

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم  
معهد التربية البدنية والرياضية  
قسم النشاط البدني الرياضي الترويحي  
بحث مقدم ضمن نيل شهادة الماستر في

## ك ت و

دور الأنشطة الترويحية الرياضية في التقليل من السلوك العدواني لدى  
تلاميذ المرحلة الثانوية (15، 17 سنة)

دراسة ميدانية أجريت ببعض ثانويات مدينة البيض

الأستاذ المشرف:

د/ شرارة العالية

من إعداد الطلاب:

كح بن سليمان العربي

كح نعيمة زكرياء

السنة الجامعية: 2018/2017

## \*\* إهداء \*\*

قال الله عز وجل:

﴿وَإِخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذَّلِيلِ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّهِمْ إِرْحَمَهُمَا كَمَا رَبَّيْنَاهُ صَغِيرًا﴾  
إلى أغلى امرأة في الوجود

إلى من تمررتني بعطفها وحضانها

إلى قرة العين أمي

إلى من كان سببا في وجودي

إلى من وهبني أعز ما أملك

إلى من علمني مبادئ الحياة وقيمها

إلى من ضحى بأغلى ما يملك كي أصل إلى ما وصلت إليه أبي الغالي

إلى إخوتي وأخواتي وإلى كل عائلة بن سليمان.

دون أن أنسى الأستاذة القديرة والمشرقة: شرارة العالية.

إلى كل الأصدقاء الذين لم أذكر أسماءهم سهوا

إلى كل دفعة التخرج موسم 2018-2019

إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل المتواضع

بن سليمان العربي

**\*\* إهداء \*\***

قال الله عز وجل:

﴿وَإِخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذَّلِيلِ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّهِمْ إِنَّهُمَا كَمَا رَبَّيْتُ بَنِي إِسْرَائِيلَ﴾

إلى أختي امرأة في الوجود

إلى من غمرتني بحبها وحناها

إلى قرة العين أمي ....

إلى من كان سببا في وجودي

إلى من وهبني أعز ما أملك

إلى من علمني مبادئ الحياة وقيمها

إلى من ضحى بأعلى ما يملك كي أصل إلى ما وصلت إليه أبي العالي

إلى إخوتي وأخواتي.

وإلى فريقتي المفضل إتحاد العاصمة.

إلى جميع عائلتي ورفقائي.

دون أن أنسى الأستاذة القديرة والمشرقة: \*شراة العالمة\*

إلى كل الأصدقاء الذين لم أذكر أسماءهم ساهموا

إلى كل دفعة التخرج موسم 2017-2018

إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل المتواضع

**نعيمه زكرياء**

# شكر و عرفان

نشكر الله سبحانه وتعالى على فضله وتوفيقه لنا ، والقائل في محكم

التنزيل

{ إِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ ... } الآية رقم: (07)

سورة إبراهيم

كما نتقدم بالشكر الخالص إلى الدكتور المشرف : "هزاره العالیه" الذي سملنا لنا طريق العمل ولو بهذل علينا بنصائحها القيمة ، فوجعنا حين الخطأ وشجعنا حين الصواب ، فكان نعم المشرف

كما أتقدم إلى كل من ساعدنا في إنجاز هذا العمل من قريب أو من بعيد من أهل أو إخوان ولو بكلمة أو دعاء، وأتقدم بالشكر الجزيل إلى طاقم وأعضاء معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، وإلى كل من أعاننا من الأساتذة والطلبة. وفي الأخير أتمنى من الله عز وجل أن يرشدنا إلى سواء السبيل ويحقق هدفنا النبيل، فإن أصبنا فمن الله وحده وإن أخطأنا فمننا والشيطان.

### ملخص الدراسة:

تناولنا في الدراسة الحالية دور الأنشطة الترويحية الرياضية في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (17،15 سنة)، وذلك هي تهدف إلى معرفة دور النشاط البدني الرياضي التربوي لتقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، و دور النشاط البدني الرياضي التربوي في خلق التنافس الاجتماعي لدى تلاميذ المستوى ثانوي ، دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية روح الجماعة لدى تلاميذ المستوى ثانوي بسط طرق اختيار فرص متكافئة لمجتمع البحث كما إنها تعتبر من أبسط طرق اختيار العينة ، و قد قمنا بوضع الفرضيات التالية: للأنشطة الترويحية لها دور في تقليل من السلوكيات العدوانية من خلال البعد التعليمي في المرحلة الثانوية بمدينة البيض ، للأنشطة الترويحية لها دور في تقليل من السلوكيات العدوانية من خلال البعد التعليمي في المرحلة الثانوية بمدينة البيض.

المرحلة الثانوية بمدينة البيض ، وقد استخدمنا في بحثنا هذا الاستبيان الموجه للتلاميذ و هذا لجمع المعلومات التي تساعدنا في الوصول إلى الإجابات عن أسئلتنا ، وقد تبنت الدراسة المنهج الوصفي حيث يعرف أحد أشكال التحليل و التغيير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة و تصويرها كميًا عن طريق جمع البيانات و معلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة و تلخص الأساليب الإحصائية فيما يلي : اختبار كا 2 الجدولية ، مستوى الدلالة ، ودرجة الحرية. وقد أسفرت النتائج النهائية ان الأنشطة الترويحية الرياضية في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (17،15 سنة)، و إن النشاط البدني الرياضي التربوي يعمل على تحقيق مبدأ التعاون الاجتماعي، خلق التنافس الاجتماعي و وتنمية روح الجماعة لدى تلاميذ مستوى ثانوي ، وبذلك تكون نسبة تحقق فروض البحث بنسبة إيجابية وقد فسرت النتائج ونوقشت على ضوء مقابلتها بالفرضية و مقارنتها بالدراسات السابقة و المشابهة و بذلك تكون نسبة تحقق الفروض كاملة.

## Résumé

Résumé de l'étude: Dans l'étude en cours, nous avons pris le rôle des activités récréatives sportives dans la réduction des comportements des élèves du secondaire (17, 15 ans), afin qu'ils visent à connaître le rôle du sport physique et de l'activité éducative pour réduire les comportements agressifs des élèves du secondaire et le rôle de l'activité L'éducation mathématique physique dans la création de la concurrence sociale parmi les étudiants de niveau secondaire, le rôle du sport physique et de l'activité éducative dans le développement de l'esprit communautaire chez les élèves du secondaire afin de simplifier les méthodes de sélection de l'égalité des chances pour la communauté de recherche et c'est l'une des méthodes les plus simples de sélection de l'échantillon, et nous avons mis les hypothèses suivantes : Les activités ont un rôle dans la réduction des comportements à travers la dimension d'apprentissage au niveau secondaire dans la ville d'Al-Bayadh, pour les activités qui ont un rôle dans la réduction des comportements de l'adulte par la dimension d'apprentissage au niveau secondaire dans la ville des oeufs. École secondaire dans la ville d'Al-Bayadh, nous avons utilisé ce questionnaire pour les étudiants de recueillir des informations qui nous aide à atteindre les réponses à nos questions, et l'étude a adopté la méthode descriptive où il définit une forme d'analyse et de changement scientifique organisé pour décrire un phénomène ou un problème spécifique et photographié Quantitativement en recueillant des données et des informations codifiées sur le phénomène ou le problème et en résumant les méthodes statistiques suivantes: le test  $Ka-2$ , le niveau sémantique et le degré de liberté. À la suite des résultats finaux, les activités sportives récréatives dans la réduction des comportements agressifs chez les élèves du secondaire (17, 15 ans), et l'activité physique des sports éducatifs de travail pour atteindre le principe de la coopération sociale, la création de la concurrence sociale et le développement de l'esprit communautaire parmi les élèves du niveau Secondaire, de sorte que le pourcentage d'affectations de recherche est positif et les résultats sont interprétés et discutés à la lumière de son entrevue avec l'hypothèse et par rapport à des études antérieures et similaires et donc le rapport des hypothèses complètes.

## Summary

Summary of the study: In the current study, we have taken up the role of sports recreational activities in the reduction of the behaviours of secondary students (17, 15 years), so that they aim to know the role of physical sports and educational activity to reduce the aggressive behaviors of secondary school students and the role of activity Physical mathematical education in the creation of social competition among secondary level students, the role of physical sports and educational activity in the development of the community spirit among pupils of the secondary level to simplify the methods of selecting equal opportunities for the research community and it is one of the simplest methods of selecting the sample, and we have set the following hypotheses :

The activities have a role in the reduction of the behaviours through the learning dimension at the secondary level in the city of al-Bayadh, for activities that have a role in reducing the behaviors of the adult through the learning dimension at the secondary level in the city of eggs. Secondary school in the city of al-Bayadh, we have used this questionnaire for students to collect information that helps us to reach answers to our questions, and the study adopted the descriptive method where it defines a form of analysis and scientific change organized to describe a phenomenon or specific problem and photographed Quantitatively by collecting data and codified information about the phenomenon or problem and summarizing the statistical methods in the following: The  $Ka-2$  test, the semantic level, and the degree of freedom. As a result of the final results, sports recreational activities in the reduction of aggressive behaviours among secondary school pupils (17, 15 years), and the physical activity of educational sports work to achieve the principle of social cooperation, creating social competition and the development of the community spirit among pupils of the level Secondary, so that the percentage of research assignments is positive and the results are interpreted and discussed in the light of her interview with the hypothesis and compared to previous and similar studies and thus the ratio of the complete hypotheses....

## قائمة الجداول

الصفحة	اسم الجدول	الرقم
68	يمثل نتائج معامل الارتباط	01
73	يبين اجوبة تلاميذ على أسئلة محور الأول	02
74	يبين نتائج كاي تربيع للمحور الأول	03
76	يبين اجوبة تلاميذ على أسئلة محور الثاني	04
78	يبين نتائج كاي تربيع للمحور الثاني	05
80	يبين اجوبة تلاميذ على أسئلة محور الثالث	06
86	يبين نتائج كاي تربيع للمحور الثالث	07

## قائمة الأشكال

الصفحة	اسم الشكل	الرقم
74	يبين اجوبة تلاميذ على أسئلة محور الأول	01
77	يبين اجوبة تلاميذ على أسئلة محور الثاني	02
80	يبين اجوبة تلاميذ على أسئلة محور الثالث	03

## قائمة المحتويات

- إهداء.....أ.
- شكر وتقدير.....ب.
- ملخص المذكرة باللغة العربية.....ت.
- الملخص باللغة الفرنسية.....ث.
- الملخص باللغة الإنجليزية.....ج.
- قائمة الجداول.....ح.
- قائمة الأشكال.....خ.
- قائمة المحتويات.....د.

## التعريف بالبحث

- 1- مقدمة.....1
- 2- مشكلة الدراسة.....4
- 3- فرضيات الدراسة.....5
- 4- أهداف الدراسة.....6
- 5- أهمية الدراسة.....7
- 6- أسباب اختيار الموضوع.....7
- 7- تحديد المفاهيم والمصطلحات.....8
- 8- الدراسات المرتبطة والمشابهة.....9

## الباب الأول: الجانب النظري

### الفصل الأول: الأنشطة الترويحية

- تمهيد.....14
- 1-1- الترويح.....15
- 1-1-1- أنواع الترويح.....16
- 1-2-1- نشاط الترويح الفعال.....16
- 1-2-2-1- نشاط تروحي غير فعال.....16
- 1-3-1- أقسام الترويح.....16
- 1-3-1-1- الترويح الثقافي.....17

17.....	1-3-2- نظرية الاسترخاء والتخلص من المتاعب والتوترات
18 .....	1-3-3- الترويح الإجتماعي
19 .....	1-3-4- الترويح الخلوي
19.....	1-3-5- الترويح الرياضي
20 .....	1-3-6- الترويح العلاجي
20.....	1-3-7- الترويح التجاري
21.....	1-3-8- الترويح والإسترخاء
22.....	1-4- أهمية الترويح
22.....	1-4-1- الألعاب البيولوجية
22.....	1-4-2- الأهمية النفسية
24.....	1-3-4- الأهمية الإجتماعية
24.....	1-4-4- الأهمية التربوية
25.....	1-4-5- الأهمية الاقتصادية
26.....	1-4-6- الأهمية السياسية
26.....	1-4-6-1- الرياضة والترويح محليا
27.....	1-5- نظريات الترويح
28.....	1-5-1- نظرية الطاقة الفائضة
28.....	1-5-2- نظرية الإعداد
29.....	1-5-4- نظرية الترويح
30.....	1-8- نظرة الغريزة
32.....	خلاصة

## الفصل الثاني: المراهقة والسلوكيات العدوانية.

34.....	تمهيد
35.....	2-1- التعريف اللغوي للمراهقة
35.....	2-2- التحديد الزمني للمراهقة

- 35.....3-2-1- مرحلة المراهقة المبكرة (12-15 سنة).....
- 35.....2-2-2- مرحلة المراهقة الوسطى من (16-18 سنة).....
- 35.....2-2-3- مرحلة المراهقة المتأخرة من (18-21 سنة).....
- 36.....2-3- أهمية دراسة مرحلة المراهقة.....
- 36.....2-4-1- المراهقة الهادئة ( المتوافقة).....
- 36.....2-4-2- المراهقة الانسحابية المنطوية.....
- 37.....2-4-3- المراهقة العدوانية المتمرد.....
- 37.....2-4-4- المراهقة المنحرفة.....
- 38.....2-4- القلق عند المراهق.....
- 38.....2-7- خصائص النمو في مرحلة المراهقة.....
- 39.....2-7-1- النمو الجسمي.....
- 40.....2-7-3- النمو العقلي المعرفي.....
- 42.....2-7-5- النمو الأخلاقي.....
- 42.....2-8- مفهوم السلوك العدواني.....
- 43.....2-9- أسباب السلوك العدواني.....
- 43.....2-9-1- الأسباب النفسية.....
- 44.....2-9-1-2- الإحباط.....
- 44.....2-9-1-3- الغيرة.....
- 45.....2-9-1-4- الشعور بالنقص.....
- 45.....2-9-2- الأسباب الاجتماعية.....
- 46.....2-9-2-1- الأسرة.....
- 46.....2-9-2-2- المدرسة.....
- 47.....2-9-3- العدوان على طريق النموذج.....
- 47.....2-10- أنواع العدوان.....
- 48.....2-10-1- العدوان العدائي.....
- 48.....2-11- العوامل المثيرة للعدوان.....
- 49.....2-11-1- الشعور بالألم.....
- 49.....2-11-2- المهاجمة او الإهانة الشخصية.....
- 50.....2-11-4- الشعور بعدم الراحة.....
- 50.....2-11-5- الإستثارة والغضب والأفكار العدائية.....
- 51.....2-12- نظرية السلوك العدوان.....

51	1-12-2 نظرية العدوان كغريزة.....
54	13-2 العوامل التي تؤثر في السلوك العدواني.....
55	2-13-2 الإحباط.....
55	4-13-2 الغزو.....
56	5-13-2 العوامل الشخصية المسببة للسلوك العدواني.....
57	14-2- علاج السلوك العدواني.....
57	1-14-2 العلاج النفسي.....
58	2-14-2 العلاج السلوكي.....
59	3-14-2 العلاج الطبي.....
59	4-14-2 العلاج الديني.....
61	خلاصة.....

## الباب الثاني: الجانب التطبيقي

### الفصل الأول: الإجراءات البحث

64	تمهيد.....
64	1-1- المنهج المتبع في الدراسة.....
65	2-1- مجتمع الدراسة.....
65	3-1- عينة الدراسة.....
65	1-3-1 طريقة اختيار العينة.....
65	2-3-1 ضبط متغيرات أفراد العينة.....
66	4-1- الدراسة الاستطلاعية للاختبار.....
66	5-1- أدوات البحث.....
66	1-5-1 تعريف الاستبيان.....
66	2-5-1 الهدف من إعداد الاستبيان.....
66	3-5-1 خطوات إعداد الاستبيان.....
67	6-1- الأسس العلمية للاختبار.....
67	1-6-1 الثبات.....
68	2-6-1 صدق الاختبار.....
68	1-2-6-1 الصدق الظاهري.....
68	2-2-6-1 صدق المحتوى (المحكمين).....

69.....	1-6-2-3- الصدق الذاتي.....
69.....	1-6-3- الموضوعية.....
69.....	1-7-7- متغيرات الدراسة.....
69.....	1-7-1- المتغير المستقل.....
69.....	1-7-2- المتغير التابع.....
69.....	1-8-8- مجالات الدراسة.....
69.....	1-8-1- المجال الجغرافي.....
69.....	1-8-2- المجال البشري.....
69.....	1-8-3- المجال الزمني.....
70.....	1-9- الأدوات الإحصائية.....

## الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج الدراسة

72.....	تمهيد.....
73.....	1-2- عرض و تفسير نتائج المحور الاول.....
75.....	2-2- عرض و تفسير نتائج المحور الثاني.....
78.....	2-3- عرض و تفسير النتائج المحور الثالث.....
81.....	2-2- مناقشة الفرضيات ومقابلتها بالنتائج.....
82.....	2-2-1- مناقشة و تفسير النتيجة الخاصة بالفرضية الأولى.....
83.....	2-2-2- مناقشة و تفسير النتيجة الخاصة بالفرضية الثانية.....
84.....	2-2-3- مناقشة و تفسير النتيجة الخاصة بالفرضية الثالثة.....
86.....	2-3- الإقتراحات والتوصيات.....
87.....	الخلاصة.....

قائمة المصادر و المراجع .

الملاحق.

## مقدمة :

نظرا للانتشار الواسع لجميع الرياضات في مختلف أنحاء العالم, وبعد إدراكهم لأهميتها جعلت من هذا الانتشار إقبال العديد من ممارسيها ومشاهديها, كما تعتبر واحدة من أهم العلوم العصرية التي بدأ الإقبال عليها على المستوى المهني والترويحي حيث ظهرت في الساحة الرياضية في السنوات الأخيرة عدة مفاهيم جديدة خاصة بالمجتمع الرياضي بصفة عامة مثل السلوكيات العدوانية, مما أدى إلى تأثيرها سلبا في جميع أوساط المجتمع وخاصة من طرف المراهقين بجميع مراحلهم, وخصوصا في مرحلة المراهقة المبكرة التي هي أهم مرحلة عمرية لبروز ظاهرة السلوك العدواني وهي أصعب مرحلة يمر بها الإنسان في حياته لأنها تشمل على عدة تغيرات عقلية وفزيولوجية وانفعالية, حيث تقوم الرياضة بمختلف أنواعها بدور متميز في مكافحة هذه الظاهرة, لاسيما الرياضات الجماعية التي وضعت لها قوانين ولوائح وأنظمة التي تحاول الحد من مظاهر السلوك العدواني , ولذلك ارتأينا في دراستنا هذه على البحث عن دور الأنشطة الترويحية في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى الطور الثانوي والتي نهدف من خلالها الى إبراز دور الأنشطة الترويحية ( العبد التعليمي البعد الإنفعالي ) في التقليل من الإحباط والغضب لدى التلاميذ, والفائدة العلمية التي تحملها هذه الدراسة في البحث العلمي, لذلك قسمنا دراستنا إلى بابين, الأول كان نظري والثاني كان تطبيقي.

حيث الباب النظري يتكون من فصلين الإثنين, الفصل الأول يتمحور حول الأنشطة الترويحية من حيث مفهومها وثوابتها وخصائصها ومميزاتها وأهميتها وأهدافها وأنواعها و خصوصا رياضة الأنشطة ترويحية الرياضية, أما بالنسبة للفصل الثاني تناولنا فيه

السلوكات العدوانية من حيث مفهومها وأساليبها وأسبابها وطرق علاجها , وكذاك تم فيه اطرقت إلى خصائص المراهقة ( 15-17 ) سنة ومشاكلها ودوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى هذه الفئة .

أما الباب التطبيقي يتكون من فصلين الفصل الأول يحتوي على طرق ومنهجية البحث والفصل الثاني يدور حول عرض النتائج وتحليلها واستنتاجاتها , وفي الأخير توصلنا إلى أن الأنشطة الترويحية الرياضية لها دور في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهقين .

# الفصل التمهيدي

### - مشكلة البحث:

تعتبر الانحرافات السلوكية في المؤسسات التربوية من أكثر القضايا التي تشغل بال التربويين على جميع الأصعدة هذه الأيام. فقلة احترام الأساتذة، وانعدام الانصياع للتعليمات، والقيام بسلوكيات عدوانية اتجاه الآخرين، والسلوكيات السلبية المختلفة في قاعة الدراسة صارت من الظواهر المألوفة التي يواجهها الأستاذ. إذ أن قلة انتباه التلاميذ والانشغال بسلوكيات تخريبية مزعجة داخل قاعة الدراسة وتسبب انهماك الأستاذ بكبح هذا العمل مستخدماً طرقاً تضر بسير العملية التربوية. فالأستاذ الذي يشوش تركيزه وينزعج نتيجة الفوضى التي يحدثها بعض التلاميذ قد يضطر تحت لحظات الضغط الممزوج بالغضب، إلى معاقبة هؤلاء التلاميذ من خلال الصراخ المتواصل عليهم أو توجيه الإهانة لهم، أو استخدام أسلوب الشتم أو الضرب .

فانتشار السلوكيات الانحرافية في المجال المدرسي يعد تجسيدا عمليا لفشل عملية التنشئة الاجتماعية المدرسية، إذ أصبح المتعلمون في إطارها لمجموعة من السلوكيات، والقيم السلبية وقد يؤدي بهم ذلك إلى التأثر بهذه السلوكيات والمواقف القيمية، وممارستها في حياتهم الدراسية بل قد يؤدي بهم ذلك إلى تمثيلها واستبطنها للحول بعد ذلك إلى اتجاهات وقيم وسلوكيات ترافقهم طيلة حياتهم :كتعلم العنف، والغش، والانحراف، وتعاطي المخدرات، والتدخين، والتهاون في العمل والهروب من المدرسة، أو التغيب الاختياري عن الدروس.

ويرى عبد العزيز الشثري (2001) أنه يمكن عن طريق الترويج المنظم توجيه الشباب إلى ما يبعدهم عن السلوك الانحرافي أو الاجرامي العدواني وذلك عن طريق إشغالهم بما يملأ عليهم أوقاتهم ويقلل من الاتجاهات الانحرافية لديهم وتوجيه طاقاتهم لما هو مفيد وممتع مما قد يؤدي بالتالي إلى تخفيف نسبة الانحراف والجريمة في

المجتمع بوجه عام ونظرا لأهمية الترويح في المجتمع اتجهت الدول المتقدمة إلى إدخال موضوعات الترويح وسبل الاستثمار في وقت الفراغ ضمن مقرراتها الدراسية، فالتربية لوقت الفراغ ليس إضافة منهج على المناهج التعليمية المكدسة ولكنه يجب أن يكون متصل بالمواد التي تدرس فعليا لزيادة وعى الافراد بأهمية الاستثمار في وقت الفراغ ومدى تأثيره الإيجابي على المجتمع والسعادة التي تعود على الأفراد نتيجة ممارستهم لأنشطة

ولهذا الفرض تم طرح التساؤل العام التالي:

هل لممارسة الترويح الرياضي دور ايجابي في التقليل من السلوكات العدوانية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (15-17) بمدينة البيض ؟  
ويندرج تحت هذا التساؤل التساؤلات الفرعية الآتية:

1- ما دور الأنشطة الترويح الرياضي في تقليل من السلوكات العدوانية على البعد السلوكي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

2- ما دور الأنشطة الترويح الرياضي في تقليل من السلوكات العدوانية على البعد التعليمي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ؟

3- ما دور الأنشطة الترويح الرياضي في تقليل من السلوكات العدوانية على البعد الإنفعالي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ؟

2-فرضيات البحث :

2-1- فرضيات العامة :

تسهم الممارسة الترويحية الرياضية في التقليل من مظاهر السلوكيات العدوانية بكل أشكاله السلوكي والتعليمي والانفعالي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (15-17سنة) في مدينة البيض.

2-2-الفرضيات الجزئية :

2-2-1-للأنشطة الترويحية الرياضية دور في تقليل من السلوكيات العدوانية على البعد السلوكي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

2-2-2-للأنشطة الترويحية الرياضية دور في تقليل من السلوكيات العدوانية على البعد التعليمي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

2-2-3-للأنشطة الترويحية الرياضية دور في تقليل من السلوكيات العدوانية على البعد الإنفعالي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

3-أهداف البحث :

3-1- الكشف عن أهم أنواع السلوكيات العدوانية المنتشرة في المدارس الثانوية (الجانب التعليمي، الانفعالي، السلوكي).

3-2- محاولة تشخيص أسباب الانحراف لدى المراهقين بمدينة البيض

والدوافع الأساسية لولوج عالم الانحراف من طرف هذه الفئة الحساسة في المجتمع .

3-3 - محاولة وضع إستراتيجية تعتمد على التربية الترويحية عن طريق

ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لمواجهة السلوكيات العدوانية في الوسط التربوي في مرحلة التعليم الثانوي.

### 4- أسباب اختيار الموضوع :

نظرًا للانتشار الرهيب للمختلف السلوكيات الانحرافية لدى المراهقين في الوسط التربوي وخاصة في المرحلة الثانوية، وهذا ما أكدته مختلف الدراسات والأبحاث المذكورة سلفاً، وكذلك من خلال الأرقام وإحصاءات المقدمة من طرف المصالح الأمنية (الدرك الوطني والأمن الوطني) حسب التقارير الدورية المقدمة لجميع وسائل الإعلام والصحافة.

كذلك ما أثبتته الدراسات العلمية التي قام بها علماء التربية البدنية والرياضية، وكذلك مختلف الدراسات الميدانية والمخبرية التي أظهرت الآثار الإيجابية لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على شخصية الفرد الممارس لها وكذلك النواحي الجسمية والفسولوجية والذي تم التطرق إليه داخل فصول هذه الدراسة .

