جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

قياس مستوى العدوان العام أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط (11- 13 سنة)

دراسة ميدانية: متوسطات بلدية جندل

إعداد الطلبة:

- **مطالي محمد**
- **زواوي فارس**

إشراف الدكتور:

*** ملوك كمال**

السنة الجامعية: 2018 / 2019

كلمة شكر

نتوجه بالشكر و الحمد لله عز وجل الذي مدنا بالقوة و الصبر

على مواصلة هذا العمل و إتمامه

و صلى الله و سلام على محمد خاتم الأنبياء والمرسلين

كما نتقدم بالشكر إلى كافة عمال متوسطة بن سيدي عيسى الطيب

بجندل على مجهوداتهم التي قدموها لنا طول مشوارنا التربصي

والجهود التي بذلوها معنا طيلة مشوارنا ...

فلقد كانو نعم الموجه والناصح الأمين.

نشكر كل من ساعدنا على إنجاز هذا العمل و خاصة الدكتور المشرف

"د. كمال ملوك" الذي كان خير عون و الذي لم يبخل علينا بتوجيهاته

وتقد يم الدعم والنصائح القيمة و له علينا دين سنبقى عاجزين عن رده.

الإهداء

إلى من حملتني وهنا على وهن، مسحت دمعتي و رفعت عني الغبن، أنارت طريقي و هي نور العين، و من كانت مصدر حب،صدق و حنان، رفع الله لها المنزل و وضع لها الجنة تحت الأقدام، أحلى و أغلى أم في الدنيا ** أمي**.

إلى من سال من جبينه العرق ليروينا ظمأ الحياة، إلى من تكبد عناء و شقاء الحياة من أجلنا، إلى من جعل الصعب هينا أمامنا، إلى من واجه المستحيل في تعليمنا، إلى من علمنا مكارم الحياة و محاسن الأخلاق، لمن كان صدره ملجئي و كلماته راحتي و خلاصي، إلى القلب الدافئ و الحنون، إلى أغلى أب في الوجود .

إلى زوجتي وكل عائلة مسان

إلى إخوتي و أخواتي و كل عائلة مطالي و بوزيدي، و كل من عرفني من قريب أو من بعيد.

محمد

الإهداء

إلى من قال فيهما الخالق:" و أخفض لهما جناح الذل من الرحمة و قل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا..."

أهدي ثمرة عملي إلى من حملتني وهنا على وهن و غمرتني بحبها و حنانها أمي الغالية

إلى من صنع مني رجلا و رسم لي معالم النجاح و تعب من أجل تدريسي و تعليمي أبي الحبيب.

إلى كل أفراد عائلتي و إلى كل أصدقائي ، و إلى كل من عرفتهم و عرفوني، إلى رفقاء الدرب.

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة جهودي و محصلة عملي و خاتمة مشواري الدراسي.

فارس

مقـــدمة

مقدمة:

يعتبر السلوك المحدد الأساسي لكل شخصية إنسانية، فمن خلال السلوك يمكن أن نصنف الأفراد إلى شخصيات سوية وأخرى منحرفة، حيث يمثل العدوان في العصر الحديث ظاهرة سلوكية واسعة الانتشار تكاد تشمل العالم بأسره، ولم يعد العدوان مقصورا على الأفراد، وإنما اتسع نطاقه ليشمل الجماعات والمجتمعات، ولم تفلت الطبيعة من شر العدوان المتمثل في إبادة بعض عناصرها أو تلويث البعض الآخر، وسواء كان التعبير عن هذا السلوك العدواني بالعنف أو الإرهاب أو التطرف فإنها جميعا تشير إلى مضمون واحد وهو العدوان.

ومما لا شك فيه أن الإنسان يولد ولديه قدر كبير من العدوان والتدمير، ولكنه يعتبر الحد الأدنى في دافعية الإنسان وإذا سلمنا أن الإنسان لديه قدر من العدوان الفطري فهو ليس تلقائيا ولكنه يؤدي دور الدفاع ضد أي تهديد، كما أن سلوك العدوان يظهر غالبا لدى جميع الأطفال وبدرجات متفاوتة، ورغم أن ظهور السلوك العدواني لدى الإنسان يعد دليلا على أنه لم ينضج بعد بالدرجة الكافية التي تجعله ينجح في تنمية الضبط الداخلي اللازم للتوافق المقبول مع نظم المجتمع وأعرافه وقيمه، وأنه عجز عن تحقيق التكيف والمواءمة المطلوبة للعيش في المجتمع، وأنه لم يتعلم بالدرجة الكافية أنماط السلوك اللازمة لتحقيق مثل هذا التكيف والتوافق – فإننا لا ينبغي أن ننزعج عندما نشاهد بعض أطفالنا ينزعون نحو السلوك العدواني، ويرى البعض أن وجود بعض العدوان لدى الناشئة في مرحلة الطفولة والمراهقة دليل النشاط والحيوية بل إنه أمر سوي ومقبول ويرى آخرون أن الإنسان لم يكن يستطيع أن يحقق سيطرته الحالية ولا حتى أن يبق على قيد الحياة ما لم يهبه الله قدرا كبيرا من العدوان.

ونجد أن السلوك العدواني من طفل صغير على غيره من الأطفال وتجاه المحيطين به من أفراد الأسرة يأخذ في التضاؤل والانطفاء كلما كبر الطفل، وتوفر لديه المزيد من فرص النمو في مختلف جوانب شخصيته وفي النواحي الجسمية حيث يكتسب قدرا من الثقة في قدراته العقلية ويتوافر له المزيد من فرص النمو لوظائفه العقلية كالإدراك والتفكير والتخيل، وكلما توفر له مزيدا من فرص النمو الانفعالي أصبح أكثر اتزانا واستقرارا في انفعالاته.

أما إذا لم يأخذ هذا السلوك في التضاؤل والانطفاء فهذا ما يدل على وجود مشكلة، وتكمن خطورة السلوك العدواني في أنه سلوك يؤدي إلى الصدام مع الآخرين، فهو لا يعترف برغبات الآخرين ولا بحقوقهم، ولذلك فإن هذا السلوك يدل على سوء التكيف مع المواقف الاجتماعية المختلفة.

من خلال بحثنا هذا نحاول إظهار العلاقة بين حصة التربية البدنية والرياضية وأثرها في تخفيف العنف المدرسي الذي يحدث بين التلاميذ بعضهم ببعض ومع التلاميذ والهيئة التدريسية وهل ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية تؤثر على السلوكيات العنيفة عند تلاميذ المرحلة المتوسطة، ومن هنا كان اهتمامنا واختيارنا لنقوم بهاته الدراسة تحت العنوان الشامل " قياس مستوى العدوان العام أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط (11-13 سنة)".

فصل تمهیدی

1- الإشكالية:

هل هناك أثر على العدوان العام في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط (13-11) سنة؟

الأسئلة الفرعية:

- هل تؤثر حصة التربية البدنية والرياضية على البعد اللفظي في السلوك العدواني العام؟
- هل تؤثر حصة التربية البدنية والرياضية على بعد التهجم أو الاعتداء في السلوك العدواني العام؟
- هل تؤثر حصة التربية البدنية والرياضية على بعد سرعة الاستثارة في السلوك العدواني العام؟
- هل تؤثر حصة التربية البدنية والرياضية على العدوان غير المباشر في السلوك العدواني العام؟

2- الفرضية الرئيسية:

تؤثر حصة التربية البدنية والرياضية في خفض العدوان العام في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط (13-11) سنة.

الفرضيات الجزئية:

- ✓ لحصة التربية البدنية والرياضية على البعد اللفظي في السلوك العدواني العام.
- ✓ لحصة التربية البدنية والرياضية على بعد التهجم أو الاعتداء في السلوك العدواني العام.
- ✓ لحصة التربية البدنية والرياضية على بعد سرعة الاستثارة في السلوك العدواني العام.
- ✓ لحصة التربية البدنية والرياضية على العدوان غير المباشر في السلوك العدواني العام.

3- أهمية البحث.:

- ❖ محاولة التحقق من صحة الفرضيات.
- ❖ يساعد على مدى مساهمة التربية البدنية والرياضية في المتوسطة في التقليل من ظاهرة العنف المدرسي التي كثيرا ما تؤدي إلى عواقب وخيمة.
- ❖ مساعدة التلاميذ المراهقين في تهذيب السلوك العدواني

4-أهداف البحث:

- ✓ إبراز الدور الذي يقوم به المدرس لحصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من السلوكيات العدوانية التي تحدث بين التلاميذ في المتوسطة.
- ✓ توضيح الخصائص والصفات التي يجب أن تتوفر في أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساليب معاملتهم للتلاميذ.

- ✓ تبيان العلاقة بين الأستاذ والتلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية وما لها من أثر من التنشئة الاجتماعية واكتشاف الميول السلبية والايجابية في شخصيات التلاميذ.
- ✓ إثراء مكتبتنا بموضوع مهم وأساسي في تسيير مختلف الأنشطة الرياضية .

5-أسباب اختيار الموضوع:

5-1-أسباب ذاتية:

- ✓ محاولة فهم شخصية وسلوك المراهق
- ✓ الفضول العلمي لدراسة السلوك العدواني لدى المراهقين
- ✓ مساعدة التلميذ في بناء شخصية سوية

5-2-أسباب موضوعية:

- ✓ لفت الإنتباه والتنويه لأهمية التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التعليمية .
- ✓ إبراز أهداف التربية البدنية وقدرتها كوسيلة تربوية على حل المشاكل النفسية للمراهق.
- ✓ أثر التربية البدنية في تحقيق التكامل النفسي والعقلي والجسمي معا للمراهق .

6-مصطلحات الدراسة:

يتضمن البحث بعض المصطلحات الغير مفهومة ولهذا سنحاول شرحها وذلك بالاعتماد على المراجع التي تناولناها.

6-1-تعريف التربية البدنية و الرياضية:

اصطلاحا :

يعرفها روبرت بوبان (Robert Bouben) من فرنسا أنها :"التربية البدنية هي تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية و العقلية و النفسية و الحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد".

أما بيتر أرنولد (Peter Arnoled) من بريطانيا فيعرفها على أنها :"التربية البدنية ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري و توافق الجوانب البدنية ، العقلية ، الاجتماعية ، الوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط البدني.

التعريف الإجرائي :

هي الجزء من التربية العامة التي تقوم على الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية و النفسية الحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد عبر النشاط البدني .

6-2-السلوك العدواني:

يعرف السلوك العدواني على أنه: فعل عدائي يهدف إلى إيذاء الآخرين وإلحاق الضرر بهم أو إيذاء الذات، ويظهر في العدوان اللفظي، والعدواني البدني، والعدوان على الممتلكات، والعدوان الموجه نحو الذات.[1]

6-3-المراهقة:

"يعرفها جيزال Gyzel بأنها: "العمليات الفطرية الشاملة لنمو الفرد وتكوينه، وتتدخل فيها عوامل وراثية ومكتسبة."

أما Stanley Hall فيعرفها بأنها: "فترة من العمر، والتي تتميز فيها التصرفات السلوكية للفرد بالعواطف والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة، وهذا ما عبر عنه بكلمة (Stone/ Stress).[2]

7-الدراسات السابقة والمشابهة:

لقد تطلعنا على بعض المواضيع السابقة والتي لها علاقة بموضوعنا ومن بينها وجدنا:

- مذكرة الليسانس من إعداد(بوغدة معمر-بداوي بوعلام-حيوش جمال) بعنوان:

"**النشاط البدني والرياضي في تهذيب السلوك العدواني عند المراهق**"

فرضية الدراسة: النشاط البدني يساعد في تهذيب السلوك العدواني لدى المراهقين.

إستنتاج الدراسة: النشاط البدني يساهم في تحقيق السلوك العدواني لدى المراهقين.

السنةالدراسية : 1999-2000

- مذكرة الليسانس من إعداد(تمرات محمد-فشار ميلود-شافعي سمير) بعنوان:

"**السلوك العدواني عند تلاميذ المرحلة الثانوية قبل وبعد حصة التربية البدنية والرياضية دراسة تحليلية ميدانية لثانويات العاصمة.**"

فرضية الدراسة: مدى تأثير حصة التربية البدنية على السلوك العدواني لكلا الجنسين.

استنتاج الدراسة : السلوك العدواني يحدث قبل وبعد حصة التربية البدنية والرياضية أما من حيث السلوك العدواني بين الجنسين ، فقد كان الذكور أكثر عدوانا من الإناث.

عينة المجتمع: تتكون من 100 تلميذ ثانوي.

السنة الدراسية: 2001-2002

- مذكرة ماجيستير من إعداد "عكوش كمال" بعنوان:

""**دور التربية البدنية والرياضية في الحد من الإضطرابات السلوكية للمراهقين الجانحين**"

-فرضية الدراسة : التربية البدنية والرياضية تحد من الإضطرابات السلوكية للمراهقين الجانحين.

---

[1] أحمد محمد مطر، **دراسة للعلاقة بين العدوان وبعض العوامل البيئة ومدى فاعلية الإرشاد النفسي في تحقيق العدوان**، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية بالاسماعيلية، جامعة السويس، 1986، ص 109.

[2] طاوس وازي، **التوافق النفسي وعلاقته باتجاهات المراهق نحو الدراسة**، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي، الجزائر، 2006، ص25.

إستنتاجات الدراسة:

-الممارسة الفعلية للتربية البدنية تدفع الجانح إلى مراعاة القواعد الإجتماعية.

_الجانحون الذين يمارسون النشطات البدنية يكونون أقل عرضة للإضطرابات الإنفعالية.

-عينة المجتمع : تتكون من 200 مراهق جانح.

- السنة الدراسية: 2004- 2005

التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة:

لقد تم الاستفادة من الدراسات السابقة فيما يلي:

- صياغة الاشكالية وموضوع الدراسة الواجب اتباعها في الدراسة.
- كيفية اختيار العينة.
- الوسائل والأدوات المستخدمة في الدراسة.
- تحديد المنهج العلمي المناسب.
- الأسلوب الاحصائي المستخدم في هذ الدراسة وتحددي ما يناسب هذه الدراسة.
- طريقة عرض الجداول الإحصائية وتفسيرها ومناقشتها.
- تمكن الباحثين من صياغة هذه الدراسة واختيار أهمية التحضير النفسي الذي يتناسب مع أهداف البحث والعينة المختارة (تلاميذ الطور المتوسط 11- 13 سنة).

الجانب النظري

الفصل الأول:

التربية البدنية والرياضية

تمهيد:

إن التربية البدنية والرياضة بكل ما تحمله من معنى لا يمكن أن نحصرها في مجرد تمرينات وألعاب ترويحية ومسابقات فقط كما يعتقدها البعض، ولماّ كان من المهم أن نعطي لهذه الأخيرة قيمتها الحقيقية فقد تطرقنا إليها في هذا الفصل لنضع المفهوم الحقيقي لها ونوضح أهدافها وأهميتها وكذا كل من برنامج التربية البدنية والرياضة ومحتوياته حتى تكون الصورة واضحة عنها بشكل أفضل.

نبذة تاريخية عن التربية البدنية والرياضية:

إن التربية البدنية والرياضية قديمة قدم الإنسانية فقد مرت في تاريخها بعدة مراحل تهتم أساسا بدراسة تاريخ النشاط البدني و الرياضي للإنسان وذلك من أجل إستخلاص الدروس والعبر من الماضي والتعرف على الأخطاء وتجنب الوقوع فيها في الحاضر والمستقبل.

فقد كان لهذه الأخيرة حضور وتاريخ عريق في مختلف الحضارات القديمة.

1-1 التربية البدنية والرياضية في الحضارات القديمة:

التربية البدنية و الرياضية في الحضارة المصرية :

إن ممارسة التربية البدنية في عصر الدولة المصرية القديمة حقيقة تاريخية، حيث لا تزال الشواهد والآثار محتفظة بما سجله المصريون القدماء على جدران مقابرهم وفي معابدهم وأوضحت بعض المصادر المصرية أن الألعاب الرياضية التي كان يمارسها الصبية والتلاميذ تدل على أن الرياضة كانت وسيلة تربوية، وذكر بعض المؤرخون أن المدرسة في مصر القديمة كانت تسمى " بيت التعليم"، وكانت التربية البدنية من بين مناهج الدراسة.

التربية البدنية والرياضية في الحضارة الإغريقية والرومانية :

أما عن الحضارة الإغريقية فقد كانت هناك مدارس تعتمد أساسا على التربية البدنية وتسمى بالباريستا وكذلك الجمنزيوم. أما الباريسترا فهي تتميز بالفخامة والاكتمال الفني وهي تختص بالفتيان حتى سن 15 حيث يتدربون على فنون الرياضة تحت إشراف متخصصين في حين أن الجمنزيوم عبارة عن مدرسة رياضية ذات مساحة كبيرة يشرف عليها مدير معين من الدولة ولا يسمح إلا لأبناء الطبقة الحاكمة إبتداءا من سن 16 ، وقد كانت أيضا تقام مهرجانات تسمى بالألعاب الأولمبية وهذا كل أربعة سنوات وتشتمل على ألعاب القوى وكذا المصارعة والملاكمة وركوب الخيل، أما في الحضارة الرومانية فقد شجع الرومان الأطفال على ممارسة ألعاب ذات نشاط كالأرجوجات ومسابقات الجري والقفز والملاكمة وألعاب الكرة والصيد، إيمانا، منهم بأن العقل السليم في الجسم

السليم وقد نسبت هذه الحكمة إلى حكيم الرومان "جوفينال" وأكد المفكر الروماني" بل وتارك" على أهمية الأنشطة البدنية للأطفال وربطها بالأخلاق ونصح بالاعتدال فيها حتى يتجنب الأطفال الإرهاق [1].

