-النمو العقلي:	70
4-4-النمو الانفعالي:	72
4-5-النمو العضلي	72
4-6-النمو الاجتماعي:	72
5-العوامل المؤثرة في المراهقة:	73
5-1-الوراثة:	74
5-2-العوامل البيولوجية:	74
5-3-البيئة:	74
5-4-النضج:	75
5-5-التعلم:	75
5-6-الجنس:	75
6-مشاكل المراهقة:	76
6-1-المشكلات النفسية:	76
6-2-المشكلات الاجتماعية:	76
6-3-المشكلات الأخلاقية والقيمية:	77
6-4-المشكلات الصحية:	77
6-5-المشكلات الجنسية:	78
6-6-مشكلة عدم الوضوح:	78
6-7-مشكلة الاختيارات والقرارات:	79
7-احتياجات المراهق	79

7-1- الحاجة إلى المكانة:	79
7-2-الحاجة إلى الانتماء:	79
7-3-الحاجة إلى الحب والقبول:	80
7-4-الحاجة إلى الأمن:	80
7-5-الحاجة إلى تأكيد الذات:	80
7-6-الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار:	80
7-7-الحاجة إلى الإشباع الجنسي:	80
8-المراهق والعلاقات الاجتماعية:	81
8-1-علاقة المراهق بالأسرة:	81
8-2-علاقة المراهق بالأصحاب	81
8-3-علاقة المراهق بالمدرسة:	82
خلاصة	83
الباب الثاني: الجانب التطبيقي	
الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	85
تمهيد	86
1- الدراسة الاستطلاعية	87
2- المنهج المتبع	87
3- أدوات البحث	88
4- عينة البحث	89
5- الدراسة الميدانية	90
6- المتغيرات المستعملة	91
7- أسلوب التحليل الإحصائي	91
8- الصعوبات البحث	92
الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج	93

فهرس المحتويات

المحور الأول :نص الفرضية : للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية روح التعاون	94
المحور الثاني :نص الفرضية: للألعاب الشبه رياضية دور في التوافق النفسي	103
المحور الثالث : نص الفرضية: للألعاب الشبه رياضية دور في التوافق الاجتماعي	113
خلاصة عامــة	123
الخاتمـــة	124
قائمة المراجع	128
الملاحق	134
الملخص	138

فهرس الأشكال

رقم وعنوان الشكل	الصفحة
الشكل رقم (01) يبين مدى ميول التلاميذ للألعاب الشبه الرياضية.	94
الشكل رقم (02) يبين مساعدة التلاميذ لبعضهم البعض أثناء القيام باللعبة الشبه الرياضية .	95
الشكل رقم (03) يبن المساعدة التي يقدمها التلميذ في تنشيط اللعبة .	97
الشكل رقم (04) يبن دور التلميذ في اختيار اللعبة المناسبة لتحقيق هدف ما .	98
الشكل رقم (05) يبن حجم التبادل بين التلاميذ والتواصل اثناء اللعبة .	99
الشكل رقم (06) يبن مساعدة التلاميذ لبعضهم البعض في إدارة الألعاب.	100
الشكل رقم (07) يبن مساهمة التلاميذ في تجهيز الملعب.	101
الشكل رقم (08) : يبين مدى التزام التلاميذ بالسلوكات الحميدة أثناء الألعاب الشبه الرياضية .	103
الشكل رقم (09) يبين مدى ثقة التلاميذ في أنفسهم أثناء اللعب .	104
الجدول رقم (10) يبين مصادر الراحة النفسية لدى المراهق.	106
الشكل رقم (11) معرفة العوامل التي تساهم في تحرر من الضغوطات .	107
الشكل رقم (12) يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في ازالة التوترات عند المراهقين.	108
الشكل رقم (13) يبين مدى علاقة التلاميذ ببعضهم البعض.	109
الشكل رقم (14) يبين الحالة المعنوية للمراهق اثناء ممارسة الألعاب الشبه الرياضية.	111
الشكل رقم (15) يبين مدى تقبل التلميذ للخطأ وكيفية التعامل بعده.	113
الشكل رقم (16) يبين مدى اعتراض التلميذ لقرارات التحكيم .	115
الشكل رقم (17) يبين حالة المراهق الاجتماعية ومدى تأثرها بالألعاب الشبه الرياضية .	116
الشكل رقم (18) يبين مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في خلق جو اجتماعي.	117
الشكل رقم (19) يبين مدى أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تطوير العلاقات بين الأصدقاء.	118
الشكل رقم (20) يبين مدى معرفة قدرة التلميذ على تحمل المسؤولية في قيادة الفريق.	119
الشكل رقم (21) يبين مدى حرية التلاميذ في سلوكهم.	120

فهرس الجداول

رقم وعنوان الجدول	الصفحة
الجدول رقم (01) يبين مدى ميول التلاميذ للألعاب الشبه الرياضية .	94
الجدول رقم (02) يبين مساعدة التلاميذ لبعضهم البعض أثناء القيام باللعبة الشبه الرياضية	95
الجدول رقم (03) يبن المساعدة التي يقدمها التلميذ في تنشيط اللعبة .	96
الجدول رقم (04) يبن دور التلميذ في اختيار اللعبة المناسبة لتحقيق هدف ما .	98
الجدول رقم (05) يبن حجم التبادل بين التلاميذ والتواصل اثناء اللعبة .	99
الجدول رقم (06) يبن مساعدة التلاميذ لبعضهم البعض في إدارة الألعاب.	100
الجدول رقم (07) يبن مساهمة التلاميذ في تجهيز الملعب.	101
الجدول رقم (08) : يبين مدى التزام التلاميذ بالسلوكات الحميدة أثناء الألعاب الشبه الرياضية .	103
الجدول رقم (09) يبين مدى ثقة التلاميذ في أنفسهم أثناء اللعب .	104
الجدول رقم (10) يبين مصادر الراحة النفسية لدى المراهق.	105
الجدول رقم (11) معرفة العوامل التي تساهم في تحرر من الضغوطات .	107
الجدول رقم (12) يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في ازالة التوترات عند المراهقين.	108
الجدول رقم (13) يبين مدى علاقة التلاميذ ببعضهم البعض.	109
الجدول رقم (14) يبين الحالة المعنوية للمراهق اثناء ممارسة الألعاب الشبه الرياضية.	110
الجدول رقم (15) يبين مدى تقبل التلميذ للخطأ وكيفية التعامل بعده.	113
الجدول رقم (16) يبين مدى اعتراض التلميذ لقرارات التحكيم .	114
الجدول رقم (17) يبين حالة المراهق الاجتماعية ومدى تأثرها بالألعاب الشبه الرياضية .	116
الجدول رقم (18) يبين مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في خلق جو اجتماعي.	117
الجدول رقم (19) يبين مدى أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تطوير العلاقات بين الأصدقاء.	118
الجدول رقم (20) يبين مدى معرفة قدرة التلميذ على تحمل المسؤولية في قيادة الفريق.	119
الجدول رقم (21) يبين مدى حرية التلاميذ في سلوكهم.	120

مقدمة

المقدمة :

نظرا للتطور السريع الذي شهدته العديد من المجالات الحياة ، سواء كانت العلمية منها أو المعرفية خاصة لتلك المتعلقة بالمجال التربوي وذلك لما له من أهمية بالغة في تكوين أفراد المجتمع تكوينا متكاملا مما يساعده على التكيف ومسايرة العصر في تطوره الفكري والعلمي .

وبما أن التربية العامة هي إعداد الفرد للحياة علميا وعمليا وجسميا وعقليا وخلقيا واجتماعيا ، وذلك من خلال الأنشطة البدنية والمعرفية والحركية والثقافة الترويحية ليتحملوا مسؤولياتهم نحو أنفسهم وأجسامهم وحياتهم الشخصية والاجتماعية لينشؤا مواطنين صالحين ينفعون أنفسهم ويخدمون أوطانهم .

وللوصول إلى هذه الأهداف نجد أن أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات الرياضية يستخدمون العديد من الطرق التي تتلاءم مع الخصائص الفيزيولوجية المرفولوجية والنفسية الاجتماعية للفرد من جهة ، ومن حيث ملائمة الظروف المحيطة بالإنجاز من جهة ثانية ، ومن بين هذه الطرق نجد طريقة الألعاب الشبه الرياضية ، والتي هي إحدى الطرق التي يمكن اعتبار أن لها علاقة كبيرة بتحقيق أهداف الحصة التعليمية ، التي لها علاقة بتحقيق جملة من الاهداف خلال الحصص التعليمية ، ولكون اللعب ليس مرتبطا بمرحلة سنية معينة ونجد ممارستها من حيث استعداد التلاميذ وجعلها تبدو سهلة أو صعبة ، وكذالك تعمل الالعاب الشبه الرياضية على تحسين التوافق النفسي وتنمية العلاقات الاجتماعية حسب اختيار اللعبة والتخطيط المسبق لكيفية إنجازها بغرض تنمية التوافق النفسي الاجتماعي ، وكما نعلم أن الحصة التعليمية تهدف لتنمية جوانب أساسية :

نفسي ، اجتماعي ، العاطفي والمعرفي .

وفي بحثنا هذا سنتطرق لمعرفة دور اللعب الشبه رياضي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضية ولقد تناولنا في دراسة هذا الموضوع من خلال خطة البحث التي شملت على مقدمة كانت عبارة عن تقديم وإثارة للموضوع وشملت على خطة سير البحث.

ثم الإطار العام للدراسة والذي تمثل في عرض إشكالية البحث ، الفرضيات ، أهمية الدراسة والهدف منها ومصطلحات البحث والدراسات السابقة .

وعلى جانبين : الجانب النظري وشمل على ثلاثة فصول:

الفصل الأول : الألعاب الشبه رياضية .

الفصل الثاني : التوافق النفسي الاجتماعي .

الفصل الثالث : المراهقة .

أما الجانب التطبيقي فقد احتوى على فصلين :

الفصل الأول : شمل الطرق المنهجية للبحث وذلك باستعمال أدوات البحث ، ومكان إجرائها.

الفصل الثاني : فقد تطرقنا إلى عرض النتائج المتوصل إليها وتحليلها ومناقشتها بالعودة إلى الإطار النظري للبحث .

وفي خاتمة البحث طرحنا رؤيتنا في نتائج البحث من خلال دراسة فرضيات البحث ومناقشتها بموضوعية وأمانة علمية ، مستخلصين في الأخير اقتراحات وتوصيات مناسبة .

الجانب النظري

الفصل التمهيدي

1 . إشكالية :

نظرا للتطور السريع الذي شهدته العديد من المجالات الحياة، سواء كانت العلمية منها أو المعرفية خاصة لتلك المتعلقة بالمجال التربوي وذلك لما له من أهمية بالغة في تكوين أفراد المجتمع تكوينا متكاملا مما يساعده على التكيف ومسايرة العصر في تطوره الفكري والعلمي

وبما أن التربية العامة هي إعداد الفرد للحياة علميا وعمليا وجسميا وعقليا وخلقيا واجتماعيا، وذلك من خلال الأنشطة البدنية والمعرفية والحركية والثقافة الترويحية ليتحملوا مسؤولياتهم نحو أنفسهم وأجسامهم وحياتهم الشخصية والاجتماعية لينشؤا مواطنين صالحين ينفعون أنفسهم ويخدمون أوطانهم .

وللوصول إلى هذه الأهداف نجد أن أساتذة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية يستخدمون العديد من الطرق التي تتلاءم مع الخصائص الفيزيولوجية المرفولوجية والنفسية للفرد من جهة، ومن حيث ملائمة الظروف المحيطة بالإنجاز من جهة ثانية، ومن بين هذه الطرق نجد طريقة الألعاب الشبه رياضية، والتي هي إحدى الطرق التي يمكن اعتبار أن لها علاقة كبيرة بتحقيق أهداف الحصة التعليمية، وذلك لما تتطلبه هذه الطريقة من سيطرة على نوع من الأدوات، والأداء الجيد الذي يستلزم أولا السيطرة على الجسم وعلى الأداة، ولكون اللعب ليس مرتبطا بمرحلة سنية معينة نجد أن المدرب يوجه الألعاب من حيث استعدادات اللاعبين لممارستها وجعلها تبدو سهلة أو صعبة، أو بسيطة أو معقدة حسب اختيار اللعبة والتخطيط المسبق لكيفية إنجازها بغرض الارتقاء بمستوى التوافق النفسي الاجتماعي والتي تساهم في تنشئة التلميذ اجتماعيا واتزانه عاطفيا وانفعاليا حيث يتعلق موضوعنا بمرحلة سنية صعبة فهي مرحلة المراهقة، وكما نعلم أن حصة التربية البدنية والرياضية تهدف لتنمية ثلاثة جوانب أساسية: الحسي الحركي، الاجتماعي، العاطفي والمعرفي.

وفي بحثنا هذا سنتطرق لمعرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط

من خلال كل ما سبق تبلور لدينا التساؤل العام التالي:

هل للألعاب الشبه رياضية الممارسة في حصة التربية البدنية والرياضية دور في التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط؟

الأسئلة الفرعية:

- ❖ هل للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية روح التعاون؟
- ❖ هل للألعاب الشبه رياضية دور في التوافق النفسي؟
- ❖ هل للألعاب الشبه الرياضية دور في التوافق الاجتماعي؟

2. الفرضيات:

الفرضية العامة:

للألعاب الشبه رياضية دور في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط.

الفرضيات الجزئية:

- ❖ للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية روح التعاون.
- ❖ للألعاب الشبه رياضية دور في التوافق النفسي.
- ❖ للألعاب الشبه رياضية دور في التوافق الاجتماعي.

3 . أهمية الدراسة:

يكمن هدف بحثنا هذا في:

إبراز الوظيفة الفعالة التي تلعبها الألعاب الشبه رياضية في حياة تلاميذ مرحلة المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضية.

تنمية مختلف جوانب نموه خاصة الجانب العقلي والحركي النفسي الاجتماعي.

لأن النشاط الرياضي يتيح فرصا عديدة للتكوين الخلقي والاجتماعي إذ ينمي في الفرد الصفات الاجتماعية التي تدعم حياته، كالتعاون مع الغير والاعتزاز بالانتماء للجماعة والإخلاص لها، وغيرها من الصفات الاجتماعية والخلقية التي تؤثر تأثيرا فعالا في تنمية الشخصية.[1]

وتشير حنان العناني إلى أهمية ممارسة اللعب والرياضة في الإرشاد النفسي والتربوي، وتذكر أن اللعب يعد مجالا سمحا للتعبير عن الكبت والصراعات يتيح فرصة إزالة المشاعر السلبية مثل الغضب والعدوان والتعبير عنها تعبيرا رمزيا عن طريق اللعب، مما يخفف عن الفرد الضغوط والتوترات الانفعالية، وتصف أن ممارسة اللعب تنمي الصفات والسمات النفسية والاجتماعية المرغوبة.[2]

كذلك تفيد هذه الدراسة في مجال كشف المواهب الرياضية واختيارها حيث تقدم أسلوبا مبسطا للتنبؤ مسبقا بالمواهب الرياضية المدرسية المميزة في الجانب النفسي وسمات الشخصية حيث يمكن بفضل هذه الدراسة التعرف على بعض أبعاد الشخصية الرياضية في المرحلة المتوسط وبالتالي إنتقاء المواهب الرياضية المدرسية بناء على هذه الأبعاد، وذلك بتطابق واقتراب خصائصهم النفسية والشخصية مع خصائص الشخصية التي تميز الرياضيين البارزين في منافسات المستوى العالي وذلك مع مرعاة توافر العوامل الأخرى في الموهبة الرياضية مثل العوامل البدنية والمهارية والعقلية والحركية وغيرها.

4 . أهداف الدراسة:

الاهتمام الكامل بمرحلة المتوسط، حيث تكثر فيها الاضطرابات والمشاكل النفسية، وهي مرحلة الانفعالات الحادة والتقلبات المزاجية السريعة الناتجة عن التغيرات الخاصة بهذا السن (المراهقة).

اهتمام مربي التربية البدنية والرياضية بالجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ.

---

[1]– علي عمر المنصوري، الرياضة للجميع، ط1، د.م، د ن، 1980، ص49.

[2] – حنان العناني، الصحة النفسية للطفل،ط1، عمان، دار الفكر، 1999، ص173.

ابراز دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية روح التعاون داخل المجموعة.

– ابراز وظيفة الالعاب الشبه الرياضية لدى المراهق ودورها في تنمية الجانب الاجتماعي.

– معرفة دور الذي تلعبه الألعاب الشبه الرياضية في تنمية روح المسؤولية لدى التلاميذ.

5. أسباب اختيار الموضوع :

يمكن أن نصنف أسباب اختيار الموضوع الى أسباب ذاتية و موضوعية كما يلي:

أسباب رغبتنا وميولنا الى البحث عن دور الالعاب شبه الرياضية في تنمية التلاميذ اجتماعيا باعتبار دراسة بحثنا في المرحلة السنية مهمة وهي مرحلة المراهقة.

أسباب موضوعية :

اختيارنا لهذا الموضوع والمتمثل في دور الالعاب الشبه الرياضية سواء كانت تعليمية او ترفيهية ليرجع الى اسباب عديدة قد نلخصها فيما يلي:

1– قلة الدراسات في هذا المجال خاصة في هذا المجال بالذات مما يجعله مجالا ثريا وخصبا للبحث والتحليل .

2– عدم استغلال الأستاذة للفرص التي تمنحها التربية البدنية والرياضية من خلال الألعاب الشبه الرياضية وذالك لتهيئة التلميذ ودفعه الى التفاعل داخل الجماعة ومنحها الصفات الاجتماعية الفعالة للتأقلم مع متطلبات المجتمع.

ذاتية :

6. تحديد المصطلحات :

الألعاب الشبه رياضية :

الألعاب الشبه رياضية هي ألعاب منظمة تنظيما بسيطا، وسهلة في أدائها، ولا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها، ولا توجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة، ولكن يمكن للمعلم من وضع القوانين التي تتناسب مع سن اللاعبين واستعداداتهم والهدف المراد

تحقيقه، ويمكن ممارستها في أي مكان، كما يمكن أدائها باستخدام أدوات بسيطة أو بدون أدوات، وهي لا تحتاج إلى تنظيم معقد ودقيق[1]

التوافق النفسي:

التوافق النفسي عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة.

التوافق الاجتماعي:

يتضمن السعادة مع الأخر والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.[2]

التوافق النفسي والاجتماعي:

هو حالة تكون حاجات الفرد من ناحية ومتطلبات البيئة من ناحية أخرى مشبعة تماما من خلال علاقة منسجمة بين الفرد وبيئته الاجتماعية[3].

[1] إلين وديع فرج : خبرات في الألعاب للصغار والكبار ، ط 2 ، المعارف الإسكندرية ، 2002 ، ص 26 .

[2]– حامد عبد السلام زهران: علم النفس الاجتماعي، ط5، علم الكتب، 1984، القاهرة، ص29.

[3]– حسين أحمد حشمت ومصطفي حسين ناهي: التوافق النفسي والتوازن الوظيفي، ط1، الدار العلمية للنشر والتوزيع الأهرام، 2006، مصر، ص47.

المراهقة:

1- تعريف المراهقة لغة:

تعني كلمة مراهقة في اللغة الاقتراب والدنو من الحلم، بحيث يقال "رهق " بمعنى غشي أو لحق أودنا، وراهق بمعنى قارب، والمراهق هو الفتى الذي يدنو من الحلم واكتمال الرشد[1]، وكلمة مراهقة تقابلها باللاتينية adolexence، وهي مشتقة من الفعل اللاتيني adolexere بمعنى التدرج نحو النضج الجسمي، العقلي، الانفعالي.[2]

1-2-تعريف المراهقة اصطلاحا:

المراهقة هي مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى الشباب حيث تحدث فيها تغيرات عضوية ونفسية ذهنية، ولا يوجد في الواقع تعريف واحد للمراهقة، حيث نجد تضارب للآراء حول تعريفها فنجد هناك من يرى أن فترة المراهقة هي فترة التحول الفيزيقي نحو النضج، وتقع بين مرحلة بداية البلوغ وبداية سن الرشد[3]، والبعض الأخر يراها على أنها مصطلح وصفي للفترة التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا، وذا خبرة محدودة ويقترب من نهاية نموه البدني والعقلي[4].

[1] – ARIOLLA ,ADOLESCENT, la croissance la formation de la personnalité, Edition EST, 1975, P13.

[2] – ميخائيل اسعد إبراهيم، مشكلات الطفولة والمراهقة، ط01 بيروت : دار الأفاق الجديدة 1999، ص 31

[3] – محمد عاطق غيث، قاموس علم الاجتماع، (ب.ط)، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية1989 ، ص18

[4] – سعدية محمد على هادر، علم النفس والنمو، (ب.ط)، دار الكويت: دار البحوث العلمية 1998 ، ص 329

يعرفها "راجح" علم إنما تلك المرحلة التي يمكن تحديدها ببدء نضج الوظائف الجنسية، وقدرة الفرد على التناسل، وتنتهي بسن الرشد، وإشراف القوى العقلية المختلفة على إتمام النضج[1].

7. الدراسات السابقـة:

دراسـة زينـب دريـر 1999:

عنـوان الرسالـة: برنامج لتنمية بعض المهارات الأساسية للألعاب وتأثيرها على تنمية الجانب الحس حركي للطفل.

هدف الدراسة: وضع برنامج لتنمية المهارات الأساسية لكل من كرة (السلة، اليد، الطائرة، القدم).

المنـهج المستخدم: المنهج التجريبي.

العينـة: 50 طفلة وطفلة.

وسائـل جمع البيانـات: اختبار الذكاء (لجود) اختبار للقدرات الحركية الخاصة بالألعاب قيد البحث (اختبار دراسة خاصة بالمهارات الأساسية للألعاب).

أهم النتائـج: ان البرامج المقترح لها أثر ايجابي على كل من المهارات الأساسية (التمرين– التصويب– التنطيط) للألعاب أهمية كبيرة في تنمية القدرات الحركية قيد البحث.

دراسـة حنـان رشـدي 1997:

عنـوان الرسالـة: تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على التغيرات الفسيولوجية و البدنية و المهارات الحركية لطفل ما قبل المدرسة من (5 –6) سنوات.

هدف الدراسة: التعرف على تأثير البرنامج على بعض المتغيرات الفسيولوجية (النبض والضغط) والبدنية (قدرة سرعة الرجلين والذراعين) والمهارات الحركية (الرمي– العدو– الوثب)

المنـهج المستخدم: المنهج الوصفي.

[1] – سمير كامل احمد، سيكولوجية نمو الطفل ، القاهرة، ط1، مركز الإسكندرية للكتاب 1987 ، ص 35.

العينـة: 50 طفل و طفلة.

وسائل جمـع البيانـات: اختبارات ومقاييس وأجهزة لقياس المهارات الحركية والنبض والضغط والعناصر البدنية.

أهم النتائج: تم التوصل إلى البرنامج التجريبي له تأثير إيجابي و تحسن المهارات الحركية (العدو– الرمي– الوثب) الأطفال الحضانة من (5–6) سنوات.

دراسـة محمد عبد الوهاب، خيريـة السكرى 1988م

عنـوان الرسالـة: تأثير برنامج الموجه لكل من الألعاب الصغيرة و القصة الحركية على بعض المهارات الحركية والتغيرات النفسية والفسيولوجية لأطفال ما قبل الدراسة.

هدف الدراسـة: معرفة تأثير البرنامج على تطور بعض المهارات الحركية والمتغيرات النفسية والفسيولوجية على أطفال عينة البحث.

المنهـج المستخـدم: المنهج التجريبي.

العينـة: 80 طفل وطفلة (4–6) سنوات.

وسائـل جمـع البيانـات: اختبارات ومقاييس وأجهزة لقياس النواحي الفسيولوجية.

أهم النتائــج: أسفرت النتائج على أن برنامج الألعاب الصغيرة والقصة الحركية متكافئ الأثر بالنسبة للأطفال ولها أثر ايجابي على تحسن المهارات الحركية والمتغيرات النفسية والفسيولوجية لأطفال ما قبل المدرسة.

دراسـة مرفت الطوانسي 1994م:

عنـوان الرسالـة: تأثير جمباز الموانع والألعاب على الأداء الحركي والتكيف الاجتماعي لطفل ما قبل المدرسة.

هدف الدراسـة: التعرف على تأثير هذا البرنامج على الأداء الحركي والتكيف الاجتماعي والتعرف على الفروق إن وجدت بين تأثير استخدام كل من جمباز الموانع والألعاب على الأداء الحركي والتكيف الاجتماعي لأطفال ما قبل المدرسة.

المنهـج المستخـدم: المنهج الوصفي.

العينـة: 90 طفل وطفلة.

وسائـل جمـع البيانـات: اختبارات ومقاييس وأجهزة لقياس النواحي الفسيولوجية.

أهم النتائـج: وقد أسفرت النتائج على أن استخدام جمباز الموانع لها تأثير ايجابي على تحسين الأداء الحركي والتكيف الاجتماعي لطفل ما قبل المدرسة وفاق التحسن للمجموعة التمرينية الثانية والمستخدمة جمباز الألعاب عن المجموعة التمرينية الأولى والمستخدمة جمباز الموانع والمجموعة الضابطة في التكيف الاجتماعي كما في التحسن للمجموعة التجريبية الأولى (موانع) على المجموعة الضابطة في الأولى الحركة والتكيف الاجتماعي.

دراسة علي العزازي 1989م:

عنوان الرسالة: أثر ممارسة الأطفال في سن (4-5) سنوات لبعض ألعاب الحركة على تنمية القدرات الإدراكية الحس حركية.

هدف الدراسـة: دراسة تأثير ممارسة الأطفال في (4-5) سنوات أو لبعض ألعاب الحركة على تنمية القدرات الإدراكية- الحس حركية.

المنهـج المستخدم: المنهج التجريبي.

العينـة: 94 طفلا من (4 -5) سنوات.

وسائل جمع البيانات: بطارية "الدايتون" الإدراكية الحس حركية (4 -5) سنوات.

أهم النتائـج: للبرنامج المقترح للألعاب الحركة تأثيرا ايجابي على القدرات الادراكية الحس حركية.

الفصل الأول

تمهيـد

تعتبر الألعاب أحد الأنشطة الرياضية الهامة في مجال تدريس التربية البدنية والرياضية المناسب لجميع الجنسيين وهي أحد المكونات الرئيسية لأي برنامج تدريسي ويفضله الكثيرون لأنه قريب من طبيعة الفرد وميوله بالإضافة إلى دورها المهم في النمو السليم والمتكامل للفرد (النمو البدني، الحركي، الانفعالي الاجتماعي)، الذي يعود على الفرد من ممارسته.

1- تعريف اللعب:

إن موضوع اللعب لقي اهتماما و متابعة من قبل المفكرين والعلماء والذين ارادو أن يعطوا تعريفا دقيقا له و من بينهم الدكتور'ريسان عبد المجيد' والذي عرفه: "هو نشاط حيوي واستخدام حر دائم يقوي المرء و إبداعه في إطار قواعد محددة " [1].

أما 'غروس"GROSS"عرفه :"للعب ما هو إلا إعداد الطفل لعمل الجد في الحياة المستقبلية."[2]

أما "عبد الحميد شرف" فيرى : "اللعب ميل فطري موروث في كل فرد طبيعي وهو وسيلة للتعبير عن ألذات باستغلاله طاقته ويدفع الفرد إلى التجريب والتقليد واكتشاف طرق جديدة لعمل الإنسان وبذلك يشعر الفرد فيه بالمتعة والسرور وله دور كبير في تكوين شخصية الفرد :"[3]

---

[1] د/ريسان عبد المجيد: 'ألعاب الحركة' : دار الشروق، الأردن، ط1، 2000،ص 11

[2] حسن علاوي : "لم النفس الرياضي " :ط6، 1985، ص35

[3] عبد المجيد شرف : "التربية الرياضية للأطفال الأسوياء و المتحدي للإعاقة" ط4، 1987، ص 5

– ويرى د/عطية محمود :" أن اللعب يعد الوسيلة الطبيعية في تفهم مشاكل الحياة التي تفرض وتحيط بالطفل، في كل لحظة وآونة، فعن طريق اللعب يكتشف البيئة التي يعيش فيها ويوسع من معلوماته ويزيد من مهاراته ويعبر عن أفكاره ووجدانه ".[1]

– ويرى شاتو "CHATAU" أن : " اللعب هو النشوة وحرية التعبير عن ألذات ".[2]

إذن فاللعب عبارة عن نشاط يسلي ويتم بالحركة حيث تكون الألعاب ثابتة أما المضمون فيكون معقول مع محدودية الأدوار.

2- وظائف اللعب:

من الوظائف المعروفة عن اللعب هي أن اللعب يستطيع التعرف على وجوده، بالإضافة إلى استيعاب القواعد الاجتماعية والخلقية واللعب بجعل الأفراد يحتكون ببعضهم البعض، وذلك لأنهم يسرقون اكتشاف العلاقات الإنسانية ويوافقون على الخضوع لقواعد المجموعة ومن بين هذه الألعاب توجد الألعاب الرياضية التي لها أهمية كبيرة في تطوير القدرات النفسية والاجتماعية للفرد ومن بين اكبر الوظائف نجد :

– يتعلم السلامة والأمن ومبادئ السلوك الاجتماعي

– يشبع حاجاته من الرضا والسرور والنجاح والمغامرة والتعبير عن النفس [3].

– إشباع ميول ورغبات التلاميذ نحو الأداء الحركي

– اكتساب التلاميذ الاحساس بالتذوق والجمال والتعبير الحركي.

– تدريب الحواس مع تنمية القدرة على استخدام هذه الحواس.

---

[1] عطية محمود : "مجلة علم النفس " : 1949

[2] –les jeux de l'enfant Apres 3ans . sa nature . sa discipline 4eme Ed ; j Varin libraire philosophiques . paris،1976،p29.

[3] حسين عبد الجواد :"الألعاب الصغيرة " دار العلم للملايين، بيروت، ط 1، 1984، ص 09

- تنمية وتطوير الحركات الطبيعية الأساسية.
- اكتساب المهارات الحركية.
- تنمية القيم الخلقية والاجتماعية.
- تنمية عنصر الاتصال الاجتماعي [1]

3- أنواع اللعب:

3-1- اللعب العفوي:

يعتبر أساس النشاط النفسي والحركي للاعب، وهو عبارة عن الوسيلة الأولى للتعبير عن إشارات وحركات تظهر مجانية.

3-2- اللعب التربوي:

المدرسة الفعالة النشيطة اهتمت بأنه يمكن أن يقوم اللعب بدور تربوي وذلك خاصة عندما يكون الطفل في ريعان نموه، بحيث يثير الانتباه وينمي روح الملاحظة في التعاون وبعد ذلك يمكن من تهيئة النزعة للحياة الاجتماعية. [2]

3-3- اللعب العلاجي:

يستعمل في العلاج النفسي عند الأطفال الذين هم تحت التشخيص. إذ أن الطفل لا يستطيع التعبير على كل مشاكله أي ما يختلج في صدره عن طريق الكلام، ولكن تحملها بظهر بوضوح في نشاطات اللهوية كاللعب. [3]

---

[1] مصطفى السابع محمد ر:"اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية و الرياضية " : مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية، ط1، 2001، ص 119

[2] مفتى إبراهيم حماد : " طرق تدريس ألعاب ألكراتي "ط1، دار الفكر العربي، 2000، ص 25-26

[3] د/ريسان عبد المجيد: 'ألعاب الحركة' المرجع نفسه، ص 26

4 – قيمة اللعب :

يعتبر اللعب من أهم الوسائل التربوية التي تدخل في تشكيل جوانب شخصية الفرد لأنه يساعده على اكتشاف المحيط واكتساب الخبرة، حيث نجد اللعب له قيمة كبيرة تتلخص فيما يلي : [1]

- تدريب الحواس وتنمية الملاحظة واكتساب الخبرة.
- تلبية حاجات الفرد وميوله إلى اللعب والحركة.
- المساعدة على التكليف الاجتماعي.
- تسهيل اكتساب المعارف عن طريق الممارسة.
- استغلال الألعاب في تنظيم الحوار قصد تصحيح المكتسبات وإثرائها.
- اكتساب المحيط وتنظيم الفضاء.