### 5- أهمية الموضوع :

مع تزايد السلوكيات الانحرافية في المدارس الجزائرية بكل أشكالها وأنواعها وكذلك استفحال هذه الظاهرة على وجه الخصوص لدى فئة المراهقين، وأحبين أن نعتمد مقاربة وقائية من خلال لفت كل الفاعلين إلى أهمية ممارسة مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية باعتبارها متنفس للجميع، ويمكن تقسيم أهمية الدراسة إلى أهمية نظرية وأهمية تطبيقية.

### 5-1- تمكن هذه الدراسة كل الفاعلين في الساحة التربوية من أساتذة

ومرشدين تربويين وأخصائيين نفسانيين والمسؤولين وأولياء الأمور إلى تزويدهم بالأساليب المستعملة في هذه الدراسة للحد من هذه المظاهر السلوكية الغير مرغوب فيها والمنتشرة في المجتمع.

5-2- لفت انتباه المسؤولين وكل من لديه اهتمام بالموضوع إلى أهمية ممارسة

مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية باعتبارها متنفس للجميع

5-3- يجب استثمار وقت الفراغ بالطريقة الايجابية والنافعة، وتبيان أهمية

المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية كأداة للوقاية من الانحراف.

**6- تحديد المفاهيم والمصطلحات:**

**6-1- الأنشطة الترويحية الرياضية :**

هي لفض يطلق على نشاط بدني الذي يختاره و يمارسه الفرد بنفسه ويقوم به

في وقت الفراغ بهدف تحقيق متعة وسرور على نفسه و الآخرين .

**6-2- الترويح :**

الترويح: يدل على إشباع حاجات الإنسان الأساسية كالطعام أو الحاجة إلى

الأمن والطمأنينة أو الابتكار أو المغامرة وغيرها من الحاجات الأساسية للإنسان .

والترويح يشمل كل ما يقوم به الإنسان مجرد رغبته في ذلك على أن يكون هذا

النشاط إنسانياً مقبولاً نافعاً .(قاسم حسن حسين، ص 212 ، 1998)

**الرياضة الترويحية :**

نشاط رياضي يختاره الفرد في وقت فارغه، ويمارسه للتسلية والمتعة والصحة

دون قيود أو شكليات . (مجمع اللغة العربية 100، ص 2004) .

**6-3 السلوكيات العدوانية:**

يشير معن خليل عمر،(م 1998) بأن الانحراف السلوكي أحد المؤشرات

الاجتماعية التي تدلنا على وجود مشكلات اجتماعية قائمة داخل المجتمع وتوضح

أيضا بأنه هناك من الأفراد ممن لا يتماثلون مع التوقعات الدورية المرتبطة بمكانتهم

الاجتماعية التي يشغلها الفرد أكثر من كونه مرتبطا بالمعايير الاجتماعية والقيم

والآداب الاجتماعية العامة. إذ لكل دور متطلباته الخاصة به فإذا لم يلتزم الفرد بها ويؤديها حسب ضوابطها الاجتماعية لذا فإن وسائل الضبط الاجتماعية تعمل على إعادة المنحرف (سلوكيا عن دوره) إلى مستلزمات دوره. (معن خليل عمر، ص 173، 1998).

### 7- الدراسات السابقة والمثابفة:

إن التطرق إلى الدراسات السابقة هو عامل مساعد للبحث وهذا لمعرفة ما وفر الباحثون من آراء ونظريات ومعارف ومعلومات تساهم في توفير قاعدة للباحثين للانطلاق في إعداد بحثهم هذا.

كلما أقيمت دراسة علمية لاحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها، وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة ببعضها البعض، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد .

ومن مواضيع التي سبقت وتناولت بعض الجوانب لهذا الموضوع نجد الدراسات الآتي ذكرها:

دراسة زمالي محمد وبهالي جمال الدين ( 2006\_2007 ) " واقع الرياضات الجماعية

لدى الأقسام النهائية من المرحلة الثانوية"، والتي تهدف إلى إظهار مخلفات تهميش تدريس الرياضات الجماعية ، و إظهار أهمية الرياضات الجماعية في تحقيق الأهداف المسطرة وأداء المربي، و معرفة السلبيات التي تنتج عن إهمال الرياضات الجماعية وأهمية تدريس الرياضات الجماعية في تطوير المهارات الأساسية ومن الجوانب البدنية والاجتماعية، وستخدم المنهج الوصفي على عينة الأقسام النهائية من المرحلة الثانوية وتوصل إلى إن إهمال ممارسة الرياضات الجماعية عند التلاميذ هو أحد أسباب

ضعف مستوى التلاميذ في مادة التربية البدنية والرياضية من عدة جوانب أهمها الجانب المهاري والنفسي والاجتماعي، وإيجابيات ممارسة الرياضات الجماعية بالنسبة لتلاميذ متعددة ومتنوعة حيث لها دور ايجابي في مختلف الجوانب النفسية والاجتماعية والمهارية والبدنية (زمالي محمد، 2007، صفحة 12).

ودراسة مرابطي أحمد ومداني بوزيان وزناتي محمد ( 2006\_2007 ) " قياس أبعاد العدوان الرياضي ومقارنته بين تلاميذ الطور الثالث ( 13\_15 سنة ) " وتهدف إلى قياس درجة أبعاد السلوك العدواني الرياضي عند تلاميذ ( 13\_15 سنة ) ، ومعرفة وتحديد أبعاد السلوك العدواني عند هذه الفئة ، و مقارنة أبعاد السلوك العدواني الرياضي بين الولايات ، وتوصل إلى أن تلاميذ الطور الثالث لايمتازون بالسلوك العدواني الرياضي خلال نشاط التربية البدنية والرياضية، وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية مابين الولايات لأبعاد مقاييس السلوك العدواني الرياضي ( وآخرون، 2006).

ودراسة بجاوي دراجي وكركادن عبد الحق وعفرون مهانة ( 2003\_2004 ) " دور الرياضات الجماعية في تهذيب السلوكات العدوانية لدى تلاميذ الطور الثالث " (12\_15) سنة والتي تهدف إلى إبراز دور الرياضات الجماعية في بناء شخصية المراهق، وإبراز أهمية مرحلة المراهقة والتغيرات التي تطرأ عليها فبناء شخصية الفرد وإبراز دور الرياضات الجماعية في تقويم وتهذيب سلوكات المراهقين، وإبراز خطورة السلوكات العدوانية والمخاطر التي يمكن أن تلحقها بالفرد والمجتمع، وتستخدم المنهج الوصفي على عينة تلاميذ الطور الثالث (12\_15) سنة، وتوصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والغير الممارسين فيما يخص السلوك المادي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والغير الممارسين فيما يخص السلوك اللفظي، وعدم وجود فروق

ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والغير الممارسين فيما يخص السلوك العدواني الرمزي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضات الجماعية والغير الممارسين فيما يخص التحكم الانفعالي )  
بجاوي دراجي وآخرون ، 2004 .

### تعليق عن الدراسات السابقة:

لقد تطرقت الدراسات السابقة الذكر إلى جوانب عديدة متعلقة بالسلوكات العدوانية والأنشطة الترويحية من خلال الرياضات الجماعية التي تناولتهم من عدة جوانب، فدراسة زمالي محمد وبوهالي جمال الدين التي تطرقت إلى موضوع: " واقع الرياضات الجماعية لدى الأقسام النهائية " حيث ركزت الدراسة على تقديم دراسة علمية حول إظهار أهمية الرياضات الجماعية ومعرفة السلبيات التي تنتج عن إهمال الرياضات الجماعية.

أما دراسة مرابطي وآخرون فقد تطرقت إلى موضوع " إبعاد العدوان الرياضي ومقارنته بين تلاميذ الطور الثالث ( 12-15) " حيث تناولت في هذا الموضوع معرفة وتحديد أبعاد السلوك العدواني عند هاده الفئة، ودراسة بجاوي وآخرون فقد تطرقت إلى موضوع " دور الرياضات الجماعية في تهذيب السلوكات العدوانية لدى التلاميذ الطور الثالث ( 12-15) " حيث تناولت دور الرياضات الجماعية في تقويم وتهذيب سلوكات

العدوانية لهذه الفئة، وعلى هذا الأساس قمنا بدراسة دور الرياضات الجماعية في تقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهقين ( 12-15)، ولقد استفدنا من خلال هذه الدراسات بجعلها نظرية خلفية لموضوعنا هذا كما أفادت أيضا في الوصول إلى صياغة النهائية للإشكالية الدراسة وكذا تحديد المنهج العلمي المناسب لهذه الدراسة.

## التعريف بالبحث

---

- بجاوي دراجي وآخرون . (2004). دور الرياضات الجماعية في تهذيب السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ الطور الثالث (12-15 سنة). الجزائر: قسم التربية البدنية والرياضية بدالي إبراهيم .
- زمالى محمد. (2007). واقع الرياضات الجماعية لدى الأقسام النهائية من المرحلة الثانوية. وهران: مذكرة ليسانس..معهد التربية البدنية والرياضية. جامعة العلوم التكنولوجية محمد بوضياف.
- محمد مرابطي وآخرون. (2006). قياس أبعاد العدوان الرياضي ومقارنته بين تلاميذ الطور الثالث (12-15 سنة). مستغانم: معهد التربية البدنية والرياضية. بجامعة عبد الحميد بن باديس.

الباب الأول

الجانب النظري

الفصل الأول

الأسئلة الترويضية

1. تمهيد

إن مما يميز العصر الذي نعيشه نشوء ظاهرة وقت الفراغ في الحياة الأفراد والمجتمعات بشكل تستدعي الوقوف عندها ودرستها، ورصد متغيراتها ومدى تأثيرها على مستوى الأفراد والمجتمعات على حد سواء.

ولقد صاحب هذه الظاهرة تزايد وتطور الوسائل الترويحية، وإستحداث وسائل جديدة لشغله، فأصبح لدى المجتمعات سيل منهم من الوسائل الترويحية، إنطلق معها الإنسان بحثاً عن الراحة و المتعة وتخفيفاً عن العناء الذي يعنيه في الحياة.

وإن كان لوقت الفراغ أهمية بالغة حيث هو اللاستحمام و الترويحية، فيه يستبعد الشخص عن طريق الترويحية نشاطه فتزداد حيويته وينمو إنتاجه في كل المجالات، ومن خلاله يمكن الإرتقاء بالفرد وتنمية شخصيته بصورة متوازنة ومتكاملة، وإذا كان لوقت الفراغ هذه الأهمية فقد إهتم الإسلام بوقت الفراغ ودعا إلى إغتنامه وإستغلال الأمثل، وفي عدا يقول الرسول ﷺ " إغتتم خمسا قبل خمس؛ شبابك قبل سقمك، وفراغك قبل شغلك وحياتك قبل موتك

وكذلك إرتأينا أن نسلط الضوء على مفهوم الترويحية، وأقسامه والتعرف على أهم أهدافه وإلى مدى أهميته من ممارسته.

1- مفهوم الترويح :

إن كلمة الترويح بلفظها العربي لم تستخدم إلا قليلا في الكتابات الإجتماعية العربية، بل إستخدمت في مكانها ألفاظا أخرى مثل: الفراغ، اللّهُو، اللعب وهي في اللغة العربية مشتقة من فعل "راح" ومعناها السرور والفرح (r-m de casabinca, 1968, p. 42)

وعادة ما يستخدم هذا المفهوم الفراغ و الترويح بنفس المعنى وحقيقة يمارس النشاط الترويحي في وقت الفراغ، ولكن ليست كل الأنشطة وقت الفراغ أنشطة ترويحية، فإن لم يتسم النشاط الذي يمارسه الفرد في وقت فراغه بأنه نشاط هادف وبناء وينمي إمكاناته الجسمانية أو الذهنية أو العاطفية ويهدف إلى مساعدة الشخصية فلا يمكننا أن نعتبره نشاطا ترويحيا (خفاهي محمد عبد السلام ، 1993 ، صفحة 121).

وتناوله بالدراسة الآراء حول مفهوم الترويح حتى نتمكن من فهمه وفقا لإتجاهات المعاصرة في المجال التربوي والإجتماعي.

-يرى " gardon " أن الترويح **recreation** يعني النشاط والأعمال التي يقوم بها الفرد أو الجماعة من خلال وقف الفراغ (الوقت الحر). ( I gardon el klopon , 1976, p. 88)

- ويرى "auge" تسليات و إنشغالات نتعاطفها بمحض إرادتها أثناء وقت لا يجوزه العمل العادي. (paul foul quie, 1978, p. 203)

-الترويح هو ظرف إنفعالي ينتاب الإنسان وينتج من الإحساس بالوجود الطيب في الحياة ومن الرضى وهو يتصل بمشاعر كالإجادة، الإنجاز، الإنتعاش، القبول، النجاح، القيمة الذاتية، السرور وهو يدعم الصورة الإيجابية للذات كما أنه يستجيب للخبرة الجمالية، تحقيق الأعراض الشخصية والتغذية الراجعة من الآخرين، وهو أنشطة مستقلة للفراغ مقبولة إجتماعيا (جمال درويش وأمين الخوني، 2001، صفحة 122).

-فالنشاط الترويحي هدفه الأول والأخير هو السعادة الشخصية التي يشعر بها الفرد من خلال ممارسة النشاط الترويحي.

## 1-2 أنواع الترويح :

لقد تعددت الأنشطة الترويحية وتنوعت أشكالها فمنها الفكرية ومنها البدنية ومنها العاطفية أو الفردية و الجماعية أو المفيدة و العابرة، وذلك لأن النشاط الانساني المبدع بتحديد باستمرار على أي حال فإنها سنتعرض الى أهم التقسيمات، فقد قسم أحد الباحثين إلى :

1-2-1 نشاط الترويح الفعال "loisir passif actif" ويدل على النشاطات الترويحية المبدعة كالرياضة والغذاء والرسم .....الخ.

1-2-2 نشاط تروحي غير فعال "loisir passif" وهو نشاط غير عمل يقف

صاحبه موقف المتفرج أو المستمع .(lain touraine, 1969, p. 265)

كما قسمه البعض الآخر إلى تروايح فردية وتروايح جماعية ،فالتروايح الجماعية غالبا ما تقوم بها جماعة من الأفراد مجتمعين، والذي يرغبون في قضاء جانب حياتهم في علاقات إجتماعية عديدة وتكوين صدقات مع آخرين في حين تعبر التروايح الفردية وهي الأكثر إنتشارا عن رغبة الفرد في العزلة عن الظروف العامة للمجتمع، وإنجاز أبداعات شخصية معبرة عن الذات الإنسانية .(edouard limbos, 19881, p. 53).

-أما "robert" فإنه يقسم الأنشطة الترويح إلى ما يلي :

1-2-3 الأنشطة الإيجابية :هي تتمثل في الأنشطة التي تشترك فيها الفرد

ويمارسها بضرورة إيجابية مثل ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة أو الرسم أو العزف على الآلات الموسيقية.

1-2-4 الأنشطة الإستقبالية :ويقصد بها إسقبال الفرد خارجي عن طريق الحواس،

كما هو الحال في القراءة أو مشاهدة المباريات الرياضية في الملاعب.

1-2-5 الأنشطة السلبية : ويقصد بها أن الفرد يقوم بنشاط لا يتميز ببذل جهد مثل

النوم أو الإسترخاء.

## 1-3 أقسام الأنشطة الترويحية :

هناك طرق عديدة لتقسيم الأنشطة الترويحية خلاف ما توفره من سعادة ورخاء

فالأنشطة عادة ما تقسم تبعا لأنواع وأهداف وتعبا لطبيعة الاشتراك فيها.

**1-3-1 الترويح الثقافي :** يشمل الترويح الثقافي على اوجه متعددة من النشاط الذي يلعب دورا أساسيا في تنمية الشخصية الإنسانية وتفتحها وضرورة لمعرفة الفرد لوسطه ويساهم في إدماج الإنسان في بيئته الإجتماعية نذكر منها :

أ-القراءة : مثل قراءة القصص و الروايات و الصحف و المجلات, وغير ذلك من وسائل المطبوعة .

ب- الكتابة : تعتبر كتابة هامة من وسائل التثقيف و التعبير ويمكن تشجيعها بالوسائل التالية :

- إصدار نشرة أو صحيفة مطبوعة للمؤسسة الترويحية و تشجيع صحف الحائط.
- محاولة توجيه الأعضاء نحو الكتابة في موضوعات يميلون إليها ولديهم القدرة على أدائها ومراسلة الأصدقاء الصديقات داخل الوطن وخارجه.
- ج-المحاضرات والندوات المناظرات وحلقات البحث (عطيات محمد خطاب ، 1982 ، الصفحات 45-46).

د-الراديو و التلفزيون :تمثل الراديو والتلفزيون أهم الوسائل الثقافية المستخدمة في عصرنا الحاضر كما يشير كازادوف إلى أنها تستهلك الجزء الأكبر من حياة الإنسان الترويحية, أي انها تشغل وقتنا أطول من أوقات فراغنا ( j cazaneuve, 1980 , p. 95 ) .

هـ-ألعاب خفيفة تعتمد على مجهود عقلي و ألعاب خاصة بالرياضيات و أنشطة تتمثل في تأليف قصص قصيرة أو تمثيلات قصيرة أو شعر أو تعلم اللغات الأجنبية فس وقت الفراغ أو المناقشات المفتوحة في المؤسسات الترويحية وقصور الثقافة والألعاب الخفيفة كالشطرنج وغيرها من الألعاب التي يصعب حصرها في وقت الفراغ (خفاهي محمد عبد السلام ، 1993 ، صفحة 248) .

**1-3-2 الترويح الفني :** يطلق عليه البعض الأنشطة الترويحية الفنية مصطلح الهوايات الفنية وهي أنشطة ترويحية تمنح الفرد الإحساس بالجمال والإبداع والإبتكار والتذوق, وتعمل على إكسابه القدرات والمهارات وتنمي المعلومات وهناك أنواع متعددة من الهوايات الفنية ويهتم الفرد غالبا بأكثر من هواية والتي شروطها أن لاتكون باهضة التكاليف أو تؤدي إلى اندماج الفرد لدرجة تستغرق وقت عمله وامتاجه يعرف

"كورين" الهويات بأنها الميول والرغبات المفضلة التي يمارسها الفرد بغرض الإستمتاع المصاحب لممارستها دون إعتبار للكسب المادي, كما يقسم أنواع الهويات إلى مستويات التالية :

أ- هويات الجمع : مثل الجمع التحف , الطوابع , قطع ,العماق المختلفة, الميداليات أصداف البحر,الكروت ,القطع الفضية, اللوحات الفنية, جميع الأشياء الأثرية القديمة الأزرار.....إلخ.

ب- هويات التعلم : مثل التصوير , علم النبات, الفلسفة, التاريخ, فن الديكورالتدبير المنزلي, علم الطيور.....إلخ.

ج- هويات الإبتكار :مثل فن الحزف, النحت, الرسم, الزخرفة, الفخار, الأشغال اليدوية والحياسة, ونسيج السجاد, فن الصلصال..إلخ.

**1-3-3 الترويح الإجتماعي :** يضم هذا الفصل كل النشاطات التي تتضمن

المعاملات والعلاقات الإجتماعية, بعبارة أخرى النشاطات المشتركة بين مجموعة من الأفراد بهدف الراحة أو التسلية أو تحسين المعاملات الإجتماعية, كالمشاركة في الجمعيات الثقافية, الجلوس مع أفراد الأسرة, زيارة الأقارب والأصدقاء, الجلوس في المقهى أو النوادي....إلخ.

كما يساهم الترويح الإجتماعي في إيجاد فرض التفاعل بين الأفراد والجماعات وتوثيق العلاقات والروابط بينهم في جو يتميز بالمرح والسرور, والبعد عن التشكيلات والرسميات .

الأنشطة الترويحية الإجتماعية متعددة ومتنوعة ويقسمها كمايلي :

أ - **الحفلات والرقصات :** مثل أعياد الميلاد, حفلات التخرج, حفلات الأزياء, الأعياد, حفلات التدشين, الألعاب الاجتماعية.

ب - **الحفلات الترفيهية :** الألعاب البهلوانية, سهرات المرح, سهراء الغناء والموسيقى.

ت - **حفلات الأكل :** الولائم, العزائم والمآدب وحفلات الشاي.

ث - **متنوعات :** كالرقص الجماعي والبحث عن الكنز والمحادثة حفلات حول التلفزيون و الراديو وساعات الشاي والقهوة النشاط الرياضي التخطيط ورحلات

الخلاء والإحتفالات الخاصة والطهي في خلاء والرقص الإجتماعي وألعاب الورق  
(خفاهي محمد عبد السلام ، 1993 ، صفحة 254).

**1-3-4 الترويح الخلوي** : يقصد به قضاء وقت الفراغ في الخلاء وبين أحضان الطبيعة ويعتبر من الأركان الهامة في الترويح، حيث يسهم في إشباع ميل الفرد للمغامرة والتغير والبحث عن المعرفة والتمتع بجمال الطبيعة وإكساب الفرد الإعتماد على النفس والعمل مع الجماعة.

ويمكن تقسيم الأنشطة الخلوية إلى :

أ- **النزهات و الرحلات** :ويقصد بها الذهاب إلى مكان خلوي كالحدايق والتمنزهات العامة للإستمتاع بالطبيعة أو ممارسة بعض الأنشطة التريحية الأخرى، ويمكن أن يمارسها الفرد وحده أو مجموعة أو مع عائلة أو مع هيئات سياحية تنظم رحلات قصيرة أو طويلة ووسيلة المواصلات في هذه الرحلات الخلوية إما الدراجات أو الأوتوبيسات أو السيارات الخاصة أو الخيل أو الطائرة أو المركب وهذا يتوقف على طبيعة الرحلة و الغرض منها و الميزانية المتوفرة (خفاهي محمد عبد السلام ، 1993 ، صفحة 252)

ب- **التجوال و الترحال** :ويقصد بالتجوال خروج الأفراد أو الجماعات في رحلات قصيرة لمناطق معينة مثل المناطق الأثرية أو الريفية أو الغابات أو يكون واحد في الغالب ويتطلب القدرة على المشي لساعات طويلة.

ت- **الصيد** :يعتبر الصيد من النشاطات الخلوية مثل صيد الأسماك و الطيور وهو بحال من المجالات الترويحية الهامة في بلدنا لما تتميز به من مسطحات مائية كثيرة بالإضافة إلى الأهمية الترويحية للصيد، فإن مورد للأطعمة التي تتميز بقيمتها الغذائية العالية.

ث- **المعسكرات** : مثل معسكرات الكشافة ومعسكرات الهيئات والمؤسسات والشركات والمصانع.

**1-3-5 الترويح الرياضي** : يعتبر التريح الرياضي من الأركان الأساسية في برنامج الترويح لما يتميز به من أهمية كبرى في المتعة الشاملة للفرد، بالإضافة إلى أهمية في التنمية الشاملة الشخصية من النواحي البدنية والعقلية والإجتماعية وهو الطريق السليم

نحو تحقيق الصحة العامة وتحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي و العصبي.

يعتبر أهم مظاهر برامج الترويح الرياضي والتي تتناسب في جميع المراحل العمرية :  
أ -الرياضة المائية:يعتبر أهم أنواع الرياضات الترويحية حيث أنها تناسب الأفراد من سن الطفولة إلى سن الشيخوخة.

والرياضات هي (السباحة, التجديف, كرة الماء, الإيقاع المائي, التزلج على الماء, مسابقات القوارب) .

ب-رياضات الفردية:مثل (تنس الأرضي, تنس الطاولة, سكواش, تمرينات بدنية, الجري, الريشة, الطائرة, بولنغ, ركوب الدرجات, الجولف, ركوب الخيل, المشي).

ت-ألعاب الجماعية:مثل(كرة الطائرة, كرة القدم, كرو اليد)

ث-رياضات شتوية:مثل (التزلج على الجليد, الإنزلاق, حركات البالية على الجليد).

-بالإضافة إلى الألعاب الصغيرة الترويحية كالجري وألعاب الكرات الصغيرة وألعاب الرشاقة وما إلى غير ذلك من الألعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها.

**1-3-6 الترويح العلاجي:**يعرف الترويح العلاجي بأنه خدمة خاصة داخل المجال

الواسع للخدمات الترويحية التي تستخدم للتدخل الإيجابي في بعض نواحي السلوك

البدني أو الإنفعالي أو الاجتماعي, وعلى ذلك يمكننا القول بأن الترويح العلاجي

يساعد المريض على الإستفادة من الفترة الطويلة التي يقضيها في المستشفى, لأن

الأنشطة الترويحية التي يشارك فيها تساهم في إزالة القلق والتوتر, كما تنمي علاقت

الصدقات الشخصية والاجتماعية وتزيد من قدرته على المشاركة في المجتمع (حلمي

إبراهيم وليلي السيد فرحات ، 1998 ، صفحة 341).

-كما يساعد الترويح العلاجي مرضى الأمراض النفسية على التخلص من

الإضطرابات النفسية وتجعلهم أكثر سعادة ورضاء وإنتاجية وتوافقا مع المجتمع,

ومساعدتهم على تأكيد ذاتهم وزيادة الثقة بفسهم وتقبل الآخرين لهم.

**1-3-7 الترويح التجاري:** الرويح التجاري هو مجموعة الأنشطة الترويحية التي

تتمتع بها الفرد نظير مقابل مادي ويرى البعض أن الترويح التجاري يدخل في نطاقه

السينما والمسرح والإذاعة والتلفزيون والصحف والجرائد، وغيرها من المؤسسات الترويحية التجارية الأخرى، وهو يعتبر تجارة رابحة لأصحاب رأس المال في المجتمعات الإشتراكية تعتبر العديد من المؤسسات الترويحية التجارية السابق ذكرها، مؤسسات لخدمة ورعاية جميع أفراد الشعب للمساعدة في تنميتهم تنمية شاملة، وهي ملك الدولة وتشغلها لصاحب الشعب وليس لصالح رأس المال (عطيات محمد خطاب ، 1982، صفحة 64.65.66).

1-3-8 الترويح والإسترخاء: يفترض العديد من المفكرين وعلماء النفس أن اللعب والترويح الأنشطة البدنية على وجه العموم تعد وسيلة من الوسائل الطبيعية للإستحمام النفسي.

