

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم التربية البدنية و الرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التربية البدنية و الرياضية

تخصص علم الحركة و حركية الانسان

بعنوان

بور التربية البدنية و الرياضية في تطوير قوة الانا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17) سنة

بحث وصفي بالأسلوب المسحي اجري على تلاميذ السنة الرابعة متوسط بولاية معسكر

بإشراف:

- أ.د/ حرشايي يوسف

إعداد الطالبان:

• جيدار محمد

• معروف محمد

السنة الجامعية 2014 - 2015

الاهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

بسم الكلمة الطيبة من فمي و الحركة من دمي ينطقها لساني و يكتبها قلمي
أهدي ثمرة جهدي هذا إلى التي سهرت من أجل هنائي و رضائي رمز الحب والعطاء قرّة عيني
أمي الغالية - بدرة - أطال الله في عمرها.

إلى الذي رباني و رعاني و منحني فرصة الوجود قدوتي في الحياة
أبي الغالي - عبد القادر -

إلى إخوتي الأعزاء عبد الرحمان-محمود-خديجة-عبدالحق-علي-صارة
وإلى العائلة الكبيرة.

إلى كل الأصدقاء من درب الطفولة إلى الجامعة.

إلى كل من يعرفني من قريب أو من بعيد.

إلى جميع الأساتذة الذي عرفتهم في حياتي وساعدوني ولو بنصائحهم الغالية.

إلى رفيقي في البحث جیدار محمد

و احب ان اختتم بأعز أصدقائي وأنا أحب مناداتهم بالإخوة التي لم تنجبهم لي أمي

إلى كل من تصفح هذا البحث مطالعا أو مستفيدا، إلى كل طلبة معهد التربية البدنية والرياضية.

و إلى كل طلبة دفعة التخرج 2014-2015.

معروف محمد

الاهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

بسم الكلمة الطيبة من فمي و الحركة من دمي ينطقها لساني و يكتبها قلمي
أهدي ثمرة جهدي هذا إلى التي سهرت من أجل هنائي و رضائي رمز الحب والعطاء قرّة عيني
أمي الغالية - مليكة(كبدة) - أطال الله في عمرها.

إلى الذي رباني و رعاني و منحني فرصة الوجود قدوتي في الحياة

أبي الغالي - لعرج (حاجي) - رحمه الله تعالى.

إلى إخوتي الأعزاء امينة - خيرة - توفيق - صهري يوسف - والكتايت محمد(داي) ونور
وإلى العائلة الكبيرة.

إلى كل الأصدقاء من درب الطفولة إلى الجامعة.

إلى كل من يعرفني من قريب أو من بعيد.

إلى جميع الأساتذة الذي عرفتهم في حياتي وساعدوني ولو بنصائحهم الغالية.

إلى رفيقي في البحث معروف محمد.

و احب ان اختم بأعز أصدقائي وأنا أحب مناداتهم بالإخوة التي لم تنجبهم لي أمي

إلى كل من تصفح هذا البحث مطلعاً أو مستفيداً، إلى كل طلبة معهد التربية البدنية والرياضية.

و إلى كل طلبة دفعة التخرج 2014-2015.

جيدار محمد

شكر و عرفان

الحمد و الشكر لله الواحد الأحد كثيرا طيبا مباركا لك يا رب

على ما أنعمت علينا من قوة وصبر الذي وفقنا بقضاء وقدر بإتهاء هذا العمل المتواضع.

كما نتقدم بالشكر الخالص إلى الأستاذ المشرف "الدكتور حرشاوي يوسف" الذي أشرف على عملنا هذا وسهل لنا الطريق في إنجاز هذا البحث ولم ييخل علينا بنصائحه القيمة، حيث وجهنا حين الخطأ وشجعنا حين الصواب فكان بذلك نعم المشرف ونعم الأستاذ.

وإلى كل الأساتذة في معهد التربية البدنية والرياضية فنحن نكن لهم فائق التقدير والاحترام ونشكرهم جزيل

الشكر على ما قدموه لنا طوال فترة الدراسة.

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأساتذة و التلاميذ الذين وجهنا لهم الاستبيان.

ولا ننسى كل من قدم لنا يد المساعدة من الزملاء والأصدقاء من قريب أو من بعيد

فألف شكر لكل هؤلاء وجزاهم الله كل خير.

وألف شكر لجزائرتنا الحبيبة

معروف محمد

جيدار محمد

الفهرس

الصفحة	الموضوع
أ	اهداء
ب	شكر و تقدير
قائمة المحتويات	
ج	قائمة الجداول
د	قائمة الاشكال
التعريف بالبحث	
2	المقدمة
3	مشكلة البحث
3	اهداف البحث
4	فرضيات البحث
4	مصطلحات البحث
5	الدراسة السابقة والمشابهة
5	• دراسة (Morino.J Cervello.E) سنة 2005م "إدراك الذات البدنية عند المراهقين بتأثير كل من الجنس و المشاركة في الأنشطة البدنية":
6	• دراسة (Morino, Cervello, Vera, Ruiz) سنة 2007م "مفهوم الذات البدني عند الأطفال المتمدرسين للفروق بين الجنس و نوع الرياضة و مستوى المشاركة في الأنشطة البدنية"
7	• دراسة (Colduitz n Stein, Ficher, Berkly) سنة 2007 " هل التغيير في مستوى حجم النشاط البدني له تأثير على إدراك الذات و الكفاءة البدنية عند المراهقين"
8	• دراسة (Xiaoli, J. Ken, J. Laurie) سنة 2003م "مفهوم الذات عند التلاميذ و علاقته بنوع برامج التربية البدنية في المدرسة"

الباب الأول: الدراسة النظرية

الفصل الأول: التربية البدنية و الرياضية

11	تمهيد	
12	مفهوم التربية البدنية و الرياضية	-1-1
12	مكانة التربية البدنية و الرياضية في الجزائر	-2-1
14	مهام التربية البدنية و الرياضية	-3-1
14	أغراض التربية البدنية و الرياضية	-4-1
14	الأغراض الجسمية	-1-4-1
15	الأغراض العقلية	-2-4-1
15	الأغراض الخلقية	-3-4-1
15	الأغراض الاجتماعية	-4-4-1
16	طبيعة التربية البدنية و الرياضية	-5-1
16	التربية البدنية و الرياضية كنظام أكاديمي	-1-5-1
16	التربية البدنية و الرياضية كمهنة	-2-5-1
16	التربية البدنية و الرياضية كبرنامج	-3-5-1
17	الأهداف العامة لتربية البدنية و الرياضية	-6-1
17	خلاصة	

الفصل الثاني: قوة الانا

19	تمهيد	
20	قوة الأنا	- 1-2
21	نظريات مفهوم الأنا و أهمية قوة الأنا	-2 -2
26	النظريات المفسرة لقوة الأنا	-3 -2
26	نظرية التحليل النفسي: لسيجموند فرويد 1932	-1 -3 -2
30	نظرية النمو النفسي الاجتماعي ل (اريك اريكسون) 1963	-2 -3 -2
32	نظرية السمات ا. (ريموند كاتل)	-3 -3 -2
33	نظرية علم النفس التحليلي ل (كارل يونغ)	-4- 3 -2
34	خلاصة	

الفصل الثالث: خصائص المرحلة العمرية 15-17 سنة

36	تمهيد	
36	مفهوم المراهقة	-1-3
36	أهمية دراسة خصائص هذه الفئة (15-17) سنة	-2-3
37	الجوانب التي توضح فترة المراهقة	-3-3
37	الجانب البيولوجي	-1-3-3
37	الجانب الاجتماعي	-2-3-3
38	الجانب السيكولوجي	-3-3-3
39	مظاهر النمو في مرحلة المراهقة	-4-3
39	النمو الجنسي الجسدي	-1-4-3
39	النمو العقلي	-2-4-3
40	النمو النفسي	-3-4-3
40	النمو الاجتماعي	-4-4-3
41	النمو النفسي الاجتماعي	-5-4-3
41	النمو الانفعالي	-6-4-3
42	النمو الديني	-7-4-3
43	المرحلة العمرية 15-17 سنة في الممارسة الرياضية	-5-3
43	خصائص ومميزات الأنشطة الرياضية بالنسبة للمراهق	-6-3
43	الآثار النفسية للقوة البدنية للمراهق	-7-3
44	دوافع ممارسة الرياضة عند المراهق	-8-3
44	الرياضة عند المراهق	1-8-3
44	دوافع الممارسة الرياضية وعلاقتها بالمراهق	-2-8-3
45	خلاصة	

الباب الثاني: الدراسة الميدانية

الفصل الأول: منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

48	تمهيد	
48	ضبط متغيرات البحث	-1-1
48	مجالات البحث	-2-1
48	المجال البشري	-1-4-1
48	المجال المكاني	-2-4-1
49	المجال الزمني	-3-4-1
49	أدوات البحث	-3-1
51	الدراسة الاستطلاعية	-4-1
52	الدراسة الإحصائية	-5-1

الفصل الثاني: عرض و تحليل و مناقشة النتائج

55	تمهيد	
55	عرض و تحليل قياس قوة الانا للتلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضية	-1-2
55	بعد العمليات العقلية	-1-1-2
56	بعد الدافعية	-2-1-2
56	بعد القيم الاخلاقية	-3-1-2
57	بعد التفاعل الاجتماعي	-4-1-2
58	بعد مفهوم الذات	-5-1-2
58	بعد الثقة بالنفس	-6-1-2
59	ترتيب الابعاد لمقياس قوة الانا للتلاميذ الممارسين للتربية البدنية	-2-2
61	عرض و تحليل قياس مكونات الشخصية للتلاميذ غير الممارسين لل.ت.ب.ر	-1-2
61	بعد العمليات العقلية	-1-1-2

61	بعد الدافعية	-2-1-2
62	بعد القيم الاخلاقية	-3-1-2
63	بعد التفاعل الاجتماعي	-4-1-2
63	بعد مفهوم الذات	-5-1-2
64	بعد الثقة بالنفس	-6-1-2
65	ترتيب الابعاد لمقياس الانا لمكونات الشخصية للتلاميذ الممارسين للتربية البدنية	-2-2
67	مقارنة نتائج ابعاد قياس قوة الانا بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية	-3-2
70	الاستنتاجات	-4-2
70	مناقشة الفرضيات	-5-2
72	الخلاصة العامة	-6-2
73	التوصيات و الاقتراحات	-7-2
المصادر و المراجع		
الملاحق		
ملخص البحث باللغة الفرنسية		
ملخص البحث باللغة الانجليزية		
ملخص البحث باللغة العربية		

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
50	الأستاذة و الدكاترة المحكمين	جدول رقم 02
51	ثبات مقياس قوة الانا للعينة قيد الدراسة	جدول رقم 03
55	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد العمليات العقلية	جدول رقم 05
56	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد الدافعية	جدول رقم 06
56	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد القيم الاخلاقية	جدول رقم 07
57	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد التفاعل الاجتماعي	جدول رقم 08
58	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد مفهوم الذات	جدول رقم 09
58	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد الثقة بالنفس	جدول رقم 10
59	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لأبعاد مقياس قوة الانا للعينة الممارسة للتربية البدنية و ترتيبها تصاعديا	جدول رقم 11
61	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد العمليات العقلية	جدول رقم 12
61	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد الدافعية	جدول رقم 13
62	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد القيم الاخلاقية	جدول رقم 14
63	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد التفاعل الاجتماعي	جدول رقم 15
63	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد مفهوم الذات	جدول رقم 16
64	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي	جدول رقم 17

لبعد الثقة بالنفس .

جدول رقم 18 المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لأبعاد مقياس قوة الانا للعينة غير الممارسة للتربية البدنية و ترتيبها تصاعديا

جدول رقم 19 نتائج اختبار ذيلين لفروق المتوسطات الحسابية لأبعاد مقياس قوة الانا بين العينة الممارسة و غير الممارسة للتربية البدنية و الرياضية

قائمة الاشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
60	فارق النسب التقييم العالي لأبعاد مقياس قوة الانا للعينة الممارسة للتربية البدنية	الشكل البياني رقم 02
66	فارق النسب التقييم العالي لأبعاد مقياس قوة الانا للعينة غير الممارسة للتربية البدنية	الشكل البياني رقم 03
69	فارق النسب التقييم العالي لأبعاد مقياس قوة الانا للعينة الممارسة و غير الممارسة للتربية البدنية	الشكل البياني رقم 04

التعريف بالبحث

إن التقدم العلمي الذي يشهده العالم في الوقت الحاضر يعد أحد الأسباب الأساسية في تقدم الحياة البشرية و في مختلف مجالاتها و منها المجال الرياضي، و أن هذا التقدم لا يتم إلا من خلال دراسات علمية دؤوبة معتمدة على علوم عدة مترابطة فيما بينها و مرتبطة بممارسة الألعاب الرياضية و أن من بين هذه العلوم المساهمة بشكل كبير في تطور الألعاب الرياضية بمختلف أنواعها و عند جميع الفئات الرياضية الممارسة له هو علم النفس الرياضي.

و إن التقدم الحاصل في مجال الرياضة يعد مرآة لتطور جميع الألعاب الرياضية متضمنة التطور في الإعداد البدني و المهاري و النفسي لجميع ممارسي هذه الألعاب و عند مختلف الأعمار و الفئات الرياضية و منهم فئات المراهقين، بإعتبارهم القاعدة الأساسية و الأوسع انتشارا في المؤسسات الرياضية بإعتبارهم اليوم هم شباب الغد و رجال المستقبل.

و من أجل الإرتقاء بمستوى المراهقين، لابد من دراسة سلوكهم أثناء سعيهم في تحقيق طموحاتهم عند ممارستهم للتربية البدنية و الرياضية متمثلة بمصادرها الأساسية ضمن احدى مكونات الشخصية في دينامية قوة الأنا، و ما يرافق ذلك من أفعال مصاحبة أثناء سلوك المراهقين عند ممارسة الألعاب الرياضية، و من هذا فإن التطور لن يأتي بمحض الصدفة بل بالإعتماد على أساليب متنوعة و كوادر متخصصة معتمدين في الأساس على دراسة الأنا للتلاميذ من حيث أفكارهم و طموحاتهم و انفعالاتهم أثناء الممارسة الرياضية و ما ينشدهون تحقيقه من أهداف منطلقين من مصادر الشخصية الدينامية سعيا نحو التقدم في المستوى الرياضي.

وعليه تكمن أهمية البحث في دراسة دور التربية البدنية و الرياضية في تطوير قوة الأنا للتلاميذ المرحلة المتوسطة (15 إلى 17) سنة بإعتبارها مكونا أساسيا من مكونات الشخصية ومصدرا لإشباع الحاجات أثناء سلوكهم ضمن متطلبات ممارسة الألعاب الرياضية.

مشكلة البحث:

يرى طه أن قوة الأنا هي قوة شخص على أن يحقق التوافق مع نفسه ومع بيئته المحيطة وعلى مهارة الأنا في علاج صراعاته الشخصية والتعامل معها ومع العالم الخارجي وخلوه من الأعراض العصبية والإحساس بالرضا (فرج، 1993، صفحة 639). كما يعرفها القاضي حاول جمع كل ما سبق بقوله أن قوة الأنا هي القدرة على تكيف مع شروط الواقع والاحتفاظ بأوضاع انفعالية متزنة والتوافق مع المطالب الاجتماعية والالتزان والقدرة على التحكم في الانفعالات وفي التعبير عنها في مواقف الغضب و في موافق الرضا وعند الخوف والخلو من الصراعات المرضية وتحقيق الصحة النفسية (القاضي، 1994)، حيث اتنا على اختيار تلاميذ السنة الرابعة متوسط كعينة مقصودة للبحث عن الأثر و الدور الذي لعبته التربية البدنية و الرياضية في تطوير مكونات الشخصية بعد أربع سنوات أو أكثر من اتخاذها مادة تدريسية بالنسبة لهم، الممارسي و الغير ممارسين منهم لتحديد المساهمة فيما قصدنا ببحثه و دراسة أثر لتطرح اشكالية موضوع البحث في سياقها التالي:

هل للتربية البدنية و الرياضية دور في تطوير قوة الانا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17 سنة)-

17سنة؟

من خلال هذا يأتي الطالبان على طرح التساؤلات الفرعية ضمن الموضوع و التي تساعد في ايضاح طريقة

العمل قصد تحقيق اهداف هذه الدراسة ، و جاءت هذه التساؤلات كالتالي :

- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية لقوة الانا بين تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17 سنة) الممارسين و الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية؟
- ما هو مستوى التقييم العالي و المنخفض لقوة الانا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17 سنة) الممارسين و غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية؟

اهداف البحث:

- توضيح الفروق بين التلاميذ الممارسين و الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية لقوة الانا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17 سنة)

[التعريف بالبحث]

- تحديد مستوى التقييم العالي و المنخفض لقوة الانا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17 سنة) الممارسين وغير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية
- اثراء المكتبة
- ابراز اهمية التربية البدنية و الرياضية في تحديد قوة الأنا من خلال الممارسة

فرضيات البحث:

الفرضية العامة:

- للتربية البدنية و الرياضية دور في تطوير قوة الانا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17 سنة).

الفرضيات جزئية:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية لقوة الانا بين تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17 سنة) الممارسين و الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية
- يحدد مستوى التقييم العالي و المنخفض لقوة الانا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17 سنة) الممارسين وغير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية

مصطلحات البحث:

- التربية البدنية و الرياضية:
- إصطلاحاً: يرى نيكسون " التربية البدنية هي ذلك الجزء من التربية الذي يهتم بالنمو الشامل للفرد من خلال إستشارة دوافعه لممارسة أوجه النشاط البدني (الطيب، صفحة 19).
- إجرائياً: هي جزء لا يتجزأ من التربية العامة، تهدف إلى تكوين الفرد بدنيا وعقلياً و انفعاليا و اجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط الرياضي المختار لتحقيق الهدف.

● قوة الأنا:

● **إصطلاحاً:** يري طه أن قوة الأنا هي قوة شخص على أن يحقق التوافق مع نفسه ومع بيئته المحيطة وعلى مهارة الأنا في علاج صراعاته الشخصية والتعامل معها ومع العالم الخارجي وخلوه من الأعراض العصائية والإحساس بالرضا (فرج، 1993، صفحة 639)

● **إجرائياً:** أنه يتمثل بالدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس قوة الأنا الذي تم إعداده في هذا البحث

● المراهقة:

● **إصطلاحاً:** هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج، فهي عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها (تركي، 1982، صفحة 216).

● **إجرائياً:** هي المرحلة التي يكون فيها المراهق متمدرسا في المرحلة المتوسطة والذي يكون عمره (15_17) سنة ويعيش من خلالها فترات من الصراع يبرز فيها قوة الأنا و صعوبات توافقه مع محيطه الدراسي.

الدراسة السابقة والمشابهة:

● دراسة (Morino.J Cervello.E) سنة 2005م "إدراك الذات البدنية عند المراهقين بتأثير كل من الجنس و المشاركة في الأنشطة البدنية":

كان الهدف من هذه الدراسة هو تحليل تأثير كل من الجنس (ذكور و إناث) و مستوى المشاركة في الأنشطة البدنية و الرياضية على إدراك الذات البدنية عند المراهقين في إسبانيا، و كانت عينة الدراسة من 2330 تلميذ (متوسط العمر 14.8 سنة بانحراف معياري 0.91) تتكون من 1200 تلميذ و 1130 تلميذة من جميع مدارس الأحياء الكبرى في كامل إسبانيا، و قد شملت العينة من 1689 من أفراد العينة يشاركون في النشاط البدني أو الإضافي إلى حصة التربية البدنية و الرياضية في المؤسسة ، و 676 يمارسون النشاط البدني و الرياضية سوى في حصة التربية البدنية و الرياضية في المدرسة، و كان جميع أفراد العينة متطوعون.

أما أدوات الدراسة فكانت "مقياس إدراك الذات البدنية (PSPP) المصمم من طرف (Fox) و المعدل على البيئة الإسبانية من طرف (sicilia, Gutierrez, Morino) سنة 1999م. و هي تتكون من 30

عبارة و تدريج سداسي و أربع أبعاد و هي الحالة البدنية و الكفاءة الرياضية و القوة البدنية و جاذبية الجسم و بعد تقدير الذات، و قد تراوح معامل رتبات كرونباخ بين (0.69-0.89).

و أظهرت النتائج تأثير كل من الجنس (ذكور-إناث) الممارسين و الغير الممارسين، حيث أن الذكور الممارسين للرياضة كان لهم درجة أعلى في إدراك الذات البدنية بالمقارنة مع الذكور و الإناث الذين لا يمارسون نشاط بدني خارج المدرسة.

في حين كانت الإناث اللواتي تمارسن نشاطا بدنيا رياضيا خارج فقد كان لهن درجات أعلى في أبعاد المقياس مع الإناث من الإناث الممارسات، كما أظهرت النتائج فروقا بين إدراك الذات البدنية و حجم مستوى مشاركة الأنشطة البدنية و الرياضية، حيث أن الذين يمارسون مرة واحدة في الأسبوع كان لهم درجة أقل في أبعاد الكفاءة الرياضية و الحالة البدنية و القوة بالمقارنة مع الذين يمارسون أكثر من ثلاث مرات في الأسبوع.