[1] أمين أنور الخولي،**أصول التربية البدنية والرياضية المدخل**، التاريخ، الفلسفة دار الفكر العربي، ط 3، القاهرة ، 2001 .ص 196

1-2- التربية البدنية والرياضية في العصور الوسطى:

أما في العصور الوسطى فقد ظلت الفلسفة اللاهوتية تنظر نظرة شك للتربية البدنية وترى بأن التربية الروحية والعقلية هي أساس تربية الإنسان وهو ما أثر تأثيرا سلبيا كبيرا في تاريخ التربية البدنية في هذه الفترة.

1-3- التربية البدنية والرياضية في العالم الإسلامي:

أما الدين الإسلامي فقد حث على ممارسة الرياضة لقول الرسول" صلى الله عليه وسلم":علموا أولادكم الرماية والسباحة وركوب الخيل". و في عصر النهضة أسس يوهان بيسداو عام 1774 مدرسة حب الإنسانية وفيها خصص ثلاث حصص لممارسة أنشطة ترويحية كالجمباز والألعاب[1] .

1-4- التربية البدنية والرياضية في العصر الحديث:

أما في العصر الحديث (1967-1990) فقد توحدت أهداف التربية البدنية وأصبح هناك إتفاق كبير في ما تقدمه هذه الأخيرة من تكوين المواطن الصالح في جميع المجالات وبالتالي فقد أصبح من حق الجميع ممارسة أنشطة التربية البدنية وهو تطور ملحوظ لتزول بذلك فكرة أن الرياضة تقتصر على فئة معينة، ومما يميز هذه الفترة هو الإقرار بأن التربية البدنية والرياضية قد أصبحت علما قائما على مبادئ بيداغوجية.

2-مفهوم التربية

2-1- المفهوم اللغوي

بالعودة إلى معاجم اللغة، نجد أن كلمة تربية في اللغة لها ثلاث أصول لغوية هي:

الأول: ربا، يربو، ربوا بمعنى زاد ونما، وأربيته: نمّيته قال تعالى: "ويربي الصدقات "[2].

الثاني: ربى يربي بمعنى نشأ وترعرع، قال رسول الله " صلى الله عليه وسلم "لك نعمة تربها" أي تراعيها

الثالث: رب، يرب، بمعنى أصلحه وتولى أمره وساسه وقام عليه.

وفي اللغة اللاتينية أستخدمت التربية للدلالة على تربية النبات أو الحيوان، و تهذيب البشر، دونما تفريق بين هذه الأحوال جميعا.

[1] أمين أنور الخولي،**مرجع سابق**.ص 196.
[2] ابن منظور. **لسان العرب**، دار المعارف، القاهرة 1994 ص 1572

2-2 المفهوم الاصطلاحي:

يعني أنها العملية الواعية المقصودة وغير المقصودة، لإحداث نمو وتغير وتكيف مستمر للفرد، من جميع جوانبه الجسمية والعليقة، والوجدانية من زوايا مكونات المجتمع، وإطار ثقافته، وأنشطته المختلفة: الاجتماعية، الاقتصادية والثقافية، والعلمية، على أساس من خبرات الماضي وخصائص الحاضر، واحتمالات المستقبل، فتعمل على تشكيل الأجيال الجديدة في مجتمع إنساني في زمان ومكان معين وتنمية مكونات شخصيا تهتم المتفردة، وبما يمكنهم من تنميتها إلى أقصى درجة ممكنة من خلال ما يكتسبونه من معارف واتجاهات ومهارات، وبما تجعل كل فرد مواطنا، يحمل ثقافة مجتمعه، متكيفا مع نفسه، ومع بيئته ومواقف الحياة المتغيرة ومنتجا يساهم في أحد مجالات العمل والإنتاج، وحاسا لقضايا أمته، والإنسانية جمعاء.

لهذا فإن دور كايم يرى بأن التربية تهدف إلى أن تثير وتنمي لدى الفرد حالات جسمية وعقلية يتطلبها منه مجتمعه المحلي الذي يعده للحياة [1].

3 -تعريف مفهوم التربية البدنية والرياضية

لقد تعددت مفاهيم التربية البدنية والرياضية بين الباحثين حيث تعرف التربية البدنية بأنها هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط، هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك، وذكرت لومبكين أن البعض يرى أن التربية البدنية والرياضية إنما هي مرادف للتعبيرات مثل: التمرينات، الألعاب، المسابقات الرياضية، وبعد تعريفها لكل من هذه التعبيرات أوضحت أن تضمين هذه المكونات في برامج التربية البدنية والرياضية يعتمد على كون هذه البرامج منظمة أو عفوية تنافسية أو غير تنافسية، إجبارية أو اختيارية، داخل نطاق المجال الوظيفي أو خارجه وغير ذلك من المتغيرات، ولكنها أبت إلا أن تبدي برأيها في صياغة التعريف على النحو التالي:

"التربية البدنية هي العملية التي يكتسب الفرد خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني".

ومن تشيكوسلوفاكيا (السابقة) يبرز تعريف كوبسكي كوزليك بأن التربية البدنية جزء من التربية العامة هدفها تكوين المواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق الهدف"

[1] صالح عبد العزيز.**التربية وطرق التدريس**، ج 1، دار المعارف،مصر 1968 ،ص 11

ومن فرنسا وضع روبرت بوبان بأن التربية البدنية هي: " تلك الأنشطة المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفسية الحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد."

ومن بريطانيا ذكر بيتر أرنو لد تعريفا للتربية البدنية حيث يرى بأنها:"ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية، العقلية،الاجتماعية،الوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط المباشر[1]".

ومن هنا نجد أن التربية البدنية لم تنحصر في مفهوم واحد، وإنما تعددت مفاهيمها بين العديد من الباحثين فكل منهم أعطى رأيه الخاص، ولكنهم يتفقون في مضمون واحد مفاده أن التربية البدنية تعمل على إنشاء الفرد وتكوينه في جميع المجالات البدنية، الاجتماعية، الانفعالية، العقلية من خلال النشاط البدني حتى يكون مواطنا صالحا يخدم وطنه.

4-علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة

إن التربية البدنية هي أحد مقاصد التربية لأنها تعتمد على أسس تربوية بالغة الأهمية بالنسبة للفرد ولهذا نجد أنها أصبحت تخصصا لممارسة أنشطة رياضية داخل المؤسسات التربوية (جامعات، مدارس، رياض الأطفال...) وذلك للمساهمة في الرفع من الثقافة والتطبيع الاجتماعي وغيرها من المقاصد التربوية.

حيث توصف هذه العلاقة بأنها تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط البدني والتي تنمي وتصون جسم الإنسان فحينما يلعب الإنسان أو يسبح أو يمشي أو يتدرب على الموازي أو يمارس التزحلق على الثلج أو يباشر أي لون من أل وان النشاط البدني التي تساعده على تقوية جسمه وسلامته فإن عملية التربية تتم في نفس الوقت وهذه التربية قد تجعل حياة الإنسان أكثر رغدا أو بالعكس قد تكون من النوع الهدام [2].

والتربية البدنية جزء بالغ الأهمية من عملية التربية العامة، وهي ليست (حاشية أو زينة) تضاف للبرنامج المدرسي كوسيلة لشغل الأطفال لكنها على العكس من ذلك جزء حيوي من التربية وجاء في الميثاق الدولي للتربية البدنية والرياضية الصادر عن اليونسكو في الفصل الثاني بعنوان (التربية البدنية والرياضية تمثلان الركن الأساسي الذي تقوم عيه التربية المستمرة في نظام التربية العامة)، لذا ينبغي أن ننمي التربية البدنية والرياضية باعتبارهما بعدين أساسين للتربية والثقافة حسب قدرات كل إنسان وأن ننمي كذلك إرادته والتحكم

[1] أمين أنور الخولي،**مرجع سابق** ، ص 35
[2] محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي. **نظريات وطرق التربية البدنية والرياضة**، الجزائر، ط 2، ديوان المطبوعات الجامعية 1992 ص 11

في أهوائه وأن ننمي إندماجه التام في مجتمعه وينبغي أن تضمن استمرارية النشاط وممارسة الرياضة ط وال حياة الإنسان وذلك بواسطة تربية شاملة ودائمة و معممة[1].

ومن هذا الأخير نجد أن العلاقة بين التربية البدنية والرياضية والتربية العامة تعتبر قوية جدا، الشيء الذي جعل الكثير من الباحثين يعرفونها بأنها جزء لا يتجزأ من التربية العامة.

5- مكانة التربية البدنية والرياضية في الجزائر:

يؤكد ميثاق قانون التربية البدنية والرياضية بأن الشباب يشكل أثمن رأس مال للأمة، كما تعرف التربية البدنية في الجزائر على أنها نضام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل[2] .

في 23 أكتوبر 1976 صدر قانون التربية البدنية والرياضية، هذه الوثيقة الهامة تعتبر دستورا هاما يحدد الحقوق والواجبات لهذا المجال الهام، في كل المستويات من حيث المبادئ العامة للتربية البدنية والرياضية وتكوين الإطارات ثم تنظيم الحركة الرياضية الوطنية والمجلس الوطني للتربية[3] .

وقد شمل الدستور 6 محاور أساسية وهي:

1-القواعد العامة للتربية البدنية والرياضية في الجزائر

2-الجزائر تعليم التربية البدنية وتكوين الإطارات.

3-تنظيم الحركة الرياضية الوطنية.

4-التجهيزات والعتاد الرياضي.

5-حماية ممارسي الرياضة.

6-الشروط المالية.

أما الميثاق الوطني لسنة(1986)فقد نص أن التربية البدنية شرط ضروري لصيانة الصحة وتحرير طاقة العمل ورفع القدرة الدفاعية لدى الأمة ، وفضلا عن المزايا التي توفرها للفرد تشجع وتطور خصالا معنوية هامة مثل:

---

[1] أمين أنور الخولي، **الرياضة والمجتمع**، عالم المعرفة، الكويت، 1996، ص151.

[2] خيري سمير، **أثر وحدات تعليمية مقترحة تنمية صفة القوة الانفجارية عند تلاميذ الطور الأساسي للمرحلة العمرية 14-15 سنة**، رسالة ماجستير، جامعة قسنطينة 2001، ص8.

[3] محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، **مرجع سابق**، ص 7

الروح الجماعية ، كما تحرس على تكوين الإنسان ، كما أنها عامل تعاوني نفسي وبدني ، تمكن الطلبة من ممارسة مختلف أنواع الرياضة.

6-أهمية وأهداف التربية البدنية والرياضية:

6-1- أهمية التربية البدنية والرياضية:

اهتم الإنسان من قديم الأزل بجسمه وصحته ولياقته وشكله، كما تعرف عبر ثقافاته المختلفة على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني، الصحي فحسب، إنما تمتد آثارها الإيجابية النافعة إلى الجوانب النفسية، الاجتماعية والجوانب العقلية، المعرفية والجوانب الحركية، المهارية ، ولعل أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي ما ذكره سقراط مفكر الإغريق وأبو الفلسفة عندما كتب أنّ: " على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعا الداعي."

كما ذكر المؤلف شيلر في رسالته " جماليات التربية " أن الإنسان يكون إنسانا فقط عندما يلعب"، ويعتقد المفكر ريد أن التربية البدنية تمدنا بتهذيب للإرادة ويقول أنه لا يأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا، بل على النقيض، فإنه هو الوقت الوحيد الذي يمضي على خير وجه.

وقد كان أول من عبر عن أهمية التربية البدنية والرياضة في الولايات المتحدة الأمريكية العالم والسياسي بنجامين، فذكر في مؤلف له مزايا التمرينل بادني في توطيد وتقوية أركانها[1].

كما أكد الرئيس كيندي 1970 أهمية النشاط البدني قائلا " إن قدرة الأداء البدني ليس مجرد مكون أساسي للجسم الصحيح فقط وإنما أيضا أساس للنشاط العقلي الخلاق، كما كتب مفكر التربية المصري " سعد موسى" بأن التأكيد على الرياضة البدنية يهدف إلى تنمية القوى الجسمية في الطفولة بحيث تكون جاهزة للعمل وقتما يطلب منها ذلك إلى جانب الترويح والترفيه عند الكبار، وفي الرياضة إبقاء للجسم في شكل مقبول فيه جمال وصحة"[2].

ومن خلال ما تطرقنا إليه نجد أن أهمية التربية البدنية والرياضية تظهر من خلال ما يستثمره التلميذ من المكتسبات خلال النشاط البدني والرياضي الذي يمكن من بلوغ أهداف تربوية تساعده في ترقية واستثمار

[1] محمد الحماحمي. **فلسفة اللعب**، مركز الكتاب للنشر، ط 1 القاهرة، 1999 ، ص 28
[2] أمين أنور الخولي،**أصول التربية البدنية والرياضية المدخل، مرجع سابق**، ص ص 41-47.

الجانب الثقافي والاجتماعي، وتظهر أيضا من خلال مساعدته على التكيف مع جميع المحيطات الاجتماعية كما تنمي قدرة الاتصال والتوافق بين الرغبة والعمل من خلال نشاط مبني على مواقف تعليمية منتظمة وهادفة ترمي إلى تفعيل المعارف والخبرات الفكرية، الحركية والخلقية كونها وسيلة تعزز العلاقات البشرية المفيدة .

كما تساعد على تنمية القدرات البدنية وعناصر التنفيذ والإدراك، كما ترمي إلى إدراك أهمية الوقاية من الأمراض والآفات المضرة بالصحة والمجتمع[1].

6-2- أهداف التربية البدنية والرياضية:

إن ما عرفناه عن أهمية التربية البدنية والرياضية يقودنا إلى وضع الأهداف التي تعبر عن مفاهيم واتجاهات النظام التربوي، وتعمل في سبيل تحقيقها وإنجازها، ومن خلالها تبرر المهنة وجودها، وتوضح وظائفها ومجالات اهتماماتها، تتفق بداهة مع أهداف التربية في تنشئة وإعداد المواطن الصالح بطريقة متوازنة، متكاملة وشاملة .

وسنبين فيما يلي الأهداف الأكثر شيوعا في قوائم الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية لبعض المدارس العالمية:

التنمية البدنية و العضوية :

تهتم التربية الرياضية في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكييف أجهزة الإنسان بيولوجيا ورفع مستوى كفايتها الوظيفية وإكسابها الصفات التي تساعد الإنسان على قيامه بواجباته الحياتية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق، فمن خلال الأنشطة البدنية يكتسب الفرد القوة والسرعة والجلد العضلي والتحمل الدوري والتنفسي، والقدرة العضلية، والرشاقة، والمرونة، والتوافق العضلي العصبي، بالإضافة إلى تحسين عمل الجهاز القلبي الوعائي، وبقية أجزاء الجسم مما يساعد على الارتقاء بمقومات وأسس اللياقة البدنية في الإنسان[2].

وتتضمن التنمية البدنية والعضوية قيما بدنية وجسمية مهمة تصلح لأن تكون أغراضا ملائمة ومهمة على المستويين التربوي و الاجتماعي وتتمثل في:

[1] مديرية التعليم الأساسي. **منهاج التربية البدنية والرياضية**، وزارة التربية 2005 ، ص ص 47-48.
[2] محمد عبد الفتاح عنان، د عدنان درويش جلون. **التربية البدنية المدرسية دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية**، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص ص 21-22.

أ- اللياقة البدنية:

حيث كتب شيفرز عن مفهوم اللياقة أنها "مركبة للكائن البشري ، تمكنه من أداء وظائفه في أقصى حد لها، وتتضمن تركيب الجسم – الكفاية– التحمل المهارة"

ب- القوام السليم الخالي من العيوب والانحرافات:

يرتبط القوام السليم للإنسان إلى حد كبير بمستوى لياقته البدنية، وبقوة عضلاته تحديدا فهي التي تجعل جسمالإنسان في وضع متزن ميكانيكيا في مواجهة تأثير الجاذبية الأرضية، حيث يعرف شطا، عياد القوام الجيد بأنه" الجسم المعتدل الذي يكون في حالة اتزان ثابت بين القوة العضلية والجاذبية الأرضية، بحيث يكون ترتيب العضلات والعام في وضع طبيعي بحيث تحفظ إنحناءات الجسم الطبيعية دون أي زيادة أو نقصان، حتى يقوم الإنسان بعمله اليومي ويؤدي جميع الحركات التي يحتاج إليها دون أي تعب وبسهولة وبأقل مجهود " وبرنامج التربية البدنية والرياضية المدرسية يحتوي على أنشطة بدنية ملائمة لدعم القوام ووقايته من الانحرافات والتشوهات، كما يتزود التلميذ من خلاله بالمعارف والمعلومات لتنمية الاتجاهات الايجابية نحو القوام الجيد.

ج- التركيب الجسمي المتناسق والجسم الجميل:

تؤثر أنشطة التربية البدنية والرياضية على التركيب الجسمي للتلاميذ حيث تزداد نحافة كتلة الجسم، وتقل سمنة الجسم، وهذا يسري على الجنسين بشكل عام خلال سني النضج والبلوغ، وقد فحص ويلز وزملاؤه (1962 – 1963) تأثير خمسة أشهر من التدريب البدني اليومي على 34 مراهقة، مقارنة بعدد مماثل كعينة ضابطة وقد أوضحت النتائج تغيرات واضحة في التركيب الجسمي، حيث زاد نمو الأنسجة النشطة ونحافة الجسم، في مقابل تناقص في نمو الأنسجة الدهنية في المجموعة التي تمارس التمرين البدني.،من المجموعة التي لم تمارس التمرين البدني.