والإسترخاء العقلي والبدني، على اعتبار أن هذه الأنشطة لها القدرة الإيجابية على التخلص من التوتر والشد العصبي والإرهاق النفسي والقلق والإجهاد العقلي. -بعض الأفراد يفضلون الإسترخاء عن طريق الأنشطة البدنية كالهرولة أو لعب الجولف أو البادمنتن أو التنس بينما يحقق البعض الآخر الإسترجاع عن طريق الإستغراق في عمل عقلي كقراءة كتاب يستحث الفكر أو لعب الشطرنج أو حل مسابقة للكلمات المتقاطعة.

-وهناك أنشطة أخرى للإسترخاء والترويح عن النفس كالإستمتاع بأحلام اليقظة بالإستلقاء على شاطئ البحر، أو مشاهدة سلبية لموقف كوميدي في التلفزيون. -ولعل الإسترخاء من أهم الفوائد النفسية الناتجة هن ممارسة الترويح، فالترويح فألوان قادرا على استبدال مشاعر الإرهاق والتعب والجزع والتوتر بمشاعر البهجة والمتعة والسعادة والراحة فهو قادر على تحويل العقل المتعب إلى عقلية متفتحة وعلى تحويل النفسية المنهارة المحطمة ألى نفسية منتعشة مقلبة على الحياة.

-والحاجة إلى الاسترخاء أحد الحاجات المهمة للأفراد بعد عناء يوم عمل مرهق أو في أعقاب خبرة إنفعالية منزعة أو بعد واجب ثقيل أو ممل لمدة طويلة (جمال درويش وأمين الخوني، 2001، الصفحات 191-192) .

#### 1-4 أهمية الترويح:

قررت الجمعية العمومية للأمم المتحدة في إجتماعها السنوي عام 1978 بأن حقوق الإنسان تشمل حقه في الترويح الذي يتضمن الرياضة إلى جانب الأنشطة الترويحية الأخرى ومع مرور الوقت بدأت التجمعات المختلفة في عدة قارات مختلفة تعمل على أن يشمل هذا الحق الخواص، وقد أجمع العلماء على إختلاف تخصصاتهم في علوم البيولوجية والنفس و الإجتماع بأن الأنشطة الرياضية والترويحية هامة في عمومها وللخواص بالذات وذلك لأهمية هذه الأنشطة بيولوجية ونفسيا وإجتماعيا كما هو موضح في الأجزاء التالية:

1-4-1 الأهمية البيولوجية: إن البناء البيولوجي للجسم البشري يحتم ضرورة الحركة حيث أجمع علماء البيولوجيا المتخصصين في دراسة الجسم البشري على أهميتها في الإحتفاظ بسلامة الأداء اليومي من الشخص العادي، هذا المبدأ ينطبق أيضا على الشخص، ورغم إختلاف المشكلات التي يعاني منها الخواص لأسباب عضوية ونفسية وإجتماعية وعقلية فإن القاعدة الأولى في الأهمية البيولوجية والترويح للخواص هي ضرورة التأكيد على الحركة، ويشجع علماء فسيولوجية الحركة البالغين وكبار السن على إعطاء الرياضة والترويح مكانهما في حياتهم اليومية كضمان للإبقاء على مستوى عال من اللياقة البدنية والصحة الشخصية، تأثر الأنشطة الترويحية والخاصة المنتظمة على التركيب الجسمي إذا تحافظ على اللياقة البدنية والصحة الشخصية، حيث تدخل في تحسين الدورة الدموية في تركيب العظام والابتعاد عن الاكتئاب (حلمي إبراهيم وليلي السيد فرحات ، 1998، صفحة 61).

1-4-2 الأهمية النفسية: هناك فكرة عامة عن المدرس علم النفس المختلفة وعلاقتها وأهميتها بالرياضة والترويح:

1-مدرسة التحليل النفسي والخواص (سيجمون فرويد): تقع أهمية هذه النظرية بالنسبة للرياضة والترويح في أنها تؤكد مبادئ هامين:الأول هو السماح لصغار السن للتعبير عن أنفسهم خصوصا خلال اللعب والثاني هو أهمية الاتصالات في تطوير السلوك فالأنشطة الترويحية تعطي فرصا هائلة للاتصالات بين المشترك والرائد، والمشارك والوالد المشترك والمشارك الأخر.

2- المدرسة السلوكية والخواص (جون واطسن) الرياضة التويح تمثل مجالاً هاماً يمكن استخدامه في تعزيز السلوك المرغوب من الشخص فهي وسيلة فعالة ومؤثرة للسلوك المرغوب فيه.

3- مدرسة الجشتالت و الخواص: تساهم الأنشطة الترويحية مساهمة فعالة في اللمس والشم والتذوق والنظر والسمع (الحواس الخمس مبنية عليها في هذه المدرسة)، وإذا وافقها على أن هناك أنشطة ترويحية مثل هواية الطبخ و احتمال لتقوية حاستي التذوق والشم.

4- مدرسة الذات (إبراهيم ماسلو) : تقوم نظرية ماسلو على أساس إشباع الحاجات النفسية كالحاجة إلى الأمن والسلامة، وإشباع الحاجة إلى الانتماء، وتحقيق الذات وإثباتها والمقصود بإثبات الذات ان يصل الشخص إلى مستوى عال من الرضى على النفسي و الشعور بالأمان والانتماء، ومما لا شك فيه أن الأمشطة الترويحية تمثل مجالاً هاماً يمكن للشخص تحديد ذاته من خلاله (حلمي إبراهيم وليلي السيد فرحات ، 1998، صفحة 65).

-و بصفة عامة:

1- يوفر النشاط الترويحي الفرص لتجربة خبرات جديدة، والشعور بالاطمئنان والأهمية الذاتية.

2- يوفر النشاط الترويحي الفرص لإشباع رغبة حب الإستطلاع وتأكيد الذات والتعبير عن النفس.

3- يوفر النشاط الترويحي الفرص لتنمية الثقة بالنفس ويقضي على الخجل ويبعث على السعادة في الوصول وتحقيق النجاح.

4- يعمل النشاط الترويحي على تنمية صفات الأمانة والإرخاء والتحكم في المشاعر والريادة والتبعية، والتلقائية والشجاعة، والأصالة الطبيعية.

5- يوفر النشاط الترويحي أعظم الفرص التخلص من الميول العدوانية في ظروف إجتماعية مقبولة.

6- يعمل النشاط الترويحي على رفع مستوى الصحة العقلية.

7- يعمل النشاط الترويحي على تنمية النضج العاطفي لدى الممارس من خلال مواقف عديدة ومتنوعة تنشأ أثناء ممارسة الأنشطة الترويحية.

8- يهيئ النشاط الترويحي الفرض لعدم التمادي في أحلام اليقظة.

9- يوفر النشاط الترويحي التوازن بين الإستقلالية و التبعية للممارس.

10- يوفر النشاط الترويحي الفرض لتنمية الصفات الاجتماعية والتعاون و المنافسة.

(خفاهي محمد عبد السلام ، 1993 ، صفحة 119).

**1-4-3 الأهمية الاجتماعية:** إن مجال الترويح يمكن أن يشجع على تنمية العلاقة الإجتماعية من الأفراد ويخفف من العزلة والانعلاق أو الإنطواء على الذات، ويستطيع أن يحقق إنسجاما وتوافقا بين الأفراد فالجلوس جماعة في مقهى أو في نادي أو مع الأفراد الأسرة وتبادل الآراء والأحاديث من شأنه أن يقوي العلاقات الجيدة بين الأفراد ويجعلها أكثر أخوة وتماسكا ويبدو هذا جليا في البلدان الأوروبية الإشتراكية حيث دعت الحاجة الماسة إلى الدعم الأجتماعي خلال أنشطة أوقات الفراغ لإحداث المساواة المرجوة والمرتبطة بظروف العمل الصناعي.

ويمكن أن نلخص بعض الأهداف الإجتماعية للأنشطة الترويحية فيما يلي:

1-يعمل النشاط الترويحي على تنمية الفرد من الناحية الإجتماعية وهناك إتجاهات

كالتعاون والصدق، والعدل، ويمكن تنميتها من خلال ممارسة أنشطة ترويحية.

2- إن الكيان والروح الرياضية، قد تكون ناجحا جانبيا لممارسة الأنشطة الترويحية.

3- تتوفر فرص عديدة لتبادل الآراء، وإكتشاف رغبات جديدة وتكوين صدقات جديدة

من خلال ممارسة أنشطة ترويحية.

4-تهيئ الأنشطة الترويحية الفرض للممارس لأن يشعر بالاطمئنان والثقة والتوجيه

الذاتي.

5- تهيئ الأنشطة الترويحية الفرض للتدريب على إصدار القرارات (خفاهي محمد عبد

السلام ، 1993 ، صفحة 120).

**1-4-4 الأهمية التربوية:** بالرغم من أن الرياضة والترويح يشملان أنشطة تلقائية فقد

أجمع العلماء على أن هناك فوائد تربوية تعود على المشترك ومن بين هذه الفوائد

مايلي :

- 1- تعلم مهارات وسلوك جديدين: بالرغم أن التأكيد في النشاط الترويحي بالذات ليس على المتعلم ولكن على الإستمتاع بالنشاط فإن هناك مهارات جديدة تكتسب ويمكن إستخدامها مستقبلا, ومن الواضح أن المهارات الجديدة تنعكس في سلوك جديد, على سبيل المثال القراءة كنشاط ترويحي تكسب الشخص-سواء العادي أو الخاص- مهارة جديدة لغوية ونحوية التي يمكن إستخدامها في المحادثة والمكاتبة مستقبلية .
- 2- تقوية الذاكرة : هناك نقاط معينة يتعلمها الشخص أثناء نشاطه الرياضي والترويحي يكون لها أثر فعال على الذاكرة على سبيل المثال إذا إشتراك الشخص في أدوات تمثيلية فإن حفظ الدور يساعد كثيرا على تقوية الذاكرة حيث إن الكثير من معلومات التي تتردد أثناء الإلقاء تجد مكانا في "مخازن" المخ ويتم إسترجاع المعلومات من مخزنها في المخ عند الحاجة إليها فيما بعد الإنتهاء من الدور التمثيلي وأثناء مدار الحياة العادية.
- 3- تعلم الحقائق المعلومات : هناك معلومات حقيقية يحتاج الشخص -سواء الشخص العادي أو الخاص- إلى التمكن منها, على سبيل المثال المسافة بين نقطتين أثناء رحلة ما, وإذا إشتمل البرنامج الترويحي رحلة بالطريق الصحراوي من القاهرة إلى الاسكندرية فإن المعلومة التي تتعلم هنا هي الوقت الذي تستغرقه هذه الرحلة, تخزن هذه المعلومة في المخ لتسترجع عند الحاجة كما ذكر سابقا.
- 4- إكتساب القيم: إن إكتساب معلومات وخبرات عن طريق الرياضة والترويح يساعد الشخص على إكتساب قيم جديدة إيجابية, على سبيل المثال تساعد رحلة نيلية على إكتساب معلومات على هذا النهر, وفي هذا الإكتساب نرى إكتساب لقيم هذا النهر في الحياة اليومية في مصر, القيمة الإقتصادية عند رؤية الناقلات التجارية, القيمة الإجتماعية عند رؤية مجتمع الناس حوله, القيمة السياسية في توحيد مصر إلى مجتمع واحد وهكذا (حزم محمد رضا قفزويني، 1978، الصفحات 31-32).
- 1-4-5 الأهمية الاقتصادية: تتوقف الأهمية الرياضية والترويح عموما على النظام الاقتصادي المتبع في المجتمع, تنظر المجتمعات التي إحتضنت الإشتراكية إلى الرياضة والترويح على أنها جزء من الخدمات التي يجب أن تقدمها إلى أفرادها, وهذا على حسب توسيع القاعدة الأساسية الرياضية والترويح التي تدعو إلى توفير تمويل

وإمكانيات وريادة لهذه الأنشطة على المستوى التحتي أولاً, وعلى هذا الأساس يمكن بناء هيكل رياضي قوي ينتج لاعبين دوليين وينطبق هذا على من الشخص السوي والشخص الخاص, أما المجتمعات التي إحتضنت الرأسمالية وكثيرا ما توجد عقبات مالية في سبيل توفير التمويل والإمكانيات من الريادة اللازمة للأنشطة الرياضية و الترويحية على جميع المستويات, وتعتمد هذه المجتمعات على يسمى بالتمويل الذاتي خصوصا بالنسبة للرياضة الترويح للخواص.

**1-4-6 الأهمية السياسية:** بدأ الفصل بإقتباس من قرار الجمعية العمومية للأمم المتحدة في عام 1978 بأن الرياضة والترويح حق لجميع المواطنين, وبالطبع يشمل هذا الحق الأشخاص الأسوياء والخواص لذلك تقع الأهمية السياسية للرياضة والترويح للخواص على ثلاثة محاور كما يلي :

**1-4-6-1 الرياضة والترويح محليا:** هذه هي الخطوة الاولى والأساسية والغرض منها توفير التمويل والإمكانيات والريادة على النطق المحلي للأشخاص للإشتراك في أنشطة رياضية وترويحية تتفق مع ميولهم وقدراتهم.

**1-4-6-2 الرياضة والترويح القوميا:** تحتاج الرياضة والترويح إلى إهتمام الإدارة الحكومية المركزية في نقطتين: الأولى هي أهمية التشريع في توفير هذه الأنشطة في المجال المحلي والثانية هي أهمية التمويل والطرق التي تستخدم لتوفير المال وتوزيعه عدلا ما بين المجالات المحلية التي تقوم الأنشطة الرياضية والترويحية فعلا.

**1-4-6-3 الرياضة والترويح دوليا:** ما من شك أن كل المجتمع يولد أن يتباهى بما وصل إليه, وعند مناقشة الرياضة والترويح في المجال الدولي وأن تكون هذه الأنشطة مظهرا للتقدم, لا بد أن يكون لدعاة الإهتمام بالتكتلات التحتية الأساسية دور هام حيث بدون قاعدة متسعة ومعدة إعدادا كاملا فإن الأرقام القياسية الدولية عمرها قصير (حلمي إبراهيم وليلي السيد فرحات ، 1998 ، صفحة 74).

**1-4-7 الأهمية العلاجية:** يمكننا القول أن أهداف الترويح العلاجي تنحصر في مايلي:

**1-4-7-1** يساعد على تسهيل وسرعة شفاء المريض جسمانيا ونفسيا وإجتماعيا ويقلل فترة بقائه بالمستشفى.

1-4-7-2 تسهيل تكيف المريض مع حياة المستشفى وجعله أكثر تقبلاً للعلاج.  
1-4-7-3 يساعد على تقليل عواقب العزلة بمساعدته على الإدماج بعد خروجه من المستشفى.

1-4-7-4 مساعدته على تعويض عدم المقدرة والعجز وتحديدها بتشجيعه على إطلاق أقصى قدراته وإمكانية الكامنة.

1-4-7-5 تحسين الحالة النفسية ورفع الروح المعنوية والمحافظة عليها في أحسن حال.

1-4-7-6 الحد من الإتجاهات العدوانية وتغييرها إلى إتجاهات وميول جديدة طبيعية متلائمة تساعد على التكيف مع المجتمع.

1-4-7-7 تشجيع المعاقين في التعبير عن أنفسهم من خلال البرامج المعدة لذلك ومساعدتهم على إظهار هويتهم وإمكانياتهم وتنميتها لتعطيهم قدراً من الإستمتاع والشعور بالرضا.

1-4-7-8 محاولة التغلب على الإعاقة التي تمنعه من مزاوله حياته الطبيعية وتوسيع إهتماماته الشخصية حتى يكون أكثر رضا ويعيش بالقوة الباقية، ويكتسب مهارات جديدة وخبرات ذات فائدة.

إنه من خلال الأهداف والفوائد البيولوجية والنفسية والإجتماعية....، وتعمل الأنشطة الترويحية على أن يقود الفرد الممارس للأنشطة الترويحية حياة تتسم بالفعالية والبهجة والرقى.

### 1-5 نظريات الترويح:

من الصعب حصر كل الآراء حول مفهوم الترويح بسبب تعدد العوامل المؤثرة عليه والمتأثرة به في الحياة الإجتماعية المعقدة، إلا أنه يمكن تحديد أهم مفاهيمه حسب ما جاء في التعارف السابقة، خاصة تلك التي قدمها SEG MUND FREUID و JEAN PIAGET و karol gro هذه التعاريف نابغة من نظريات مختلفة نذكرها منها:

**1-5-1 نظرية الطاقة الفائضة (نظرية سيسر وشيلر):** تقول هذه النظرية إن الأجسام النشيطة الصحيحة، وخاصة للأطفال تخزن أثناء أدائها لوظائفها المختلفة بعض الطاقة العضلية والعصبية التي تتطلب التنفيس الذي ينجم عنه اللعب. وتشير هذه النظرية إلى أن الكائنات البشرية قد وصلت إلى قدراته عديدة، ولكنها لا تستخدم كلها في وقت واحد، وكنتيجة لهذه الظاهرة توجد قوة فائضة ووقت فائض، لا يستخدمان في تزويد إحتياجات معينة، ومع هذا فإن لدى الإنسان قوى معطلة لفترات طويلة وأثناء فترات التعطيل هذه تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السلمية النشطة ويزداد تراكمها وبالتالي ضغطها حتي يصل إلى درجة يتحتم فيها وجود منفذ للطاقة واللعب وسيلة ممتازة لإستفادة هذه الطاقة الزائدة المتراكمة (**محمد عائل خطاب، 1998، الصفحات 56-57**).

ومن جهة ثانية أن اللعب يخلص الفرد من تعب المتراكم على جسمه، ومن تأثراته العصبية المشحونة من ممارسة واجباته المهنية والإجتماعية، ويعتبر وسيلة ضرورية للتوازن الإنساني النفسي والموافقة مع البيئة التي يعيش فيها (**serae mayenca, 1982, p. 163**).

**1-5-2 نظرية الإعداد للحياة:** يرى كارل جروس الذي نادى بهذه النظرية بأن اللعب هو الدافع العا لتمرين الغرائز الضرورية للبقاء في حياة البالغين، وبهذا يكون نظر إلى اللعب على أنه شيء له غاية كبرى، حيث أن الطفل في لعبه يعد نفسه للحياة المستقبلية، فالبنات عندما تلعب بدميتها تتدرب على الأمومة، والولد عندما يلعب بمسدسه يادرب على الصيد كمظهر للرجولة، وهنا يجب أن ننوه بما قدمه **karl gros** خاصة في العلاقة بين الأطفال في مجتمعات ما قبل الصناعة.

أما في المجتمعات الصناعية يقول **rait mills** يعوض الترويح للفرد ما لم يستطيع تحقيقه في مجال عمله، فهو مجال لتنمية مواهبه والإبداعات الكامنة لديه منذ طفولته الأولى والتي يتوقف نموها لسبب الظروف المهنية، كما أنه يشجع على ممارسة الهويات المختلفة الرياضية، الفنية أو العلمية، ويجد الهاوي من ممارسة هواياته فرصة للتعبير عن طاقته الفكرية وتنميتها يصاحب في ذلك نوع نت الإرتياح الداخلي، وبعكس

الحياة المهنية التي تتضمن نمو المواهب والإبداعات عامة وخاصة في مجال العمل الصناعي.

1-5-3 نظرية إعادة والتلخيص: يرى "stanly hool" الذي وضع هذه نظرية أن اللعب ما هو إلا تمثيل لخبرات وتكرار للمراحل المعروفة التي اجتازها الجنس البشري من الوحشية إلى الحضارة فاللعب كما تشير هذه النظرية هو تخلص وإعادة لما مر به الإنسان في تطوره على الأرض، فلقد تم إنتقال اللعب من جيل إلى آخر منذ أقدم العصور.

من خلال هذه النظرية يكون "stanly hool" قد إعترض لرأي "karol gros" ويبرر ذلك بأن الطفل خلال تطوره يستعيد مراحل تطور الجنس البشري، يرى أن الأطفال الذي يتسلقون الأشجار هم في الواقع يستعدون للمرحلة الفردية من مراحل تطور الإنسان (كمال درويش أمين الخولي، 1990، صفحة 227).

1-5-4 نظرية الترويح: يؤكد "جتسي مونس" القيمة الترويحية للعب في هذه النظرية ويفترض في نظريته أن الجسم البشري يحتاج إلى اللعب كوسيلة لإستعداد حيويته فهو وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات العمل الطويلة.

والراحة معناها إزالة الإرهاق أو التعب البدني والعصبي وتتمثل في عملية الإستراحة الاسترخاء في البيت أو في الحديقة أو المساحات الخضراء أو على الشاطئ....إلخ. كل هذه تقوم بإزالة التعب عن الفرد، وخاصة العامل النفسي والضجر الناتجين عن الأماكن الضيقة والمناطق الضيقة ومزعجاتها. (f balle , 1975, p. 221)

1-5-5 نظرية الإستجمام: تشبه هذه النظرية إلى حد كبير نظرية الترويح، فهي تذهب إلى أن أسلوب العمل في أيامنا هذا أسلوب شاق وممل، لكثرة إستخدام العضلات الدقيقة للعين واليد، وهذا الأسلوب من العمل يؤدي إلى إضطرابات عصبية إذا لم تتوفر للجهاز البشري وسائل الإستجمام واللعب لتحقيق ذلك.

هذه النظرية تحث الأشخاص على الخروج إلى الخلاء وممارسة أوجه نشاطات قديمة مثل الصيد والسباحة والمعسكرات، ومثل هذا النشاط يكسب الإنسان راحة وإستجماما يساعدنا على الإستمرار في عمله بروح طيبة.

**1-5-6 نظرية الغريزة :** تقيد هذه النظرية بأن للبشر إتجاها غريزيا نحو النشاط في فترات عديدة من حياتهم, فالطفل يتنفس ويضحك ويصرخ ويزحف وتتصب قامته ويقف ويمشي ويجري ويرمي في فترات متعددة من نموه, وهذه أمور غريزية وتظهر طبيعية خلال مراحل نموه.

فالطفل لا يستطيع أن يمنع نفسه من الجري وراء الكرة وهي تتحرك أمامه شأنه شأن القطة التي تندفع وراء الكرة وهي تجري, ومن ثم فاللعب غريزي, وجزء من وسائل التكوين العان للإنسان وظاهرة طبيعية تبدو هلال مراحل نموه.

### **1-6 العوامل المؤدية إلى التباين في ممارسة الترويح:**

تختلف الأنشطة الترويحية التي يمارسها الأفراد بتأثير من متغيرات عدة, كما أن دافع ممارسة الترويح وأسبابه تختلف من فرد إلى آخر, وأبرز لتلك العوامل المسببة لذلك التباين مايلي:

**أ-الجنس:** تختلف الأنشطة الترويحية باختلاف الجنس, فالذكر له أنشطة ترويحية تناسيه, كما أن الأنثى أنشطة أخرى تناسبها, فالذكور يميلون إلى الأنشطة ذات الطابع البدني التنافسي, في حين تقبل الإناث على نشاطات ترويحية الهادئة التي تمارسها في غالبا في المنزل أو مع الصديقات, ومنشأ هذا التباين في الأنشطة الترويحية طبيعة كل منهما, ويظهر الاختلاف بشكل جلي وواضح في المجتمعات المسلمة التي تراعي ذلك الأمر.

**ب-العمر:** يؤثر العمر في تحديد نوع النشاط الترويحي فالأطفال لهم أنشطتهم الخاصة وفي الغالب أنها ذات طابع حركي ومستمر, في حين تكثر الأنشطة الثقافية والقراءة والرحلات بين البالغين, بينما تمتاز أنشطة فئة الشباب بالتنوع, إلا أن الجانب الرياضي والرحلات البرية تظفي عليها.

**ت- المستوى التعليمي:** يدخل المستوى التعليمي بشكل كبير في تحديد النشاط الترويحي الذي يمارسه الأفراد خلال أوقات فراغهم, فالقراءة مثلا سنجدها تكثر بين ذوي المستويات التعليمية المرتفعة.

ث-المستوى الإقتصادي للأفراد: يؤثر هذا العامل من خلال القدرة على تهيئات وتوفير الوسائل والأدوات التي من خلالها يمارس الفرد الأنشطة الترويحية, فالرحلات الخارجية والسفر والسياحة, قد لا تحقق لأصحاب المداخل المنخفضة.

ج-مقدار وقت الفراغ: وهذا العامل يؤثر بشكل كبير وأساس في تحديد نوعية النشاط الترويحي, إذا هناك من الناس من ينصرف عن ممارسة نشاط معين لأنه يحتاج إلى وقت فراغ كبير قد لا يتوفر له.

د-مكان الترويح ونوعية المشاركين: إذ غالبا ما يؤثر الفرد بمن حوله ويندمج معهم في ممارسة النشاط الترويحي بمجرد أنه يشاهد غيره يمارسه.

هـ-المستوي الاقتصادي والمادي للمجتمع: لكل مرحلة من مراحل نمو المجتمع الإقتصادية ما يناسبها من الأنشطة الترويحية, فإن كان المجتمع يمر تدهور إقتصادي فهذا الوضع الإقتصادي المتردي سيجعله يمارس أنشطة ترويحية تختلف عن الأنشطة الترويحية التي سيمارسها حين ظهور تحسن إقتصادي ورخاء مادي, فمقدار الدخل السنوي للأفراد, ومستوى المعيشة للمجتمع بشكل عام, له أثره في بروز أنشطة ترويحية والتركيز عليها دوم غيرها.

و- خصوصية المجتمع العقدي والثقافية: إن طبيعة المجتمع وخصائصه العقدي والثقافية التي تميزه عن المجتمعات الأخرى, لها دور كبير ومهم في تحديد نوعية الأنشطة الترويحية التي يمارسها أفرادها, ولايمكن إغفال دورها في ظهور أنشطة ترويحية تتناسب وطبيعة ذلك المجتمع, كما تؤدي هذه الخصوصية للمجتمع إلى إختفاء أنشطة ترويحية أخرى (عمر عبيد حسنة، 1995، صفحة 74).