5– دور الألعاب في نمو الفرد:

5–1– الجانب البدني:

تساعد الألعاب الطفل على النمو البدني فهي تنمي قدرات الجسم على التكيف للمجهود وقدرته على مقاربة اللعب والعودة إلى الحالة الطبيعية، وتتضمن الألعاب العديد من الحركات كالجري والرمي والقفز وكلها حركات تساعد على تحسين الأجهزة العضوية المختلفة للجسم. [2]

---

[1] N.E Medajaouiri M.rachid.Amelioration des qulitès physique Travers LES J.P.S . (15-17) Sous La Direction M.Dgaout .A. juin .91.p 5

[2] ألين وديع فرح، "خبرات في الألعاب للصغار و الكبار " : دار المعارف الإسكندرية،1996– ص 24

5-2- الجانب النفسي:

إن المحللون النفسيين ينظرون إلى اللعب على انه الطريق الأسمى لفهم المحاولات التي يقوم ذات اللاعب للتوفيق بين الخبرات المتعارضة التي يمر بها إذا يكتشف اللاعب الذي يعاني من مشكلة خاصة مشكلته عن طريق اللعب بشكل لاتقاد طريق أخرى. [1]

5-3- الجانب الحركي:

تعمل الألعاب على جعل الجسم قادرا على الحركة مع بذل أقل قدرا ممكن من الطاقة كما تجعل حركات اللاعب رشيقة و جميلة، وتعتمد الحركة الفعالة على العمل المنسق بين الجهاز العضلي والجهاز العصبي وينتج عن هذه الحركة الصحيحة المنسجمة أن تبعد المسافة بين التعب وقمة الأداء وتنمو هذه الحركات في الألعاب التي تتضمن مهارات مثل: الجري والوثب والمحاورة ولف الجسم وكل الحركات التي تتطلب مهارات توافقية مثل: القدرة على التحكم في رمي الكرة إلى مكان بعيد وإيجاد ضرب الكرة بالمضرب وأهم فترة لاكتساب هذه المتوافقات المهارية وتنميتها هي مرحلة الطفولة إلا أنها تحتاج إلى سنوات عديدة من التدريب. [2]

5-4- الجانب الانفعالي :

في ممارسة الألعاب مجال خصب لتنمية إنكار ألذات، فالألعاب تجعل الفرد يشعر بالمسؤولية والاعتماد على نفسه في كيفية مواجهة المنافس، وفي أثناء اللعب يتحرر الفرد من التوتر ويشعر بالثقة في نفسه وسعادة ورضا فيما يقوم به، كما أن مزاج الفرد يصبح أكثر ثباتا فلا يتذبذب لأسباب تافهة بين الفرح والحزن أو بين التحمس والفتور من الفوز بنقطة أو فقد نقطة.

---

[1] عمر محمد التومي الشيباني :"تطوير النظريات و الأفكار التربوية :" 1981- ص 274

[2] نفسه، ص 24 – 25

5-3- الجانب الاجتماعي:

تساعد الألعاب على النمو الاجتماعي للفرد أثناء اللعب يكشف مسؤولية نحو الجماعة والحاجة إلى تبعية والقيادة إلى ممارسة النجاح والشعور بالانتماء، كما يتعلم كيف يواجه مواقف الرضا ومواقف الضيق والهزيمة ويتحقق اللاعب التعاون والحب والإخاء وتحقيق ألذات واحترام حقوق الآخرين، والرغبة في الفوز تجعل اللاعب يبذل الجهد والعطاء وبذلك تنمو في اللاعب العلاقات الإنسانية القيمة والوعي الجماعي والمعايشة التعاونية.

5-6- الجانب العقلي:

تساعد الألعاب على نمو العقلي فالفرد يحتاج إلى التفكير وتفسير المعارف التي يكتسبها مثل: القوانين وميكانيكية الأداء الحركي والخطط المتضمنة للألعاب وتساعد اللاعب على تحليل المواقف المفاجئة والمشحونة بالانفعال والقدرة على اتخاذ القرار بسرعة تحت ضغط هذه الظروف.

6- تقسيم الألعاب:

يمكن تقسيم الألعاب إلى نوعين هما:

6-1- الألعاب الكبيرة:

فهي ذلك النوع من الألعاب التي لها قواعد وقوانين متعارف عليها محليا ودوليا وتحتاج عادة إلى مساحات كبيرة لإقامتها ولعدد كبير من الأفراد لمزاولتها

6-2- الألعاب الصغيرة:

فهي الألعاب التي ليس لها اتحاديات دولية أو قوانين ثابتة ويجب أن لا يغيب عن أذهاننا أن هناك عوامل كثيرة لها أثر كبير في تقسيم الألعاب كالجنس والسن والبيئة والعوامل الجوية.[1]

7- خصائص الألعاب:

تعتبر الألعاب أحد أشكال الحركة البنائية ولها طبيعة ثقافية وتتميز بعدة خصائص أهمها:

- قابليتها للتكرار (يمكن إعادتها أكثر من مرة).
- تنتهي بنتيجة محددة.
- تتسم ببعض التنظيم (كيفية احتساب الفوز، عدد اللاعبين.....الخ).
- السلوك الوظيفي (يتمكن وصفها و بالتالي تعليمها).
- روح و مشاعر خاصة أنها تتشكل من الانتقالات المرتبطة بها.[2]

8- أهداف اللعب:

تعد طريقة اللعب من الطرق الشائعة الاستعمال في مجال التدريب الرياضي لمختلف أطوار نمو الفرد وذلك لما تحققه هذه الطريقة من نجاح كبير للوصول إلى الأهداف المسطرة من قبل المعلم في الجوانب الحركية، والمعرفية، والانفعالية (العاطفية)، ومن بين هذه الأهداف نجد :

---

[1] فايز مهنا : التربية الرياضية الحديثة : دار طه يس، ط1، 1985-ص 172-173

[2] أمين أنور الخولي – وآخرون :"مناهج التربية الرياضية الحديثة :" دار الفكر العرب، ط1، 2000-ص 135

8-1- الأهداف النفسية الحركية:

لكي تكون طريقة اللعب فعالة تجب أن تهدف إلى تنمية وتحسين الحركات البنائية الأساسية مثل الحركات الانتقالية والمتمثلة في القدرة على التحرك من وضع الثبات إلى مكان آخر كالوثب والجري بالإضافة إلى الحركات الغير انتقالية كتحريك الرأس والجذع وكذلك الحركات اليدوية كالضرب باليد أو القدم، وتنمية القدرات الادراكية التي تساعد المتعلم على تفسير المثير حتى يتمكن من التكيف مع البيئة وتتضمن أساسا التميز الحركي والبصري والسمعي، كما تساهم هذه الطريقة في تنمية القدرات البدنية حيث تعمل على تحسين أداء المهارات المتعددة والبسيطة منها والعقدة بالإضافة إلى تنمية المهارات الحركية[1].

8-2- الأهداف المعرفية:

ينبغي أن تهدف برامج اللعب إلى إعداد الفرد في المجال المعرفي بأقسامه المتعددة والتي المعرفة مثل: القدرة على تذكر المهارات السابق تعلمها بالإضافة إلى الفهم بحيث يكون المتعلم قادرا على الفهم الحركي أو المهارات التي يتعلمها، وكذا تطابقها وتحليل تلك الحركات وتركيبها، ثم الوصول إلى تقييمها أو معرفة مدى تحقيق الهدف الذي وضع له، ومثال الأهداف المعرفية نذكر ما يلي: أن يعرف المصطلحات الخاصة باللعب ويتعرف على أنواع المهارات الخاصة به، ويختار طرق اللعب المناسبة للفريق ويحلل أنماط المهارات تحليلا دقيقا ويقارن بين مستويات الأداء الأولى والنهائي ويقوم أخطاء الأداء.

8-3- الأهداف العاطفية:

لا شك أن لكل هدف معرفي جانب عاطفي وتلازمها أمر طبيعي، وعلى المعلم أن يجذب اهتمامات المتعلمين للتعلم الألعاب حتى يتولد لديهم الرغبة في تعلمها، كما يتضمن المجال العاطفي عملية التطبيع الاجتماعي الذي له الأثر في نمو السلوك والتحكم فيه

[1] ألين وديع فرح : "المرجع السابق " : ص-34-37

ويدخل في نطاق الأهداف العاطفية للألعاب: غرس قيم مرغوب فيها كالروح الرياضية العالية مثل: التفاهم والإحساس بمشاعر الآخرين واحترام حقوق الآخرين نتيجة احترام قواعد اللعب واحترام الحكام والإداريين، وتقبل المسؤولية عن السلوك الشخصي وإدراك الفرد لذاته والشجاعة، والمثابرة وبذل الجهد، كما يكتسب اللاعب قيمة ثقافية بحيث تساعد على فهم ثقافة المجتمع، وكذا اكتساب قيم جمالية وفنية من خلال التربية الحركية التي تعمل على تحقيق الرضا الجمالي والفني.[1]

9- الألعاب الشبه رياضية:

9-1- تعريف :

الألعاب الشبه رياضية هي مجموعة من الحركات أو الفعاليات المريحة والترفيهية مهمتها تطوير القدرات البدنية والعقلية بطريقة نشيطة ومريحة، فالألعاب الشبه رياضية هي نشاط خاص بالطفل ويأخذ عدة أشكال حسب العمر وهو مركز على الميول المأخوذة من النشاط كليا بحيث يعتبر المحرك الرئيسي لتطوير شخصية الطفل وغالبا ما تسير الألعاب الشبه رياضية بطابع تنافسي دون الحاجة أو اللجوء إلى قواعد تنافسية رسمية من بينها مدة اللعب وعدد اللاعبين والملعب وطبيعة الوسائل المستعملة في الرياضات الجماعية بصفة عامة.

للإشارة أن المصطلح أو كلمة الألعاب الشبه رياضية غير مستعملة في التعاريف العالمية بل تستعمل في الألعاب الصغيرة أو الألعاب الحركية كمفردات لكونها مستمدة من خيال الأطفال ومستوحاة من تقاليد وعادات الشعوب وتستعمل الألعاب الشبه رياضية من أجل:

[1] الين وديع فرح، المرجع السابق، ص 41-43

9-2- التحفيز :

بحيث أنه ليس هناك سلوك دون التحفز لذلك يجب إدخال مثير لإثارة الفكر لكي يدخل في الحركة فالتحفيز يمثل العامل الرئيسي الذي به ينمي الفكر، والتركيز والانتباه والترفيه والراحة في المنافسة كي يستطيع الطفل إعطاء أفضل ما لديه من روح الإبداع في كل الأوضاع البيداغوجية.

يجب التأثير على التحفيز لدي الطفل وذلك من خلال عدة عوامل :

- عوامل مرتبطة بالتلميذ منها حب التنفيذ وكذلك استعمال متطلبات الحركة.
- عوامل مرتبطة بالنشاط في حد ذاته كتنوع الوضعيات المتتابعة والإحساس بالاستقلالية.
- عوامل مرتبطة بشخصية المربي ومنها :

-احترام شخصية الطفل.

-إيجاد وسط أمن ومثير في نفس الوقت.

9-3- التحضير :

يكون اللعب على أشكال مختلفة حسب العمر ويكون مركز على الميول المكتسبة عن طريق الممارسة ويعتبر اللعب المحرك الأساسي لتطور القدرات البدنية والعقلية، والنفسية والاجتماعية في الرياضات والممارسة الكلية والمداومة تكون مقيدة، لكن هذه الإجراءات تتخذ قصد تميز الألعاب الخاصة بالطفل التي لها دلالة ومعاني مختلفة. [1]

10- أهمية الألعاب الشبه رياضية:

تكتسي الألعاب الشبه رياضية أهمية كبيرة وتتجلى فيما يلي:

---

[1] سوزانا ميلر : سيكولوجية اللعب، ترجمة حسن عيسى، عالم المعرفة، الكويت ص 192

-تعتبر وسيلة أساسية في تطوير الجانب البدني للطفل.

-تنمي روح التعاون والتفاعل الاجتماعي.

- هي بمثابة تمهيد لألعاب الفرق من خلال تنمية المهارات الحركية الأساسية المختلفة.

-تضفي على درس التربية البدنية والرياضية جوا من المرح والتسلية.

11- تقسيم الألعاب الشبه رياضية:

حسب إلين وديع فرج في كتابه خبرات في الألعاب للصغار والكبار أن الألعاب الشبه رياضية تنقسم وفقا للخصائص المميزة لمجموعات اللعب إلى ما يلي:

- ألعاب المساكة.

- ألعاب الكرة.

- ألعاب الفصل.

- ألعاب التتابع.

- ألعاب اختبار الذات.

- ألعاب مائية. [1]

12- خصائص الألعاب الشبه رياضية:

تتميز الألعاب الشبه رياضية بعدة خصائص منها:

- ❖ الألعاب الشبه رياضية لا تتطلب وسائل وإمكانيات متعددة ومعقدة.
- ❖ تكون الألعاب الشبه رياضية محددة بقواعد صحيحة وسهلة الفهم.

[1] الين وديع فرج : خبرات في الألعاب للصغار والكبار المرجع السابق، ص 26

❖ يجب أن تحتوي الألعاب الشبه رياضية على مجهود بدني وعقلي يحتفظ بأكبر عدد من الأطفال أثناء الأداء.

❖ نتيجة التنافس لا تعتمد على الصدف.

❖ يجب أن تكون محفزة خاصة المتعلقة بفكر الطفل.

❖ يجب أن تسمح بمجهود بدني متنوع لكامل الجسم، وكذلك توزيع متوازن للجهد البدني وكذا وقت للراحة، وأيضا المتطلبات التنسيقية والمعرفية. [1]

13- أهداف الألعاب الشبه رياضية:

إن لاستعمال الألعاب الشبه رياضية في درس التربية البدنية دور في عملية التعلم الحركي وكذلك إضفاء طابع الحيوية والمتعة على درس التربية البدنية والرياضية، ولكن استعمال الألعاب الشبه رياضية في كل جزء من أجزاء الحصة لديه أهداف ثانوية أخري نوردها فيما يلـي :

13-1- المرحلة التحضيرية:

تستعمل الألعاب في هذه المرحلة لخدمة غرضين أساسين وهما:

أولا: القيام بعمليات الإحماء لتحضير الجسم لتقبل الجهد خلال طول الحصة، والهدف التالي هو تنشيط الحصة قصد تحفيز الطلبة على القيام بمجهود بدني وعقلي دائما في صياغ عملية الترقية.

[1] Rachid Aoudia : Les Jeux Pré sportifs Dans La Formation En Hand – Ball Sous La Direction De P .Konstanty .I.E.P.S. Juni 1986. P5.

13-2- المرحلة الرئيسية:

وتستعمل الألعاب في هذه المرحلة لتعزيز وتدعيم عملية التعلم وذلك باقتراح ألعاب تخدم هدف الحصة، بحيث تسمح باكتساب المهارات الحركية والتقنية في وسط تنافسي تنمي فيه جميع الصفات البدنية والعقلية.

13-3- المرحلة النهائية :

وتستعمل الألعاب الشبه رياضية في المرحلة النهائية لخدمة هدفين أساسين ويتمثل الأول في عملية الاسترخاء البدني بعد أداء جهد بدني مرتفع، أما الهدف الثاني فيتمثل في ترك التلاميذ في نشاط.

دائم في حالة عدم احتواء المرحلة الرئيسية على حمل كبير،((جهد بدني كبير)) أو إذا كان البرنامج المدرسي يسمح بذلك أي عدم وجود حصة دراسية بعد حصة التربية البدنية والرياضية. [1]

14- تصنيف الألعاب الشبه رياضية:

إن تصنيف الألعاب الشبه رياضية يعود إلى "**اندري ديميابر**" حيث صنفها إلى أربعة مجموعات.

14-1- ألعاب جد نشيطة:

وهي التي تتطلب جهد بدني مركب ومتوافق بين كل اللاعبين وهذا الجهد يدوم بدوام اللعب في حد ذاته.

---

[1] Chachoua Brahim .Meseausi .Braham .Bentaha Sid-Ahmed : Mémoire .Etude Comparative De Deux Méthodes D' entérinements Sous La Direction De Mr. Lalaui .F .Juin 1991-1992 . P38.

14-2- ألعاب نشيطة:

يكون الجهد في هذه الألعاب عالي، يقتصر على فريق واحد في الوقت الذي يكون فيه الفريق الثاني في راحة نسبية، مع أخذ قسط حقيقي وفعال من اللعب.

14-3- ألعاب ذات شدة ضعيفة:

وتتصف هنا كل الألعاب أين يكون فيها الجهد البدني بشكل عام فردي ولا يمثل في الوقت إلا جزء ضئيل من المدة الإجمالية للحصة ويحمل إلى ملاحظة أنه في حالة ما إذا استعملت ألعاب هذه المجموعة تكون بعدد قليل من الأطفال.

14-4- ألعاب ترويحية تثقيفية:

تتميز هذه الألعاب بالجهد الضعيف وإثارة الجهد الذهني والعقلي مما ينتج عنه الترويح والتثقيف. [1]

15- ملاحظات خاصة بالألعاب الشبه رياضية:

تساعد هذه الألعاب التعلم ضمن مختلف الأنشطة وخاصة الرياضات الجماعية ومن جهة أخرى تسمح:

- ❖ باشتراك عدد من الأطفال في حالة نقص الوسائل.
- ❖ باستغلال الوسائل البسيطة مثل: كرات ذات أشكال وأوزان مختلفة.

نقدم بعض الألعاب الشبه رياضية كمثال: على المربي أن يبحث وينوع في اختيار الألعاب باحترام المبادئ التاليـة:

- القيام باختيار دقيق يناسب تحقيق الأهداف المسطرة.
- تجنب تكرار الذي يعرض إهمال التعليم والميل إلى التنشيط. [1]

[1] بوغدة نواري، عمارة نور الدين آخرون: أهمية الألعاب الشبه رياضية للألعاب الرياضية الجماعية، تحت إشراف الأستاذ عمارنة مسعود، دورة جوان، ص 22 .

خلاصة :

بعد تطرقنا لأهم الجوانب الخاصة بالألعاب الشبه رياضية من تعريف وتبيان دورها وأهميتها يمكننا أن نقول بأن الألعاب الشبه رياضية تعد أحد الأنشطة الهامة في مجال التربية البدنية والرياضية المناسبة لجميع الأعمال ولكلا الجنسين على السواء، وهي أحد المقومات الرئيسية لأي برنامج تدريبي ويفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد وميوله بالإضافة إلى دورها الهام في النمو الحركي والعقلي والانفعالي والاجتماعي، وهذه الألعاب إما أن تكون جماعية تربي لديهم روح المعاونة والانضباط أو فردية تبرز قدرات الطفل الشخصية وإمكانية الاعتماد على النفس والشجاعة وحب المنافسة.

[1] منهاج التربية البدنية والرياضية التعليم الثانوي، ديوان الوطني للمطبوعات المدرسية، جوان، 1996،ص124.

الفصل الثاني

تمهيد.

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

حيث لا يمكن للإنسان المكون من النوازع المادية، والروحية، والحاجات النفسية، والإجتماعية 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 سواءا بمواجهته المباشرة للمواقف والمشاكل ومواجهة علنية، أو بلجوئه إلى استخدام الميكانيزمات الدفاعية التي تهدف هي الأخرى إلى تحقيق عملية التوافق.

وسنتطرق في هذا الفصل إلى تعريف التوافق وتحديد أبعاده ومعاييره، وكذا إلى العوامل المؤثرة في التوافق انفسي الإجتماعي للمراهق، ثم إلى الميكانيزمات الدفاعية التي يلجأ إليها لتحقيق عملية التوافق.

1- تعريف التوافق:

تذهب أغلب التعاريف الواردة في علم النفس إلى أن مفهوم وأصل التوافق مشتق من علم الأحياء والبيولوجيا، ويأكد على ذلك "لازاروس" في قوله" إن مفهوم التكيف انبثق من علم الأحياء"، وهو ما يؤكده داروين في نظرية" النشوء والإرتقاء"، وقد عدله من قبل علماء النفس ويسمى التوافق بدل التكيف، ويأكد على كفاح الفرد من أجل العيش والبقاء.[1]

ويثير هذا التعريف نقطة هامة تتمثل في الإختلاف حول مدلول كل من مفهومي التكيف، والتوافق عند البعض من علماء النفس، والمهتمين بالسلوك الإنساني.

فالتكيف كما يقول" جون بياجية" هو عملية تتم عن طريق تحقيق التوازن بين مظهرين من مظاهر التفاعل بين الفرد والبيئة، فالفرد إما أن يدخل على سلوكه التعديل، مما يساعده على تحقيق التوازن بين سلوكه، وبين ظروف البيئة المحيطة به بكل مطالبها، إما أن يحاول التأثير في البيئة والوسط المحيط به حتى تستجيب هذه البيئة بدورها لرغباته، وحاجاته في الإتجاه الذي يريد.

أما التوافق فهو مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته، وكل صراعاته، ومواجهة مشكلاته في إشباعات وإحباطات وصولا إلى مايسمي بالصحة النفسي، أو السواء، أو الأنسجام، أو التناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة، والعمل وفق التنظيمات التي ينخرط فيها الإنسان، وعليه فالتتوافق هو مفهوم إنساني.[2]

وبناءا على ما سبق يمكن القول بأن التوافق والتكيف مفهومان مختلفان فيما بينهما، لكنهما مكملان لبعضهما، فالإنسان يتكيف بيولوجيا ويتوافق نفسيا وإجتماعيا، إذ يبدأ التكيف وهو جنين في بطن أمه ويستمر ذلك طول حياته وبعد الولادة، في حين يبدأ التوافق النفسي والإجتماعي مع تكوين ذاته في السنوات الأولى من حياته، وبهذا ترتبط العلميتان، التكيف

[1]- قريشي عبد الكريم: علاقة الإختلاط في التعليم بالتوافق النفسي الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس الإجتماعي، جامعة عين شمس، سنة 1988، القاهرة، ص45.

[2]- حسن صالح الدهري: الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، سنة1999، الأردن، ص55.

والتوافق ارتباطا وثيقا بمرحل النمو المختلفة التي يمر بها الإنسان انطلاقا من خصائص كل مرحلة ومطالب النمو فيها، علما بأن هذه المطالب تختلف من مرحلة لأخرى ابتداء بالطفولة وإنتهاءا بالشيخوخة، وعموما فإن الشخص المتوافق هو الذي يشغل جميع الجوانب النفسية والإجتماعية، والإنفعالية إلى أقصي درجة ممكنة في مواجهة مشكلاته حتى يحقق الصحة النفسية المرغوبة في أية مرحلة يعيشها.[1]

وهناك الكثير من مراجع علم النفس التي لم تطبيق الفرق بين المفهومين، وظلت الكلمتين مستعملتين للدلالة على نفس المعنى، ومصطلحات التوافق والتكيف، التلاؤم، الإنسجام والاتزان الإنفعالي والسواء، العقل السوي يقصد بها في الغالب التعبير عن حالة الصحة النفسية للفرد .

وفي هذا السياق يرى **مصطفي فهمي** أن علم النفس استعار المفهوم البيولوجي للتكيف، والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح الموائمة، واستخدام في المجال النفسي الإجتماعي تحت مصطلح التكيف أو التوافق، فالإنسان كما يتلائم مع البيئة الطبيعية يستطيع مع الظروف الاجتماعية والنفسية والتي تطلب منه باستمرار أن يقوم بموائمات بينها وبينه، وظروف الحياة تدفعه إلى الحياة نفسها تدفعه إلى هذا التكيف، وما يساعده على ذلك ما لدى الفرد من القدرة على التطبيع الإجتماعي والذكاء.[2]

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]- حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسي، عالم الكتائب ط1، 1978، القاهرة ص33.
[2]- مصطفى فهمي: دراسات سيكولوجية التكيف-ط1- 1987.

1-2-الإتجاه النفسي (الشخصي):

ويعرف التوافق أو التكيف ضمن هذا الإتجاه بأنه إشباع الفرد للقدر الأكبر من حاجاته الجسمية النفسية والإجتماعية.

التوافق 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 والفسيولوجية، وكذلك الأمن، وهي حاجة نفسية ضرورية، وإحساسه بأنه محبوب من الآخرين، وأن لديه القدرة على الحب.[1]

ويذكر سعد جلال أن تكيف الفرد يتوقف على مدى إشباع حاجته لتأكد ذاته عن طريق إشباع الحاجات الأخرى النفسية والإجتماعية، إلا أنه قد تعترض سبيل الفرد عقبات تحول دون إشباع هذه الحاجات، فتؤدي إلى عدم تكيف الفرد.[2]

ويذكر أيضا بأن الحاجة تؤدي إلى إستثارة الدافع، والدافع ما هو إلا حالة توتر إلى عدم استقرار الكائن الحي وإختلال توازنه، فيقوم بنشاط قصد التواصل إلى إشباع الحاجة والتخفيف من الدوافع لإعادة التوازن وإزالة التوتر، ولما كان الإنسان في عملية تفاعل مستمر مع بيئته المادية والإجتماعية، وهذا التفاعل عملية ديناميكية، فعمليات التكيف مستمرة وتوازن الإنسان دائما في حالة تذبذب بين الاتزان وعدمه.[3]

وانطلاق من أن الإنسان اجتماعي بطبعه فإنه لا يمكننا أن نتصره دون إطار اجتماعي وثقافي معين ونقول عنه أنه متوافق، وعليه وإنطلاقا من التعاريف السابقة فإن أنصار هذا الإتجاه قد بالغا في إشباع الحاجات تناسوا الجانب الطبيعي والإجتماعي الذي يؤثر ويعدل من سلوك الفرد، حيث أن عملية التوافق أو التكيف لا تتوقف على الفرد فقط بل هناك

[1]- حسن صالح الدهري: مرجع سابق، ص 56

[2]- سعد جلال: المرجع في علم النفس، دار المعارف بمصدر، ط1، 1971، القاهرة، و.ص 487.

[3]- سعد جلال: في الصحة العقلية الأمراض الفسية والانحرافات السلوكية، دار المطبوعات الحديثة ومصر، ص483.

معايير أخرى تتحكم وتتدخل فيها كالمعايير الإجتماعية والثقافية والطبيعية، فالفرد لا يعيش بمعزل عن هذه المعايير والعوامل فهي تؤثر فيه ويتأثر بها ويتأثر فيها.

1-2 الإتجاه الإجتماعي:

حسب هذا الإتجاه فإن تحقيق التوافق والتكيف على مسايرة الفرد لمعايير وثقافة مجتمعه.

وفي هذا السياق يرى **مصطفي فهمي** أن كل مجتمه إنساني ينظم مجموعة من القواعد والنظم التي تضبط علاقات الفرد بالجماعة وتحكمها وفقا لمعايير التطبيع الإجتماعي، يتعرف على هذه القواعد وتلك القوانين ويمتثلها حتى تصبح جزءا من تكوينه الإجتماعي، ونمطا محددا لسلوكه داخل الجماعة.[1]

كما يرى أحمد عزت راجح أن التوافق حالة من الإنسجام والتلاؤم بين الفرد وبيئته التي تبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجاته، وتصرفه التصرف المرضي إزاء مطالب البيئة المادية والإجتماعية والثقافية، ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعادته عندما يواجه موفقا جديدا أو مشكلة مادية أو خلقية أو صرعا نفسيا، تغييرا يناسب الظروف الجديدة.[2]

ويتضح من هذا العرض أن الإتجاه الإجتماعي يعاكس الإتجاه النفسي بتركيزه على المجتمع ومكوناته المختلفة، ويرى أن الشخصية المتوافقة هي التي تساير المجتمع وثقافته ومعاييره ، غير أنه قلل من قيمة الفرد وطاقتة المبدعة والتي غالبا ما تقف في وجه تلك المعاييرة.

[1]- مصطفي فهمي: مرجع سابق ص13.

[2]- أحمد عزت راجح: أصول علم النفس، المكتب المصري الحديث ط10، سنة 1976، الإسكندرية، ص10.

1-3- الإتجاه التكاملي(النفسي الإجتماعي):

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

وترى سمية فهمي في هذا الصدد أن التكيف يتضمن تفاعلا مستمرا بين الشخص وبيئته فللشخص 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 الظرفين، 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 والإجتماعية التى يعيش في وسطها من جهة أخرى.[1]

ومن هنا فإن التوافق في نظر هذا الإتجاه (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 الإجتماعي أو الثقافي.

وبناءا على ما سبق فإن هذا الإتجاه هو الأكثر قبولا وإستعمالا لأنه يمثل نظرة أكثر موضوعية لعملية التكيف أو التوافق، فهذا الأخير عملية حيوية في حياة الفرد وتمثل سلسلة

[1]- سمية أحمد فهمي: مجالات الصحة النفسية في المدرسة، بحوث منشورة في حوليات كلية البنات جامعة عين شمس، سنة1989، القاهرة، ص 80.

من محولات التوافق بين حاجات الفرد ومطالب البيئة ولا تكون السيطرة المطلقة أو الدائمة لأي منها.

2- أبعاد التوافق:

2-1- التوافق الشخصي:

وهو أن يكون الفرد راضيا عن نفسه غير كاره لها أو نافرا منها أو ساخطا عليها أي غير وثقا منها، كما تتسم حياته النفسية بالخلو من مشاعر الذنب والقلق والضيق ومن المكونات 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 وشحذ قوى العقل، واستعدادات الذكاء بالتعليم والتفكير لإدراك محسوسات العالم الخارجي الذي يحيط به، والداخلي الذي تنبعث من باطنه، ثم الإستجابة 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 التوافق بين هذه الدوافع، وعليه فالتوافق الشخصي هو تلك العملية التي يحقق بها الفرد من الإتزان مع نفسه ويظهر ذلك في أن يكون واثقا منها معتمدا عليها في مواجهة الموافق التي يتعرض لها، كما يظهر في ميله إلى التحرر والواقعية، والإنتماء والإنبساط مع خلوه من الأعراض المرضية.

[1]- مصطفى فهمي: مرجع سابق، ص34.

[2]- كمال دسوقي: علم النفس ودراسة التوافق، ط2، سنة 1976، ص7-8.

2-2 التوافق الاجتماعي:

يتمثل في العلاقة الجيدة والإنسجام الكلي بين الفرد والبيئة المحيطة به ، ويرى حامد عبد السلام زهران أن التكيف الاجتماعي هو السعادة مع الآخرين والإلتزام بأخلاقيات المجتمع، ومسايرة المعايير الاجتماعية، والإمتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغير الاجتماعي السليم، والعمل لخير الجماعة، مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.[1]

فعملية التفاعل الاجتماعي للفرد لابد أن تتضمن التزامه بما في المجتمع من أخلاقيات نابعة من تراثه الروحي والديني والتاريخي، هذه الأخلاقيات تعتبر علامات معنية عن طريق الفرد، تنبهه إلى ما في المجتمع من أوامر للنمو ونواهي، وما يعتبره من محرمات وممنوعات، وما يحبذه من أساليب سلوكية مختلفة أو نواحي التفضيل المختلفة التي يراها ويؤديها الكيان الثقافي لهذا المجتمع، والتزام الفرد بهذه الأخلاقيات فيه شعور بالتوحيد مع الجماعة، وبمدى رضاها عنه وارتياحها لما يصدر عنه ويتفق مع هذه الأخلاقيات.