• دراسة (Morino, Cervello, Vera, Ruiz) سنة 2007م "مفهوم الذات البدني عند الأطفال المتمدرسين للفروق بين الجنس و نوع الرياضة و مستوى المشاركة في الأنشطة البدنية"

هدف الدراسة هو اختبار الخصائص أو صفات النمو النفسي حركي للتلاميذ بالمدارس الإسبانية و تأثير كل من الجنس و نوع الرياضة و حجم أو عدد مرات ممارسة النشاط البدني في الأسبوع و علقته بمفهوم الذات البدني في مرحلة نهاية الابتدائي و بداية المتوسط، و قد تكونت عينة البحث من 1086 تلميذة (متوسط العمر 10.3 سنة، انحراف معياري 0.51) و مقسمة إلى 570 تلميذ و 516 تلميذة، من خلال استمارة معلومات تبين أن 998 من أفراد العينة يمارسون أنشطة بدنية خارج المدرسة و 88 لا يمارسون إلا في حصة التربية البدنية و الرياضية المقررة بالمدرسة، أما بالنسبة لحجم و مستوى المشاركة فإن 155 من أفراد العينة يمارسون الرياضة أحيانا و 394 من مرة إلى ثلاث مرات في الأسبوع و 448 يمارسون أكثر من ثلاث مرات، و قد تم تقسيم العينة حسب مستوى و عدد مرات إلى متوسط أقل من المتوسط.

وقد تم استعمال مقياس وصف الذات البدنية (pspp) مصمم من طرف (Fox et Corbin) و المكيف على البيئة الإسبانية من طرف (Cervello et Morino)، و قد بلغت معاملات المقياس على العينة (البنات 65-85) و قد تم استعمال تحليل التباين المتعدد لحساب الفروق و قد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في أبعاد الكفاءة الرياضية و جاذبية الجسم و القوة العضلية و الثقة

بالنفس عند مستوى دلالة 0.01، كما كانت فروق دالة عند مستوى 0.01 بين الممارسين و الغير الممارسين في جميع أبعاد المقياس، أما بالنسبة للفروق حسب المستوى أو عدد مرات الممارسة، فقد كانت فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.001 في بعد الكفاءة الرياضية و بعد الثقة بالنفس بين المجموعات التي تمارس أحيانا و المجموعة التي تمارس من مرتين إلى ثلاث مرات في الأسبوع و المجموعة التي تمارس أكثر من ثلاث مرات في الأسبوع (Ruiz، الصفحات 1-16).

• دراسة (Colduitz n Stein, Ficher, Berkly) سنة 2007 " هل التغير في مستوى حجم النشاط البدني له تأثير على إدراك الذات و الكفاءة البدنية عند المراهقين "

هدف الدراسة هو معرفة ما إذا كان التغير في حجم مستوى النشاط البدني على إدراك الذات عند المراهقين، و قد شملت الدراسة على 5260 مراهقة و 3410 مراهقا، و قد تم حساب مدى التغير في إدراك الذات في ثلاث مجالات (اجتماعي، مدرسي، رياضي) و هذا خلال سنتين أي من 1997 إلى 1999، مع حساب مؤشر كتلة الجسم، عدد السجائر التي تدخنها، مستوى النشاط القاعدي، درجة إدراك الذات القاعدية (الابتدائية) قبل بداية الدراسة و قد أظهرت النتائج أن زيادة مستوى حجم النشاط البدني كان له تأثير إيجابي على زيادة إدراك الذات في المجلين الاجتماعي و الرياضي عند مستوى 0.001 و لم يكن له تأثير على المجال المدرسي، كما لم يكن له تأثير على إدراك الذات العام.

و قد تم مقارنة نتائج الذين تم زيادة مستوى النشاط البدني عندهم مع الذين لم يتغير حجم مستوى نشاطهم، حيث كان هناك ارتفاع أو زيادة في إدراك الذات البدنية و الرياضية لصالح الإناث اللوتي زاد عدد ساعات نشاطهن في الأسبوع عن 5 ساعات أو أكثر، نفس النتيجة كانت عند الذكور الذين زاد عدد نشاطهم عن 10 ساعات أسبوعياً، و العكس صحيح حيث كان هناك انخفاض في درجة إدراك الذات عند الذين نقص مستوى نشاطهم عن مرة في الأسبوع.

أكدت هذه الدراسة أن زيادة مستوى حجم النشاط البدني له تأثير على إدراك الذات في بعديها (المجلين) الاجتماعي و الرياضي عند كل من الذكور و الإناث.

- دراسة (Xiaoli, J. Ken, J. Laurie) سنة 2003م "مفهوم الذات عند التلاميذ و علاقته بنوع برامج التربية البدنية في المدرسة"

هدف هذه الدراسة هو الإجابة عن تساؤل و هو هل نوع برنامج التربية البدنية المطبق في المدرسة و علاقته بمفهوم الذات لدى تلاميذ مرحلة المتوسط(10-12) في إقليم فيكتوريا بأستراليا.

وقد شملن عينة الدراسة 1149 تلميذا تم اختبارهم من 12 متوسطة في إقليم فيكتوريا بأستراليا و تتراوح أعمارهم بين 10 إلى 12 سنة، حيث تم توفير جميع الإمكانيات المادية و الاجتماعية متقاربة مع اختلاف في برامج المطبقة، و قد استعمل مقياس وصف الذات للصغار (sdq1) المصمم من طرف (March)، و هو يحتوي بنفس مفهوم الذات الأكاديمي و مفهوم الذات البدني و الاجتماعي و العاطفي، و قد بلغت معاملات البنات للمقياس (0.28-0.92) و اتساقه الداخلي تم حسابه بالمقارنة بمقاييس أخرى.

و أظهرت النتائج وجود علاقة دالة و موحية بين التربية البدنية و مفهوم الذات و هذا في كل من المهارة الحركية و المظهر البدني و العلاقات الأبوية و مفهوم الذات الغير و العلاقة الدالة بين مفهوم الذات للذات البدني و نوع البرامج، و من أجل تفسير التباين في مختلف مظاهر استعمال التباين و الانحدار الخطي و معامل التعيين، حيث بلغت درجة العلاقة بين مفهوم الذات و نوع البرنامج 0.21 إلى 0.34، و العلاقات الاجتماعية 0.1 التباين الكلي، و بلغت نسبة الارتباط بين برامج و مفهوم الذات للمظهر 100، و بعد تقسيم المدارس إلى ثلاث مجموعات (برنامج ضعيف، متوسط، جيد) تم الوصول إلى عدم وجود فروق بين مجموعات المدارس و قد تم حساب تأثير الوقت (حجم ساعي) مخصص للتربية البدنية على مفهوم الذات، و لم يكن هناك الارتباط دال بين حجم الوقت و مفهوم الذات كما أن هناك علاقة دالة و موحية بين نوع البرنامج و مستوى مفهوم الذات عند المراهقين (. Xiaoli، الصفحات 1-13-14)

• تحليل الدراسات السابقة:

من خلال التحليل الإحصائي للدراسات لاحظنا أن زيادة مستوى حجم النشاط البدني له تأثير على إدراك الذات في بعديها (المجالين) الاجتماعي و الرياضي عند كل من الذكور و الإناث.

● نقد الدراسات السابقة:

رغم ما جاءت به الدراسات السابقة من تأثير زيادة مستوى حجم النشاط البدني على إدراك الذات في بعديها (المجالين) الاجتماعي و الرياضي عند كل من الذكور و الإناث إلا أنه تم تجاهل مكونات أخرى للشخصية و التركيز على إدراك الذات فقط.

ففي دراستنا سوف نتطرق إلى التربية البدنية و الرياضية ودورها في تطوير قوة الأنا.

الباب الأول : الدراسة النظرية

الفصل الأول: التربية البدنية و الرياضية

تمهيد :

تعد الرياضة أحد أهم الأنشطة الإنسانية فلا يكاد يخلو مجتمع من مجتمعات العالم من شكل من أشكال الرياضة بغض النظر عن درجة تقدم أو تخلف هذا المجتمع ولقد عرفها الإنسان عبر عصوره وحضاراته المختلفة وإن تفاوتت توجهات هاته الحضارات فمنها من كان ينظر إلى الرياضة على أنها أسلوب من أساليب الحرب العسكرية سواء كانت دفاعية أو هجومية ، والبعض الآخر مارسها لشغل أوقات الفراغ واعتبرها شكل من أشكال الترويح ، لكن التوظيف الحديث للرياضة أصبح له مفهوم تربوي، لقدرتها الكبيرة على التنشئة والتطبيع و بناء الشخصية الاجتماعية المتوازنة إلى جانب ذلك الآثار الصحية التي ارتبطت منذ القدم بممارسة الرياضة وتدريباتها البدنية.

وهذا ما أكدته العديد من الدراسات والبحوث العلمية لأهمية الرياضة داخل المجتمع خاصة مع التطور التكنولوجي لوسائل الإعلام و الإتصال ، والدور الذي تلعبه هاته الأخيرة في نشر الوعي والثقافة الرياضية عند أفراد ذلك المجتمع ، وكذا أهمية وسائل الإعلام في استثمار أوقات الفراغ والترويح.

لهذا سنحاول في هذا الفصل القاء الضوء على مفاهيم عديدة منها النشاط البدني الرياضي : ومفهوم التربية البدنية وكذا مفهوم الرياضة ومكانتها في الجزائر وتقدم أيضا مفهوم للإدارة والتسيير الرياضي باعتباره فرع من فروع التربية البدنية و الرياضية .

1-1- مفهوم التربية البدنية و الرياضية :

يمكن و صف التربية البدنية والرياضية بطرق عديدة ومختلفة ، فالبعض يراها مرادفا لمفاهيم منها: التمرينات، اللعب ، الألعاب وقت الفراغ ، الترويح والرياضة ، المسابقات الرياضية ، الرقص، لكن هذه المفاهيم جميعا في الواقع تعبر عن أطر وأشكال الحركة المنتظمة في المجال الأكاديمي الذي يطلق عليه "التربية البدنية و الرياضية". (أيمن أنور حولي، 1993، صفحة 29)

والتربية البدنية و الرياضية أوسع معنى وأعمق دلالة بالنسبة للحياة اليومية ، فهو قريب جدا من مجال التربية الشاملة ، الذي تشكل التربية البدنية جزءا فيه ، وهي تؤدي إلى نشاط كبير في العضلات، والفوائد المترتبة عليه كبيرة ، وتساهم في نمو الطفل حتى يستفيد بأقصى قدر مستطاع من عملية التربية دون أن يكون هناك عائق نمو. (أحمد مختار عضاضة ، صفحة 123)

والتربية البدنية شملت إعداد الفرد من كل النواحي ، ومن مهارات وعادات ومعارف ومعلومات ومعان وسلوك اجتماعي مميز ، من خلال الأنشطة البدنية التي يمارسها الفرد سواء كان في المنزل أو المدرسة أو النادي. (شارلز ، ايبوكر ، ترجمة حسن معوض و كمال، 1964، صفحة 29)

تحتل التربية البدنية مكانة تربوية مهمة بعد أن وضع تماما دورها التطبيقي للأطفال والشباب من خلال اللعب و الألعاب الرياضية التي تحكمها معايير وقواعد ونظم أشبه بتلك التي توجد في المجتمعات المعيارية الإنسانية وهناك مفهوم آخر للتربية ، إذ ينظر إليها على أنها مجموعة العمليات التي توجد بشكل خاص فهو اكتساب التعليم بهدف الإعداد للحياة.

كما أنه هناك مفهوم التربية الذي أبرزه المفكر التربوي ديوي Dewey و الذي يرى أن التربية ليست مجرد إعداد للحياة ، إنما هي الحياة نفسها ومعايشتها ، ومن هنا تبرز معاني الخبرة التربوية التي لا يتوقف اكتسابها على سن معين ، كما يبرز مفهوم التربية المستمرة من خلال تثقيف الفرد مدى الحياة.

1-2- مكانة التربية البدنية والرياضية في الجزائر :

تعرف التربية البدنية والرياضية بالجزائر على أساس أنها "نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل و تخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية البدنية إلى بلوغه والرامية إلى رفع شأن الإنسان والمواطن والعمال الاشتراكيين بما لديها من مزايا.

التربية البدنية و الرياضية في هذا الإطار أن تؤدي إلى ثلاث مهام :

من الناحية البدنية:

تؤدي إلى تحسين قدرات الفرد الفيزيولوجية والنفسية المحركة وذلك لتسييرها من خلال البدن و تكييف المسيرة مع البيئة.

من الناحية الاقتصادية :

تؤدي إلى تحسين صحة الفرد وما يكسبه من ناحية المحرك النفساني أمر يزيد من قدراته على مقاومة التعب ، إذ يمكنه استعمال القوة المستعملة في العمل استخدام محكما فإنه يؤدي إلى زيادة المردودية الفردية والجماعية و عامل الشغل الفكري و اليدوي.

من الناحية الاجتماعية و الثقافية :

حيث تجعل القيم البدنية والخلقية التي توجه أعمال كل مواطن وتساهم في تعزيز الوثام الوطني مدخرة الظروف الملائمة للفرد والتعاون والتنمية والشعور بالواجبات المدنية، كما تعمل على التخفيف من التوترات التي هي مصدر الخلافات بين الأفراد والمجموعات والتي تنتمي إلى هيئة اجتماعية واحدة، كذا هي للإثراء الثقافي توفر للشباب والكبار على حد سواء فرصة استخدام أوقات فراغهم استخداما مفيدا مع تفضيلها³. (د/ أيمن أنور حولي، 1993، صفحة 33)

ويعرف ماتيفيف **Matveyev** الرياضة بأنها "نشاط ذو شكل خاص جوهره المناسبة المنظمة

من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها".

ويشير لوشن **Loshene** و سيج **Sige** إلى أن الرياضة يمكن أم تعرف بأنها: "نشاط مفعم

باللعب الداخلي و الخارجي المردود أو العائد ، يتضمن أفرادا أو فرقا تشترك في المسابقة وتقرر النتائج في ضوء التفوق في المهارة البدنية والخطط.

والرياضة تعتمد على القدرات والإمكانيات البدنية والحركية والتي تنتج من توظيف جيد لمعطيات الجسم الإنساني بشكل أساسي ، بينما تكون أنماط الضبط اجتماعية ، ثقافية في سياقات

النشاط ، ويعتقد كثير من الباحثين بأن الرياضة تبلورت اجتماعيا من نفس النسيج الثقافي للألعاب فمنها من أخذت فيها الرياضة السمات الثقافية المتمثلة في أدوات اللعب كالمضارب والعصي والكرات والشباك و غير ذلك من سمات ثقافية عرفت لها الألعاب.

1-3- مهام التربية البدنية و الرياضية :

ترمي التربية البدنية و الرياضية إلى تحقيق ثلاث مهام رئيسية هي :

من ناحية البدنية :

تعمل التربية البدنية والرياضية من هذه الناحية على تحسين قدرات الفرد الفيزيولوجية والنفسية و القدرات الحركية أيضا ، ومن أجل تحكم أكبر في البدن لأن الفرد القوي خير وأحسن من الفرد الضعيف لتحقيق مهامه ومهام بلاده ، لاسيما من الناحية الاقتصادية .

من ناحية الاقتصادية:

إن تحسين صحة الفرد وقدراته البدنية وخاصة قدراته البدنية وخاصة قدراته على مقاومة التعب ، إذ تمكنه من استعمال قوته المستخدمة في العمل استخداما محكما من أجل زيادة المردودية الفردية والجماعية في عالم الشغل الفكري واليدوي ، فمردود الإنسان القوي خير من المردود الإنسان الضعيف وخاصة العمل في زيادة الإنتاج .

من الناحية الاجتماعية و الثقافية:

أن التربية البدنية و الرياضية تعمل على تحقيق القيم الثقافية و الخلقية ، وذلك بتوجيه أعمال كل مواطن بالإضافة إلى مساهمتها في تعزيز الوثام الوطني من خلال تنمية روح الإنباط والتعاون والمسؤولية و الشعور بالواجبات الوطنية ، كما ترمي التربية البدنية أيضا إلى تخفيف التوترات والخلافات القائمة بين الأفراد والمجموعات للوصول إلى تحقيق العلاقات الإنسانية الأكثر انفتاحا لكون أن التربية البدنية مصدر الانفراج والثراء الثقافي ، فهي توفر للشباب والكبار أيضا على حد سواء فرصة استخدام أوقات الفراغ استخداما مفيدا من أجل تحقيق التنمية الذاتية والعقلية في استخدام هذه الأوقات .

(لحمر عبد الحق، 1993، صفحة 73)

1-4- أغراض التربية البدنية و الرياضية :

1-4-1/ الأغراض الجسمية: تهتم التربية برعاية الجسم وصحته مقدار بمناسبة تثقيف العقل وصقله ومن أهم الأسباب التي دعت برجال التربية إلى الاتجاه نحو العناية بأجسام الناشئين وصحتهم في مرحلة نموهم ، أنهم وجدوا أن العناية بصحة الجسم وقيام أجهزته بوظائفها تؤثر في سعادة المجتمع وبهذا تتخلص الأغراض الجسمية في النقاط التالية :

- 1- تنمية الكفاءة البدنية والمحافظة عليها .
- 2- تنمية المهارات الحركية والبدنية .
- 3- اكتساب الفرد عادات صحية سامية .

4- إتاحة الفرصة للنابعين رياضيا من الطلاب إلى الوصول إلى مراتب البطولة .
(زهير الشوريجي، 1964-1965، صفحة 09)

1-4-2/ الأغراض العقلية: إن العقل استعداد فكري لدى كل إنسان لكنه ينمو بالتدريب ولقد كانت المدرسة القديمة تعتقد أن العقل ينمو بقدر ما يكتسب من معلومات فأصبح الهدف عندها هو حشو الذهن بأكبر قدر من المعلومات والحقائق ولهذا نستطيع أن نلخص الأغراض العقلية على النحو التالي:
(زهير الشوريجي، 1964-1965، صفحة 09)

- 1- تنمية القدرة على التفكير .
- 2- تنمية الثقافة.
- 3- تنمية الحواس.
- 4- تنمية القدرات العقلية المختلفة.

1-4-3/ الأغراض الخلقية: وهي الصفات الخلقية والاجتماعية واكتساب الفرد قيم سامية كما انه ينمي صفتي القيادة و التبعية

1-4-4/ الأغراض الاجتماعية: وهذا يظهر هدف التربية البدنية وهو تنمية الروح الاجتماعية التي تشمل على حسن التعامل مع الآخرين ومعرفة الحقوق والواجبات التي يلزم بها الفرد إزاء نفسه وإزاء زملائه ومجتمعه كما يتدرب التلاميذ على اكتساب العادات والتقاليد والقيم والمثل الأخلاقية التي تسود في مجتمعهم ونلخص الأغراض الاجتماعية في :

- 1- تهيئة الجو الملائم الذي يمكن للطالب من إظهار التعاون والاحترام وإنكار حسب الذات .
- 2- تحسين الأفراد بالمسؤولية .
- 3- إتاحة الفرصة للتعبير عن النفس والابتكار.(عدنان درويش و آخرون ، 1994 ، الصفحات 29-

(30)

1-5-5- طبيعة التربية البدنية و الرياضية :

يمكن النظر للتربية البدنية كنظام أكاديمي وكمهنة وكبرامج نشاط.

1-5-1- التربية البدنية و الرياضية كنظام أكاديمي:

- يسعى كل فرع من المعرفة الإنسانية نحو تحديد هويته الأكاديمية، والتربية البدنية والرياضية تهتم ببحث ودراسة ظاهرة حركة الإنسان والأشكال الثقافية التي اتخذتها هذه الظاهرة كالرياضة، والتمرينات والرقص، وذلك من خلال بنية معرفية آخذة في التنامي تتمركز حول ظاهرة الحركة لدى الإنسان، وتنقسم هذه المباحث والعلوم كعلم وظائف أعضاء النشاط البدني، وعلم النفس الرياضي، والاجتماع الرياضي، والتعلم الحركي والميكانيكية الحيوية، وفلسفة وتاريخ التربية البدنية، ولها أيضا مباحث فنية تربوية تنتقل هذه العلوم تربويا إلى التلاميذ والطلاب كطرق تدريس التربية البدنية، مناهج التربية البدنية الوسائل التعليمية في التربية البدنية. (أمين أنور الخولي . جمال الدين الشافعي، مناهج التربية البدنية المعاصرة، دار الفكر العربي مصر، الطبعة الثانية، 2005، ص 29)

1-5-2- التربية البدنية و الرياضية كمهنة:

يحترف عدد كبير من المتخصصين في مجالات العمل التربوي البدني والرياضي، وإذ تنامت أفرع ومجالات العمل المهني في التربية البدنية والرياضية، بشكل كبير، فبعد أن كانت مقتصرة على التعليم (التدريس) أصبحت الآن تضم التدريب الرياضي، والترويح البدني، والرياضة الجماهيرية (الرياضة للجميع) ، وبفضل جهود أبناء المهنة أصبح لها عدد من الجمعيات، والروابط المهنية للحفاظ على حقوق المهنيين، ومنع الدخلاء وغير المؤهلين من الانضمام إليها، والمهنة تعتمد على البيئة المعرفية وعلومها ومباحثها وفنونها لتقدم أرفع مستوى من الخدمة المهنية في مختلف مجالات التخصص المهني.