### خلاصة:

مما سبق ذكره فإن مفهوم الترويح هو النشاط الذي يختاره الفرد ليمارسه في وقت فراغه, وهو مزاولته أي نشاط في وقت الفراغ بهدف إدخال السرور على النفس دون إنتظار أي مكافأة, فهو مطلوب ومهم في حياة الفرد. ويمكن إستخلاصه من خلال ما أشرنا إليه حول النشاط الترويحي يتمثل في فائدته ونفعه من حيث تعلم الأشياء المفيدة وممارسة الهويات المتعددة التي تزيد من مواهب الفرد وتجعل منه شخصا مميزا وبارزا ويصبح إنسانا مبدعا ومتألقا وناجحا ومتوقفا في مجالات شتى من مجالات الحياة. كما أنه يعتبر وسيلة تربية وعلاجية إذا تم إستغلاله بصفة منتظمة ومستمرة فهو يساهم في تكوين شخصية الأفراد من جميع النواحي الصحية والنفسية والتربوية والخلقية و الإجتماعية.

# الفصل الثاني

## السلوك العدواني والمراهقة

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

تمهيد:

تعتبر المراهقة مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان، وأصعبها لكونها تشمل عدة تغيرات، وعلى كل المستويات وتتميز كذلك بتغيرات عقلية وأخرى جسمانية، إذ تنفرد بخاصية النمو السريع غير المنظم وقلة التوافق العضلي العصبي، بالإضافة إلى النمو الانفعالي والتخيل والحلم.

وتعتبر مرحلة من مراحل النمو البشري، تتصف بصفة الاندفاع والتقلبات العاطفية التي تجعل النشء سريع التأثير قليل الصبر والاحتمال، والتي تؤدي إلى القلق، لهذا أولى علماء النفس والتربية أهمية كبيرة لهذه المرحلة من مراحل النشء من أجل التعامل مع هذه الشريحة بطريقة جيدة تسمح بتكوين جيل صاعد فعال في مجتمعه.

و باعتبار أن الإنسان كائن اجتماعي لا يستطيع العيش إلا في جماعات تربطه بها جملة من القواعد والمحددات الاجتماعية والأخلاقية وفي هذا السياق فإنه يحدث تفاعل بين المحددات الاجتماعية والأخلاقية ، قد يؤدي هذا التفاعل وهذا الاختلاف إلى ظهور عدة سلوكيات بين أفراد هذه الجماعات أحيانا قد تكون سلوكيات إيجابية أحيانا ، وقد تكون هذه السلوكيات غير إيجابية نتيجة لعدة أسباب سواء داخلية تخص الفرد ذاته أو خارجية يتأثر بها الفرد من خلال تفاعله مع المحيط ، فا السلوك العدواني هو أحد هذه السلوكيات الغير مقبولة اجتماعيا ولهذا فان هذا الفصل سوف يتناول مفهوم السلوك العدواني وأنواعه وأسبابه، ونظريات السلوك العدواني والعوامل التي تؤثر في السلوك العدواني، وعلاج السلوك العدواني.

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

### 2-1- تعريف المراهقة:

أ- لغة: إن كلمة المراهقة ADOLESCENCE مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLEXERE ومعناه التدرج نحو النضج الجسمي والجنسي والعقلي والاجتماعي (رابح التركي ، 1990 ، صفحة 153).

- وكلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب والدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء اللغة العربية هذا المعنى في قولهم رهق بمعنى غشي أو لحق أو دنا من.

ب- اصطلاحاً: المراهقة من الناحية الاصطلاحية هي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل وهو الفرد غير الناضج إنفعالياً، جسمياً وعقلياً من مرحلة البلوغ ثم الرشد ثم الرجولة، وهكذا أصبحت المراهقة بمعناها العلمي هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج فهي لهذا عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة إجتماعية في نهايتها (رابح التركي ، 1990 ، الصفحات 241-242).

كما تستخدم في علم النفس مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج. فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، تمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريباً أو قبل ذلك بعام أو عامين، أو بعد ذلك بعام أو عامين أي بين 11-21 سنة ولذلك تعرف المراهقة أحياناً باسم ( المرحلة العشارية) ويعرف المراهقون بالعشاريين (حامد عبد السلام زهران، 1900 ، صفحة 323).

### 2-2- التحديد الزمني للمراهقة(أطوار المراهقة):

نحن نتحدث عن مرحلة المراهقة كوحدة متكاملة مع ما قبلها وما بعدها من مراحل النمو فإن بعض الدارسين يقسمونها تقسيماً إفتراضياً بقصد الدراسة إلى ثلاث مراحل فرعية نفضل منها ما يقابل المراحل التعليمية المتتالية:

- مرحلة المراهقة المبكرة: سن 12 - 13 - 14 وتقابل المرحلة المتوسطة.
- مرحلة المراهقة الوسطى: سن 15 - 16 - 17 وتقابل المرحلة الثانوية.
- مرحلة المراهقة المتأخرة: سن 18 - 19 - 20 - 21 وتقابل المرحلة الجامعية.

وهكذا فإن مرحلة المراهقة تنتهي حوالي الحادية والعشرين سنة حيث يصبح الفرد ناضجاً جسمياً وبيولوجياً وجنسياً وعقلياً وإنفعالياً وإجتماعياً.

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

### 2-3- أهمية دراسة مرحلة المراهقة:

تعود أهمية دراستنا لمرحلة المراهقة إلى أنها مرحلة دقيقة فاصلة من الناحية الإجتماعية إذ يتعلم فيها الناشئون تحمل المسؤوليات الإجتماعية وواجباتهم كمواطنين في المجتمع كما أنهم يكونون أفكارهم عن الزواج والحياة الأسرية، وبالزواج يكتمل جزء كبير من دورة النمو النفسي العام حيث ينشأ منزل جديد وتتكون أسرة جديدة ومن ثم يولد طفل وبالتالي تبدأ دورة جديدة لحياة شخص آخر تسير من المهد إلى الطفولة إلى الرشد ... وهكذا تستمر الدورة في الوجود ويستمر الإنسان في الحياة. ولاشك أن دراسة سيكولوجية المراهقة مفيدة للمراهقين وأيضاً للوالدين والمربين ولكل من يتعامل مع الشباب ومما لاجدال فيه إن الصحة النفسية للفرد طفلاً فمراهقاً ذات أهمية بالغة في حياته وصحته النفسية راشداً فشيخاً (حامد عبد السلام زهران، 1900، الصفحات 329-328).

### 2-4- أنماط المراهقة:

يرى الدكتور " صموئيل مغاريوس " أن هناك أربعة أنماط عامة للمراهقة يمكن تلخيصها فيما يلي:

**2-4-1- المراهقة المتكيفة:** وهي المراهقة الهادئة نسبياً والتي تميل إلى الإستقرار العاطفي وتكاد تخلو من التوترات الإنفعالية الحادة وغالباً ما تكون علاقة المراهق بالمحيطين به علاقة طيبة كما يشعر المراهق بتقدير المجتمع له وتوافقه معه ولا يسرف في هذا الشكل في أحلام اليقظة أو الخيال أو الإتجاهات السلبية إي أن المراهقة هنا تميل إلى الإعتدال.

### 2-4-2- المراهقة الإنسحابية المنطوية:

وهي صورة مكتسبة تميل إلى الإنطواء والعزلة السلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص وعدم التوافق الإجتماعي، ومجالات المراهق الخارجية الإجتماعية ضيقة محدودة ويتصرف جانب كبير من تفكير المراهق إلى نفسه وحل مشكلات حياته أو على التفكير الديني والتأمل في القيم الروحية والأخلاقية كما يسرف في الإستغراق في الهواجس وأحلام اليقظة وتصل في بعض الحالات حد الأوهام والخيالات المرضية وإلى مطابقة المراهق بين نفسه وبين أشخاص الروايات التي يقرأها.

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

### 2-4-3- المراهقة العدوانية المتمردة:

ويكون فيها المراهق ثائرا متمردا على السلطة سواء سلطة الوالدين أو سلطة المدرسة أو المجتمع الخارجي كما يميل المراهق إلى تأكيد ذاته والتشبث بالرجال ومجاراتهم في سلوكهم كالتدخين إطلاق الشارب واللحية، والسلوك العدواني عند هذه المجموعة قد يكون صريحا مباشرا متمثلا في الإيذاء أو قد يكون بصورة غير مباشرة يتخذ صور العيناد وبعض المراهقين من النوع الثالث قد يتعلق بالأوهام والخيال وأحلام اليقظة ولكن بصورة اقل مما سبقها.

### 2-4-4- المراهقة المنحرفة:

وحالات هذا النوع تمثل الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني فإذا كانت الصورتان غير متوافقتين أو غير متكيفتين إلا أن مدى الانحراف لا يصل في خطورته إلى الصورة البادية في الشكل الرابع حيث نجد الإنحلال الخلقي والإنهيار النفسي حيث يقوم المراهق بتصرفات ترزع المجتمع ويدخلها البعض أحيانا في عداد الجريمة أو المرض النفسي والمرض العقلي (محمد مصطفى زيدان، 1985، الصفحات 154-155).

### 2-5- أزمة المراهقة:

إن المراهقين عامة يسعون إلى الثبات وتحديد هويتهم والدخول إلى عالم الكبار من خلال جملة من المسالك يلخصها القوسي في قوله: " ينزع المراهق في هذه المرحلة إلى إكمال رجولته والاعتراف بكيانه ويعمل على الاستقلال في فكره وعمله ويجرب أساليب متعددة ليحقق لنفسه شعور بخروجه من دور الطفولة واكتمال نموه واستقلاله، وفي أثناء تجريبه الأساليب المتعددة قد يقع في نزاع مع السلطة المشرفة والخروج على سلطة الوالدين والمعلمين وعصيائها واحتقار آراء الكبار والميل أحيانا إلى الكذب والسرقة والتدخين، واستعمال العنف والقسوة فهذا كله في نظر المراهق أدلة على استكمال النمو والخروج من الطفولة.

ويتضح من ذلك مدى تباين الأساليب والمسالك المتبعة من قبل جماعة المراهقين في سبيل تحديدهم لهويتهم ويعد التدخين أحد هذه الأساليب التي تشعر المراهق بالنضج والرجولة (أبوبكر موسى محمد موسى، 2002، صفحة 79)

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

### 2-6 القلق عند المراهق:

يبدو لنا انه على الرغم من أن المراهقة تعد مرحلة الآمال والطموح، وفرص النمو الشخصي، وتحقيق هوية ذاتية متميزة عن سائر الهويات الأخرى، إلا أنها مرحلة يقل فيها الإحساس بالسعادة والرضا عن النفس ويظهر فيها القلق والاكتئاب ويزداد معدل المشاغبة والجنوح وتظهر فيها محاولات الانتحار وتشهد بداية التدخين وإدمان العقاقير وغيرها

وقد يكون القلق من العوامل التي تدفع المراهقين إلى تدخين السجائر أو الإقبال على المخدرات والعقاقير الأخرى.

ومما لا شك فيه أن استيعاب القلق وإدراك مفهومه ومدارسه سيزيد بالضرورة من معرفة سلوك المراهق وموقفه الذي قد يصبح من المستحيل التعرف عليه وفهمه، ومهما يكن من أمر فإن دراسة موضوع القلق إنما أتت من الحرص على الاهتمام بهذا الموضوع الحيوي الذي يتعرض له المراهق في هذه الفترة الانتقالية الحرجة " بحسب وصف ليفين ."

وعلى حد تعبير سبينوزا " النفس تشعر بالقلق حين يتبين لها أنها مقبله على حياة جديدة".

ويرى إيريك فروم " فضلا عن أن القلق قاسم مشترك أعظم في كثير من الأمراض النفسية العصبية والذهنية مما يجعله مألوفا في الدراسات النفسية المعاصرة".

ومن ناحية أخرى يعد القلق من أكثر المفاهيم النفسية شيوعا ولقد اختلف مفهومه بحسب اختلاف مدارس علم النفس، ومن ثم تباينة الآراء حول أسباب ونشأة القلق، وأيضا حول أثاره وأنواعه، ولكنها اتفقت إلى حد كبير في أن القلق خبرة غير سارة للفرد طالما تجاوز المعدل الأمثل الذي من شأنه أن يخدم إغراضا بناءة لدى الفرد (أبوبكر موسى محمد موسى، 2002، الصفحات 91-92).

### 2-7- خصائص النمو في مرحلة المراهقة:

كما ذكرنا سابقا في تعريف المراهقة أنها عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة إجتماعية في نهايتها يشير مصطفى زيدان على أن المرحلة الثانوية تصادف فترة هامة

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

ألا وهي المراهقة الوسطى (15-18 سنة) التي تسبب الكثير من القلق والاضطراب النفسي ففيها تحدد معالم الجسم وتطور النواحي العقلية بصفة عامة وتتضح الصفات الانفعالية كما تظهر صفاته الاجتماعية , علاقاته , اتجاهاته , قيمه ومثله التي كونها واكتسبها من الوسط المحيط به لهذا تحتاج على عناية خاصة من الآباء والمربين فلا بد أن تتاح الفرص الكافية للمراهق للتعبير عن نفسه واستعمال إمكانياته وقدراته الجديدة وإعطاءه الثقة بنفسه دون الخروج عما وضعته الجماعة من قيم ومثل عليا (محمد مصطفى زيدان، 1975، صفحة 152).

**2-7-1 النمو الجسمي:** تتميز هذه المرحلة بزيادة النمو الجسمي للفتى والفتاة بصورة واضحة ويزداد نمو العضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة أكبر مع نمو العظام حتى يستعيد الشباب اتزانه الجسمي إذا تأخذ ملامح الجسم والوجه صورتها الكاملة وتصبح عضلات الفتيان أطول وأثقل من الفتيات (محمد عوض البسيوني، 1992، صفحة 147).

إنه في هذه المرحلة يتكامل نمو الجسمي وتظهر بعض الفوارق في تركيب جسم الذكور والإناث بشكل واضح ويزداد الجذع والصدر وارتفاع في قوة العضلات لاسيما عند الذكور وتصل الإناث في سن السادسة عشر إلى أقصى حد من النمو الطولي وبعد هذه المرحلة يبطأ هذا النمو بينما تستمر سرعة الزيادة في وزنها في سن العشرين بخلاف الذكور فأن نموهم في الوزن والطول يستمر إلى غاية أربعة وعشرين سنة (قاسم المندلاوي ، 1990، صفحة 21).

إن من أهم خصائص المرحلة ظهور الفوارق في تركيب الجسم بين الفتى والفتاة، وبصفة خاصة يزداد نمو الجذع والصدر ويصل الجنسين في هذه المرحلة إلى نضجهم الجسمي تقريبا.

**2-7-2 النمو الفيزيولوجي:** يرى "مصطفى زيدان" أن القلب ينمو في هذه المرحلة بسرعة لايتماشى مع سرعة نمو الشرايين وكذلك تنمو الرئتان ويتسع الصدر وتكون الرئتان عند الأولاد أكبر منها عند البنات في مراحل الطفولة أما الزيادة في النمو عند الأولاد تكون مستمرة في هذه المرحلة مما هو عليه عند الفتيات، حيث يتوقف نموها تقريبا في سن السادس عشر ويرجع السبب في ذلك إلى قلة ممارسة الفتيات للرياضة خصوصا

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

بعد سن 16 سنة في الوقت الذي يستمر فيه الولد ممارسة لمجالات النشاطات المختلفة بعد ذلك مما ساعد في إتساع صدره ونمو رئتيه وكذلك تكون الألياف العصبية في المخ من ناحية السمك والطول ويرتبط هذا بالنمو العقلي في العمليات كالتفكير، التذكر، الانتباه (محمد مصطفى زيدان، 1975، صفحة 154).

وعن الخصائص الفيزيولوجية دائما يبين "قاسم المندلأوي" أنه في هذه المرحلة يتكامل نمو الأجهزة الداخلية ولاسيما الدورة الدموية والأوعية والقلب وأن الطالبات في سن 17 والطلاب في سن 18 يصلون إلى تطوهم الوظيفي للأجهزة الداخلية إلى مستوى الكبار وهذا يجعل تكيف أكبر وأفضل للأجهزة الداخلية للنشاط الحركي وبتقدم العمر يزداد حجم القلب وقدرته على تحمل تمارين السرعة والقوة ولكنه لايزال ضعيفا في تمارين المداومة ولاسيما في سباق المسافات الطويلة ويشمل النمو أيضا الجهاز العصبي فيتكامل النمو الفكري أو قدرة الفرد للعمل والاعتماد على النفس (قاسم المندلأوي ، 1990 ، صفحة 21).

### 2-7-3- النمو العقلي المعرفي:

الذكاء: ينمو الذكاء وهو القدرة العقلية الفطرية المعرفية العامة نموا مضطربا حتى الثانية عشر ثم يتعثر قليلا في أوائل فترة المراهقة نظرا لحالة الاضطراب النفسي السائدة في هذه المرحلة وتظهر الفروق الفردية بشكل واضح ويقصد بها إن توزيع الذكاء يختلف من شخص لآخر وفترة المراهقة هي فترة ظهور القدرات الخاصة وذلك لأن النمو العام يسمح لنا بالكشف عن ميوله التي غالبا ماترتبط بقدرة خاصة ويمكننا الكشف بشيئا من الدقة عن قدرات المراهق الخاصة في حوالي سن الرابعة عشر وبالتالي يمكننا أن نوجهه تعليميا ومهنيا وفنيا حسب ما تسمح به استعداداته الخاصة.

انتباه المراهق: وتزداد قدرة المراهق على الانتباه سواء في مدة الانتباه أو مداه فهو يستطيع أن يستوعب مشاكل طويلة معقدة في يسر وسهولة. والانتباه هو أن يبلور الإنسان شعوره على شيء ما في مجاله الإدراكي والقصور بالشعور العقلي للمظاهر أما المجال الإدراكي فهو الحيز المحيط بالذات.

تذكر المراهق: ويصاحب نمو قدرة المراهق على الانتباه نمو مقابلا في القدرة على التعلم والتذكر، وتذكر المراهق يبني ويؤسس على الفهم والميل فتعتمد عملية التذكر عنده على

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

القدرة على إستنتاج العلاقات الجديدة بين الموضوعات المتذكّرة ولا يتذكر موضوعاً إلا إذا فهمه تماماً وربطه بغيره مما سبق إن مر به في خبرته السابقة

**تخيل المراهق:** يتجه خيال المراهق نحو خيال المجرّد المبني على الألفاظ أي الصور اللفظية ولعل ذلك يعود إلى أن عملية اكتسابه للغة تكاد تدخل في طورها النهائي من حيث أنها القلب الذي تصبو فيه المعاني المجرّدة (اللغة) ولاشك إن نمو قدرة المراهق على التخيل تساعده على التفكير المجرّد في مواد كالحساب والهندسة مما يصعب عليه إدراكها في المرحلة السابقة من التعليم.

**الاستدلال والتفكير:** التفكير هو حل مشكلة قائمة يجب إن تهدف في عملية التربية إلى مساعدة التلاميذ على اكتساب القدرة على التفكير في جميع مشاكلهم سواء ما هو علمي أو اجتماعي أو اقتصادي وإذا استطعنا إن ننمي في المراهق القدرة على التفكير الصحيح المؤسس على المنهج العلمي والبعيد عن الأهواء والاعتقادات ليتيسر للمراهق فرصة معالجة المشاكل على طريق هادئ عقلي سليم (محمد مصطفى زيدان، 1985، الصفحات 157-158)

### 2-7-4- النمو الجنسي:

في هذه المرحلة يتجه النمو الجنسي بسرعة نحو النضج ، ويتم فيها استمرار واستكمال التغيرات التي حدثت في المرحلة المبكرة ويزداد نبض قلب المراهق بالحب وتزداد الانفعالات الجنسية في شدتها وتكون موجهة عادة نحو الجنس الآخر ويلاحظ الإكثار من الأحاديث والقراءات والمشاهدات الجنسية والشغف والطرب بالنكت الجنسية ، ويزداد التعرض للمثيرات الجنسية وقد يمر المراهق بمرحلة انتقال من الجنسية المثلية إلى الجنسية الغيرية وعادة ما يتجه المراهق بسرعة بعاطفته إلى أول من يصادف من الجنس الآخر.

وفي هذه المرحلة يلاحظ الحب المتعدد والاهتمام بالجمال والرغبة في جذب انتباه أفراد الجنس الآخر ، والمعاكسة وحب الاستطلاع الجنسي ، واخذ المواعيد المتعددة مع أفراد الجنس الآخر التي يدفع إليها عوامل مختلفة منها الصداقة والجاذبية الشخصية والاكتشاف المتبادل والدافع للتزوج وفي نهاية هذه المرحلة يصل جميع الذكور والإناث إلى النضج الجنسي.

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

ويتأثر النمو الجنسي والسلوك الجنسي بعدة عوامل من بينها شخصية المراهق، نوع المجتمع الذي يعيش فيه، الحالة الاجتماعية والاقتصادية والثقافية له، التكوين النفسي لإفراد الجنس الآخر، والاتجاه الديني.

**2-7-5- النمو الأخلاقي:** مع وصول المراهق إلى المراهقة الوسطى يكون قد تعلم المشاركة الوجدانية والتسامح والأخلاقيات العامة المتعلقة بالصدق والعدالة والتعاون والولاء والمودة والمرونة والطموح وتحمل المسؤولية... الخ. وتزداد هذه المفاهيم عمقا مع النمو ومن بعض أنماط السلوك الخارج عن المعايير الأخلاقية في هذه المرحلة نجد من بينها مضايقة المدرسين ومشاغبة الزملاء والتخريب والغش والخروج بدون استئذان الكبار وإرتياد أماكن غير مرغوبة والتأخر خارج المنزل والعدوان والهروب من المنزل ومعاكسة أفراد الجنس الآخر والميوعة والإنحلال وتقليد بعض أنماط سلوك المستورد من ثقافات أخرى لا يتفق مع ثقافتنا وقيمنا الأخلاقية (حامد عبد السلام زهران، 1900، الصفحات 394-399).

### 2-8 مفهوم السلوك العدواني :

يعتبر السلوك العدواني أحد الموضوعات التي اختلف العلماء في تحديد مفهومها تحديدا دقيقا بل أن ألبرت باندو را- "A.BENDURU"، وهو أكثر الباحثين في المجال العدواني اعتبر دراسة السلوك العدواني من الموضوعات المعقدة التي لا يمكن تحديدها من جانب الدلالة اللفظية.

ولإعطاء مفهوم شامل للعدوان اخترنا عدة تعاريف تطرقت إليه وهي كالتالي: حيث عرف **باص - BASS** أي شكل من أشكال السلوك الذي يتم توجيهه إلى كائن حي آخر ويكون هذا السلوك مزعجا له "

بين هذا التعريف أن السلوك العدواني هو كل سلوك مزعج، وعرف **لين - LINN**

**1961** هو فعل عنيف موجه نحو هدف معين وقد يكون هذا الفعل بدنيا أو لفظيا وهو بمثابة الجانب السلوكي لانفعال الغضب والهيجان والمعدات، و لقد أشار هذا التعريف

إلى نوعين من السلوكيات العدوانية وهو اللفظي والبدني بالإضافة إلى انه أشار بان للسلوك العدواني هدف محدد، وعرف **واطس - WATSON - 1979** " هو مجموعة

من المشاعر والاتجاهات التي تدل على الكراهية والغضب والسخرية من الآخرين ويأخذ

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

العدوان أشكالاً متعددة قد تكون خفية في حالة توجيهها بسلطة ما أو تكون عنادا عبوسا في وجه الآخرين " (عزت إسماعيل، 1982، صفحة 28)

دل هذا التعريف على أن السلوك العدواني ينبع من المشاعر ويشمل الاتجاهات أيضا ، وعرف شابلين - " CHAPLIN " هو هجوم أو فعل معادي موجه نحو شخص أو شيء وهو إظهار الرغبة في التفوق على الأشخاص الآخرين ويعتبر استجابة للإحباط ما كما يعني الرغبة في الاعتداء على الآخرين أو إيذائهم والاستخفاف بهم السخرية منهم بأشكال مختلفة بغرض إنزال العقوبة بهم " (عبد الرحمان العيسوي ، 1997 ، صفحة 103) ، وعرف فاخر عاقل السلوك العدواني هو أفعال ومشاعر عدوانية وهو حافز يثيره الإحباط - أو التثبيط أو تسببه الإثارة الغريزية (فاخر عقل، 1979 ، صفحة 15) ، وعرف "سعدية بهارون" السلوك العدواني هو السلوك الهجومي الذي يصاحب الغضب ، وهو السلوك الذي يتجه نحو إحداث إصابة مادية لفرد آخر " (سعدية محمد بهاور ، 1977 ، صفحة 246)

من خلال التعاريف السابقة للمربين يمكننا استنتاج مفهوم السلوك العدواني على النحو التالي : السلوك العدواني هو ذلك السلوك الذي يقصد من ورائه إلحاق الأذى والضرر المادي أو المعنوي بالآخرين أو بالذات والى تخريب لممتلكات الذات أو الآخرين .

### 2-9 أسباب السلوك العدواني:

أن السلوكيات الإنسانية لا يمكن حدوثها إلا بتوفر جملة من الأسباب و إذا ما تكلمنا عن السلوك العدواني فإننا نجد أن هناك عدة عوامل تتداخل لتوفر السبب والفرصة لحدوث مثل هذه السلوكيات العدوانية فهناك أسباب نفسية وأخرى اجتماعية وأخرى بيولوجية ومن خلال هذا المبحث نحاول عرض هذه الأسباب بالتفصيل.

### 2-9-1 الأسباب النفسية:

إن الأسباب النفسية متعددة ومتنوعة ونأخذ منها الحرمان والإحباط والغيرة والشعور بالنقص.

### 2-9-1-1 الحرمان:

فهو شعور ينتج عن عدم إشباع رغبة معينة وقد يكون مادي كما يمكن أن يكون معنويا (عبد الرحمان العيسوي، 1989 ، صفحة 89).