ويرى أسعد رزوق في هذا الصدد بأن التوافق الاجتماعي هو تلك العملية التي يقتبس فيها الفرد نمط السلوك الملائم للبيئة، وبالنسبة لسلوك الفرد هو التغير الذي يطرأ تبعا لضروريات التفاعل الاجتماعي، واستجابة لحاجة الفرد إلى الانسجام مع مجتمعه، ومسايرة العادات والتقاليد الاجتماعية التي تسود هذا المجتمع.[2]

وهكذا من خلال التعاريف السابقة يتضح أن الشخص المتوافق من الناحية الاجتماعية هو الشخص الذي يستطيع إيجاد علاقات منسجمة مع البيئة المحيطة به بأشكالها المختلفة، سواء مع أفراد أسرته أو المجتمع بوجه عام، وهذه العلاقة ترتكز على توفر مجموعة عناصر منها:

[1]- حامد عبد السلام زهران: مرجع سابق، ص150.

[2]- أسعد رزوق: موسوعة علم النفس، مكتبة لبنان، بيروت، ص88.

تقبل الآخرين والإيمان بالتعاون من أجل خدمة المجتمع، وخلو الفرد من النزاعات المضادة للمجتمع كالتعصب العرقي والتمييز العنصري والنزاعات العشائرية والإخلال بالنظام العام... إلخ.

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 ومراهقته حتى سن الرشد، ومع أن التلميذ يتدرج في الإدماج بالمدرسة، ويتعود على تقبل ما فيها من تسلط المجتمع الأكبر وضوابطه وسيطرته، فعندما يجيء السن الذي يستطيع فيه أن ينمي ملكاته العقلية، أن يناقش المجتمع الحساب فهو في خوف من الصورة الكبيرة التي تنتظره (للمجتمع)، والتي ليست هذه (المدرسة) غير صورتها المصغرة- يحس بالقلق والثورة: لماذا كل هذه المواد الدراسية؟ ما قيمة كل هذا التحصيل؟ ما الداعي للتمسك بالنظام وتقييد الحرية؟ وهل هذا مطلوب للحياة العملية؟ هل الإمتحان مقياس سليم لتقييم القدرات، أم أن الذي يحفظ هو الذي يتفوق؟ هل الصمت والسكوت وعدم المناقشة أو الإعتراض هو الأدب المطلوب، والذي ينتقد ويحلل ويفكر باستقلال وحماس يكون غير مرضي عنه؟.[1]

ويتوقف 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.

من مظاهر سوء التوافق المدرسي الغياب المتكرر للتلميذ وعدم الإنتظام المستمر في الدراسة بالتالي فشلة الدراسي الذي قد يؤدي به إلى التسرب المبكر وما يترتب عنه من مشاكل اجتماعية، كل هذا يكون نتيجة كراهية التلميذ للمدرسة أو فشله الدراسي، أو سوء

[1]- كمال دسوقي: مرجع سابقص27.

علاقاته فيها، أو عدم تكيفه مع الأوضاع التي تختلف عن تلك الأوضاع التي تعود عليها في الأسرة.

3- معايير التوافق:

أخذ الأشخاص العاديين وكذا المختصين بدراسة السلوك البشري مجموعة من المعايير التي عن طريقها يستطيع تحديد نوع السلوك الذي نشاهده، ومن أهم هذه المعايير المستخدمة للتمييز بين حالات التوافق السوي والغير السوى هي:

3-1- المعيار الإحصائي:

وهو عبارة عن محك يقوم على المعني الإحصائي السريع الخصائص الإنسانية، كالطول، والوزن والذكاء، وفي هذه الحالة التي ينحرف كثيرا عن المتوسط أو الحالة التي تدخل ضمن خصائص الأغلبية، فالشخص السوي هو المتوسط الذي يمثل الشطر الكبير من مجموعة الناس، تطلب هذا المعيار أن تكون الأدوات التي تقيس بها التوافق أدوات موضوعية وموثوق بها حتى تمكننا من تصنيف الأشخاص إحصائيا، وما يؤخذ على هذا المعيار هو أنه يهتم بالسلوك الظاهر دون الاهتمام بدلالة سلوكه ودوافعه ونتائجه، كما أنه يصلح لتقييم الأشياء المحسوسة كالطول مثلا، بينما يصعب بواسطته قياس أو تصنيف بعض سيمات الشخصية أو الاتجاهات وما إلى ذلك.

3-2- المعيار الحضاري (الإجتماعي):

حسب هذا المعيار فإن الشخص السوي أو المتوافق هو الذي يساير المعايير الاجتماعية ويمتثل لقواعد الضبط الاجتماعي، والشاذ أو غير السوي الذي يتصرف عكس ذلك.

لكن وجود مقومات حضارية وثقافية مختلفة بإختلاف الثقافات والمجتمعات تجعل من التوافق مسألة نسبية موقف على نوع المجتمع وحضاريته وقيمته، وعليه ليس هناك معيار

إنساني عام، فما يعد سويا في مجتمع قد مرض وشذوذا في مجتمع أخر، كما يؤخذ على هذا المعيار إن المجتمع نفسه ليس دائما بالمجتمع السوي، 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 (الباثولوجي):

يصنف هذا المعيار الأشخاص حسب أعراض الإكلينيكية، فالأفراد غير المتوافقين (غير الأسوياء) هم الذين تظهر عليهم أعراض مرضية، بينما المتوافقين أو الأسوياء لا تظهر عليهم هذه الأعراض، ومما يأخذ على هذا المعيار هو أنه لا يستطيع تحديد الدرجة التي تنفق عندها ونقول أن هذا السلوك سوي أو هذا شاذ.

3-4- المعيار المثالي:

يعتمد هذا أساسا على أحكام قيمية تطلق على أشخاص، وعادة ما ستمد أصوله من أصوله من الأديان وجهاز القيم الأخلاقية، والسواء حسب هذا المعيار هو الاقتراب والدنو، من كل ما هو مثالي والشذوذ هو الإنحراف عن المثل العليا.

لكل ما يؤخذ على هذا المعيار هو أن المثالية ليس محددة تحديدا دقيقا من جهة، ومن جهة أخرى هو أن ما هو طبيعي في مجتمع ما قد يكون غير ذلك في مجتمع آخر.

3-5- محك المقاييس (الإختبارات):

الذي يركز في تصنيفه لحالات التوافق سواءا التوافق عند الأفراد على مجموعة من المقاييس، أو بطارية الاختبارات التي تهدف إلى قياس جوانب مختلفة من شخصياتهم كالشعور بالرضا عن الذات، والاتزان الإنفعالي وقوة التحمل والذكاء، التوافق الشخصي للإندماج 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 الإختبارات أو المقاييس وثباتها كانت وما زالت 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، ونسبيته هي أهم الأسباب والعوامل التي أدت على ظهور كل هذه المعايير التي لم يتسم أي واحد منها بالشمولية والتكامل سوى في هذا السياق **محمد السيد أبو النيل** أنه لا يمكن استخدام واحد من المحكات السابقة في تشخيص الأسوياء، بل يوضع في الاختبار هذه المحكات جميعا عند التشخيص.[2]

4- أشكال التوافق:

4-1- التوافق الحسن/ حسن التوافق:

هو قدرة الفرد على إشباع دوافعه أو حاجاته بطريقة ترضيه وترضي المحيطين به أي يشبع حاجاته بطريقة يحقق فيها اللذة ولا يصطدم فيها بمعايير المجتمع الصالحة، ويتطلب التوافق الحسن الوصول إلى حالة من الاتزان في إرضاء مطالب الفرد ومطلب المجتمع في آن واحد، دون الاضرار بأحدهما سواء الفرد أو مطالب المجتمع ويعرف (أحمد عزة راجع) حسن التوافق بأنه قدرة الفرد على التوافق توافقا سليما وأن يتلائم مع بيئته الاجتماعية والمادية والمهنية أو مع نفسه.[3]

[1]- نصر الدين جابر: علاقة التقبل الرفض الوالدي بتكيف الأبناء، دكتور غير منشورة في علم النفس الاجتماعي، سنة 1997، جامعة الجزائر ص67.

[2]- محمد سيد أبو النيل: علم النفس الاجتماعي، دراسات عربية وعالمية، ج1 الجهاز المركزي للكتب الجامعية، سنة 1984، ص44.

[3]- أحمد عزة راجح: علم النفس الصناعي، دار القومية، ط3، 1965 ص

4-2- التوافق السيىء/ سوء التوافق:

هو عجز الفرد على إشباع دوافعه أو حاجاته بطريقة ترضي وترضي الآخرين فالفرد الذي يعجز عن إشباع حاجاته يصبه الإحباط والشعور بالفشل،[1] ويحدث سوء التوافق حسب (**ROGERS** 1949) نتيجة عدم إتساق خبرات الفرد والذات وهو الذي يؤدي بالفرد بحالة من سقوط المناعة من الانكشاف والتعري (**Vulneralility**) وسوء التوافق النفسي فلا يعود الفرد قادرا على التصرف كوحدة لأن مدركاته الذاتية تتناقص مع الصورة التي لديه عن ذاته وأحيانا تحكم سلوكاته عمليات تقومية ذاتية ولكن في أحيان أخرى تحكمه شروط التقدير التي إمتصها من الآخرين وجوهر الحالة هو وجود موقف يحاول فيه المرء أن يخدم سيدين في آن واحد.[2]

بينما يصف **أحمد عزة راجح** سوء التوافق بأنه حالة دائمة أو مؤقتة تبدو في عجز الفرد وإخفاقه عن حل مشكلاته اليومية إخفاقا يزيد على ما ينتظره الغير منه أو ما ينتظره من نفسه.[3]

ولسوء التوافق مجالات مختلفة: سوء التوافق المهني، المدرسي الاجتماعي، إلا أن هذه الظروف المختلفة لسوء التوافق ما هي إلا مظاهر لسوء التوافق العام الذي يبدو في عجز الفرد عن إقامة صلات مرضية بينه وبين من سيتعامل معهم من الناس والأشياء وفي بيئته الاجتماعية والمادية.[4]

[1]- محمد السيد الهابطك التكيف والصحة النفسية، المكتب الجامعي الحديث، 1990، الإسكندرية، ص37.
[2]- يوسف مصطفي القاضي آخرون: الارشاد النفسي والتوجيه التربوي، دار المرخ الرياضي، المملكة العربية، سنة 1981 السعودية، ط1، ص273.
[3]- أحمد عزة راجح: نفس المرجع السابق، ص263.
[4]- أحمد عزة راجح: نفس المرجع السابق، ص567.

سوء التوافق إذن ينشأ عندما تكون الأهداف ليست سهلة في تحقيقها أو عندما تتحقق بطريقة لا يوافق عنها المجتمع وعلى أي حال فإن سوء التوافق يتضمن الخفض غير المرضي للحاجة.[1]

فالفرد الذي يفشل بطريقة جد معقدة في تحقيق مشاريعه أو الذي لا ينجح بأي طريقة في خلق الشروط التي تتلائم ومفهومه عن ذاته، يستطيع في هذه الحالة أن يفقد العلاقات العادية مع المحيط فيقال: إن هذا الفرد لا يتوافق مع الواقع "BRESSON".[2]

للإشارة فإن سوء التوافق يظهر بدرجات مختلفة فقد يبدو في حالة إنحراف أو أسلوب غريب في السلوك وقد يبلغ درجة في الاضطرابات النفسية العصبية وفي أقصى درجاته يظهر في شكل الذهان.

5- العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

يتضح من خلال ما سبق أن التوافق عملية حيوية وهامة في الحفاظ على الإتزان الذاتي للشخصية، هناك عاملان رئيسيان يقفان وراء توافق الأشخاص، يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه بما في ذلك صحته النفسية والجسمية وحاجاته وقدراته العقلية، أما العامل النفسي فيتمثل في البيئة المحيطة بالفرد خصوصا البيئة الاجتماعية، كالمحيط الأسري والمدرسي والاجتماعي بوجه عام، وكل ما يحيط بالفرد.

[1]- فرج عبد القادر طه: سيكولوجية المعوقة للإنتاج، دراسة نوية ميدانية وفي التوافق المهني الصحي النفسية، مكتبة الخاجي، القاهرة.

[2]- جمعون نفيسة: التوافق النفسي والاجتماعي للتلميذ المبتكر، رسالة ماجيستير في علوم التجريبية، سنة 2001، ص74.

5-1- عوامل مرتبطة بالمراهق ذاته:

وهي عوامل ترتبط بالمحيط الداخلي للمراهق، وتتمثل في جميع مكوناته الشخصية من حاجات ودوافع خبرات، وقيم وميول وقدرات، وعواطف وانفعالات التي تقوم بتوجيه السلوك الفردي.[1]

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 الاشباع 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 اشباع دوافعه كلما استطاع تحقيق مستوى أفضل من التكيف.[2]

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 اشباعها كدافع الجوع، العطش، النوم، الجنس، البحث عن الراحة، بل يتعين عليه كذلك إرضاء دوافع أخرى تنمي فيه إنسانيته وانتمائه الاجتماعي، وهي حاجات يتعلمها يكتسبها 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 تقديرها.

[1]- فايز علي الحاج: الصحة النفسية، المكتب الإسلامي، ط1 سنة 1984، بيروت، ص25.
[2]- نصر الدين جابر: مرجع سابقص96.

ومن هنا فإن الفرد يسعى جاهدا لبلوغ المستوى المرغوب من التوافق، سواء بالطرق المباشرة وهي أقصر الطرق وفي حالة تعذر ذلك يلجأ إلى طرق أخرى غير مباشرة يحاول بواسطها 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.[1]

وميكانيزمات الدفاع كثيرة متنوعة تختلف بإختلاف عناصر التوافق وسنتعرض إليها بالتفصيل لاحقا.

5-2- عوامل متعلقة بالمدرسة والمحيط:

إن كل كائن حي إنسان يعيش في مجتمع وتحدث داخل إطاره عمليات من التأثير والتأثر المتبادلة التي تتم بين أفراد ذلك المجتمع، ويحدث بين هؤلاء الأفراد نمط ثقافي معين، كما أنهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم والقوانين والتقاليد والعادات والقيم التي يخضعون لها، وصول إلى حل مشاكلهم الحيوية لاستمرار بقائهم بطريقة صحيحة نفسيا واجتماعيا.[2]

وعادة ما يكون تأثير المجتمع أكثر من تأثير الفرد، إذ أن المجتمع بواسطة وسائطه التربوية والثقافية هو الذي يصنع الشخصية، مما يجعل من الصعوبة لمكان خروج هذا الأخير- الشخص -عن القواعد الاجتماعية المتفق عليها من قبل الجماعة، وهكذا تؤثر البيئة بأبعادها الثلاثة الطبيعية والثقافية بطريقة مباشرة على حياة الفرد وتحديد الأسلوب الذي يحقق له التكيف والموائمة مع كل جانب من جوانب هذه البيئة،[3] وترتبط البيئة الطبيعية بشكل خاص بالتكيف البيولوجي، أما البيئة الاجتماعية والثقافية فتظهر من خلال الإجتماعات التي يندمج فيها الشخص كالأسرة والمدرسة، وجماعة الرفاق والمؤسسات الثقافية والاعلامية وكلها تأثر بشكل أو بآخر على توافق الفرد، ولعل أهم هذه الجماعات

[1]- فايز علي الحاج: مرجع سابق، ص140.
[2]- مصطفي فهمي: مرجع سابق، ص64.
[3]- مصطفي فهمي: نفس المرجع ص15.

الأسرة، فهي الجماعة الأولى التي تشرف على النمو الجسمي، والنفسي، والإجتماعي للطفل، وتؤثر في تكوين شخصيته وظيفيا وديناميا وتوجيه سلوكه منذ طفولته المبكرة، تلعب العلاقات بين الوالدين والعلاقات بينهما وبين الطفل واخوته دورا هامافي تكوين شخصيته، وأسلوب حياته[1].

وتعد المدرسة الاجتماعية ذات الأهمية الكبرى التي تلي المنزل، فالمدرسة لها رسالة تربوية تهدف إلى ماهو أشمل وأوسع من مجرد التعليم وتحصيل المعرفة ومن أهم أهداف هذه الرسالة تكوين الشخصية المتكاملة للتلميذ وإعداده ليكون مواطنا صالحا ورعاية نموه البدني والذهني والوجداني والإجتماعي في آن واحد.[2]

كما تعتبر المدرسة أكبر مجال إجتماعي لإثارة الفوارق بين القدرات بما يؤهل لإعادة توزيع الطبقات، فالتفوق الدراسي يغذي الطموح لقيادة المجتمع أو الانتقال على الأقل من طبقة دنيا محكومة ومغلوبة على أمرها إلى طبقة عليا متحكمة ومتميزة، خلال التقديرات الدراسية من مرحلة إلى أخرى عند الإنتقال من سنة لما بعدها المرحلة الواحدة يتقدم ذوي الطموح المواهب أو قد يكونون من الضعاف والمتخلفين وغير ذوي الإستعداد للدراسة.[3]

كما تؤثر جماعة الرفاق على التوافق النفسي الاجتماعي للمراهقين حيث يشعر هذا الأخير بالسعادة حين يكون وسط رفاقه يكلمهم ويلاعبهم، ويأكل معهم دونما تحرج، مما ذكرته "**هاولوك**" يمكن استنتاج عدة نقاط تشيع المراهقين أهدافا متنوعة عندما يكون ضمن هذا الاطار الاجتماعي، فالجماعة توفر له شعور بالامان الارتياح والمتعة، ومجموعة الرفاق تساعده على تعلمه فن التعامل مع الآخرين كما أنه يستطيع عن طريق تفاعله في وسط

[1]- حامد عبد السلام زهران: مرجع سابق، ص84.
[2]-. صموائيل ميغاريوس: الصحة النفسية والعمل المدرسي، مكتبة النهضة المصرفية، سنة 1974، القاهرة، ص65.
[3]- كمال دسوقي: مرجع سابق، ص24.

مجموعه ان يصبح أكثر تساهلا، ومرونة، ومنها يكتسب المهارات الاجتماعية والولاء الاجتماعي.[1]

6- ميكانيزمات التوافق (الحيل النفسية للدفاع):

تعد الحيل النفسية للدفاع اساليب سلوكية توافقية لاشعورية، وتعرف احيانا 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 وأمام الآخرين، ويتخلص من التوتر ويتحرر من القلق والشعور بالذنب، ويشعر بالإرتياح والتوافق مع الموقف.[2]

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

6-1- الكبت 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 فعالا.[3]

بمعنى أخر الكبت عملية نفسية لاشعورية تتم في نطاق الوعي وتحول دون خروج الأفكار الخائبة أو الرغبات المؤلمة أو المحرمة المرفوضة إلى مجال الشعور، والطفو من أجل الإشباع، فيستعان بهذه العملية للابتعاد وتجنب المواقف أو الحوادث المؤلمة التي تسبب ازعاجا وقلقا، فالفرد يستخدم هذه الوسيلة بطريقة لا شعورية عندما يكبت إشباع دافعه

[1]- عبد العالي الجسماني: علم النفس والتعليم: دار العربية للعلوم، ط1، سنة 1994، بيروت ص216.
[2]- حسن صالح الزهري: مرجع سابق، ص60.
[3]- حسن صالح الدهري، مرجع سابق، ص61.

الجنسي مثلا، بسبب الوازع الديني أو نواهي الضبط الاجتماعي الرافضة لطريقة اشباعه 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 وتقاليد 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 والافراط الجنسي كما يؤدي عند البعض إلى ظهور بعض الأمراض النفسية، الجسمية، أي يتحول الدافع للرغبات المكبوتة عند الشخص إلى آلام جسمية مثل الصداع، الشعور بالتعب، والإرهاق أو الهستيرية التحويلية، كالشلل الجزئي أو العمي البصري أو فقدان الحساسية...الخ، كل هذه الأعراض تمثل مؤشرات عدم التوافق.[1]

6-2- العدوان AGRESSION:

يعد العدوان من ردود الفعل الرئيسية للإحباط، حيث ترتبط النوبات العدوانية وتتحرك بفعل الإحباط، ويقترن العدوان بانفعال العضب، فقد يستثار إذا كان هناك مثير لذلك، ويعد الإنفعال استجابة غير مسيطر عليها من جانب الفرد، كرد فعل لعائق أو مجموعة عوائق توجهه وتمنعه من إشباع حاجته الفيزيولوجية 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 العدواني هو بحاجة إلى تأكيد ذاته عندما يتعرض إلى إثارة خطيرة من الخوارج، أو من

[1]- نصر الدين جابر: مرجع سابق، ص101.

الداخل ويظهر هذا التأكيد على شكل انفعال شديد تتبعه، استجابات تعويضية لمواجهة هذا الموقف.[1]

ويرتبط العدوان عند المراهق بسعيه لتأكيد ذاته، وقد يكون العدوان سلوكا شاذا 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، تحقيق الإستقلالية يتخذ طابعا حادا في المراهقة، وهذا يجعل المراهق حساسا ومعرضا أكثر من سواه للغضب والعدوان.

6-3- 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، والأفكار غير مقبولة اجتماعيا ويرفض وجودها في نفسه، ويتبرأ منها بإسقاطها.[2]

وبمفهوم التحليل النفسي فإن الإسقاط حيلة نفسية لاشعورية يلجأ إليها الشخص للدفاع عن نفسه ضد مشاعر غير صادرة أو مؤلمة في داخله مثل الشعور بالذنب، أو الشعور بالنقص، فالمراهق قد ينتقد سلوك بعض الزملاء ويلومهم على تصرفاتهم السيئة التي يتصف بها هو في الحقيقة ليلتمس عذرا لهذه التصرفات، وللتخفيف من شعوره السيء.

6-4- التبرير Rationalalisation:

تهدف هذه الحيلة النفسية إلى إبراز أسباب شعورية غير حقيقية من واقع الأمر، يقتنع بها الشخص لأنها تبدو معقولة ومتزنة وتلقى قبولا اجتماعيا.[3]

وهي من الحيل التي يلجأ إليها الفرد لإبعاد التهمة عن نفسه، أو لتبرئه ذاته من الشعور بالذنب.

---

[1]- حسن صالح الدهري: مرجع سابق، ص64.
[2]- حسن صالح الدهري: نفس المرجع : ص72.
[3]- حسن صالح الدهري: نفس المرجع : ص70.

وتهدف عملية التبرير إلى مخادعة الغير بتزييف الحقائق فمثلا: 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، والتبرير العادي غير المبالغ فيه يحافظ على الاتزان النفسي ويوفر الأمن في بعض الحالات، ولكن تكراره واستعماله بطريقة مفرطة خاصة لدى المراهقين، مثل كثرة شكاويهم وانتقاداتهم، وتبريرات تصرفاتهم يؤدي بهم إلى الإعتقاد بجدوى هذه العملية النفسية، ويتعاملون معها على أنها حقيقة ويبتعدون بذلك عن مواجهة العقبات، كما تضعف قدراتهم على تحمل السؤوليات.

6-5- التعويض Compensation:

هي عملية تستخدم من طرف الفرد لتغطية ضعف أو نقص في صفة مقبولة اجتماعيا أو أخلاقيا ويلجأ إليها الفرد بقصد التغلب على الشعور بالضعف أو الدونية، بإحراز تفوق في ميدان آخر، وباتباع 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 أكثر تقبلا من طرف الشخص والأخرين مع الإجتهاد في ممارستها.

6-6- الإعلاء والتسامي Sublimation:

حسب **فرويد** فإن هذا الميكانيزم الدفاعي يعمل على تحويل الحفزة غير مرغوب فيها إلى اتجاه أخر بحيث يحدث تعديلا في الهدف.[1]

بمعني آخر هي تلك العملية التي يتم فيها تحويل طاقة الميول والحوادث المكبوتة وتوظيفها في ميدان **النشاط الإنتاج**، وتقرها الأوضاع الإجتماعية والتقاليد، والهدف منها عموما هو تحويل الرغبة المراد اشباعها التي تلقى رفضا أو استهجانا من قبل الوسط الاجتماعي إلى سلوك مقبول يرضي فيه الغير ويستحسنه فالفرد يستعين بها لاعلاء طاقات

[1]- حسين صالح الدهري : نفس المرجع ، ص73.

دوافعه المكبوتة في كل نشاط سامي يتم فيه اشباع حاجاته بطريقة مقبولة اجتماعيا، كالاهتمام بالدراسة أو العمل، أو المشاركة في الأنشطة الرياضية أو ممارسة بعض الهويات.

6-7- 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، يستمتع بمشاعر القوة والتفوق والنجاح في الخيال، بعيدا عن حدود الواقع ومشكلاته.[1]

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

تبقى هذه الحيلة اللأشعورية طبيعية إذا كانت في صورتها المعتدلة، وتمهد لعمل ابداعي ولكنها تكون وسيلة سحابية في صورتها المبالغ فيها.[2]

هناك ميكانيزمات دفاعية أخرى لا تقل أهمية عن الحيل الأشعورية السابقة الذكر في مساعدة الفرد في التوافق النفسي الاجتماعي كالعزل، الإفراط في التدخين، شرب الخمر، تعاطي المخدرات وكثرة النوم، والهدف من استعمالها هو التخفيف من حدة القلق، الصراع والحيرة التي تنتابهم، وإذا كان الفرد يستعمل ميكانيزمات توافق من أجل تحقيق مستوى

[1]- حسن صالح الدهري: نفس المرجع ص74.
[2]- نصر الدين جابر: مرجع سابق: ص103.

أفضل من التوافق فإن لهذه الحيل سلبيات عندما يعتمد عليها في مواجهة كل مشاكله، حيث تصبح وسائل انسحابية اتكالية تعيق توافقه النفسي الاجتماعي.

7- بعض المؤشرات التي تشير إلى التوافق النفسي:

7-1- النظرة الواقعية للحياة:

كثيرا ما نرى الأفراد يعانون من عدم قدرتهم على تقبل الواقع المعيشي، ونجد مثل هؤلاء الأشخاص متشائمين وتعساء رافضين كل شيء هذا يشير إلى سوء التوافق أو الصحة النفسية، وفي المقابل هم أشخاص يقبلون على الحياة بكل ما فيها من أفراح وأقراح واقعين في الأشخاص في المجال الاجتماعي الذي ينخر طون فيه.

7-2- مستوى طموح الفرد:

لكل فرد مطامح وآمال وبالنسبة إلى الفرد المتوافق تكون طموحاته المشروعة عادة في مستوى إمكاناته الحقيقية ويسعى لتحقيقها من خلال دافع الإنجاز، ويشير هذا إلى توافق الفرد، بينما نجد الآخر الذي يطمح في أن يصل ويحقق آمال بعيدة المدى عن إمكاناته فيلجئ إلى المضاربة والمقامرة بما له أو بأسرته أو بعمله وإذا لم يحقق شيىء يضل ناقما عن الحياة وحقودا على الآخرين وكلها مؤشرات تدل على سوء التوافق مع المجتمع الذي ينخرط فيه.

7-3- الإحساس بإشباع حاجات نفسية:

لكي يتوافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين فإن أحد مؤشراته، أن يحس بأن جميع حاجاته النفسية الأولية منها والمكتسبة مشبعة، ويتمثل ذلك في إشباع الحاجات إلى الطعام والشراب الحبس بطريقة مشروعة وكل ما يتعلق بحاجاته البيولوجية، لذلك وفي حاجة نفسية ضرورية وإحساسه بنفسه أنه محبوب من الآخرين، وفي معظم مشاريعه التي تعنيه.

كما أن الإنسان نفسه في حاجة إلى التقدير وإلى الحرية وإلى الإنتماء، وإذا ما أحس بأنه كل هذه الحاجات مشبعة لديه، فإن هذه بمثابة أحد المؤشرات المهمة لتوافقه ويحدث العكس إذا ما أحس أنها غير مشبعة.

7-4- الثبوت الإنفعالي:

وهي من أهم السمات التي تميز الشخص المتوافق والتي تتمثل في قدرته على تناول الأمور بصبر ويتسم بالهدوء والرزانة ويتحكم في إنفعالاته (الغضب، الخوف، الغيرة، الكراهية).

7-5- سعة الأفق:

تعد من السمات التي تساعد في توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين وينسجم الفرد الذي وصف بهذه الصفة أو السمة بقدرته الفائقة على تحليل الأمور وفرز الإيجابيات من السلبيات، وذلك يتم بالمرونة والتفكير العلمي والقدرة على تفسير الظواهر وفهم مسبباتها وقوانينها، ومن ثمة تتسم الشخصية بالهدوء والتوازن والتوافق وهو نقيض للشخص ضيق الأفق المعلق على نفسه الذي يصعب التعامل معه ومن ثم يعاني من سوء التوافق.

7-6- مفهوم الذات:

تعد من السمات التي تشير إلى توافق الفرد ومن عدم توافقه، فإذا كان مفهوم الذات لديه يتطابق مع مواقعه كما يدركه الآخرين يكون متوافقا وإذا كان مفهوم الذات لديه أدى به إلى الغرور والتعالي مما يفقده ويبعده عن الواقع وعن إدراك الآخرين له، وهذا يتسم سلوكه بالنقص وبتضخم ذوات الآخرين ويؤدي هذا به أيضا إلى سوء التوافق.

7-7- المسؤولية الاجتماعية:

المقصود بهذه السمة أن يحس الفرد بمسؤوليته إزاء الآخرين، وإزاء المجتمع بقيمته وعاداته ومفاهيمه وفي هذه الحالة يكون الشخص عصريا ومن ثمة يبتعد عن الأنانية والذاتية ويتمثل في سلوك الفرد والاهتمام بمجتمعه والدفاع عنه وحماية منجزاته وعدم التفريط في مصادر الثروة في بلده.

7-8- المرونة:

وهي نقيض التصلب، أي أن يكون الشخص متوازنا في تصرفاته، أي بعيدا عن التطرف في اتخاذ قراراته وفي الحكم على الأمور والبعد عن التطرف ويجعل الشخص مسايرا ومغايرا، يساير الآخرين في بعض المواقف التي تتطلب ذلك وأن يغايرهم إذا رأى وجهة نظر أخرى مقتنع بها وهذا نهج ديمقراطي، أي أن لا يكون مسايرا أو مغايرا بصفة ما كما يتمثل في سلوك الشخص المتوافق لبعدي الإعتمادية والإستقلالية إذ تتطلب بعض مواقف الحياة أن يعتمد الشخص على الآخر، وفي الوقت تتطلب مواقف، ترى أن يكون الفرد على إستقلالية، لذلك يتسم سلوك الشخص المتوافق بعدوى القيادة والتبعية إذا تتطلب بعض الموافق أن يكون الشخص قائدا خصوصا إذا تطلب الموقف خبرته المناسبة في هذا المجال كما تتطلب مواقف أخرى أن يكون تابعا.[1]

8- 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 ومكان يمارس فيه أنشطتهم، ومواهبهم وتحل فيه مشاكلهم، ويتخلصون من اضطراباتهم وأزماتهم النفسية، وذلك للتغلب على أزمة مرحلة المراهقة، وهنا فقط يشعر المراهق بذاته، ويتحقق كيانه وبالتالي يحس بأهميته وبأنه جزء لا يتجزأ من المدرسة ومن المجتمع ككل،

[1]- حسن صالح الدهري: مرجع سابق/ ص55 56-557.