1-5-3- التربية البدنية و الرياضية كبرنامج:

وهو المنظور الأقدم الذي ارتبط التربية البدنية منذ القدم ومازال، والذي يعبر عن برامج الأنشطة البدنية التي تتيح الفرصة للتلاميذ للاشتراك في الأنشطة (بدنية / حركية) منتقاة بعناية وبتتابع منطقي وعبر وسط تربوي منظم ينمي مختلف جوانب الشخصية الإنسانية وعبر فئات من النشاط الجمبازي والألعاب والسباحة وألعاب القوى والمنازلات . (أمين أنور الخولي . جمال الدين الشافعي، مرجع سبق ذكره، ص 30)

1-6- الأهداف العامة لتربية البدنية والرياضية:

إن الأهداف التربوية البدنية تعكس فلسفة المجتمع الأيديولوجية التربوية وتؤكد فيها قيمها ومبادئها فأهداف التربية البدنية هي كذلك انعكاس لمجالات التنمية للإنسان التي تتحدد سلوكيا في مجالات الحركية، المعرفية، الفعالية والاجتماعية وكل هذه الأهداف تمثل الأطر العريضة لكل التطلعات والقيم والطموحات التي يمكن للتربية البدنية إن تحققها من خلال مفهوم التربية الشمولية للمراهق أو لمراحل تعليمية، ورغم تفاوت الاتجاهات الثقافية العقادية للعديد من دول العالم إلا أن جميعها لا تخرج عن حدود السلوكية الرئيسية التي ذكرها، فكلها تهدف إلى تحقيق قيم ارتضاها المجتمع لنفسه ولغيره من المجتمعات. (مكارم حلمي أبو هريرة، 2002، صفحة 345)

خلاصة

يتفق علماء التربية وعلم النفس على أن ممارسة الرياضة بطريقة منتظمة وعلمية، لها الأثر الإيجابي على صحة الإنسان، سواء النفسية منها أو البدنية، كما أن الاهتمام بالرياضة والتربية البدنية جاءت لتلبي حاجة من حاجات الفرد أو الشاب المراهق وهذا من أجل التنفيس واستغلال أوقات الفراغ، فالرياضة تساهم في التخفيف على المراهق من الضغوط، وتحرر طاقاته وتدفعه إلى التعبير عن مشاكله وطموحاته من خلال ممارسة الرياضة، إن التنشئة الاجتماعية في الرياضة هي اكتساب الفرد اللياقة البدنية والمهارية والحركية والمعلومات الرياضية المختلفة، وتنمي علاقته الاجتماعية مع الآخرين من خلال التفاعل الاجتماعي، وتهدف كذلك إلى تزويد الفرد بالقيم والاتجاهات ومعايير السلوك الرياضي القويم، بمعنى أنها تنقل الثقافة إلى الأفراد لتؤهلهم لكي يكونوا مواطنين صالحين لديهم القدرة على التفاعل الإيجابي السليم مع المجتمع، والثقافة البدنية في مجال الرياضة وهي تزويد الفرد بالمعارف والمعلومات والقوانين ونكون بذلك قد قدمنا ثقافة معرفية في مجال التربية البدنية، ولكي نعمم الاستفادة من المعلومات وتنمي بذلك الثقافة الرياضية والوعي الرياضي، إن وسائل الإعلام الرياضي كان له الفضل في تنمية الثقافة الرياضية وذلك باستخدام مختلف وسائل المرئية و المسموعة والمقروءة فهي تعتبر قناة الاتصال بين الجمهور المستقبل للمعلومات الرياضية من جهة والمتهمين و المختصين في الرياضة .

الفصل الثاني : قوة الانا

تمهيد

اهتم علماء النفس والتربية بموضوع الانا منذ القدم ، والتي كانت في كل مرة تشكل محكا ومجالا للنقاش كبيرين ، فمنهم من نظر إليها من جانب مكوناتها ومنهم من نظر إليها من جانب أبعادها ونموها وتطورها واختلفوا أيضا في محدداتها بين الوراثة والبيئة وطرق قياسها وكان كل ذلك على أساس نظريات متعددة ومتباينة، فهذا يتميز بشخصية تظهر روح أداء الواجب واحترام العمل وعدم الاكتراث للتقاليد وهذا نجد عنده العاطفة تغلب عن التفكير والميل إلى الخيال وهذا منطوي والأخر تبدو عليه ملامح الغضب و النرفزة والتوتر والإهمال . وغيرها كل هذا جعل من دراسة موضوع الانا محل إثارة للجدل والتساؤل ومثير للغرابة وعلى درجة كبيرة من الاختلاف والتفاؤل .

كما تعددت تعريفات قوة الأنا وتباينت لدى علماء النفس والباحثين كل من وجهة نظره الخاصة ولكن جميعها تهدف إلى وصف قوة الأنا وتؤكد على نفس المعنى وضمن إطارها العام المتفق عليه وهو أن قوة الأنا سمة من سمات الشخصية .

2-1- قوة الأنا:

المدخل التاريخي لقوة الأنا: نشأ مفهوم الأنا مع نشوء نظرية التحليل النفسي لسيجموند فرويد، والتي تشير في مضمونها إلى سير نمو الإنسان وشخصيته، وتطور سلوكه على وفق توجيه حتميات بيولوجية تتمثل بالحياة والموت والترجمة عمليا بغريزتي الجنس والعدوان، والتي يظهر تأثيرهما في سن مبكر من بدايات الحياة، وظاهر عند ذلك علم يسمى بعلم نفس الأنا، عام 1932 غذ كانت كتابات فرويد تحتوي في طياتها العديد مما ينطوي تحت اسم علم نفس الأنا، إذ قسم ديفيد رابابوري في الخمسينات تطور علم نفس الأنا إلى أربع مراحل وأكبت المرحلة الأولى التي انتهت عام 1897 في فترة وضع الصياغات الأولى لنظرية التحليل النفسي عند فرويد وامتدت المرحلة الثانية من عام 1897 على عام 1932. وهي الفترة التي وضحت فيها معالم نظرية التحليل النفسي أنا المرحلة الثالثة التي حددت بالفترة من عام 1932 إلى عام 1937، إذ تم تطوير النظرية الفرويدية للأنا والتي احتلت تدريجيا مركزا مهما وبارزا في الشياق العام لنظرية التحليل النفسي وبدأت مرحلة الرابعة بعد وفاة فرويد عام 1939، وشهد تنظيم وتنسيق في علم نفس الأنا على أيدي أنا فرويد، وهارتمان وإريك إريكسون (الريماوي، 2002)

لم يكتفي تاريخ قوة الأنا حول هذا القدر من كتابات فرويد وزملائه، إذا خصص فرويد جزءا مهما من كتاباته، ومنها سيكولوجية الجماعة وتحليل الأنا عام 1921، والأنا والهو عام 1922. والتحليل النفسي مكتملا وغير مكتمل عام 1937 ومن العلماء الذين اهتموا بدراسة الأنا منهم يونج وادلر، ومن جهة أخرى قادت كل من كين وأنا فرويد محاولات للمحافظة على أساسيات فرويد إذ عمدت كلاين في التركيز على نمو الأنا من خلال العلاقة في موضوع الحب وهو ما يعرف بنظرية العلاقة بالموضوع وجاء ماهرل ليؤكد على نفس المبدأ ضمن مرحلة المراهقة، وقادت جهود أنا فرويد إلى ما يعرف بسيكولوجية الأنا، ثم تبعها كل من هارتمان ووايت، والتي أكدت أفكارهما بفعالية الأنا وبعد ذلك جاء إريك إريكسون إل بناء نظريته في النمو النفسي الاجتماعي للأنا (العمرى، 2007، صفحة 24) وفي عام 1953 وضع بارون مقياسا لقياس قوة الأنا وبدأت محاولات التعرّب والتقنين للمقياس ومن هذه المحاولات قام بما علاء الدين الكفافي عام 1962 ومحمد ربيع عام 1978 بتقنين المقياس على البيئة المرئية ومن ثم محاولة موسى وأبو ناهية لتعريب المقياس وتقنيه على البيئة الفلسطينية في قطاع غزة عام 1988 (ابراهيم،

2002، صفحة 82) ومن ثم جاء مظهر عبد الكريم، لتقنين مقياس بارون على طلبة كلية التربية في العراق عام 2004 (الكريم، 2004)، وسيحاول الباحث بناء وتقنين مقياس قوة الأنا ولأول مرة في الوطن العربي على ناشئي الألعاب الرياضية.

2-2- مفهوم الأنا وأهمية قوة الأنا:

قوة الأنا يري طه أن قوة الأنا هي قوة شخص على أن يحقق التوافق مع نفسه ومع بيئته المحيطة وعلى مهارة الأنا في علاج صراعاته الشخصية والتعامل معها ومع العالم الخارجي وخلوه من الأعراض العصبية والإحساس بالرضا (فرج، 1993، صفحة 639). كما يعرفها القاضي حاول جمع كل ما سبق بقوله أن قوة الأنا هي القدرة على تكيف مع شروط الواقع والاحتفاظ بأوضاع انفعالية متزنة والتوافق مع المطالب الاجتماعية والاتزان والقدرة على التحكم في الانفعالات وفي التعبير عنها في مواقف الغضب و في موافق الرضا وعند الخوف والخلو من الصراعات المرضية وتحقيق الصحة النفسية (القاصي، 1994)،

الأنا هي إحدى المكونات الثلاثة التي تؤلف في تكوينها وحدة متفاعلة دينامية لتشكل شخصية الرد والمتمثلة بـ الهوز، الأنا، الأنا الأعلى، وهذا ما أشار إليه أحد المصادر على أن فرويد وضع منظومات نفسية ثلاث هي أهو، والأنا و الأنا الأعلى، وتبع نشأة كل منها وخص لكل منظومة وظائف نفسية معينة واضعا بذلك أسس ما يسمى في التحليل النفسي المعاصر باسم سيكولوجية الأنا (فرويد، 2000، صفحة 121). ومن هذا نجد أن الأنا هي جسر التواصل بين أهو ومطالبها، وبين الأنا الأعلى المتمثلة بالضمير المحاسب للامتثال للقيم والتوجيهات في تحسين السلوك، إذا أشار ميللر إلى أن فرويد ذكر بأن بناء شخصيتنا تتكون من ثلاث مكونات وان العلاقة فيما بينها هي الكفيلة بتفسير حياتنا النفسية وذلك من خلال مفهوم هذه المكونات وهي:

أهو: وهو نسق سيكولوجي يتألف من المكونات الغريزية والدوافع والانفعالات الموروثة، ويتمركز أهو حول مبدأ اللذة، أو ما يصطلح فرويد على تسميته بنزعة اللبido، لن هدفه الأساسي هي الحصول على اللذة ودفع الألم، حيث لا يعرف معنى التأجيل ومن خصائص أهو أنه بعيد عن المنطق والعقل لكونه يتصف باللهو والاندفاع، ولا يتمثل بالطرق المنطقية والأخلاقية.

الأنأ: وهو جزء من أهو الذي يتلاءم مع الواقع وهو النظام السيكلولوجي والذي يتصف على عكس أهو بالتعقل والرزانة والحكمة، ومن ثم انه يتمركز حول مبدأ الواقع وهدفه الأساسي هو تلبية رغبات أهو بشكل يتلاءم مع الواقع ولا يثير غضب الأنأ الأعلى.

الأنأ الأعلى: وهو النظام النفسي الذي يمثل جميع القيم الأخلاقية والعادات الاجتماعية ويتشكل الأنأ الأعلى بفعل الأوامر والنواهي التربوية، ومنه تستوحي ما ينبغي وما لا ينبغي القيام به، وهو ما يماثل في حياتنا النفسية مفهوم المثالية الأخلاقية، وما يقابل في الاصطلاح الأخلاقي العادي مفهوم الضمير.

وإضافة إلى ذلك أشار أحد المصادر على أن سيجموند فرويد مؤسس نظرية التحليل النفسي ذكر بأن شخصية الإنسانية تتكون من أهو والأنأ و الأنأ الأعلى، وأشار إلى أن أهو هي القوة الغريزية التي تعمل على تحقيق رغبات الإنسان من دون ضوابط ولا محرمات أو ممنوعات، والأنأ العلى هو الضمير المثقل بالذنب، الذي يقول لا يستطيع أن تنال ذلك الشيء أما الأنأ فهو القوة العاقلة التي تقول دعونا نرى ماذا نستطيع أن نفعل لنحل الإشكال (محمد، 2010، صفحة 16)

ومن أجل توضيح الفرق بين الأنأ و قوة الأنأ فإن الأنأ بمفهومه البسيط يشير إلى الجانب التكويني للشخصية ضمن مكونات الشخصية الثلاث (أهو، الأنأ، الأنأ الأعلى) ونشبيها بالتشريح كما هو الحال في تشريح جسم الإنسان من حيث الأجهزة والعضلات من حيث أليافها، أما قوة الأنأ فتشير إلى الجانب الدينامي بين مكونات الشخصية، من جانب والفرد والعالم الخارجي من جانب آخر، وهو ما نسعى للغوص به من معالم معتمدين على الجانب الدينامي وهو ما نشبهه بالفلسفة في عمل أجهزة الجسم، لذلك ندرس الجانب الدينامي مستندين على الجانب التكويني للإحاطة بالموضوع من مختلف جوانبه، وعليه يشير أحد المصادر حول الأنأ الدينامية من خلال مفهومه الأنأ بأنها قوة ضابطة تتسم بالواقع وتحاول ضبط نزعات أهو وهو جزء من النفس نما من أهو وتمايز وتم تهذيبه عن طريق التفاعل الاجتماعي، وهو يمثل الجزء الواعي من النفس ويلعب دور الوسيط بين مطالب اللبدو، ومطالب العالم الخارجي فيحاول أن يعدل السلوك ليحافظ على الذات، وظيفه الأنأ هي سلطة الإشراف على السلوك والقيام بمهمة الحفاظ على الذات بإدراك المنبهات الخارجية (الداهري، 2008، صفحة 28) وذكر* نقلا عن إحدى الدراسات بأن الأنأ الدينامية القوية هي الأنأ الواعية أو الجانب المعقول من شخصية الفرد، ومسؤولية الأنأ هي محاولة

التوفيق بين دوافع الإنسان الفطرية من جهة وبين الواقع الخارجي من جهة أخرى، أي ربط العلاقة وتنشيطها بينما الفرد والعالم الخارجي وضبط السلوك على أساس إشباع حاجات الفرد في حدود معينة مقبولة، والقدرة على تحمل الضغوط الداخلية والخارجية¹.

إن دينامية الأنا وقوتها تكون أقرب إلى مفهوم السمات الشخصية، كما أشار إليها الباحث في إحدى دراساته عندما أشتار إليها من حيث المعنى والتوضيح في المجال الرياضي على أن السمات الشخصية هي ترابط مجموعة من الجوانب لإظهار سلوك معين والتي شبهها من حيث توضيح الممارسة الرياضية، عندما نشاه قاعة رياضية فيها أجهزة مثل العقلة أو الحلق والمتوازي نقلو هنا تمارس لعبة الجمناستك، وإنما نشاهد قفازات وحلبة نقول هنا تمارس لعبة الملاكمة، وهكذا الحال بالنسبة لباقي الألعاب. وعندها نشبه الألعاب الرياضية بالشخصية وسمه هذه الألعاب هي الأدوات والأجهزة الخاصة بها، وكذلك الحال عند إرسال رسالة إل بلد معين، لابد من وجود طابع بريدي وظرف فالطابع هو سمه البلد لن كل بلد له طابع يميزه والظرف هو الذي يحمل السمه (عباس، 2008، صفحة 56) وبذلك فإن قوة الأنا سمه الفرد في السلوك محققة الهداف ومتوافقة مع الضمير في الأنا العلى ضمن الحياة الواقعية في البيئة الاجتماعية والرياضية.

ومن أجل توضيح أهمية دراسة دينامية الأنا وقوتها في شخصية الفرد أشار احد المصادر إلى أن كل ما يقوم به الشخص من سلوك يعود إلى الأنا، فهي التي تتكفل بحل الصراعات الشخصية وتحقيق أهدافها أو توجيهه وتضغظ عليه لكي يتصرف بطريقة معينة، ولذلك فإن كل ما يفعله الشخص يعود إلى وظائف الأنا ونشاطها (عدنان، 2004) ولأنا أهمية تتمثل بالمسؤولية عن النشاط الشعوري الذي يتصف بالمنطقية والرزانة والمسؤولية في التعامل مع الآخرين وفي إشباع حاجاته والمحافظة على حياة الفرد (احمد، 2010، صفحة 72) وكذلك بأنه يمثل الجانب الشعوري والمنطقي والواقعي للشخصية، والذي يستطيع الإدراك والحكم والتقييم عن طريق الاتصال بالعالم الخارجي (العلاوي، 2004، صفحة 76) وبالإضافة إلى ذلك فإن من مهام الأنا " أنه ينشأ للتعامل مع الواقع الخارجي ومسؤوليته فهم هذا الواقع، والتصرف على أساسه وفق العمليات الثانوية التفكير الواقعي وعن طريق هذه العمليات يكون خطة الإشباع الحاجات ومن ثم يختار هذه الخطة هل هي صالحة أم لا؟ وهذا ما يسمى باختبار الواقع، والنا هو الجزء

المسيطر على سلوك الشخصية، يختار من البيئة الجوانب التي يستجيب لها ويقرر الغرائز التي تشبع مع تحديد كيفية ذلك الإشباع، ويعمل على تكامل المطالب التي كثيرا ما تتصارع فيما بينها وهي مطالب أهو والأنا الأعلى والعالم الخارجي، لاجئا إلى حيل دفاعية لتخفيف حدة الصراع، ويمكن تلخيص خصائص الأنا بما يأتي "iii:

- التكيف مع البيئة المحيطة وعمل علاقات مع الآخرين.
- ضبط الغرائز وتنظيمها، والتعبير عنها بطريقة مقبولة اجتماعيا.
- اختبار الواقع والتصرف على أساسه.
- النهوض بالعمليات الثانوية وما ينشأ عنها من ابتكار.
- الاطلاع على الوظائف النفسية (البسيطة والمركبة).
- اللجوء إلى حيل دفاعية غزاء الصراعات التي تنشأ من الخارج أو الداخل تخفيض التوتر والوصول إلى حالة التوازن النفسي والحفاظة عليها.

وأشار ليوبولد بلاك نقلا عن مظهر عبد الكريم إلى أن من وظائف الأنا هي iii:

- اختبار الواقع
- التحكم
- الإحساس بالواقع الخارجي والذات
- تنظيم الدوافع والانفعالات والتأثيرات والتحكم بها
- العلاقة بالآخر
- عمليات التفكير
- النكوص التكييفي في خدمة الذات.
- الوظيفة الدفاعية
- حاجز المثيرات (المقاومة).
- الوظيفة الذاتية

- الوظيفة التركيبية التكاملية
- التفوق والاعتدال

ومن خلال ذلك فإن الأنا هو الذي يوجه وينظم عمليات تكيف الشخصية مع البيئة، كما ينظم ويضبط الدوافع التي تدفع بالشخص على العمل بسعة جاهداً إلى الوصول بالشخصية على الأهداف المرسومة التي يقبلها الواقع، والمبدأ في كل ذلك هو الواقع إلا أنه مقيد في هذه العمليات بما يتناول عليه ألهو من حاجات وما يصدر من الأنا الأعلى من أوامر ونواهي وتوجيهات، فإذا عجز عن تأدية مهمته والتوفيق بين ما يتطلبه العالم الخارجي وما يطلبه ألهو وما يملكه الأنا الأعلى كان في حالة صراع يحدث أحيانا ويقوده على ضغوط نفسي (المقداد و المعايير، 2002، صفحة 31)

وخلاصة إلى ما تم ذكره حول مبحث قوة الأنا من حيث المفهوم والأهمية، يرى الباحث أن قوة الأنا يمكن توضيح مفهومها وأهميتها بإيجاز ساعها سمة ثابتة نسبيا مصدرها ألهو، ومظهرها السلوك، ومدرستها العقل، وكتابها العالم الخارجي ومقومها الأنا العلى، وهي محور الحياة النفسية وتمثل بالبطاقة الكامنة المسيطرة على الجوانب الإرادية من خلال التوافق بين الإدراك الحسي والداء الحركي، معتمدة على تحقيق وتقدير الذات في حل الصراعات وتجنباً للضغوطات وفقاً للاستجابات الصادرة من المكنون الداخلي في ألهو والننا العلى وتزداد قوتها من جانب وتقل من جانب آخر وفقاً لمطالب ألهو وإمكانية إشباعها وما تمي من الرقابة والمحاسبة منت الأنا العلى، وتعد قوة الأنا جانباً من جوانب التوافق والصحة النفسية بكل ما تتضمن من الجوانب الجسمية والعقلية والانفعالية ضمن الإطار الاجتماعي والخلقي والنفسي، وإن لقوة الأنا وجهان، داخلي يطل على الدوافع الغريزية وإشباع الحاجات في ألهو والآخر يطل على العالم الخارجي ضمن البيئة المحيطة للتوافق بينها وبين مطالب ألهو، وإعطاء صورة أكثر وضوحاً لمفهوم قوة الأنا ضمن الجوانب العامة وليس ضمن الجانب الشخصي فنشبه ذلك بالدولة والقانون والشعب فالشعب له مطالب كثيرة، وحاجات يستمد حياته منها تمثلها ألهو، والدولة هي السلطة العليا المساهمة بتوفير هذه الحاجات تمثلها بقوة الأنا فهي السلطة المنفذة لتلك الحاجات، والقانون هو الضمير المحاسب وأي اختلال بالقانون يؤدي إلى محاسبة الضمير في الخروج عن مسلك الأخلاق فتتم المحاسبة وتمثلها بالأنا الأعلى وبذلك فإن قوة الأنا محرك منفذ

للشخصية مع العالم المحيط ضمن مبدأ الواقع وهي مظهر من مظاهر ألهو ومصدر لمظاهر الأنا العلى ومنفذ سلوكي للشخصية وسلوك منفذ للحاجات والعلاقات الاجتماعية.