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

ويعتبر الحرمان من بين احد الأسباب المؤدية إلى السلوك العدواني لأن هذا الأخير ماهو إلا تعبير ورد فعل عن الحرمان من العطف والحنان والرعاية والحاجات الأساسية فإن شعور المراهق بهذا الحرمان فيحاول التعويض عنه من خلال تصرفات وسلوكيات عدوانية قد تكون في بعض الأحيان لاشعورية قصد التعويض عن هذا النقص والحرمان الذي يعاني منه (حقي ألفة محمد، 1983، الصفحات 79-80).

### 2-1-9-2 الإحباط:

وهو احد الأسباب الرئيسية للسلوك العدواني وكل مواقف الإحباط تعرقل أهداف الفرد وتبقى رغباته دون تحقق وهذا ما يثير لديه الغضب والانفعال و القلق مما يدفعه إلى سلك سلوكيات عدوانية.

وقد بين كل من ميلر - miller - ودولا رد dollard . أن السلوك العدواني هو استجابة نموذجية للإحباط وان هناك علاقة سببية بين الإحباط والعدوان وهذا يعني أن ظهور سلوك عدواني عند شخص ما يستلزم وجود إحباط (منصور، 1981، الصفحات 164-165).

يعتبر السلوك العدواني استجابة حتمية ومخرج ضروري للمواقف الإحباطية التي لا محالة منها في مختلف مراحل النمو خاصة في مرحلة المراهقة فهي عتاب تحول دون إشباع الدوافع وتحقيقها ودون الوصول إلى الأهداف التي سطرها المراهق والتي غالبا لا تتماشى مع واقعه.

### 2-1-9-3 الغيرة:

هي حالة انفعالية يشعر بها الشخص وتظهر متمثلة في الثورة والنقد والعصيان والهياج وقد تظهر كذلك على شكل انطواء وانعزال مع الامتناع عن المشاركة كما تظهر في شكل سلبي للغاية كالاعتداء والضرب والتخريب ونجد أنها تحمل صيغة القسوى وتمهد للهدم والتدمير وكل هذه الأشكال من مظاهر السلوك العدواني.

وتتجم الغيرة من متغيرات عديدة كالخوف وانخفاض الثقة في النفس وعدم الإحساس بالقيمة الذاتية فالمراهق الغير مثلا لا يرتاح لنجاح غيره ومن الصعب عليه الانسجام والتعاون معهم وهذا ما يؤدي به إلى الانطواء والانسحاب كاستجابة أولا ثم رد فعل عدواني فاستجابة نهائية وقد يتولد هذا الشعور من عدم القدرة على التكيف مع المواقف

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

الجديدة وهذا ما يجعله يلجا إلى أسلوب التعويض كأن يتوهم بأنه متوقف مع غيره وهذا الشعور يقلل من قدرته على التكيف والتعامل مع غيره وديا فيقف منهم موقف عدائي ونجد أن المراهقين الذين يؤتون رفاق وأصدقاء لهم من الطبقات ومستويات اجتماعية عالية تفوق أسرهم, يعانون من مشاعر الغيرة حيث إنهم يصعب عليهم مجاراتهم وبالتالي يظهرون لهم سلوك عدوانية كاستجابة للغيرة والشعور بالنقص ويرى ادلر Adler إن الغيرة والشعور بالنقص أساسا للعدوانية حيث أن المراهق الذي يشعر بقصور في علاقته مع الآخرين والمحيط الذي يعيش فيه يستجيب بسلوك عدواني كإثبات لوجوده ومحاكاة للآخرين ومنافستهم في قدراتهم.

**2-9-1-4 الشعور بالنقص :** أو ما يعرف بالإحساس بالدونية وهو حالة انفعالية تكون عادة دائمة ناجمة عن الخوف المرتبط بإعاقة حقيقية أو من تربية تسلطية اضطهادية والشعور بالنقص منتشر بكثرة سواء كان جسمي أو عقلي أو حقيقي أو خيالي وهو يمثل دائما فقدان جانب مهم من الناحية العاطفية وبالتالي يؤدي إلى الانطواء وعدم المشاركة ومنه إلى استجابات عدوانية اتجاه من يشعر نحوهم بالنقص والسلوك العدواني هنا يهدف إلى إعادة شيء من الاعتبار إلى الذات وإحساسها بقدرتها وسيطرتها على طرفها الوجودي بدل أن تدرج تحت مشاعر النقص والدونية. فالمرهق الذي يعاني من الشعور بالنقص يعوض ذلك بالسلوك العدواني من أجل جعل نفسه تحس بأنه متفوق على غيره من الأقران.

من خلال التطرق للأسباب النفسية للسلوك العدواني نجد إن هذا الأخير يتأثر وبدرجة كبيرة بهذه الأسباب والتي حصرت في الإحباط والشعور بالنقص والغيرة غير أن الأسباب النفسية وحدها لا تكفي لكي نستطيع إعطاء تفسير لسبب حدوث السلوك العدواني (بوخريسة بوبكر، 2006، صفحة 86).

### 2-9-2 الأسباب الاجتماعية:

تعتبر الأسباب الاجتماعية من بين احد الأسباب التي تسهم وتتدخل في نشوء وتكوين سلوك عدواني حيث أن البيئة والظروف الاجتماعية والأسرية لها تأثير قوي وبالغ على نمو الفرد بحيث أنه كلما كانت التنشئة الاجتماعية والعوامل المحيطة به سائمة وملائمة لاحتياجات الطفل كانت شخصية سوية وقوية وسليمة ومن بين هذه الأسباب هي:

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

2-9-2-1 الأسرة: الأسرة تعتبر الأسرة من بين مصادر التكوين القاعدية التي تلعب دور كبير في سيرورة التنشئة الاجتماعية للطفل بحيث إنها تزوده بالمفاهيم والمواقف غير العمومية (بوخريسة بوبكر، 2006، صفحة 93)، وتصله بقلب الأسرة في ظل العلاقات السائدة بين أفرادها ولثقافة الأسرة دور كبير في تحديد مسؤوليات العدوان التي يجب أن يتخذها الطفل تجاه ما يقابله وما يواجهه فالفرد يكتسب منها أصوله الأولى واتجاهاته وقيمه وذلك من خلال ما يشاهده من أساليب عملية وممارسات يظل يراقبها وهو طفل والملاحظ أن هذه الأخيرة تعمل على تنشئته وتكوين شخصيته في اتجاهين: -الاتجاه الأول: تطبيع السلوكيات التي تتماشى مع ثقافة الأسرة وبالتالي إذا كانت ثقافتها تتنافى مع العدوان فإن الفرد ينشأ غير عدوانيا إما إذا كان مورث الأسرة الثقافي يشجع ويدعم السلوكيات العدوانية فإن الفرد ينشأ حتما عدوانيا.

- الاتجاه الثاني: توجيه نمو الفرد خلال كل مراحل هذه الأخير في داخل أحد الإطارين بالاتجاهات التي تكافئ عليها الأسرة ويرتبط هذا بالعلاقة السائدة داخلها والتي تؤثر بشدة في حياة الطفل وشخصيته (فاطمي نافية ورفاعي عالية، 1989، صفحة 90) حيث أن العلاقات داخل الأسرة لها الدور البارز والأثر البالغ في دعم السلوك العدواني للمراهق فعلاقة الوالدين ببعضهما أو مع الطفل هي وحدها التي تحدد معالم سلوك الطفل نحو العدوانية ويمكن القول أن الجو الأسري المليء بالسلوك العدواني يؤثر سلبا على شخصية أفرادها وخاصة الأبناء (زكريا الشربيني، 1990، صفحة 90).

2-2-9-2 المدرسة: هي الفضاء الثاني للطفل والتي هي عبارة عن امتداد لسلطة الأسرة التي ينشأ فيها الطفل ولكن هذه السلطة الثانية أكثر شدة على حياة الطفل لما فيها من قوانين وانظمة وضوابط تفرض عليه ولا مجال للتساهل أو تعدي هذه الضوابط أو الحدود فهي تضع حدود لحرية التي كان يمارسها داخل الأسرة ( شحيمي محمد أيوب ، 1985، صفحة 75) .

وهذه الضوابط والحدود والقيود تجعل الطفل مصدوما بحياة لم يألفها من قبل لذلك فإنه يلجأ إلى الأسرة ليحفظ منها نافذة حينما يتسلل منها إلى الانحرافات السلوكية ومختلف الاضطرابات والتي منها السلوكيات

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

العدوانية وبالتالي فان هذه السلوكيات تصبح متنفسا وإفراغا لمكبوتات المشكلة أساسا من القوانين والصرامة المدرسية ( محمد غياري .محمد سلامة ، 1989، صفحة 121) ،بالإضافة إلى هذا فالأساليب المدرسية التي تعتمد على القسوة بحق الطفل تؤثر على نزعتة العدوانية وهذا ما يدفعه إلى الاستجابة بسلوك عدواني حيث انه يبدأ بهروبه من المدرسة وإهماله لواجباتها والإنضمام إلى رفاقه ليشكلوا مجموعة أشرار يمارسون العدوان الجماعي على التجهيزات المدرسية (شحمي محمد أيوب ، 1998، صفحة 98) . وكذلك يظهر في بعض الحالات السلوك العدواني عند التلميذ بسبب سوء تكييفه المدرسي ويلاحظ من خلال عمله الدراسي فالطفل الذي يعاني من تأخر دراسي يدفعه إلى الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس لذا نجده يخلو من القدرة على المشاركة مع الجماعة في نشاطهم وكل هذا راجع إلى فشله في دروسه مع الإهمال الذي يتلقاه من قبل المدرسة أو حتى الرفاق هذا ما يدفعه لاستعمال أساليب للتعويض والمتمثلة في السلوكيات العدوانية وذلك دون وعي منه وهدفه في إثبات ذاته وجذب انتباه الآخرين وتأكيد أهميته كفرد منهم .

### 2-9-3 العدوان عن طريق النموذج

انطلاقا من مبدأ الكبار فالطفل يتعلم العدوان بمجرد مشاهدته نماذج لأشخاص يتصرفون بالسلوكيات عدوانية وكلما تعرضوا لمواقف كلما زاد إظهارهم لمثل هذه السلوكيات (عالية، 1992، صفحة 150) وقد بينت عدة دراسات نذكر منها دراسة " بان دورا badura (1973) أن الطفل يتعلم بالتقليد.

### 2-10 أنواع العدوان:

بالرغم من أن تعريف العدوان من حيث انه سلوك يهدف إلى محاولة إصابة أو حدوث ضرر أو إيذاء لشخص آخر قد يحدد المعالم الرئيسية للعدوان، إلا أن بعض الباحثين في السنوات الأخيرة حاولوا النظر إلى العدوان على أساس النتيجة التي يتوقعها الفرد المعتدي من أداء السلوك العدواني.

وفي ضوء ذلك استطاعوا التمييز بين نوعين هامين من العدوان هما :

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

### 2-10-1 العدوان العدائي :

المقصود به هو السلوك الذي يحاول فيه الفرد إصابة كائن حي آخر لإحداث الألم أو الأذى أو المعانات الشخصية الأخر وهدفه التمتع و الرضى بمشاهدة الأذى الذي لحقه بالفرد المعتدي عليه كنتيجة لهذا السلوك العدواني ,ويلاحظ أن السلوك العدواني في هذه الحالة يكون غاية في حد ذاته,وقد يحدث مثل هذا العدوان في المجال الرياضي في العديد من المواقف التنافسية مثل قيام مدافع كرة القدم بمحاولة إصابة منافسه بقدمه عقب محاولة منافسه تخطيه أو مروره بالكرة,أو محاولة لاعب كرة السلة دفع منافسه باليد للسقوط على الأرض أثناء مراقبته له.

### 2-10-2 العدوان الو سيلبي :

ويقصد به السلوك الذي يحاول إصابة كائن حي آخر لأحداث الألم أو الأذى أو المعانات لشخص آخر بهدف الحصول على تعزيز أو تدعيم خارجي مثل تشجيع الجمهور أو رضا زملاء أو إعجاب المدرب وليس بهدف مشاهدة مدى معاناة المعتدى عليه, وفي هذه الحالة يكون السلوك العدواني وسيلة لغاية معينة مثل الحصول على ثواب أو حافز أو رضا أو تشجيع خارجي, ويلاحظ أن هاذين النوعين من العدوان يتقنان في محاولة إصابة كائن حي آخر وأحداث الألم أو الأذى أو المعانات له لكنهما يختلفان من حيث الهدف, ويرى "كوكس " 1944 أنه بالرغم من صعوبة التفريق بين هذين النوعين من السلوك العدواني إلا أن محك التمييز بينهما يكمن في انفعال الغضب الذي يكون مصاحباً للسلوك العدواني العدائي ولا يشترط تواجد انفعال الغضب في السلوك العدواني الو سيلبي (محمد حسين علاوى، 2004، الصفحات 11-13) .

### 2-11 العوامل المثيرة للعدوان:

أشارت العديد من المراجع إلى أن هناك العديد من الخبرات غير السارة أو الخبرات البغيضة التي يمكن أن تثير السلوك العدواني ومن بين أهمها ما يلي:

- الشعور بالألم.
- المهاجمة أو الإهانة الشخصية.
- الإحباط.

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

- الشعور بعدم الراحة.

- الاستثارة.

### 2-11-1 الشعور بالألم:

أشار ليونارد بركوفتزر BERKOWITZ ( 1989م ) إلى أن الشعور بالألم PAIN سواء النفسي أو البدني يمكن أن يحرض على المزيد من الجوانب الانفعالية وبالتالي إمكانية حدوث السلوك العدواني.

وفي المجال الرياضي يمكن ملاحظة ذلك عند إصابة لاعب لمنافسة إصابة بدنية أو محاولة إصابته نفسيا عن طريق السخرية منه وشعور هذا المنافس بصورة عدوانية تجاه اللاعب المتسبب في حدوث هذا الألم. كما يدخل في إطار ذلك أيضا شعور اللاعب بالألم الناتج عن الإجهاد أو الإرهاق الذي قد يدفعه إلى ارتكاب السلوك العدواني لأقل مثير.

### 2-11-2 المهاجمة أو الإهانة الشخصية:

عندما يهاجم أو يهان شخص ما فإنه قد يكون في موقف مثير ومشجع على السلوك العدواني تجاه الشخص الذي قام بمهاجمته أو أهانته في ضوء : العين بالعين والسن بالسن والبادئ اظلم, وقد نجد في المجال الرياضي بعض أنواع من السلوك العدواني من بعض اللاعبين ضد منافسيهم كنتيجة لمهاجمتهم بعنف من هؤلاء المنافسين أو كنتيجة لشعورهم بالإهانة منهم

### 2-5-3 الإحباط:

يقصد بالإحباط إعاقة الفرد عن محاولة تحقيق هدف ما. وأصحاب نظرية " الإحباط - العدوان " يرون أن الإحباط يؤدي إلى السلوك العدواني وقد يكون هذا السلوك العدواني موجها نحو مصدر الإحباط أو قد يتجه نحو مصدر آخر كبديل للمصدر الأصلي المسبب للإحباط, وقد نلاحظ في المجال الرياضي حدوث السلوك العدواني من بعض اللاعبين كنتيجة لعدم قدرتهم على مواجهة منافسيهم بإعاقتهم عن تحقيق هدفهم.

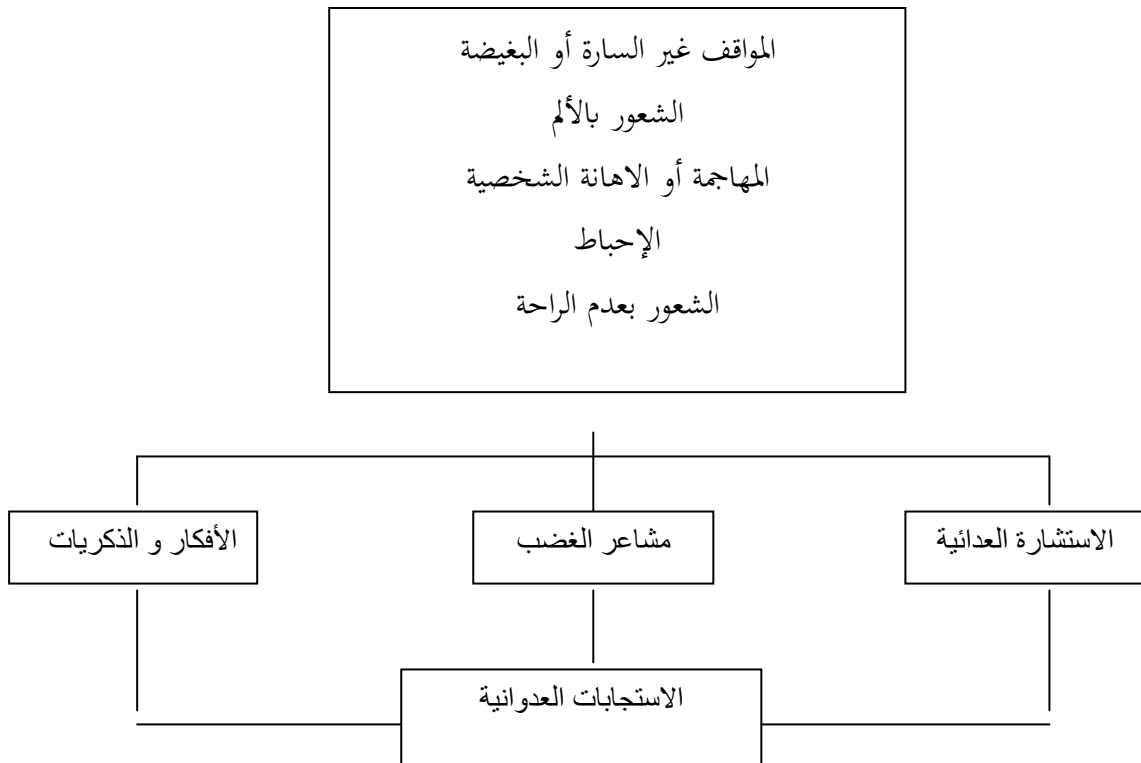
## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

### 2-11-4 الشعور بعدم الراحة:

أشارت نتائج بعض الدراسات إلى أن الشعور بعدم الراحة مثل التواجد في أماكن مزدحمة أو مكان مغلق أو سكن غير مريح أو التواجد مع جماعة غريبة عن الفرد وغير ذلك من المواقف التي تثير لدى الفرد الضيق وعدم الراحة يمكن اعتبارها من العوامل التي تشكل نوعاً من الضغوط على الفرد وبالتالي قد تسهم في إثارة السلوك العدواني لديه. وفي ضوء ذلك ننصح بضرورة توفير الشعور بالراحة للاعبين وبصفة خاصة قبيل اشتراكهم في المنافسات الرياضية حتى يمكن بذلك الابتعاد عن بعض العوامل التي قد تثير السلوك العدواني لدى اللاعبين. ذ-6-//

### 2-11-5 الاستثارة والغضب والأفكار العدائية:

أشار دفيد ميرز MYERS ( 1996 ) إلى أن العوامل السابق ذكرها ( الشعور بالألم والمهاجمة أو الإهانة الشخصية والإحباط والشعور بعدم الراحة قد تؤدي إلى الاستثارة أو الغضب أو الأفكار أو الذكريات العدائية لدى الفرد وهو الأمر الذي قد يحدث الاستجابات العدوانية (محمد حسن علاوى، 1998، الصفحات 132-135-136).  
مخطط رقم ( 1-1 ) يوضح عوامل السلوك العدواني عن ميرز MYERS



## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

### 2-12 نظريات السلوك العدواني:

هناك بعض النظريات والإقتراحات التي قدمها العديد من الباحثين لمحاولة تفسير السلوك العدواني على أنه غريزة فطرية أو أستجابة للإحباط أو نتيجة لعملية التعلم والتطبيق الإجتماعي أو على أساس محاولة تفريغ المكبوتة داخل الفرد وفي ما يلي عرض موجز لأهم نظريات وإفتراضات السلوك العدواني:

نظرية العدوان كغريزة

نظرية التنفيس (تفريغ الإنفعالات المكبوتة)

نظرية التعلم الإجتماعية

نظرية الإحباط- العدوان (محمد حسن علاوى، 1998، صفحة 28)

### 2-12-1 نظرية العدوان كغريزة:

ترجع جذور هذه النظرية إلى المعلم "سيجموند فرويد" الذي أشار إلى العدوان غريزة فطرية ، وفي رأي "فرويد" إن الغرائز هي قوى للشخصية تحدد الاتجاه الذي يأخذه السلوك أي أن الغريزة تمارس التحكم الإختياري للسلوك عن طريق زيادة حساسية الفرد لأنواع معينة من المثيرات، وقد افترض "فرويد" أن الإنسان يولد ولديه صراع بين غريزتي الحياة والموت ، ومن المشتقات الهامة لغريزة الجنسية ، كما أن غريزة العدوان تعتبر من المشتقات الهامة لغريزة الموت.

وأشار "فرويد للاً" إلى إن غريزة العدوان هي قوة داخل الفرد تعمل بصورة دائمة على محاولة الفرد تدمير نفسه ونظراً لأن غريزة العدوان فطرية لأنه لا يمكن الهرب منها ولكن يمكن محاولة تعديلها والسيطرة عليها عن طريق إشباعها أو إبدالها وعلى ذلك فإن الإنسان في محاولته تدمير ذاته فإن غرائز الحياة قد تعوق هذه الرغبة فعندئذ يتجه الفرد نحو موضوعات بديلة لإشباع غريزة العدوان كأن يقوم الفرد باعتداء على آخرين وتدمير الأشياء.

وهذا التفسير قدمه فرويد لتفسير العدوان الدموي بين المحاربين في الحرب العالمية الأولى وفي ضوء هذه النظرية يبدو العدوان غريزة فطرية لا بد من إشباعها أو محاولة تعديلها والسيطرة عليها. وفي هذا الإطار يرى بعض الباحثين أن ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية أو مشاهدة المنافسات الرياضية يمكن أن تساهم في إشباع أو تعديل

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

أو السيطرة على هذه الغريزة. وقد أثار حول نظرية الغرائز الكثير من الجدل وعارضها بعض الباحثين على أساس أن هذه النظرية وإن كانت تصدق على الحيوان إلا أنه يصعب تعميمها على الإنسان لان الطفل البشري عند ميلاده يولد في جماعة ويتعلم منذ اللحظة الأولى حاجته للجماعة ويكتسب عن طريقها دوافع توجهه، كما أن هذه النظرية غيبية وليست علمية أي تقتصر إلى التفسير العلمي للسلوك.

### 2-12-2 نظرية التنفيس (تفريغ الانفعالات المكبوتة):

يقصد بالتنفيس في مجال علم النفس تفريغ أو إطلاق المشاعر أو الإنفعالات المكبوتة عن طريق التعبير عنها أو التسامي بها الأمر الذي يؤدي إلى تفريغ أو تخفيف هذه المشاعر أو الانفعالات نظرا لان كبتها يسبب حدوث بعض الاضطرابات النفسية و الجسمية.

وتشير نظرية التنفيس إلى أن السلوك العدواني ماهو إلا تفريغ للإنفعالات المكبوتة لدى الفرد الأمر الذي يؤدي إلى الإقلال من المزيد من العدوان، في حين أشارت بعض الدراسات الأخرى إلى أن السلوك العدواني - في ضوء هذه النظرية - يمكن أن يؤدي إلى خفض العدوانية، وفي بعض الأحيان يؤدي إلى المزيد من العدوان.

ويعتقد أنصار نظرية التنفيس من الباحثين في مجال علم النفس الرياضي أن الأنشطة الرياضية التي تتضمن درجة كبيرة من الاحتكاك البدني يمكن أن يكون بمثابة متنفس للسلوك العدواني ، كما أن السلوك العدواني لدى المشاهدين لبعض الأنشطة الرياضية قد يكون تفريغا لبعض الانفعالات المكبوتة كنتيجة، للأسباب أخرى خارج مجال الرياضة كالعوامل الاجتماعية أو الاقتصادية أو السياسية أو غير ذلك من العوامل (محمد حسين

علاوي، 2004، الصفحات 21-24).

### 2-12-3 نظرية الإحباط - العدوان:

يعرف الإحباط بأنه كل ما من شأنه أن يسبب منع تحقيق هدف أو إشباع حاجة هامة لنا، وليس من الضروري أن يوجه العدوان نحو من سبب الإحباط خاصة إذا كان هذا المصدر قويا، بل نجد على العكس م ن ذلك، إذ ترى هذه النظرية إن العدوان الناتج عن الإحباط يمكن أن يوجه إلى أهداف بديلة، فالولدان اللذان يشعران بالإحباط بسبب كثرة خلافتهما سوف يصبان عدوانهما على أطفالهما والذين سوف يتحولون بدورهم إلى تفريغ

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

انفعالاتهم على أهداف بديلة فيشدون ذيل قوتهم أو يحطمون الدمى التي يلعبون بها، وتمثل هذه الفرضية واحدة من التفسيرات السببية الكبرى للعدوان، الإحباط يحدث حالة من التحريض على العدوان دائما يسبقها إحباط، وفي عام 1939م نشر دولا رد وميلر وبعد ذلك كلمن دوب وماورر وسيرز أول كتاب لهما بعنوان الإحباط والعدوان، وقمنا فيه بتحليل رأي فرويد القاضي بان الإحباط يقود إلى العدوان، وعرف الإحباط بأنه تلك الحالة التي تحدث عندما يعاق إشباع الهدف، أو هو الأثر النفسي المؤلم المترتب على عدم الوصول للهدف أو تكرار الفشل، وعرف العدوان بأنه أي تصرف يترتب عليه ضرر أو أذى للذات أو للآخرين أو الوسط المحيط، وهما يفترضان أن عدم تحقيق الهدف يسبب الإحباط وان الإحباط يؤدي بدوره إلى السلوك العدواني إزاء الأشخاص أو الأشياء التي حالة دون تحقيق الهدف (محمد السيد عبد الرحمان، 2004، صفحة 430).