د – السيطرة على البدانة والتحكم في وزن الجسم:

يسعى مدرس التربية البدنية والرياضية إلى توعية التلاميذ بمدى فعالية الأنشطة المقترحة في السيطرة على البدانة والتحكم في وزن الجسم إلى جانب تنظيم الطعام وهذا ما أكدته خبيرة علم التغذية جين ماير حيث قالت: "أن الرياضة والنشاط البدني أمر ضروري للسيطرة على البدانة ، وأنه لا يكفي تنظيم الطعام"[1].

[1] أمين أنور الخولي، **مرجع سابق** ،ص 133.

تنمية المهارات الحركية :

من أهم أهداف التربية الرياضية، حيث تبدأ برامجها من فترة الطفولة لتنشيط الحركة الأساسية (الأصلية) وتنمية أنماطها الشائعة والتي تنقسم إلى:

حركات انتقالية: كالمشي والجري والوثب .

حركات غير انتقالية: كالثني واللف والميل .

حركات معالجة وتناول: كالرمي والدفع والركل.

من ثم تأسس المهارة الحركية على هذه الأنماط، فهي مهارات متعلمة. فهي وإن كانت تتأسس على اللياقة البدنية والحركات الأصلية، إلا أن الاعتبارات الإدراكية والحسية لها أهميتها في اكتساب المهارات الحركية ومن أمثلتها: المهارات الرياضية التخصصية، فالمهارات الخاصة بكرة القدم منها على سبيل المثال (إيقاف الكرة– ضرب الكرة بالوجه الخارجي للقدم – ضرب الكرة بالرأس) ، تختلف عن المهارات الخاصة بكرة اليد أو الطائرة أو نشاط رياضي آخر.

التنمية المعرفية :

يتصل هذا الهدف بالجانب العقلي والمعرفي، وكيف يمكن للتربية الرياضية أن تساهم في تنمية المعرفة والفهم والتحليل والتركيب، من خلال الجوانب المعرفية المتضمنة في الأنشطة البدنية والرياضية، كتاريخ المسابقة أو اللعبة، وقواعد اللعب الخاصة بها، وأساليب التدريب والممارسة، وقواعد التغذية وضبط الوزن الخاصة بها،..الخ

من جوانب لها طبيعة معرفية لا تقل أهمية عن الجوانب الحركية والبدنية في النشاط، ولقد ولّى العصر الذي كانت الرياضة تعتمد فيه على القوة البدنية وحدها، بالإضافة إلى أن تعلم المهارة الحركية يعتمد – في مراحلها الأولية على الجوانب المعرفية والإدراكية، وهذه الأبعاد المعرفية للأنشطة الرياضية، كما تنمي لدى الأفراد المهارة الذهنية التي يمكن أن تفيده في حياته اليومية، وتساعده على التفكير واتخاذ القرارات.

التنمية الاجتماعية:

تساهم التربية البدنية والرياضية في غرس القيم الثقافية والخلقية التي تواجه أعمال كل مواطن وتساهم في تعزيز المحبة كي يتعدى ذاته في العمل وتنمية روح الانضباط والسعادة والمسؤولية [1].

[1] محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي. **مرجع سابق**، ص 24

كما تعد التنمية الاجتماعية عبر برامج التربية البدنية والرياضية أحد الأهداف المهمة والرئيسية في التربية البدنية، فالأنشطة الرياضية تتسم بثراء المناخ الاجتماعي ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها إكساب الممارس للرياضة والنشاط البدني عددا كبيرا من القيم والخبرات و الحصائل الاجتماعية المرغوبة والتي تنمي الجوانب الاجتماعية في شخصيته وتساعد في التطبيع والتن ة شئ الاجتماعية والتكيف مع مقتضيات المجتمع ونظمه ومعاييره الاجتماعية و الأخلاقية. ففي دراسة أولسن التجريبية على أطفال المرحلة الابتدائية أوضحت النتائج أثر برنامج رياضي على تحسين المهارات الحركية، وعلى التكيف الاجتماعي للأطفال، وأوضحت دراسة ليمان أن أوجه الناشط التي يقبل عليها الأطفال من سن السابعة حتى التاسعة عشر كونها تشكل أساس التفاعل الاجتماعي لهم، وهذا ما أكدته الدراسات العربية مثل أطروحة نبيلة منصور(1979) ودراسة كوثر رواش (1985)، من تحسين التكيف الاجتماعي كنتيجة لممارسة النشاط البدني والرياضي.

التنمية الجمالية والتذوق الحركي :

في مجال التربية البدنية والرياضية كثيرا ما يتردد لفظ جميل للتعبير عن آداءات حركية رفيعة المستوى، كما يصف التلاميذ أحد زملائهم بأنه(فنان) لأنه صاحب أسلوب ذاتي متميز في أدائه ولعبه، فلقد تعدى أداء هؤلاء التلاميذ مرحلة التكنيك الموصوف، إذا أصبحت تؤدى هذه المهارات بقدر كبير من الإحساس والمشاعر تعبيرا عن تذوق حركي جمالي رفيع المستوى.

ولقد بين فيلسوف الجمال ريد بأنه لا يوجد أي اختلاف سيكولوجي جوهري – في رأيه – بين مهارة راقص أو شاعر أو لاعب كرة، أو لاعب تنس أو رسام.

وقد أشار مونرو إلى أن دائرة الفن قد اتسعت في لعصر الحديث حتى أصبحت تشتمل مهارات بشرية متباينة كالألعاب الرياضية[1].

وبالتالي فإن القيم الجمالية في الرياضة إنما هي: قيم أصيلة من صميم طبيعتها، ذلك لأن للتربية البدنية والرياضية لغتها الخاصة التي تختلف عن لغة الموسيقى أو الرسم هي اللغة التي تجذب (المشاهدين والممارسين) إليها الأمر الذي يرقق المشاعر، وينمي التذوق والماشركة الانفعالية لجماليات الحركة بألوانها المختلفة.

[1] أمين أنور الخولي، عدلي بيومي. **الجمباز التربوي للأطفال والناشئين**، دار الفكر العربي، القاهرة 1991 ص 173

الترويح و أنشطة الفراغ :

يعد الترويح أحد الأهداف القديمة للتربية البدنية الرياضية، فعبر التاريخ مارست أغلب الشعوب ألوانا من النشاط البدني من أجل المتعة وتمضية وقت الفراغ، والمشاركة الترويحية من خلال الأنشطة البدنية تتيح قدرا كبيرا من الخبرات والقيم الاجتماعية والنفسية والجمالية، التي تثري حياة الفرد، وتضيف لها الأبعاد البهيجة المشرقة والنضرة المتفائلة للحياة، ذلك لأنها تمد الفرد بوسائل وأساليب للتكيف مع نفسه ومجتمعه، كما أن المشاركة في البرامج الرياضية تتيح فرص التنفيس عن مشاعر التوتر والشد العصبي التي أصبحت تلازم حياتنا اليومية المعاصرة، وتوفر أيضا فرص اكتساب مهارات الاسترخاء والراحة والاستجمام، وفي التربية الرياضية يجب أن نعمد إلى إكساب الأفراد المهارات الرياضية التي يطلق عليها مهارات مدى الحياة والتي تمكن الفرد بعد تخرجه ودخوله لمعترك الحياة من مزاولة نشاط رياضي أو بدني ترويحي مفيد وممتع[1].

التنمية النفسية :

يظهر دور التربية البدنية والرياضية من خلال تدريب التلميذ التي على التحكم في تعبيراته الانفعالية عن طريق اشتراكه في الألعاب المختلفة فاللعب يكون بمثابة معمل ممتاز يستطيع المراهق فيه أن يمارس التحكم في عواطفه وطرح القلق والشعور بالثقة والتمتع بالبهجة[2].

كما تستفيد التربية الرياضية من المعطيات الانفعالية والوجدانية، المصاحبة لممارسة النشاط البدني، في تنمية شخصية الفرد تنمية تتسم بالاتزان والشمول والنضج، بهدف التكيف النفسي للفرد، وتعتمد أساليب ومتغيرات التنمية الانفعالية في التربية الرياضية على عدة مبادئ، منها: الفروق الفردية، وانتقال أثر التدريب، على اعتبار أن الفرد كيان مستقل ، له قدراته الخاصة به ، التي تختلف عن بقية أقرانه . وعلى اعتبار أن القيم النفسية المكتسبة من المشاركة في البرامج (المقننة) للتربية الرياضية، تنعكس آثارها من داخل الملعب إلى خارجه، في شكل سلوكيات مقبولة. ومن هذه القيم النفسية السلوكية: تحسين مفهوم الذات النفسية والذات الجسمية، الثقة بالنفس، تأكيد الذات، إشباع الميول والاحتياجات النفسية، خبرة النجاح المربية، تنمية مستويات الطموح، والتطلع للتفوق والامتياز[3].

[1] أمين أنور الخولي،د محمد عبد الفتاح عنان، د عدنان درويش جلون.**التربية البدنية المدرسية دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية**، دار الفكر العربي، القاهرة 1998 ،ص 26

[2] محمد عادل، كمال الدين زكي. **التربية الرياضية للخدمة الإجتماعية**، دار النهضة النهضة العربية، القاهرة 1965 ، ص 35

[3] محمد عبد الفتاح عنان، د عدنان درويش جلون. **مرجع سابق** ،ص 23

ويساهم هدف التنمية النفسية عبر أنشطة التربية البدنية والرياضية في إتاحة فرص المتعة والبهجة، فالمناخ السائد والمصاحب للأنشطة البدنية والرياضية هو مناخ يسوده المرح والمتعة، لأن الأصل في هذه الأنشطة هو اللعب والحركة، حيث يخفف الإنسان من التوتر والقلق والضغوط ويسعى إلى نشاط يتيح له اللذة ويمكنه من التنفيس عن هذه الضغوط والتوترات والأحداث المزعجة، كما أن ألوان النشاط الحركي المختلفة من رياضة وألعاب ورقص تتيح فرصا ثرية للطفل للتعبير عن نفسه.

ولقد أعتبر أفلاطون جسد الإنسان هو مصدر الطاقة والدافع الحيوي للفرد، كما صرح فرويد بأن الجهاز النفسي – على حد تعبيره – هو تطور الحقيقة الجسدية الأصلية، ويؤكد لوريا أن من الخطأ تصور الشعور والإدراك الحسي على أنه مجرد عمليات سلبية بحتة، فقد تبين أن الشعور، يتضمن عناصر حركية، ولقد تعددت هذه المظاهر وتأكدت من خلال المبحث النفسو جسمي psychosomatic [1]

كما جمع أنور أمين أنور الخولي دراسات بعض الباحثين في كتابه في علم النفس الرياضي ومنها الدراسة التي أجراها رائد علم النفس الرياضة أوجليفي، تتكو على خمسة عشر ألف من الرياضيين، وأدلت نتائجها على أن تأثيرات التربية البدنية والرياضية الجانب النفسي هي:

-اكتساب الحاجة إلى تحقيق وإحراز أهداف عالية لأنفسهم ولغيرهم.

-الاتسام بالانضباط الانفعالي والطاعة واحترام السلطة.

-اكتساب مستوى رفيع من الكفايات النفسية المرغوبة مثل: الثقة بالنفس، والاتزان الانفعالي، والتحكم في النفس، وانخفاض القلق والتوترات العصبية، وانخفاض في التعبيرات العدوانية.

7-أهداف التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة:

لقد أعطى منهاج التربية البدنية والرياضية أهداف في المرحلة المتوسطة تختلف نوعا ما عن الأهداف المبرمج في المرحلة الثانوية، ويمكن أن نوجز أهداف التربية البدنية والرياضية في هذه المرحلة في النقاط التالية:

-تنمية الكفاية البدنية وصيانتها.

-تنمية المهارات البدنية النافعة في الحياة.

[1] أمين أنور الخولي، أسامة أنور كامل. **التربية الحركية للطفل**، دار الفكر العربي، ط 2، القاهرة 1998 ص 57

-ممارسة الحياة الصحية السليمة.

-إتاحة الفرصة لنابغين رياضيا من الطلاب للوصول إلى مراتب البطولة.

-تنمية الحواس والقدرة على التفكير.

-تنمية الثقافة الرياضية.

-تنمية الصفات الخلقية والاجتماعية المنشودة.

-تنمية صفات القيادة الرشيدة والتبعية الصالحة.

-حسن قضاء وقت الفراغ.

8 - برنامج التربية البدنية والرياضية:

إن دروس التربية البدنية والرياضية مع ما تقدمه من فوائد للتلاميذ في مختلف المجالات تعتبر غير كافية للوصول إلى المرامي التي ذكرناها سابقا هذا لأن التلميذ يعتبر تواقا إلى كل الأنشطة التي تظفي عليه السعادة والبهجة ويكون أكثر تفاعلا وإيجابية متخلصا بذلك من القلق وكذا كل الضغوطات وخاصة داخل الأقسام إن لم نقل أسوار المدرسة وحتى تؤدي التربية البدنية والرياضية وظيفتها وضع لها برنامج يستوفي كل النقاط المذكورة وهذا من خلال دعم الدروس بأنشطة داخلية تكون خارج مجال هذا الأخير وكذا أنشطة خارجية تكون خارج أسوار المدرسة وسنعرض فيما يلي كل عنصر بشيء من التفصيل[1].

8-1- النشاط الداخلي:

يعتبر النشاط الداخلي امتدادا لدرس التربية البدنية والرياضية وتظهر أهميته في مدى استفادة التلاميذ من مختلف أوجه هذا النشاط سواء من الناحية البدنية الحركية أو النفسية الاجتماعية وغيرها. وهو تلك الأوجه من النشاط التي يمارسها التلاميذ وينظمها ويشرف على تنفيذها مدرسوا المادة خارج أوقات الدوام الرسمي وغير مقيدة بالجدول الدراسي وتكون داخل أسوار المدرسة، ويجب أن لا يتعارض توقيت النشاط الداخلي مع الجدول الدراسي بالمدرسة، فيمكن ممارسته قبل بدأ الدرس الأول أو أثناء الفسحة أو عقب الدراسة أو فترة العصر حيث يرجع التلاميذ للمدرسة مرة ثانية إذا كانت المدرسة قريبا من بيتهم أو أيام الجمع.

[1] أكرم زكي خطايبة. **المناهج المعاصرة في التربية الرياضية**، دار الفكر، القاهرة 1997 ، ص ص 132-151.

8-2- النشاط الخارجي:

النشاط الخارجي يعتبر استمرار للنشاط الداخلي ولأنه يقوم على تلك الأنشطة التي يمارسها التلاميذ خارج أسوار المدرسة فهو يتيح للتلميذ اكتساب العديد من القيم الترب وية التي تسعى التربية البدنية والرياضية لتحقيقها.

وبهذا يمكن إن نقول أن النشاط الخارجي هو أوجه النشاط التي يمارسها التلاميذ خارج أسوار المدرسة وتقوم المدرسة بتن ضيمه والإشراف عليه حيث أن هذه الأخيرة تكون بعيدة عن التقيد بالجدول الدراسي في المدرسة كما أنه لا يقتصر على المسابقات والمنافسات التي تشترك بها المدرسة خارج أسوارها بل نشاط هو بدني ورياضي وترويحي كالرحلات والمعسكرات والأعمال التطوعية...الخ [1].

ومن هنا يمكن أن نستنتج أن درس التربية البدنية والرياضية والنشاط الداخلي والخارجي يعتبرون وحدة واحدة يساهم في مجملها في تنمية جميع نواحي التلاميذ (البدنية والمهارية والخططية وكذا العقلية والنفسية والاجتماعية...).

8-3- درس التربية البدنية والرياضية:

درس التربية البدنية والرياضية كغيره من الدروس الأخرى المنهجية الأخرى له دور فعال ومميز في تحقيق الأهداف)التربوية، ويمثل الدرس أغر وحدة تعليمية في المنهج المدرسي ويعد كحقل أساسي لتعليم وتربية النشأ [2].

كما يعتبر درس التربية البدنية والرياضية القالب والإطار الذي تتجمع فيه كل الخبرات التربوية والرياضية المدرسية إضافة إلى ذلك يقوم الدرس ويعمل على تنمية قدرات واتجاهات وميول التلاميذ فهو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي وهو أساس كل منهاج التربية البدنية والرياضية[3].

ويقول الدكتور عدنان درويش جلون الدرس يجب أن يكون شاملا ويجب أن يجمع جميع رغبات التلاميذ في اللعب[4].

وحتى يكون درس التربية البدنية له دور فعال ومميز في تحقيق الأهداف التربية يجب أن يشتمل على الصفات التالية:

---

[1] أكرم زكي خطايبة. **مرجع سابق**، ص ص 152-153.
[2] علي الديدي، السيد علي محمد. **منهاج التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق**، دار الفرقان، ط 1سنة 1983 ص 19.
[3] د مكارم علمي أبو هرجة –أ د محمد سعد زغلول، **مناهج التربية الرياضية**.ط 2. مركز الكتاب للنشر.القاهرة. 1999 -ص 64
[4] قاسم حسن البصري. **نظرية التربية البدنية**، مطبعة الجامعة، بغداد 1997 ، ص 100

-أن يكون للدرس هدف واضح معروف يرجى الوصول إليه سواء كان تربويا أو تعليميا أو الاثنان معا.

-أن تكون أوجه النشاط مبنية على أساس سليم ساء من الناحية النفسية أو التربوية.

-أن تراعي أوجه النشاط الأسس النفسية للتلاميذ كالميول والاحتياجات والفروق والنمو وتقويم الاتجاهات الايجابية نحو درس التربية البدنية.

-أن تكون أوجه النشاط ملائمة لحالة الجو مع مراعاة النظافة الشخصية.

-أن يتخلل الدرس نشاط حر تلقائيا يبعث على السرور والبهجة ويحرر التلاميذ من التشكيلات والنداءات الشكلية.

-يحقق مبدأ إشراك التلاميذ أطول فترة ممكنة من الحصة.