وهنا يستطيع تفهم المرحلة التي يمر بها ويحاول السيطرة والتخفيف من أزماته، بتفهم نفسه ومحيطه المدرسي الأسري والعيش في الواقع وتقبله التكيف مع المواقف التي تصادفه في حياته، ويعد هذا مؤشر على توافقه النفسي الاجتماعي الذي من مظاهره:

8-1- الشعور بتقدير الذات:

إن فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته، كما أنها عامل أساسي في تكيفه الشخصي والاجتماعي، فالذات تتكون من مجموع حركات الفرد لنفسه وتقييمه لها، فهي إذن تتكون من خبرات إدراكية وإنفعالية تتركز حول الفرد بإعتباره مصدر الخبرة، السلوك والوظائف.[1] ويظهر شعور المراهق بتقدير ذاته برضاه عن نفسه والدفاع عنها وتعويدها على مواجهة مواقف الإحباط والفشل، وكذا في الثقة في قدرته على تحمل نتائج أفعاله، إتخاذه قراراتة في الوقت المناسب، والجرأة والصراحة في حل مشاكله والإبتعاد عن اتكاله في إنجاز أعماله والمثابرة في تحقيق أهدافه.

8-2- إقامة العلاقات والإبعاد عن العزلة والإنطواء:

يتجلي ذلك في إقامة المراهق لعلاقات صادقة، ومشاركة زملائه في بعض الأنشطة والهوايات المفضلة والتودد للبعض منهم والإستماع إلى إنشغالهم ومساعدتهم وزيارتهم وقبول دعوة من يرتاح إليهم، لأن إتساع دائرة علاقاته الإجتماعية وتعدد أطرافها، يشعره بالراحة ويمده بالمساندة المعنوية لمواجهة ضغوطات العائلة والمجتمع ككل.

الشخص 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.[2]

[1]- صالح حسن الدهرى: مرجع سابق ص107.
[2]- صالح حسن الدهرى: مرجع سابق، ص107.

8-3- الثبات الإنفعالي:

وهي من أهم السمات التي تميز الشخص المتوافق، التي تمثل في قدته على تناول الأمور بصبر وأناقة، ولا يستفز ولا يستشار من الأحداث التافهة، ويتسم بالهدوء والرزانة، ويتحكم في انفعالاته المنختلفة (الغضب، الخوف، الكراهية، الغيرة....)، وهذه السمة مكتسبة من خلال عملية التنشئة الاجتماعية.[1]

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

8-4- 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، توجيه سلوكه، كما يظهر الرغبة في قضاء وقت أطول داخل البيت والشعور بإعتزازه بانتمائه العائلي.

كما يبدو أيضا من خلال علاقته بزملائه، حيث يندمج معهم ويساعدهم إذا احتاج أحدهم لمساعدته، ويسر مقابلتهم خارج المدرسة ويهتم بمصالحهم الشخصية، وهو محبوب منهم، وقد يولونه في بعض الأحيان مركزا قياديا بينهم.[2]

كما يتجنب المشاجرات معهم، وابداء حيوية مشاركة أصدقائه في الأنشطة الرياضية والفكرية، ومعاملتهم معاملة حسنة، والتقليل من التغيب عن المدرسة والإبتعاد عن الفوضي والتشويش والغش داخل القسم، التقليل من تحدية للمدرسين عند اختلافه معهم، المثابرة

[1]- صالح حسن الدهري: مرجع سابق، ص53.
[2]- صالح حسن الدهري: نفس المرجع، ص55.

والتركيز والجدية في متابعة دراسته، حسن جواره مع الناس، واقامته لعلاقات طيبة مع الزملاء.

8-5- النظرة الواقعية للحياة:

كثيرا ما نلاحظ بعض الأفراد يعانون من عدم قدرتهم على تقبل واقع المعاش، ونجد مثل هؤلاء الأشخاص متشائمين تعساء رافض كل شيء ولكن يشير إلى سوء التوافق أو إختلال في الصحة النفسية وفي المقابل نجد أشخاصا يقبلون على الحياة بسعادة ويشير هذا إلى توافق هؤلاء الأشخاص في المجال الاجتماعي الذي ينخرطون فيه.

9- مظاهر سوء التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

سوء التوافق هو فشل الانسان في تحقيق انجازاته واشباع حاجاته ومواجهة صراعاته، ومن ثم يعيش في الأسرة والعمل والتنظيمات التي ينخرط فيها في حالة الإنسجام وعدم التناغم، وإذا ما زاد هذا القدر من سوء التوافق اقترب الفرد من العصاب.[1]

ويظهر سوء التوافق الاجتماعي للفرد في عجزه عن مجاراة قوانين الجماعة ومعاييرها، أو عجزه عن عقد الصلاة اجتماعية راضية مرضية مع من يعاملهم من الناس، مع الوالدين، الإخوة 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 الإنحرافات، 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 الإنحراف، كالعدوان والإعتداء والعنف، وتشكيل العصابات من الشلل المدرسية، وتخريب المدرسة وعدم احترام الأنظمة، وربما يصل ذلك

[1]- مصطفي فهمي: مرجع سابق، ص82.

إلى المجتمع المحلي أيضا إضافة إلى السرقة، الهروب، الفشل أو التأخر الدراسي وغيرها من مظاهر سوء التوافق المدرسي.

من مظاهر سوء التوافق النفسي للمراهق شعوره بالتعب وعدم الراحة، التأزم من الناحية النفسية في أي جانب من جوانب حياته، وتتضمن أمثلة عدم الراحة حالات الاكتئاب أو القلق الشديد، أو مشاعر الذنب، وأفكار الوسواس المتسلطة أو توهم المرض أو عدم الإقبال على الحياة أو التحمس لها.[1]

10- علاقة التوافق بالفشل والنجاح المدرسي:

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

وبوجه عام فإن مشكلة التأخر، والغياب ترتبط ارتباطا وثيقا بمشكلة أخرى وهي الهروب من المدرسة، ويستخدم التلاميذ في ذلك اساليب متعددة تهدف جميعا الى إنهاء اليوم المدرسي قبل موعده، فقد يرجع الهروب إلى سواء معاملة أحد المدرسين، وشعور التلميذ بضبط انفعالي قوى إزاء حضور دروس هذا المدرس بالذات، قد يكون الهروب تلخص 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 الإنطواء معهم تحت جماعة

[1]- نصر الدين جابر: مرجع سابق: ص45.

واحدة متنسقا لإشباع الدوافع التي لم يجد لها الإشباع أو التقدير الكافي في المدرسة أو البيت.[1]

من هنا يتضح أن النجاح والفشل الدراسي للمراهق يتوفق على توافقه في البيئة المدرسية، وعليه يجب أن يكون جو اجتماعيا صالحا بعيدا عن الاستبداد والإرهاب، وتركيز السلطة في يد واحدة وأن تكون سياسة المدرسة مبنية على التوجه والإرشاد المقرونين بالمحبة والعاطفة وفهم نوازع المراهقين ودوافعهم، دون اللجوء إلى قمعها بالقوة والقسوة، بل بتحويلها إلى نشاطات بالرفق واللين والحكمة....الخ، ومن أجل مصلحة المراهق يمكن للمدرسة أن تستعين بالأهل فحسب بل بذوي الخبرة جميعا، والتنسيق مع المؤسسات التي تعني بتمضية أوقات الفراغ المفيدة (كالأندية)، وأن تعمل جميعا ضمن إطار لتعبئة العامة لحشط جميع نشاطات التي تخدم المراهقة وتعمل على احتوائها وتوجيهها توجيها سليما.

11- 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، لوقت الفراغ أهمية كبيرة إذا ما أحسن استغلاله في تنمية شخصية الطالب، حتى ينشأ بعيدا عن الانفعالات النفسية التي تنتابه إذا ما لم يجد ما يشغل فراغه سوى التافه من الامور.

ففي وقت الفراغ يكتشف الفرد نفسه، وينمي ملكاته الكامنة، كما أنه فرصة للعبير عن الذات وللتنفيس عن التوتر، ولإشباع الكثير من الحوافز والدوافع التي يتعذر اشباعها 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 الترويج يتنافى مع التربية يختلف عنها، فإن الترويح يتصل بالمناشط الجسمية المبهجة حين أن التربية تتصل بالماشط العقلية التي يراها الشاب أمرا باعثا على

[1]- نصر الدين جابر، نفس المرجع ، ص52.

السآمة والملل، وفي الترويج يجد باب أوسع إمكانيته في مجال الحياة الاجتماعية العلاقات الإنسانية.[1]

[1]– مصطفى فهمين مرجع سابق، ص 85.

الخلاصة.

نستخلص من خلال مناقشتنا لمحاور هذا الفصل أن مفهوم التوافق ببعديه النفسي والاجتماعي يشير إلى مدى قدرة الفرد على التوافق والانسجام بين اشباع حاجته المتعددة وإمكانياته الأدائية، والعقلية الحقيقية وظروف واقع المعاش.

وهناك عاملان رئيسيان يقفان وراء عملية التوافق، يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه، أي ما هو مرتبط بمحيطه الداخلى من حاجات ودوافع وخبرات، وقيم وميول وعواطف، ومختلف الإنفعالات 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 بأخر، من خلال الجماعات التي يندمج فيها والتي تتم في اطار من عمليات من التأثير والتأثر.

وكلما نجح الفرد في استخدام حيلة دفاعية لا شعورية بطريقة ناجحة (الكتب، احلام، اليقضة،...) وأعمال العقل للموازنة بين دوافعه الملحة على الارضاء، وقدراته الحقيقية ومعطيات واقعة 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 جنسية وامكانياته الشخصية، ومدى توفير الشروط المساعدة والملائمة لتكيفه السليم.

الفصل الثالث

تمهيد:

تعتبر فترة المراهقة الجسر الرابط بين الطفولة والرشد، وهي من أهم مراحل النمو في حياة الفرد، كما إنما تعتبر مرحلة تتميز بخطورتها بالنسبة للفرد.

بحيث يتميز نمو الفرد بأنه عملية متسلسلة تمتد من الفترة الجنينية إلى مرحلة الكهولة والشيخوخة، وهذا ما يجعلنا نقر أن المراهقة من أهم مراحل هذا النمو، بحيث أنها لفتت اهتمام الكثير من الدارسين والباحثين لأهميتها وحساسيتها وإثرها على حياة الفرد، وفي هذا الفصل سوف نتطرق إلى تعريفها وذكر أهم محدداتها ومعالمها، وكذا علاقة المراهقة بأزمة الهوية والتي تشكل محور دراستنا بحكم أن الهوية هي مسالة ذات أهمية كبيرة عند المراهق، والتي ينتج عنها اثر سلبي في حالة عدم تحقيقها أو الوصول إليها.

1- مفهوم المراهقة

1-1- تعريف المراهقة لغة:

تعني كلمة مراهقة في اللغة الاقتراب والدنو من الحلم، بحيث يقال "رهق " بمعنى غشي أو لحق أودنا، وراهق بمعنى قارب، والمراهق هو الفتى الذي يدنو من الحلم واكتمال الرشد[1]، وكلمة مراهقة تقابلها باللاتينية adolexence، وهي مشتقة من الفعل اللاتيني adolexere بمعنى التدرج نحو النضج الجسمي، العقلي، الانفعالي.[2]

1-2-تعريف المراهقة اصطلاحا:

المراهقة هي مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى الشباب حيث تحدث فيها تغيرات عضوية ونفسية ذهنية، ولا يوجد في الواقع تعريف واحد للمراهقة، حيث نجد تضارب للآراء حول تعريفها فنجد هناك من يرى أن فترة المراهقة هي فترة التحول الفيزيقي نحو النضج، وتقع بين مرحلة بداية البلوغ وبداية سن الرشد[3]، والبعض الأخر يراها على أنها مصطلح وصفي للفترة التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا، وذا خبرة محدودة ويقترب من نهاية نموه البدني والعقلي[4].

يعرفها "راجح" علم إنما تلك المرحلة التي يمكن تحديدها ببدء نضج الوظائف الجنسية، وقدرة الفرد على التناسل، وتنتهي بسن الرشد، وإشراف القوى العقلية المختلفة على إتمام النضج[5].

---

[1] – ARIOLLA ,ADOLESCENT, la croissance la formation de la personnalité, Edition EST, 1975, P13.

[2] – ميخائيل اسعد إبراهيم، مشكلات الطفولة والمراهقة، ط01 بيروت : دار الأفاق الجديدة 1999، ص 31

[3] – محمد عاطق غيث، قاموس علم الاجتماع، (ب.ط)، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية1989 ، ص18

[4] – سعدية محمد على هادر، علم النفس والنمو، (ب.ط)، دار الكويت: دار البحوث العلمية 1998 ، ص 329

[5] – سمير كامل احمد، سيكولوجية نمو الطفل ، القاهرة، ط1، مركز الإسكندرية للكتاب 1987 ، ص 35.

2- مراحل المراهقة:

إن مرحلة المراهقة تنقسم إلى ثلاثة مراحل تتمثل في المراهقة المبكرة (11-14 سنة)، والمراهقة المتوسطة (14-18 سنة) والمراهقة المتأخرة (18-21 سنة)، وسيتم تفصيل كل مرحلة علم حدا في ما يلي:

2-1-المرحلة الأولى: المراهقة المبكرة (11-14 سنة):

يرى علماء النفس انه في هذه المرحلة من العمر يتضاءل السلوك ألطفل وذلك لخروج الطفل من مرحلة الطفولة والدخول في مرحلة المراهقة التي تبدأ معها المظاهر الجسمية والفيزيولوجية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والدينية والأخلاقية الخاصة بالمراهق في الظهور، واهم مظاهر النمو فيها هو البلوغ الجنسي ونمو الأعضاء التناسلية.

2-2- المرحلة الثانية: المراهقة المتوسطة (14-18 سنة):

في هذه المرحلة يشعر المراهق بالنضج الجسمي، وبالاستقلال الذاتي نسبيا، كما تتضح له المظاهر المميزة والخاصة بمرحلة المراهقة الوسطى، لذلك تراه يهتم اهتماما كبيرا بنموه الجسمي، كما تعتبر هذه الفترة، بكونها فترة توجيه مهني ودراسي، لان القدرات الخاصة تبدأ بالظهور بشكل واضح.

2-3-المرحلة الثالثة: المراهقة المتأخرة (18- 21سنة):

في بعض المجتمعات تعتبر المراهقة المتأخرة بمرحلة الشباب يحكم أن هذه المرحلة يلتحق فيها المراهقون بالجامعة، ولكن ليس كل المراهقين، ومن ثم يتخذون القرار النهائي لحياتهم، والذي يتعلق بالحياة المهنية والزواج، كما نجد المراهق في هذه المرحلة قد يلتحق بمراكز التكوين أو يتجه مباشرة إلى الحياة العملية دون الالتحاق بالجامعة، وبعض المراهقين يختارون طريق الانحراف وعلى هذا الأساس تعتبر مرحلة خطيرة بالنسبة للفرد[1].

[1] - عبد الرحمن الوافي، زيان سعيد، النمو من الطفولة إلى المراهقة، (ب.ط)، الخنساء للنشر والتوزيع، 2004، ص49.

3-أنواع المراهقة: لقد قسم ميخائيل ميخاريوس المراهقة إلى أربعة أنواع:

3-1-المراهقة المكيفة:

تنقسم هذه المرحلة بالهدوء والميل إلى الاستقرار العاطفي، والخلو من جميع القرارات الانفعالية والسلبية وتتميز فيها علاقة المراهق مع الآخرين بالحسن والتفتح[1].

3-2-المراهقة الانسحابية:

تنقسم هذه المرحلة بالميل إلى العزلة والانطواء والتردد والخجل والشعور بالنقص، وعدم التوافق الاجتماعي، وينصرف جانب كبير من تفكيره إلى نفسه، وحل مشاكله والى التفكير الديني والتأمل في القيم الروحية والأخلاقية، كما يسرف في الاستغراق في أحلام اليقظة، وخيالات مرضية، يؤدي إلى محاولة مطابقة نفسه بأشخاص الروايات التي يقراها. وسميت بالانسحابية لأن الفرد ينشجب من مجتمع الرقاق حيث يفضل الانعزال والانفراد بنفسه، متأملا بذلك لذاته ومشكلاته[2]

3-3-المراهقة العدوانية:

يكون المراهق ثائرا متمردا على السلطة الأبوية وسلطة المجتمع الخارجي كما يميل إلى تأكيد ذاته، ويظهر السلوك العدواني أما بصفة مباشرة أو غير مباشرة فيرفض كل شيء.

3-4-المراهقة المنحرفة:

تشكل الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني، وتتميز بالانحلال الخلقي والانهيار النفسي، حيث يقوم المراهق بتصرفات تروع المجتمع، ويدخلها في بعض الأحيان في عداد الجريمة أو المرض النفسي والعقلي.[3]

[1] – محمد مصطفى زيدان، دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعلم العام، (ب.ط)، جدة: دار الشروق، (ب، ت)، ص155.

[2] – محمد التومي الشيباني، الأسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب، (ب.ط)، دار الثقافة، 1973، ص 141.

[3] – محمد التومي الشيباني، مرجع سابق، ص 142.

4-مظاهر النمو في مرحلة المراهقة:

إن مرحلة المراهقة تختص عن باقي مراحل الحياة بشيء هام، وهو التغيرات التي تطرأ على الفرد من الناحية الجسمية والفيزيولوجية والعقلية والانفعالية والنفسية والاجتماعية والحركية.

4-1-النمو الجسمي والفيزيولوجي:

يتميز النمو الجسمي في السنوات الأولى من المراهقة بسرعة مذهلة، أو تعرف بعدم الانتظام والتناظر في النمو، وتدل الدلائل إن الفتيان في المتوسط يكونون أطول من الفتيات ويحتفظون بهذا التوقف، كما تتمثل هذه المرحلة في تغيرات فيزيولوجية تتمثل في نمو القلب وزيادة الضغط، ونمو الرئتان، واتساع الصدر عند الأولاد اكبر عند النبات، كما تكبر أجزاء الجهاز الهضمي، ويتضح ذلك في إقبال المراهق على الغذاء.

ويزداد نمو الألياف العصبية في المخ من ناحية الطول والسمك، أما الوصلات بين الألياف العصبية فتزداد ويرتبط هذا بنمو وتطور العمليات العقلية كالتفكير، التذكر، الانتباه. وتكبر الغدد العرقية مما يجعلها تفرز كميات هائلة من العرق عند بذل أي جهد ولو كان بسيطا، إلى جانب ذلك نجد أن الغدد الصماء لما تأثيرها المباشر وغير المباشر علم الحياة الانفعالية للمراهق وأهمها الغدد النخامية التي تساهم في نمو العظام عند زيادة إفرازاتها، وكذا الغدد الدرقية التي تفرز هرمون الدرقية الذي يؤدي إلى إسراع جميع العمليات الكيميائية ويساعد علم نمو الفرد.[1]

كما تظهر في هذه المرحلة خصائص جنسية ثانوية، متمثلة في نمو الأعضاء التناسلية أي قناتي البويضات والرحم والمهبل، واتساع الحوض والردفين واستدارة الفخذين ونمو الصدر والثديين والغدد اللبنية وظهور الشعر الخفيف على الذراعين والساقين.أما البلوغ الجنسي عند الذكور فيحدث عندما تنشط الخصيتين وتفرزان الحيوانات المنوية والهرمونات الجنسية، وتمتزج الحيوانات المنوية مع السائل المنوي الذي تفرزه البروسيتات.

[1] - محمد مصطفى زيدان، مرجع سبق ذكره، ص ص155 -156.

ومع البلوغ نلاحظ عند الذكور نمو الأعضاء الجنسية بسرعة ونمو الشعر في العانة، وعلى الوجه أي على الشارب والذقن، وتحت الإبط وعلى الجسم بصفة عامة وتغير الصوت ونمو الحنجرة.

4-2-النمو الحركي: اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه فترة المراهقة في النمو الحركي حيث يرى " كولين " أن حركات المراهق في سن 13 سنة تتميز في الاختلال في التوازن والاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والتناسق والانسجام.[1]

أما " nahankrg " فيرى أن المراهقة فترة ارتباك حركي و اضطراب، و يمكن تلخيص مواطن هذا الاضطراب، و الارتباك الحركي بين 12 و15 سنة كالتالي:

- الارتباك العام، أي انعدام التناسق والانسجام في الحركات
- اكتساب الرشاقة المكتسبة من قبل.
- ارتفاع كبير في الحركات الزائدة، المفرطة، خاصة في الجري و المشي.
- صعوبة بالغة في استخدام القوة أي نقص الجهد اللازم، وعدم قدرته على القوى العضلية.
- نقص في القدرة على التحكم الحركي، وإعاقة في اكتساب واستيعاب الحركات الجديدة.
- التعارض في السلوك الحركي العام.

أما في المرحلة ما بين 15- 18 سنة يظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك الحركي والاضطراب، وتأخذ مختلف النواحي للمهارات الحركية في التحسن والرقي، لتصل إلى درجة عالية من الجودة، ويستطيع فيها الفتى والفتاة سرعة الاكتساب وتعلم مختلف الحركات وإتقانها وتثبيتها، فبإضافة إلى ذلك فان عامل قوة العضلات الذي يتميز به الفتى يساعده على ممارسة أنواع عديدة من الرياضة التي تتطلب المزيد من القوة العضلية، كما زيادة مرونة عضلات الفتاة تسهم في قدرتها على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية كالجمباز وكرة

[1] – محمد حامد الافندي ، علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية ، (ب.ط)، دار الهناء للطباعة والنشر – بدون تاريخ، ص 386.

الطائرة، والتمارين الفنية، بحيث تسهم عمليات التدريب الرياضي المنظمة في المستويات الرياضية العالية، كما تلعب عملية التركيز الواعية والإدارة القوية دورا هاما وفعالا[1]

أما بعد 18 سنة حتى 21 سنة، يصل الفرد إلى اكتمال الصفات البدنية كالقوة العضلية، المرونة والرشاقة، وبذلك يصل إلى المستوى الأعلى فأكثر.

4-3-النمو العقلي:

تتطور الحياة العقلية نحو التمايز، وتكسب حياة الفرد ألوانها من الفعالية تساعده على إعداده نفسه للتكيف الصحيح، مع البيئة الثقافية والاجتماعية التي يعيش فيها، ولهذا تبدو مهمة مع العمليات الفكرية لدى المراهقين المتمدرسين، ويتضح هذا فيما يلي:

- **الذكاء:**

هو محصلة النشاط العقلي كله، أو هو القدرة العقلية العامة التي تبني المستوى العام للفرد، كما عرفه " بيرت " بأنه القدرة العقلية المعرفية العامة ويقصد به عدم تأثيره بالنواحي الجسدية، بل تأثيره بالنواحي الإدراكية.

وهذه المرحلة مرحلة وجب فيها استخدام اختيارات الذكاء، والقدرات والاستعدادات لتحديد مستوى العمل المدرسي من جهة، واكتشاف إمكانيات وقدرات التلميذ المراهق من جهة أخرى لتضمن له بدء التعمق الدراسي، وبالأخص التوافق الدراسي الجيد.[2]

- **الانتباه:**

تزداد مرحلة المراهق على الانتباه سواء في مدة الانتباه أو مداه، فهو يستطيع أن يستوعب مشاكل طويلة ومعقدة بسهولة، أي يبلور شعوره على كل شيء في مجاله الإدراكي[3]

[1] – محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط 8، دار المعارف، 1992، ص 145.

[2] – فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو، القاهرة: (ب.ط)، دار الفكر العربي، 1975، ص 283.

[3] – محمد مصطفى زيدان، مرجع سبق ذكره، ص 157.

- **التفكير:**

يتأثر المراهق بالبيئة، وهذا ما يحفزه إلى اللجوء إلى مختلف الطرق لحل مشاكله، ورغم انه يرتفع على التفكير الحسي ويرتقي إلى مرتبة التفكير المجرد، إلا أن هذا الرقي يستخدم فيه الاستدلال بنوعيه الاستقرار والاستنتاج، وما يهم المراهق أن تفكيره دائما مبني على افتراضات للوصول إلى حل المشكلات.

- **التذكر:**

تؤكد الأبحاث العديدة أن عملية التذكر تنمو في المراهقة، وتنمو معها قدرة المراهق على التعرف والاحتفاظ.

- **التخيل:**

يتسم خيال المراهق بأنه الوسيلة التي يتجاوز من خلالها حواجز الزمان والمكان، وله وظائف عدة، أن يحققها المراهق فهو أداة ترويجية كما انه مسرح لمطامع الغير المحققة، وهو يرتبط بالتفكير، ذلك أن الخيال يعتبر وسيلة من وسائل حل المشاكل بالنسبة للمراهق، يعتبر وسيلة هامة لتحقيق الانفعالات.[1]

- **الإدراك:**

يتجه إدراك المراهق إلى إدراك العلاقات المجردة والغامضة والمعنوية والرمزية وعلى هذا الأساس وبهذا التطور نجده لا يتقبل الأفكار الجاهزة والتي لا تقوم على البرهنة والإقناع.

4-4-النمو الانفعالي:

يشكل النمو الانفعالي في المراهقة جانبا أساسيا في عملية النمو الشاملة وتعتبر دراسة هامة جدا وضرورية ليس فقط لفهم الحياة الانفعالية للمراهق بل لتحديد وتوجيه المسار الإنمائي لشخصيته ككل، والغوص إلى أعماق ذاته المتحولة بكل ما تحمله من العواطف والأفكار[2].

[1] – محي الدين مختار، محاضرات علم النفس الاجتماعي، (ب.ط)، قسنطينة: 1998، ص166.

[2] – ميخائيل إبراهيم اسعد، سيكولوجية الطفولة والمراهقة، (ب.ط)، بيروت، دار الأفاق الجديدة، ص 302

4-5-النمو الانفعالي

تنمو أعضاء التناسل وتتكاثر نموا واضحا في هذه الفترة وهذه الأعضاء يزيد وزنها في الفترة الواقعة بين 10 و20 سنة، كما تتميز بظهور الشعر في العانة وتحت الإبط ونمو الثدي لدى البنات، ويحتمل ظاهرة بدء النمو الخاصة بالمبايض قبل تبرعم الصدر، وتميل الدورات الشهرية في بدايتها إلى أن تكون غير منتظمة، ولعل سبب ذلك أن الفتيات لا تصل إلى مرحلة الخصوبة الكاملة، كما يحدث في مرحلة المراهقة تغيرات في الصوت وتتمثل تسع درجات أو نغمات منخفضة تضاف للصوت العادي لدى البنين، بينما تصل هذه الدرجات إلى ثلاثة فقط بالنسبة إلى الفتاة.[1]

غير أنه تجدر بنا أن نشير هنا إلى نمو الغدد الجنسية وما تؤدي إليه من ظهور الأعراض الثانوية لدى البين والبنات لا يعني قدرة الفتاة أو الولد على الإنجاب.

حتما تستطيع الأعراض التناسلية عند كليهما القيام بوظيفتها ولكن لا تصل لأي مرحلة الإخصاب إلا بعد فترة حتى يتم اكتمال بقية أعضاء الجسم، ويتم التوازن بينها.[2]

4-6-النمو الاجتماعي:

تتميز الحياة الاجتماعية في المراهقة بأنها المرحلة التي تسبق تكوين العلاقات الصحيحة التي يصل إليها المراهق في مرحلة الرشد.

التآلف: ويتضمن ما يلي:

- الميل إلى الجنس الأخر.
- الثقة وتأكيدات الذات.
- الخضوع إلى جماعة النظائر.
- البصيرة الاجتماعية.

[1] – إبراهيم تشقوق، سيكولوجية المراهقة، ط3، المكتبة الانجلو مصرية ،1989، ص 137.

[2] – سعد حلال، الطفولة والمراهقة، ط2، دار الفكر العربي، ص 235.

- اتساع دائرة التفاعل الاجتماعي.[1]

النفور: ويتمثل فيما يلي:

- **التعصب:** وذلك بتمسكه بآرائه ويتعصب لمعايير جماعة النظائر التي ينتسب إليها.

- **السخرية:** بمعنى يتطور إيمان المراهق بالمثل العليا البعيدة تطور يجعله يسخر من الحياة الواقعية بعدها عن المثل التي يؤمن بها.

- **المنافسة:** بمعنى تأكيد مكانته بمنافسة زملائه في ألعابهم وتحصيلهم ونشاطاتهم.

- **التمرد:** المراهق يريد التحرر من سيطرة الأسرة.[2]

وقد دلت بعض الدراسات الحديثة التي أجرتها لمعرفة اتجاهات المراهقين الاجتماعية على ما يلي:

- الرغبة في مساعدة الآخرين في المرحلة المتأخرة من المراهقة وبعد تكامل النضج العقلي، وازدياد استعداده للمشاركة الوجدانية بحيث ينظر إلى مشكلات المجتمع نظرة فاحصة ويتجه اتجاها إنسانيا.

- يختار المراهق أصدقائه بنفسه ولما كان يصر على اختيار أصدقائه دون توجيه الكبار، بحيث يرى المراهق في صديقه له القدرة على المساعدة، وإتاحة الفرصة للتحدث عن متاعبه ورغباته دون تكلف.

- الميل إلى الزعامة، بما أن أنواع الميول في مرحلة المراهقة مختلفة ومتعددة أدى ذلك إلى وجود أنواع مختلفة من الزعامات مثل: الزعامة الاجتماعية والذهنية والرياضية.[3]

5-العوامل المؤثرة في المراهقة:

هناك عدة عوامل تؤثر في المراهقة ونذكر منها ما يلي:

---

[1] - محي الدين مختار، محاضرات في علم النفس الاجتماعي، (ب.ط)، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية، 1982، ص ص167، 168.

[2] - محمد مصطفى زيدان، النمو النفسي للطفل والمراهق ونظريات الشخصية، (ب.ط)، جدة: دار الشروق، ص 166.

[3] - محي الدين مختار، مرجع سابق، ص 168.

5-1-الوراثة:

نشير في معناها العام إلى انتقال صفات معينة من جيل إلى جيل، وفي إطار هذا المعنى يسميها البعض النقل الثقافي بالوراثة الاجتماعية ويرون أن شخصية الإنسان هي نتاج وراثتين: الوراثة الاجتماعية والوراثة البيولوجية.

والوراثة البيولوجية عبارة عن عملية الانتقال للجينات أو العوامل الوراثية عن طريق الخلايا الجنسية من الآباء إلى الأبناء.

5-2-العوامل البيولوجية:

لا شك في أن سلوك الفرد ونموه يتأثر تكوينه البيولوجي، فقد تبين في السنوات الأخيرة أهمية تأثير التفاعل الكيميائي في الجسم على السلوك، ولها علاقة كبيرة بالجينات التي تحدد وجود أو غياب إنزيم ويحدد طبيعته[1]، أي يتأثر بالتركيب الجسدي العام، وما يتصل به من صحة آو مرض ووفرة الغذاء[2].

5-3-البيئة:

يقصد بها كل العوامل التي يتفاعل معها الفرد، ويشير إلى هذه العوامل أحيانا بأنها جميع المواقف أو المثيرات التي تستجيب لها الفرد، ويرى البعض أنها تشمل البيئة الداخلية والخارجية مثل العوامل الطبيعية كالحرارة والرطوبة، وأي مثيرات ضوئية أو صوتية، فشخصية الفرد تتكون تدريجيا في المحيط الاجتماعي الذي ينشا فيها، لذلك تعتبر الأسرة أول بيئة اجتماعية تتلقى الطفل وهي تعتبر أهم وأول وسط في عملية التطبيع.[3]

[1] – انتصار يونس، السلوك الإنساني، (ب.ط)، مصر: المكتبة الجامعية، 2002، ص 53.

[2] –محمد التومي الشيباني، مرجع سبق ذكره، ص 137.

[3] – انتصار يونس، مرجع سبق ذكره، ص 54.

كما تتأثر المراهقة بالعوامل المتاحة، إذ تبدأ في المناطق الباردة من 15-16 سنة، وفي المناطق المعتدلة من 12 -13 سنة، أما في المناطق المدارية والاستوائية فتبدأ من 09-12 سنة. [1]

5-4-النضج:

يتميز بان يكون السلوك عاما في كل أفراد الجنس، إذ يحدث في الكائن الذي لم يصل إلى أي درجة من النضج تمكنه من تكوين واكتساب عادات ثابتة، أي يظهر السلوك عند الكائن دون سابق فرصة لأي خبرة أو معرفة أو رؤية عن طريق فرد أخر[2]، و يرى البعض انه لا يمكننا تعريف النضج إلا في ضوء التعلم لأنهما عمليتان تمثل كل منها ذلك التفاعل بين الفرد والبيئة.