2-3- النظريات المفسرة لقوة الأنا:

1-3-1- نظرية التحليل النفسي: لسيجموند فرويد 1932:

توصف نظرية التحليل النفسي بالوظيفة والكلية والبنائية، وهذا يعني أنها تنظر الإنسان بأنه المصدر الأساسي للنشاط وفي كافة ألوان السلوك، وأنه بناء ذاتي التنظيم له ديناميته التي تتم حسب قوانين تحكم التفاعل بينه وبين البيئة التي يعيش فيها، وتوصف الإنسان بيانه ليس جهاز استجابات يصدر منه ما يصدر ويثبت ما يثبت ويخفى ما يخفى كما ينظر إليه النموذج السلوكي، وإنما نظرية التحليل النفسي تنظر للإنسان على أنه نظام معين له دوافعه وله وظائفه التي تعمل على تحقيقها، لهذا تنظر إلى العلاقة بين البيئة والوظيفة بالإضافة إلى المثير والاستجابة، وتشير نظرية التحليل النفسي كذلك على ضرورة فهم النظام الداخلي للكائن الحدي قبل أن يفهم كيف ينمو وكيف يتغير سلوكه، من أجل أن تسهم في إتاحة الطريق لظهور قدرة جديدة تلبي حاجاته في البيئة بشكل أفضل، ومن هذا المدخل نجد أن فرويد عرض نظريته من خلال عدة مفاهيم أساسية وهي (غيث، 2006، صفحة 95):

- مستويات الحياة العقلية
- مكونات الشخصية
- ديناميات الشخصية
- مراحل النمو

وبعد اطلاع الباحث على العديد من المصادر ذات الصلة بنظرية التحليل النفسي، وجد بأن المفاهيم ذات الارتباط المباشر في تشكيل الأنا وتعزيز قوتها تتمركز في المفاهيم الثلاثة الأولى وهي مستويات الحياة العقلية، مكونات الشخصية، ديناميات الشخصية وأتن المفهوم الخير يرتبط بالمعنى وإنما لمراحل المختلفة ضمن المتغيرات المصاحبة للنمو، ومن أجل توضيح هذه المفاهيم وما صلتها بالأنا محددًا ذلك أيضا بأشكال تخطيطية يكون كما يأتي (منصورغيث، 2006، صفحة 95)

أولاً: مستويات الحياة العقلية:

يرى فرويد أن الحياة العقلية تكون على ثلاثة مستويات وهي:

اللاشعور: والمتتمثلة بالأفكار والرغبات والذكريات والنزعات المكبوتة، التي لا يستطيع الفرد أن يتذكرها والتي تثير لديه الشعور بالقلق وتؤثر على سلوكه وتحاول التعبير عن نفسها من خلال الأحلام أو زلات الليان أو هفوات القلم.

ما قبل الشعور: وتضم الأفكار والمشاعر والذكريات التي يستطيع الفرد استدعاها واستحضارها إلى دائرة الوعي بسهولة وبجهد قليل.

الشعورية: وهي التي تتألف من الأشياء التي يركز الفرد انتباهه عليها في لحظة معينة من الزمن وما يعنيه الفرد ويدركه في الآن الوقت الحاضر.

وهذا ما أشار إليه احد المصادر من خلال المنظومات النفسية الثلاثة الشعورية وقل الشعوري واللاشعوري، مصنفا اللاشعور إلى صنفين الوقائع النفسية الضمنية القابلة أن تصبح شعورية والتي سماها قبل الشعوريين والوقائع النفسية المكبوتة التي لا تستطيع أن تبلغ الشعور والتي سماها باللاشعورية (فرويد، 2000، صفحة 160)

ورأى الباحث بخصوص الجوانب الشعورية واللاشعورية وقبل الشعورية، بأن الجانب الشعوري هو السماح بتأمل وتحديد البدائل والخيارات المتاحة ووضع الاستراتيجيات المناسبة لأداء السلوك الفعال بفعل الإدراك والانتباه والتفكير في تنظيم الجوانب الواعية عند الفرد من خلال التنسيق بين المعلومات المستمدة من مصادرها المتعددة سواء كانت في المايا و الحار لوضع التوقعات المستقبلية، وهي قابلة للقياس ويمكن الاستدلال عنها من خلال الاختبارات والمقاييس النفسية، وقد أسهم الجانب الشعوري أيضا في محاولة تحويل جزء من الجانب اللاشعوري إلى الجانب الشعوري من خلال قوة الذاكرة والتنسيق بين فعاليات أهو والأنا، أما الجانب اللاشعوري فيشير الباحث إلى أنه مجموعة من الوظائف المكبوتة التي تسهم في مساعدة وتنشيط الجانب الشعوري في محاولة تحويل جزء من الجوانب المكبوتة لتصبح جوانب قبل شعورية لإمكانية

ضمها إلى دراسة الوعي ويرتبط الجانب الشعوري إلى الذاكرة طويلة الأمد ويعد ذا سعة غير محدودة على عكس الشعور ومن الصعب قياسه لأنه جوانب مخفية وغير مدركة. أما الجانب قبل الشعوري وهو جسر التواصل بين انتعاش المكبوت في تعزيز الجوانب المدركة، ويرتبط بالذاكرة القصيرة المدى، وإن كل من الجوانب الشعورية واللاشعورية وقبل الشعوري قادرة على تفسير السلوك الإنساني وهذا مرتبط بالعالم الداخلي في سلوك الفرد ومشاعره ومن ثم ارتباطه بالعالم الخارجي ضمن البيئة.

ثانيا: مكونات الشخصية: يرى فرويد أن الشخصية بناء ثلاثي من حث تكوينها، وأن كل جانب من هذه الجوانب ينفرد بصفات وميزات خاصة وظائفها في النهاية تؤلف وحدة متفاعلة ومتناسكة، وأن هذه المكونات هي أهو، الأنا الأعلى، إذ وصف فرويد الأنا على أنه يمثل الجانب المنطقي والعقلاني من الشخصية يعمل بطريقة شعورية وفق مبدأ الواقع، ويتشكل الأنا من خلال تفاعل الفرد مع المحيط الخارجي، وإن الشخصية السوية هي التي يسيطر عليها الأنا المتمكن من تحقيق الاتزان ما بين دوافع أهو ودوافع الأنا الأعلى المثالية، محاولا إيجاد اتزان أو توفيق ما بين حاجات ودوافع أهو والأنا الأعلى، وإن أهو يمثل الغرائز البيولوجية وبشكل محدد غريزة الحياة والموت، ويعمل أهو بشكل لا شعوري وفق مبدأ اللذة وتجنب الألم، ويمثل أهو صورة الشخصية البدائية قبل أن تناولوا المجتمع بالتهذيب وال ضبط، أما الأنا الأعلى هو الجزء المناقش تماما للهو، ويمثل الضمير أو الرقيب الداخلي ومستودع القيم الأخلاقية والمثل الاجتماعية التي يكتسبها الفرد عبر التنشئة الاجتماعية (غيث، 2006، صفحة 31)

ثالثا: ديناميات الشخصية: ذكر فرويد ضمن نظريته أن هناك طاقة نفسية تحرك الإنسان وتوجد لديه الدافعية للسلوك وهذه الطاقة تنشأ عن الغرائز وحدد هذه الغرائز بنوعين هما (غيث، 2006، صفحة 96)

غرائز الحياة: وسماه الليبيدو وهي تستهدف في بقاء الفرد والنوع وعد الغريزة الجنسية من أبرز مظاهرها، إلا أنه استخدم مصطلح جنسي بمعناه الواسع مشيرا إلى أي نوع من النشاط الجسمي الذي يجلب اللذة بإشباع الحاجات الجسمية، ومن ثم أهمية هذه الغريزة في توجيه السلوك.

غرائز الموت: وهذه تتجه نحو تدمير الحياة ويتم التعبير عنها بالعدوان نحو الذات أو الآخرين، وأشار أحد المصادر على أن فرويد يرى بان الغرائز هي المصادر التي تستمد منها الشخصية ما يلزمها من طاقة لداء عملها، وهي التي توجه العمليات النفسية، فمصدر الطاقة النفسية مشتق من حالات الإثارة العصبية الفسيولوجية، ولكل فرد قدر محدد من هذه الطاقة متاح للنشاط العقلي، وهدف السلوك الإنساني هو إنقاص التوتر أي يحتله تراكم الطاقة المؤلم بمضي الزمن، فالغريزة إذا تبشر إلى حالة استثارة جسمية فطرية تسعى للتعبير والتخلص من التوتر، وان النشاط الإنساني كله يتحدد بالغرائز وهناك مجموعتان من الغرائز الأساسية وهما غرائز الحياة وهي جميع القوى التي تعمل على حفاظ العمليات الحياتية وبقاء النوع وتكاثره والمتمثلة بغرائز عدة منها غريزة الجوع والعطش والجنس، وغرائز الموت والمتمثلة ما وراء مظاهر القوة والعدوان وهي منغرسه في النواحي البيولوجية ولها أهمية في تحديد السلوك الفردي (غيث، 2006، صفحة 73)

ومن اجل توضيح ما جاء به فرويد في نظريته من مفاهيم ذات صلة بقوة الأنا، يمكن توضيح ذلك ضمن مخطط يدل على المعنى وكما في الشكلين الآتيين الموضحين للدينامية الشخصية ومستويات الحياة العقلية ضمن نظرية التحليل النفسي.

ومن هنا اعتمد الباحث في دراسته على نظرية التحليل النفسي في صياغة فقرات مقياس قوة الأنا، باعتبارها النظرية الأكثر تفسيراً للسلوك على وفق مكونات الشخصية، وتوضح النظرية علاقة قوة الأنا في إصباغ رغبات أهو، وتحقيق الضمير المحاسب في الأنا الأعلى، وما يرتبط في سلوك الفرد من مشاعر وإدراكه للحياة الواقعية، غذ يرى الباحث بان نظرية التحليل النفسي وما ينظر إليه فرويد بأنه أشبه بعملية التقويم في تطور السلوك الإنساني من خلال تحديد السلبات وعلاجها على وفق السلوك القائم في إشباع الحاجات من خلال دور تحدد الحاجات وإشباعها في السلوك القائم وتعديل السلوك ضمن دور الأنا الأعلى، إذ أشار أحد المصادر إلى أن فرويد ينظر بان الشعور بالذنب هو الثمن الباهظ الذي يدفعه بنو البشر لتقدم الحضارة الإنسانية (ابوجادو، 2010، صفحة 45) ولأهمية نظرية التحليل النفسي في تفسير السلوك معتمدا على ديناميكية ومكونات الشخصية مستهدفا قوة الأنا في مضمونها والاستدلال عليها لدى ناشئ الألعاب الرياضية باعتبارها القاعدة الأساسية في انطلاق الفئات الأخرى نحو ممارسي هذه الألعاب وتطوير مستواهم محددين سلوكهم ضمن ممارسة الألعاب الفردية والفرقية، فيرى الباحث أنه

بالإمكان إعطاء شكلا توضيحيا لمغزى نظرية التحليل النفسي مبينا فيه مستويات الحياة العقلية ومكونات الشخصية مجتمعة .

2-3-2- نظرية النمو النفسي الاجتماعي ل (اريك اريكسون) 1963:

اعتمد (اريك اريكسون) في فهم النمو الإنساني على إسهامات (فرويد) في نظرية التحليل النفسي إذا تقبل (اريكسون) المفاهيم الأساسية عن (فرويد) و أهمها وجود الشعور و اللاشعور و التكوين الثلاثي للشخصية الذي يشمل ألهو و الأنا الأعلى إذا ركزت نظرية النمو النفسي الاجتماعي على "تأكيد فاعلية الأنا و قدرته التكيفية ونموه مدى الحياة وفقا لمبدأ التطور الذي يتكامل فيه تأثير الاستعدادات البيولوجية و العوامل الاجتماعية و البناء النفسي الاجتماعي الناتج عنهما لذا عرفت نظرية (اريكسون) بين المشتغلين بعلم النفس و التحليل النفس ببيكولوجية الأنا (محمود، 2009، صفحة 12) إذا أشار نفس المصدر حول مفهوم نظرية النمو النفس اجتماعي على انه (حدد اريكسون نمو الإنسان بثماني مراحل ابتداء من مرحلة الرضاعة و التي أشار إليها مرحلة الثقة مقابل عدم الثقة و انتهاء بالمرحلة الثامنة مرحلة الشيخوخة و المتمثلة بمرحلة تكامل الأنا مقابل الياس وان كل مرحلة من هذه المراحل الثمانية تتحدد بأزمة و تتمثل بنقطة تحول وهي فترة حاسمة في حياة الفرد تكون مصدرا لزيادة قوته أو سوء توافقه تتأثر بالنضج البيولوجي من الجهة ومن حوله من جهة أخرى و هذه الأزمة ثنائية قطب ايجابي و الأخر سلبي يعملان على شد و جذب الفرد بينهما و آن خبرة القطبين ضرورية للنمو وعلى ان يكون هنالك توازن بينهما و التي يغلب فيها خبرة القطب الايجابي مع بقاء قليل من الخبرة القطب السالب أي حصول الفرد على نسبة مناسبة من القطبين مع الميل نحو القطب الايجابي حتى يكتسب الأنا فاعلية أو قوة جديدة و التي تجعل منه بناء أكثر تطورا و نضجا و قدرة على التحقيق المتطلبات الاجتماعية) (محمود، 2009، صفحة 13) و أكد ذلك مصدر آخر إلى إن (اريكسون حدد ثماني مراحل لنمو فاعلية الأنا و سميت هذه المراحل بمراحل النمو النفس اجتماعي و ذلك لتأكيد أهمية هذين الجانبين في مقابل الحتمية البيولوجية عند فرويد على اعتبار أن الشخصية و تحديدا نمو الأنا يقوم على تطبيقه مبدأ التطور إذا إن التغيير و النمو محاولة للتكيف كنتاج للتفاعل بين العوامل المختلفة البيولوجية و الاجتماعية و الشخصية وان كل مرحلة من المراحل النمو

تشكل قوة تدفع الأنا للإمام) و يمكن الاستدلال على مغزى مفهوم نظرية النمو النفس اجتماعي موضحا مراحل تطور قوة الأنا و العوامل المؤثرة عليها خلال مراحل النمو بالشكل الآتي

ويرى الباحث إن نظرية (اريكسون) لها دور كبير و بارز في إظهار أهمية الأنا و قوتها في مختلف مراحل حياة الفرد و إلى أهمية الجوانب الاجتماعية المؤثرة في النمو النفسي و في جميع مجالات الحياة المختلفة على اعتبار أن الإنسان كائن اجتماعي لا يستطيع العيش بمعزل عن الآخرين وهي نظرية ذات تفسير قوي لمفهوم ودور الأنا ضمن مراحل النمو و الحياة الاجتماعية إلا أن الباحث يرى أن نظرية النمو النفس اجتماعي أكدت على أن الأنا كجزء مستقل من مكونات الشخصية إذا أشار احد المصادر على أن (اريكسون) أشار إلى الأنا بنية مستقلة قادرة على اتخاذ القرارات و حل المشكلات نظرا لفعاليتها المستمرة مدى الحياة و تتمتعها بوظائف تكيفيه وأنها الجزء العاقل الذي يحافظ على التماسك للخبرات الشعورية فدورها الايجابي يعطيها حق الاحتفاظ بأداء فعالية بد لا من الدور المحصور في تجنب القلق (الزهراني، 2005، صفحة 11) أما نظرية التحليل النفسي فتشير إلى أن الأنا مكون أساس من مكونات الشخصية له دور مهم في الحياة البشرية و معدلا للسلوك وهذا ما أشار إليه احد المصادر معتمدا على مفهوم نظرية التحليل النفسي في توضيح معنى الأنا على أنها " قوة ضابطة تتصل بالواقع و تحاول ضبط نزعات أهو وهو جزء من النفس نما من أهو و تمايز وتم تهذيبه عن طريق التفاعل الاجتماعي وهو يمثل الجزء الواعي من النفس و يلعب دور الوسيط بين مطالب الليبدو و قواعد الوسط و يعاني من القلق نتيجة التعارض بين مطالب الفرد و مطالب العالم الخارجي فيحاول تعديل السلوك ليحافظ على الذات بادراك المنبهات الخارجية (الداهري، 2008، صفحة 346) و بالإضافة إلى ما تم ذكره هنالك من مصادر أخرى حول مفهوم الأنا ضمن نظرية التحليل النفسي و اختلافها عن نظرية النمو النفس الاجتماعي إذا أشار احد المصادر إلى أن الأنا تعني تحقيق أكبر قدر منا لا شباع ضمن ما تسمح الظروف و الواقع فهو امتداد للهو و غير مستقل عنه (حجازي، 2009، صفحة 40) وكذلك أن "الأنا هو جزء من أهو الذي تلائم مع الواقع ولا يثير غضب الأنا الأعلى وأشار المصدر نفسه إلى أن الأنا إذن يوجد في بؤرة الصراع بين ضغوط أهو ورغبات الواقع ومتطلبات الأنا الأعلى من هذا المنطق نفهم لماذا تفرق الفرويدية الشخصية السوية بقوة الأنا ومن هذا المنطق نفهم لماذا تفرق الفرويدية الشخصية السوية بقوة الأنا معززا بذلك دور الجوانب الاجتماعية ضمن النظرية

(فرويد) في بناء مقياس (قوة الأنا) معززا بذلك دور الجوانب الاجتماعية في ديناميكية الشخصية الرياضية باحثين قوة الأنا فيها إذا أشار (فرويد) ضمن أحد المصادر حول ارتباط مكونات الخصية ودورها في دينامية الفرد في مختلف مجالات الحياة بأن أهو بيولوجي والانا عنصر نفسي والانا الأعلى عنصر اجتماعي والتدخل بين أهو والانا الأعلى هي الديناميكية النفسية للشخصية دراسة للجوانب النفسية لدى ناشئي الألعاب الرياضية الفردية منها والفرقية .