- يحقق مبدأ بث القيم والمعايير الاجتماعية وتكوين الاتجاهات الايجابية نحو المدرسة والمجتمع.

-أن يتبنى أوجه النشاط اختيار طرق التدريس على الأسس العلمية للعلوم الأساسية للتربية البدنية والرياضية مثل علم التشريح، وعلم وظائف الأعضاء، وعلم الحركة....الخ.

-أن تتناسب أوجه النشاط مع الإمكانات الموجودة بالمدرسة سواء كانت مادية أو بشرية.

-يجب أن يكون الدرس مشوقا ومرحا وفيه تسلسل واتساق بحيث ينقل التلاميذ من جزء إلى جزء في يسر وسهولة.

-أن يبعث الدرس على تعليم القيادة والريادة وحسن التبعية وذلك لتدريب التلاميذ على مواجهة المواقف المختلفة في الحياة العادية.

-كلما كان التعاون بين التلاميذ والمدرس في تنفيذ أوجه النشاط بعيدا عن الشكلية والتعقيد وقريبا من التلقائية والنشاط الحر الذي تظهر فيه قدرة التلاميذ على التنفيذ كلما ساعد ذلك لتحقيق هدف التعليم الذاتي كل حسب قدرته وهو الهدف الذي نسعى للوصول إليه[1].

[1] محمد سعيد عزمي. **أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق**، دار الوفاء 2004 ، ص 177

8-3-1- محتوى درس التربية البدنية والرياضية:

بالرغم من اختلاف تقسيمات الدرس في السنوات الأخيرة إلا أنه لا توجد خلافات جوهرية، ولكن الخلاف الأساسي يتمثل في الشكل العام للتقسيمات الداخلية للدرس والتي تخضع بدون شك لآراء الخبراء الذين يقومون بوضع مناهج التربية البدنية ومهما حدث من تقسيمات فإن هناك اتفاق تام على أن الدرس يتكون من ثلاث أجزاء رئيسية تخدم بعضها البعض هي الجزء التمهيدي، والرئيسي، والختامي.

❖ **الجزء التمهيدي :**

الأخذ باليد: هذا المصطلح خاص بدرس التربية البدنية ويكون في بدايته، واصطلحت هذه التسمية للتعبير عن الدخول التدريجي في الدرس وتتضمن ما يلي:

- مراقبة اللباس الرياضي للتلاميذ .
- أخذ غيابات التلاميذ عن طريق المنادات .
- التذكير بهدف الحصة السابقة وإعطاء هدف الحصة المراد القيام بها.

التسخين: ويعرف حسب m.pradot وj.l.a.ubiche (1986) على أنه :" مجموعة الأنشطة المستعملة من أجل الوصول إلى الحالة المثلى من التحضير البدني والنفسي الضروري للتطبيق الشديد وهو يتم عن طريق جهد بدني يتطلب نشاط وظيفي لمختلف المحصلات التالية : الانقباض العضلي، النظام الدوري، النظام التنفسي "[1].

ويمكن تقسيم التسخين كما يلي:

تسخين عام: ويتمثل في الجري وكذا التسارع(تحضير عصبي عضلي)وكذا تمديد عام (تحضير الذاكرة الحركية)

تسخين خاص: ويتم بأنشطة خاصة كالجري مع تغيير الإيقاع وكذا التركيز على التمديد الخاص بنوع النشاط[2].

[1] P. Seners **La leçon d'EPS**. Editions vigot.Paris. France. 2002..p185
[2] Jean-Jacquessarthou. **Enseigner l'EPS de la réflexion didactique a l'action pédagogique**. édition actio. Paris. 2003. p157

إن واجب الإحماء ليس فقط تجهيز أجهزة المختلفة ولكن أيضا التجهيز النفسي للتلاميذ، وإذا أردنا أن نساعد التلاميذ على تقبل الدرس بروح المرح والانشراح فهذا يتحقق في الجزء الأول من الحصة من خلال التشويق وكذا تجهيز وتحضير الملعب مثلا....

❖ **الجزء الرئيسي:**

في الجزء الرئيسي من الحصة يجب تحقيق جميع الواجبات المحددة سلفا للحصة والتي تشمل تنمية الصفات البدنية والأساسية طبقا للمنهاج السنوي وكذلك تنمية المهارات الحركية وأيضا تطوير بعض المعارف النظرية للتلاميذ عن طريق التوجيه والإرشاد والشرح عند تعلم المهارات الجديدة ثم تعويد التلاميذ على طرق التعامل الصحيحة والعادات التربوية وهذه الواجبات جميعها يمكن تحقيقها إما كل على حدا أو بشكل مترابط بحيث يتم تحقيق أكثر من هدف[1].

في هذا الجزء من الدرس يجب أن يمارس التلاميذ مهارات نوعية محددة مرتبطة بالنشاط، كما تتاح للتلاميذ الفرصة لتطبيق المهارات التي تعلموها أو قاموا بتنميتها، وقد يكون ذلك بواسطة منافسة[2].

يتم تطبيق هذا الجزء عن طريق ثلاث مناهج للتعلم:

-منهج التتابع

-منهج الدوران

- منهج الورشات مع التكرار الفردي للتلاميذ[3].

يعتبر الجزء الرئيسي من أهم الأج زاء في الدرس ويظهر في النقاط التالية:

- يعتبر العمود الفقري للدرس.
- أساس الخطة العامة.
- يتم فيه تعليم المتعلمين المهارات المختلفة للأنشطة (نشاط تعليمي).
- يتم فيه تطبيق المهارات المتعلمة من طرف التلاميذ (نشاط تطبيقي) [4].

[1] ناهد محمود سعد. أ د نيللي رمزي فهيم. **طرق التدريس في التربية الرياضية** ، مركز الكتاب للنشر.ط 2.القاهرة 2004 ،ص 85

[2] مصطفى السايح محمد. **أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية**، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية .ط 1.الإسكندرية 2003 .ص 185

[3] p.seners **La leçon d'EPS**.op cit. p169

[4] مكارم علمي أبو هرجة –أ د محمد سعد زغلول،**مرجع سابق**.ص 196

❖ **الجزء الختامي:**

للجزء الختامي من الحصة واجبات ثلاثة هي:

- تهدئة أجهزة الجسم.
- التوجه إلى أحاسيس التلاميذ.
- القيام ببعض الواجبات التربوية[1].

وهذه النقاط لا تتم إلا عن طريق إعطاء بعض التمرينات والألعاب الصغيرة بغرض التهدئة والاسترخاء والهبوط بالحمل تدريجيا وكذا الرجوع بأجهزة الجسم إلى حالتها الطبيعية التي كانت عليها قبل تنفيذ الدرس، وبعد ذلك يتم اصطفاف التلاميذ أمام المعلم لتبادل التحية[2].

وفي هذا الجزء يقول m.Pieron (1992) انه يجب أن تسمح المرحلة النهائية بالرجوع التدريجي للهدوء ولا يجب التخلي عن بعض التمارين التنفسية ، وكذل تمارين استرخاء وتمديد وهذا بعد مجهود بدني شديد".كما يمكن أن تتم عن طريق جري خفيفو هذه الطريقة تسمى (الاسترجاع الفعال)[3].

إن هذا المحتوى لا يصل بنا إلى الأهداف المرجوة خاصة الجوانب التربوية والنفسي منها إلا إذا طبقت طريقة تتماشى مع هذه الأهداف لهذا فقد تم التخلي عن الطريقة التقليدية التي تعمد على لتدريب الرياضي والتي ترتكز على عاملين فقط هما الذاكرة والتكرار وأصبحت الطريقة المستعملة حاليا هي الطريقة النشيطة التي تهتم بالجانب التربوي للتلميذ وكذا تأخذ بعين الاعتبارات اهتمامات وانشغالات التلاميذ حيث ترتكز على المبادرة والتصور، التأمل، التفكير المنطقي، كما تساعد بقسط وافر في تنمية شخصية التلاميذ، وتعتمد على:- الحالة الاندماجية- المشاركة الطواعية للتلاميذ وقدرة التعامل مع الآخرين.

[1] ناهد محمود سعد. أ د نيللي رمزي فهيم. **مرجع سابق**.ص 85
[2] مكارم علمي أبو هرجة.**مرجع سابق**.ص 99
[3] p.seners **La leçon d'EPS**. op cit. p198

خلاصة:

من خلال ما درسناه في الفصل الأول يتجلى لنا المفهوم الصحيح للتربية البدنية والرياضية لكي تزيل النظرة الخاطئة للعديد من الأشخاص عن هذه الأخيرة وكذا يتبين مدى أهمية المادة في النظام التربوي ومدى منافعها في تربية الطفل تربية شاملة ومتكاملة وتوظيف جميع طاقاته النفسية، البدنيةا،لم عرفية ووعيه بهويته وكيفية التحكم في انفعالاته وهذا ما يجعل من التربية البدنية ذلك الجزء الذي لا يتجزأ من التربية العامة لها عدة أسس وأهداف تساهم في تنميتها وتحاول الوصول إلى تحقيقها.

الفصل الثاني:
السلوك العدواني

تمهيد

يعتبر السلوك العدواني من أحد الخصائص التي يتصف بها الكثير من الطلاب والأفراد المضطربين سلوكيا وانفعاليا، فالعدوانية تعتبر سلوكا مألوفا في كل المجتمعات تقريبا إلا أن هناك درجات من العدوانية، بعضها مقبول ومرغوب كالدفاع عن النفس عن حقوق الآخرين وغير ذلك، وبعضها غير مقبول ويعتبر سلوكا مزعجا في الكثير من الأحيان، ومن هذا فقد انصب اهتمام الباحثين النفسيين على دراسة هذا السلوك، لأن النتائج المترتبة عليه تعد أكثر خطر على المجتمع من النتائج المترتبة على نتائج السلوكات الأخرى التي يتصف بها الكثير من الأفراد المضطربين سلوكيا وانفعاليا.

وقد تناولنا في هذا الفصل مفهوم السلوك العدواني وبعض المفاهيم المرتبطة به ومختلف أشكاله والأسباب المؤدية إليه، وكذا النظريات المفسرة للسلوك العدواني وكيفية قياسه، وطرق ضبط وعلاج السلوك العدواني.

1-مفهوم السلوك العدواني:

لقد تعددت التعاريف التي تناولت مفهوم العدوان وذلك لتناوله في المجلات متعددة فقد تناولته علوم كثيرة منها علم النفس والاجتماع وغيرها من العلوم ولتوضيح مفهوم العدوان نعرض بعض تعاريفه التالية:

- **تعريف "نبيل حافظ "ونادر قاسم:"**

يعرفه بأنه "سلوك ينطوي على شيء من القصد أو النية يأتي به الفرد في مواقف الإحباط التي يعاق فيها إشباع دوافعه أو تحقيق رغباته المشروعة و الغير المشروعة فتنتابه حالة من الغضب وعدم الاتزان تجعله يأتي بسلوك ما يسبب أذى له أو الآخرين، والهدف منه تخفيض الألم الناتج عن الإحباط والإسهام في إشباع الدافع المحبط فيشعر الفرد بالراحة ويعود الاتزان إلى شخصيته[1] .

- **تعريف باص: (Buss1961)**

يعرفه بأنه " سلوك يصدره الفرد لفضيا أو ماديا أو صريحا أو ضمنيا ، مباشر أو غير مباشر، ناشطا أو سلبيا، ويترتب على هذا السلوك إلحاق الأذى البدني أو المادي بالشخص نفسه صاحب السلوك العدواني أو بالآخرين[2].

- **تعريف بندورا (Bandura1963)**

يعرفه بأنه " سلوك يهدف إلى إحداث نتائج تخريبية أو مكروهة أو إلى السيطرة من خلال القوة الجسدية أو اللفظية على الآخرين وهذا السلوك يعرف اجتماعيا أنه عدواني[3].

- **تعريف شابين (chaplin1973)**

يعرف العدوان بأنه هجوم أو فعل مضاد موجه نحو شخص أو شيء ما، وينطوي على رغبة في التفوق على الآخرين، ويضم إما الإيذاء أو الاستخفاف أو السخرية بغرض إنزال العقوبة بالآخر[4].

---

[1] محمد علي عمارة، **برامج علاجية لخفض مستوى السلوك العدواني لدى المراهقين**، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 2008، ص11.

[2] بدوي، زياد أحمد، **فعالية برنامج إرشادي قائم على فن القصة في خفض السلوك العدواني لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم**، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، 2001، ص36.

[3] خالد عز الدين، **السلوك العدواني عند الأطفال**، دار أسامة للنشر، عمان، 2010، ص9.

[4] زكريا الشربيني، **المشكلات النفسية عند الأطفال**، دار الفكر العزلي، القاهرة، 2000، ص83.

- **تعريف أحمد البدوي:**

يعرف العدوان بأنه سلوك يرمي إلى إيذاء الغير أو الذات أو ما يحل محلها من رموز، ويعتبر السلوك الإعتدائي تعويضا عن الحرمان الذي يشعر به الشخص المعتدي، والعدوان إما أن يكون مباشر أي موجه نحو المصدر الإحباط سواء أكان شخصا أم شيئا، أو يكون عدوانا متحولا وهو عدوان موجه إلى غير مصدر الإحباط[1].

ومن هنا نستنتج بأن السلوك العدواني هو أي سلوك يصدره الفرد بغرض إحداث نتائج تخريبية ومكروهة أو إيقاع الأذى والألم بالذات والآخرين وذلك لإشباع دوافعه وتحقيق رغباته المشروعة والغير المشروعة الناتجة عن مختلف الإحباطات التي أعاقته في إشباع هذه الرغبات.

2- السلوك العدواني وبعض المفاهيم المرتبطة به :

2-1- السلوك العدواني و العنف:

يستخدم بعض الباحثين والمربين النفسيين كل من مفهوم العدوان والعنف كمصطلح واحد ولكن الحقيقة هناك اختلاف بينهما فالعنف شكل من أشكال العدوان وأنه يقتصر على الجانب المادي المباشر المتعمد من العدوان فقط، ولذا فالعدوان أكثر عمومية من العنف وأن كل ما هو عنف يعد عدوانا والعكس غير صحيح، حيث أن العنف يكون مقصور على الأفعال العدوانية التي تك ون شديدة وأكثر شناعة تستحق العتاب و التوبيخ.

ومن هذا فالعنف هو عدوان يكون فيه الإيذاء والضرر في أقصى حالاته كهدف وكل عنف عدوان ولكن ليس كل عدوان عنف، فالعدوان هو سلوك الذي يحصل به الفرد على كل ما يريده عن طريق استخدام القوة والحاق الأذى والضرر بالأشياء أو الأشخاص الآخرين دون اهتمام بحقوق ومشاعر الآخرين سواء أكان العدوان لفضيا أو جسميا، مباشر أو غير مباشر[2] .

2-2- السلوك العدواني والغضب:

يمثل الغضب استجابة انفعالية متزايدة غالبا ما تنظم على نحو عدواني بطريقة لفضية وبدنية بصفة خاصة حسب ما يهدد أو يهاجم الشخص، حيث يعد الغضب المكون الانفعالي أو الوجداني للسلوك العدواني، فهو يشتمل على الاستثارة الفزيولوجية والاستعداد للعدوان خاصة العدوان الغاضب.

ويعبر عن العدوان بشكل لفضي أو بدني، في حين التعبير عن الغضب يأخذ أربعة أشكال هي:" إدخال وقمع الغضب واخفاء الضغائن"، " واخراج التعبير عن الغضب بطريقة سلبية غالبا ما تكون عدوانية بعيدة عن الفرد"؛ ضبط مجهودات لتهدئ أو ضبط مشاعر الغضب"، انعكاس أو محاولة التحدث إلى شخص معين حتى يشعر الشخص بتحسن وتحسم المشاكل بهدوء، ونستخلص من التفرقة بين الغضب والعدوان أن الغضب يختلف

[1] حسين علي فايد، **المشكلات النفسية الاجتماعية**، ط 1 ، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة، 2005، ص81.
[2] طه عبد العظيم حسين، **استراتيجيات إدارة العقاب والعدوان**، ط 01 ، دار الفكر ناشرون وموزعون، الأردن، 2007، ص193.

عن العدوان كسلوك، وأنهما قد يحدثان معا كحالتين منفصلتين، فليس بضرورة أن يتحول الغضب إلى سلوك عدواني بطريقة حتمية، كما قد لا يحدث السلوك العدواني نتيجة للغضب، وان كان في بعض الأحيان قد يكون التعبير على ذلك[1].

2-3- السلوك العدواني والعداء:

ويقصد بالعداء شعور داخلي بالغضب والعداوة والكراهية موجهة نحو الذات أو نحو شخص أو موقف ما، والمشاعر العدائية تستخدم كإشارة إلى اتجاه الذي يقف خلف السلوك المكون الانفعالي للاتجاه، فالعداوة استجابة اتجاهية تنطوي على مشاعر العدائية والقوميات السلبية للأشخاص والأحداث.

فهناك من يميز بين العدوان و العدائية، حيث يرى بعض علماء النفس أن كلمة "عدواني" تستوعب في معناها بعض ضروب السلوك الايجابي كالمبادأة، في حين كلمة "عدائي" لا تشير إلى العنف والقسوة وما شابههما من ظواهر سلبية أخرى، ويرى البعض أن الفرق بينهما هو تمييز بين السلوك أو التصرف وبين المشاعر، حيث أن جوهر العدائية هو المشاعر السلبية والكراهية اتجاه أشخاص أو معايير اجتماعية من ثم التعبير عنها وتحويله إلى سلوك عدواني مما لا شك فيه أن العدوان والعدائية لصيقان لا يفترقان[2].