5-5-التعلم:

هو عملية أساسية في حياة الفرد، معظم أنواع النشاط البشري يتضمن عملية التعلم بعدة طرق، وكثيرا ما يرتبط السلوك بمثيرات خارجية تزيد قوة تعلمه، ففي مواقف الحياة الواقعية نجد أن الفرد يتعلم أنواع السلوك التي تتفق مع معايير الجماعة، وتتقبل الجماعة هذا السلوك الذي يزيد من قوته، والعلاقات الاجتماعية التي يتفاعل بداخلها الفرد وقد تساعد على تعلمه لسلوك غير سوي[3].

5-6-الجنس:

تصل البنات إلى مرحلة المراهقة قبل البنين سنة أو سنتين أو اقل، فقد أكدت الدراسات التي أجريت على عدة ألاف من البنين في الو. م. أ أنهم لا يبلغون سن 14 سنة ونصف في حين تصل البنات إليها في سن 13 سنة ونصف.

[1] – محمد التومي الشيباني، مرجع سبق ذكره، نفس الصفحة.

[2] – انتصار يونس، مرجع سبق ذكره ص 55.

[3] – انتصار يونس، مرجع سبق ذكره، ص 72.

5-7-التغذية: تدل الأبحاث على أن التغذية والبيئة الصالحة تساعد في إسراع النضج، وبالعكس فان التغذية البيئة والأمراض الشديدة تؤخر النضج عند المراهقين[1]

6-مشاكل المراهقة:

إن مشكلات المراهقة من أهم المشكلات التي تواجه المراهقين في هذه المرحلة، فاللوم يوجه إلى المجتمع نفسه أو المدرسة والهيئات الاجتماعية، والبيوت وكلا المنظمات التي لها علاقة بالصغار فكلما مسؤولية على حياة هؤلاء الصغار في الوقت الحالي، بحيث تتمثل هذه المشكلات فيما يلي:

6-1-المشكلات النفسية:

من المفروض أن هذه المشاكل قد تثير في نفسية المراهق وانطلاقا من العوامل النفسية ذاتها التي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التحرر والاستقلالية وثروته لتحقيق هذا التطلع بشتى الطرق والأساليب فهو لا يخضع لقيود البيئة وتعاليمها، وإحكام المجتمع وقيمته الخلقية والاجتماعية، بل أصبح يمحص الأمور ويناقشها، ويزنها بتفكيره وعقله، وعند ما يحس المراهق بان البيئة تتصارع معه ولا تقدر موقفه ولا تحس بإحساسه الجديد، لهذا فهو يسعى دون قصد لأنه يؤكد بنفسه، بثروته، بتمرده، فإذا كانت كل من الأسرة والمدرسة والأصدقاء لا يفهمون قدراته ومواهبه، ولا تعامله كفرد مستقل ولا تشبع به حاجاته الأساسية على حين فهو يجب أن يحس بذاته وان يكون شيئا يذكر، يعترفا به الكل، أي أن تكون له فقيمة داخل المجتمع.[2]

6-2-المشكلات الاجتماعية:

إن مشاكل المراهق الاجتماعية تنشا من الاحتياجات السلوكية الأساسية مثل الحصول على مركز ومكانة في المجتمع، والمدرسة كمصادر السلطة على المراهق.

---

[1] – سعدية علي بهادر، البرنامج التربوي النفسي لخبرة من أنا الموجه لأطفال الرياض بين النظرية والتطبيق، (ب.ط)، الكويت: دار البحوث العلمية، 1983، ص 836.

[2] – ميخائيل خليل معوض، مشكلات المراهقين في المدن والريف، (ب.ط)، مصر : دار المعارف 1971، ص 161.

وعليه إن كل الأسرة والمدرسة والمجتمع يشكلون مصدر سلطة بالنسبة و للمراهق[1]، وعلى هذا الأساس فان المراهق قد يواجه الثورة والنقد نحو المجتمع، ونحو العادات والتقاليد، والقيم الخلقية والدينية السائدة كما ينقد نواحي النقص، والعيوب الموجودة فيها، ويكون المراهق كفرد بانتمائه إلى المجتمع وتفاعله معه يؤكد رغبته في التعبير عن ذاته وشخصيته وتحقق استغلاله وفرديته، وأننا نلاحظ مقاومة وثورة تمردا من المراهق إذا ما ضغطت أو أعيقت هذه الرغبات من طرف المدرسة أو المجتمع.[2]

6-3-المشكلات الأخلاقية والقيمية:

تشير المشكلات الأخلاقية والقيمية إلى أهمية الدين والأخلاق في حياة المراهق، وأي خروج عنه يعد مخالفة يرتكبها المراهق ويشعر بالذنب، لا يقتصر دور الدين على القيام بوظائف الضبط والتحكم في نزوات المراهق، وإنما يشبع حاجات نفسية أكثر عمقا في نفوس المراهقين، ومن أكثر المشكلات الأخلاقية والقيمية شيوعا لدى المراهق في هذا المجال ما يلي:

- ابتعاد المراهق عن الدين.
- الشعور بالندم لعدم المواظبة على الصلاة.
- الحاجة إلى معرفة الكثير عن الأمور الدينية.
- الشعور بالاضطراب والتوتر بسبب القيام بأعمال لا يرضاها الله عز وجل.
- الخشية من عقاب الله.[3]

6-4-المشكلات الصحية:

إن المتاعب المرضية التي يتعرض لها الشباب في سن المراهقة هي السمنة، إذ يصاب المراهقين بالسمنة البسيطة المؤقتة، ولكن إذا كانت كبيرة يجب العمل على تنظيم

[1] – ميخائيل خليل معوض، مرجع سبق ذكره، ص 162.

[2] – محمد رفعت، المراهقة وسن البلوغ، (ب.ط)، لبنان : دار المعارف للطباعة والنشر، 1974، ص 220.

[3] – سامي محمد ملحم، علم النفس النمو، ج 1 ، دار الفكر، 2004، ص 387.

الأكل، والعرض على طبيب أخصائي، فقد تكون وراءها اضطرابات شديدة بالغدد، كما يجب عرض المراهقين على انفراد مع طبيب للاستماع إلى متاعبهم، وهو في حد ذاته جوهر العلاج، لان للمراهق إحساس يخنقه، يحتم عليه التسليم بان أهله لا يفهمونه.[1]

و من جهة أخرى هناك المراهق المريض الذي يظهر مرضه، وبهمل بذلك واجباته وأعماله، ويغيب عن المدرسة، كما انه لا يشارك في النشاط الاجتماعي والرياضي، وهناك أصحاب العاهات الجسمية الذين لا يستطيعون بذل الجهد في النشاطات، وقد يتعرضون للسخرية من بين أقرانهم، وقد يميل بهم الحال إلى العزلة والانطواء[2]

6-5-المشكلات الجنسية:

يعاني المراهق في هذه المرحلة من عدم معرفته حقيقة الجنس وطبيعة مشكلاته بحيث يلجا في كثير من الحالات للحصول على معلومات حول الجنس من اقرأنه، أو رفقاء السوء، مما ينتج عن ذلك القلق والحيرة نظرا لتناقص المعلومات التي يمكن الحصول عليها، وتتمثل المشكلات الجنسية للمراهق فيما يلي:

- الحاجة إلى معرفة الأضرار الناجمة عن العادة السرية وكيفية التخلص منها.
- عدم القدرة على مناقشة الوالدين في المسائل الجنسية.
- التفكير في الحصول على زوجة مناسبة له.
- الشعور بالذنب لقيام المراهق بأفعال جنسية متكررة.[3]

6-6-مشكلة عدم الوضوح:

إن الغموض الذي يكتنف الكبار من أباء ومربيين حول عدد من المفاهيم التي يسعى المراهق لتحقيقها، في هذه المرحلة مثل السلطة والحرية والنظام والطاعة والديمقراطية

[1] – سامي محمد ملحم ،مرجع سبق ذكره، ص 387.

[2] – عبد الفتاح دويرار، سيكولوجية النمو والارتقاء، (ب.ط)، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع، ص 238.

[3] – سامي محمد ملحم، علم النفس النمو، دورة حياة الإنسان، ط1، دار الفكر ، 2004، ص 383 .

وغيرها، وعدم قدرة هؤلاء الكبار إيصالها إلى أبنائهم مما يحدث تشويشا واختلافا واضحا في وجهات نظر الطرفين، أي الكبار وأبنائهم.[1]

6-7-مشكلة الاختيارات والقرارات:

على المراهق أن يتخذ قراراته التي تحدد مستقبله في الحياة، خاصة تلك القرارات التي تربط بتعليمه، أو اختيار مهنته، أو ما يتعلق بالزواج وتكوين الأسرة، وممارسة بعض الهوايات.[2]

7-احتياجات المراهق:

إن المراهق بحكم المرحلة التي يمر بها، تنقصه عدة اختيارات والتي تتمثل فيما يلي:

7-1- الحاجة إلى المكانة:

إن حاجة المراهق إلى المكانة من أهم حاجاته فهو يريد أن يكون شخصا هاما وان تكون له مكانة في جماعته، وان يعترفا به كشخص ذو قيمة، وهذه المكانة أهم عنده من مكانته عند أبويه ومعلميه، بحيث يفضل أن تكون له مكانة عند رفاقه أكثر من مكانته عند الآخرين أي الوالدين والمعلمين، لان المراهق حساس وحريص أن يعامل كأنه رجل وليس طفل.[3]

7-2-الحاجة إلى الانتماء:

تشبه هذه الحاجة الحياة الاجتماعية الطبيعية سواء كانت في المدرسة أو المنزل فوسيلة إرضاء هذه الحاجة أن يشعر التلميذ بأنه ليس قائما بمفرده، وإنما هو عضو في جماعة يشعر فيها بوجود علاقة طيبة بينه وبين غيره، ولذلك كان من أقصى العقوبات التي

[1] – سامي محمد ملحم ، مرجع سبق ذكره، 385.

[2] – نفس المرجع ، ص 387.

[3] – فاخر عاقل، علم النفس التربوي، (ب.ط)، بيروت : دار العلم للملايين، 1976، ص 21.

يمكن أن تقع للتلميذ هي أن يخرجه المعلم من وسط زملائه ويعزلهم عن نشاطهم، فواجب المدرسة أن تتيح فرصة العمل الجماعي[1].

7-3-الحاجة إلى الحب والقبول:

تتضمن الحاجة إلى الحب والمحبة والحاجة إلى القبول والتقبل الاجتماعي والحاجة إلى الأصدقاء والحاجة إلى الانتماء إلى الجماعات.

7-4-الحاجة إلى الأمن:

يتمثل الأمن في الأمن الجسمي والصحة والحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستقرة السعيدة.

7-5-الحاجة إلى تأكيد الذات:

تشمل تأكيد الذات في تعزيز الانتماء لجماعة الرفاق والحاجة إلى مراكز والقيم الاجتماعية والحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة والحاجة إلى المساواة مع رفاق السن أو الزملاء في المظهر واللباس والمصاريف.

7-6-الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار:

تشمل الحاجة إلى التفكير وتوسيع الفكر، والحاجة إلى الخبرات الجديدة والحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل والحاجة إلى النجاح والتقدم الدراسي والحاجة إلى التعبير عن النفس.

7-7-الحاجة إلى الإشباع الجنسي:

تتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية والحاجة إلى الاهتمام بالجنس الأخر، والحاجة إلى التوافق الجنسي، حيث يعتبر الجنس من أهم المشاكل التي تمثل خطورة على المراهق.[2]

[1] – أبو الفتوح رضوان، المراهق في المدرسة والمجتمع، (ب.ط)، القاهرة: المكتبة الانجلو مصرية، 1973، ص 40.

[2] – عبد الرحمان الوافي، زيدان سعيد، مرجع سبق ذكره، ص 63.

8-المراهق والعلاقات الاجتماعية:

إن المراهق له علاقات اجتماعية داخل الوسط العائلي والمجتمع والمدرسة.

8-1-علاقة المراهق بالأسرة:

إن السنوات الواقعة بين 12 – 16 هي من أصعب السنين من حيث العلاقات الشخصية في البيت، فالطفل يثور على المراقبة والتوجيه ويبدأ بإرادة تفكير نفسه، والتصرف كشخص حر مستقل[1]. لان مسالة إقامة علاقة سليمة بين المراهق وأسرته حيزا مهما وبارزا بين المهامات الأساسية للمراهق، وذلك باعتباره فيما مضى على الاتكال على أهله، حيث تعطيه الأسرة أدوارا ثانوية فقط، ثم ينتقل إلى مرحلة تحتم على الاستقلالية حيث يحرك الأشياء بإرادته.

على الآباء والمربين أن يفرقوا بين معاملة المراهق بعد البلوغ وبين معاملته وهو طفل صغير، حيث يفرضون عليه قيود، ولا يبالون بتحولاته وتطلعاته إلى الاستقلال والحرية، وهي المطالب التي تتطلبها هذه المرحلة[2]

8-2-علاقة المراهق بالأصحاب:

ببلوغ سن المراهقة لا يبقى الجو الأسري محور التفاعل لدى المراهق كما كان في مرحلة الطفولة، بل يمتد هذا المجال إلى علاقات خارجية تتمثل أكثر في تكوين الأصدقاء وتصبح الصداقة التي كانت تتصف بالسطحية، تصبح تتصف بالتماسك والثبات والصداقة في المراهقة ليست فقط مظهر من مظاهر النمو الاجتماعي، بل هي مظهر من مظاهر زيادة الشعور بالذات، فهي تدل على رغبة المراهق في تدعيم موقفه إزاء الراشدين، وتحقيق تحرره من سلطة الكبار، كما أن جماعة الرفاق لها تأثير على سلوك المراهق أكثر من الأسرة والمدرسة.[3]

[1] – محمد رفعت، المراهقة وسن البلوغ، ط1، دار المعارف للطباعة والنشر، 1974، ص 22.

[2] – محمد رفعت، مرجع سبق ذكره، ص 22.

[3] – انتصار يونس، مرجع سبق ذكره، ص 194

8-3-علاقة المراهق بالمدرسة:

للمدرسة تأثير قوي في تشكيل مفهوم للمراهق عن ذاته، وعمن من هو سيكون في الغد، وتوفر المدرسة منذ عمر السادسة له فرضا لاختبار قواه، واكتشافها واكتشاف قدراته وجوانب عجزه وقصوره، ففيها يتعرض الناشئ للفشل أو النجاح[1].

حيث تشكل المدرسة حيزا معقدا أكثر من الأسرة، وتترك أثرها على اتجاهات الناشئة وعاداتهم وأرائهم، حيث نجد المراهق يتأثر تأثيرا قويا بالخبرات المكتسبة التي يتعرض لها في المدرسة كما يتأثر بالعلاقات السائدة فيها.

والمدرسة توفر للمراهق حياة الجماعة التي يصعب له أن يجدها في الأسرة لاختلاف نوع التفاعل وشكل العلاقات بداخلها، وهي بذلك تؤثر في تغيير اتجاهات المراهق حيث يوجد الجو الاجتماعي الذي يؤدي إلى تغير في التفكير والاتجاهات.[2]

[1] – ميخائيل إبراهيم سعد، مشكلة الطفولة والمراهقة، ط2 ، بيروت: دار الآفاق الجديدة ،1991، ص 392.

[2] – انتصار يونس، مرجع سبق ذكره ، ص 392.

خلاصة:

إن المراهقة هي مرحلة معقدة وجد خطيرة يمر بها الفرد فهي تلك المرحلة الأساسية الفاصلة بين الطفولة والرشد، وهي تشكل بما يسمى بداية حياة جديدة، وهذا بانتهائها، رغم انه من الصعب تحديد بداية ونهاية هذه المرحلة، وعليه يمكن القول أن اجتياز الفرد لهذه الفترة بشكل ايجابي يفتح له أبواب واسعة تجعله ناجحا في حياته، لكونه يصبح مهتم بجوانب المسؤولية، والتطلع بالمستقبل، ولكن عدم اجتياز هذه المرحلة بشكل ايجابي يشكل معوقات للفرد في حياته، وفي مختلف المجالات، الثقافية والاجتماعية والدينية والنفسية، لأنه في حالة نجاح المراهق في الخروج من مرحلة المراهقة يؤكد اكتسابه لهوية يلتزم بها بكونها هوية سوية تساعده على مواصلة حياته لتحقيق أهدافه وطموحاته، والتي تشغل تفكير أي مراهق.

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

تمهيـد :

يمكن وصف البحث العلمي على أنه مغامرة شاقة مليئة بالنشاط والمجازفات التي تجدي وقائعها بين أحضان المعلم، هذه المغامرة تستدعي الصبر، الموضوعي، الجهد المتواصل، التنظيم، التخيل، الخصب، الفطنة الحادة، قابلية التحكم الجيد في الظروف الجديدة... إلى غير ذلك من هذه العناصر الضرورية لنجاح البحث.

في هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في هذه الدراسة ومن أجل الحصول على نتائج يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة مرة أخرى، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى، كما هو معروف فان ما يميز أي بحث علمي هو قابلية للموضوعية العلمية، هذا لا يمكن أن يتحقق إلا إذا أنتج صاحب الدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

تهدف البحوث العلمية عموما إلى الكشف عن الحقائق ، وتكمن قيمة هذه البحوث وأهميتها في التحكم في المنهجية المتبعة فيها ، وهذه الأخيرة تعني " مجموعة المناهج والطرق التي تواجه الباحث في بحثه ، وبالتالي فإن وظيفة المنهجية هي جمع المعلومات ، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها . " [1]

[1] د . فريد ريك معتوق : معجم العلوم الاجتماعية : انجليزي – فرنسي – عربي – أكاديميا ، بيروت ، لبنان ، 1998 ، ص . 231 .

1- الدراسة الاستطلاعية :

قمنا بإجراء الدراسات الاستطلاعية بهدف:

- ضمان السير الحسن لعملية البحث الأساسية.
- الوصول إلى أفضل الطرق لتطبيق أدوات البحث التي تؤدي بدورها إلى الحصول على نتائج صادقة.
- معرفة الصعوبات و المشاكل التي قد تواجهنا خلال إجراء البحث .
- اختيار العمليات الإحصائية المناسبة للدراسة .
- مدى فهم عبارات الاستبيان و قد أجمعت الآراء على وضوح و فهم جميع العبارات.

قامنا بزيارة ميدانية لمديرية التربية، حيث قابلنا مدير التربية وتم طرح مجموعة من الأسئلة لغرض تقصي الحقائق والحصول على معلومات كافية عن المجتمع الأصلي للدراسة، ولقد وجد الدعم الكبير والتفهم من كل العمال والأساتذة مما سهل من مهمتنا كثيرا عند القيام بالجانب التطبيقي.

2 - المنهج المتبع :

إن مناهج البحث تختلف في البحوث الاجتماعية باختلاف مشكلة البحث وأهدافها، فالمنهج "هو عبارة عن مجموعة من العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه " . [1]

ففي مجال البحث العلمي يعتمد اختيار المنهج السليم والصحيح ، لكل مشكلة بحث بالأساس على طبيعة المشكلة ومن هذا المنطق فموضوع بحثنا يتمثل في " الألعاب الشبه رياضية و دورها في التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ طور المتوسط " يملي علينا اختيار **المنهج الوصفي التحليلي** الذي يعتمد على جمع البيانات الميدانية ومن أحسن طرق البحث .

[1] د. رشيد زرواتي : المرجع السابق ، ص . 119 .

3- أدوات البحث :

3 – 1 – الاستبيان :

أستعمل الاستبيان كأداة لجمع المعلومات و البيانات المختلفة حول المتغيرات التي تشكل موضوع البحث،كون أن الاستبيان ،كما جاء تعريفه في كتاب(أصول البحث العلمي لحسين عبد الحميد رشوان):"أنه وسيلة من وسائل جمع البيانات انتشرت في كثير من البحوث النفسية والاجتماعية، و يأتي ذلك عن طريق استمارة أو كشف يضم مجموعة من الأسئلة المكتوبة حول موضوع البحث والتي توجه للأفراد بغية الحصول على بيانات موضوعية وكمية وكيفية، من جماعات كبيرة الحجم وذات كثافة عالية، ويقوم المجيب المبحوث بالإجابة عليها، وغالبا ما تقوم الإجابة على اختيار واحد من عدد الاختيارات"[1]، تم تحضير الاستبيان انطلاقا من أهداف و فرضيات البحث.

وقد تقيد الباحث بالشروط الواجب إتباعها عند وضع الاستبانة(مثل: وضع عنوان للاستبانة، مراعاة وضع تعليمات تحوي على الهدف من إجراء الاستبانة....الخ.

في هذا البحث تناولنا تقنية الاستبيان الذي يعتبر من أنجع الطرق للتحقيق حول الرأي العام ومن أنسب الطرق لتحقق من الإشكالية التي قمنا بطرحها ، كما يسهل علينا جمع المعلومات المراد الوصول إليها انطلاقا من الفرضيات السابقة .

ويعرف الاستبيان على أنه: " أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات فيتم جمع هذه البيانات عن طريق الاستبيان من خلال وضع استمارة الأسئلة ، ومن بين مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد والوقت كما أنها تسهم في الحصول على بيانات من العينات في أقل وقت بتوفير شروط التقنين من صدق وثبات وموضوعية . [2]

[1] – حسين عبد الحميد رشوان: أصول البحث العلمي، الإسكندرية، مؤسسة شباب الجامعة، 2003م، ص 167.

[2] حسين أحمد الشافعي ، سوزان أحمد علي مرسي ، مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية، منشئة المعارف ، الإسكندرية ، ص 203-205

وتضمن الاستبيان قائمة تضم (21) سؤالا ، يجاب عليها بعلامة (×) داخل الخانة المختارة ، وهي موجه إلى أفراد العينة من أجل الحصول على معلومات حول الموضوع أو المشكلة المراد دراستها ، وقد تم تنفيذ الاستمارة عن طريق المقابلة الشخصية.

وقد قسمنا استبياننا على ثلاث فرضيات ونبين ذالك في الجدول التالي :

الاستبيان	الأسئلة
محور الاستبيان الخاص بالفرضية (01)	(7).(6).(5).(4).(3).(2).(1)
محور الاستبيان الخاص بالفرضية (02)	(14).(13).(12).(11).(10).(9).(8)
محور الاستبيان الخاص بالفرضية (03)	(21).(20).(19).(18).(17).(16).(15)

4 – عينة البحث :

إن عملية المعاينة هي اختيار جزء من مجموعة من المادة بحيث يمثل هذا الجزء المجموعة كلها،و لكي نحكم على الكل باستخدام الجزء وجب أن نهتم بالطريقة التي نختار بها هذا الجزء حتى نحصل على أدق النتائج،"و هذا الجزء الذي نختاره و نستخدمه في الحكم على الكل يسمى (بالعينة)أما طريقة الاختيار فيطلق عليها(طريقة المعاينة) ،و يجب أن تكون طريقة المعاينة التي نستخدمها قادرة على أن تمدنا بعينة ممثلة للمجتمع الكلي أصدق تمثيل حتى أن كل خواص المجتمع بما فيها من اختلاف بين وحداته تنعكس في العينة بأحسن ما يسمح به حجم العينة".[1]

و لما كان معروفا أن من أهم المشاكل التي يصادفها الباحث، هو مشكلة اختيار العينة التي يجري عليها البحث، لأنه يتوقف على هذه العينة كل قياس أو نتيجة يخرج بها، لهذا اضطر الباحث أن يجري بحثه على عينة محدودة لا على المجتمع الأصل بأكمله، لأن

[1] – محمد زيدان عمر: البحث العلمي –مناهجه و تقنياته ، ط4، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية، 1983م، ص 282.

إجراء البحث على المجتمع الأصلي بأكمله يكلف الباحث قدرا كبيرا جدا من الوقت و الجهد و المال.

تعتبر العينة من الأدوات الأساسية في البحوث العلمية والهدف الأساسي منها الحصول على معلومات وبيانات على المجتمع الأصلي للبحث ،حيث عينة البحث هي معلومات عن عدد الوحدات التي تسحب من المجتمع الأصلي لموضوع الدراسة ، بحيث تكون ممثلة تمثيلا صادقا .[2]

وتم اختيار العينة حصصية وتمثلت في 150 تلميذ لبعض متوسطات – الأغواط

اسم المتوسطة	العينة : عدد التلاميذ	مجتمع الأصلي
متوسطة المصالحة	30	1106
متوسطة البابطين	30	654
متوسطة ابن ناصر بن شهرة	30	295
متوسطة أوكيد علال	30	794
متوسطة العمري سائح	30	375
المجموع الكلي	150	3224

5 – الدراسة الميدانية :

5 – 1 – المجال الجغرافي :

لقد ارتأينا في بحثنا هذا إلى إجراء الدراسة الميدانية على مستوى ولاية من القطر الوطني وهي : بلدية الاغواط ، وتم توزيع الاستمارات فيها على بعض تلاميذ طور المتوسط.

[2] – عبد العزيز فهمي :مبادئ الإحصاء ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1994 ، ص 95 .

5 -2 – المجال الزمني :

لقد تم ابتداء البحث منذ أوائل شهر جانفي عن طريق البحث في الجانب النظري أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد تم توزيع الاستمارات على التلاميذ خلال الفترة الممتدة ما بين 05 فيفري إلى غاية20افريل.2018

6 – المتغيرات المستعملة : يمكن أن نقسم موضوع بحثنا حسب المتغيرين التاليين :

6-1- المتغير المستقل (السبب):

وهو الذي يؤدي التغير في قيمته إلى التأثير في قيم متغيرات أخرى لها علاقة به وحدد المتغير المستقل في بحثنا الحالي في: **الألعاب الشبه رياضية**

6 -2- المتغير التابع (النتيجة) :

وهو الذي تتوقف قيمته على قيم متغيرات أخرى ومعنى ذلك أن الباحث حينما يحدث تعديلات على قيم المتغير المستقل تظهر نتائج تلك التعديلات على قيم المتغير التابع وحدد في بحثنا كما يلي : **التوافق النفسي الاجتماعي** .

المتغير الوسيط:الحصة الرياضة .

7 – أسلوب التحليل الإحصائي :

لكي يتسنى لنا التعليق والتحليل عن نتائج الاستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام على شكل نسب مئوية وهذا عن طريق إتباع القاعدة الثلاثية المعروفة بـ :

س	⟵	100 %	
ع	⟵	x	فإن $x = \frac{ع \times 100}{س}$

X : النسبة المئوية .

ع : عدد الإجابات (عدد التكرارات).س : عدد أفراد العينة.[1]

صعوبات البحث :

-ان القيام بأي بحث علمي مهم يتطلب المرور بعدة مراحل والقيام بعدة اجراءات فلا يمكن اعتبار هذا العمل وهذه الاجراءات ذات صعوبة باعتبارها تدخل في ضروريات البحث العلمي ولكن رغم هذا وجدنا بعض الصعوبات التي نراها خارج عن نطاق عملنا و أهمها :

– صعوبة الالتقاء بالمسؤولين في مديرية التربية لولاية الاغواط لإعطائنا معلومات عن عدد التلاميذ الطور المتوسط لمدينة الأغواط

[1] – معين أمين السيد : المعين في الإحصاء ، دار العلوم للنشر والتوزيع ، القبة ، 1998 ، ص 34

الفصل الثاني

المحور الأول :

نص الفرضية : للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية روح التعاون .

تحليل ومناقشة الاستبيان:

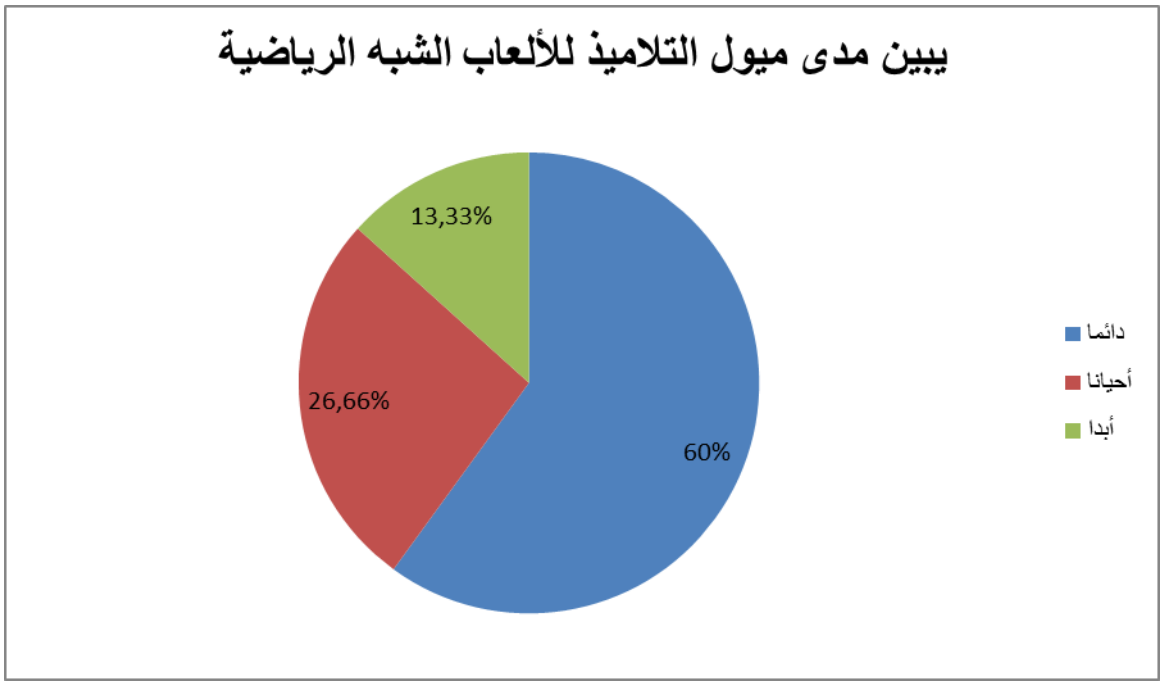
- السؤال الأول :

هل تحب ممارسة الألعاب الشبه الرياضية ؟

الغرض من السؤال :محاولة معرفة ميول التلاميذ للألعاب الشبه الرياضية.

الجدول 01 : يبين مدى ميول التلاميذ للألعاب الشبه الرياضية .

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة%
هل تحب ممارسة الألعاب الشبه الرياضية؟	دائما	90	60
	أحيانا	40	26.66
	أبدا	20	13.33
	المجموع	150	100



التحليل والمناقشة :

من خلال الجدول يتبين أن 60 % يحبون دائما ممارسة الألعاب الشبه الرياضية و 26.66 % أحيانا و 13.33 % لا يحبون ممارسة الألعاب الشبه الرياضية .

الاستنتاج :

يمكننا من خلال النتائج الموضحة في الجدول اعلاه بأن غالبية التلاميذ يحبون ممارسة الألعاب الشبه الرياضية ويعود ذالك الى المتعة التي يجدونها من خلال ممارستها .