2-3-3- نظرية السمات ا. (ريموند كاتل)

أسار (كاتل) ضمن نظريته إلى دور السمات في تحديد سلوك الفرد ومقارنة بين الآخرين وذلك من خلال السمات الظاهرية ومثالها الخصائص الجسمية التي يمكن أن تلاحظ كالطول والوزن أو سمات نفسية ذاتية لا تلاحظ مباشرة و التي تندرج تحت مسمياتها بالظواهر النفسية كالمشاعر و الرغبات و المخاوف و الآراء و الدوافع الكامنة إذا أشار احد المصادر على أن (كاتل) ذكر "أن السمات الشخصية تقع بين طرفين او قطبين من الخصائص خارجية و داخلية وميز كاتل في هذا الإطار بين خصائص السلوك الظاهري السطحي و التي أطلق عليها سمات أوليه و باستخدام التحليل العالمي توصل كاتل إلى تحديد ستة عشر عاملا للشخصية وهذه العوامل ثنائية القطب وهي (الانطلاق-الذكاء - قوة الأنا - السيطرة - الاستشارة - قوة الأنا الأعلى - المغامرة - الطاردة - التوجس - الاستقلال - الدهاء - الاستهداف للذنب - التحرر الاكتفاء الذاتي - التحكم الذاتي في العواطف - ضغط الدوافع) (احمد، 2010، صفحة 64)

إذا أشار (كاتل) إلى القوة الأنا بالشخص الناضج الثابت الواقعي دمث الخلق المتحرر من الأعراض العصبية أي يتمثل بالاتزان الانفعالي (يقابلها العصابية أو عدم النضج الانفعالي) هادئ صبور مثابر يعتمد عليه وذكر مصدر آخر إلى أن (كاتل) توصل الى تحديد بعض السمات للشخصية الإنسانية ووصفها على شكل أقطاب ثنائية ومن بين هذه الأقطاب الثبات الانفعالي أو قوة الأنا مقابل عدم الثبات الانفعالي أو ضعف الأنا (غيث، 2006، صفحة 100) وأكدت إحدى الدراسات إلى أن كاتل حدد (ستة عشرة) سمّة مصدرية مستخرجة من قائمة البورت للسمات وتتلخص هذه السمات من حيث كونها سمات أساسية للشخصية ومنها قوة الأنا أو الثبات الانفعالي وسمّة قوة الأنا الأعلى) ولأهمية ذلك أشار أحد المصادر إلى أن هنالك (ستة عشرة) سمّة حددها كاتل على اعتبار إنها كافية لتوصيف الشخصية وذلك من خلال تحديد

العوامل يدل على سمة معينة إذا أن العامل (ج) يشير إلى سمة الثبات الانفعالي أو قوة الأنا والعامل (و) يشير إلى سمة قوة الخلق والتي يقابلها ضعف المعايير الداخلية)³

من هنا يرى الباحث أهمية نظرية السمات في الدلال على وصف مبحث الدراسة قوة الأنا وما يؤكد ذلك فيما ورد في عديد من مصادر إلا أن الباحث لم يعتمد في بناء مقياسه وذلك لعدة أسباب منها "توصل كاتل إلى تحديد ستة عشر سمة للشخصية منها قوة الأنا ويمثل هذا العامل الاتزان الانفعالي" إلا أن الباحث يرى أن ك منهما يحمل معنى يختلف عن الآخر وانه في الوقت نفسه مرتبط به ومن هذا نجد هذه النظرية تختلف كلياً عن نظريتي التحليل النفسي ونظرة النمو النفسي الاجتماعي في وصف الجوانب اللاشعورية و إمكانية تحول الجانب ما قبل الشعوري إلى جانب الشوري (الادراكي) ضمن الحياة الواقعية وأنها لم تحديد مراحل النمو كنظرية التحليل النفسي (مراحل النمو الخمسة) ونظرية نمو النفسي الاجتماعي (مراحل النمو الثمانية) بالإضافة إلى العوامل المؤثرة في تعزيز قوة الأنا من حيث الجوانب البيولوجية و الاجتماعية

2-3-4- نظرية علم النفس التحليلي ل (كارل يونغ):

سمت نظرية (يونغ) بعلم النفس التحليلي وتتلخص هذه النظرية بان (مجموع طاقات الحياة الليبدو هو مزيج كبير من غرائز الحية بأكملها ون الشعور ينطق من اللاشعور الفردي ليلتي بالاشعور العام للناس سلالاتهم القديمة جدا تأيدها عل اللاشعور الجمع لتعريف الفرد بموقعة بين الأجيال و تأكيدها على دور الوراثة إذا انه بالإضافة إلى وائة الدوافع البيولوجية هنالك وراثة لخبرات الأجداد بمعنى إمكانية وجود نفس النظام مخبرات الأجداد تورث في شكل أنماط أولية و النمط الأول هو ذاكرة العنصر الذي أصبح جزءاً من ارث الإنسانية إذا تنظر أي الشخصية نظر إلى المستقبل نحو خصية و نظرة إلى الخلق من خلال اخذ الماضي في اعتبار مؤكد على ان الانسان تحركه الأهداف بقدر ما تحركه الأسباب (محمد، 2010، صفحة 161)و أشار المصدر نفسه إلى إن (يونغ) حدد ثلاثة مستويات للشخصية مع الشكل يوضح هذه المستويات وهي كما يأتي :

1- الأنا الشعورية :- ويقع في مركز الشعور وهو العقل الواعي

2- اللاشعور الفردي

3- اللاشعور الجمعي وأشار (يونغ) في نظريته إلى صورة النفس بسلسلة من الجزر في البحر

القسم الظاهر من الجزر هو العقل الشعوري ويليه تحت الماء اللاشعور الفردي الخاص بكل

منا وتحدد الجزر في الأعماق مؤلفة اللاشعور الجمعي الذي يحتوي على تراث الإنسانية

يوضح مكانة الأنا ضمن مستويات الشخصية في نظرية علم النفس التحليلي ل (كارل يونغ) إذا يشير

اللاشعور الفردي في نظرية (يونغ) بانته الخاص بكل منا وهو المخزن الشخصي للذكريات و التجارب و

الأفكار التي مرت علينا في تواريننا الخاصة وهو أكثر

خلاصة

تعددت التعاريف والدراسات حول الأنا و مفاهيمه مما يدل على اتساع مواضيع دراستها وبالتالي

صعوبة الاستقرار عند تعريف واحد للشخصية، وبخاصة في الموقف الرياضي، مثل شخصية المدرب الرياضي

فالشخصية من كل منظار أو زاوية مثل ما جاء في بعض التعاريف، فالشخصية كما تنمو وتتعلم ويتعدل

سلوكها يدرسها علم النفس التربوي، وكما تعمل وتنتج يدرسها علم النفس الصناعي، وبصراعها مع ذاتها

ومع الآخرين يتناولها علم النفس التشخيصي، وغيرها من رؤى ومفاهيم ونظريات تفسرها. أما عن

شخصية المدرب الرياضي أثناء التدريب وعلاقتها باللاعب فهي ذات بعد وأثر نظرا لخصوصية الموقف

وأهميته، وهي أيضا حضت بجانب بالغ الأهمية لدراسته وتحديد أطرها ومفاهيمها، ومن ثم التوضيح أو

التدليل بوجود علاقة بين الشخصية وممارسة الرياضة حسب ما جاء في بعض الدراسات و التعاريف.

الفصل الثالث: خصائص المرحلة العمرية (15-17 سنة)

تمهيد:

تعتبر المراهقة فترة حرجة من فترات عمر الفرد نظرا للتغيرات التي تمس كل الجوانب الشخصية، وتلعب التربية البدنية والرياضية وخاصة الأنشطة الرياضية دورا كبيرا وأهمية أساسية في تنمية عملية التوافق بين العضلات والأعصاب وزيادة الانسجام في كل ما يقوم به التلميذ من حركات وسلوكيات، كمل تساعد الأنشطة الرياضية على تنمية و تطوير مختلف السمات و المكونات للفرد خلال هذه المرحلة من عمره .

3-1- مفهوم المراهقة:

لغة: كلمة مراهق تعني في اللغة العربية : الاقتراب من الحلم، رهق الغلام أي: قارب الحلم، بلغة حد الرجولة. جاء في المنجد: "رهقت كلاب الصيد إي لحقته المراهقة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم". وهنا تأكيد علماء و مفكرو اللغة العربية ، أن هذا المعني في قولهم حسب رهق بمعنى (غشي، أو لحق، أو دنو) فالمراهق هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج، والتحاق بحد الرجولة (رابح، 1980، صفحة 242).

اصطلاحا: يقول « لفظ وصفي يطلق علي المرحلة التي يقترب فيها الطفل. وهو الفرد الغير ناضج جسميا، عقليا، انفعاليا من مرحلة البلوغ، ثم الرشد ثم الرجولة " (فؤاد، 1977، صفحة 257).

و بهذا أصبحت المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد علي أنها عملية بيولوجية، حيوية و عضوية في بدايتها، وظاهرة اجتماعية في نهايتها. حيث يضيف إلي ذلك. أن "كلمة المراهقة « Adolescence » مشتقة من الفعل اللاتيني « Adoleser » ومعناه التدرج نحو النضج الجنسي، العقلي، الجسمي الانفعالي، الاجتماعي". (فهمي، 1991، صفحة 27).

3-2- أهمية دراسة خصائص هذه الفئة (15-17) سنة:

تكمن الأهمية لهذه المرحلة في عملية تخطيط وبناء وتنفيذ مناهج التربية البدنية والرياضية، و كذا في حسن اختيار الأهداف التي تتطابق مع المستوى الذهني والجسمي والانفعالي وكذلك في حسن اختيار طرائق التدريس الملائمة لتحقيق الأهداف المسطرة، إن المرحلة السنية (16-19) سنة تقابل التعليم

الثانوي منطقياً لكن خلال دراستنا توجهنا الى هذه الفئة بالتعليم المتوسط في مرحلته النهائية أي السنة الرابعة متوسط، منهم من هو معيد و منهم من هو غير معيد ، و يسمى كورت مانيل (1987) هذه المرحلة بالمراهقة الثانية ويحدد فترة عمرها يقول: "إن هذه المرحلة تشمل الأعمار التالية البنات من 14/13 إلى 18/17 سنة أما البنين من 15/14 إلى 19/18 سنة".

3-3- الجوانب التي توضح فترة المراهقة :

تختلف الجوانب التي تعلل مرحلة المراهقة و ذلك باختلاف الخلفية النظرية و تعددها و من أبرز هذه الجوانب نجد:

3-3-1 الجوانب البيولوجية: يتزعم هذا الاتجاه الباحث " ستانلي هل «S. HALL» حيث يعد من أوائل من اهتم بمعالجة ظاهرة المراهقة و قد سمى هذه المرحلة بمرحلة ميلاد جديدة، كما وصفها بأنها مرحلة عواصف و توتر لأنها تتسم بخصائص و صفات تختلف عن مرحلة الطفولة، وتحدث في هذه المرحلة تغيرات تستند إلى أسس بيولوجية تتمثل في نضج بعض الغرائز و ظهورها بشكل مفاجئ ما يؤدي إلى ظهور بعض الدوافع القوية عند المراهقين تؤثر في سلوكهم.

كما أيد هذا الاتجاه الباحث " أرنولد جيزل هي "A. Gisel" حيث أشار إلى أن الوراثة هي المسؤولة عن السلوك، و أن للبيئة دور في تعزيز عملية النمو أو عرقلتها و ليس لها تأثير على توليدها أو إحداثها. (الميلادي، 2004، صفحة 65).

كما يؤمن أصحاب نظرية التحليل النفسي بزعامة " فرويد " بأهمية العوامل البيولوجية في نمو الشخصية الإنسانية، حيث يرى زعيمها بأن الرغبات الجنسية التي تظهر في بداية مرحلة المراهقة تتحول إلى أزمات حين يعجز الأنا عن التوفيق بين مطالب الهوأي الرغبات الغريزية و مطالب الأنا الأعلى الذي يمثل القيم الاجتماعية. (الزغبي، 2001، صفحة 325).

3-3-2 الجوانب الاجتماعية: أصحاب هذا الاتجاه يفسرون سلوك المراهقة على الأسس الثقافية السائدة و التوقعات الاجتماعية و يفترضون أن سلوك المراهقين هو نتيجة تربية الطفل الذي يتعلم أدوار معنية و بالتالي فإن عملية التنشئة الاجتماعية هي المسؤولة عن سلوك الفرد في سواء وانحرافه إضافة إلى مشاهدة الأبناء لبرامج عنيفة و عدوانية تؤدي بهم إلى تقليد النماذج أثناء تفاعلهم مع الآخرين في الحياة الاجتماعية،

خاصة عندما يشعرون بالإحباط و يؤكد علماء الاجتماع أن الفرد عندما يتعلم السلوك العدواني في طفولته يستمر في ممارسة العدوان في مراهقته فهناك استمرارية في سلوكه ما لم يتعرض للتغير الاجتماعي . كما يجب النظر في العلاقات الأسرية المتغيرة، و الأدوار الحديثة للوالدين و التغير الاجتماعي السريع بصورة أكثر دقة و موضوعية، لأن ذلك يساعد على فهم المراهق و سلوكه و علاقاته مع الآخرين، مما يؤدي إلى حل كثير من الغموض (الزغبي، 2001، صفحة 326).

3-3-3- الجانب السيكولوجي: يعتمد الباحث " فرويد " في تفسير مرحلة المراهقة على أساس الغريزة الجنسية والطاقة التي ترتبط بها، أي أن الاضطرابات و المشكلات تتوقف على إفرازات غددية و منها الغدد الجنسية، و من الذين أيدوا على هذا الاتجاه في أمريكا الباحث " كينس " الذي اهتم بدراسة السلوك الجنسي و الشذوذ عند الذكور و الإناث . كما نجد العالم النفساني " ليفن كيرت " Levin " (1952) الذي يرى أن الانتقال التدريجي للطفل من عالم الطفولة إلى عالم الراشدين هو الذي يسبب التوتر الذي يسيطر على حياة المراهق و للانتقال الحاصل أوجه عديدة منها:

- أن الفرد في انتقاله من الطفولة إلى الرشد يواجه مستقبلا غامضا، لا يملك عنه ما يوضحه، و هو في هذه الحالة أشبه بمن يدخل مدينة لم يشاهدها من قبل و قد يؤدي هذا الغموض في أغلب الأحيان إلى صراعات نفسية قد ينتج عنها اضطراب في سلوكه و تصرفاته. (الداهري، 2005، صفحة 239).

- بسبب النضج الجنسي الذي يتم في هذه المرحلة و نظرة الفرد إلى جسمه كأنه مجهول، قد يؤدي إلى عدم الثقة بالنفس و ما ينتج عنها من تر ضد، صراع و عدوان و صعوبة التمييز بين ما هو خيالي و واقعي و التناقض الذي يقعون فيه، الأمر الذي يؤدي إلى حالات شديدة من التوترات و الصعوبات فنجدهم يعيشون حالات عدم الاستقرار و التذبذب، الخجل، الانطواء و العدوان (الداهري، 2005، الصفحات 239-240).

مما سبق نستنتج أن كل اتجاه فسر المراهقة اعتمادا على جانب معين رغم أن كل الجوانب في شخصية المراهق متكاملة، و لا نستطيع الفصل بينها فالجانب البيولوجي فسرها على أساس نضج بعض الغرائز و ظهورها و أن الوراثة هي المسؤولة عن سلوك المراهقين، في حين أن الجانب الاجتماعي فسرها

المراهقة على أسس ثقافية اجتماعية و أن التنشئة الاجتماعية هي المسؤولة عن سلوكيات المراهق في سوئه أو انحرافه، و أخيرا الجانب السيكولوجي الذي يرجع سلوكيات المراهقين إلى نمو الغدد الجنسية المسؤولة عن عدم استقرار و تذبذب حياة المراهق.

3-4-4-مظاهر النمو في مرحلة المراهقة:

من أهم مظاهر النمو في هذه المرحلة ما يلي:

3-4-1-النمو الجنسي الجسمي: تظهر في هذه المرحلة تغيرات نمائية سريعة في حجم الجسم و نسبته فتتمو الغدد الجنسية، و تصبح قادرة على أداء وظائفها في التناسل و هذه الغدد تتمثل في المبيضين لدى الأنثى و يقومان بإفراز البويضات الناضجة و يحدث الطمث عند الفتاة نتيجة لانفجار البويضة و يحدث أول حيض للفتاة في الفترة ما بين 9 . 14 سنة، أما الخصيتين عند الذكر فتقومان بإفراز الحيوانات المنوية و الهرمونات الجنسية و يطلق على مظاهر النضج عند البنين و البنات "الصفات الجنسية الأولى (العيسوي، 1995، صفحة 103).

يصاحب النضج الجنسي ظهور ميزات أخرى يطلق عليها اسم "الصفات الجنسية الثانوية" مثلا عند البنات تنمو عظام الحوض، و نمو أعضاء الرحم، المهبل، الثديين، أما عند الذكر نمو شعر الذقن و خشونة الصوت...الخ.

كما يحدث النمو في مرحلة المراهقة على شكل تغيرات جسمية خارجية يمكن ملاحظتها، و تغيرات فيزيولوجية داخلية تظهر في وظائف الأعضاء كإفراز الغدة النخامية هرمونات منبهة للجنسين و يزداد إفراز هذه الغدة على توجه نشاطها إلى إثارة المشاعر الجنسية لدى الأنثى و الذكر.

أما الجانب الجسمي فهناك نمو مستمر و ملحوظ من حيث الطول، الوزن و نمو الأطراف و العضلات و مختلف الأجهزة كالجهاز الهضمي، و تجدر الإشارة إلى أن في هذه المرحلة النمو الجنسي يبلغ ذروته و يرتبط بسائر جوانب النمو.

3-4-2- النمو العقلي: يرى الباحث " ترمان (1916) " أن التغيرات في النمو الجسمي و الفيزيولوجي في مرحلة المراهقة تقتزن بالتغيرات في النمو العقلي، فالقدرات العقلية لا تستمر طول الحياة لكنها تصل إلى ذروتها في سن السادسة عشر (16) تقريبا ثم تأخذ في الانخفاض التدريجي أما الباحث

"بالتر (1973) " و كذلك " شي (1974) " بين أن الذكاء لا ينخفض مع التقدم في العمر الزمني لكنه قد يتحسن و يستمر في الازدياد خلال سن النضج .(الرغبي، 2001، صفحة 345).

في العموم تتميز فترة المراهقة بنمو القدرات العقلية و نضجها فالحياة العقلية للمراهق تسير من البسيط إلى المعقد أي من مجرد الإدراك الحسي و الحركي إلى إدراك العلاقات المعقدة و المعاني المجردة، و في مرحلة المراهقة ينمو الذكاء العام و يسمى بالقدرة العقلية العامة و كذلك تنضج الاستعدادات و القدرات الخاصة و تزداد قدرة المراهقة على القيام بالعمليات العقلية العليا كالتفكير، التذكر، التخيل و التعلّم.

3-4-3- النمو النفسي: من أبرز مظاهر الحياة النفسية رغبة المراهق في الاستقلال عن الأسرة و ميله نحو الاعتماد على النفس، فنتيجة للتغيرات الجسمية التي تطرأ على المراهق يشعر أنه لم يعد طفلاً قاصراً، كما أنه لا يجب أن يعاقب على كل شيء يقوم به أو أن يخضع سلوكه لرقابة الأسرة، كما نلاحظ عنده في هذه المرحلة الابتعاد عن التصرفات الصبائية التي يرى بأنها لم تعد مناسبة لسنه فيكبر تحديده لعالم الكبار فيتطفل لمعرفة المجهول و يجتهد في إقناع غيره بأن آرائه صائبة و اختياراته كذلك (Durnaude، 1999، صفحة 19).

كما يتميز النمو النفسي في هذه المرحلة بالاتجاه نحو الذات الذي يصل إلى حد التمرکز حول الذات، و لكنه يختلف في مضمونه عن تمرکز الطفل حول ذاته لأن المراهق بلغ النمو العقلي و النضج الاجتماعي الذي يؤهله لتمييز بين ذاته و الآخرين، و هدف المراهق من هذا السلوك هو معرفة أسباب التغيرات الجسمية التي يتعرض لها و إيجاد تفسيرات فيقوم بالاهتمام الزائد بنفسه و بمظهره الخارجي، كما نجده يميل إلى عدم البوح بأسراره و عدم مشاركة الآخرين، و الشعور بالضيق و التذمر كتعبير عن عدم الرضا، فالمراهق في هذه المرحلة يسعى إلى معرفة خصوصيات شخصيته و إقامة علاقات اجتماعية يشارك أقرانه مشاكلهم و يتبادل معهم الانشغالات و الاهتمامات المشتركة.

3-4-4- النمو الاجتماعي: تتميز العلاقات الاجتماعية في مرحلة المراهقة بأنها أكثر تمايزاً و أكثر اتساعاً و شمولاً عنه في مرحلة الطفولة، حيث يعد الميل إلى الاجتماع عند الفرد أحد الميول التي وجدت مع الإنسان و التي تستمر في نموها و تطورها مع تقدم العمر فالسلوك الاجتماعي عند الفرد عملية مستمرة و متطورة، و المراهق يتأثر بالبيئة الاجتماعية و الأسرية التي يعيش فيها و ما يوجد فيها من عادات و قيم و تقاليد و ميول تؤثر في المراهق و توجه سلوكه، فالمراهق في هذه المرحلة يحاول ممارسة الاستقلال الاجتماعي

و الزعامة بحيث يميل إلى الاعتماد على النفس و تحمل المسؤولية الاجتماعية و الرغبة من التخلص من قيود الأسرة، و يعتمد مدى نجاح المراهق في التوافق مع المواقف الاجتماعية الجديدة على خبراته السابقة و ما كونه من اتجاهات نتيجة هذه الخبرات.