### 2-12-4 نظرية التعلم الاجتماعي:

تفسر نظرية التعلم الاجتماعي العدوانية بأنها سلوك يتم تعلمه عن طريق ملاحظة الآخرين وإقتداء بسلوكياتهم، ثم الحصول على التعزيز والتشجيع لإظهار سلوكيات مشابهة. ولقد وجد عالم النفس "ألبرت باندورا" (1973م) أن الأطفال الذين يشاهدون النماذج من الكبار يرتكبون أعمالا عنيفة، و لقد كانت هذه التغييرات أشد عندما تم تشجيع الأطفال على تقليد أفعال النماذج من الكبار. و هكذا يتضح من هذه النظرية أن السلوك العدواني يتم تعلمه من خلال التعزيز و المحاكاة فعلى سبيل المثال إذا قام احد المدربين بتقديم تعزيز إيجابي للسلوك العدواني لأحد اللاعبين فإن هذا اللاعب في الغالب سيظهر نفس هذا السلوك مرة أخرى في المستقبل.

إن نظرية التعلم الاجتماعي على العكس من نظرية الغريزة و نظرية الإحباط-العدوان حيث تنظر إلى السلوك العدواني على إنه سلوك متعلم و على ذلك يمكن توجيهه و السيطرة عليه. فالأشخاص يسلكون عدوانية لأنهم تعلموا مثل هذا السلوك و ليس نتيجة للإحباط أو امتلاك لغرائز معينة. ومن الملاحظ في المجال الرياضي أن العدوانية يمكن أن تحدث في كل رياضة، و أن اللاعبين صغار السن يقتدون بالعنف السائد في مباريات المحترفين. فهم يشاهدون في التلفزيون السلوك العدواني لأبطال الذين يقتدون

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

بهم ،ويحصلون على التشجيع عند إظهار سلوك مشابهة. ويذكر "سميث 1988" أن العديد من المدربين ،و الآباء ،و زملاء الفريق يشجعون و يعززون هذه العدوانية.

إن السلوك العدواني غالبا ما يرتكب كرد فعل لتصرف عدواني من شخص آخر .فعلى سبيل المثال يتلقى لاعب كرة السلة تعليمات من المدرب بألا ينتهك القواعد و القوانين و يحاول إيذاء المنافسين ،ولكن إذا كانت المباراة تتميز بالخشونة مثل الجذب من الملابس الضرب بالكوع تحت السلة فإن اللاعب يتعلم أن يرد بالمثل.

أن نظرية التعلم الاجتماعي لها العديد من الأدلة العلمية التي تؤيدها،وهي تؤكد على الدور الهام الذي يلعبه الآخرون ذوي الأهمية بالنسبة للشخص في زيادة ونمو السلوك العدواني أو التحكم ( ربيع عبد القادر , وآخرون ، 2008 ، صفحة 34).

### 2-13 العوامل التي تؤثر في السلوك العدواني:

يفضل بعض الباحثين التمييز بين أسباب كل من الغضب والعدوان في محاولة للإجابة عن تساؤلين منفصلين هما: ما الذي يسبب مشاعر الغضب وما الذي يسبب السلوك العدواني .

### 2-13-1 الغضب كأحد أسباب السلوك العدواني:

هناك سببان رئيسيان للغضب هما الهجوم والإحباط بالإضافة إلى غزو السبب في كل منهما .

### 2-13-2 الهجوم:

يعد الهجوم على الفرد من قبل فرد آخر أو انزعاج منه أكثر مصادر الغضب شيوعا وهناك أمثلة عديدة للهجوم ، فتخيل انك تقرا صحيفة معينة وقامة شخص آخر بصورة غير متوقعة يسكب من الماء على راسك أو تخيل انك أجبت إجابة معينة في الفصل الدراسي تعبر عن رأيك في موضوع معين وقام احد زملائه معلق على إجابتك بأنها غبية وليس لها معنى ، وكذلك تخيل انك تسير بسيارتك في شارع عام وفجأة سبقتك سيارة أخرى ووقفت أمامك دون مبرر ، ففي كل هذه الحالات نجد إن شخص معين قد فعلى شيئا كريها لشخص آخر، وطبقا لكيفية معالجة الشخص الذي تعرض للهجوم أو الإزعاج لهذه الأمور يصبح من المحتمل بدرجة كبيرة استثارة غضبه وشعوره بمشاعر عدائية نحو مصدر الهجوم ومن ثم الرد بيزر احتمال عليه .

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

فالأشخاص يستجيبون للهجوم عادة بتأثير، ومقابلة الهجوم بمثله بالأسلوب العين بالعين والبادئ اظلم، ومن ثم تزداد حدة العدوان والرغبة في الانتقام ويحدث تصعيدا له فالعنف يؤدي إلى المزيد من العنف في مختلف مجالات الحياة في المجتمع فالعنف الأسري على سبيل المثال لايشتمل على شخص عدواني واحد وضحية واحدة، ولكن يشتمل على نمط من العنف المتبادل بين الأزواج والزوجات أو بين الآباء والأبناء.

### 2-13-3 الإحباط:

المصدر الرئيسي الثاني للغضب هو الإحباط، وبسط تعريف للإحباط هو الحالة التي يشعر بها الفرد عندما يصطدم مع شيئا ما أو عندما يحول أمر أو آخر بينه وبينما يريد تحقيق الفرد لأهدافه فإذا أراد الفرد أن يذهب إلى مكان معين أو يؤدي بعض الأفعال أو أن يحصل على شيء ما ومنع من فعل ما يريد أو لم يتمكن من تحقيقه فإننا نقول أن الشخص قد أحبط وقد قدم "دولا رد" وزملائه في الثلاثينات من القرن العشرين الغرض الأساسي الذي رابط بين العدوان والإحباط ومؤداه أن العدوان هو دائما نتيجة للإحباط فحدوث السلوك العدواني يقتضي ضمنا وجود الإحباط والعكس، فوجود الإحباط يؤدي دائما إلى بعض أشكال السلوك العدواني.

وقد قام "باركر" 1941 بدراستهم الكلاسيكية التي هدفت إلى الوقوف على الآثار النفسية للإحباط وتمثلت إجراءات التجربة في إن مجموعة من الأطفال شاهدو غرفة مليئة بدمى جذابة لم يسمح لهم بدخولها ووقفوا في الخارج ينظرون إلى الدمى التي يريدون أن يلعب بها وليس في مقدورهم الوصول إليها وبعد أن انتظر الأطفال فترة من الزمن سمح لهم الباحثون بالدخول واللعب بالدمى الموجود كيفما يريدون، هذا في مقابل مجموعة أخرى من الأطفال أعطية فرصة مباشرة لدخول الغرفة واللعب بالدمى الموجود دون المرور بخبرة المنع الأولى التي تعرض لها الأطفال المجموعة الأولى وتبينه من النتائج أن الأطفال الذين احبطوا قد حطموا الدمى على الأرض، وعلى هذا الأساس أن العدوان هو أهم المترتبان للإحباط (ربيع عبد القادر، وآخرون، 2008، صفحة 34).

### 2-13-4 الغزو:

يؤدي الهجوم والإحباط في معظم الحالات إلى الغضب وما يترتب عليه من السلوك العدوان إدراك الشخص، إن الشخص آخر يقصد إيذائه فميلنا لسلوك العدواني يعتمد غالبا

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

على الدوافع الظاهرة والمقاصد التي تكمن خلف أفعال الشخص الآخر وبمفاهيم نظرية الغزو التي قدمها "وايذر" تجد أن احتمال الغضب يزداد عندما الشخص يصاب بالهجوم أو الإحباط مقصود من قبل الشخص الآخر ( أو انه في إطار تحكم الشخص الداخلي) وفي مقابل ذلك إذا قام الضحية بغزو الهجوم أو الإحباط إلى ظروفه المخففة ( أو انه خارج نطاق تحكم الشخص) فلن يؤدي ذلك إلى إثارة غضب شديد فعلى سبيل المثال انه من المتوقع إثارة غضب العاملين في إحدى المؤسسات إذا قال لهم رئيسهم انه لا يهتم لأنهم كسالى أكثر مما لو اتخذت المؤسسة قرارا بتسريحهم مؤقتا من العمل بسبب الركود الاقتصادي للمؤسسة إجمالا والذي أدى إلى إغلاقها مؤقتا، ولكن توقيت المعلومات التي يتلقها الضحية عن مقصد الطرف الآخر أو الظروف المختلفة يعد عاملا مهما أيضا في إثارة الغضب، فإذا ادرك الضحية المبررات المخففة قبل يحبط فسيقل احتمال الغضب ومن ثم السلوك العدواني إما في حالة تفسير كل المبررات الحسنة فيما بعد بدء التوتر والغضب فسيصعب تقليل الغضب ومع ذلك فان المعلومات المسبقة عن مقاصد الشخص الآخر أو عن الظروف المخففة يصبح أثرها ضئيلا إذا كان الهجوم أو الإحباط كبيرا جدا فالعنف العائلي يحدث غالبا لان النقاش والجدل الشديد يزداد حدة ويصعدون أي اعتبار لمبررات أفعال الشخص الآخر ولذلك فان المعلومات المخففة ربما تأتي متأخرة جدا أو تصبح غير فعالة في ظل حرارة الغضب فالأشخاص يقتلون في ظل الغضب الشديد بصرف النظر عن المعلومات التي تصلهم عن ضحاياهم.

### 2-13-5 العوامل الشخصية المسببة للسلوك العدواني:

تناولنا مسبقا أسباب الغضب منفصلة عن العوامل الشخصية للعدوان من اجل التمييز الدقيق بين الغضب والسلوك العدواني ويبقى ضمن العوامل الشخصية التي تؤثر في السلوك العدواني نوعان من هذه العوامل هما الأسباب العصبية والكيميائية للعدوان والاتجاهات التعصبية ( ربيع عبد القادر , وآخرون، 2008، الصفحات 35-36).

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

### 2-14 علاج السلوك العدواني :

أن العدوانية يعاني منها الفرد والمجتمع ومن هذا المنطق فإنه ينبغي علينا أن نضع طرق للعلاج لمثل هذه الاضطرابات التي أثرت سلبيا على الحياة العامة للإنسان وعليه فإننا نرى أن يكون العلاج على هذه المستويات وهي كما يلي:

### 2-14-1 العلاج النفسي:

أن التكفل النفسي للفرد له الأهمية البالغة والأثر الكبير في علاج مثل هذه الاضطرابات السلوكية ويكون العلاج النفسي بتجنب الطفل أسباب الانفعال من الأساس والتي تسبب له نوع من الإحباط والحط من قيمته كعدم مقارنته بغيره من الأطفال وعدم تغييره بالذنب وخطأ ارتكبه وإشعاره بذاته وتقديره واحترامه (محمد سعيد مرسى، 1998، صفحة 60).

فعندما يفشل الطفل ويصبح ذاك الفشل جزء من الخبرات التي يواجهها في البيت والمدرسة والشارع ولذلك ينبغي لنا تعليم الطفل كيفية التعامل مع مثل هذه التجارب الفاشلة دون أن تترك في نفسه اثر ضار ودون أن تحبط من احترامه لنفسه ويقول علماء التربية أن الطفل الذي يعاني من انخفاض في درجة احترامه لنفسه لا يستطيع التعامل مع الفشل ولا يستطيع تشكيل صداقات مع غيره ويترتب على ذلك ظهور مؤشر العدوانية (زياد الحكيم، صفحة 167).

كما ينبغي علينا أيضا تجنب الأطفال الكبت بحيث يسمح لهم بطرح الأسئلة والاستفسارات وعلينا أن نتجاوب معها بوضعية تناسب سنه وعقله ومن خلال أيضا إشباع رغباته وتلبية حاجياته ويكون كذلك بتنميته حتى يستطيع الشخص أن يحل مشاكله وان يواجه الصعاب بلا صعوبة أو مشكلة بالإضافة إلى تعليم الطفل آداب الحديث والحب والتعاون والتسامح والمشاركة فكل هذه المعاني السامية تغرس فيه روح عالية ومتسامحة (سعدية محمد بهاور ، 1977 ، صفحة 60).

### 2-14-2 العلاج الإجتماعي:

ويدخل تحت هذا العلاج ما يسمى بالعلاج البيئي وهو عبارة عن التعامل مع البيئة الاجتماعية للتعديل أو تغييرها، أو ضبطها سواء كانت هذه البيئة الأسرة أو المدرسة...

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

والعلاج الاجتماعي في الأسرة يكون عن طريق تهيئة المناخ الأسري الهادئ والساكن وكذلك من خلال معاملة الوالدين فيما يتعلق بتربية الأطفال وتوجيههم وقد يكون هذا عن طريق تدريب الأهل على سلك تصرفات سليمة بحيث يتعلمون كيف يعدلون سلوكهم ويتعاملون مع أبنائهم فقد أشارت نتائج هذا التدريب خاصة مع تفاعل الأهل ونجاوبهم إن العدوانية انخفضت عند الأطفال بنسبة 20 إلى 60%.

هذا فيما يتعلق بالأسرة وفيما يخص المدرسة فيكون العلاج عن طريق إعطاء فرصة لتلاميذها بالحركة والنشاط سواء بالنشاطات الرياضية أو الثقافية وإدماج التلاميذ فيها وإشراكهم في التحضير وإعداد لها وبذلك تكون المدرسة قد اشبعت بعض حاجات تلاميذها.

بالإضافة إلى هذا يجب توفير العلم وتطوير التعليم والاهتمام بإعداد معلمين لديهم الكفاءة والقدرة على تحويل جو المدرسة إلى جو يشجع الطلاب على العطاء والإنتاج وحب العلم (حامد ظهران ، 1997 ، صفحة 331).

كما يجب أن لاننسى جماعة الرفاق التي لها من التأثير بحيث يجب اختيار الصحبة الصالحة والجماعة التي تلتزم بالآداب والأخلاق الفاضلة والتي تبتعد عن كل سلوك طائش وغير مقبول.

### 2-14-2 العلاج السلوكي:

يعتبر العلاج السلوكي تطبيقاً علمياً لقواعد ومبادئ وقوانين التعليم في ميدان العلاج السلوكي على الإطار النظري الذي وضعه كل من ايفان بافلوف وجون واطسن في التعليم الشرطي ويستفيد أيضاً من نظريات ثور ندايك وكلاارك هل وبورس سكينر في التعزيز وتقرير نتائج التعلم مع استخدام مثيرات منفردة مثل الصدمة الكهربائية حيث ترتبط بانتظام وتكرار مع المثير الموقفي رغم أنها مؤذية نوعاً ما وصعبة مع بعض الحالات. ومن بين أساليب العلاج السلوكي أسلوب التخلص من الحساسية، أو التحصين التدريجي ويتم ذلك عن طريق تعريض العميل إلى المثيرات التي تحدث استجابات عدوانية وتكرارها بالتدرج في ظروف يشعر فيها بأقل درجة وهو في حالة استرخاء ثم يتم العرض على مستوى متدرج في الشدة حتى يتم التوصل إلى المستويات العالية من الشدة المثيرة لاتستثير الاستجابة العدوانية ( محمد سعيد مرسي ، 1998 ، صفحة 60).

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

### 2-14-3 العلاج الطبي:

ينتج على السلوك العدواني اختفاء للبصيرة العقلية لدى الفرد وتجعله مضطرب لسلك سلوكيات عدوانية يغيب فيها الانتباه للأخطاء وخطورتها وانطلاقاً من معرفتنا بان هناك علاقة وطيدة بين النفس والجسم ولهذا يلجأ في بعض الأحيان إلى استعمال الأدوية كمهدئات تؤدي إلى الاسترخاء العضلي والهدوء النفسي والحركي وهناك أيضاً لمسكنات الني تعمل على تثبيط وظائف الجهاز العصبي المركزي وتسكن الآلام مما يؤدي إلى الهدوء النفسي.

حتى يتمكن المعالج من إقامة علاقة تواصل بينه وبين العميل إذا ما فشلت جميع هذه المحاولات وفشلت بقية أنواع ووسائل وطرق العلاج يتم الاستعانة كأخر حل بالعملية الجراحية وهي جراحة عصبية متخصصة حيث يتم فصل النص الأمامي الجبهي عن بقية أجزاء المخ عن طريق قطع الألياف البيضاء الموصلة بين الفص الأمامي والمهد بذلك يتم قطع الاتصال العصبي وبالتالي تثبيط رد الفعل الانفعالي ويحد تغير في السلوك (حامد ظهران ، 1997 ، صفحة 346).

### 2-14-4 العلاج الديني:

يعتبر السلوك العدواني في نظر الدين استجابة غير سوية لضمير المريض بسبب الإهمال أو القيام الفرد بسلوك يتحدى فيه قوة الضمير , ولهذا فانه يجب الوقاية الدينية من مثل هذه الاضطرابات ويكون ذلك بالإيمان والتحلي بالعقيدة الخالصة والعمل المخلص والسلوك يجب أن يكون وفقاً لها.

وتتضمن الوقاية الدينية من الاضطرابات النفسية والسلوكية الاهتمام بالتربية الدينية وأخلاقية وبناء نظام القيم كدعامة أساسية ومتمينة للسلوك السوي فغاية ما يطلب هو النفس مطمئنة التي توفق بين النفس بالإمارة بالسوي والنفس اللوامة.

فالتعاليم الدينية والقيم الروحية والأخلاقية يهدي الفرد إلى السلوك السوي وتجنبه الوقوع في الخطأ والذنب وعذاب الضمير وعليه يجب إحداث نوع من التوازن بين الجانب المادي والروحي حتى يستطيع الفرد التوفيق في حياته وأخرته وفي ذلك قال تعالى " وابتغ فيما أتاك الله الدار الآخرة ولا تنسى نصيبك من الدنيا" (سورة القصص ، الآية 77)

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

ويجب أيضا الاهتمام بالنمو الديني للفرد وتوفير القدرة الصالحة الحسنة والسلوك النموذجي للاقتداء والافتداء به حيث قال تعالى "لقد كان لكم في رسول الله أسوة حسنة" (سورة الأحزاب، الآية 21)

ويقوم العلاج الديني على معرفة الفرد لنفسه ولدينه ولربه والقيم والمبادئ الروحية والأخلاقية. (حامد عبد السلام زهران، 1900، صفحة 46).

## الفصل الثاني المراهقة والسلوكيات العدوانية

خلاصة:

إن فترة المراهقة مرحلة غير عادية، تصاحبها تغيرات نفسية وفيزيولوجية، وهي مرحلة إنتقالية بين الطفولة والنضج الكامل ولكي تمر هذه المرحلة بسلام، دون أن تترك أي أثر ضار بالشخصية لابد أن يكون هناك وعي وفهم لطبيعة هذه المرحلة، وخصوصا من قبل الوالدين، ويجب أن تتعاون المؤسسات التعليمية والدينية مع الأهل في توجيه ورعاية المراهقين الذين يعتبرون جيل المستقبل.

والرياضة تجلب للمراهق المتعة بإشباعه لمختلف الحاجات التي يتطلبها نموه ومنها: الراحة والترويح عن النفس وكثير ما تعتمد على الأنشطة الرياضية، فهي من أنجح الأنشطة الترويحية وأكثرها فعالية في تحقيق أهداف الترويح و تساهم في تحكّم في عدوانية المراهق وتصريف طاقته الكامنة بصفة مقبولة إجتماعيا، كما تساعد على إكتشاف مفهوم السعادة والسرور لتحقيق الراحة.

أما في السلوكيات العدوانية نستخلص مما سبق ذكره في هذا الفصل أن السلوك العدواني تسبب فيه عدة جوانب وعدة مؤثرات سواء كانت نفسية اجتماعية، ما إن توفرت تساهم في وجود سلوكيات عدوانية عند التلاميذ خاصة إذا ما تكلمنا عن المراهقين، الذين تكون قابليتهم لمثل هذه السلوكيات أكبر، وعليه فإنه يتوجب تحديد الأسباب الحقيقية التي تدفع بالمراهقين لسلوك تصرفات عدوانية، من أجل معالجتها وقبل ذلك الوقاية منها باعتبار أن الوقاية أفضل من العلاج .

كما أنه لا ينبغي أن نعطي الأشياء أكثر مما تستحق فهناك فترات أين يظهر فيها هذا النشاط الزائد في سلوك الأفراد وما يترتب عليه لذا وجب معرفة الكيفية المناسبة للتصرف معه بحكمة و عقلانية.

# الباب الثاني الجانب التطبيقي

# الفصل الأول

## الإجراءات المنهجية للبحث

**تمهيد:**

يتطرق الباحث في هذا الفصل إلى تبيان إجراءات الدراسة الميدانية ومحدداتها، وذلك من خلال تعريف المنهج العلمي المستخدم في الدراسة، مجتمع الدراسة، كيفية اختيار العينة لتطبيق الدراسة الحالية، التطرق إلى كيفية بناء الاستبيان ومقياس السلوك الإنحرافي الخاص بالدراسة والأدوات المستخدمة في ذلك، ثم التعرف على الأساليب الإحصائية المناسبة لفرضيات البحث الحالي.

**1-1 المنهج المتبع في الدراسة:**

إن البحث في الحقائق ومحاولة التوصل إلى قوانين عامة لا يكون أبداً بدون منهج واضح يلزم الباحث فيه نفسه باتباع خطواته ومراحله بكل دقة وصرامة ولقد استخدمنا في بحثنا المنهج الوصفي الذي يهدف إلى وصف الظواهر أو إحداث أشياء معينة وجمع الحقائق والمعلومات والملاحظات عنها وتقرير حالتها كما توجد عليه في الواقع، وهذه البحوث تسمى بالبحوث المعيارية أو التقييمية. (تركي رابح، 1984، ص19).

والمنهج الوصفي هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة اجتماعية ما يعتبر المنهج الوصفي طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كمياً عن طريق جمع معلومات مدققة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة . (كمال ايت منصور ورايح ظاهير، 2003، ص18).

ويشير (كامل المغربي، 2011) أن البحث الوصفي يهتم في تصوير ما هو كائن، أي الوضع الراهن أو الحادثة، فهو يصف خصائصها ومركباتها ويصف العوامل التي تؤثر عليها، والظروف التي تحيط بها، ويحدد العلاقات الإرتباطية بين المتغيرات التي تؤثر على تلك الظاهرة. وانطلاقاً من هذا التصوير الشامل يمكن التنبؤ والاستنتاج بالأوضاع المستقبلية التي ستؤول إليه هذه الظاهرة. فالبحث الوصفي لا يعتمد على الملاحظة السطحية أو الوصفات العرضية في حل المشكلة قيد البحث، بل إنه يتبع خطوات علمية محددة. (كامل محمد المغربي، 2011، ص96-95).

### 1-2 مجتمع الدراسة:

يشير (موريس أنجرس، 2006) على أن مجتمع البحث مجموعة عناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى والتي يجرى عليها البحث أو التقصي. (موريس أنجرس، 2006، ص، 467) .

وبما أن مجتمع الدراسة يتناول تلاميذ الطور الثانوي الممارسين المدينة البيض، وهم الفئة المستهدفة في البحث، ومن خلال الأرقام المقدمة من طرف إدارة ثانوية محبوبي الحاج عامر و ثانوية هوارى بومدين فإن عدد التلاميذ ذكور المتمدرسين و الممارسين في مرحلة التعليم الثانوي بالثانويتين خلال العام الدراسي ( 2017-2018م). قد بلغ العدد الإجمالي (500) تلميذ وهم يمثلون المجتمع الأصلي للدراسة.

### 1-3- عينة الدراسة:

**العينة:** هي أداة الدراسة، أي أنها جزء من المجتمع، يتم اختيارها بطرق مختلفة بغرض دراسة هذا المجتمع، فالعينة هي جزء من الكل، على أن يكون هذا الجزء ممثلاً للكل. بمعنى أنه يجب أن تكون العينة ممثلة للمجتمع المسحوبة منه تمثيلاً صادقاً حتى يتسنى للباحث استخدام بيانات ونتائج العينة في تقدير معالم المجتمع بشكل جيد. (محمد بوعلاق، 2009، ص 15) .

• كانت عينة البحث مجموعة من تلاميذ ثانوية (محبوبي الحاج عامر و ثانوية هوارى بومدين).  
**1-3-1 طريقة اختيار العينة:** حيث كان اختيار التلاميذ بطريقة عشوائية تلاميذ ثانوية محبوبي الحاج عامر و ثانوية هوارى بومدين بمدينة البيض.

**1-3-2 ضبط متغيرات أفراد العينة:** تحديد العينة المرغوب فيها والمتمثلة في 102 تلميذ بين ثانوية (محبوبي الحاج عامر و ثانوية هوارى بومدين) .

ويتم تحديد حجم العينة كالتالي:

المجموعة الأولى: تلاميذ ثانوية محبوبي الحاج عامر، حجم العينة 50 تلميذ.

- الذكور 50

المجموعة الثانية: تلاميذ ثانوية هوارى بومدين، حجم العينة 52 تلميذ.

- الذكور 52

#### 1-4 الدراسة الاستطلاعية للاختبار:

هي عبارة أولية يقوم بها الباحث على عينة قبل قيامه ببحثه لاختيار أساليب البحث وأدواته (معجم علماء النفس والتربية، 2000، صفحة 101).

#### 1-5 أدوات البحث:

##### 1-5-1 تعريف الاستبيان:

هو وسيلة من وسائل جمع البيانات انتشرت في كثير من البحوث النفسية والاجتماعية . ويأتي ذلك عن طريق استمارة أو كشف يضم مجموعة من الأسئلة المكتوبة حول موضوع البحث والتي توجه للأفراد بغية الحصول على بيانات موضوعية وكمية وكيفية، من جماعات كبيرة الحجم وذات كثافة عالية. ويقوم المجيب المبحوث بالإجابة عنها. وغالباً ما تقوم الإجابة على اختيار واحد من عدد الاختيارات. (حسين عبد الحميد أحمد رشوان، 2010، ص 169).

##### 1-5-2 الهدف من إعداد الاستبيان:

- الإجابة على تساؤلات البحث المطروحة.
- التحقق من صحة الفرضيات الموضوعية.
- تحقيق أهداف البحث المرسومة.