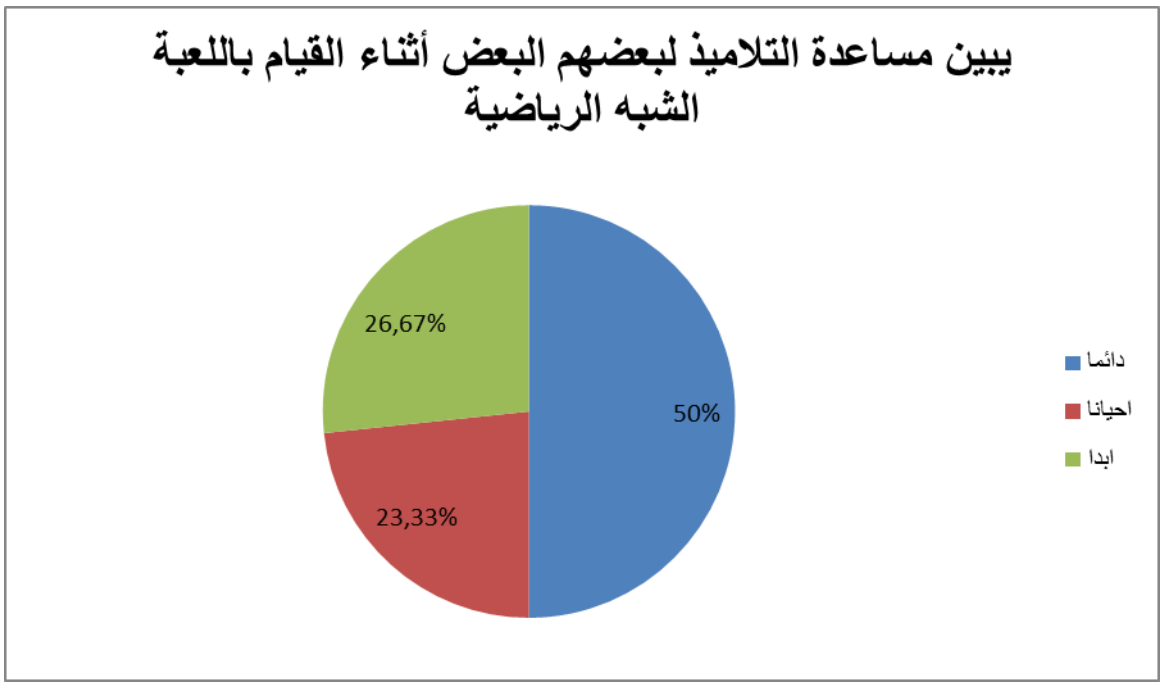
- السؤال الثاني :

هل تساعد زملائك أثناء القيام باللعبة الشبه الرياضية؟

الغرض من السؤال : معرفة مساعدة التلاميذ لبعضهم البعض أثناء القيام باللعبة الشبه الرياضية.

الجدول 02 : يبين مساعدة التلاميذ لبعضهم البعض أثناء القيام باللعبة الشبه الرياضية .

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة %
هل تساعد زملائك أثناء القيام باللعبة الشبه الرياضية؟	دائما	75	50
	أحيانا	35	23.33
	أبدا	40	26.67
	المجموع	150	100



التحليل والمناقشة :

من خلال الجدول يتضح لنا أن(50%)يقومون بمساعدة بعضهم البعض أثناء ممارستهم للعبة الشبه الرياضية أما(23.33%) من التلاميذ يرون أنها ليست بصفة دائمة أما النسبة المتبقية والتي تعبر عن (26.67 %) ترى عكس ذالك بأنها لا توجد هناك مساعدة لبعضهم البعض أثناء قيامهم باللعبة .

الاستنتاج :

ومنه نستنتج مما سبق ذكره من نتائج تحليلنا بأن غالبية التلاميذ يرون بأنهم يتعاونون مع بعضهم البعض أثناء اللعبة الشبه الرياضية وهذا ما يدل على انها توجد مشاركة وتعاون فيما بينهم .

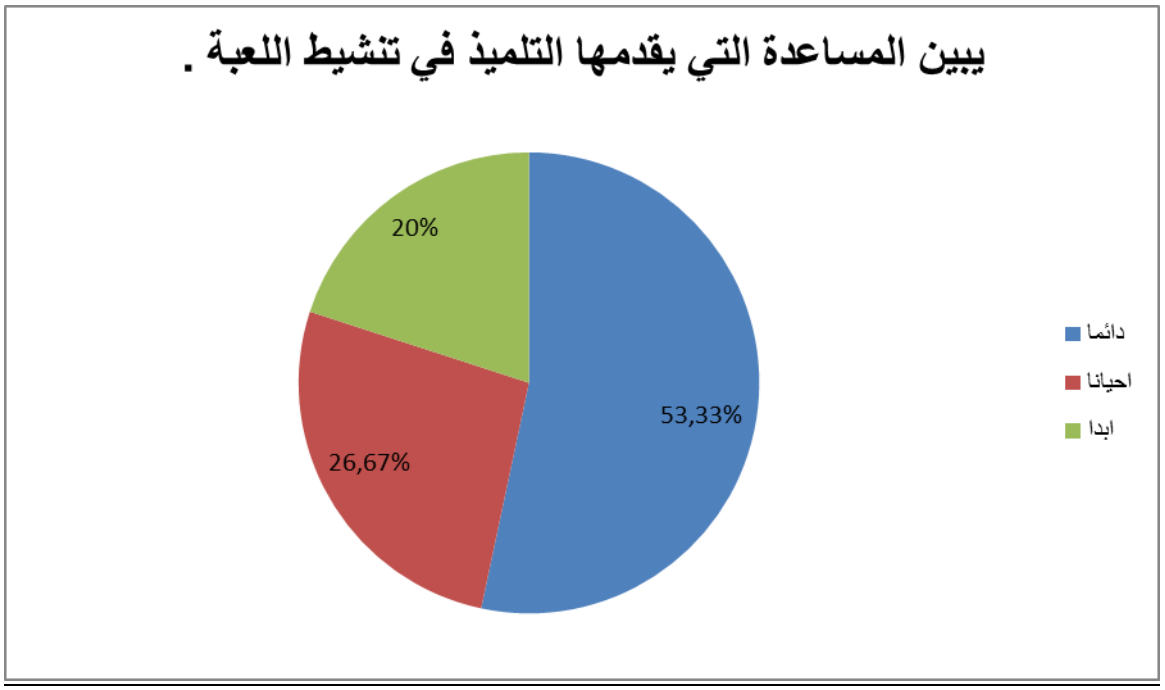
- **السؤال الثالث :**

أثناء الألعاب الشبه الرياضية هل تساعد في تنشيط لعبة ؟

الغرض من السؤال :معرفة المساعدة التي يقدمها التلميذ في تنشيط اللعبة

الجدول 03 :يبين المساعدة التي يقدمها التلميذ في تنشيط اللعبة .

السـؤال	الإجـابة	التكـرارات	النسبة %
أثناء الألعاب الشبه الرياضية هل تساعد في تنشيط لعبة ؟	**دائما**	**80**	**53.33**
	أحيانا	**40**	**26.67**
	أبدا	**30**	**20**
	المجمـوع	**150**	**100**



التحليل والمناقشة :

من خلال النتائج في الجدول اعلاه نلاحظ أن 53.33 % من التلاميذ دائما يقدمون المساعدة للأستاذ في تنشيط اللعبة أما اللذين يرون أن مساهمتهم في تنشيط اللعبة كانت غير دائمة حيث بلغت 26.67% أما البقية والتي تتمثل في 20 % لا يقومون بدور المساعدة في تنشيط اللعبة الشبه الرياضية

الاستنتاج :

عند تحليلنا لنتائج الجدول يظهر أن هناك إجماعا من طرف التلاميذ انهم يرون انفسهم مساعدين وفعالين في تنشيط الألعاب الشبه الرياضية مما يبرز دور التعاون بين تلاميذ أثناء حصة التربية البدنية.

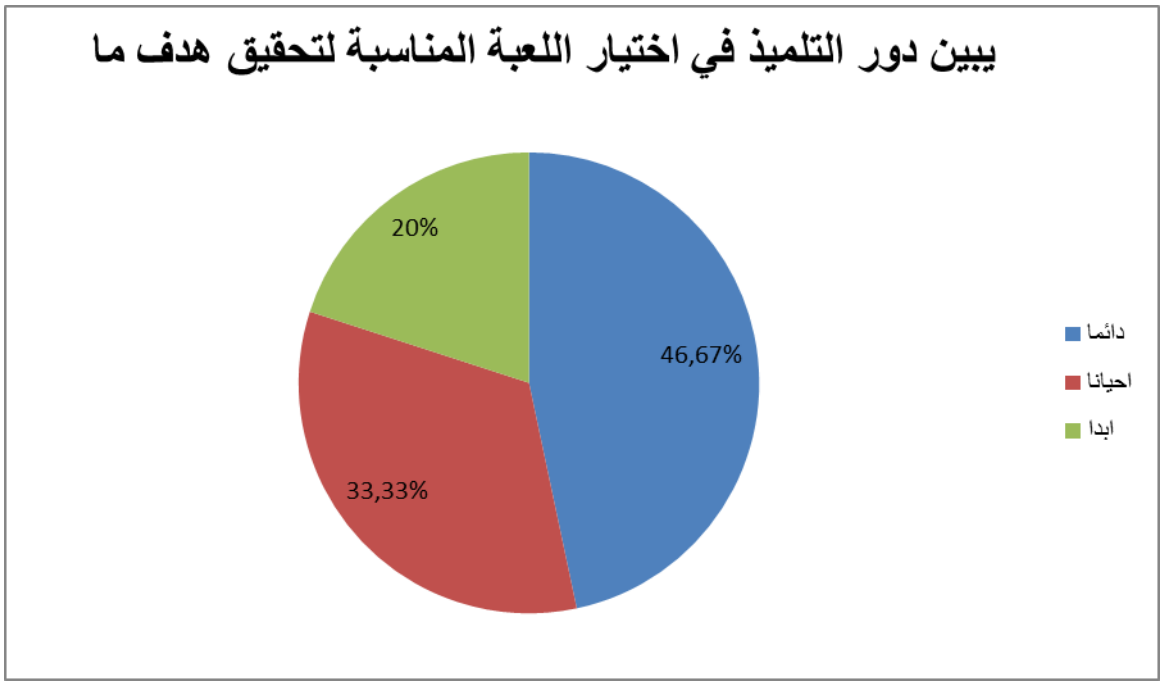
- **السؤال الرابع:**

هل تساهم في وضع اللعبة المناسبة مع زملائك لتحقيق هدف ما ؟

الغرض من السؤال :دور التلميذ في وضعاللعبة المناسبة لتحقيق الهدف مع زملائه .

الجدول 04 :يبين دور التلميذ في اختيار اللعبة المناسبة لتحقيق هدف ما .

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة %
هل تساهم في وضع اللعبة المناسبة مع زملائك لتحقيق هدف ما ؟	دائما	70	46.67
	أحيانا	50	33.33
	أبدا	30	20
	المجموع	150	100



التحليل والمناقشة :

من خلال الجدول رقم (04) نرى أن أغلبية التلاميذ والتي بلغت 46.67 % يساهمون دائما في وضع اللعبة المناسبة لتحقيق هدف الحصة و 33.33 % من التلاميذ يرون انهم أحيانا يساهمون في وضع اللعبة المناسبة و اما اللذين لا يساهمون في وضع اللعبة المناسبة بلغت نسبتهم 20 %

الاستنتاج :

نرى من خلال تحليلنا للجدول أن أغلبية التلاميذ يساهمون في وضع اللعبة المناسبة مع بعضهم البعض لتحقيق الهدف .

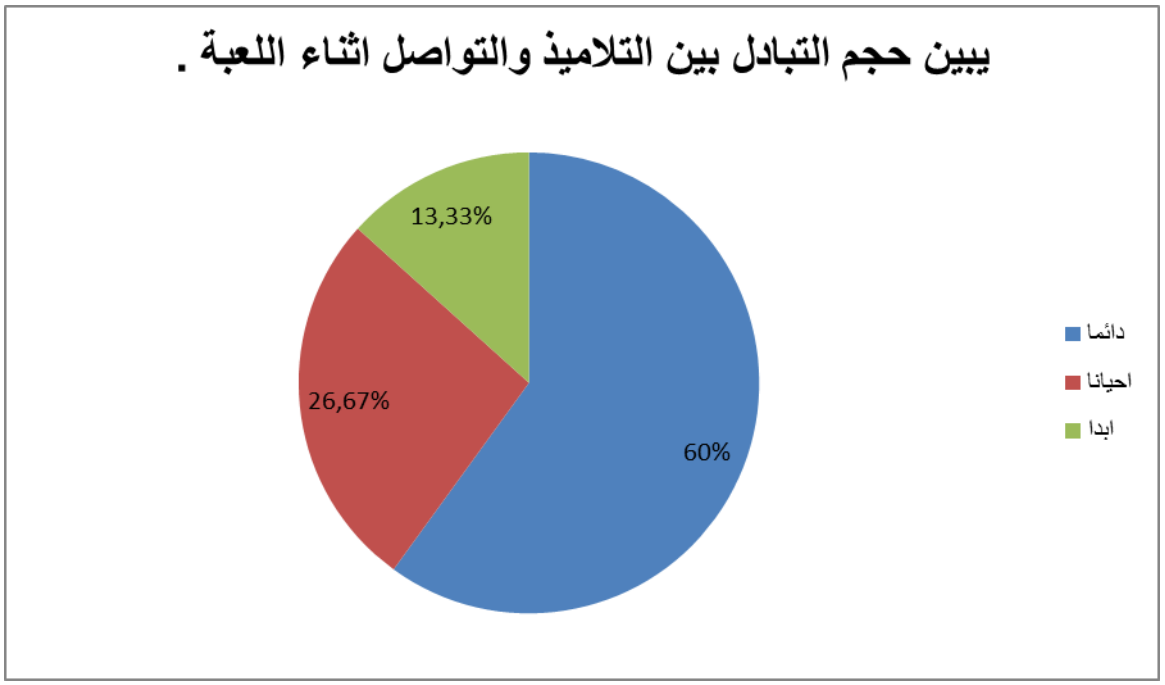
- **السؤال 05 :**

هل تتبادل النصائح مع زملائك أثناء اللعبة؟

الغرض من السؤال :معرفة حجم التبادل بين التلاميذ والتواصل بينهم

الجدول 05 : يبين حجم التبادل بين التلاميذ والتواصل اثناء اللعبة .

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة %
هل تتبادل النصائح مع زملائك أثناء اللعبة؟	دائما	90	60
	أحيانا	40	26.67
	أبدا	20	13.33
	المجموع	150	100



التحليل والمناقشة :

يتضح من خلال الجدول رقم (05) أن غالبية التلاميذ يتبادلون النصائح اثناء اللعبة حيث بلغت نسبتهم 60 % أما بالنسبة للتلاميذ الذين يرون انه احيانا لا يتبادلون النصائح فقد بلغت نسبتهم 26.67 % أما باقي التلاميذ لا يتبادلون النصائح فيما بينهم فكانت نسبتهم قليلة حيث بلغت نسبتهم 13.33 %

الاستنتاج :

نستنتج بعد قراءتنا للنسب الاحصائية ان معظم تلاميذ يكون بينهم نوع من التواصل والتفاعل فيما بينهم للارشاد وتصحيح اللأخطاء مما يخلق جو اجتماعي تعاوني بين التلاميذ

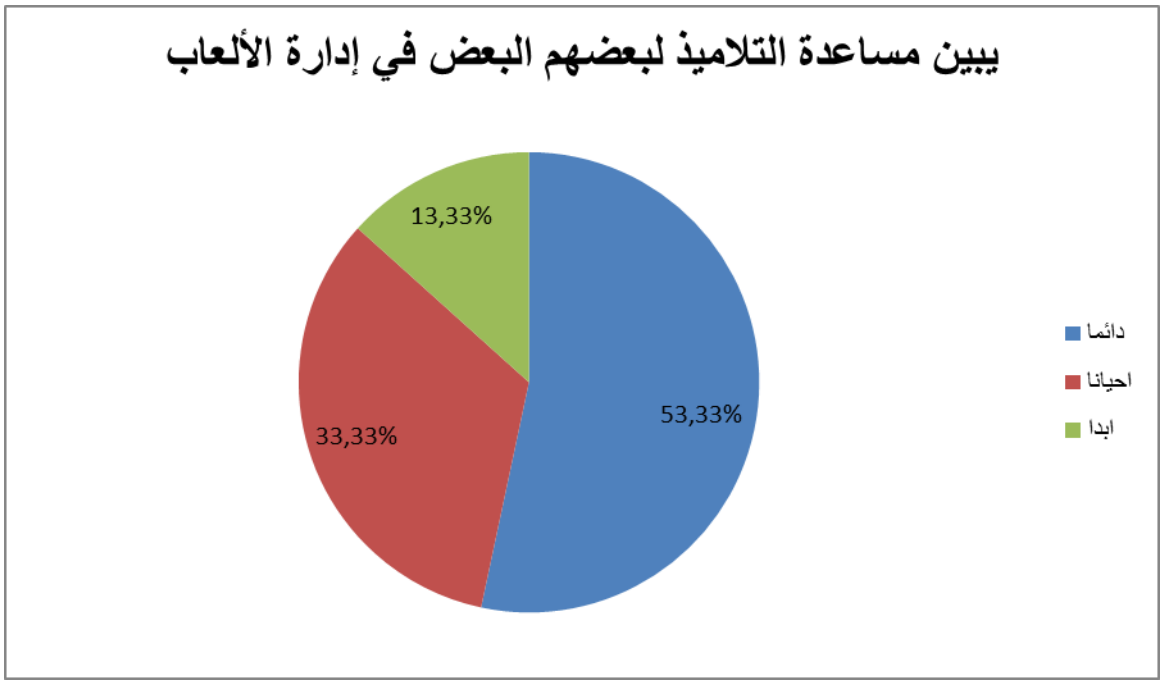
- **السؤال 06 :**

هل تريد أن يشاركك أحد زملائك في إدارة الألعاب؟

الغرض من السؤال : معرفة مساعدة التلاميذ لبعضهم البعض في ادارة الالعاب .

الجدول 06 : يبين مساعدة التلاميذ لبعضهم البعض في إدارة الألعاب.

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة %
هل تريد أن يشاركك أحد زملائك في إدارة الألعاب ؟	دائما	80	53.33
	أحيانا	50	33.33
	أبدا	20	13.33
	المجموع	150	100



التحليل والمناقشة :

يتضح من خلال نتائج جدول رقم (06) أن 53.33 % من التلاميذ يتشاركون مع بعضهم البعض في إدارة الألعاب أما 33.33 % من التلاميذ يرون أن مشاركة الزملاء في ادارة

الألعاب ليست دائمة وباقي التلاميذ والتي بلغت نسبتهم 13.33 % لا توجد بينهم شراكة في ادارة الألعاب .

الاستنتاج :

ومنه نستنتج مما سبق ذكره من نتائج تحليلنا أن غالبية التلاميذ يشاركون بعضهم البعض في ادارة الألعاب وهذا ما يدل على انه توجد مشاركة وتعاون فيما بينهم

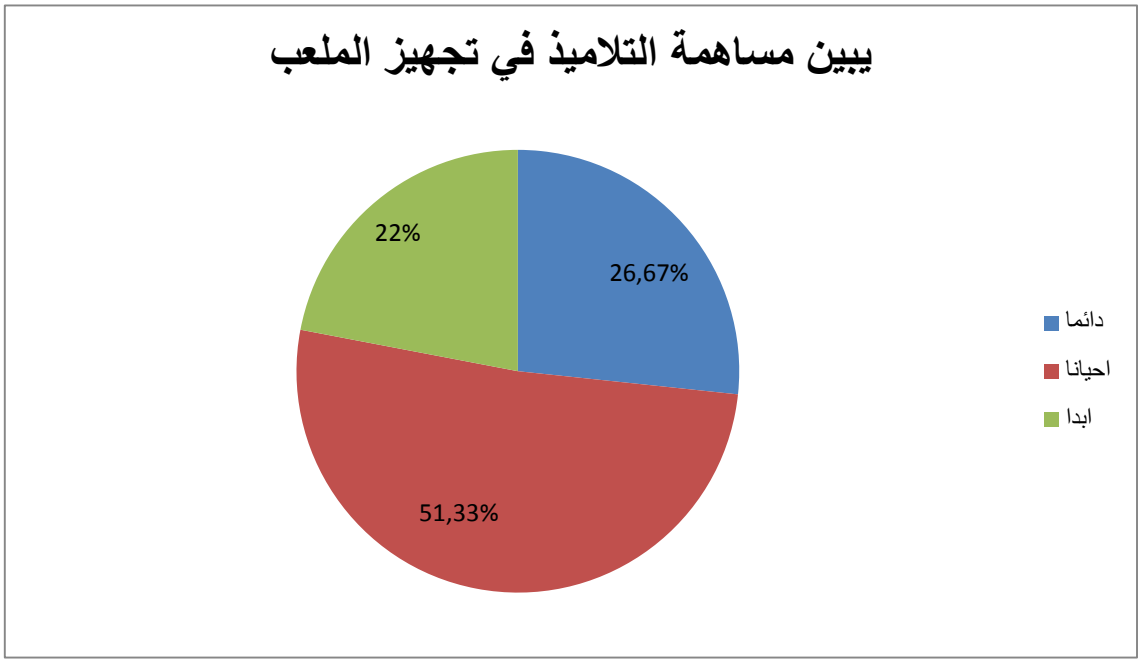
- السؤال 07 :

هل تساهم في تجهيز الملعب قبل وبعد اللعبة الشبه الرياضية؟

الغرض من السؤال : مدى مساهمة التلاميذ في تجهيز الملعب

الجدول 07 : يبين مساهمة التلاميذ في تجهيز الملعب.

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة %
هل تساهم في تجهيز الملعب قبل وبعد اللعبة الشبه الرياضية؟	دائما	40	26.66
	أحيانا	77	51.33
	أبدا	33	22
	المجموع	150	100



التحليل والمناقشة :

من خلال نتائج الجدول رقم (07) ان غالبية التلاميذ يرون أن مساهمتهم في تجهيز الملعب تكون بصفة غير دائمة حيث بلغات نسبتهم 51.33 % اما اللذين أجابوا بأنهم يقومون دائما

بتجهيز الملعب فقد بلغت نسبتهم 26.66 % اما النسبة المتبقية والتي تعبر عن 22 % انها لا تشارك أبدا في تجهيز الملعب قبل القيام باللعبة الشبه الرياضية

الاستنتاج :

يمكن من خلال النتائج الموضحة في الجدول اعلاه أن غالبية التلاميذ يرون أنهم أحيانا يساهمون في تجهيز المعلب وهذا راجع لشوقهم لممارسة الألعاب الشبه الرياضية .

خلاصة المحور الأول :

من خلال عرض النتائج للمحور الاول الذي يخدم لنا الفرضية الأولى والتي صيغة بان للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية روح التعاون أثرها وحدة وتماسك أفراد القسم الواحد وتنمية العلاقات الاجتماعية داخل المجموعة وكانت الأسئلة قد جاءت من العام الى الخاص ويظهر ذالك من خلال الاستبيان الموجه للتلاميذ وكان عنوان المحور الأول دور الالعاب الشبه الرياضية في تنمية روح التعاون ومن النتائج المحصل عليها من خلال الجداول الماضية يتبين لنا أن الألعاب الشبه الرياضية تجعل التلاميذ يتشوقون لممارستها كما تولد الارادة والمثابرة في العمل حيث ظهر لنا روح التعاون بين التلاميذ أثناء وقبل الألعاب الشبه الرياضية وهذا ما يوضح لنا صحة الفرضية الأولى .

المحور الثاني :

نص الفرضية: للألعاب الشبه رياضية دور في التوافق النفسي .

تحليل ومناقشة الاستبيان:

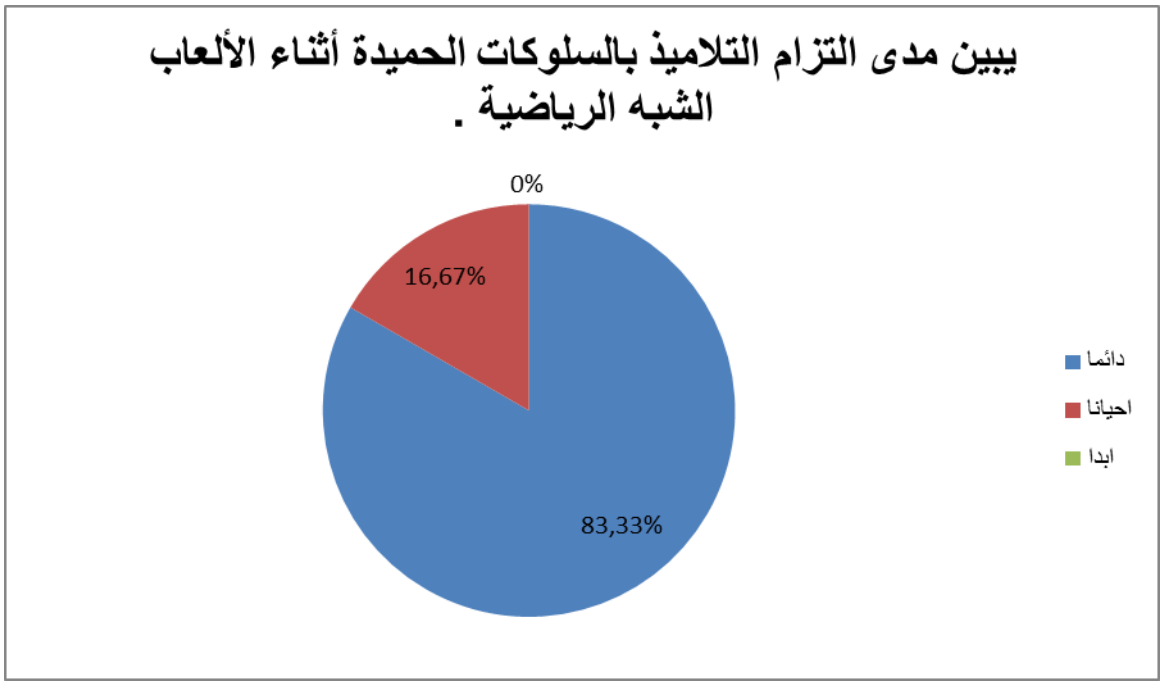
- السؤال 08:

هل أنت مطالب أثناء الألعاب الشبه الرياضية التحلي بالسلوكات الحميدة ؟

الغرض من السؤال : معرفة مدى التزام التلاميذ بالسلوكات الحميدة أثناء الألعاب الشبه الرياضية .

الجدول08 : يبين مدى التزام التلاميذ بالسلوكات الحميدة أثناء الألعاب الشبه الرياضية .

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة %
هل أنت مطالب أثناء الألعاب الشبه الرياضية التحلي بالسلوكات الحميدة ؟	دائما	125	83.33
	أحيانا	25	16.67
	أبدا	0	0
	المجموع	150	100



تحليل والمناقشة :

من خلال الجدول يتبين أن 83.33% من التلاميذ يرون أنه يجب التحلي بالسلوكات الحميدة أثناء الحصة في حين أن نسبة 16.67 % يرون انه أحيانا يجب التحلي بالسلوكات الحميدة أثناء اللعب

الاستنتاج :

من خلال التحليل والنتائج نستنتج ان عموم التلاميذ يتحلون بالسلوكات الحميدة أثناء الحصة وذالك لما تتطلبه الحصة من أخلاق لتسيير الحصة بطريقة جيدة وتربوية.

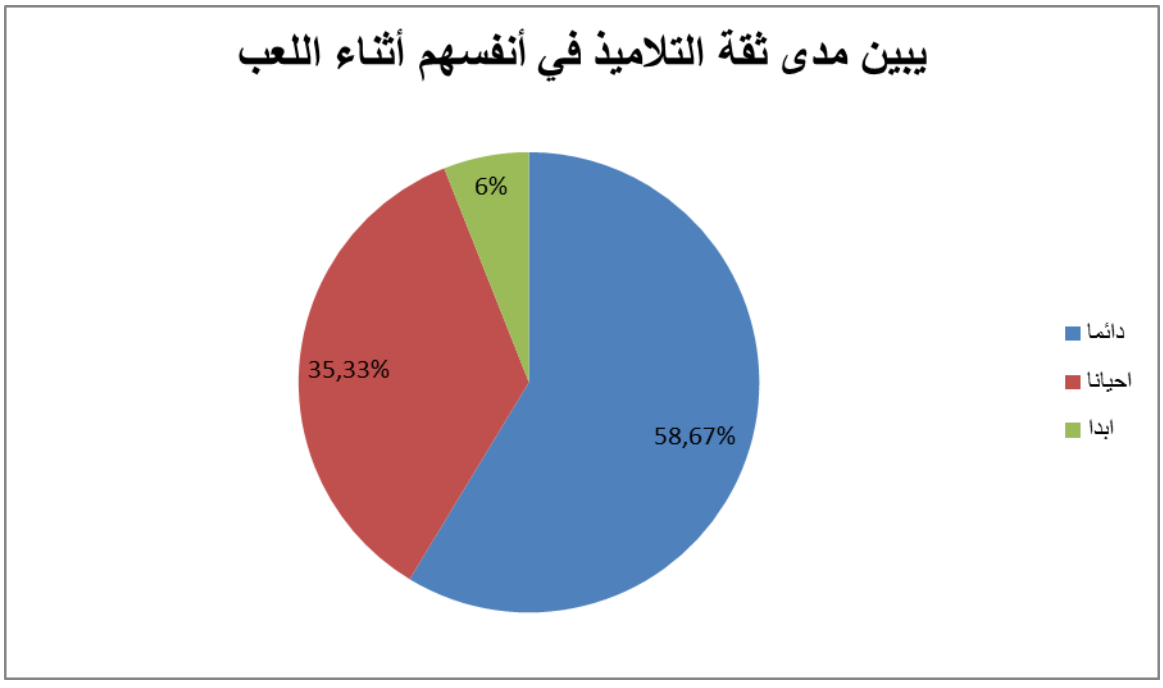
- السؤال 09:

هل تشعر بالثقة في النفس أثناء اللعب؟

الغرض من السؤال : مدى ثقة التلاميذ في أنفسهم أثناء اللعب.

الجدول09 : يبين مدى ثقة التلاميذ في أنفسهم أثناء اللعب .

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة %
هل تشعر بالثقة في النفس أثناء اللعب ؟	دائما	88	58.67
	أحيانا	53	35.33
	أبدا	09	6
	المجموع	150	100



التحليل والمناقشة :

من خلال الجدول نلاحظ أن 58.67% من التلاميذ يشعرون بالثقة أثناء اللعب بينما 35.33 % من التلاميذ يرون انهم أحيانا يشعرون بالثقة في النفس أثناء اللعب و 6 % من التلاميذ لايشعرون بالثقة في النفس أثناء اللعب .

الاستنتاج :

من خلال تحليلنا للجدول نستنتج أن غالبية التلاميذ يرون بأنهم يشعرون بالثقة في النفس أثناء ممارسة الألعاب الشبه الرياضية وهي دلالة على أنهم لا يرفضون تحمل المسؤولية عند فرضها عليهم .