3-4-5- النمو النفسي الاجتماعي: يتأثر النمو النفسي الاجتماعي للمراهق بالبيئة الاجتماعية و الأسرة التي يعيش فيها بما تحتويه من ثقافة و تقاليد و عادات و عرف و اتجاهات و ميول تؤثر على المراهق و توجه سلوكه، و تجعل عملية توافقه مع نفسه و المحيطين به عملية سهلة أو صعبة حيث أكدت معظم الأبحاث أن الصراعات الموجودة بين المراهقين و أوليائهم نتيجة هذه العادات و التقاليد التي يجب على المراهق إتباعها و خاصة المتعلقة باللباس، و قصة الشعر و الخروج و النتائج الدراسية برغم من أنها صراعات عادية لا تؤثر كثيرا على العلاقة بين المراهقين و الأولياء و لكنها توتر و تجعل المراهق في حالة عدم الاستقرار المستمر و خاصة مبالغة الأسرة أو الاهتمام الزائد بتعليم أبنائهم . و ذلك لتحقيق الاستقرار الاقتصادي و تأمين مستقبلهم يخلق حالات الضغط لدى المراهق، أين يطلب في بعض الحالات الأولياء من أبنائهم الوصول إلى مستوى عالي من التحصيل لا تقوي عليه قدراتهم الطبيعية و من ثم يشعر بالفشل و الإحباط، لذلك يجب أن تكون نظرة الآباء نظرة واقعية لا تحمل المراهق ما لا طاقة فيه، و إتاحة له فرصة النمو العقلي و النفسي و الاجتماعي و تقدير نجاح المراهق في كل الميادين (Bee، 2003، الصفحات 278-293)

ومن أبرز مظاهر الحياة النفسية في فترة المراهقة، رغبة المراهق في الاستقلال عن الأسرة و ميله نحو الاعتماد على نفسه، لذلك لا يجب أن يعامل كطفل رغم أنه من جهة أخرى مازال يعتمد على الأسرة في قضاء حاجاته الاقتصادية و في توفير الأمن و الطمأنينة، و تبقى التربية التسلطية لها سلبية كثيرة، لذلك على الآباء تربية أبنائهم مع حرية محدود أي الأخذ بيد المراهق و مساعدته على حل مشاكله و تقدر موقفه و ظروفه الجديدة، و ذلك عن طريق إقناعه و التحدث معه حتى يتعلم و يصبح متوافقا مع نفسه و مجتمعه الذي يحيط به

3-4-6- النمو الانفعالي: يتميز النمو الانفعالي في هذه المرحلة بحدّة الانفعالات و عدم الثبات و الاستقرار فهي مرحلة عنيفة من الناحية الانفعالية تتميز بالعنف و الاندفاع، كما يساوره أحاسيس الضيق و من أهم الأنماط الانفعالية التي تظهر في هذه المرحلة:

- الغضب**: هو من الانفعالات الحادة للمراهقة و من أهم مثيراته نجد:
- الإعاقة و العجز**: حيث يغضب المراهق عندما يشعر بوجود حاجز يمنعه من تحقيق غاياته و أهدافه، فيغضب عندما يفشل في انجاز أي عمل كأن يفشل في إيجاد حل مسألة رياضية معينة.
- الظلم و الحرمان**: فيغضب المراهق عندما يشعر بأن أحد أفراده أو أحد رفاقه ظلموه و أيضا عندما يشعر بجرمانه من بعض حقوقه.
- الخوف**: في فترة المراهقة تقل درجة الانفعال من بعض الأشياء كالظلام و الأشخاص الغرباء و تظهر عنده مخاوف جديدة (الطفيلي، 2004، صفحة 25).
- كما يعطي لأحلامه أهمية إذ من خلالها يحقق نجاحات خاصة و في هذه المرحلة يبدأ في كتابة مذكرات خاصة به، من خلالها يفشي صراعاته النفسية و يريح نفسه عند الكتابة تعبيرا عن حياته الانفعالية الداخلية، فالمرهق في هذه المرحلة يبالغ في الاهتمام بمظهره الجسمي و يظل بذلك محور تفكيره، مع العلم أن الإناث أكثر اهتماما بمظهرهن من الذكور. كما يتميز المراهق بتذبذب في الحالة المزاجية و تقلبات حادة في السلوك و امتلاك اتجاهات متناقضة، نجد النمو الانفعالي في هذه المرحلة يتأثر بالتغيرات الجسيمة الداخلية و الخارجية و العمليات و القدرات العقلية و التآلف الجنسي و نمط التفاعل الاجتماعي و معايير الجماعة و المعايير الاجتماعية العامة التي تلعب دورا هاما في تحقيق نمو انفعالي سوي.
- 3-4-7- النمو الديني**: يحتل التدين أهمية كبيرة في حياة المراهق، إذ يشكل أحد أبعاد الشخصية و يتناول نواحي الحياة الاجتماعية، الاقتصادية و الثقافية، كما يعتبر قوة دافعة للسلوك، له أثره الواضح على النمو النفسي للمراهق، فالفرد خلال سنوات المراهقة يصبح قادرا على التفكير و التأمل في معتقداته و قادرا على التعمق في أمور الدين، بالإضافة إلى ذلك فإن ما يسهم في يقظة الشعور الديني عند المراهق نمو ثقته بنفسه و نضجه الجنسي، مما يؤدي إلى يقظة عامة في الشخصية و تتضح لديه جميع القوي النفسية مما يزيد من حبه الاستطلاع و خاصة القضايا المتعلقة بالدين. (الزغبي، 2001، صفحة 410)
- للدين أهمية في التخفيف من انفعالات المراهق حيث يلجأ إليه لكي يجد مخرجا لمشكلاته و يجد فيه السند الذي يحقق له الشعور بالأمان و الطمأنينة.

3-5- المرحلة العمرية 15-17 سنة في الممارسة الرياضية:

كما ذكرنا سابقا أن هاته الفترة مناسبة للتعليم الحركي الدقيق، نتيجة نضج مستوى في الذكاء للمراهق في سن 15-17 حيث يصبح الجهاز العصبي المركزي استغلالها في اتفان المهارات الأساسية لرياضة ما، واكتساب القدرات البدنية الخاصة، ويمكن أن نكسب المتعلم في هذه المرحلة العديد من المهارات المختلفة، يقول غايات في هذا الصدد "يستطيع الفرد أن يصل في مرحلة أداء العديد من المهارات الحركية الرياضية إلى درجة الإتقان" (فرح، 1998، صفحة 94).

3-6- خصائص ومميزات الأنشطة الرياضية بالنسبة للمراهق:

إن خصائص ومميزات الأنشطة الرياضية بالنسبة للمراهق هي كالتالي:

- . تحقيق مبدأ التكامل بين المهارات الحركية التي تعلموها في المرحلة الإعدادية والمرحلة الثانوية، التحقيق الاستمرار في النمو.
- . استبعاد بعض الرياضات للبنات مثل: رفع الأثقال، المصارعة... الخ.
- . تشابه ألعاب البنات مع ألعاب الأولاد في النشاطات الجماعية مثل، كرة السلة والكرة الطائرة... الخ والألعاب الفردية مثل: السباحة... الخ.
- . تمارين بدنية لبناء اللياقة وتحسين القوام وتمارين الأرضية وتمارين الأجهزة (بسيوني، 1992، صفحة 56).

3-7- الآثار النفسية للقوة البدنية للمراهق:

إن وصل المرء إلى مرحلة المراهقة، يتطلب وقوع عدة تغيرات في نفسية المراهق حيث يسعى هذا المراهق إلى أن يكون له مكانة ومركز بين جماعته، كما أنه يرى في نفسه أنه ذلك الطفل الصغير الذي لا يباح له أن يتكلم أو يسمع، والمراهق أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية تعود عليه بدون شك بتغيرات فيزيولوجية وبسيكولوجية، وقد تطرق العلماء إلى هذا التأثير النفسي للقوة البدنية، حيث قارنت العاملة جونز Jonz، عشرة من المراهقين الأقوياء يختلفون اختلافا جذريا عن تقويم الأقوياء الضعفاء، فقد كان ضعفاء البنية صورة في أعين أقويائهم، فلقد تجاهلهم هؤلاء ولم يبدو لهم أي ضرب من الحب، وزاد فحص السجلات لتكييف الضعفاء، إذ لم يحسن التكيف إلا واحد من بين العشرة، وتميزت سجلات ستة (06)

من الضعفاء سوى التكيف الواضح، هذا بالإضافة إلى أن المراهقين الثلاثة (03) الذين تحصلوا على النقاط المتوسطة في التكيف الواضح، عانوا من التوتر والصراع المرتبط بقصورهم العضوي، وتشير نتائج جونز إلى ما يمكن فعله بصدد المراهقين، من أقرانهم، فمن الأهمية العمل على تحسين المهارات الرياضية والترويجية لهؤلاء المراهقين، بحيث نتأكد من تحديد صورتهم الإيجابية في أعين أندادهم، إلا أن البعض قد يمتنعون عن الاشتراك في أي برنامج رياضي وهذا راجع لسمات شخصياتهم مثل: الخجل، الحساسية، الميل إلى الغضب بعد الهزيمة، كما تؤكد " جونز " ومن المعلوم أن انخراط الفرد في لعبة أو رياضة واختبار الفعالية من أسلوب تعاطيه لها، والأهمية التي يوليها لها تلقي ضوء على اتجاهاته من نفسه وعلى علاقته بالآخرين.

فليست عادات اللعب المعزولة عن نفسية الناشئ، فقد تعتبر عن الجد والمغامرة، وقد تعتبر عن الحاجات والاستحسان ولفت الانتباه كما قد تعكس في السيطرة " والقوة أو النجاح " لذلك وجب على أي برنامج ترويجي رياضي، أن يخدم كل الأجيال، وأن يتصف بالمرونة، وأن يكون متنوعا حتى يجد فيه كل فرد بعض ما يريده. (فايز، 1986، صفحة 37).

3-8- دوافع ممارسة الرياضة عند المراهق:

3-8-1 الرياضة عند المراهق:

في مرحلة المراهق لا تصبح المهارة والتقنية هما أساسين في الرياضة، وإنما التلميذ المستعمل لهما أي الاهتمام بقدراته وإمكانياته وميوله هو الذي يحدد نوع اللعب الرياضي، سوف يمارسه، ولهذا فإن الرياضة تستدعي بعض الشروط حتى يمكن للفرد القيام بها.

3-8-2 دوافع الممارسة الرياضية وعلاقتها بالمراهق:

لكل فرد من الوجود دوافع بحتة، وأسباب واضحة للقيام بعمل ما، ولقد حدد العالم والباحث راديك RADIQUE أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي وقسمها إلى نوعين أساسيين هما: الدوافع المباشرة والدوافع غير المباشرة. (عافر، 1986، الأعداد النفسي للرياضيين، صفحة 87)

الدوافع المباشرة:

- . الإحساس بالرضى والإشباع بعد النشاط العضلي الذي يتطلب جهدا وذلك عند تحقيق النجاح.
- . المتعة الجمالية بسبب الرشاقة ومهارة الحركات كالجماز... الخ.

- . الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات الصعبة التي تتطلب الإرادة والشجاعة.
- . الاشتراك في المنافسات الرياضية.

الدوافع غير المباشرة:

محاولة اكتساب الشاب الصحة واللياقة البدنية، الوعي والشعور الاجتماعي التي تقوم به الرياضة من كل ما سبق نقول أن المراهقة مرحلة حساسة في حياة الفرد، باعتبارها مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد ويكون فيها الفرد غير ناج كليا، كما تتميز بخصائص وتغيرات تكون حسب الجنس والبيئة المعاشة، ومن بين هذه الخصائص والتغيرات ما يكون مرفولوجيا، وكذا عقليا تؤثر في سلوكه مما يسمح عليه الفروق الفردية، كما هناك كثير من الفروق بين الجنسين إلا أن الصبي يزيد عنها طولا وحجما، كما تظهر البنت بعض القدرات العقلية أو الطبيعية.

ونظرا لكل الأسباب اهتم الكثير من العلماء في ميدان التربية وعلم النفس وأولوا أهمية كبيرة لهذه المرحلة من حيث ضرورة البرامج التعليمية والتربوية حسب المراهقين (عاقر، 1986، الأعداد النفسي للرياضيين، صفحة 88)

خلاصة:

من خلال هذا الفصل تبين لنا أن هذه المرحلة تحدث بها تغيرات جسمية ، فيزيولوجية، انفعالية، وعقلية تؤثر على شخصية المراهق وعلى علاقته مع الناس الذين يحيطون به مما يجعله غير ذلك الطفل الصغير، فيصبح بحاجة إلى التقدير والاستقلال الذاتي لذلك تختلف طريقة التعامل معه، و عليه دعا الكثير من الباحثين والمربين إلى الاهتمام بالمراهق كفرد من الأفراد حتى يكون صالحا لمجتمعه يفيد ويستفيد ، كون أن أي خلل في هذه المرحلة ينعكس على شخصيته مستقبلا.

الباب الثاني: الدراسة الميدانية

الفصل الأول : منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

تمهيد :

إن البحث العلمي لا يـد له ان يوافق الجانب النظري فيه جانبه التطبيقي و هذا لإيراد البراهين و الدلالات ، و كما بدأنا في بحثنا هذا بجانب نظري قدمنا فيه معلومات كافية حول موضوع الدراسة ففي هذا الفصل سنعرض منهجية البحث و إجراءاته الميدانية ، إضافة إلى الوسائل المستعملة خلال إنجاز هذه الدراسة و كل ما له علاقة بالإنجاز الميداني أثناء الدراسة .

1-1- ضبط متغيرات البحث:

إن أي موضوع من المواضيع الخاضعة للدراسة يتوفر على متغيرين أولهما متغير مستقل و الآخر متغير تابع.

• المتغير المستقل: هو التربية البدنية و الرياضية.

• المتغير التابع هو قوة الأنا

1-2-مجالات البحث :

المجال البشري :

و يتمثل في 230 تلميذ و تلميذة من تلاميذ السنة الرابعة متوسط موزعة كالتالي :

- 115 تلميذ منهم 100 تلميذ ممارس للتربية البدنية و الرياضية و 15 تلميذ معفى من الممارسة
- 115 تلميذة منهم 80 تلميذة ممارسة للتربية البدنية و الرياضية و 35 تلميذة معفاة من

*+الممارسة

المجال المكاني :

تم التعامل مع أفراد العينة الخاصة ببحثنا مع تلاميذ بمؤسساتهم بولاية معسكر

المجال الزمني :

بدأت الفترة في إعداد مقياس قوة الانا في 2015/01/15 و تم توزيعه على تلاميذ السنة الرابعة متوسط أي العينة المختارة للبحث ابتداء 2015/04/10 لغاية 18 / 04 / 2015 ، مع العلم أنه تم استردادها في نفس يوم التوزيع .

1-3- أدوات البحث:

لإجراء أي بحث لابد من الاستعانة بمجموعة من الوسائل و الأدوات التي تؤدي إلى إنجاز هذا البحث فقد اعتمدنا في بحثنا هذا على استبيان هو عبارة عن مقياس لقوة الانا موجه للعينة قيد البحث .

● مواصفات المقياس :

يساعد المقياس في الحصول على بيانات قد يصعب للباحث الحصول عليها اذا ما استخدم وسائل أخرى .

و قد استخدم الباحث مقياس قوة الانا الذي صممه الدكتور رائد عبد الأمير عباس المشهدي لقياس بعض الجوانب العقلية (النفسية) الهامة للشخصية من خلال الممارسة الرياضية و هي تشمل المجالات التالية :

- العمليات العقلية

- الدافعية

- القيم الاخلاقية

- التفاعل الاجتماعي

- مفهوم الذات

- الثقة بالنفس

يتضمن المقياس 28 فقرة موزعة على 6 مجالات منها 18 فقرة ايجابية و هي رقم (1-2-3-6-7-10-12-13-14-15-16-18-19-20-21-22-23-24) و 10 فقرات سلبية (4-5-8-9-11-17-24-25-27-28)، و مجاور الاجابة على المقياس ثلاثية و هي دائما- احيانا-نادرا، و ان مفاتيح الاستجابة على الفقرات الايجابية (دائما 3 - احيانا 2 - نادرا 1) و مفتاح الاجابة على الفقرات السلبية (دائما 1 - احيانا 2 - نادرا 3) .

الأسس العلمية للمقياس :

من أجل ضبط الأسس العلمية للاستمارة من صدق و ثبات و موضوعية قمنا بتوزيع هذه الاستمارة على بعض الدكاترة و الأساتذة في معهد التربية البدنية و الرياضية و هذا خدمة للبحث .

الاسم و اللقب	الرقم
أ. د . حرشاي يوسف	1
أ. د . أحمد عطا الله	2
أ. د بن سي قدور حبيب	3
أ. د . آرم محمد صبحي	4
أ. د . ياسين علوان التميمي	5
أ. د . غازي صالح محمود	6

جدول رقم (2) أسماء الأساتذة و الدكاترة المحكمين للمقياس المعتمد من طرف رائد عبد

الأمير عباس المشهدي

ثبات وصدق المقياس :

معامل الصدق	معامل الثبات	المعالجات الإحصائية الابعاد
0.91	0.83	العمليات العقلية
0.82	0.68	الدافعية
0.84	0.71	القيم الاخلاقية
0.88	0.78	التفاعل الاجتماعي
0.84	0.71	مفهوم الذات
0.82	0.68	الثقة بالنفس

مستوى الدلالة عند $0.592=(0.01)$ عند $0.441=(0.05)$

جدول رقم (3) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لثبات مقياس قوة الانا للعينة قيد الدراسة

($n=10$)

يتضح من خلال الجدول رقم (3) أن معاملات الارتباط بين درجات القياس الأول و درجات القياس الثاني لكل مجال على حدا من مجالات قوة الانا دالة معنويا مما يؤكد على أن المقياس على درجة عالية من الثبات .

1-4- الدراسة الاستطلاعية:

أجرينا خدمة للبحث دراسة استطلاعية و هذا لضمان السير الحسن لموضوع بحثنا ، و ذلك قبل توزيع الاستبيان على التلاميذ ، وقمنا بتجزئته على عينة مكونة من 10 تلاميذ اختيروا بطريقة عشوائية من تلاميذ السنة الرابعة متوسط و هذا لغرض معرفة مدى فهم و استيعاب التلاميذ لأسئلة الاستبيان الخاصة بمقياس قوة الانا.

1-5-الدراسات الإحصائية :

تعطينا الدراسة الإحصائية دقة أكثر في النتائج الميدانية .و تتم ترجمة هذه النتائج إلى أرقام تعتمد لاستخراج المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية ، كذا استخراج قيم ت المحسوبة و مقارنتها بقيم ت الجدولية ، و قد تم خدمة البحث بمجموعة من القوانين هي مذكورة كالتالي :

- المتوسط الحسابي.الانحراف المعياري

- الوسيط الحسابي

- معامل ذيلين (ذ-z).

النسبة المئوية. (التربوي النفسي القياس و الإحصاء الحفيظ،)

الفصل الثاني : عرض و تحليل و مناقشة النتائج

تمهيد:

يشمل هذا الفصل العرض و التحليل و المناقشة لنتائج المعالجات لمعطيات عينة البحث قصد الدراسة لإيجاد حلول لمشكلة البحث بتحقيق الفرضيات او نفيها ، كما يتضمن خلاصة عامة و استنتاجات جاءت نتيجة حقائق المعالجات الاحصائية .

1-2- عرض و تحليل قياس قوة الانا للتلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضية :

1-1-2- بعد العمليات العقلية:

التقييم المنخفض %	التقييم العالي %	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	رقم العبارات	البعد
41.73	58.27%	1.66	14	15.33	6-5-4-3-2-1	العمليات العقلية

جدول رقم (5) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط

الحسابي لبعدها العمليات العقلية . (ن=180)

من خلال نتائج الجدول رقم (5) الذي يوضح نتائج اختبار عينة البحث الممارسة للتربية البدنية و الرياضية في الاجابة على اسئلة المقياس الخاصة ببعدها العمليات العقلية حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 15.33 بانحراف معياري قدره 1.66 و هي قيمة صغيرة مما يدل على تركز النتائج حول متوسطها الحسابي 14 حيث بلغت نسبة التقييم العالي النسبة المقدرة بـ 58.27 % في حين بلغ التقييم المنخفض النسبة المقدرة بـ 41.73 % و هذا ما يدل على تميز نسبة اكبر من المتوسط لعينة البحث حيث يوضح هذا من خلال الاجابات المتعلقة بالبحث عن حلول عند الوقوع في مشكلة كذا حسن التصرف و تحديد ضوابط التوقيت الصحيح في تحقيق الاهداف الخاص

2-1-2- بعد الدافعية:

التقييم المنخفض %	التقييم العالي %	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	رقم العبارات	البعد
32.63	67.37%	1.21	14	15.66	-10-9-8-7 11	الدافعية

جدول رقم (6) . المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد الدافعية . (ن=180)

من خلال نتائج الجدول رقم (6) الذي يوضح نتائج اختبار عينة البحث الممارسة للتربية البدنية و الرياضية في الاجابة على اسئلة المقياس الخاصة ببعد الدافعية حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 15.66 بانحراف معياري قدره 1.21 و هي قيمة صغيرة مما يدل على تمركز النتائج حول متوسطها الحسابي 14 حيث بلغت نسبة التقييم العالي النسبة المقدرة بـ 67.37 % في حين بلغ التقييم المنخفض النسبة المقدرة بـ 32.63 % و هذا ما يدل على تميز اكبر نسبة من عينة البحث بالدافعية حيث يمكن ان يعود هذا الى الانفعالات الخاصة المتعلقة بدافعية الفرد نحو تحقيق شيء ما الذي هو ناتج الممارسة الرياضية عامة و المنافسة فيها خاصة.

2-1-3 بعد القيم الاخلاقية:

التقييم المنخفض %	التقييم العالي %	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	رقم العبارات	البعد
36.80	63.10%	1.24	10	12.66	15-14-13-12	القيم الاخلاقية

جدول رقم (7) . المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد القيم الاخلاقية . (ن=180)

من خلال نتائج الجدول رقم (7) الذي يوضح نتائج اختبار عينة البحث الممارسة للتربية البدنية و الرياضية في الاجابة على اسئلة المقياس الخاصة ببعد القيم الاخلاقية حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 12.66 بانحراف معياري قدره 1.24 و هي قيمة صغيرة مما يدل على تركز النتائج حول متوسطها الحسابي 10 حيث بلغت نسبة التقييم العالي النسبة المقدرة بـ 63.10% في حين بلغ التقييم المنخفض النسبة المقدرة بـ 36.80% و هذا ما يدل على تميز أكبر نسبة من عينة البحث بالقيم الاخلاقية و يرجع سبب هذا الى تقييد الممارسة الرياضية بالقوانين التي يفرض المنافسة شريطة التحلي بالروح الرياضي التي تربى في الفرد قيم اخلاقية هو مجبر على التحلي بها للقبول في الممارسة.