3- أشكال السلوك العدواني:

توجد عدة تصنيفات للسلوك العدواني، حيث يمكن تصنيف العدوان إلى أشكال مختلفة وهذا راجع إلى صعوبة التعريف، مما جعل الباحثين يميلون لتعريفه من خلال تصنيفاته وأشكاله المتنوعة، ولكن يجب تحديد السلوك العدواني من حيث نوعه في البداية، وبناءا على ذلك يمكن تصنيف أشكاله إلى:

3-1- العدوان من ناحية أنواعه:

3-1-1- العدوان الحميد (السوي):

ويشمل الأعمال العدوانية التي تعتبر مقبولة كالدفاع عن النفس والدفاع عن الممتلكات وغير ذلك مما يحافظ على حياة الفرد وبقائه في مواجهة الأخطار المحيطة به.

3-1-2- العدوان المرضي:

حيث وضع هذا التصنيف كل من إريك فروم وفرويد، وهو العدوان الذي لا يحقق هدفا ولا يحمي مصلحة، أو هو بالأحرى العدوان للعدوان فقط[3].

[1] حسين علي فايد، **مرجع سابق**، ص ص 81،82.
[2] جمعة سيد يوسف، **دراسات في علم النفس الإكلينيكي**، دار غريب، القاهرة، 2000، ص267.
[3] جمعة سيد يوسف، **مرجع سابق**، ص 265.

3-2- العدوان من ناحية أشكاله:

3-2-1- حسب الأسلوب:

- **العدوان اللفظي** : ويقف عند حدود الكلام الذي يرافق الغضب، فيظهر فروعه نحو العنف بصورة الصياح أو القول والكلام ويرتبط السلوك العنيف مع القول البذيء الذي غالبا ما يكون شتما والمنابزة بالألقاب ووصف الآخرين بالعيوب أو الصفات السيئة واستخدام الكلمات أو جمل التهديد[1] .
- **العدوان الغير اللفظي (الرمزي)** : وهذا الشكل لا يعتمد على الألفاظ بل يستخدم الإشارات والإيماءات في احتقار الأفراد الآخرين وتوجيه الإهانة لهم، كالامتناع عن النظر إلى الشخص الذي يكن العداء له أو الامتناع عن تناول ما يقدمه له، واخراج اللسان وتجاهل الآخرين أو النظر بطريقة إزدراء وتحقير.
- **العدوان الجسدي** : وهو استخدام القوة الجسدية اتجاه الآخر باستخدام شيء كالعصا، الحصى، أو بدون ذلك كالضرب والدفع واللكم والعض.

3-2-2- حسب وجهة الاستقبال:

- **عدوان مباشر** : هو الفعل العدواني الموجه نحو الشخص الذي أغضب المعتدي أي إلى مصدر الإحباط وذلك باستخدام القوة الجسمية أو التعبيرات اللفظية وغيرها.
- **العدوان غير مباشر** : وهذا العدوان يتضمن الاعتداء على الشخص البديل، وعدم توجيهه نحو الشخص الذي تسبب في غضب المعتدي، حيث يفشل في توجيه العدوان مباشرة إلى مصدره الأصلي خوفا من العقاب فيحوله إلى شخص آخر أو شيء آخر، "صديق؛ خادم؛ ممتلكات، أي يكون قادر على توجيه العدوان له، ويطلق على هذا العدوان باسم العدوان البديل[2] .

3-2-3- حسب الضحية:

- **العدوان الفردي** : هو الذي يصدر عن الفرد واحد ضد آخر أو ضد جماعة أو ضد معايير المجتمع.
- **العدوان الجمعي** : هو العدوان الذي تمارسه جماعة ما ضد فرد أو أفراد آخرين أو ممتلكاتهم[3] .

3-2-4- حسب مشروعيته:

- **العدوان الاجتماعي** : ويشمل الأفعال العدوانية التي يظلم بها الفرد ذاته أو غيره وتؤدي إلى فساد المجتمع، وهي الأفعال التي تعد فيها على الكليات الخمس وهي: النفس والمال والعرض والعقل والدين.

---

[1] زكريا الشربيني، **مرجع سابق**، ص 75.
[2] خولة أحمد يحي، **الاضطرابات السلوكية والانفعالية**، ط 1 ، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، 2000، ص186.
[3] جمعة سيد يوسف، **مرجع سابق**، ص 287.

- **العدوان المباح :** ويشمل الأفعال التي يحق الإنسان الإتيان بها قصاصا، فمن اعتدي عليه في نفسه أو عرضه أو ماله أو دينه أو وطنه.
- **العدوان الإلزام :** ويشمل الأفعال التي يجب على الشخص القيام بها لرد الظلم و الدفاع عن النفس والوطن والدين[1] .

3-2-5- العدوان نحو الذات:

يتمثل العدوان على الذات في تدمير وايذاء النفس، ومن أمثلة الإساءة للذات سواء كانت مادية أو انفعالية مثل أن يقول شخص أنا شخص سيء وأنا لا أستطيع فعل أي شيء صحيح وأنا شخص غير جدير بالاستحقاق ومن أمثلة الإساءة المادية للذات أن يضرب الشخص رأسه في الحائط أو يضرب عن الطعام لفترة أو يحاول الانتحار من خلال أخذ جرعات كبيرة من العقاقير نتيجة الشعور باليأس والعجز والاكتئاب، وكذا التدخين وتعاطي المخدرات والتقليل من شأن الذات وتحقيرها ولومها وايذائها فذلك يمثل عدوان عليها .

3-2-6- العدوان على الآخرين:

فهو العدوان الذي يرمي إلى إيذاء شخص ما وتخريب ممتلكاته سواء كان ذلك في صورة جسمية أو لفضية مثل القتل والسرقة والإيذاء النفسي للآخرين، ويترتب العدوان على الآخرين نتائج خطيرة تتمثل في إيداع المعتدي في السجن وفقدان الأصدقاء والأحبة والعلاقات الأسرية والسمعة السيئة وقد يكون هذا العدوان موجها نحو ممتلكات الآخرين بهدف إتلافها وتخريبها، وتحدد العلاقة بين العدوان الموجه نحو الذات والموجه نحو الآخرين على أساس ما أسماه "فرويد بالسادية والماسوشية[2]."

3-2-7- العدوان الوسيلي والعدائي:

العدوان الوسيلي هو الذي يهدف إلى محاولة الفرد الحصول على بعض الامتيازات أو الأشياء، وعادة ما يقوم الفرد بهذا النوع من العدوان عندما يشعر أن هناك ما يعترض سبيل تحقيقه لهدفه.

أما العدوان العدائي فهو العداء الذي يصاحبه مشاعر الغضب والذي يهدف إلى إيذاء الآخرين ويكون موجه نحوهم بهدف إلحاق الضرر بهم فقط[3].

---

[1] وفيق صفوت مختار، **مشكلات الأطفال السلوكية (الأسباب وطرق العلاج)**، ط 01 ، دار العلم والثقافة، القاهرة، 1999، ص52.

[2] طه عبد العظيم حسين، **مرجع سابق**، ص 194.

[3] الزعبي، حسين محمد، **أثر بعض المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والأكاديمية في الميل نحو السلوك العدواني لدى طلبة الجامعة الهاشمية**، رسالة ماجستير، كلية الدراسات التربوية العليا، جامعة عمان العربية، الأردن، 2004، ص45 .

4- أسباب السلوك العدواني:

4-1- الأسباب الوراثية:

الانتقال الوراثي للسمات العدوانية هو الذي يؤدي إلى الفروق في العدوان بين الأفراد والجماعات، ومن ثم فإن الفرد الأكثر ارتباطا بيولوجيا يتشابهون في مستوى سلوكهم العدواني، بينما يختلف الأفراد الغير المرتبطين بيولوجيا في هذا المستوى وفيما يخص ثباته واستقراره كمؤشر لأثر الوراثة، وجد أن الأفراد الذين يتسمون بعدوان شديد في طفولتهم يميلون إلى أن يصبحوا أكثر المراهقين عدوانا[1].

وتشير الأدلة الحديثة بأن الوراثة تلعب دور كبير في ظهور الاختلافات والفروق الفردية في السلوك العدواني فقد وجد أنه في حالة التوائم المتشابه من نفس الجنس يكونون أكثر تشابها في العدوان من التوائم الغير المتشابهة[2].

4-2- الأسباب الاجتماعية:

إن البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الطفل تساهم إلى حد كبير في تكوين شخصيته وتؤثر فيها تأثير كبيرا، ومن بين هذه العوامل والأسباب الاجتماعية نذكر ما يلي:

4-2-1- الحب الشديد والحماية الزائدة:

فالطفل المدلل تظهر لديه المشاعر العدوانية أكثر من غيره فالفرد من هذا النوع وفي ذلك الجو الشديد الحماية فالطفل لا يعرف إلا لغة الطاعة لرغباته ولا يتحمل أبسط درجات الحرمان ومن ثم تظهر سلوكاته العدوانية[3].

فالتدليل وهذه الحماية الزائدة تشجع الطفل على تحقيق معظم رغباته بالشكل الذي يحلو له وعدم توجيهه لتحمل أي مسؤولية تتناسب مع مرحلة نموه التي يمر بها، كما يتضمن هذا الأسلوب تشجيعه على القيام بمجموعة من السلوكات الغير المرغوبة مع تشجيع الوالدين لذلك كنتيجة للتدليل والحماية الزائدة قد يتجاهل الآباء السلوك العدواني فقد أجريت دراسات في مجال التجاهل والتساهل مع عدوان الطفل ووجد أن هناك ارتباط وثيق بين التساهل والعدوان[4] .

---

[1] معتز سيد عبد الله وآخرون، **علم النفس الاجتماعي**، ط 1، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 2001، ص ص 263-264.
[2] مجدي أحمد محمد عبد الله، **الطفولة بين السوء والمرض**، دار المعرفة الجامعية للنشر والتوزيع، الأزاريطية، مصر، 2006، ص264.
[3] زكريا الشربيني، **مرجع سابق**، ص 77.
[4] سناء ومحمد سليمان، **مشكلة العنف والعدوان لدى الأطفال والشباب بين الخير والشر والصواب**، ط 1 ، علم الكتب للنشر والتوزيع، القاهرة، 2008، ص84.

4-2-2- أساليب المعاملة الوالدية الغير السوية:

والتي هي قائمة على أساس من النبذ والإهمال والتذبذب في المعاملة والتدليل والقسوة والعقاب وغيرها من الأساليب اللاسوية تجعل الطفل يفقد الثقة في النفس وتضطرب علاقاته مع الآخرين ويشعر بالدونية والتدافع إلى السلوك العدواني[1].

4-2-3- أسلوب التسلط:

ويتمثل في فرض الأم و الأب رأيه على الطفل ويتضمن الوقوف أمام رغبات الطفل التلقائية أو منعه من القيام بسلوك معين لتحقيق رغباته حتى ولو كانت مشروعة، وهذا الأسلوب يقف عقبة سبيل تحقيق ذاته وغالبا ما يؤدي ذلك إلى تكوين شخصية خائفة دائما من السلطة باللجوء إلى السلوك العدواني.

4-2-4- التذبذب:

وهو التقلب في معاملة الطفل بين اللين والشدة يثاب مرة عن عمل ما ويعاقب مرة أخرى على نفس العمل، وهذا التذبذب يجعله حائرا لا يعرف الصواب من الخطأ ويتأرجح بين الثواب والعقاب فيجعله دائم القلق لا يميز بين السلوك الصحيح و الخاطئ[2].

4-2-5- توتر العلاقات داخل الأسرة:

وجد حالات تصدع وطلاق فيها كل ذلك يؤثر على نفسية الأبناء ويساهم في ظهور السلوك العدواني لديهم، كما غياب الأب لفترة طويلة على الأسرة سواء بالسفر أو السجن أو الموت قد يساهم إلى حد ما في زيادة السلوك العدواني لدى الأبناء ومن العوامل الأسرية الأخرى التي تساهم في ظهور السلوك العدواني توتر العلاقات داخل الأسرة فكلما كانت نوعية العلاقات بين الولدين من جهة وبين الأبناء من جهة أخرى تقوم على أساس الشجار والخصوصيات لاسيما، أما عند الطفل يساعد ذلك في رفع السلوك العدواني داخل منزله أو خارجه، فالطفل الذي يتم معاقبته على العدوان في المنزل يمارس العدوان في أماكن أخرى[3].

4-2-6- تأثير وسائل الإعلام:

لوسائل الإعلام مثل التلفزيون أثر كبير على شخصية الطفل حيث وجد من خلال مجموعة من الدراسات والتجارب أن الطفل يقلدون أبطال المسلسلات الكرتونية العنيفة[4].

---

[1] طه عبد العظيم حسين، **مرجع سابق**، ص 199.

[2] الحميدي الضيدان محمد، **تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض**، رسالة ماجستير، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، قسم العلوم الاجتماعية، الرياض، 2003، ص ص 47-48.

[3] طه عبد العظيم حسين، **مرجع سابق**، ص 199.

[4] علاء الدين الكفافي، **علم النفس الارتقائي سيكولوجية الطفولة والمراهقة**، ط - 1 ، دار الفكر للنشر والتوزيع والطباعة، القاهرة، مصر، 2009، ص234.

4-2-7- كثرة التعرض لمشاهدة العدوان:

إن البيئة التي يعيش فيها الطفل لها الأثر الكبير في ظهور السلوك العدواني مثل الأماكن الشعبية والفقيرة والمزدحمة التي تكثر فيها هذه السلوكات، ففي هذه الحالات يقلد الطفل مشاهد العدوان ويتواجد معها لذلك نجد العدوان منتشر بين الأطفال الشوارع والطبقات الفقيرة المعدمة[1] .

4-3- العوامل النفسية:

هناك عدة عوامل نفسية مرتبطة بشخصية الفرد والتي تسهم في تطوير السلوك العدواني ونشأته، ومن بين العوامل المسببة للسلوك العدواني نذكر:

4-3-1- الحرمان:

يعتبر الحرمان من بين أحد العوامل المؤدية إلى السلوك العدواني فهو تعبير و ردة فعل عن الحرمان يؤدي به للتعويض عنه خلال السلوكات العدوانية، وقد بينت الدراسات أن الحرمان يؤثر على الطفل في تكوين علاقات حميمية مع الآخرين وأن أغلب العدوانيين كانوا يعانون من الحرمان العاطفي[2] .

ويتفق الأخصائيون النفسانيون على أن فقدان الإشباع العاطفي يؤدي إلى السلوك العدواني بكل مظاهره، وقد أشار"جزيل " Gessel أن الحرمان الصغار عاطفة الأم وحنانها يجعلهم يواجهون كثيرا من الاحباطات وتتطور معاناتهم على شكل أنماط سلوكية عدوانية[3].

4-3-2- الإحباط:

يعتبر الإحباط من أهم العوامل المسببة للعدوان، لذا نجد العدوان أكثر انتشار بين الأطفال الشوارع والطبقات الفقيرة المعدمة التي ليس لها حظ في التعليم والترفيه، ولا تأخذ حقها في الحياة الكريمة كبقية الأطفال.

فالعدوان نتيجة حتمية لما يواجه الفرد العديد من الإحباطات المتكررة وتؤدي إلى تنبيه السلوك العدواني لدى الفرد، فشعور الفرد بالإحباط والفشل نتيجة عدم قدرته على إنجاز بعض المهام أو التأخر فيها مثلا يجعله يعبر عنه بالعدوانية[4].

---

[1] محمد المهدي، **الصحة النفسية للطفل**، ط 1، مكتبة الانجلو المصرية للنشر والتوزيع والطباعة، القاهرة، مصر، 2007، ص 86.

[2] فريدة بولسنان، **فعالية برنامج علاجي أسري بنائي في التخفيف من السلوك العدواني عند الحدث الجناح وأثر ذلك على كل من أساليب المعاملة الوالدية والقلق لدى والديهم**، مذكرة لنيل شهادة دكتوراه العلوم في علم النفس العيادي، جامعة الحاج لخضر باتنة، الجزائر، 2013، ص201.

[3] محمد سند العكايلة، **اضطرابات الوسط الأسري وعلاقتها بجنوح الأحداث**، ط 1 ، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2006، ص 201.

[4] خالد عز الدين، **مرجع سابق**، ص 67.

4-3-3- الشعور بالنقص:

وهي حالة انفعالية تكون دائما ناجمة عن الخوف المرتبط بالإعاقة الحقيقية أو من التربية التسلطية الاضطهادية، ويمثل الشعور بالنقص فقدان جانب مهم من الناحية العاطفية وبالتالي إلى الانطواء ومنه إلى استجابة عدوانية اتجاه من يشعر نحوهم بالنقص[1].

4-3-4- الغيرة:

الأساس في انفعال الغيرة هو متغيرات القلق والخوف وانخفاض الثقة بالنفس، ونتيجة عدم راحة الطفل لنجاح غيره من الأطفال يكون من الصعب عليه الانسجام معهم أو التعاون مع بعضهم، وربما اتجه إلى الانزواء أو التشاجر معهم والتشهير بهم وأحيانا يظهر الأمر أكثر وضوحا بين الطفل وأخيه الذي يتميز عليه ببعض الأشياء ممتلكات أو استحواذ الحب العطف من الآخرين وهذا ما يجعلنا نشاهد سرعة تغير سلوك الطفل الغيور من الود والحب تجاه أخيه إلى صراخ والعدوان[2] .

4-3-5- الرغبة في تحقيق القدر وتأكيد الذات :

افتقار الإنسان للقدر اللازم من تأكيد الذات يعرضه للفشل في تحقيق وجوده وامكاناته مما يثير السلوك العدواني فالقهر والتسلط والتعسف سواء في محيط الأسرة أو غيرها يعمل على إضعاف تأكيد الذات الدفاعي المبدع ويعتبر هذا الجو مسلوبا لعدم الطاعة والخطيئة ويعتبر تهديدا لقوة السلطة فيتحول تأكد الحميد إلى تأكيد مرضي للذات يقوم على العدوان والهدم والتخريب والقسوة[3].