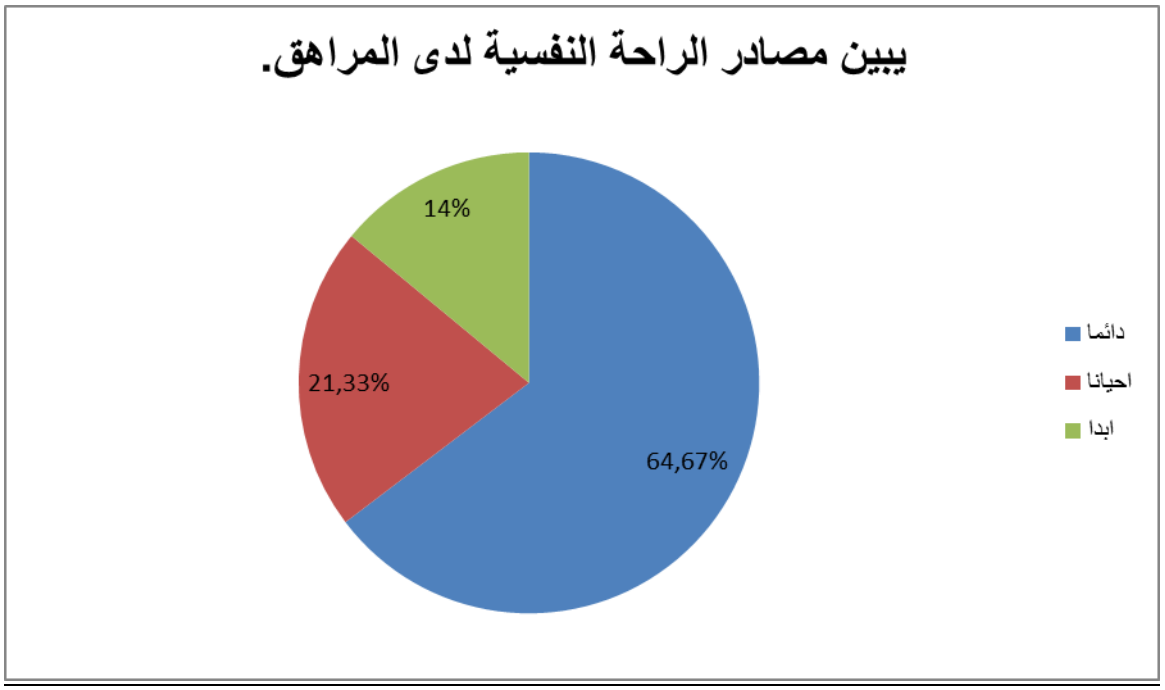
- السؤال 10:

هل تشعر بعد اللعبة الشبه الرياضية بأنك أسعد حال؟

الغرض من السؤال :معرفة مصادر الراحة النفسية لدى المراهق .

الجدول10: يبين مصادر الراحة النفسية لدى المراهق.

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة %
هل تشعر بعد اللعبة الشبه الرياضية بأنك أسعد حال؟	دائما	97	64.67
	أحيانا	32	21.33
	أبدا	21	14
	المجموع	150	100



التحليل والمناقشة :

من خلال جدول أعلاه نلاحظ أن غالبية التلاميذ يشعرون بالسعادة بعد ممارسة الألعاب الشبه الرياضية حيث بلغت نسبتهم 64.67 **%** بينما 21.33 **%** يرون أنهم أحيانا يشعرون بالثقة بينما 14 **%** لا يشعرون بسعادة بعد ممارسة الألعاب الشبه الرياضية .

الاستنتاج :

من خلال تحليلنا للجدول نستنتج أن غالبية التلاميذ يشعرون بالثقة بعد ممارسة الألعاب الشبه الرياضية وهذا راجع إلى أن الألعاب الشبه الرياضية تخفف من مشاكلهم .

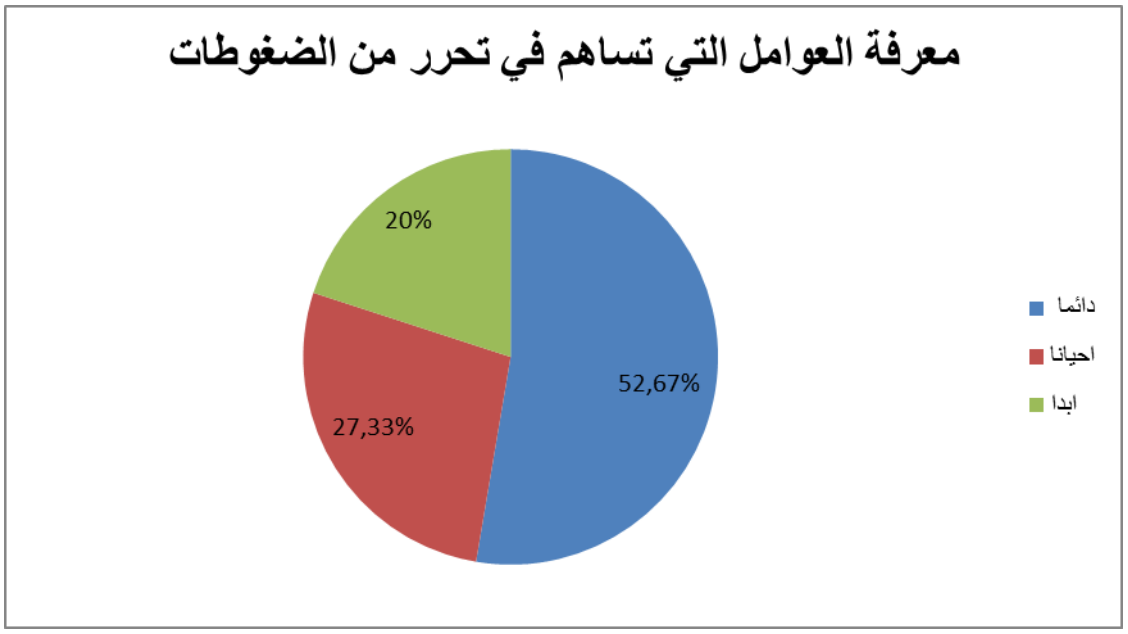
- السؤال 11:

هل من خلال الألعاب الشبه الرياضية تشعر بتحسن وراحة من بعض الضغوطات ؟

الغرض من السؤال :يهدف هذا السؤال الى معرفة العوامل التي تساهم في تحرر من الضغوطات .

الجدول 11: معرفة العوامل التي تساهم في تحرر من الضغوطات .

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة%
هل من خلال الألعاب الشبه الرياضية تشعر بتحسن وراحة من بعض الضغوطات؟	دائما	79	52.67
	أحيانا	41	27.33
	أبدا	30	20
	المجموع	150	100



تحليل ومناقشة :

من خلال الجدول يتبين لنا أن نسبة 52.67 % يشعرون بتحسن وراحة من بعض الضغوطات في حين 27.33 % يشعرون أحيانا بتحسن وراحة بينما 20% لا يشعرون بالراحة وتحسن من بعض الضغوطات .

الاستنتاج:

من خلال النتائج المدونة في الجدول وتحليلنا نلمس أن غالبية التلاميذ يشعرون بتحسن وراحة من الضغوطات وذالك يعود بأن الألعاب الشبه الرياضية تعطيهم الحرية التي يحتاجون اليها في الأوقات الأخرى .

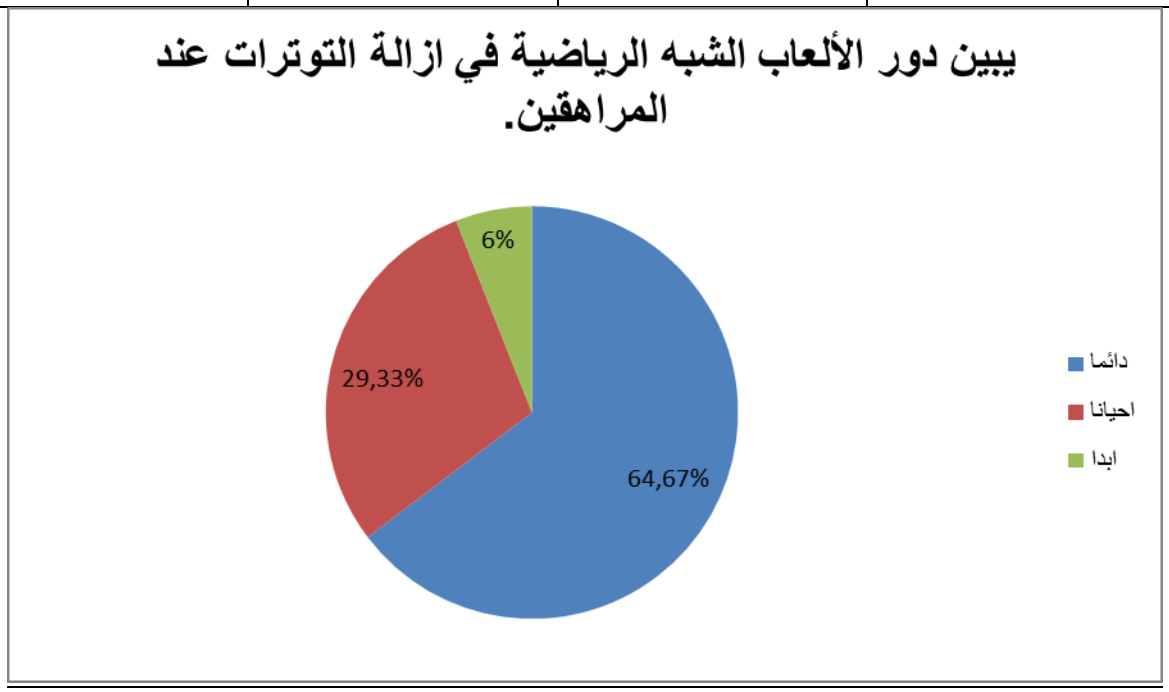
- السؤال12:

هل ممارسة الألعاب الشبه الرياضية هي غالبا الطريق الوحيد لإزالة التوترات؟

الغرض من السؤال :معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في ازالة التوترات عند المراهقين

الجدول 12: يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في ازالة التوترات عند المراهقين.

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة %
هل ممارسة الألعاب الشبه الرياضية هي غالبا الطريق الوحيد لإزالة التوترات؟	**دائما**	97	**64.67**
	أحيانا	44	**29.33**
	أبدا	9	**6**
	المجموع	**150**	**100**



تحليل ومناقشة :

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ 64.67% من التلاميذ يرون أن ممارسة الألعاب الشبه الرياضية هي غالبا الطريق الوحيد لإزالة التوترات أما 29.33% من التلاميذ ليس دائما هي الطريق الوحيد لإزالة التوترات أما 6 % فقد رفضوا ذلك.

الاستنتاج :

على ضوء ما تحصلنا عليه من التحليل وماهو مدون في الجدول نقول ان معظم التلاميذ يقرون أن ممارسة الالعاب الشبه الرياضية هي غالبا الطريق الوحيد لازالة التوترات ويعود هذا السبب بأن الألعاب الشبه الرياضية هي المتنفس الوحيد داخل في الحصة التربية البدنية والرياضية .

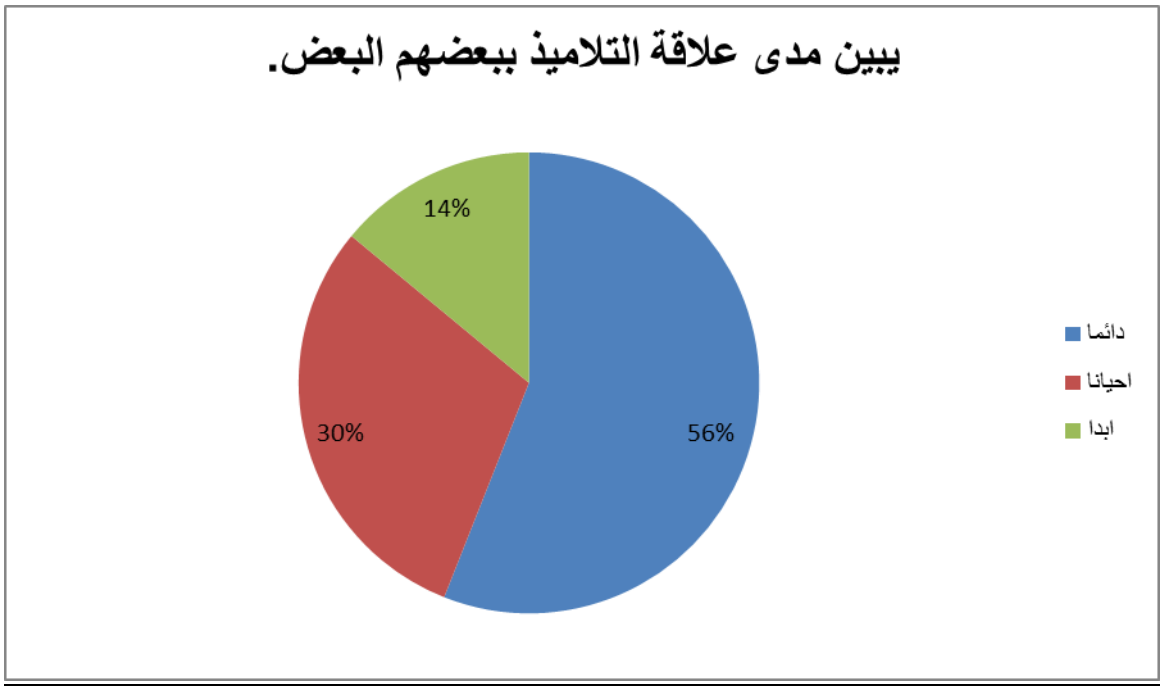
- السؤال13:

هل تعمل اللعبة الشبه الرياضية على حل نزاعات مع الاخرين في الصف؟

الغرض من السؤال :معرفة علاقة التلاميذ ببعضهم البعض .

الجدول13: يبين مدى علاقة التلاميذ ببعضهم البعض.

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة%
هل تعمل اللعبة الشبه الرياضية على حل نزاعات مع الاخرين في الصف؟	دائما	84	56
	أحيانا	45	30
	أبدا	21	14
	المجموع	150	100



التحليل والمناقشة :

من الجدول يتبين أن 56% من التلاميذ يرون أن الألعاب الشبه الرياضية تعمل على حل نزاعات و 30% من التلاميذ يرون أنها أحيانا تعمل على ذالك أما البقية يرون عكس ذلك .

الاستنتاج :

من نتائج الجدول نقول أن للألعاب الشبه الرياضية دور كبير في توطيد العلاقات بين التلاميذ .

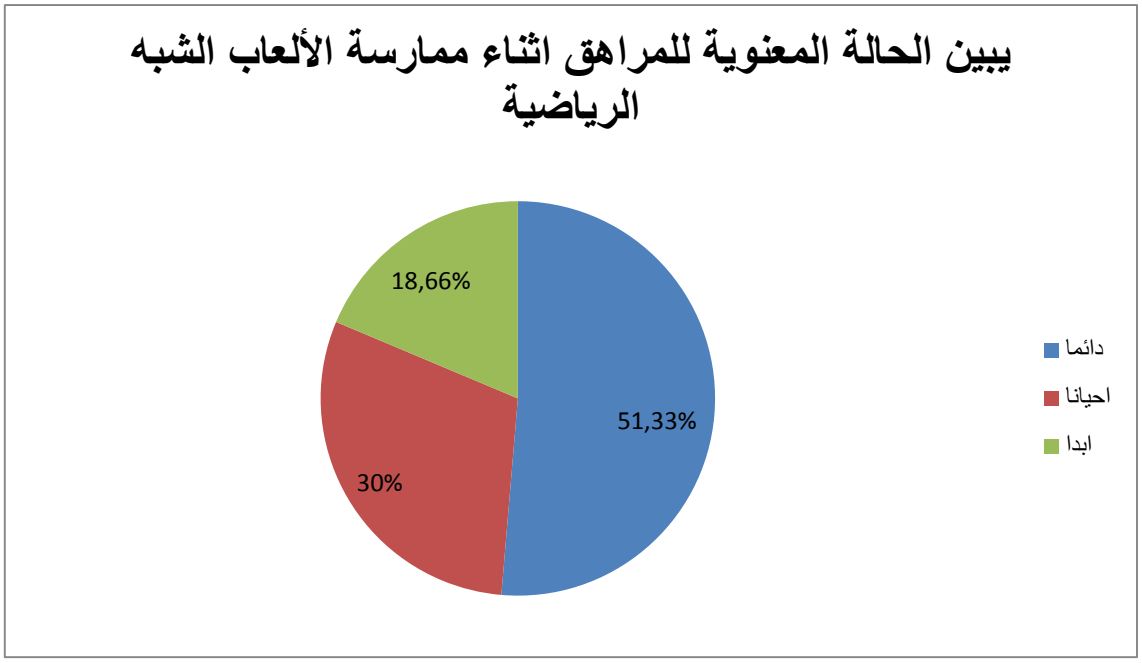
السؤال14:

هل تشعر عند ممارستك اللعبة الشبه الرياضية بالطمأنينة والاتزان السلوك ؟

الغرض من السؤال :معرفة الحالة المعنوية للمراهق اثناء ممارسة الألعاب الشبه الرياضية

الجدول14: يبين الحالة المعنوية للمراهق اثناء ممارسة الألعاب الشبه الرياضية.

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة%
هل تشعر عند ممارستك اللعبة الشبه الرياضية بالطمأنينة والاتزان السلوك ؟	**دائما**	**77**	**51.33**
	أحيانا	**45**	**30**
	أبدا	**28**	**18.66**
	المجموع	**150**	**100**



تحليل والمناقشة :

من خلال الجدول نلاحظ أن 51.33%من التلاميذ يشعرون عند ممارستهم اللعبة الشبه الرياضية بالطمأنينة و الاتزان السلوك أما 30% من التلاميذ أحيانا يشعرون بذالك أما البقية والمتمثلة في 18.66% لا ينتابهم هذا الشعور

الاستنتاج :

نستنتج من خلال الجدول أن غالبية التلاميذ يشعرون عند ممارستهم الألعاب الشبه الرياضية بالطمأنينة والاتزان السلوك وهذا راجع للدور الذي تلعبه الألعاب الشبه الرياضية في تحسين نفسية التلميذ .

خلاصة المحور الثاني :

من خلال عرض النتائج للمحور الثاني الذي يخدم لنا الفرضية الثانية والتي صيغت بأن للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية التوافق النفسي الأثر البالغ على التوافق النفسي لشخصية التلميذ بالإضافة على تقويمها على سلوكها أن العلاقة بينهما علاقة ايجابية ويمكن هذا في العديد من الجوانب والتي من بينها :

_ اهتمام التلاميذ بالألعاب الشبه الرياضية وشعورهم بالفرح والسرور أثناء ممارستها بصفة خاصة وهذا يعود للفائدة التي يرونها من ممارستها في حل المشاكل النفسية و تخفيفها .

_ التحلي بالسلوكات الحميدة بالإضافة إلى زيادة الراحة النفسية بين التلاميذ داخل الحصة

_ إن للألعاب الشبه الرياضية الأثر البالغ على شخصية التلميذ ومحيطه وذالك لما ترسخه من قيم ومبادئ بالإضافة إلى تحسين سلوك التلميذ وجعله شخصية متوافقة من الناحية النفسية .

المحور الثالث :

نص الفرضية: للألعاب الشبه رياضية دور في التوافق الاجتماعي .

تحليل ومناقشة الاستبيان:

- السؤال 15:

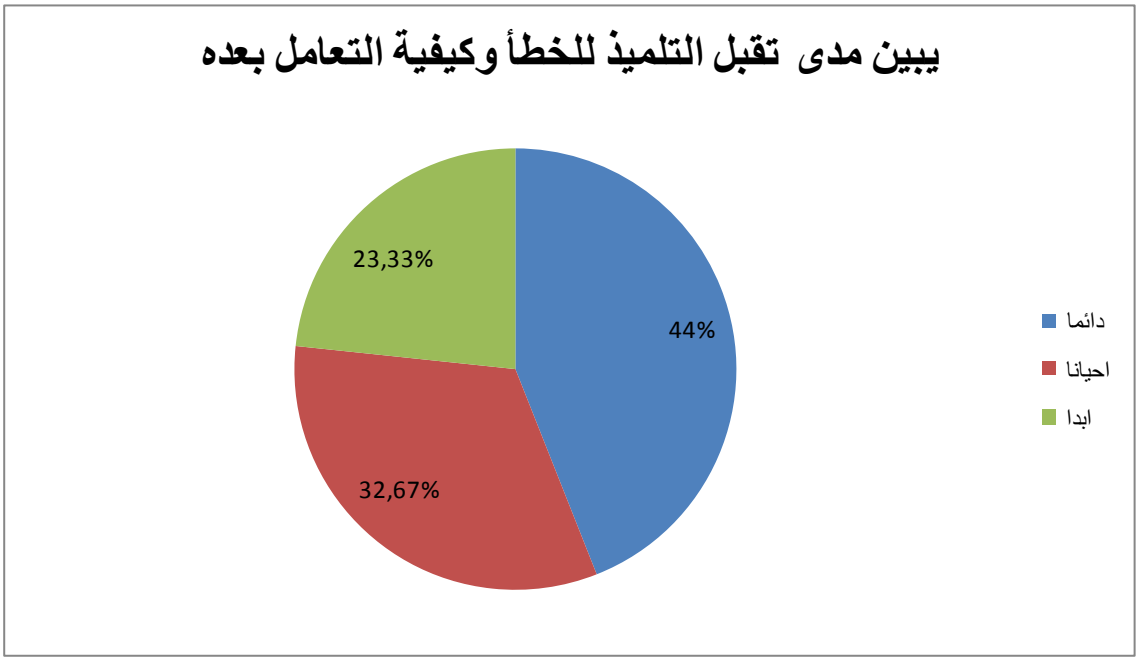
اذا ارتكبت خطأ أو تكون غير موفق في اللعب . هل تعتذر من زملائك؟

الغرض من السؤال :

مدى تقبل التلميذ للخطأ وكيفية التعامل بعده.

الجدول15 : يبين مدى تقبل التلميذ للخطأ وكيفية التعامل بعده.

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة%
اذا ارتكبت خطأ أو تكون غير موفق في اللعب . هل تعتذر من زملائك	دائما	66	44
	أحيانا	49	32.67
	أبدا	35	23.33
	المجموع	150	100



تحليل والمناقشة :

من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 44% من التلاميذ يتقبلون الاعتذار من زملائهم بعد الخطأ و 32.67 % من التلاميذ احيانا يتقبلون الاعتذار بينما البقية والتي تتمثل في 23.33% لا يتقبلون الاعتذار عند ارتكاب الخطأ .

الاستنتاج :

ومنه نستنتج مما سبق ذكره من نتائج تحليلنا بأن غالبية التلاميذ يرون بأنهم اذا ارتكبو خطأ او يكونون غير موفقين في اللعب يتقبلون ذالك ويعتذرون من زملائهم وهي دلالة على أنهم يتحملون مسؤولية الأخطاء التي يقعون فيها .

- السؤال 16:

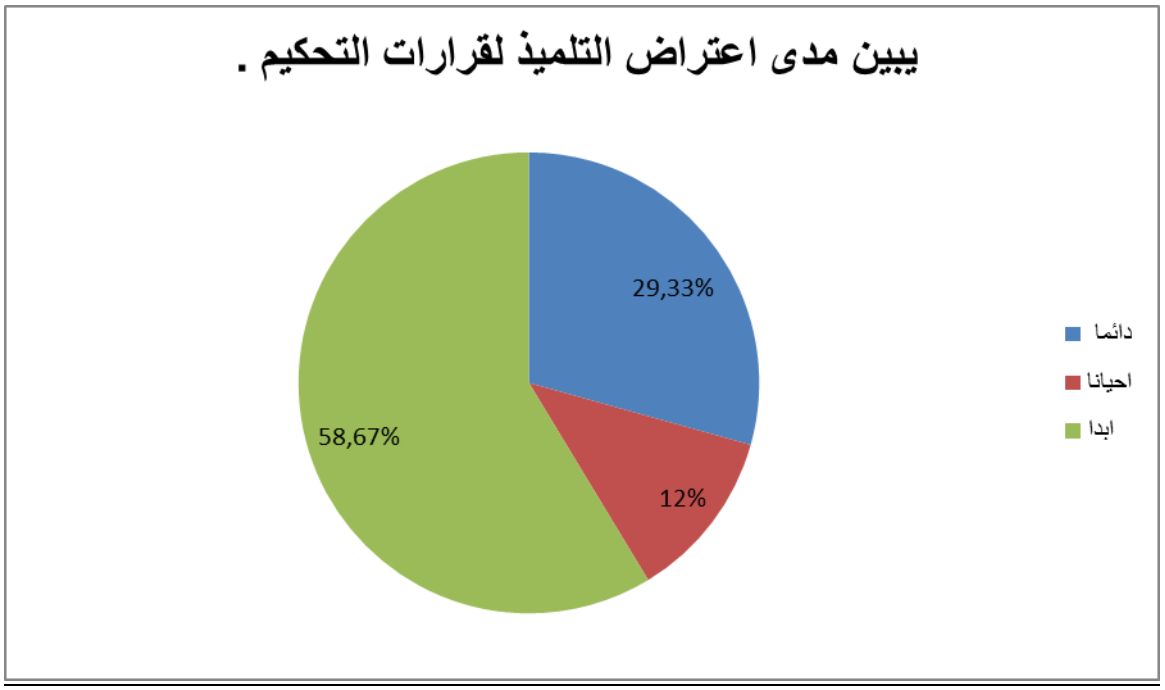
هل تعارض قرارات الأستاذ التحكيمية أثناء اللعبة؟

الغرض من السؤال :

معرفة اعتراض التلميذ لقرارات التحكيم .

الجدول16 : يبين مدى اعتراض التلميذ لقرارات التحكيم .

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة%
هل تعارض قرارات الأستاذ التحكيمية أثناء اللعبة ؟	**دائما**	**44**	**29.33**
	أحيانا	**18**	**12**
	أبدا	**88**	**58.67**
	المجموع	**150**	**100**



تحليل والمناقشة :

يتضح من خلال نتائج الجدول أن غالبية التلاميذ لا يعترضون قرارات الأستاذ التحكيمية حيث بلغت نسبتهم 58.67 % بينما 12 % من التلاميذ احيانا يعارضون على قرارات الأستاذ التحكيمية اما البقية والتي نسبتهم 29.33 % دائما يعارضون قرارات الاستاذ التحكيمية .

الاستنتاج :

ومنه نستنتج مما سبق ذكره من نتائج تحليلنا بأن غالبية التلاميذ لا يعترضون قرارات الاستاذ التحكيمية أثناء اللعب هي دلالة على أنهم يتحملون مسؤولية الخطأ ولا يحملون أخطائهم الى قرارات الأستاذ التحكيمية .

- السؤال 17:

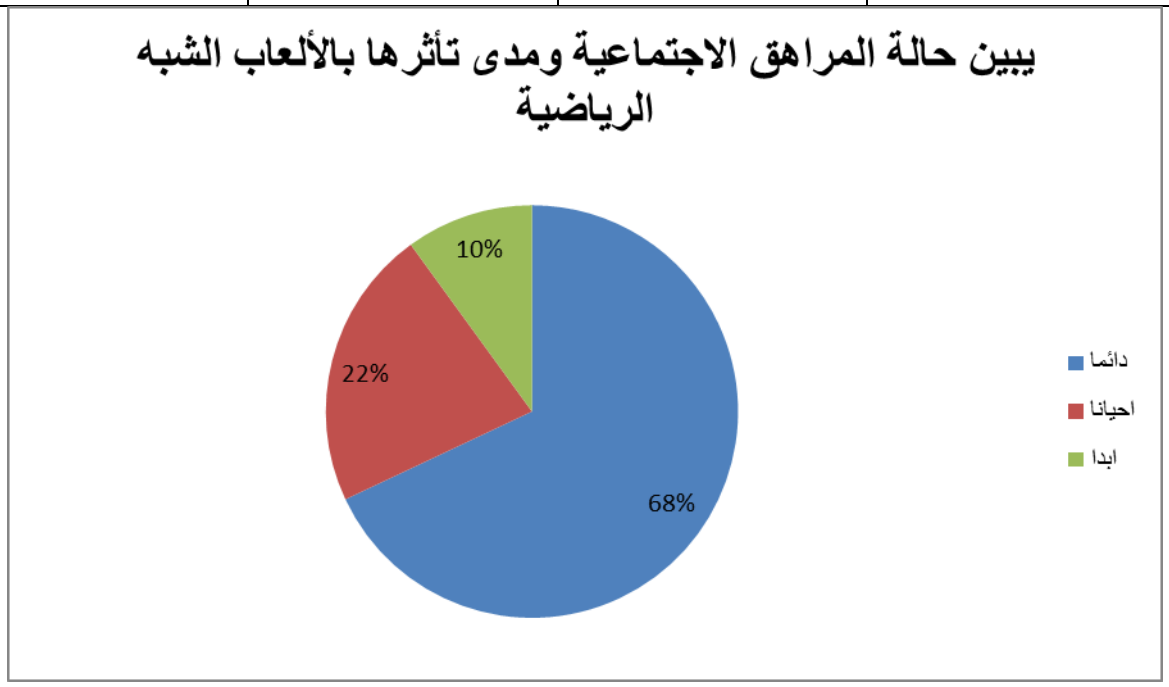
هل تساعد اللعبة الشبه الرياضية في توطيد علاقاتكم داخل الحصة ؟

الغرض من السؤال :

معرفة حالة المراهق الاجتماعية ومدى تأثرها بالألعاب الشبه الرياضية

الجدول17 : يبين حالة المراهق الاجتماعية ومدى تأثرها بالألعاب الشبه الرياضية

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة%
هل تساعد اللعبة الشبه الرياضية في توطيد علاقاتكم داخل الحصة؟	دائما	102	68
	أحيانا	33	22
	أبدا	15	10
	المجموع	150	100



تحليل والمناقشة :

من خلال الجدول نجد أن 68 % تساعدهم اللعبة الشبه الرياضية في توطيد علاقاتهم داخل الحصة و 22% احيانا تساعدهم على ذالك أما البقية والمتمثلة في 10 % لا تساعدهم اللعبة الشبه الرياضية في توطيد علاقاتهم داخل الحصة

الاستنتاج :

من استقرائنا لنتائج الجدول يتبين أن معظم التلاميذ تساعدهم الألعاب الشبه الرياضية على توطيد العلاقات مع بعضهم البعض وذالك باحتكاكهم أثناء الحصة .

- السؤال 18:

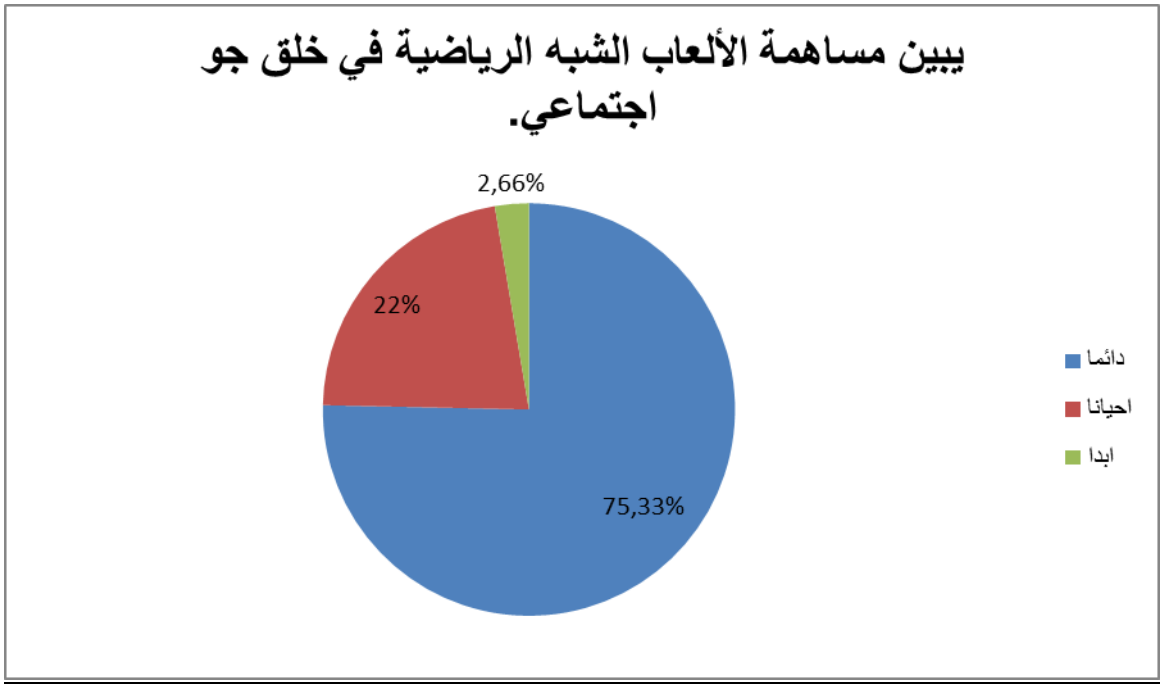
هل تعمل الألعاب الشبه الرياضية على خلق جو اجتماعي بشكل ما ؟

الغرض من السؤال :

مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في خلق جو اجتماعي .