2-1-4- بعد التفاعل الاجتماعي:

البعد	رقم العبارات	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التقييم العالي %	التقييم المنخفض %
التفاعل الاجتماعي	16-17-18-19-20	12.66	12	1.13	64.59%	45.41

جدول رقم (8) . المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط

الحسابي لبعد التفاعل الاجتماعي . (ن=180)

من خلال نتائج الجدول رقم (8) الذي يوضح نتائج اختبار عينة البحث الممارسة للتربية البدنية و الرياضية في الاجابة على اسئلة المقياس الخاصة ببعد التفاعل الاجتماعي حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 12.66 بانحراف معياري قدره 1.13 و هي قيمة صغيرة مما يدل على تركز النتائج حول متوسطها الحسابي 12 حيث بلغت نسبة التقييم العالي النسبة المقدرة بـ 64.59% في حين بلغ التقييم المنخفض النسبة المقدرة بـ 45.41% و هذا ما يدل على تميز أكبر نسبة من عينة البحث بالتفاعل الاجتماعي حيث يمكن ان يعود هذا الى ما ذكرناه سابقا عن الدافعية للانجاز و طبيعة الاعاقة التي يمكن ان تجمع بين افراد الفريق حين التدريب و المنافسة و اداء حصة التربية البدنية و الرياضية و هو ما يدفع بالتلميذ الى كسر الحواجز النفسية بينه و بين قيام العلاقة الاجتماعية مع افراد المجتمع .

2-1-5- بعد مفهوم الذات:

التقييم المنخفض %	التقييم العالي %	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	رقم العبارات	البعد
42.02	57.98%	1.36	11	12.33	-23-22-21 24	مفهوم الذات

جدول رقم (9) . المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد مفهوم الذات . (ن=180)

من خلال نتائج الجدول رقم (9) الذي يوضح نتائج اختبار عينة البحث الممارسة للتربية البدنية و الرياضية في الاجابة على اسئلة المقياس الخاصة ببعد مفهوم الذات حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 12.33 بانحراف معياري قدره 1.36 هي قيمة صغيرة مما يدل على تركز النتائج حول متوسطها الحسابي 11 حيث بلغت نسبة التقييم العالي النسبة المقدرة بـ 57.98 % في حين بلغ التقييم المنخفض النسبة المقدرة بـ 42.02 % و هذا ما يدل على تميز نسبة اكثر من المتوسط لعينة البحث حيث يوضح هذا من دلالة الاجابات المحددة للبعد في اثبات الوجود و برهان اسباب القوة و الضعف لدى الفرد .

2-1-6- بعد الثقة بالنفس:

التقييم المنخفض %	التقييم العالي %	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	رقم العبارات	البعد
43.46	64.54%	1.06	12	13.33	-27-26-25 28	الثقة بالنفس

جدول رقم (10) . المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعد الثقة بالنفس . (ن=180)

من خلال نتائج الجدول رقم (10) الذي يوضح نتائج اختبار عينة البحث الممارسة للتربية البدنية و الرياضية في الاجابة على اسئلة المقياس الخاصة ببعد الثقة بالنفس حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 13.3 بانحراف معياري 1.06 و هي قيمة صغيرة مما يدل على تمركز النتائج حول متوسطها الحسابي 12 حيث بلغت نسبة التقييم العالي النسبة المقدرة بـ 64.54 % في حين بلغ التقييم المنخفض النسبة المقدرة بـ 43.46 % و هذا ما يدل على تميز نسبة كبيرة من عينة البحث بالثقة بالنفس و هذا لأسباب عدت في الممارسة و نتائجها كذا المعاملة مع افراد المجتمع و العلاقات المنتجة بالممارسة و المنافسة في اطار التحلي بالقيم الاخلاقية التي ضبطتها اطر المنافسة.

2-2- ترتيب الابعاد لمقياس قوة الانا للتلاميذ الممارسين للتربية البدنية:

م	الابعاد	المعاملات الإحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقييم العالي %	ترتيب الابعاد
1	العمليات العقلية	15.33	1.66	58.27%	الخامس	
2	الدافعية	15.66	1.21	67.37%	الاولى	
3	القيم الاخلاقية	12.66	1.24	63.10%	الرابع	
4	التفاعل الاجتماعي	12.66	1.13	64.59%	الثاني	
5	مفهوم الذات	12.33	1.36	57.98%	السادس	
6	الثقة بالنفس	13.33	1.06	64.54%	الثالث	

الدرجة الكلية للبعد بالمقياس = 28

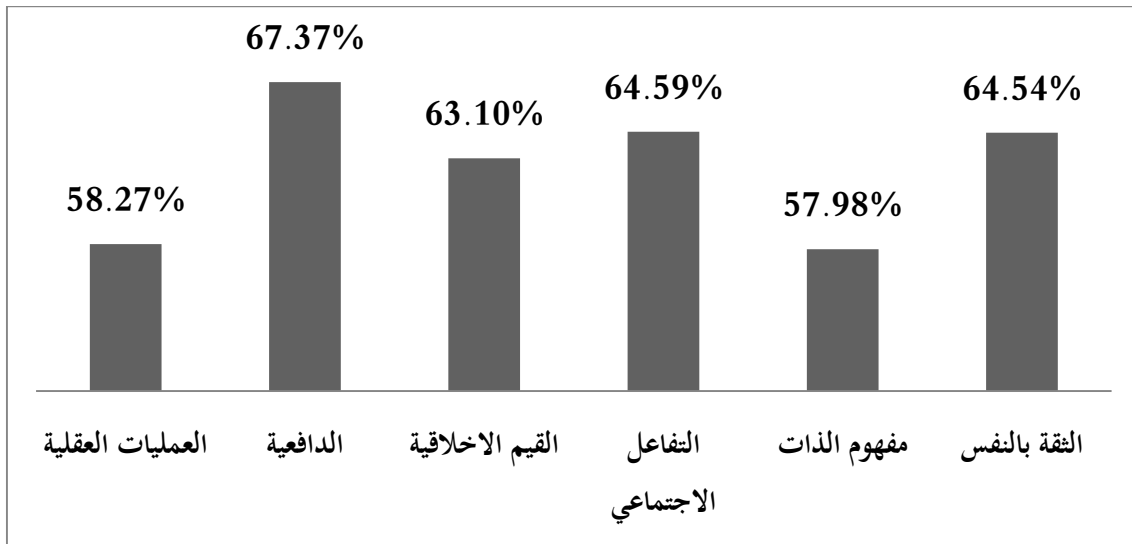
جدول رقم (11) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لأبعاد مقياس قوة الانا لعينة الممارسة للتربية البدنية و ترتيبها تصاعدياً (ن=180).

يتضح من الجدول رقم (11) بعد دراسة المتوسطات الحسابية . الوسيط الحسابي و الانحراف المعياري و النسبة المئوية لكل بعد على حده بالترتيب على النحو التالي لقياس قوة الانا اعتماداً على نتائج اجابات عينة البحث حيث جاء ترتيب الابعاد كالتالي :

- الدافعية

- التفاعل الاجتماعي
- الثقة بالنفس
- القيم الاخلاقية
- العمليات العقلية
- مفهوم الذات

كما يوضح ترتيب الابعاد السابقة الذكر فارق النسب في التقييم العالي لابعاد قياس قوة الانا للينة الممارسة للتربية البدنية و الرياضية حيث كانت اكبر نسبة لبعده الدافعية **67.37%** و هو نتيجة الارادة للانجاز الرياضي في المنافسات، ثم تلاه بعد التفاعل الاجتماعي **64.59%** و الذي كان نتيجة المعاملات بين افراد المجتمع بسبب الممارسة الرياضية للنشاط البدني في الحصص المبرمجة ثم اتى بعد الثقة بالنفس **64.54%** و تلاه بعد القيم الاخلاقية **63.10%** و الذي اتى على اثر تقنين المنافسات الرياضية بقوانين تضبط روح المنافسة و اخلاقياتها مما يكسب القيم الاخلاقية للتلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضية، لتأتي العمليات العقلية **58.27%** و مفهوم الذات **57.98%** بنسب فوق المتوسط تحدد اتجاه التلاميذ الممارسين في الاختيارات و الحلول الواجب إيجادها عند التعثر و الرسم البياني الموالي يبين فارق النسب فس التقييم العالي لابعاد قياس قوة الانا للتلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضية.



الشكل البياني رقم(2) يبين فارق النسب التقييم العالي لأبعاد مقياس قوة الانا للينة الممارسة للتربية

البدنية

1-2- عرض و تحليل قياس قوة الأنا للتلاميذ غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية :
1-1-2- بعد العمليات العقلية:

التقييم المنخفض %	التقييم العالي %	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	رقم العبارات	البعد
33.92	66.08%	0.75	15	16.66	6-5-4-3-2-1	العمليات العقلية

جدول رقم (12) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعدها العمليات العقلية . (ن=50)

من خلال نتائج الجدول رقم (12) الذي يوضح نتائج اختبار العينة غير الممارسة للتربية البدنية و الرياضية في الاجابة على اسئلة المقياس الخاصة ببعدها العمليات العقلية حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 16.66 بانحراف معياري قدره 0.75 و هي قيمة صغيرة مما يدل على تركيز النتائج حول متوسطها الحسابي 15 حيث بلغت نسبة التقييم العالي النسبة المقدرة بـ 66.08 % في حين بلغ التقييم المنخفض النسبة المقدرة بـ 33.92 % و هذا ما يدل على تميز اكبر نسبة من عينة البحث حيث يمكن ان يعود هذا الى طبيعة التلاميذ الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية حيث يتجهون الى تعويض الممارسة الرياضية بنشاطات فكرية و عملية و يحددون اغلبهم من بين المتفوقين في أقسامهم في المواد العلمية و التكنولوجية.

2-1-2- بعد الدافعية:

التقييم المنخفض %	التقييم العالي %	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	رقم العبارات	البعد
40.18	59.82%	1.52	12	13.66	-10-9-8-7 11	الدافعية

جدول رقم (13) . المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعدها الدافعية . (ن=50)

من خلال نتائج الجدول رقم (13) الذي يوضح نتائج اختبار العينة غير الممارسة للتربية البدنية و الرياضية في الاجابة على اسئلة المقياس الخاصة ببعده الدافعية حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 13.66 بانحراف معياري قدره 1.52 و هي قيمة صغيرة مما يدل على تمركز النتائج حول متوسطها الحسابي 12 حيث بلغت نسبة التقييم العالي النسبة المقدرة بـ 59.82% في حين بلغ التقييم المنخفض النسبة المقدرة بـ 40.18% و هذا ما يدل على تميز فوق المتوسط لعينة البحث بالدافعية .

2-1-3 بعد القيم الاخلاقية:

التقييم المنخفض %	التقييم العالي %	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	رقم العبارات	البعد
34.99	65.11%	1.15	11	12.33	15-14-13-12	القيم الاخلاقية

جدول رقم (14) . المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعده القيم الاخلاقية. (ن=50)

من خلال نتائج الجدول رقم (14) الذي يوضح نتائج اختبار عينة البحث الممارسة للنشاط الرياضي في الاجابة على اسئلة المقياس الخاصة ببعده القيم الاخلاقية حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 12.33 بانحراف معياري قدره 1.15 و هي قيمة صغيرة مما يدل على تمركز النتائج حول متوسطها الحسابي 11 حيث بلغت نسبة التقييم العالي النسبة المقدرة بـ 65.11% في حين بلغ التقييم المنخفض النسبة المقدرة بـ 34.99% و هذا ما يدل على تميز اكبر نسبة من عينة البحث بالقيم الاخلاقية .

2-1-4- بعد التفاعل الاجتماعي:

البعد	رقم العبارات	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التقييم العالي %	التقييم المنخفض %
التفاعل الاجتماعي	16-17-18-19-20	11.33	10	1.73	55.20%	44.80

جدول رقم (15) . المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط

الحسابي لبعء التفاعل الاجتماعي . (ن=50)

من خلال نتائج الجدول رقم (15) الذي يوضح نتائج اختبار العينة غير الممارسة للتربية البدنية و الرياضية في الاجابة على اسئلة المقياس الخاصة ببعء التفاعل الاجتماعي حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 11.33 بانحراف معياري قدره 1.73 و هي قيمة صغيرة مما يدل على تمركز النتائج حول متوسطها الحسابي 10 حيث بلغت نسبة التقييم العالي النسبة المقدرة بـ 55.20% في حين بلغ التقييم المنخفض النسبة المقدرة بـ 44.80% و هذا ما يدل على تميز نسبة اكبر من المتوسط لعينة البحث .

2-1-5- بعد مفهوم الذات:

البعد	رقم العبارات	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التقييم العالي %	التقييم المنخفض %
مفهوم الذات	21-22-23-24	12.66	12	1.62	59.88%	40.12

جدول رقم (16) . المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط

الحسابي لبعء مفهوم الذات . (ن=50)

من خلال نتائج الجدول رقم (16) الذي يوضح نتائج اختبار العينة غير الممارسة للتربية البدنية و الرياضية في الاجابة على اسئلة المقياس الخاصة ببعده مفهوم الذات حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 12.66 بانحراف معياري قدره 1.62 هي قيمة صغيرة مما يدل على تمركز النتائج حول متوسطها الحسابي 12 حيث بلغت نسبة التقييم العالي النسبة المقدرة بـ 59.88% في حين بلغ التقييم المنخفض النسبة المقدرة بـ 40.12% و هذا ما يدل على تميز نسبة أكثر من المتوسط لعينة البحث .

2-1-6- بعد الثقة بالنفس:

البعده	رقم العبارات	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التقييم العالي %	التقييم المنخفض %
الثقة بالنفس	-27-26-25 28	12.33	11	1.63	59.87%	40.13

جدول رقم (17) . المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التقييم بالنسبة المئوية حسب قيم الوسيط الحسابي لبعده الثقة بالنفس . (ن=50)

من خلال نتائج الجدول رقم (17) الذي يوضح نتائج اختبار العينة غير الممارسة للتربية البدنية و الرياضية في الاجابة على اسئلة المقياس الخاصة ببعده الثقة بالنفس حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 12.33 بانحراف معياري قدره 1.63 و هي قيمة صغيرة مما يدل على تمركز النتائج حول متوسطها الحسابي 11 حيث بلغت نسبة التقييم العالي النسبة المقدرة بـ 59.87% في حين بلغ التقييم المنخفض النسبة المقدرة بـ 40.13% و هذا ما يدل على تميز نسبة أكثر من المتوسط لعينة البحث بالثقة بالنفس .

2-2- ترتيب الابعاد لمقياس الانا للتلاميذ الغير ممارسين للتربية البدنية:

م	الابعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقييم العالي %	ترتيب الابعاد
1	العمليات العقلية	16.66	0.75	66.08%	الاولى
2	الدافعية	13.66	1.52	59.82%	الخامس
3	القيم الاخلاقية	12.33	1.15	65.11%	الثاني
4	التفاعل الاجتماعي	11.33	1.73	55.20%	السادس
5	مفهوم الذات	12.66	1.62	59.88%	الثالث
6	الثقة بالنفس	12.33	1.63	59.87%	الرابع

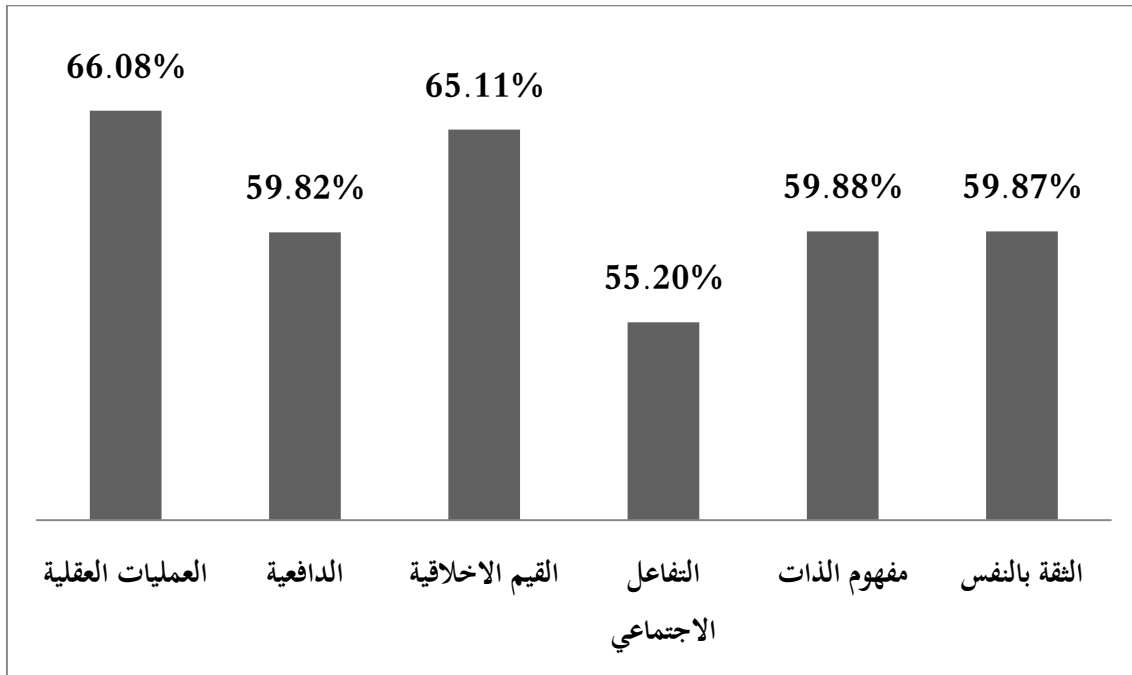
الدرجة الكلية للبعد بالمقياس = 28

جدول رقم (18) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لأبعاد مقياس قوة الانا للينة غير الممارسة للتربية البدنية و ترتيبها تصاعديا (ن=50).

يتضح من الجدول رقم (18) بعد دراسة المتوسطات الحسابية، الوسيط الحسابي و الانحراف المعياري و النسبة المئوية لكل بعد على حده بالترتيب على النحو التالي لقياس قوة الانا للتلاميذ غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية جاء ترتيب ابعاد المقياس كالتالي :

- العمليات العقلية
- القيم الاخلاقية
- مفهوم الذات
- الثقة بالنفس
- الدافعية
- التفاعل الاجتماعي

كما يوضح ترتيب الابعاد السابقة الذكر فرق النسب المتوية لأبعاد المقياس حيث جاءت العمليات العقلية في الصدارة بنسبة **66.08%** و هي دلالة على التفوق للعيينة الغير ممارسة في ذلك و هذا لمحاولة تعويض الممارسة الرياضية بنشاط اخر يسهم في رفع مستوى العمليات العقلية في ايجاد الحلول ، ثم تلاها ثانيا بعد القيم الاخلاقية بنسبة **65.11%** و هذا يظهر البعض منه في انطواء نسبة من العينة الغير ممارسة على نفسها حيث لا تقوم بالمشاركة كثيرا في النشاطات الرياضية التي تتطلب الحركة و هو ما يبدي الهدوء و الادب و الخجل كصفة غالبية عليها ، و اتى ثالثا بعد مفهوم الذات بنسبة **59.88%** هي فوق المتوسط للعيينة الغير ممارسة ، ثم يأتي بعد الثقة بالنفس بنسبة **59.87%** و يليه بعد الدافعية بنسبة **59.82%** ليأتي بعد التفاعل الاجتماعي اخيرا بنسبة **55.20%** و يبين الرسم البياني الموالي فرق النسب لمتوية بين ابعاد قياس قوة الانا لدى التلاميذ غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية.



الشكل البياني رقم (3) يبين فارق النسب التقييم العالي لأبعاد مقياس قوة الانا للعيينة غير الممارسة للتربية البدنية

2-3- مقارنة نتائج ابعاد قياس قوة الانا بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية :

الدلالة	القيمة المحسوبة	غير الممارسين			الممارسين			المعاملات الإحصائية الأبعاد	م
		الترتيب	ع	س	الترتيب	ع	س		
دال	5.56	الاول	0.75	16.66	الخامس	1.66	15.33	العمليات العقلية	1
دال	7.52	الخامس	1.52	13.66	الاول	1.21	15.66	الدافعية	2
غير دال	1.44	الثاني	1.15	12.33	الرابع	1.24	12.66	القيم الاخلاقية	3
دال	4.66	السادس	1.73	11.33	الثاني	1.13	12.66	التفاعل الاجتماعي	4
غير دال	1.14	الثالث	1.62	12.66	السادس	1.36	12.33	مفهوم الذات	5
دال	3.73	الرابع	1.63	12.33	الثالث	1.06	13.33	الثقة بالنفس	6

(القيمة الجدولية (ذ- z) 1.96 عند مستوى الثقة 0.05)

جدول رقم(19) نتائج اختبار ذيلين لفروق المتوسطات الحسابية لأبعاد قياس قوة الانا بين العينة الممارسة و غير الممارسة للتربية البدنية و الرياضية (ن=230).