5- النظريات المفسرة للسلوك العدواني:

بما أن العدوان يعتبر من أحد الظواهر والموضوعات النفسية الهامة لما يترتب عليه من أثار مدمرة على الفرد نفسه على الآخرين، فلقد انصب اهتمام علماء النفس حول هذا الموضوع وحاولوا تفسيره رغم اختلاف مدارسهم واتجاهاتهم، وعلى الرغم من هذا الاهتمام إلى أن تفسيرات علماء النفس جاءت متباينة ويرجع هذا التباين إلى الأطر النظرية التي تعتمد عليها كل مدرسة من مدارس علم النفس، ومن النظريات المفسرة للسلوك العدواني نذكر ما يلي:

5-1- نظرية التحليل النفسي:

كان "فرويد " Freud من أوائل علماء النفس الذين بحثوا في الأبعاد النفسية للعدوان وفي القوة المحركة فيه، وللإنسان غريزتين تسيطر عليه هما غريزة الحياة وهي التي تستخدم للحفاظ على حياة الفرد، وغريزة الموت التي

[1] فريدة بولسنان، **مرجع سابق**، ص 123.
[2] زكريا الشربيني، **مرجع سابق**، ص 201.
[3] طه عبد العظيم حسين، **مرجع سابق**، ص 201.

يعبر عنها بالعدوان عندما يشعر الفرد بتهديد خارجي تنتبه غريزته العدوانية فتتجمع طاقتها ويغضب الفرد ويختل توازنه الداخلي فيتهيأ للعدوان لأي إشارة خارجية[1] .

وفقا لهذه النظرية فغريزة الموت توجد من لحظة الولادة وهي تسعى إلى تدمير الإنسان فعندما تتحول إلى الخارج فإنها تصبح عدوانا موجها إلى الآخرين، ويمكن تقسيم محاولات "فرويد " Freud لتفسير العدوان ضمن ثلاث مراحل وهي:

- **المرحلة الأولى (1905):** رأى فيها بأن" العدوان مكون للجنسية الذكرية السوية وذلك لتحقيق هدف للتوحد مع الشيء الجنسي والسيادية هي لمكون العدواني للغريزة الجنسية.
- **المرحلة الثانية (1915):** وفي هذه المرحلة ميز بين مجموعتين من الغرائز هما الأنا وغرائز حفظ الذات والغريزة الجنسية وذلك من خلال دراسات على عصاب التحول، لاحظ أن الشخصيات النرجسية يخصصون معظم جهدهم للحفاظ على الذات من خلال العدوان.
- **المرحلة الثالثة (1920):** مع ظهور كتاب "فرويد" "ما وراء مبدأ اللذة" والذي أعاد فيه تصنيف الغرائز فأصبح الصراع ليس بين غرائز الأنا والغرائز الجنسية ولكن بين غرائز الحياة ودافعها (الحب والجنس) وهي تعمل من أجل الحفاظ على الفرد، وغرائز الموت ودفعها من العدوان وتعمل من أجل التخريب والتدمير[2].

ولقد قام بتفسير الفرويديون الجدد للسلوك العدواني على النحو التالي:

بالنسبة إلى " ألفرد أدلر " Adler فبالرغم من أنه المبتكر لفكرة العدوان التي قام بها "فرويد" إلى أنه قام بتعديل وتطوير الفكرة من خلال أعماله المتتالية ويمكن إيجاز ذلك في أن العدوان إحساس بالكره نحو مشاعر العجز والنقص ويمكن للعدوان أن يتحول بطرق عديدة عندما لا يستطيع الفرد توجيهه للموضوع الأساسي كتحويله للذات[3].

وترى " كارين هورني " Karen Horney أن العدوان دافع مكتسب ليس فطري وهو وسيلة يحاول بها الإنسان حماية آمنة، فالطفل القلق الذي ينعدم لديه الشعور بالأمن ينمي مختلف الأساليب ليواجه بها ما يشعر به من عزلة فقد يصبح عدوانيا ينزع إلى الانتقام من الذين نبذوه أو أساءوا معاملته، فيسعى لتعويض الشعور بالنقص الذي يعاني منه وذلك من خلال السيطرة على الآخرين بالعدوان[4].

أما بالنسبة " لميلاتي كلاين " M.klain فإنها تعتبر غريزة الموت فطرية ولكنها حقيقة ملموسة وهي عبارة غريزة أولية يمكن مشاهدتها كالغيرة والحسد، والهدف من العدوان هو التدمير والكراهية[5].

---

[1] قحطان أحمد الظاهري، **تعديل السلوك**، ط 1 ، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، 2004، ص123.
[2] خالد عز الدين، **مرجع سابق**، ص ص 44-45.
[3] أحمد أبو سعد وأحمد عريبات، **نظريات الإرشاد النفسي والتربوي**، ط 1، دار الميسرة للنشر والتوزيع عمان، الأردن، 2009، ص39.
[4] طه عبد العظيم حسين، **مرجع سابق**، ص212.
[5] خالد عز الدين، **مرجع سابق**، ص47.

5-2- النظرية السلوكية:

يرى أنصار الاتجاه السلوكي أن العدوانية تعتبر متغيرا من المتغيرات الشخصية، كما أنها نوع من الاستجابات المتنحية والسائدة، وفقا لهذه الاتجاه تلعب العادة دورا أساسيا في العدوانية ومن هنا تكون العدوانية هي عادة الهجوم وتتحدد قوة الاستجابات العدوانية في الاتجاه السلوكي وفق أربع متغيرات وهي: مسببات العدوان، تاريخ التعزيز، التدعيم الاجتماعي والزواج[1] .

وهذه النظرية تعتمد على التطبيق المنظم لمبادئ وقوانين التعلم، وعلى تقديم الأدلة التجريبية وهو عكس اتجاه الغرائزي، وقد أكد "وطسون " بأن السلوك الشاذ سلوك مكتسب، يتعلمه الفرد وفق مبادئ الإشراط الكلاسيكي، وقد فترض "سكنر" في نظريته عن الإشراط أن الإنسان يتعلم سلوكه بالثواب والعقاب عن طريق التعزيز الاستجابة وفق مبادئ الإشراط الإجرائي، فالسلوك الذي يثاب عليه يميل إلى تكراره ويساعده على ذلك التعزيز الذي يلي للاستجابة ومقدار هذا التعزيز، وتتفرع النظرية السلوكية إلى نظريتين هما: نظرية الإحباط العدوان لدولار وميلر والثانية هي نظرية التعلم الاجتماعي لبوندورا:

5-2-1 نظرية الإحباط العدوان:

يشير أصحاب هذه النظرية مثل "جون دولار" و"نيل ميلر" إلى أن العدوان يحدث نتيجة الإحباط حيث يوجه العدوان مباشرة نحو مصدر الإحباط الذي يمثل عائقا يحول دون إشباع الحاجات أو تحقيق الأهداف، فإن المعتدي قد يتجه إلى مظاهر انفعالية مثل الانسحاب أو اليأس أو الاكتئاب أو د يوجه العدوان نحو ذاته أو قد يزيح عدوانه نحو مصدر آخر[2] .

وبعد ظهور هذه النظرية بفترة قصيرة أكد "ميلر " Miller و"دولارد " Dollard أن الإحباط ينتج عن عوامل عديدة وأنه لا يؤدي بضرورة إلى العدوان فالأمر يتوقف على طبيعة العدوان وعلى استعداد الفرد للقيام به وعلى تفسير للموقف المحيط، ولذا تم افتراض الأسس النفسية التي تقوم عليها العلاقة بين الإحباط والعدوان وهي كالآتي:

- ✓ تختلف شدة الرغبة في السلوك العدواني باختلاف كمية الإحباط الذي يواجهه الفرد.
- ✓ يعتبر كف السلوك العدواني في المواقف الإحباطية بمثابة إحباط آخر يؤدي إلى ازدياد ميل الفرد للسلوك العدواني ضد الإحباط الأساسي.
- ✓ تعتبر الاستجابة العدوانية التي يستجيب بها الفرد من مصدر إحباطه بمثابة تفريغ لطاقته النفسية وحدوث هذه الاستجابة يقلل من احتمال حدوث استجابة عدوانية أخرى[3].

---

[1] ناجي عبد العظيم مرشد، **تعديل السلوك العدواني للأطفال العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة دليل لآباء والأمهات**، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، مصر، 2006، ص27.

[2] إجلال محمد سري، **الأمراض النفسية الاجتماعية**، ط 1 ، عالم الكتب، القاهرة، مصر، 2003، ص40.

[3] حسين علي الغول، **علم النفس الجنائي- الإطار والمنهجية للجوانب النفسية والإكلينيكية للمجرم**، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر، 2007، ص ص 130-131.

5-2-2- نظرية التعلم الاجتماعي:

يعتبر" ألبيرت باندورا " Bandora الرائد الأول لهذه النظرية وترى هذه النظرية أن العدوان سلوك متعلم من خلال أساليب التربية والتنشئة الاجتماعية تلعب دورا كبيرا في تعلم الفرد لأساليب السلوكية وهكذا يصبح مبدأ التعلم هو المبدأ الذي يجعل العدوان أداة لتحقيق الأهداف، ويرى "باندورا" أن هناك ثلاث مصادر ليتعلم منها الفرد بالملاحظة السلوك العدواني وهي التأثير الأسري والتأثير الأقران وتأثير النماذج الرمزية مثل التلفاز[1]..

وترى كذلك هذه النظرية بأن الأطفال يتعلمون سلوك العدواني عن طريق ملاحظة النماذج العدوانية عند والديهم ومدرسهم ورفاقهم وحتى النماذج التليفزيونية، ومن ثم يقومون بتقليدها وتزيد احتمالية ممارستهم للعدوان إذ توفرت لهم الغرض لذلك، فإذا عوقب الطفل على سلوك المقلد فإنه لا يميل إلى تقليده في المرات اللاحقة، أما إذا عزز عليه فسوف يزداد عدد مرات تقليده، فهذه النظرية تعطي أهمية كبيرة للخبرات الطفل السابقة والعوامل الدفاعية المرتكزة على نتائج العدوانية المكتسبة، والدراسات تؤدي أهمية التقليد والمحاكاة في اكتساب السلوك العدواني حتى وان لم يسبق هذا السلوك أي نوع من الإحباط[2].

5-3- النظرية البيولوجية:

ترى هذه النظرية أن السلوك العدواني فطري محصلة للخصائص البيولوجية للفرد، فقد توصلت الدراسات إلى أن هناك علاقة بين العدوان واضطرابات الجهاز الغدي، إذ يرى "سكاينز " Skines أستاذ علم الهرمونات بجامعة هارفارد الأمريكية أن الزيادة في إفرازات الفص الأساسي للغدة النخامية بصاحبه توتر واندفاع إلى العدوان، وهناك من يرى أن هناك علاقة بين كرموسومات الجنس والعدوان حيث وجد أن كرموسومات الجنس عند الأشخاص العدوانيين (xxy) وليس (xy) كما هو عند العاديين[3].

وبالتالي فأسباب العدوان قد تعود إلى عوامل ترتبط بالجهاز العصبي فالعدوان يكثر لدى الأفراد الذين يعانون من اضطراب أو تلف في الجهاز العصبي كما أنه يرتبط بدرجة كبيرة بزيادة إفراز الهرمون الجنسي (التستستيرون) فكلما زادت نسبة تركيزه في الدم زاد احتمال حدوث السلوك العدواني[4].

5-4- نظرية سمة العدوان:

من أكبر دعاة هذا الاتجاه "إيزيك " Eysenvk الذي يرى أن العدوان يمثل الطب الموجب في عامل ثنائي القطبين شأنه شأن بقية عوامل السمات الانفعالية الشخصية، وأن القطب السالب في هذا العامل يتمثل في اللاعدوان والخجل أو في الحياء وأن بين القطبين مدرج من العدوان إلى اللاعدوان تصلح لقياس درجة العدوانية

[1] شكري عادل محمد كريم، **قراءات في علم النفس الإكلينيكي**، ط 1، دار المعرفة الجامعية للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر، 2011، ص 343.
[2] خولة أحمد يحي، **مرجع سابق**، ص 192.
[3] قحطان أحمد الظاهري، **مرجع سابق**، ص 122.
[4] عماد عبد الرحيم الزغلول، **الاضطرابات الانفعالية والسلوكية لدى الطفل**، ط 1 ، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان الأردن، 2006، ص170.

عند مختلف الأفراد، وتنمو سمة العدوان في الطفولة والمراهقة من التفاعل بين عوامل فطرية وعوامل بيئية، إذ أن العدوان عند البعض الأشخاص مرتبط بتكوينهم الجسمي أو اضطراب غددهم الصماء أو خلل في كروموزوماتهم الجنسية أو تلف في خلايا المخ وهذا دليل على فطرية العدوان وفي دراسات أخرى تبين أن الأشخاص أصحاب سمة العدوان العالية يتعرضون في طفولتهم إلى خبرات الحرمان والإحباط والقسوة والنبذ وعدم التقبل ينتشر بينهم العدوان والإجرام وتدل هذه النتائج على وجود عوامل بيئية للعدوان[1].

6- قياس السلوك العدواني:

تعتبر عملية قياس السلوك العدواني من إحدى الصعوبات التي يواجهها المهتمون بدراسة السلوك العدواني وذلك لأنه معقد إلى درجة كبيرة، ولعد وجود تعريف إجرائي محدد له، تبعا لذلك فطرق القياس مختلفة وهي دون شك تعتمد على النظرية التي يدرس الباحث السلوك العدواني في ضوئها، ومن طر قياس السلوك العدواني نذكر ما يلي:

6-1- المقابلة:

ومن المزايا الأساسية للمقابلة أنها تسمح بجمع بيانات إضافية قد تساعد في التعرف على خصائص العدوان والعوامل المرتبطة به والعمليات الانفعالية والمعرفية التي تصاحبه وأنواعه وردود فعل الأشخاص الآخرين على حدوثه ونتائجه.

6-2- الملاحظة المباشرة:

تعتبر من الوسائل الهامة وهي تحتاج إلى تدريب الملاحظين على استخدام نظام الملاحظة المباشرة وذلك بعد تعريف العدوان تعريفا إجرائيا وقد تتم الملاحظة في أي مكان في الشارع في البيت أو المدرسة[2] ....

6-3- التقارير الذاتية:

وفي هذه الطريقة يقوم الطفل بتقييم مستوى السلوك العدواني الذي يصدر منه، فقد يسأل عن عدد مرات التي تشاجر فيها مع الأطفال الآخرين في الفترة الزمنية السابقة ومحددة أو قد يسأل عن عدد مرات التي أتلف فيها الأشياء.

[1] ناجي عبد العظيم مرشد، **مرجع سابق**، ص ص 30-31.
[2] كاملة الفرخ شعبان وآخرون، **النمو الانفعالي عند الطفل**، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1999، ص 60.

6-4- المتابعة الذاتية:

وفيها يقوم الشخص بملاحظة السلوك العدواني وتدوين البيانات فيما يتعلق بالمواقف التي تثير استجابته للمواقف والنتائج التي تمخضت عن السلوك العدواني ومن مميزات هذه الطريقة : مساعدة الفرد على الوعي بسلوكه والعوامل المرتبطة به وهي ذات فائدة من الناحية العلاجية.

6-5- قياس السلوك العدواني من خلال تحديد النتائج المترتبة عليه:

وذلك عن طريق تحديد السلوك بالنسبة للأشخاص المعتدي عليهم أو ممتلكات المستهدفة من ذلك الفعل.

6-6- تقدير الأقران:

وتتم عن طريق توجيه مجموعة من الأسئلة إلى عدد من الأطفال للإجابة عنها بهدف التعرف إلى الأطفال العدوانيين.

6-7- قوائم التقدير:

حيث يقوم المعلمون أو المعالجون أو الآباء بتقييم مستوى السلوك لدى الطفل من خلال قوائم سلوكية محددة.

6-8- **اختبارات الشخصية:**

هناك بعض الاختبارات التي تساعد على كشف عن السلوك العدواني ومن بينها اختبار تفهم الموضوع وروائز القدم السوداء واختبار "مينسونا" لمتعدد الوجه واختبار روشاخ لبقع الحبر[1] .

6-9- تشخيص السلوك العدواني وفق الدليل التشخيصي الرابع DSM4

ينبغي وجود نمط السلوك عدواني واحد من أنماط المذكورة أدناه يستمر لمدة ستة أشهر على الأقل ويظهر هذا السلوك في مواقف مختلفة (في البيت أو أثناء التعامل مع الآخرين)، ومن الناحية التشخيصية الفارقية لابد من تحديد اضطراب السلوك العدواني من أجل طرح هذا التشخيص لابد من توفر أربع أو أكثر من السمات الثمانية التالية على الأقل التي تستمر لأشهر ستة في الحد الأدنى وهي:

- ✓ سريع الغضب يتشاجر كثيرا مع الراشدين.
- ✓ يعطي بصورة متكررة تعليمات وقواعد للآخرين يفعل بطريقة مقصودة ما يغيض الآخرين .
- ✓ غالبا ما يعزو سبب أخطائه أو سلوكه للآخرين.
- ✓ غالبا ما يكون حساس وقابل للاستثارة بسهولة من الآخرين.

[1] أسامة محمد البطانية وآخرون، **علم نفس الطفل غير العادي**، ط 1 ، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2007، ص 466.

✓ غالبا ما يكون غاضبا[1] .