##### 1-5-3 خطوات إعداد الاستبيان:

- 1- الرجوع للمصادر العلمية والدراسات السابقة والمشابهة وكل ما له ارتباط ببحثنا.
- 2- مناقشة جوانب مشكلة الدراسة عموماً مع بعض الأساتذة في الجامعة في مختلف التخصصات، وذلك قصد تكوين فكرة موسعة ووضع تصور عام للمعالجة من شأنه أن يسهل انجاز هذا العمل.
- 3- إعداد الاستبيان في صورته الأولية مشتملاً على المحاور والعبارات لأنواع الصدق والثبات قبل توزيعها في شكلها النهائي.

وقد تم القيام بالدراسة الاستطلاعية على تلاميذ ثانوية (محبوبي الحاج عامر) ببلدية البيض . قد تم تقديم 22 استبيان و ذلك بهدف معرفة مدى ملائمة الأسئلة من حيث مقصودها وأبعادها أي معقدة أو مفهومة وذلك في بداية الفصل الثاني للسنة الدراسية (2017-2018) ثم بعد

أسبوع قمنا بنفس العملية و بنفس الاستمارة ولقد استرجعنا 21 استبيان فقط ثم إجراء الصدق والثبات بأنواعه. وكان الهدف الرئيسي من هذه العملية هو اختبار أدوات البحث الملائمة التي تسمح لنا بتحقيق الأهداف المرجوة من الدراسة.

وعليه تم بناء الاستمارة الاستبانة على النحو التالي:

استبيان يتكون من ثلاث محاور كل محور يتكون من 10 العبارات كالتالي:

**المحور الأول:** يحتوي على بعض مظاهر السلوك العدواني، وبعض أعمال العنف والسلوكيات الغير سوية، وشدة الانفعال وعدم الامتثال للنظام والذي يؤدي إلى إلحاق الأذى النفسي أو البدني بالأفراد والإضرار بالامتلاكات وتؤثر على المناخ المدرسي برمته وأشتمل على العبارات التالية: (ع01 - ع02 - ع03 - ع04 - ع05 - ع06 - ع07 - ع08 - ع09 - ع10) .

**المحور الثاني:** يحتوي على بعض مظاهر المشكلات السلوكية التعليمية وهي مشكلات سلوكية غير توافقية والمتعلقة بالعملية التعليمية والتي تعيق الطالب من الاستفادة من البرامج التعليمية التربوية أشتمل على العبارات التالية: (ع11 - ع12 - ع13 - ع14 - ع15 - ع16 - ع17 - ع18 - ع19 - ع20) .

**المحور الثالث:** يحتوي على بعض السلوكيات الداخلية السالبة تجاه الذات واتجاه الآخرين والنتيجة عن تدني مستوى تقدير الذات وعدم القدرة على مواجهة الضغوط النفسية والتحكم في الانفعالات والمتمثلة في الشعور بالوحدة والدونية واللامبالاة وعدم الأمن والطمأنينة. وأشتمل على العبارات التالية: (ع21 - ع22 - ع23 - ع24 - ع25 - ع26 - ع27 - ع28 - ع29 - ع30)

**6-1 الأسس العلمية الاختبار:**

**1-6-1 الثبات:**

استخدمنا إحدى طرق حساب ثبات الاختبار وهي طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه،

للتأكد من مدى دقة واستقرار النتائج .

ويهدف هذا الأسلوب إلى تحديد نسبة وقيمة العوامل الموقفية أو المؤقتة في الاختبار وعلى

أساس هذه الطريقة قامنا بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره 15 يوما مع تثبيت كل

المتغيرات (نفس المكان، نفس العينة، نفس التوقيت) واستعملنا لحساب معامل الثبات معادلة

"بيرسون" لحساب معامل الارتباط بالطريقة المباشرة كما هو موضح في الجدول (01):

الجدول رقم (01): يبين نتائج معامل الارتباط

معامل الثبات	معامل الصدق	العينة	محاور الاستبيان	الرقم
0.75	0.88	21	البعد السلوكي	01
0.82	0.91		البعد التعليمي	02
0.89	0.94		البعد الانفعالي	03

1-6-2 صدق الاختبار:

1-2-6-1 الصدق الظاهري :

يعتمد على منطقية محتويات الاختبار ومدى ارتباطها بالظاهرة المقاسة، وهو يمثل الشكل العام للاختبار أو مظهره الخارجي من حيث مفرداته وموضوعيتها ووضوح تعليماتها، و لتحقيق الصدق الظاهري تم الاعتماد على الدراسات السابقة والمثابفة الخاصة بمتغيرات البحث وتعد هذه الأبحاث والدراسات مصدرا مهما من مصادر مادة الإستبانو هذه الدراسات ساعدتنا في الانطلاق بطريقة صحيحة من حيث وضع إطار عام للبحث يتناسب مع العينة المبحوثة .

1-2-6-2 صدق المحتوى (المحكمين):

الخطوة الأولى:

تم فيها عرض مجموعة من المحاور على المشرف و مجموعة من الأساتذة من أهل الاختصاص قصد بناء الإستبان .

الخطوة الثانية:

بعد تحديد المحاور المقبول للأداة تم إدراج مجموعة من العبارات الخاصة بكل محور، حسب الأهمية والارتباط والعلاقة ثم عرضها على المحكمين، وفي هذه المرة تم عرضها على (9) أساتذة تم استرجاعها (7) فقط وهذا ما يوضحه الملحق رقم (04)

1-6-2-3 الصدق الذاتي: من أجل التأكد من صدق الاستبيان استخدمنا كذلك الصدق الذاتي والنتائج مبينة في الجدول رقم (01) أعلاه.

1-6-3 الموضوعية: من العوامل الهامة التي يجب أن تتوفر في المقياس، الموضوعية والتي تعني التحرر من التميز والتعصب في الآراء فالموضوعية تعني أن توصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا.

حيث أن أهم صفات القياس الجيد أن يكون موضوعيا لقياس الظاهرة التي أعد أصلا لقياسها.

من أجل هذا عبارات الاستبيان يجيب عليها المفحوص بدون تدخل من الفاحص أو إحاء منه، وبالتالي فإن النتائج تعبر عن آراء أصحابها بدون تدخل أي طرف آخر. وهذا يعبر عن الموضوعية في الحكم على نتائج التلاميذ.

#### 1-7-متغيرات الدراسة:

1-7-1 المتغير المستقل: وهو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة وعامة يعرف باسم المتغير أو العامل التجريبي ويتمثل في دراستنا في كالاتي:  
- الأنشطة الترويحية الرياضية.

1-7-2 المتغير التابع: وهذا المتغير هو نتاج العامل المستقل في الظاهرة و المتغير التابع في دراستنا هو الانحراف السلوكي.

#### 1-8-مجالات الدراسة:

1-8-1 المجال الجغرافي: أجريت الدراسة في المدارس الثانوية (محبوبي الحاج عامر و ثانوية هواري بومدين) مدينة البيض.

1-8-2 المجال البشري: أجريت الدراسة على عينة ممثلة للمجتمع الكلي للدراسة وهم تلاميذ الطور الثانوي ذكور الممارسين (15-17 سنة) المتمدرسين في المؤسسات التربوية الثانوية (محبوبي الحاج عامر و ثانوية هواري بومدين) بمدينة البيض.

1-8-3 المجال الزمني: أجريت الدراسة النظرية بداية 10 نوفمبر إلى 01 جانفي أجريت الدراسة التطبيقية ابتداءا من 21 جانفي إلى 05 أفريل .

9-1 الأدوات الإحصائية:

- بعد جمع البيانات الإحصائية قمنا بمعالجة هذه البيانات وتحليله عن طريق استخدام اختبار كاي تربيع (كا<sup>2</sup>).

يستخدم في تعرف على استقلالية بين متغيرين وصفيين تصنيفيين و امكانية وجود علاقة بينهما  
القانون:

$$\text{كا}^2 = \sum \left( \frac{(O - E)^2}{E} \right)$$

O : التكرار المشاهد

E : التكرار المتوقع (وتحسب التكرارات المتوقعة في هذه الحالة كما يلي:

ويجري الاختبار، بقيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة كا<sup>2</sup> بقيمة كا<sup>2</sup> الجدولية .

# الفصل الثاني

## عرض و تحليل النتائج

### تمهيد:

سوف نحاول من خلال هذا الفصل بعد جمع المعلومات والبيانات الخاصة بأفولاد العينة، والقيام بالتحليل الإحصائي المناسب إلى العمل على ترجمة الأرقام المبينة في الجداول من أجل مناقشتها وذلك حسب الفرضيات المطروحة في هذه الدراسة للوصول إلى الاستنتاجات النهائية وتحقيق أهداف البحث.

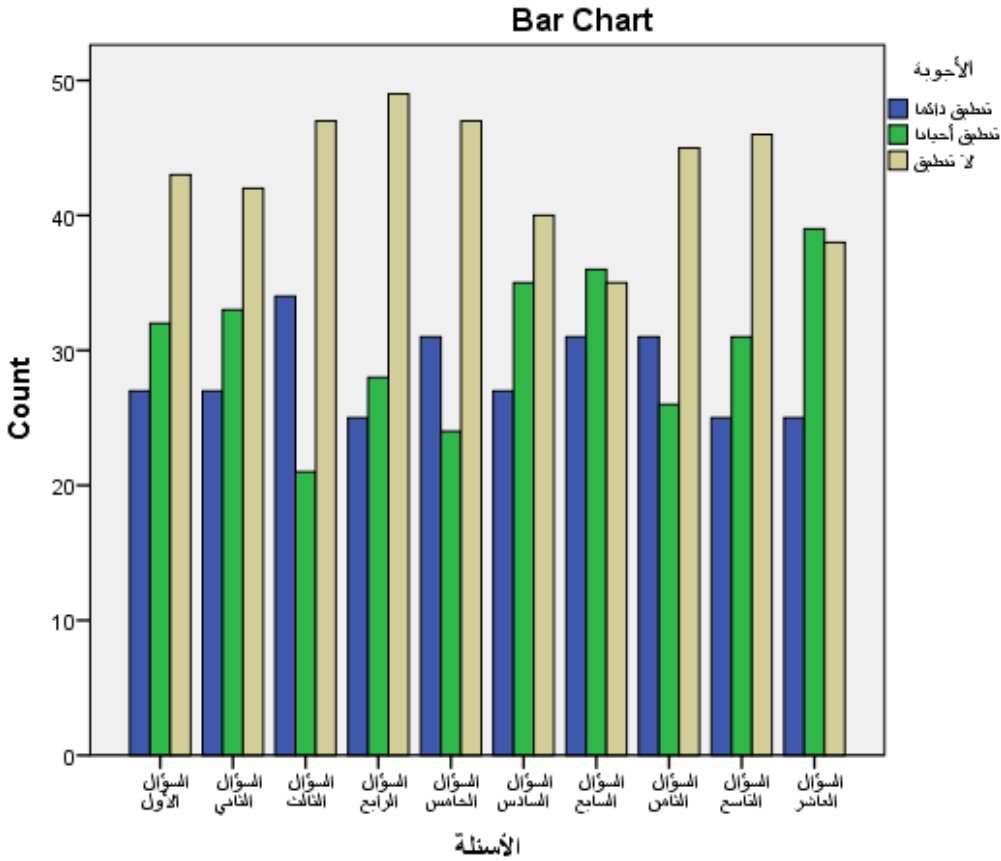
2-1- عرض وتفسير النتائج المحور الأول:

			الأجوبة			total
			تنطبق دائما	تنطبق أحيانا	لا تنطبق	
الأسئلة	السؤال الأول	Count	27	32	43	102
		Expected Count	28,3	30,5	43,2	102,0
	السؤال الثاني	Count	27	33	42	102
		Expected Count	28,3	30,5	43,2	102,0
	السؤال الثالث	Count	34	21	47	102
		Expected Count	28,3	30,5	43,2	102,0
	السؤال الرابع	Count	25	28	49	102
		Expected Count	28,3	30,5	43,2	102,0
	السؤال الخامس	Count	31	24	47	102
		Expected Count	28,3	30,5	43,2	102,0
	السؤال السادس	Count	27	35	40	102
		Expected Count	28,3	30,5	43,2	102,0
	السؤال السابع	Count	31	36	35	102
		Expected Count	28,3	30,5	43,2	102,0
	السؤال الثامن	Count	31	26	45	102
		Expected Count	28,3	30,5	43,2	102,0
	السؤال التاسع	Count	25	31	46	102
		Expected Count	28,3	30,5	43,2	102,0
	السؤال العاشر	Count	25	39	38	102
		Expected Count	28,3	30,5	43,2	102,0
Total		Count	283	305	432	1020
		Expected Count	283,0	305,0	432,0	1020,0

الجدول رقم (02): يبين نتائج أجوبة التلاميذ على أسئلة المحور الأول.

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	16,936 <sup>a</sup>	18	,527

الجدول رقم (03) يوضح نتائج كا2 للمحور الأول



شكل رقم (01): يبين نتائج أجوبة التلاميذ على أسئلة المحور الأول.

من خلال الجدول رقم (01): يتبين لنا أن نتائج العبارات (1-2-3-4-5-6-7-8-9-10) كانت دالة احصائيا اذ كانت قيمة كا المحسوبة أكبر من الجدولية وبالتالي هناك دور للنشاط البدني الترويحي على البعد السلوكي.

### تفسير النتائج:

من خلال الجدول تبين لنا أن لترويح أهمية في التقليل السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ طور الثانوي. حيث كانت الإجابات التلاميذ (نعم) كلها تدل على دور الذي يلعبه الترويح الرياضي في محاربة مظاهر السلوك العدواني، وبعض أعمال العنف والسلوكيات الغير سوية، وشدة الانفعال

وعدم الامتثال للنظام والذي يؤدي إلى إلحاق الأذى النفسي أو البدني بالأفراد والإضرار بالممتلكات وتؤثر على المناخ المدرسي برمته .

أما أفراد العينة الذين كانت إجاباتهم أحيانا والتي تعاني من السلوكيات العدوانية فيعود ذلك بدرجة الأولى إلى شخصية الفرد وعوامل خصوصية.

أما باقي أفراد العينة الذين كانت إجاباتهم بلا فإنه يرجع لعدة أسباب معظمها تكون السبب فيه الأسرة.

## 2-2 عرض وتفسير نتائج المحور الثاني:

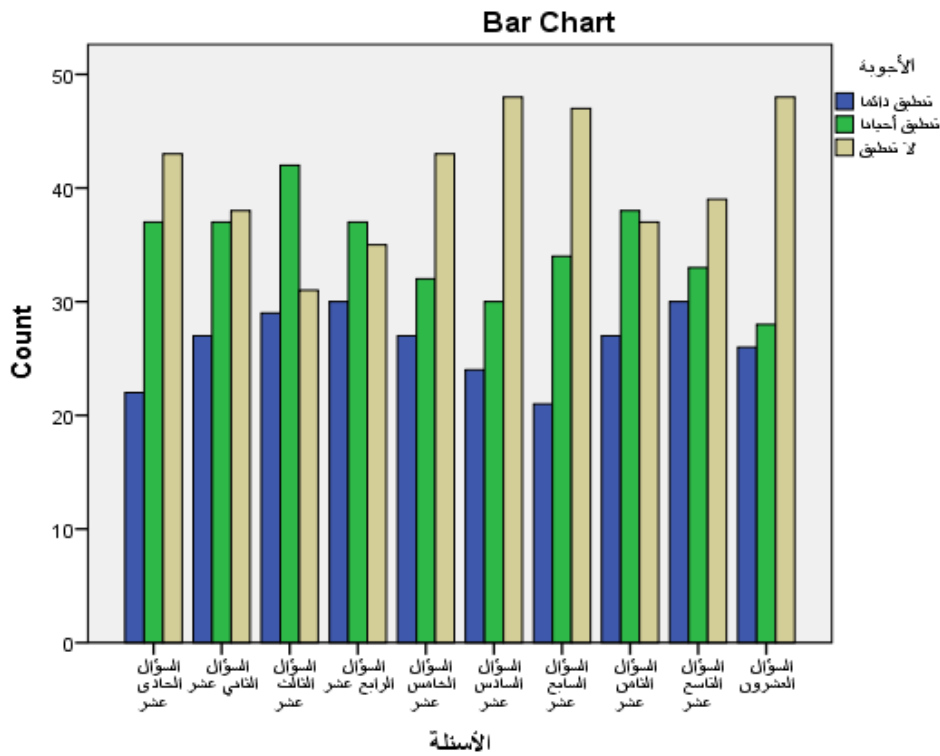
		الأجوبة			Total
		تنطبق دائما	تنطبق أحيانا	لا تنطبق	
السؤال الحادي عشر الأسئلة	Count		37	43	102
	Expected Count	34,8	40,9	102,0	
السؤال الثاني عشر	Count		37	38	102
	Expected Count	34,8	40,9	102,0	
السؤال الثالث عشر	Count		42	31	102
	Expected Count	34,8	40,9	102,0	
السؤال الرابع عشر	Count		37	35	102
	Expected Count	34,8	40,9	102,0	
السؤال الخامس عشر	Count		32	43	102
	Expected Count	34,8	40,9	102,0	
السؤال السادس عشر	Count		30	48	102

	Expected Count	34,8	40,9	102,0
السؤال السابع عشر	Count	34	47	102
	Expected Count	34,8	40,9	102,0
السؤال الثامن عشر	Count	38	37	102
	Expected Count	34,8	40,9	102,0
السؤال التاسع عشر	Count	33	39	102
	Expected Count	34,8	40,9	102,0
السؤال العشرون	Count	28	48	102
	Expected Count	34,8	40,9	102,0
Total	Count		409	1020
	Expected Count		409,0	1020,0

الجدول رقم (04): يبين نتائج أجوبة التلاميذ على أسئلة المحور الثاني.

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	15,382 <sup>a</sup>	18	,636
Likelihood Ratio	15,588	18	,621
Linear-by-Linear Association	,522	1	,470
N of Valid Cases	1020		

الجدول رقم (05) يوضح نتائج كاي 2 للمحور الثاني



شكل رقم (02): يبين نتائج أجوبة التلاميذ على أسئلة المحور الثاني.

يتبين من خلال الجدول رقم (1): يتبين لنا أن العبارات (ع11 - ع12 - ع13 - ع14 - ع15 - ع16 - ع17 - ع18 - ع19 - ع20). كانت دالة احصائيا اذ كانت قيمة كا المحسوبة أكبر من الجدولية وبالتالي هناك دور للنشاط البدني الترويحي على البعد التعليمي.

#### تفسير النتائج:

من خلال الجدول الموضح امامنا يتبين لنا ان لترويح الرياضي دور هام في التقليل في السلوكيات العدوانية لدى الطور الثانوي .حيث كانت اجابات التلاميذ (تنطبق دائما) كلها تدل علي الدور الذي يلعبه الترويح الرياضي. يحتوي على بعض مظاهر المشكلات السلوكية التعليمية وهي مشكلات سلوكية غير توافقية والمتعلقة بالعملية التعليمية والتي تعيق الطالب من الاستفادة من البرامج التعليمية التربوية.

أما أفراد العينة الذين كانت إجاباتهم (تتطبق أحيانا) و التي تعاني من السلوكيات العداونية فيعود ذلك بدرجة الأولى إلي عوامل خاصة به . أما باقي أفراد العينة الذين كانت إجاباتهم ب(لا تنطبق) فإنه يرجع لعدة أسباب معظمها تكون السبب فيه الأسرة.

3-2 عرض وتفسير النتائج الحور الثالث:

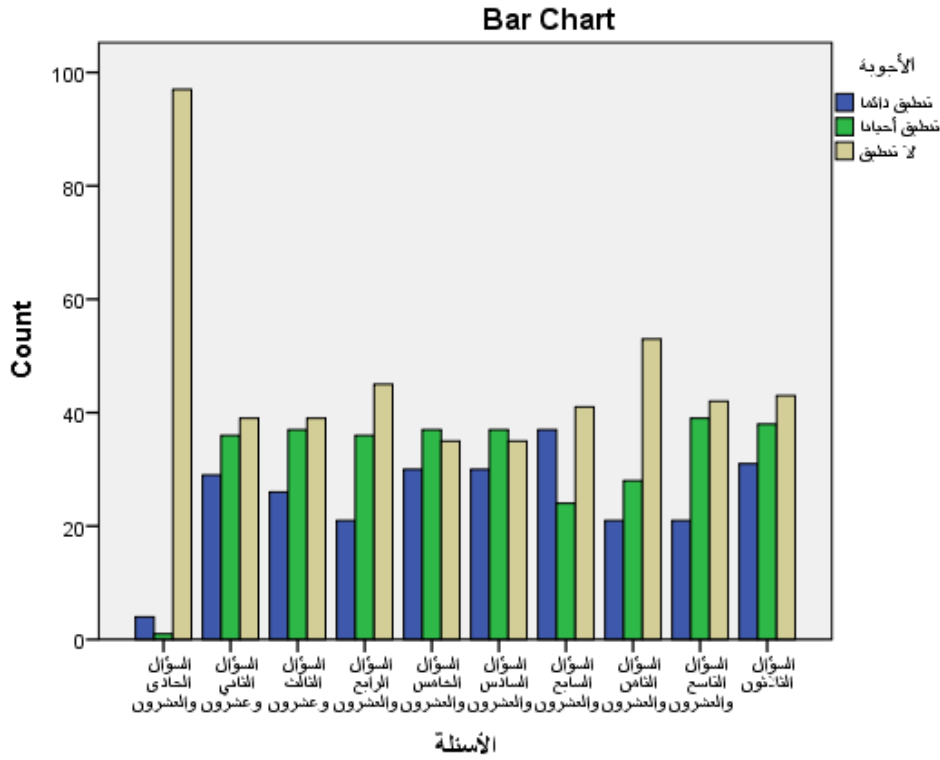
		الأجوبة			Total
		تنطبق دائما	تنطبق أحيانا	لا تنطبق	
السؤال الحادي والعشرون الأسئلة	Count	4	1	97	102
	Expected Count	24,7	30,9	46,4	102,0
السؤال الثاني وعشرون	Count	29	36	39	104
	Expected Count	25,2	31,5	47,3	104,0
السؤال الثالث وعشرون	Count	26	37	39	102
	Expected Count	24,7	30,9	46,4	102,0
السؤال الرابع والعشرون	Count	21	36	45	102
	Expected Count	24,7	30,9	46,4	102,0
السؤال الخامس والعشرون	Count	30	37	35	102
	Expected Count	24,7	30,9	46,4	102,0
السؤال السادس والعشرون	Count	30	37	35	102
	Expected Count	24,7	30,9	46,4	102,0
السؤال السابع والعشرون	Count	37	24	41	102
	Expected Count	24,7	30,9	46,4	102,0
السؤال الثامن والعشرون	Count	21	28	53	102
	Expected Count	24,7	30,9	46,4	102,0
السؤال التاسع والعشرون	Count	21	39	42	102
	Expected Count	24,7	30,9	46,4	102,0

	Expected Count	24,7	30,9	46,4	102,0
السؤال الثلاثون	Count	31	38	43	112
	Expected Count	27,1	34,0	50,9	112,0
Total	Count	250	313	469	1032
	Expected Count	250,0	313,0	469,0	1032,0

الجدول رقم (06): يبين نتائج أجوبة التلاميذ على أسئلة المحور الثالث.

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	133,761 <sup>a</sup>	18	,000
Likelihood Ratio	153,416	18	,000
Linear-by-Linear Association	17,780	1	,000
N of Valid Cases	1032		

الجدول رقم (07) يوضح نتائج كا2 للمحور الثالث



شكل رقم (03): يبين نتائج أجوبة التلاميذ على أسئلة المحور الثالث.

يتبين من خلال الجدول رقم (3): يتبين لنا أن العبارات (ع21 - ع22 - ع23 - ع24 - ع25 - ع26 - ع27 - ع28 - ع29 - ع30)

كانت دالة احصائيا اذ كانت قيمة كا المحسوبة أكبر من الجدولية وبالتالي هناك دور للنشاط البدني الترويحي على البعد إنفعالي.

### تفسير النتائج:

من خلال الجدول الموضح امامنا يتبين لنا ان لترويح الرياضي دور فعال في التخفيف من الانحراف السلوكي لدي تلاميذ الطور الثانوي .حيث كانت اجابات التلاميذ ( تنطبق دائما ) ان الترويح الرياضي يخفف حقا من السلوك المنحرف. يحتوي على بعض السلوكيات الداخلية السالبة

تجاه الذات واتجاه الآخرين والناطقة عن تدني مستوى تقدير الذات وعدم القدرة على مواجهة الضغوط النفسية والتحكم في الانفعالات والمتمثلة في الشعور بالوحدة والدونية واللامبالاة وعدم الأمن والطمأنينة. أما أفراد العينة الذين كانت إجاباتهم (تنطبق أحياناً) و التي تعاني من السلوكيات العدوانية فيعود ذلك اضطرابات نفسية مع عوامل أخرى. أما أفراد العينة الذين كانت إجاباتهم ب (تنطبق لا) فيعود ذلك إلي اللامبالاة وعدم حسن استغلال أوقات الفراغ.

### الاستنتاجات:

من خلال عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث المتحصل عليها من خلال أدوات البحث المستعملة (الاستبيان) والمطبقة على تلاميذ ثانويتي (محبوبي الحاج عامر، والهوري بومدين بمدينة البيض) الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية تبين أن فرضيات تحققت بشكل كبير:

ف-1 للأنشطة الترويحية الرياضية دور في تقليل من السلوكيات العدوانية على البعد السلوكي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

ف-2 للأنشطة الترويحية الرياضية دور في تقليل من السلوكيات العدوانية على البعد التعليمي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

ف-3 للأنشطة الترويحية الرياضية دور في تقليل من السلوكيات العدوانية على البعد الإنفعالي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

## 2-2- مناقشة الفرضيات ومقابلتها بالنتائج:

### 2-2-1- مناقشة وتفسير النتيجة الخاصة بالفرضية الأولى:

بالنسبة للفرضية الأولى التي جاءت على النحو التالي " للأنشطة الترويحية الرياضية دور في تقليل من السلوكيات العدوانية على البعد السلوكي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. فإن هذه الفرضية جاءت ومن خلال إجراءات التحليل الإحصائي وتحليل نتائج الجدول رقم ( 05) دالة إحصائياً حيث أن قيمة مستوى الدلالة المعنوية المقدره أصغر من القيمة 0.05 أي أنه عند مستوى الثقة % 95 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تكرارات استجابات افراد العينة في هاته العبارات ولصالح الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية ، أما كاي مربع الجدولة على درجة

حرية 2 تساوي ( 5,99 ) وبالتالي يتبين لنا  $\text{كا}^2$  المحسوبة أصغر من  $\text{كب}^2$  الجدولة مما يبين أن لوجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الممارسين.