من خلال الجدول رقم (19) اعلاه و الذي يوضح نتائج اختبار ذيلين لايجاد دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية نجد ان الدلالة جاءت في الابعاد الخاصة بقياس قوة الانا على النحو التالي :

- بعد العمليات العقلية : و الذي جاءت فيه القيمة المحسوبة 5.56 أكبر منها للقيمة الجدولية 1.96 لاختبار ذيلين عند مستوى الثقة 0.05 و هو يعبر عن الدلالة الاحصائية بين قيم متوسطات الفروق للتلاميذ الممارسين و الغير ممارسين و منه نؤكد ان بعد العمليات العقلية لدى الممارسين اقل منه مقارنة بالتلاميذ الغير ممارسين نتيجة العمل على تعويض الممارسة

الرياضية بنشاطات اخرى اغلبها علمية و ثقافية حيث نجد معظم التلاميذ الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية يصنفون من التلاميذ المتفوقين باقسامهم.

- بعد الدافعية : و الذي جاءت فيه القيمة المحسوبة 7.52 اكبر منها للقيمة الجدولية 1.96 لاختبار ذيلين عند مستوى الثقة 0.05 و هو يعبر عن الدلالة الاحصائية بين قيم متوسطات الفروق للتلاميذ الممارسين و الغير ممارسين و منه نؤكد ان بعد الدافعية لدى الممارسين اكبر منه مقارنة بالتلاميذ غير الممارسين و هذا نتيجة على الممارسة الرياضية التي تتطلب التحلي بروح التنافس و الاخلاق السامية و تدفع بالفرد الى تحقيق الانجاز .

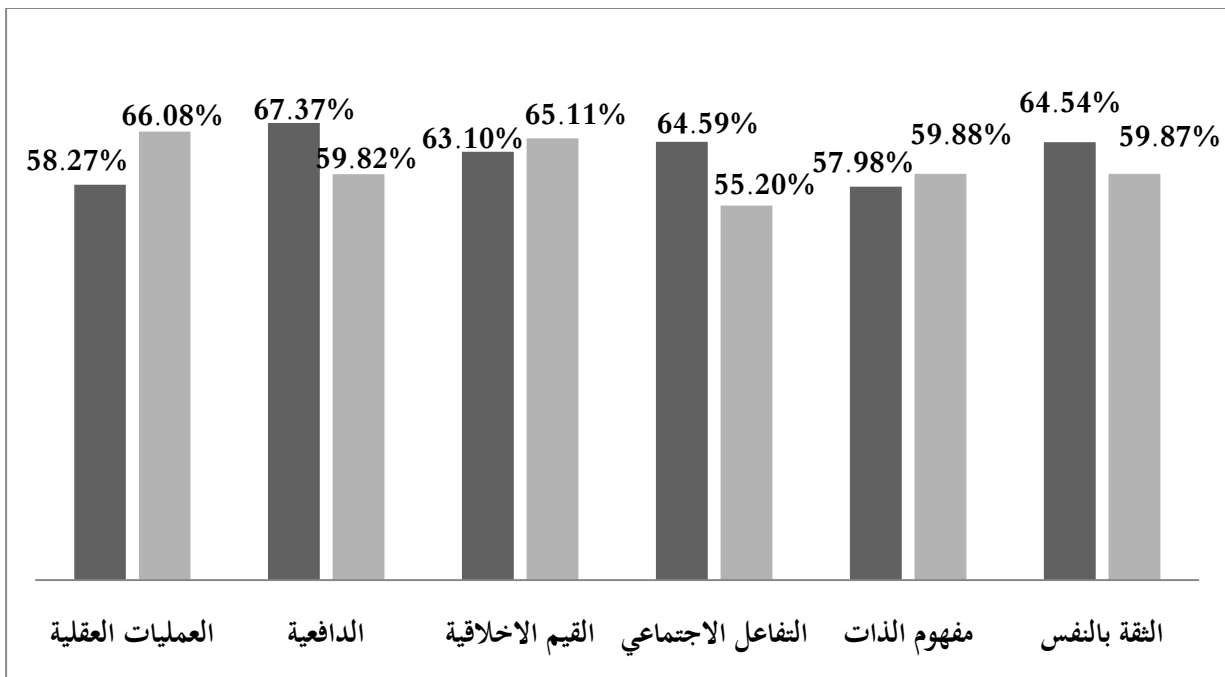
- بعد القيم الاخلاقية : و الذي جاءت فيه القيمة المحسوبة 1.44 اصغر منها للقيمة الجدولية 1.96 لاختبار ذيلين عند مستوى الثقة 0.05 و هو يعبر عن عدم الدلالة الاحصائية بين قيم متوسطات الفروق للتلاميذ الممارسين و الغير ممارسين و منه نؤكد ان بعد القيم الاخلاقية لدى التلاميذ الممارسين و الغير ممارسين لا يفصل بينهم في نسبه و هذا نتيجة التحلى بحسن التصرف و الضبط داخل المؤسسة و خارجها.

- بعد التفاعل الاجتماعي : و الذي جاءت فيه القيمة المحسوبة 4.66 اكبر منها للقيمة الجدولية 1.96 لاختبار ذيلين عند مستوى الثقة 0.05 و هو يعبر عن الدلالة الاحصائية بين قيم متوسطات الفروق للتلاميذ الممارسين و الغير ممارسين و منه نؤكد ان بعد القابلية التفاعل الاجتماعي لدي الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية اقل منه مقارنة بالتلاميذ الممارسين نتيجة فرق الممارسة و التعامل مع افراد الفريق و العامة.

- بعد مفهوم الذات : و الذي جاءت فيه القيمة المحسوبة 1.14 اصغر منها للقيمة الجدولية 1.96 لاختبار ذيلين عند مستوى الثقة 0.05 و هو يعبر عن عدم وجود الدلالة الاحصائية بين قيم متوسطات الفروق الممارسين و الغير ممارسين و منه نؤكد ان مفهوم الذات لدى الممارسين و غير الممارسين لا يشكل فرق بينهم في النسب الى حد الدلالة نتيجة تبادل نفس الخبرات العلمية بالمؤسسة الى حد ما .

- بعد الثقة بالنفس : و الذي جاءت فيه القيمة المحسوبة 3.73 اكبر منها للقيمة الجدولية 1.96 لاختبار ذيلين عند مستوى الثقة 0.05 و هو يعبر عن وجود الدلالة الاحصائية بين قيم متوسطات الفروق الممارسين و الغير ممارسين و منه نؤكد ان بعد الثقة بالنفس لدى الممارسين و غير الممارسين يحدد بفرق المتوسطات استنادا على الاختبار لعينة البحث.

و يبين الرسم البياني الموالي فارق النسب في التقييم العالي لأبعاد مقياس قوة الانا لعينة البحث بين الممارسة للتربية البدنية و الرياضية و غير الممارسة لها.



الشكل البياني رقم(4) يبين فارق النسب التقييم العالي لأبعاد مقياس قوة الانا لعينة الممارسة و غير الممارسة للتربية البدنية

2-4- الاستنتاجات :

- من خلال ما لاحظ الطالبان و بعدما أجرى دراسته على تحديد ابعاد قياس قوة الانا و نسب التقييم العالي فيه لدى التلاميذ الممارسين و الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية خرج الطالبان باستنتاجات توافقت إلى حد كبير مع دراسات سابقة لباحثين في مجال علم النفس الاجتماعي و التربوي وكذا علم النفس الرياضي إذ أنه تم الخروج من هذه الدراسة بتحديد ابعاد قياس قوة الانا و التي جاءت كالتالي :

- 1-العمليات العقلية .
- 2-الدافعية .
- 3-القيم الاخلاقية .
- 4- التفاعل الاجتماعي.
- 5- مفهوم الذات .
- 6-الثقة بالنفس

دون أن ننسى تفاوت نسب الابعاد المحددة بين الممارسين و الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية .

- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضية و غير الممارسين لها لصالح هذا الاخير في بعد العمليات العقلية و بعد الدافعية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضية و غير الممارسين لها في بعد القيم الاخلاقية و بعد مفهوم الذات.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضية و غير الممارسين لها لصالح التلاميذ الممارسين في بعد التفاعل الاجتماعي و بعد الثقة بالنفس

2-5- مناقشة الفرضيات:

من خلال الدراسة التي أجراها الطالبان :

- تحقيقا للفرضية الأولى من فرضيات البحث التي تشير إلى تحديد مستوى التقييم العالي و المنخفض لقوة الأنا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17 سنة) الممارسين للتربية البدنية و الرياضية حيث من

خلال نتائج الجداول رقم (4)(5)(6)(7)(8)(9)(10) و الموضحة للمتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و نسبة التقييم العالي و المنخفض لأبعاد قياس قوة الانا فإنه تم تحديدها بما يلي :

1-الدافعية %37.67	4-القيم الاخلاقية %63.10
2-التفاعل الاجتماعي %59.64	5-العمليات العقلية %58.27
3-الثقة بالنفس %54.64	6-مفهوم الذات %57.98

هو ما توافق مع دراسة بوركلي و اخرون التي اكدت ان التغيير في حجم النشاط الحركي اي الممارسة يؤثر على ادراك الذات عند الممارسين في بعديها الاجتماعي و الرياضي .

● تحقيقا للفرضية الثانية من فرضيات البحث التي تشير إلى تحديد مستوى التقييم العالي و المنخفض لقوة الأنا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17 سنة) غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية حيث من خلال نتائج الجداول رقم (4)(5)(6)(7)(8)(9)(10) و الموضحة للمتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و نسبة التقييم العالي و المنخفض لأبعاد قياس قوة الانا فإنه تم تحديدها بما يلي :

1-العمليات العقلية %66.08	4-الثقة بالنفس %59.87
2-القيم الاخلاقية %59.82	5-الدافعية %68.32
3-مفهوم الذات %88.59	6-التفاعل الاجتماعي %50.09

● تحقيقا للفرضية الثالثة من فرضيات البحث التي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الممارسين و الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية في قوة الأنا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17 سنة) حيث من خلال نتائج الجدول رقم () و الموضح لفروق المتوسطات الحسابية لأبعاد قياس قوة الانا فإنه تم تحديد ناتج الفروق في بعد العمليات العقلية ،الدافعية ،التفاعل الاجتماعي و الثقة بالنفس التي حقق فيها الفرض الثالث و الذي يدلي بوجود فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية.

2-6- الخلاصة العامة:

ان الدراسة و البحث في المجال النفسي الرياضي التربوي واسع ، اتجهنا للبحث فيه قصد توضيح و تفسير تساؤلات طرحها الطالبان كإسناد لبناء مشكلة البحث التي جاءت خاصة بالمرحلة العمرية الاساسية في تكوين الفرد داخل مجتمعه حيث كان اصل المشكلة هو التساؤل حول استفادة التلميذ من الانتقال الى الرحلة المتوسطة و المرور بأطوارها في تحديد قياس قوة الانا من خلال ممارسة التربية البدنية و الرياضية ، لذا اتينا الى المقارنة بين الابعاد المحددة للتلاميذ الممارسين و الغير ممارسين للتربية البدنية اي المعفيين منها لمختلف الاسباب في ابعاد قياس قوة الانا .

اعتمدنا المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي باعتماد توزيع المقياس المعد و المقنن سابقا بدرجة عالية من الثبات و الصدق و الموضوعية الذي صممه الدكتور رائد عبد الامير ، و قد بلغت عينة البحث 230 تلميذ و تلميذة من السنة الرابعة متوسط اي السنة الختامية في هذا الطور حيث كان اختيار العينة مقصود ، كما استعنا بأدوات إحصائية تمثلت في مقاييس النزعة المركزية و معامل ذيلين لإثبات الفرضيات المطروحة سابقا في المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإبعاد قياس قوة الأنا لعينة البحث ، كما حددت الدلالة في الفارق بين المتوسطات الحسابية للعينة الممارسة و غير الممارسة في الابعاد التالية الذكر (العمليات العقلية ، الدافعية ، الثقة بالنفس ، التفاعل الاجتماعي) حيث كانت هذه هي نتائج دراستنا التي اوصى من خلالها الطالب في اتمام البحث لقوة الأنا و أساليب تقويمها و تأطيرها و تكونها للفرد في مرحلة هي الأهم لضمان سيرورة حياته داخل المجتمع مستقبلا ، هذا بالنظر الى ما يعانيه المجتمع على المستوى الاجتماعي في الحياة اليومية ، كذا اعتماد التربية البدنية و الرياضية كمنهج للتكوين و التأطير و بناء الفرد في المجتمع .

2-7- التوصيات و الاقتراحات:

في ضوء النتائج السابقة توجي الدراسات بما يلي:

- 1) تشجيع الممارسة للتربية البدنية و الرياضية على مستوى المؤسسات التربوية و التعليمية.
- 2) بحث قياس قوة الانا لدى مراحل التعليم المتوسط و الثانوي لتمييز المرحلة العمرية فيه.
- 3) تأكيد المدرسين على تعزيز قوة الأنا لدى التلاميذ و مساعدتهم في تحقيق طموحاتهم
- 4) إجراء دراسات لمتغيرات نفسية أخرى و على نفس عينة البحث، لأهمية التلاميذ في تطوير الحركات الرياضية

المراجع بالعربية

1. تركي، د. (1982). اصول التربية و التعليم. الجزائر.
2. جابر، ج. ع. (1969). العلاقة بين الذات و التوافق النفسي. جامعة عين الشمس.
3. جبل، ف. م. (2000). الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية. (éd. 1).
4. جلال، س. (1970). علم النفس. (éd. 1). القاهرة.
5. حداد، م. س. (1973). علم النفس الطفل للطلبة المعلمين و المساعدين. (éd. 1). الجزائر.
6. حداد، م. س. (1997). علم نفس الطفل للطلبة المعلمين و المساعدين. الجزائر.
7. د /أيمن أنور خولي. (1993). أصول التربية البدنية و الرياضية .
8. دسوقي، ك. (1972). علم النفس و دراسة التوافق. (éd. 2). بيروت: دراسة النهضة العربية.
9. رابح، ت. (1982). اصول التربية و التعليم. الجزائر.
10. زهران عبد السلام حامد: علم نفس النمو من الطفولة إلى المراهقة، عالم الكتب، القاهرة، ط1.
11. زيدان محمد مصطفى: النمو النفسي للطفل المراهق وأسس الصحة النفسية، الجامعة الليبية، ط1، 1972.
12. السيد، ف. ا. (1974). سيكولوجية الاجتماع. (éd. 3). القاهرة: درا الفكر العربي.
13. شارلز ، ابيوكر ، ترجمة د/حسن معوض و د /كمال. (1964). أسس التربية البدنية . مصر: مكتبة أنجلو.
14. طه، ع. ا. (1980). سيكولوجية الشخصية. القاهرة: مكتبة الخافجي.
15. عبد الرحمن عيساوي: "سيكولوجية النمو"، دار النهضة العربية، ب ط، لبنان، 1980.
16. عبد الغني الإيدي: "التحليل النفسي للمراهقة"، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، ب ط، لبنان، ب س.
17. عبد الغني الإيدي: "ظواهر المراهق وخفاياه"، دار الفكر للملايين، ط1، بدون بلد، 1995.
18. عدنان درويش و آخرون. (1994). التربية البدنية المدرسية - طبعة -. 3 دار الفكر العربي .

19. عوض , ع . م . (1990). الصحة النفسية و التوافق الدراسي . القاهرة : دار النهضة للطباعة و النشر.
20. عويص , خ . ا . (1997). الاجتماع الرياضي . القاهرة : دار الفكر العربي.
21. فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، دار الفكر العربي ، القاهرة، ط1، 1994.
22. القصر , ج . (1995). اتجاهات في التربية و التعليم .
23. لحر عبد الحق . (1993). مكانة و دور التربية البدنية و الرياضية في الجهاز التربوي الجزائري ، رسالة ماجستير . الجزائر : جامعة الجزائر ، معهد ت.ب.ر ، دالي براهيم .
24. محمد حسان علاوي: "علم النفس للتدريب والمنافسة الرياضية"، دار الفكر العربي، ب ط، مصر،
25. محمد , م . ح . (2004). مشكلة الصحة النفسية . الاردن : مكتبة دار الثقافة للنشر.
26. المليحي , ع . ا . (1971). النمو النفسي . بيروت : دار النهضة العربية.
27. مناة , ع . م . (1958). الشخصية و الصحة النفسية . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية.
28. النجيحي , م . ل . (1998). علم الاجتماع التربوية . (éd. 1) عمان : دار الشروق.

***"THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN THE
DEVELOPMENT OF THE PERSONAL COMPONENTS (MEASURING THE
STRENGTH OF CHARACTER) TO THE FINAL GRADE STUDENTS IN
MIDDLE SCHOOL (15-17 YEARS)."***

The study aims to determine the role of physical education and sports in the development of the personal components (measuring the strength of character) to the middle school students (15-17snh), as well as the differences compared to the ratios of higher rates of assessment in measuring the dimensions of the strength of character among students and practitioners of non-practicing physical education and sports , where he was imposing public search that make physical education and sports role in the development of the personal components (personal strength) at the intermediate level students (15-17snh), and the survey manner descriptive approach has been adopted, as in the research sample consisted of 230 pupils from secondary schools state camp was chosen on purpose, questionnaire was used as a research tool in addition to the statistical tools which were represented in the measurement Velin plant and the percentage in addition to the measures of central tendency, and was the most important results of the study made determining dimensions measure the strength of Alana pupils practitioners after motivation 37.67%, moral values 63.10 %, social interaction 59.64%, the mental processes 58.27%, self 54.64% confidence, self-concept 57.98%, respectively, while identified the dimensions of personal components of the sample non-exercise 66.08% mental processes, self-59.87%, and the ethical values of 59.82%, motivation 32.68 confidence %, 88.59% self-concept, social interaction and 09.50%, respectively, as defined in Alzlah difference between the arithmetic mean of the sample practice and practice is mentioned in the following dimensions (mental processes, motivation, self-confidence, social interaction)

Also recommended the Taliban completing the personal search of the components and methods of evaluation and framed and formation of the individual in the process is the most important to ensure the process of his life within the community in the future, this view of the suffering of the society on a social level in everyday life, as well as the adoption of physical education and sports as a way of training and supervision and construction of the individual in society.

"Physique et sportive Doraltbah dans le développement de la puissance du milieu Alana Tlamivalmrahlh (15-17snh)"

L'étude vise à déterminer le rôle de l'éducation physique et du sport dans le développement de la puissance des étudiants ego de collège (de 15-17snh), ainsi que les différences par rapport aux ratios de taux plus élevés de l'évaluation dans la mesure des dimensions de pouvoir entre les élèves praticiens Alana et des non-praticiens de l'éducation physique et des sports, comme la recherche publique faire que l'éducation physique et des sports rôle dans le développement de la puissance du milieu Alana Tlamivalmrahlh (15-17snh), et de l'approche descriptive a été adopté enquête manière, tel que représenté dans l'échantillon de 230 élèves du camp des moyennes de l'Etat a été choisi à dessein, l'échelle a été utilisée comme un outil de recherche en plus de outils statistiques qui ont été représentés dans la mesure du coefficient Velin et le pourcentage en plus des mesures de tendance centrale,

Taliban également recommandé de remplir la recherche de la puissance de l'ego et de méthodes d'évaluation et encadrée et la formation de l'individu dans le processus est le plus important pour assurer le processus de sa vie au sein de la communauté dans le futur, cette vue de la souffrance de la société sur le plan social dans la vie quotidienne, ainsi que l'adoption de l'éducation physique et le sport comme un moyen de formation et de supervision et la construction de l'individu dans la société.

"دور التربية البدنية و الرياضية في تطوير قوة الانا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17)-

17سنة)"

تهدف الدراسة الى تحديد دور التربية البدنية و الرياضية في تطوير قوة الانا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17سنة) ، كذا مقارنة نسب فوارق نسب التقييم العالي في ابعاد قياس قوة الانا بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية ، حيث أن البحث العام يدلي بأنه للتربية البدنية و الرياضية دور في تطوير قوة الانا لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (15-17سنة) ، و قد اعتمد المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، كما تمثلت عينة البحث في 230 تلميذ من متوسطات بولاية معسكر اختيرت عن قصد ، تم استخدام المقياس كأداة للبحث اضافة الى الادوات الاحصائية التي تمثلت في قياس معامل ذيلين و النسبة المئوية اضافة الى مقاييس النزعة المركزية ، كما أوصى الطالبان بإتمام البحث لقوة الأنا و اساليب تقويمها و تأطيرها و تكونها للفرد في مرحلة هي الالهم لضمان سيرورة حياته داخل المجتمع مستقبلا ، هذا بالنظر الى ما يعانيه المجتمع على المستوى الاجتماعي في الحياة اليومية ، كذا اعتماد التربية البدنية و الرياضية كمنهج للتكوين و التأطير و بناء الفرد في المجتمع.