7- أثار السلوك العدواني:

إن أثار السلوك لا تتمثل في الأذى الجسدي أو الخسارة بالنسبة للضحية، بل تفوق أكثر من ذلك، كما أنها تمس المعتدين بطريقة تجعلهم يقومون في المستقبل بعمليات عدوان أخرى، وفيما يأتي أهم أثار العدوان على كل من الضحية والمعتدي:

7-1- تأثير العدوان على الضحية:

يعاني ضحايا العمليات العدوانية الذين تعرضوا للهجوم أو الضرب أو السرقة من آلام تفوق جروحهم الجسدية وهي كما يلي:

7-1-1- لوم الذات والآخرين:

يترتب على هذا العدوان تكرار شعور الضحية بأنها محل لوم من الآخرين لوقوعها كضحية كما قد يلومون أنفسهم على ذلك، ويترتب على كل الأثرين ضرورة تعريض ضحية العنف والجرائم إلى الإرشاد والعلاج النفسي المناسب، بالإضافة إلى الدعم النفسي والاجتماعي من قبل الأهل والأصدقاء والأشخاص الذين مروا بتجارب مماثلة.

7-1-2- الصدمة العاطفية:

حيث يشعر الضحية بالخجل وعدم الثقة في الآخرين وفقدان الإحساس بالأمان، فالخروج الجسدية قد تزول وربما يساعد التأمين والمساندة في التقليل من الخسائر المالية، بينما لا يتم الشفاء من الصدمات العاطفية بسهولة ولذلك فهناك العديد من الضحايا الذين يشعرون بأن الحياة لم تعد كسابق عهدها.

7-2- تأثير العدوان على المعتدي:

لا تقتصر أثار العدوان على الضحية فحسب بل تمتد أيضا إلى المعتدين وتتمثل في أربعة أثار وهي كالآتي:

7-2-1- الآثار الأكاديمية والاجتماعية:

يؤذي العدوان المعتدي من جهة ثانية، فالأشخاص الذين كانوا أكثر عدوانية في صغرهم أصبحوا رجالا ذو مستوى معرفي أقل عندما بلغوا الثلاثين من العمر، فقد خلص الباحثون إلى أن مثل هؤلاء الأطفال العدوانيين قد تقلل عدوانيتهم هذه من فرصهم في التعليم، وقدرتهم على الانجاز الأكاديمي كما قد يوقفون عن الدراسة مرات متكررة، وذلك نجد أن التأثيرات السلبية لهذا السلوك العدواني المستمر في الطفولة قد تدوم لسنوات طويلة.

[1] سامر جميل رضوان، **مشكلات الصحة النفسية وعلاجها**، ط 1 ، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2008، ص13.

7-2-2- الآثار الصحية:

قد يكون العدوان ضارا على الصحة الجسدية للفرد، فالغضب والعداوة المصاحبتان للسلوك العدواني من قبل المعتدي تزيدان من مخاطر التعرض لمشكلات صحية خطيرة، أهمها أمراض الشريان التي قد تؤدي بدورها إلى الذبحة الصدرية.

7-2-3- التبلد العاطفي للمعتدي:

إن التعرض المستمر لمشاهد العنف في السلوكات العدوانية في شتى ميادين الحياة يؤدي أثره التدريجي إلى الشعور بالتبلد الوجداني العاطفي، فمشاهدة العنف باستمرار من شأنه أن يجعلنا متبلدين من الشعور والعواطف.

7-2-4- زيادة نزعة المعتدي للعدوان:

إن ارتكاب المعتدي لأي فعل عدواني في بادئ الأمر قد يجعل من المحتمل له القيام بالمزيد من الأفعال العدوانية، كما أن تكرار هذه الأفعال العدوانية تقدم لنا شخصية تتسم بالعدوانية[1] .

[1] بوشاشي سامية، **السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة**، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي، جامعة مولود معمري، تيزي وزو، 2012، ص ص 81-83.

خلاصة الفصل:

من خلال ما تم التطرق إليه في هذا الفصل يتضح أن السلوك العدواني مفهوم واسع وظاهرة معقدة اختلفت التعاريف المقدمة حوله وهذا باختلاف انتماء العلماء للمدارس وكيفية تفسير السلوك العدواني، حيث يعتبر هذا الأخير من أحد الخصائص والسلوكات المؤلفة التي يتصف بها الأطفال المضطربين سلوكيا وانفعاليا، إلا أنه يكون بدرجات فبعضه مقبولة ومرغوب وبعضها غير مرغوب، ومن خلال التفسيرات التي قدمها العلماء وأجمعوا عليها يعتبر السلوك العدواني سلوك مضاد للمجتمع وغير مرغوب فيه لأنه يؤدي إلى إحداث أضرار نفسية ومادية، مما جعلنا نسقط هذه الظاهرة على ميدان الواقع من أجل دراستها والحد من خطورتها.

الفصل الثالث:
المراهقة

تمهيد:

يمر الفرد منذ ولادته وحتى ينتهي به الأجل بمراحل مختلفة من النمو تتفاعل خلالها إستعدادته البيولوجية مع معطيات محيطه الاجتماعي، وبفضل هذه الحالة الدائمة من التطور يصبح الشخص اجتماعيا مدركا، وفاعلا، فعملية النمو تعد من أهم عناصر استمرارية الحياة والحفاظ على العنصر البشري.

والمراهقة هي حلقة من حلقات سلسلة الارتقاء الإنساني التي تمثل فترة ميلاد حقيقية لما لها من خصوصيات، ففيها ينفرد النمو بوتيرة سريعة تؤدي إلى حدوث تحولات فيزيولوجية عميقة تنعكس بدورها على النواحي المختلفة للشخصية، كاضطراب العلاقات الاجتماعية بين المراهقين والآباء من جهة والمراهقين الراشدين عامة من جهة أخرى، وعدم الاستقرار الانفعالي والتقلب المزاجي، وتعدد الطموحات والرغبة في التحرر من الوصايا الأسرية، فهي مرحلة انتقالية من عالم الطفولة إلى بداية سن الرشد والتدرج نحو اكتساب الهوية.

1-تعريف المراهقة:

1-1 لغة:

-يرجع الأصل اللغوي لكلمة المراهقة إلى الفعل "راهق" بمعنى اقترب ودنا من الخام، فالمراهق هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج يقال راهق الغلام أي قارب الحلم وبلغ حد الرجال فهو مراهق[1].

-راهق الغلام فهو مراهق: إذا قارب الاحتلام، والمراهق: الذي قارب الحلم، والرّهق: الكبر وراهق الحلم[2] .

1-2- التعريف الاصطلاحي:

- عرفها بعض العلماء على أنها مصطلح وصفي للفترة التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وذا خبرة محدودة ويقترب من نهاية نموه البدني والعقلي .

- وعرفها العالم HORROCKSE على أنها: " الفترة التي يكسر فيها المراهق شرنقة الطفولة ليخرج إلى العالم الخارجي ويبدأ في التعامل معه والاندماج فيه ".

- ويعرفها العالم HOLL STANLI على أنها: "الفترة من العمر التي تتميز فيها التصرفات السلوكية للفرد بالعواطف والانفعالات الحادة والتوترات العنيف[3] ".

- ويعرفها أحمد علي زكي صالح بأنها :" مصطلح وصفي، يقصد به مرحلة نمو معينة، تبدأ بنهاية الطفولة وتنتهي بابتداء مرحلة النضج أو الرشد، أي أنها المرحلة النهائية أو الطور الذي يمر فيه الناشئ وهو الفرد غير الناضج جسميا وانفعاليا وعقليا واجتماعيا نحو بدأ النضج الجسمي والعقلي والاجتماعي. "

- كما يعرفها" أوسبيل AUSBUEL على أنها :" وقت التحول في المكانة البيولوجية للفرد" ويقصد بالتحول البيولوجي كل التحولات التي تطرأ على الجسم من الجانب المرفولوجي (طول،وزن ..)، وكذا التحولات الجنسية والعضوية من خلال الوصول إلى النظام الغددي الجسدي والجنسي النهائي الذي يدل على قدرة الإنجاب[4].

---

[1] **المنجد في اللغة والإعلام**، دار المشرق، بيروت 1992، ص 283

[2] ابن منظور، **لسان العرب**، المجلد التاسع، دار صادر، بيروت، لبنان 1994، ص 520.

[3] سعدية محمد علي بهادر، **سيكولوجية المراهقة**، دار البحوث العلمية، الكويت 1980، ص25.

[4] G.Cazoorla-R.Chappuis-R.Chauvier-P.Legros- G. Missoum. Manuel De L'Educateur sportif, edition vigot, paris,1984. P356

– ويعرفها هيرلوك HORLOCK بأنها: "مرحلة تبدأ عندما يصل الفرد بالغ الرشد على الصعيد القانوني[1].

ويتضح لنا جليا من هذه التعاريف أن المراهق يودع الطفولة مستقبلا العالم الخارجي من خلال احتكاك به والتفاعل معه، والاندماج فيه، فالمراهق في هذه المرحلة يعبر عن مشاعره وعواطفه وانفعالاته من خلال إظهار سلوكات وتصرفات تميزه عن تلك التصرفات التي كان عليها في مرحلة الطفولة كما تظهر على المراهق العديد من التغيرات البيولوجية كظهور الشعر على الذقن وكذا تغيرات على مستوى الصوت، والنمو في الجهاز الغددي.

1-3- التعريف النفسي:

يعرفها بأنه:" رد فعل لصراعات الطفولة ونسخة للعصاب الطفولي فوق خشبة المسرح الجديد وممثلين جدد.

وهنا يكون هيجان داخلي أين تتشابك وتختلط في تناقض وجداني تام في البحث عن الاستقلال الذاتي والحنين إلى أمن الطفولة. فالمراهقة حسب هذا التعريف فترة حرجة وتمثل همزة الوصل بين سن الطفولة وبداية سن الرشد، ووتيرة النمو السريعة المتزامنة معها تنعكس على المراهق وعلى شخصيته التي تتميز عموما بالتوتر والقلق وعدم الاستقرار النفسي والتقلب المزاجي السريع والاضطراب في مدة النمو ولأن المراهق في هذه المرحلة يبحث عن الاستقلال الذاتي، فإنه يرفض تقبل نصائح الآباء ويرغب في الخروج عن نظام الأسرة والتمرد عن تقاليدها، وعلى عادات الوسط الاجتماعي، وفي هاته الحالة يبقى المراهق في صراع بين هذه الرغبة – استقلال الذات– بين حاجة الانتماء إلى رباط أسري يوفر له الدعم والمساندة لتجسيد استقلاله.

2-النظريات المفسرة للمراهقة:

لقد تعددت النظريات في تفسير المراهقة بحسب تعدد اتجاهاتها وأبعادها فكل منهم ينظر ويفسر المراهقة من زاوية خاصة، فالنظرية النفسية لها تفسير خاص المعتمد على الصراع القائم بين مكونات الشخصية والنظرية البيولوجية ترتكز على التحولات البيولوجية في تفسيرها للمراهقة، ثم النظرية الاقتصادية التي ترى أن المراهقة مرتبطة بالجانب المادي، وتأتي في الأخير النظرية النفسية الحديثة للمراهقة، وسوف نشير في كل منهم في مايلي:

[1] سعدية محمد علي بهادر، **مرجع سابق**، ص16.

2-1- النظرية النفسية:

حيث بدأت الدراسة النفسية التحليلية على يد سيغموند فرويد، حيث أوضح أن الصراع الأساسي لمرحلة المراهقة هو صراع التوازن بين مطالب الهو ومطالب الأنا الأعلى، أو الضمير، ويصبح قوة داخلية تتحكم وتسيطر على السلوك كما أوضحت "أنا فرويد"على ما سبق بأنها القدرة على تقويم الذات Self Evouluation، أو هي افرق بين الطفل والمراهق، ويعتبر هذا إبداعا علميا في ميدان دراسة المراهقة[1] .

كما أوضحت الدراسة النفسية الحديثة للمراهقة أن هذه الأخيرة هي مرحلة مستقلة قائمة بذاتها، كما كانت هذه المرحلة في نظرهم تتميز بالتوتر والتمرد والقلق والصراع. ويتجه علم النفس الحديث إلى اعتبار المراهقة مرحلة غير مستقلة عن بقية المراحل الأخرى للنمو، والتي تتضمن التدرج في النضج والبدني والجنسي والعقلي والانفعالي والمعرفي، ذلك أن الدعامات الأولى لجوانب النمو المختلفة قد بدأت في فترة الطفولة ثم أخذت تسير نحو النضج في فترة المراهقة.

ولقد اتجه الباحثون المحدثون إلى اتجاهين رئيسيين.

-**أولهما** : أن المراهقة ليست بعثا جديدا للحياة، لأن كل التغيرات الظاهرة في هذه المرحلة هي في الحقيقة مركزة وموضوعة في المراهقة منذ الطفولة.

- **ثانيهما** : إن المراهقة ليست فترة تمرد أو الثورة بقدر ما هي فترة نمو طبيعي وكل ما يميز هذا التمرد أو الثورة هو الجهل في نفسية المراهق وظروفه الحادة وتكبيده بالقيود التي تحول بينه وبين تطلعه إلى بناء ذاته واكتشاف قدرته.

2-2- النظرية البيولوجية:

قد عرف Ausbell هذه المرحلة بأنها: " الوقت الذي يحدث فيها التحول في الوضع البيولوجي للفرد"[2] .

هذه النظرة ترى أن الفرد يتغير فسيولوجيا وعضويا حيث يتحول من كائن لاجنسي إلى كائن جنسي قادر على أن يحافظ على نوعه، ويستمر في المحافظة على سلالته، كما تعتبر هذه المرحلة التي يصطلح عليها بمرحلة المراهقة، بدأ المراهقة أو مرحلة البلوغ الجنسي، أو هي المرحلة الثانية في حياة الفرد، حيث تصل فيها سرعة النمو إلى أقصاها، حيث يؤدي هدا النمو السريع غلى إحداث تغيرات جوهرية وعضوية

[1] إبراهيم طيبي، **أثر مشكلات المراهقين في التحصيل الدراسي**، مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس، الجزائر 1990/1989، ص27.

[2] سعدية محمد علي بهادر، **مرجع سابق**، ص28.

وفسيولوجية ونفسية، ولذا يختل فيها توازن المراهق لاختلال نسبة سرعة النمو والسرعات الجزئية المصاحبة لها وهكذا يشعر المراهق بالارتباك والقلق كما يميل سلوكه إلى ما يشبه السلوك الإنحرافي، وهذا ما يجعل هذه المرحلة تمتاز بالسلبية خاصة من الناحية النفسية.

2-3- النظرية الاقتصادية:

إن المراهقة هي مرحلة بطالة اقتصادية، حيث يعتمد المراهق فيها على الآخرين، كما أن المراهقة بطالة جنسية، يكون المراهق فيها قادرا على المعاشرة الجنسية، ولكنه لا يستطيع ذلك لعدم مقدرته اقتصاديا على الزواج، وهذا الأخير لا يستطيع تحقيقه إلاّ بعد فترة طويلة، أو هي المرحلة التي لا يوجد فيها تغيير هام في الجماعات المرجعية وعلى هذا فهامشيته تبرز في عدم الاستقرار الانفعالي أو ما يسمى بكره الذات أو هي بمعنى آخر دفعة نفسية لا شعورية جديدة هدفها استخراج معنى جديد للحياة.

2-4- النظرية الأنتروبولوجية الثقافية:

لقد أوضحت الدراسات الأنتروبولوجية دور العوامل الثقافية الحضارية لفهم المراهقة، وأكدت نتائج الأبحاث بأن سلوك المراهقين يعتمد كثيرا على دور العوامل الثقافية أكثر من العوامل في تحديد نمو شخصية المراهق وان دور المؤثرات الثقافية لا يمكن تجاهلها أو إنكارها في تحديد أبعاد الشخصية ونموها في مرحلة المراهقة، لقد أوضحت مارجريد ميد M. MEED في دراستها الأنتروبولوجية في جزير "سامو SAMOO " على أن الأطفال يدخلون المراهقة ولا يحدث لهم أي اضطراب أو توتر أو قلق، بل على العكس إن الانتقال من مرحلة الطفولة إلى المراهقة إ لى الرشد أو النضج تتسم بالهدوء والاستقرار على عكس مرحلة المراهقة في المجتمعات الغربية المتحضرة، وتضيف نفس العالمة أن المراهق في مجتمع- سامو- لا تعتبر مرحلة عواصف وأزمات وقلق ، لأنها مرحلة نمو طبيعي وتلقائي هادئ في الميول والأنشطة المختلفة كما أنهم لا يؤكودن كثيرا على النواحي الجنسية لأنها نواحي تلقائية وعادية كما أن مجتمع – سامو- تختفي منه المنافسة والصراع والقلق والتوتر والأزمات التي نلمسها في المجتمعات الغربية .

من خلال تتبعنا جوانب وأبعاد المراهقة يتضح لنا جليا أن هذه النظريات وإن اختلفت اتجاهاتها فإنها تتفق في أن المراهقة هي مرحلة انتقال من الطفولة ‘إلى الرشد تصحبها تغيرات على المستوى النفسي والبيولوجي والاجتماعي من شأنها أن تغير من سلوك هذا المراهق بحسب اتجاهات الوسط أو المحيط الذي يعيش في كنفه .

فالفرد لا يصل إلى مرحلة المراهقة إلا بمروره بمراحل النمو المختلفة سنأتي على ذكرها في بحثنا هذا.