ولتفسير هذه النتيجة يشير الباحثين على أن العديد من النظريات والدراسات بينت أن الممارسة الرياضية تؤثر إيجاباً على سلوك التلاميذ ، وبالتالي تقلل من حدة العنف لديهم والعديد من السلوكيات الانحرافية، وهذا ما أكده الباحث (بوزايدي منير 2006) حيث وجد في دراسته أن المتوسط الحسابي لدرجات القلق عند الطلبة الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي منخفض مقارنة بالمتوسط الحسابي لدرجات المجموعة غير الممارسة ، كما أن اللياقة البدنية السليمة تعمل على الاحتفاظ بأجهزة الجسم في حالة لائقة ، وتخفف من التوتر الناتج عن العمل والدراسة كما أنه وسيلة تجعل المرء أكثر حيوية وإنتاجاً سواء في العمل والمنزل أو خدمة المجتمع ، وتجعل حياته متزنة والتي تتضمن وقتاً للعمل والدراسة وغذاء صحياً وقدرًا مناسباً من النوم والراحة وممارسة النشاط البدني .

وهذا ما توصل إليه الباحث (حفصاوي بن يوسف) في دراسته 2007، حيث أظهرت نتائج الدراسة أن المجموعة التجريبية الممارسة للنشاط الرياضي الموجه قل عدوانها إلى درجة دالة حيث كانت المجموعتان متكافئتان من حيث السلوك العدواني قبل التجربة، بينما اختلفت المجموعتان في

السلوك العدواني بعد التجربة، ومعنى هذا أنه يمكن عن طريق النشاط الرياضي الموجه تعديل السلوك العدواني إلى سلوك مقبول في هذه المرحلة العمرية ( الطفولة المتأخرة).

وهذا ما أكده الباحث (شناتي أحمد 2008م) على أن سلوك التلميذ بعد ممارسة حصة النشاط البدني الرياضي يتسم بالهدوء وعدم الميل إلى استعمال العنف مقارنة بالتلاميذ الذين مر عليهم عدد من الأيام بعد الممارسة.

وهذا ما أكدته دراسة (السدحان، 2005)، أن الأحداث الأسوياء أفضل استغلالاً لوقت فراغهم من الأحداث المنحرفين ويتضح ذلك من حسن اختيارهم للأنشطة الترويحية التي يمارسونها كما أن الأحداث الأسوياء أكثر ممارسة للمناشط الرياضية من الأحداث المنحرفين حيث كانت نسبة الأحداث الأسوياء الممارسين للأنشطة الرياضية % 10.9 في حين كانت نسبة الأحداث

المنحرفين % 8.1 مما يعطى مؤشرات إلى أثر هذا الجانب الترويحي إجمالاً في حياة الحدث على سلوك طريق مستقيم .

وعلى النقيض من ذلك فقد أشار (مسعود بوسعدية، 2011 م)، أن كثرة الفراغ تدفع الشباب إلى الملل ، والملل يدفعهم إلى اليأس، وهذا الأخير يدفعهم إلى ممارسة العنف حتى ضد أنفسهم، وبالتالي فطاقات الشباب إذا لم تستغل في الخير وتحقيق الطموحات؛ استغلت في الشر وتدمير الذات والغير، يضاف إلى ذلك أن كثرة الفراغ ، تؤدي إلى مجالسة الرفقة الضالة ، وبالتالي الوقوع في الفكر المنحرف المؤدي إلى العنف.

## 2-2-2- مناقشة وتفسير النتيجة الخاصة بالفرضية الثانية:

دلت الفرضية للأنشطة الترويحية الرياضية دور في تقليل من السلوكيات العدوانية على البعد التعليمي لدى تلاميذ المرحلة الثانوي ،ومن خلال إجراء التحليل الإحصائي وقرأتنا للنتائج الموضحة على الجدول رقم (06) فإن الفرضية جاءت دالة إحصائياً حيث أن قيمة مستوى الدلالة المعنوية المقدره أصغر من القيمة 0.05 أي أنه عند مستوى الثقة % 95 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تكرارات استجابات أفراد العينة في هاته العبارات ولصالح الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية، أما كاي مربع الجدولة على درجة حرية (2) تساوي (5,99) وبالتالي يتبين لنا كاي<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كاي<sup>2</sup> الجدولة مما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الممارسين.

وتفسر هذه النتائج حسب رأي الباحثين على اعتبار أن هدف الانشطة الترويحية الرياضية هو تحقيق تنمية شاملة متزنة للفرد ، وتعديل سلوكه، فالتنمية البدنية والعضوية تتحقق عن طريق الحركة التي يشملها هذا النشاط المتنوع الأنشطة الفردية أو الجماعية وتتحقق التنمية النفسية من خلال ممارسة الفرد لنشاط يحبه، فيشعر بالسرور، والرضا، والسعادة أثناء ممارسته، وخبرات النجاح التي تصادفه بتشجيع الآخرين له في الملعب تعوض الكثير من خبرات الفشل التي قد تصادفه في بعض جوانب حياته المختلفة، فيتحقق بذلك الاتزان النفسي، وإحرازه للفوز على خصمه يعطيه الثقة بالنفس. وهكذا، ويتحقق الجانب الاجتماعي حين يتعاون مع زميله لإحراز الفوز وتحقيق هدف معين، وتتحقق التنمية العقلية عن طريق التفكير والتخطيط والتنظيم والإطلاع على الأنشطة

المختلفة ومتابعتها بالقراءة عنها ، فبذلك يكتسب الكثير من المعارف التي تنمي قدراته العقلية. فالأنشطة الترويحية الرياضية قيمتها، وقوتها في أنها تتم عن طريق الممارسة الفعلية لا عن طريق التلقين.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (أمال فوزي محمد 1984) م، التي بينت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين وغير المتفوقين لصالح الطلاب الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية.

### 2-2-3- مناقشة وتفسير النتيجة الخاصة بالفرضية الثالثة :

أما فيما يخص الفرضية التي نصت على أن " للأنشطة الترويحية الرياضية دور في تقليل من السلوكيات العدوانية على البعد الإنفعالي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، ومن خلال إجراء التحليل الإحصائي وقراءتنا للنتائج المبينة في الجدول رقم (07) فإن النتائج جاءت دالة إحصائياً حيث أن قيمة مستوى الدلالة المعنوية المقدره أصغر من القيمة 0.05 أي أنه عند مستوى الثقة % 95 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تكرارات استجابات أفراد العينة في هاته العبارات ولصالح الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية، وبالتالي يتبين لنا ك<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من ك<sup>2</sup> الجدولة مما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الممارسين.

وفي هذا الإطار يشير (محمد على محمد 1985)، على أن الدراسات الإمبريقية كشفت أن الفراغ يتميز بالبحث عن حالة الإشباع، وهي حالة يتم البحث عنها كغاية في حد ذاتها .والأنشطة التي نمارسها خلال الترويح تهدف أساسا إلى تحقيق المتعة وإن كان من المؤكد أيضاً أن السعادة ليست مجرد مسألة فراغ .

وهذا الذي أكده " تشارلز برايتبيل، " (Charles Brightbill) وهو أحد رواد التربية الترويحية في مثالية القرن العشرين على عملية توفير الفرص التي تهيؤها التربية الترويحية لحرية الاختيار لنوعية النشاط الذي يمارسه الفرد أثناء وقت فراغه، ويرى أن ذلك يعمل على تنمية إصدار القرارات وتنمية أهمية تقدير الشخصيات، وكذلك تهدف التربية الترويحية إلى الشعور بالسعادة والسرور الناتجين عن ممارسة النشاط الترويحي الذي يمارسه الفرد أثناء وقت فراغه وتشير (فتيحة كركوش 2011)، في هذا الإطار على أن السلوك المنحرف هو سلوك مضاد للمجتمع، يخرق

القانون والعرف المتعارف عليه في ذلك المجتمع، فيعاقب الفاعل لغايتين: لردع المخالف وحماية الآخرين من المتضررين ثانية، ومن جهة أخرى نجد أن مفاهيم الانحراف تختلف بين مجتمع وآخر وتحديدها يتم وفق قوانين خاصة بكل بلد، ومن المعروف أن الجريمة والجروح تثبت حيث توجد مهيئاتها من أوقات فراغ وانعدام الحوار والأسرة المفككة والمضطربة. وقد أظهرت دراسات مشابهة بالغرب أن التربية الرياضية لها اثر فعال على الصحة النفسية، وتكيف الشباب مع المجتمع الذي يعيشون فيه. وانه بانتقاء بعض المدربين الأكفاء ذوى الأخلاق العالية ورسم برامج رياضية ونفسية بواسطة متخصصين قد يكون لهما اكبر الأثر في علاج انحرافات المراهقين، ذلك أن من المسلم به أن اللاعب حين يصل إلى درجة عالية من المهارة تصبح تصرفات المدرب بالنسبة له قدوة وأخلاقيات أيضا و ذلك من خلال إشباع الفرد الممارس لمناشط الترويح لحاجته النفسية، و تلك الحاجات النفسية لا يمكن لإشباع بعضها إلا من خلال وقت الفراغ، كما أن المشاركة في مناشط الترويح تؤدي إلى تحقيق الاسترخاء و الرضا النفسي، مما يحقق للفرد التوازن النفسي.

## 2-4- الاقتراحات و التوصيات:

- علي ضوء النتائج المتحصل عليها من هذه الدراسة تبين لنا أن للأنشطة الرياضية الترويحية لها أهمية في التقليل من الانحراف السلوكي لدي تلاميذ الطور الثانوي ( 15-17سنة) ارتأينا إلي بعض الاقتراحات والتوصيات لعلي القائمين في هذا المجال يأخذونها بعين الاعتبار وهي كالتالي:
- العمل علي انجاز مراكز رياضية في جميع البلديات وتجهيزها بمختلف المرافق الضرورية التي يحتاجها الممارس لهذه الأنشطة الترويحية.
  - تشجيع الدورات الرياضية والأنشطة الترويحية أثناء أوقات الفراغ من خلال فعاليات النشاط الصفي واللاصفي داخل المدارس.
  - تعيين اخصائين نفسانيين في إرشاد التلاميذ علي مستوي كل ثانوية.
  - عقد ندوات وأيام التحسيسية لرصد مختلف المشاكل التي تواجه التلاميذ داخل المؤسسات التربوية.

- وضع قوانين من طرف الوزارة التربوية الوطنية تجرم العقاب علي كل تصرف غير سوي يصدر عن التلميذ.
- توعية الأساتذة والمعلمين كيفية تعامل مع التلاميذ المشاغبين من خلال الإرشاد والتوجيه.
- ضرورة التعامل مع قضايا السلوكيات الانحرافية المسجلة في المدارس من خلال المجالس التأديبية وفق اللوائح المنظمة لعملها.

الخلاصة:

من خلال عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج البحث، تبين لنا أن غالب الفرضيات تحققت بشكل كبير وهذا راجع للاستثمار الأمثل لأوقات الفراغ من خلال ممارسة أوجه الأنشطة الترويحية الرياضية دور فعال في الوقاية من مظاهر السلوك العدوانى كما، أظهرت هذه النتائج أن هناك دلالة احصائية فيما يتعلق أبعاد مقياس السلوك العدوانى المطبق على تلاميذ المرحلة الثانوية، إذ بينت النتائج على أن الأبعاد الثلاثة السلوكية والتعليمية والانفعالية وجاءت إيجابية لصالح الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية أثناء أوقات الفراغ، وهذا عكس التلاميذ الذين لا يستثمرون أوقات فراغهم بمازولة مختلف أنواع هاته الأنشطة الرياضية الترويحية.

وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على أهمية استثمار أوقات الفراغ لدى الطلاب في المرحلة الثانوية من خلال ممارسة مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية، والتي تعود على الجميع بالفائدة المرجوة من جميع النواحي المدروسة (من الناحية السلوكية، الناحية التعليمية، الناحية الانفعالية) فالرياضة والتربية البدنية تعلمان قيما أساسية ومهارات حياتية عديدة، منها الثقة بالنفس، العمل كفريق، التواصل، اندماج، النظام، احترام، اللعب النظيف. بالإضافة إلى تقليل من الإحباط، وزيادة التركيز، كما تعمل على تكوين ردود أفعال هادئة لدى الفرد تجاه المجتمع .

# المصادر و المراجع

## المصادر و المراجع

### المصادر :

1. القرآن الكريم
  2. السنة النبوية الشريفة
  - سورة الأحزاب. (الآية 21).
  - سورة القصص . (الآية 77).
  - الكتب باللغة العربية:
1. أبو حماد الأنصاري، نظام الأسرة في ضوء الكتاب والسنة ، الطبعة الأولى، رأس الخيمة ، الإمارات العربية المتحدة، مكتبة مكة الثقافية ،2003
  2. الإمام محمد عبد القادر الوازي، مختار الصحاح، الطبعة الأولى، الكويت، دار الكتاب الحديث، 1993
  3. أمل الأحمد، بحوث ودراسات في علم النفس، مؤسسة الرسالة، دمشق 2001
  - بدر الدين علي، قضاء وقت الفراغ لدى الشباب العربي، الرياض، دار النشر بالمركز العربي للدارسات الأمنية والتدريب، 1990 م.
  4. تشارلز بيوكر، أسس التربية البدنية، القاهرة، 1994، ترجمة حسن معوض.
  5. جديد، دار غريب، القاهرة، 2006
  6. جماعة من المختصين ، اشراف أحمد أبو حاقة ، معجم النفايس الوسيط ، الطبعة الأولى ، بيروت ، دار النفايس للطباعة والنشر والتوزيع، 2007
  7. جماعة من المؤلفين ا لظواهر الإجرامية المستحدثة وسبل مواجهتها (ندوة علمية عقدت في تونس، 1999 ) الرياض ، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، 1999

8. جمال الدين بن منظور ، لسان اللسان : تهذيب لسان العرب ، اشراف عبد أ. علي مهنا،  
المكتب الثقافي لتحقيق الكتب ، الجزء الأول ، الطبعة الأولى ، بيروت ، دار الكتب  
العلمية 1993
9. الحارث عبد الحميد حسن، غسان حسين سالم دايني، علم النفس الأمني، الطبعة الأولى،  
بيروت، الدار العربية للعلوم، 2006
10. حازم نهار وآخرون، الرياضة والصحة في حياتنا، عمان، دار اليازوري العلمية  
للنشر والتوزيع، 2010
11. حامد عبد السلام زهران ، علم النفس النمو، عالم الكتب للنشر، القاهرة 1995 ص  
297
12. حسن مبارك طالب ، الأسرة ودورها في وقاية أبنائها من الانحراف الفكري ،  
الرياض ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، 2005
13. حسين الرودي، صحتك . في كل شيء، الطبعة الأولى ، بيروت، دار ابن حزم،  
1997،
14. خليل ميخائيل معوض، سيكولوجية نمو الطفولة والمراهقة، دار الفكر العربي  
مصر 1994
15. درويش الخولي، ط2، دار الفكر العربي ، 1990
16. رضا المصري، عذراً أنا مراهق، الطبعة الأولى، مصر، شركة شروق للتجارة  
والتسويق، 2000

17. سعد رياض، الدليل الشامل للنجاح والسعادة، القاهرة، دارخالد بن الوليد، 2007
18. سميرة البديري، مصطلحات تربوية ونفسية، الطبعة الأولى، عمان دار الثقافة للنشر والتوزيع، 2005
19. السيد على شتا، الانحراف الاجتماعي الأنماط والتكلفة ، الطبعة الأولى ، الإسكندرية ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية،1999
20. الصادق عبد الرحمن الغلو في الدين ظواهر من غلو التطرف و غلو التصوف، ط 2، القاهرة دار السلام للطباعة والنشر، 2004
21. صالح وشتا، الترويح واللعب، 1999
22. عادل فتحي عبد الله، احتياجات حتى لا ينحرف الأبناء، الإسكندرية، دار الإيمان للطبع والنشر والتوزيع، 2004
23. عبد الله بن ناصر السدحان 109، الترويح والتحصيل الدراسي ، مكتب التربية العربي لدول الخليج، الرياض. 2004
24. عبد الرحمن العيسوي، معالم علم النفس، بيروت، دار النهضة العربية، 1984
25. عبد الرحمن عيسوي ، معالم علم النفس، 1984
26. عبد العالي الجسماني، سيكولوجية الطفولة المراهقة وحقائقها الأساسية، مرجع سبق ذكره، 1994
27. العزيز برغام ،دار الحياة، 1997
28. عصام عبد اللطيف العقاد، سيكولوجية العدوانية وترويضها، منحى علاجي معرفي
29. عطيات محمد خطاب ،أوقات الفراغ والترويح، القاهرة، 1992.

30. عطيات محمد خطان ، أوقات الفراغ، 1982
31. فالح بن محمد الصغير ، حديث تركت فيكم أمرين - دراسة لمصدرية التلقي في هذا الدين ط 1، دار ابن الأثير ، الرياض، 2005
32. فضل إلهي ، *التدابير الواقية من الزنا في الفقه الإسلامي*، (رسالة ماجستير منشورة) جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية ، الرياض مؤسسة الجريسي، 2001
33. الفيروز آبادي مجد الدين، معجم القاموس المحيط، رتبه ووثقه خليل مأمون شيحا، الطبعة الثانية، بيروت، دار المعرفة للطباعة والنشر .والتوزيع، 2007
34. فيصل أحمد منصرى، تربية الأبناء في الإسلام، الطبعة الأولى بيروت، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2006
35. فيصل عباس، علم نفس الطفل - النمو النفسي والانفعالي للطفل - الطبعة الأولى - بيروت ، دار الفكر العربي، 1997 ،
36. مأمون مبيض، المرشد في الأمراض واضطرابات السلوك ، الطبعة الأولى ،دمشق ، المكتب الإسلامي، 1995
37. مجدي محمد الدسوقي، سيكولوجية النمو من النمو الى المراهقة، مكتبة انجلو المصرية، 2002.
38. محمد الزحيلي، حقوق الإنسان في الإسلام، الطبعة الثالثة، دمشق، دار الكلم الطيب للطباعة والنشر ، 2003

39. محمد رضا بشير وآخرون تربية الناشئ المسلم بين المخاطر والآمال القاهرة  
2004 محي الدين مختار محاضرات في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات  
الجامعية الجزائر 1982
40. محمد عودة الريماوي وزملائه، علم النفس العام، الطبعة الثانية، عمان، دار المسيرة  
للنشر والتوزيع والطباعة، 2006
41. محمد محمد الحماحي، عايدة عبد العزيز مصطفى، الترويح بين النظرية و التطبيق، ط2،  
مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998.
42. محمد مصطفى زيدان، دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام، 2008 ،
43. مخائيل إبراهيم اسعد، مشكلات الطفولة والمراهقة، ط2، دار الافاق  
الجديدة، بيروت، 1991.
44. مروة شاكر الشرييني، المراهقة وأسباب الانحراف، القاهرة ، دار الكتاب الحديث، 2006
45. مريم سيد علي مبارك، مثقفون خلال الثورة، الجزائر، دار المعرفة، 2012
46. مسعود بوسعدية، ظاهرة العنف في الحج ا زئر والعلاج المتكامل، الطبعة الاولى،  
الحج ا زئر، مؤسسة كنوز الحكمة للنشر ، 2011 .
47. معن خليل العمر، معجم علم الاجتماع المعاصر، الطبعة الأولى، عمان دار الشروق  
للنشر والتوزيع، 2006
48. المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم ، جماعة من كبار اللغويين العرب ،  
المعجم العربي الأساسي ، د.ط ، تونس ، لاروس ، 1988

49. هايدة موثقي، 221 علم النفس اللعب ، الطبعة الأولى، بيروت، دار الهادي للطباعة و النشر و التوزيع 2004.
50. هشام محمد مخيمر ، علم نفس النمو الطفولة والمراهقة، الطبعة الأولى، الرياض، أشبيليا للنشر والتوزيع،2000
51. وفاء درويش، 225 إسهامات علم النفس الرياضي في الأنشطة الرياضية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة 1، ط و النشر الإسكندرية.2007 .
52. ياسر ناصر، العلاج باللعب والترويح، الطبعة الاولى ، القاهرة، إبداع ودار ابن الجوزي للطبع والنشر والتوزيع، 2010 .
53. يوسف الأقصري، كيف نفهم الشباب ونتعامل معهم، القاهرة ، دار اللطائف للنشر والتوزيع،2002
54. يوسف علي بديوي، أهمية الوقت في حياة الفرد وبناء المجتمع، الطبعة الثانية،دمشق، دار الكلم 235 الطيب.1995.

### المذكرات والرسائل :

- 1 -أحمد شناتي، دور النشاط البدني الرياضي في الحد من العنف المدرسي عند المراهق ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية تصدر عن معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة الجزائر 3 ، العدد 10 ، السنة 2009 م
- 2-خليل بن عبد الله الحدي،(رسالة ماجستير ) منشورة كلية التربية بمكة المكرمة،جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية،1418

3 - عبد العاطي محمد عبد المنعم، قياس اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية نحو ممارسة الترويح

الرياضي،(رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان

معوشة،2001)

4 - عبد الله بن ناصر السدحان، وقت الفراغ، واثره في انحراف الشباب ،(رسالة

ماجستير منشورة، ط1 الرياض مكتبة، العبيكان 1994)

### الجرائد و المجلات :

1) عصام توفيق عمر، دور الأنشطة التربوية في مواجهة المشكلات السلوكية لطلاب المرحلة

الثانوية ، مستقبل التربية العربية ، مجلة علمية تصدر عن المركز العربي للتعليم والتنمية ،

الإسكندرية العدد الخامس والعشرون ، أبريل ، 2002

### الكتب باللغة الأجنبية :

1-Grégory Michel, *La prise de risque a l'adolescence (pratique sportive et usage de substances psychoactives)*,

Masson, Paris, 2001

2- j cazaneuve .(1980) .*socoiligie de la radio-television* .paris2.

3- edouard limbos .(19881) .*lanimations des groupes de culitures et de loisir*.paris: editions.

4- f balle .(1975) . *encyclopedie de la sociologie* .paris: librairie larousse.

5- l gardon el klopon .(1976) . *l homme apres le travail edition paragres* . moscon.

- 6- lain touraine .(1969) .*la societe port industrielle* .paris: donceel.
- 7- paul foul quie .(1978) .*vocabulaire des sciences social* . paris.
- 8- r-m de casabinca .(1968) .*socabilite et losirs chez lenfat de la chaux et niestle* .paris.
- 9- serae mayenca .(1982) .*socilogie et action social* .laboe: bruselles.

الملاحق

الرقم	العبارات	تتطبق دائما	تتطبق أحيانا	لا تتطبق
01	أشعر بعصبية زائدة واستعداد نحو إلحاق الأذى بالغير			
02	أتجنب إحضار الكتب والأدوات المدرسية والألبسة الرياضية			
03	لا أستطيع التحكم في انفعالاتي نحو زملائي عندما أغضب			
04	أرد بالعنف عندما ينتقدني الأستاذ أمام زملائي			
05	أتأخر عن الثانوية وأغيب كثيرا			
06	أشعر بعدم التوازن النفسي في الثانوية			
07	لا أتردد في الاعتداء على أي شخص يمس كرامتي حتى لو كان احد أساتذتي.			
08	أكره التقيد بلبس المنزر والتعليمات الخاصة بالنظام الداخلي			
09	أرى أن التمرد والعصيان سمة بارزة في هذا العصر			
10	أقوم بمضايقة الأساتذة داخل الثانوية وخارجها			
11	أنشغل بالهاتف النقال وأنواع الأجهزة الالكترونية أثناء الدراسة			
12	أشعر بالاكئاب الشديد مما ينعكس سلبا على تصرفاتي وسلوكياتي اليومية			
13	أميل إلى إتلاف وتخريب أي شيء من تجهيزات المدرسة ومبانيها			
14	لا أحب المشاركة في الأنشطة التعليمية والثقافية في الثانوية			
15	ليس لدي رغبة في التحصيل الدراسي ومتابعة واجباتي			
16	أفضل الخروج عن القانون الداخلي للمدرسة لأنه لم يعطي لي حقي			
17	أشوش أثناء الدرس من اجل عرقلة أداء الأساتذة			
18	أعيش في انعزالية وانطوائية عن الناس			
19	أقوم بمعاكسة ومضايقة الجنس الآخر			
20	لا ارغب المشاركة في الأنشطة الرياضية في الثانوية			
21	أعيش في أسرة مفككة(طلاق)			
22	أحرض أصدقائي أن ينالوا من أساتذتهم بأية وسيلة إذا تعرضوا إلى التوبيخ			
23	ادخل واخرج من القسم دون استئذان الأستاذ			
24	أرفض دعوة أصدقائي في بعض المناسبات الاجتماعية			
25	أرغب في الانضمام إلى بعض التنظيمات والجماعات المخالفة للقانون الداخلي المدرسي			
26	درجاتي في الامتحانات ضعيفة			
27	أكره الاشتراك في الرحلات والحفلات التي تنظمها المدرسة			
28	يدفعني الفشل في الامتحان إلى القيام بسلوكيات عنيفة			
29	إهمال الواجبات المدرسية واللامبالاة في أدائها			
30	أفضل قضاء معظم أوقات فراغي بمفردي			