الجدول18 : يبين مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في خلق جو اجتماعي.

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة%
هل تعمل الألعاب الشبه الرياضية على خلق جو اجتماعي بشكل ما ؟	دائما	113	75.33
	أحيانا	33	22
	أبدا	04	2.66
	المجموع	150	100



تحليل والمناقشة :

من خلال الجدول نلاحظ أن 75.33%من التلاميذ يرون بأن الألعاب الشبه الرياضية تخلق جوا اجتماعي بينما 22 % من التلاميذ يرون انها احيانا تخلق جوا اجتماعي اما نسبة 2.66 % يرون عكس ذالك .

الاستنتاج :

نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أن غالبية التلاميذ يرون أن للألعاب الشبه الرياضية دور خلق جو اجتماعي وذالك يعود للاحتكاك اثناء اللعبة .

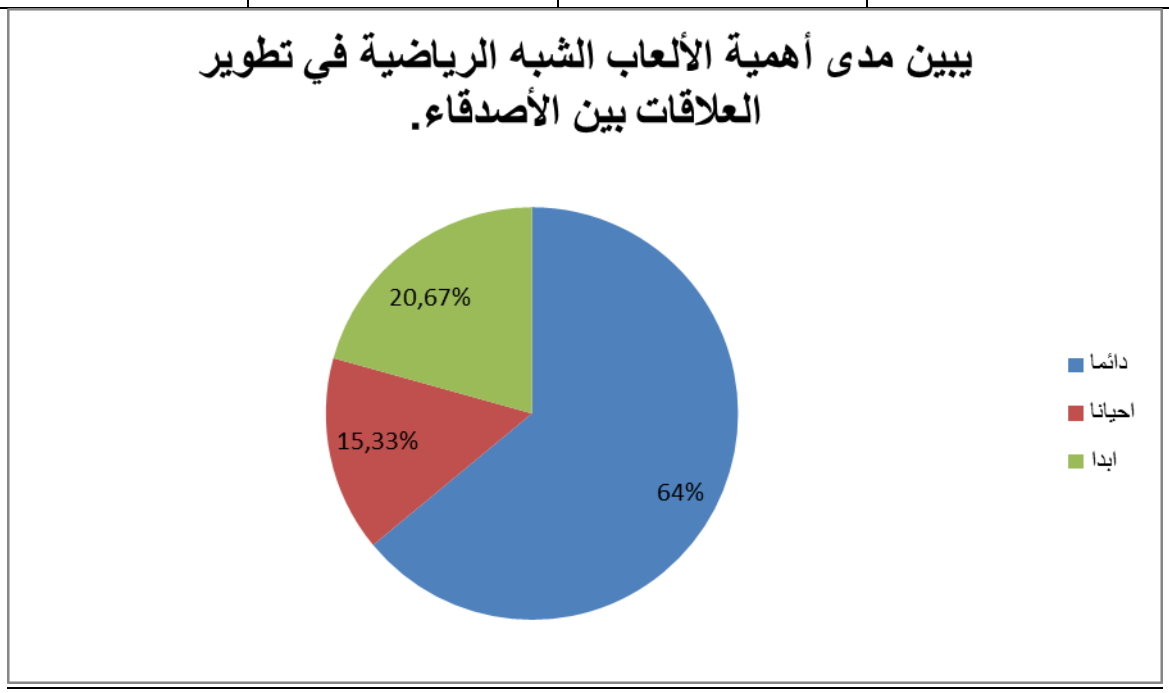
- **السؤال 19:**

من خلال ممارستك الدائمة للألعاب الشبه الرياضية هل تطورت علاقاتك مع الأصدقاء ؟

الغرض من السؤال :أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تطوير العلاقات بين الأصدقاء

الجدول19 : يبين مدى أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تطوير العلاقات بين الأصدقاء.

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة%
من خلال ممارستك الدائمة للألعاب الشبه الرياضية هل تطورت علاقاتك مع الأصدقاء؟	**دائما**	**96**	**64**
	أحيانا	**23**	**15.33**
	أبدا	**31**	**20.66**
	المجموع	**150**	**100**



تحليل والمناقشة :

من خلال الجدول يتضح أن غالبية التلاميذ وتتمثل نسبتهم 64 % تطورت علاقاتهم مع زملائهم أما 15.33% فأحيانا تعمل الألعاب الشبه الرياضية على تطوير علاقاتهم مع بعضهم البعض بينما 20% فلا يرون ذالك .

الاستنتاج :

من خلال نتائج الجدول نجد أن معظم التلاميذ تطورت علاقاتهم ببعضهم البعض أثناء الألعاب الشبه الرياضية وهذا يعود لاحتكاكهم أثناء اللعب .

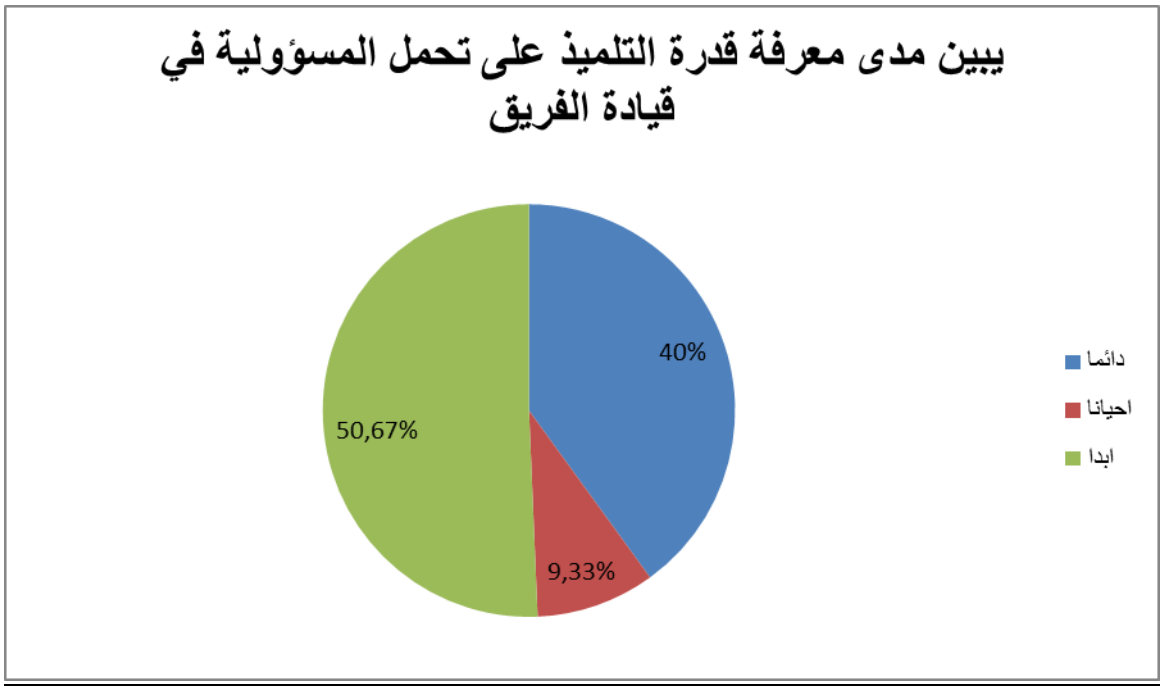
- السؤال 20:

هل تتجنب أثناء اللعب أن تكون قائد فريق؟

الغرض من السؤال : معرفة قدرة التلميذ على تحمل المسؤولية في قيادة الفريق .

الجدول20 : يبين مدى معرفة قدرة التلميذ على تحمل المسؤولية في قيادة الفريق.

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة%
هل تتجنب أثناء اللعب أن تكون قائد فريق؟	دائما	60	40
	أحيانا	14	9.33
	أبدا	76	50.67
	المجموع	150	100



تحليل والمناقشة :

من خلال الجدول نلاحظ أن غالبية التلاميذ والتي بلغت نسبتهم 50.67% لا يتجنبون قيادة الفريق أما 9.33% أحيانا يتجنبون ذلك بينما البقية والتي كانت نسبتهم 40% يتجنبون ذلك.

الاستنتاج :

ومنه نستنتج مما سبق ذكره من نتائج تحليلنا أن غالبية التلاميذ لا يرفضون قيادة الفريق وهي دلالة على أنهم لا يرفضون تحمل المسؤولية .

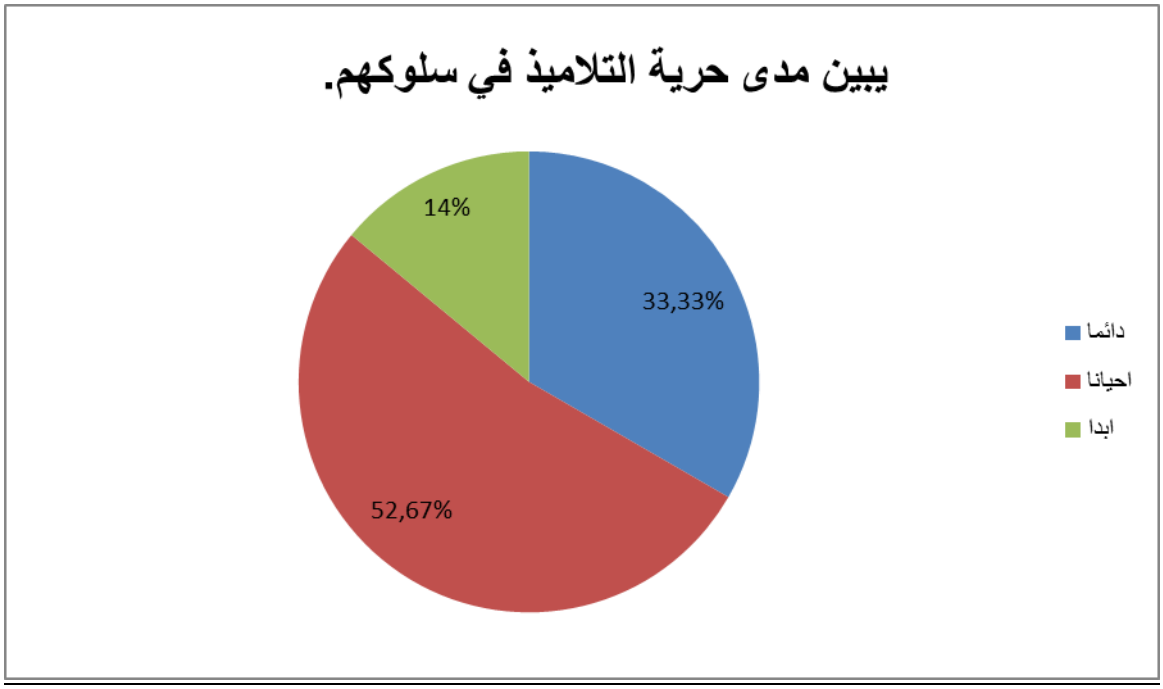
- السؤال 21:

هل أنت حر في جميع تصرفاتك أثناء ممارسة الألعاب الشبه الرياضية ؟

الغرض من السؤال : معرفة مدى حرية التلاميذ في سلوكهم

الجدول21 : يبين مدى حرية التلاميذ في سلوكهم.

السؤال	الإجابة	التكرارات	النسبة%
هل أنت حر في جميع تصرفاتك أثناء ممارسة الألعاب الشبه الرياضية؟	دائما	50	33.33
	أحيانا	79	52.67
	أبدا	21	14
	المجموع	150	100



تحليل والمناقشة :

من خلال الجدول نلاحظ أن غالبية التلاميذ والتي بلغت نسبتهم 52.67 % أحرار أحيانا في تصرفاتهم أثناء ممارسة الألعاب الشبه الرياضية و33.33% من التلاميذ أحرار في تصرفاتهم أما البقية والمتمثلة في 14% ليسوا أحرار.

الاستنتاج :

ومنه نستنتج مما سبق ذكره أنا غالبية التلاميذ ليسوا أحرار في تصرفاتهم وذلك يعود الى الشروط داخل اللعبة التي يجب إتباعها.

خلاصة المحور الثالث :

من خلال عرض النتائج للمحور الثالث الذي يخدم لنا الفرضية الثالثة والتي صيغت بأن للألعاب الشبه الرياضية دورفي التوافق الاجتماعي الأثر البالغ على التوافق الاجتماعي الذي يهدف إلى تطوير العلاقات الاجتماعية و تكوين صداقات داخل الجماعة بالإضافة إلى زيادة توطيد العلاقات بين أبناء الصف .

ومن خلال النتائج المحصل عليها سابقا نستنتج ما يلي:

- أن ممارسة الألعاب الشبه الرياضية تساعد على خلق اندماج اجتماعي.
- ممارسة الألعاب الشبه الرياضية تساعد على توطيد العلاقات بين التلاميذ
- كما تساهم في التحكم في الانفعالات السلبية وعدم الشعور بالغضب

ومنه نستنتج صحة الفرضية الثالثة.

خلاصة عامة :

إن الهدف الذي نريد الوصول إليه هو معرفة ما إذا كانت الألعاب الشبه الرياضية لها دور في تنمية روح التعاون والتوافق النفسي الاجتماعي للتلاميذ وبهذا يتم تماسك جماعة القسم واندماجهم الاجتماعي من اجل الوصول إلى العمل ككتلة واحدة ويتضح من خلال نتائج الاستبيان أهمية ومكانة الألعاب الشبه الرياضية في درس التربية البدنية والرياضية كما تبين لنا فعالية الألعاب في تحقيق جملة من الأهداف التي تسعى إليها الحصص وذلك انطلاقا من تأثيرها على التلاميذ في جميع الجوانب : نفسي. اجتماعي .

واستنتجنا كذلك من عملية التحليل لأهمية الألعاب الشبه الرياضية على الجانب الاجتماعي والنفسي للحصة التعليمية ودورها في تحقيق أهداف هذا المجال من خلال ظهور عامل تحفيزي نحو التعلم واكتساب الميول نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية باستخدام الألعاب الشبه الرياضية وكذلك ظهور روح الجماعة والتحلي بالروح الرياضية واحترام القوانين وغيرها وظهور اندماج اجتماعي وشعور بثقة في النفس وهذه الصفات كلها تنمي روح التعاون والتنافس والتوافق النفسي الاجتماعي وهذا ما يثبت صحة الفرضيات السابقة:

1- للألعاب الشبه رياضية دور في تنمية روح التعاون.

2- للألعاب الشبه رياضية دور في التوافق النفسي.

1- للألعاب الشبه رياضية دور في التوافق الاجتماعي.

خاتمة

من خلال بحثنا هذا تطرقنا إلى التعريف بأهمية الألعاب الشبه الرياضية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لتلميذ الطور المتوسط والعوامل المؤثرة في ذلك فكانت الفكرة الرئيسية والهامة التي استوحيناها من خلال بحثنا هذا واستنادا على الدراسات التطبيقية التي قمنا بها، باستعمال أدوات بحثنا وبعد تحليلنا واستخلاص النتائج، وجدنا التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية يتميزون بمفهوم إيجابي لشخصيتهم والذي أدى بهم إلى التوافق الحسن في صحتهم النفسية علما أن التلاميذ ومن خلال ممارسته للأنشطة البدنية هم أشخاص الذين يحققون أدوارا مثالية في علاقتهم بمجتمعهم بقدر ما يكون التلاميذ أسوياء السلوك متوافقين وفي ضوء هذه الدراسات أمكننا التأكد من أن الاختلاف في مستويات ودرجات التوافق ودرجات التوافق عند تلاميذ الممارسين والغير ممارسين للألعاب الشبه الرياضية .

فهذه العملية التربوية تتيح أثار على الفرد والمجتمع ولكي تحققه بلادنا ما حققته الدول المتقدمة وتواكب ما توصلت إليه من إنجازات، عليها أن تولي التلميذ العناية الكاملة والكافية بشخصية بمساعدته في الوصول إلى ما يصبوا إليه فالتربية الوطنية تعتبر الوسيلة المثلى للتحكم في سلوكات المراهق وذلك لتوظيفها في استثمار قدراته في المجتمع فلا أحد يجادل في مكانة التربية البدنية والرياضية بالنسبة للمراهق وعلى هذا الأساس فمن الواجب أن نعطيها حقها الكامل من الاهتمام حتى يتمكن أبنائنا من التعبير عن أنفسهم من خلال ممارستها.

وحتى يكون لديهم اتزان نفسي واجتماعي، لذلك فعلى الأساتذة والمعلمين في هذا الميدان أن يدركوا الغاية المرجوة من ممارسته للألعاب الشبه الرياضية والمتمثلة في بناء الشخصية المتوازنة والمتكاملة والتي لها دور فعال في بناء مجتمع متقدم ذو شخصية قوية متوازنة متكاملة لا يمكن لأي انتقادها على سبيل بناء مجتمع متكامل يحقق أغراضه التربوية من كل الجوانب العقلية النفسية، البدنية، الاجتماعية، وفي هذا لنا أمنية مواصلة الدراسة التي تطرقنا إليها.

الاقتراحات:

من خلال الدراسة التي قمنا بها توصلنا إلى نتائج واستنتاجات في الباب التطبيقي، تثبت بأن الألعاب الشبه الرياضية لها دور في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط .

وقد ارتأينا في الأخير تقديم اقتراحات وتوصيات إلى كل من يهمه الأمر، من أولياء ومربين ومسؤولين للاقتداء بها وتنفيذها، أملين في أن نكون قد ساهمنا في تكوين جيل سليم من جميع النواحي ،وخاصة الاجتماعية والنفسية،وهذه الاقتراحات والتوصيات تتمثل في:

1- إعطاء أكثر أهمية واهتمام بالمراهقين،باعتبارهم فئة بقدر ما هي مفعمة بالحيوية والنشاط، بقدر ما هي حساسة وشديدة التأثر والتغير، لذلك توجيهها والاهتمام بها وذلك يكون بصرفها للممارسة الرياضة والتي تبدأ بالمؤسسات التربوية التعليمية.

2- توعية التلاميذ بأهمية ممارسة الألعاب الشبه الرياضية، لما لها من فوائد نفسية وبدنية وعقلية على المراهق.

3- زيادة الألعاب الشبه الرياضية في حصص التربية البدنية والرياضية للوصول إلى الأهداف المرجوة منها، والرفع إن أمكن معاملها لزيادة الاهتمام بها والدفع إلى ممارستها.

4- ننصح الأولياء بتوطيد العلاقة مع أبنائهم المراهقين خاصة، والتعامل بأكثر ليونة وتفهم مع الأبعاد عن أسلوب القسوة والإهمال الذي يقابل حتما بالعناد واللامبالاة، مع محاولة صرف أبنائهم إلى الممارسة الرياضية عامة وتشجيعهم على المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية في المدارس.

5- إبراز الصورة والدور الحقيقي للألعاب الشبه الرياضية من الجانبين النفسي والاجتماعي، وتأثيرها على المراهق من خلال توعية الأساتذة على ضرورة الألعاب الشبه الرياضية .

6- تحسين ظروف العمل وتوفير جميع الإمكانيات اللازمة، مما يساعد على أداء مهمة على أحسن وجه لكي نصل إلى تحقيق جميع أهداف الحصة.

7- الاعتناء بأساتذة التربية البدنية والرياضة ورسكلتهم في ميدان علم النفس الحديث وتقنيات التدريب.

8- تحسين الأساتذة بالاهتمام بالمشاكل النفسية والاجتماعية التي يعاني منها المراهق ومساعدته في حلها.

9- ضرورة وعي الإدارة المدرسية بالدور المهم الذي يؤديه الأخصائي النفسي في المدرسة بالتنسيق مع أساتذة التربية البدنية والرياضية.

10- التوعية لأهمية الألعاب الشبه الرياضية في خلق التوافق النفسي والاندماج الاجتماعي للمراهق.

قائمة المراجع

الكتب بالعربية:

1) إبراهيم تشقوق، سيكولوجية المراهقة، ط3، المكتبة الانجلو مصرية ،1989

2) أحمد عزة راجح: علم النفس الصناعي، دار القومية، ط3، 1965

3) أحمد عزت راجح: أصول علم النفس، المكتب المصري الحديث ط10، سنة 1976، الإسكندرية،

4) أسعد رزوق: موسوعة علم النفس، مكتبة لبنان، بيروت

5) إلين وديع فرج : خبرات في الألعاب للصغار والكبار ، ط 2 ، المعارف الإسكندرية ، 2002

6) أمين أنور الخولي – وآخرون :"مناهج التربية الرياضية الحديثة :" دار الفكر العرب , ط1 , 2000

7) حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسي، عالم الكتائب ط1، 1978، القاهرة

8) حامد عبد السلام زهران: علم النفس الاجتماعي، ط5، علم الكتب، 1984، القاهرة

9) حسن صالح الدهري: الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، سنة1999، الأردن

10) حسين أحمد حشمت ومصطفي حسين ناهي: التوافق النفسي والتوازن الوظيفي، ط1، الدار العلمية للنشر والتوزيع الأهرام، 2006، مصر

11) حسين عبد الجواد :"الألعاب الصغيرة " دار العلم للملايين , بيروت , ط 1 , 1984

12) حنان العناني، الصحة النفسية للطفل،ط1، عمان، دار الفكر، 1999

13) ريسان عبد المجيد: 'ألعاب الحركة' : دار الشروق , الأردن , ط1, 2000

14) سعد جلال: المرجع في علم النفس، دار المعارف بمصدر، ط1، 1971، القاهرة،

15) سعد جلال: في الصحة العقلية الأمراض الفسية والانحرافات السلوكية، دار المطبوعات الحديثة ومصر

16) سعد حلال، الطفولة والمراهقة، ط2، دار الفكر العربي

17) سعدية محمد على هادر، علم النفس والنمو، (ب.ط)، دار الكويت: دار البحوث العلمية 1998

18) سعدية محمد على هادر، علم النفس والنمو، (ب.ط)، دار الكويت: دار البحوث العلمية 1998

19) سمير كامل احمد، سيكولوجية نمو الطفل ، القاهرة، ط1، مركز الإسكندرية للكتاب 1987

20) سمير كامل احمد، سيكولوجية نمو الطفل ، القاهرة، ط1، مركز الإسكندرية للكتاب 1987

21) سوزانا ميلر : سيكولوجية اللعب ، ترجمة حسن عيسى ، عالم المعرفة ، الكويت

22) صموائيل ميغاريوس: الصحة النفسية والعمل المدرسي، مكتبة النهضة المصرفية، سنة 1974، القاهرة.

23) عبد الرحمن الوافي، زيان سعيد، النمو من الطفولة إلى المراهقة، (ب.ط)، الخنساء للنشر والتوزيع، 2004

24) عبد العالي الجسماني: علم النفس والتعليم: دار العربية للعلوم، ط1، سنة 1994، بيروت

25) عبد المجيد شرف : "التربية الرياضية للأطفال الأسوياء و المتحدي للإعاقة" ط4 , 1987

26) علي عمر المنصوري، الرياضة للجميع، ط1، د.م، د ن، 1980

27) عمر محمد التومي الشيباني :"تطوير النضريات و الأفكار التربوية :" 1981

28) فايز علي الحاج: الصحة النفسية، المكتب الإسلامي، ط1 سنة 1984، بيروت

29) فايز مهنا : التربية الرياضية الحديثة : دار طه يس , ط1 , 1985

30) فرج عبد القادر طه: سيكولوجية المعوقة للإنتاج، دراسة نوية ميدانية وفي التوافق المهني الصحي النفسية، مكتبة الخاجي، القاهرة.

31) فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو، القاهرة: (ب.ط)، دار الفكر العربي، 1975

32) كمال دسوقي: علم النفس ودراسة التوافق، ط2، سنة 1976

33) محمد التومي الشيباني، الأسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب، (ب.ط)، دار الثقافة، 1973

34) محمد السيد الهابطك التكيف والصحة النفسية، المكتب الجامعي الحديث، 1990، الإسكندرية.

35) محمد حامد الافندي ، علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية ، (ب.ط)، دار الهناء للطباعة والنشر – بدون تاريخ

36) محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط 8، دار المعارف، 1992

37) محمد سيد أبو النيل: علم النفس الاجتماعي، دراسات عربية وعالمية، ج1 الجهاز المركزي للكتب الجامعية

38) محمد عاطق غيث، قاموس علم الاجتماع، (ب.ط)، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية1989

39) محمد عاطق غيث، قاموس علم الاجتماع، (ب.ط)، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية1989

40) محمد مصطفى زيدان، دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعلم العام، (ب.ط)، جدة: دار الشروق، (ب، ت)

41) محي الدين مختار، محاضرات علم النفس الاجتماعي، (ب.ط)، قسنطينة: 1998،

42) مصطفى السابع محمد ر:"اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية و الرياضية " : مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية , ط1 , 2001

43) مصطفى فهمي: دراسات سيكولوجية التكيف–ط1– 1987.

44) مفتى إبراهيم حماد : " طرق تدريس ألعاب ألكراتي "ط1, دار الفكر العربي , 2000 .

45) منهاج التربية البدنية والرياضية التعليم الثانوي ، ديوان الوطني للمطبوعات المدرسية ، جوان ، 1996

46) ميخائيل إبراهيم اسعد، سيكولوجية الطفولة والمراهقة، (ب.ط)، بيروت، دار الأفاق الجديدة،

47) ميخائيل اسعد إبراهيم، مشكلات الطفولة والمراهقة، ط01 بيروت : دار الأفاق الجديدة 1999

48) يوسف مصطفي القاضي آخرون: الارشاد النفسي والتوجيه التربوي، دار المرخ الرياضي، المملكة العربية، سنة 1981 السعودية، ط1

الكتب بالأجنبية:

1) N.E Medajaouiri M.rachid.Amelioration des qulitès physique Travers LES J.P.S . (15-17) Sous La Direction M.Dgaout .A. juin

2) Rachid Aoudia : Les Jeux Pré sportifs Dans La Formation En Hand – Ball Sous La Direction De P .Konstanty .I.E.P.S. Juni 1986

3) Chachoua Brahim .Meseausi .Braham .Bentaha Sid-Ahmed : Mémoire .Etude Comparative De Deux Méthodes D' entérinements Sous La Direction De Mr. Lalaui .F .Juin 1991-1992

4) ARIOLLA ,ADOLESCENT, la croissance la formation de la personnalité, Edition EST, 1975.

المذكرات:

1) قريشي عبد الكريم: علاقة الإختلاط في التعليم بالتوافق النفسي الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس الإجتماعي، جامعة عين شمس، سنة 1988، القاهرة.

2) جمعون نفيسة: التوافق النفسي والاجتماعي للتلميذ المبتكر، رسالة ماجيستير في علوم التجربية، سنة 2001،

3) نصر الدين جابر: علاقة التقبل الرفض الوالدي بتكيف الأبناء، دكتور غير منشورة في علم النفس الاجتماعي، سنة 1997، جامعة الجزائر

الملاحق

جامعـة عمار ثليجي بالأغواط

معهد التـربية البدنيـة و الريـاضيـة

تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي

استمارة الاستبيان

عزيزي التلميذ:

في إطار انجاز مذكرة تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر تربية بدنية و رياضية فرع البدني ورياضي مدرسي لنا الشرف أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة ونرجو مساعدتكم وذالك بملئها بإجابات واضحة ودقيقة حول الأسئلة المطروحة لأن نتائج هذا البحث تتوقف عليها ونشكركم على المساعدة .

((الألعاب الشبه الرياضية ودورها في التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المتوسط))

ولعلمكم أن هذه الأسئلة لا تستخدم لأي غرض سوى لدراسة موضوع البحث .

ملاحظة :

- ضع علامة (×) في الخانة التي توافق رأيكم .

- الأسئلة :

2- هل تحب ممارسة الألعاب الشبه الرياضية ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

3- هل تساعد زملائك أثناء القيام باللعبة الشبه الرياضية ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

4- أثناء الألعاب الشبه الرياضية هل تساعد في تنشيط لعبة ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

5- هل تساهم في وضع اللعبة المناسبة مع زملائك لتحقيق هدف ما ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

6- هل تتبادل النصائح مع زملائك أثناء اللعبة ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

7- هل تريد أن يشاركك أحد زملائك في إدارة الألعاب ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

8- هل تساهم في تجهيز الملعب قبل وبعد اللعبة الشبه الرياضية؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

9- هل أنت مطالب أثناء الألعاب الشبه الرياضية التحلي بالسلوكات الحميدة؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

10- هل تشعر بالثقة في النفس أثناء اللعب ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

11- هل تشعر بعد اللعبة الشبه الرياضية بأنك أسعد حال ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

12- هل من خلال الألعاب الشبه الرياضية تشعر بتحسن وراحة من بعض الضغوطات ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

12 – هل ممارسة الألعاب الشبه الرياضية هي غالبا الطريق الوحيد لإزالة التوترات؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

13 – هل تعمل اللعبة الشبه الرياضية على حل نزاعات مع الاخرين في الصف ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

14- هل تشعر عند ممارستك اللعبة الشبه الرياضية بالطمأنينة والاتزان السلوك ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

15- اذا ارتكبت خطأ أو تكون غير موفق في اللعب . هل تعتذر من زملائك ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

16- هل تعارض قرارات الأستاذ التحكيمية أثناء اللعبة ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

17- هل تساعد اللعبة الشبه الرياضية في توطيد علاقاتكم داخل الحصة ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

18- هل تعمل الألعاب الشبه الرياضية على خلق جو اجتماعي بشكل ما ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

19- من خلال ممارستك الدائمة للألعاب الشبه الرياضية هل تطورت علاقاتك مع الأصدقاء ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

20- هل تتجنب أثناء اللعب أن تكون قائد فريق ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

21- هل أنت حر في جميع تصرفاتك أثناء ممارسة الألعاب الشبه الرياضية؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

الملخص

عنوان البحث الحالي هو " الألعاب الشبه الرياضية ودورها في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى مرحلة الطور المتوسط (11-14 سنة) دراسة ميدانية لبعض متوسطات بلدية الأغواط .

فقد تمكن الباحثين بعون الله وتوفيقه من إتمام هذا البحث الذي يهدف إلى محاولة الوقوف على مدى أهمية الألعاب الشبه الرياضية في حصص التربية البدنية والرياضية لطور المتوسط ومدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه ومحاولة الوقوف على مشاكل التلاميذ في سن المراهقة، ووضع الأسرة التربية في الطريق السليم نحو معرفة مكانة الألعاب الشبه الرياضية في حصص التربية البدنية والرياضية لمعالجة مشاكل التلاميذ في الطور المتوسط .

وطبقت الدراسة على عينة عشوائية بلغت 150 تلميذ ممارس لتربية البدنية والرياضة في الطور المتوسط لبعض المتوسطات في بلدية الأغواط ، واستخدام الباحث لاستبيان والتي هي عبارة عن مجموعة من الأسئلة مرتبطة بطريقة منهجية حول موضوع البحث توضع في استمارة وترسل الى اشخاص المعنيين للحصول على أجوبة .

حيث أظهرت النتائج أن للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية بعض الجوانب النفسية والاجتماعية حيث يكتشف المسؤولية نحو الجماعة والشعور بالانتماء كما يتعلم كيف يواجه مواقف الرضا ومواقف الضيق والهزيمة ويحقق للتلميذ التعاون والتنافس وتحقيق الذات واحترام حقوق الأخرين وبذلك تنمو في التلميذ العلاقات الانسانية القيمة والوعي الجماعي والمعايشة التعاونية .