3-مراحل المراهقة:

لقد اختلف العلماء في تقسيم وتحديد مراحل المراهقة من حيث البداية والنهاية، نظرا لعدم وجود مقاييس موضوعية خاصة تخضع لها هذه التقسيمات، ولكنهم أخضعوها لمجال دراستهم، وتسهيلا لها قسمت إلى ثلاثة مراحل رئيسية هي:

3-1- المراهقة المبكرة:

تمتد هذه المرحلة من 12 إلى 15 سنة، وهي تقابل في النظام التربوي الطور المتوسط .كما أنها تمتد كذلك منذ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ إلى حوالي سنة إلى ثالث سنوات بعد البلوغ، وإستقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد. وفي هذه المرحلة يسعى المراهق إلى الإستقلال، ويرغب في التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به، ويستيقظ لديه إحساس بذاته وكيانه، ويصحبها التفطن الجنسي الناتج عن الاستثارة الجنسية التي تحدث جراء التحولات البيولوجية ونمو الجهاز التناسلي عند المراهق.

3-2- المراهقة الوسطى:

تمتد هذه المرحلة من 16 إلى 18 سنة، يطلق عليها أيضا المرحلة الثانوية، ويميز هذه المرحلة بطئ في سرعة النمو الجنسي نسبيا مقارنة مع المرحلة السابقة، وتزداد التغيرات الجسمية والفيزيولوجية من زيادة في الطول والوزن ، وفي هذه المرحلة نجد المراهق يهتم بمظهره الجسمي، صحته، قوته الجسمية.

3-3 المراهقة المتأخرة:

وتكون هذه المرحلة بين 19 إلى 21 سنة، وتمتد مع نهاية التعليم الثانوي و بداية التعليم الجامعي، ويطلق على هذه المرحلة اسم مرحلة الشباب، حيث أنها تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات الحاسمة مثل اختيار مهنة المستقبل وفي هذه المرحلة يصل النمو إلى مرحلة النضج الجسمي ويتجه نحو الثبات الانفعالي، وبروز بعض العواطف الشخصيةكالاهتمام بالمظهر الخارجي وطريقة الكلام، والبحث عن المكانة الاجتماعية، كما تكون للمراهق عواطف نحو الجماليات ثم الطبيعة والجنس الآخر[1] .

وبما أن موضوع بحثنا يتطرق إلى الشريحة العمرية (11- 13 سنة)، فإن دراسة مميزات المرحلة مرتبطة بمرحلة المراهقة المبكرة.

[1] سعدية محمد علي بهادر، **مرجع سابق**، ص 25.

4-مميزات النمو في مرحلة المراهقة المبكرة:

تنقسم ميزات النمو في هذه المرحلة إلى عدة أقسام أهمها:

4-1- التغيرات الفيزيولوجية:

إن هذه المرحلة تتميز بزيادة إنتاج عدة هرمونات، والتي يكون لها تأثير كبير من الناحية الفيزيولوجية مما يؤدي إلى ظهور الفروق الواضحة بين الجنسين من الناحية البدنية، المرفولوجية، البيوكيميائية، التشريحية... مثل (القوة، السرعة،الحمولة، التأقلم...).

ومن أهم هذه الهرمونات نجد التستوستيروم ، الأندروستينوديون، ديدروبيوندروستيرون وهي ناتجة عن الغدد الصماء في الجسم.

كما تطرأ على جسم الذكر والأنثى تغيرات فيزيولوجية أخرى تكون فروق واضحة بينهما ومن بينها السعة الرئوية الحية (capacité pulmonaire vitale) والحجم الأقصى للزفير volume d'expiration (maximal) حيث تزداد بشكل كبير عند الذكور مقارنة بالإناث، وكذلك الهدم القاعدي يزداد بصورة ملحوظة عند الذكور مقارنة بالإناث، كما نسجل عند البنات زيادة في نسبة الشحوم تحت الجلد على عكس الذكور حيث نلحظ عندهم نقص تدريجي لهذه الطبقات الذهنية، كما أن نسبة الهيموغلوبين عند الإناث تكون في المتوسط أقل ب(- 2غ) في اللتر مقارنة بالذكر.

وهذه التغيرات تؤدي إلى ظهور باقي المميزات، الجنسية والمرفولوجية والنفسية... حيث سنقوم بذكر أهم هذه التغيرات وتأثيرها على المراهق في مرحلة البلوغ.

4-2- النمو المرفولوجي:

يصل طول المراهق في هذه المرحلة حوالي 10 سم كما نلاحظ زيادة في الوزن تصل إلى 9.5 كغ [1].

إن أكثر ما يميز هذه المرحلة الاضطراب الطولي في نمو الأطراف والذي قد يعطي كلا غير مقبولا عند الشباب، مع تباطؤ في النمو الطولي للجذع هذا بالإضافة إلى نمو كبير في حجم العضلات[2].

---

[1] Philippe Marer. **La physiologie Humaine**, 2eme Edition Flammarion médecine- sciences, parise,1983 p420

[2] أحمد بسطويسي، **أسس ونظريات الحركة**، دار الفكر العربي،ط 1،القاهرة 1996 ص 178.

كما نلاحظ نمو الحزام الكتفي عند الرجل، والحوض عند البنات وهو الذي يعين شكل الجسم في مرحلة المراهقة[1]

4-3- النمو الحركي:

بسبب طفرة النمو الجسمي واختلاف أبعاد الجسم نظرا للنمو السريع غير المنتظم نجد أن المراهق في هذه المرحلة لا يستطيع السيطرة على الأعضاء وكذا التحكم في الحركات كما نلاحظ ضعف التوافق العضلي العصبي والارتباك والتصلب، وبذل الجهد الزائد عند أداء الحركات، كما نجد المراهق في مرحلة البلوغ يتعلم الحركات الجديدة بصورة بطيئة وبصعوبة[2].

4-4 النمو الانفعالي:

ترتبط الانفعالات ارتباطا وثيقا بالعلم الخارجي المحيط بالفرد، عبر مثيراتها وبالعالم العضوي الداخلي عبر شعورها الوجداني وتغيراتها واستجاباتها الفيزيولوجية والكيميائية[3] .

ومن أهم المظاهر الانفعالية للمراهق في هذه المرحلة:

أ- الغضب:

ويكون عندما يشعر بما يعوق نشاطه ويحول بينه وبين غاياته

ب- القلق:

أهم أسبابه في هذه المرحلة هي التغيرات التي تحدث على المستوى الجسدي وكذلك معاملة الوالدين له على أنه لا يزال صغيرا، وبالتالي فهم لا يأخذون برائيه ولا يحترمون رغباته، كل هذا يتحول إلى شعور المراهق بالإهمال والتهميش من قبل والديه وحتى المجتمع .

ج- العدوانية:

تعد المراهقة من العوامل المساعدة على الزيادة في درجة العدوانية التي هي تلك النزاعات التي تتجسد في تصرفات حقيقية أو وهمية، ترمي إلى الأذى بالأخر وتميز بإكراهه وإذلاله.

---

[1] زكي محمد حسن، **تطبيقات علم الحركة في النشاط الرياضي**، المكتبة المصرية، 2004 ص 322.

[2] د أكرم زكي خطايبة، **المناهج المعاصرة في التربية الرياضية**، دار الفكر، ب ط، القاهرة، 1997، ص 71.

[3] محمد سلامة آدم و توفيق حداد، **علم النفس الطفل**، دار العلم، ط 1، دمشق. 1973 ، ص 74

4-5- النمو النفسي:

إن التغيرات الفيزيولوجية، والجسدية، وإعادة تهيئة النظم الدماغية الجديدة، يعمل على زيادة النزوات، وردود الأفعال النفسية، والتي تكون كما يلي:

-اضطرابات نفسية عديدة بسبب توديع مرحلة الطفولة.

-الإحساس بالهوية الجنسية (ذكر، أنثى) والتي لم يتنبه إليها في مرحلة الطفولة.

-بالنسبة للأخصائيين والنفسانيين، فإن سيرورة النمو في مرحلة المراهقة تكون مرتبطة بالعلاقة أو الصورة التي ينشئها المراهق مع جسده (التغيرات) ويتم التعبير عن ذلك من خلال أحاسيس : الخزي (الخجل)، الحب، الكراهية، الاستمتاع، أو الغضب من هذا الجسد الناضج جنسيا أو من حالة أجساد الآخرين.

-انشغالات المراهق تكون موجهة باتجاه التخيلات[1].

- حب الاستطلاع لمجريات الأمور مع بعض التخوف والقلق.

- النمو السريع في التفكير المجرد

-عدم تقبل سيطرة الكبار.

4-6- النمو الاجتماعي:

إن الحياة الاجتماعية في المراهقة تكون أكثر اتساعا وتمايزا من حياة الطفولة في إطار الأسرة، أو المدرسة، لأن المراهقة هي الدعامة الأساسية للحياة الإنسانية، في سيرها واكتمال نضجها، وهمزة وصل للارتقاء بالمراهق من عالم الطفولة إلى سن الرشد، ومن أهم مظاهرها الرغبة في إثبات الذات وزيادة الاهتمامات البدنية والثقافية والفنية، كما يلاحظ الآباء فجأة حالة من التمرد والعصيان ورفض النصائح والتشبث بالأفكار، ورغبة شديدة في تغيير معاملة الإباء لهم وهذا ما يزيد من حدة الصراع بينهم[2].

أما من ناحية الصداقة يقول (aisubel) "تعتبر جماعة الرفقاء أو الأصدقاء هي المؤسسة الحقيقية لتكوين المراهقين، ويكون ذلك بطريقة لا إرادية"[3] .

---

[1] أحسن زين، **سيكولوجية الطفل والمراهق**، منشورات دار الأمواج،ط 1، سكيكدة 2006 ، ص 105.

[2] Ben smaiel citein. **La psychiatrie aujoud'hui**, opu, alger 1994.p186

[3] أحسن زين، **مرجع سابق**، ص 12.

4-7- النمو العقلي:

يبتعد المراهق في هذه المرحلة عن التفكير العيني الذي كان يعتمد عليه سابقا، ويستطيع الآن الاعتماد على التفكير المجرد وممارسة التصور العقلي. ويتميز المراهق بصورة عامة بالقدرة على القيام بعمليات التفكير المنطقي، وعلى تصور الأشياء دون ربطها بالواقع المادي وعلى تطبيق القوانين المنطقية على الأفكار غير الواقعية، كما تتميز هذه المرحلة أيضا بمرونة التفكير وتجريده والقدرة على وضع الفروض العقلية وإختبارها للبرهنة على صحتها، وفحص الحلول البدنية بشكل منظم والجمع بين الحلول الممكنة للتوصل إلى قاعدة أو قانون عام [1].

5-حاجات المراهق في مرحلة المراهقة المبكرة:

يصاحب التغيرات التي تحدث مع البلوغ تغيرات في حاجات المراهقين ولأول وهلة تبدو حاجات المراهقين قريبة من حاجات الراشدين إلا أن المدقق يجد فروقا واضحة خاصة بمرحلة المراهقة ولعلنا لا نبالغ إذا قلنا أن الحاجة والميول والرغبات تصل في مرحلة المراهقة إلى أقصى درجة من التعقيد. ويمكن تلخيص الحاجات الأساسية فيما يلي:

5-1- الحاجة إلى الأمن:

وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسمي والصحة الجسمية، الحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي، الحاجة إلى البقاء حيا، الحاجة إلى تجنب الخطر والألم، الحاجة إلى الاسترخاء والراحة، الحاجة إلى الشفاء عند المرض أو الجرح، الحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستقرة السعيدة، الحاجة إلى الحماية ضد الحرمان من إشباع الدوافع والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية.

5-2- الحاجة إلى مكانة الذات:

وتتضمن الحاجة الانتماء إلى جماعة الرفاق الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية الحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة الحاجة للاعتراف مع الآخرين الحاجة إلى التقبل من الآخرين الحاجة للنجاح الاجتماعي الحاجة إلى أن يكون قائدا.

[1] رمضان محمد القذافي، **علم النفس الطفولة والمراهقة**، المكتبة الأزاريطية، الأسكندرية. 2000 ، ص 355.

5-3- الحاجة إلى الإشباع الجنسي:

تتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية الحاجة إلى اهتمام الجنس الآخر وحبه الحاجة إلى التخلص من التوتر الحاجة إلى التوافق الجنسي الغيري.

5-4- الحاجة إلى النمو العقلي و الابتكار:

تتضمن الحاجة إلى التفكير وتوسيع قاعدة الفكر و السلوك الحاجة إلى تحصيل الحقائق الحاجة إلى تفسير الحقائق الحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل الحاجة إلى النجاح والتقدم الدراسي الحاجة إلى التعبير عن النفس الحاجة إلى السعي وراء الإثارة الحاجة إلى المعلومات ونمو القدرات والحاجة إلى التوجيه والإرشاد المهني والتربوي والأسري والزواجي.

5-5- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وتحسين الذات:

وتتضمن الحاجة إلى النمو الحاجة إلى أن يصبح سويا وعادلا الحاجة إلى التغلب على العوائق والمعوقات الحاجة إلى العمل نحو هدف الحاجة إلى معرفة الذات وتوجيهها وحاجات أخرى مثل الحاجة إلى الترفيه والتسلية والحاجة إلى المال ...الخ.

لقد اتضح نتيجة للدراسات التي أجراها عدد من الباحثين ما بين 1950 الى 1960 من أمثال:اوزبيل وبوند وهنتر... أن مرحلة المراهقة فترة تخوف وقلق شديدين يستحوذان على المراهق فيجعلانه يعيش في عالم غير عالم الراشدين وقد وجد أن مصدري الإزعاج هاذين يشملان مختلف جوانب تفكير المراهق وحياته الوجدانية ومجمل المشكلات التي انتهت إليها البحوث المذكورة كانت متعددة شاملة تلازم المراهق أينما ارتحل وهي تستبد به أكثر في المدرسة.

وفي ذلك ذكر ستون وجورج بأنه ينبغي: " الإقرار بالمراهقة على أنها فترة طبيعية قائمة وبدلا من تهوين شأنها علينا أن ننميها وان نقرر بكيانها كمرحلة ضرورية في التدرج الطبيعي نحو النضج فان نحن تبنينا مثل هذا الاتجاه نكون قد قدنا المراهقة بعد تقبلنا إياها على أنها فترة تدريب، يتمتع الفرد خلالها بما يستحق من امتيازات، وما هو مؤهل له من مسؤوليات ".

فالمراهقين يجدون أنفسهم أمام عدم وضوح في مواقف عديدة التي يواجهونها في الحياة التي شرعوا بأن يكونوا عنها آرائهم الخاصة بعد أن كانوا يعتمدون إبان الطفولة على الكبار في الريادة وفي التفسير لمغاليق الحياة وعدم الوضوح هذا قد يفضي بهم إلى التهيب والخجل والارتباك، وفرط الحساسية والنزعة الإعتدائية والقلق وهذا الأخير من شأنه أن يعزز إذا ما وجدت الظروف المهيئة والمناسبة لذلك كعدم تلبية الحاجات

الأساسية المختلفة، أو عدم تفهم الوالدين لأهمية هاته المرحلة ، وكذا عدم تقدير أستاذ التربية البدنية للمسؤولية وكذا دوره تجاه الظروف التي يمر المراهقون، لذلك قد ننمي اتجاه سلبي كهذه الظاهرة.

6-أشكال المراهقة المبكرة:

إن المراهق يجد نفسه بصدد تكوين آراء واتجاهات عن المواقف التي يواجهها، فقد يتخذ سلوكات عديدة للتعبير عن هذه الآراء ومن ثمة نقول أن هناك أربعة أشكال للمراهقة.

هذه الأشكال نابعة من شخصية المراهق في حد ذاته وما يحيط به من مؤثرات اجتماعية:

6-1- المراهقة التوافقية:

يتميز هذا شكل بالاعتدال والهدوء النسبي والميل إلى الاستقرار، والإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات والخلو من القلق والتوترات الانفعالية الحادة، والتوافق مع الوالدين والأسرة، والتوافق الاجتماعي، والرضا عن النفس وتوافر الخبرات في حياة المراهق، والاعتدال في الخيالات وأحلام اليقظة.

ويتأثر بعدة عوامل منها المعاملة والأسرية وكذا معاملة الأساتذة في المدرسة حصة أستاذ التربية البدنية التي تتسم بالحرية والفهم واحترام رغبات المراهق وتوفير جو الاختلاط مع بالجنس الآخر في حدود الأخلاق والدين، وشعور المراهق باحترام واهتمام الأستاذ به وكذا بتقدير والديه و اعتزازهما به، يتأثر بشخصيات رياضية، وإعلاء النواحي الجنسية والانصراف بالطاقة إلى الرياضة، الشيء الذي يجذبه إلى حصص التربية والبدنية والرياضية (هنا نقف عند دور أستاذ التربية البدنية).

6-2- المراهقة الإنسحابية المنطوية:

تتسم بالانطواء و الاكتئاب و العزلة السلبية و التردد و الخجل و الشعور بالنقص و نقص المجالات الخارجية و الاقتصار على أنواع النشاط الانطوائي وكتابة المذكرات التي يدور معظمها حول الاتصالات و النقد و التفكير المتمركز حول الذات و مشكلات الحياة ونقد النظم الاجتماعية و الثورة على تربية الوالدين ومحاولة النجاح المدرسي و الاستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الحرمان والحاجات الغير مشبعة.

تتأثر بعوامل اضطراب الجو النفسي في الأسرة و الأخطاء الأسرية التي منها التسلط و السيطرة الوالية والحماية الزائدة و ما يصاحب ذلك من إنكار لشخصية المراهق نقص ممارسة النشاط الرياضي التزمت والرجعية و المغالاة في اتجاهات الأسرة.

6-3- المراهقة العدوانية المتمردة:

سماتها العامة هي:

التمرد والثورة ضد الأسرة و المدرسة والسلطة عموما والانحرافات الجنسية والعدوان على الإخوة و الزملاء والعناد بقصد الانتقام خاصة من الوالدين وتحطيم أدوات المنزل و الإسراف الشديد في الإنفاق و التعلق الزائد بروايات المغامرات و الحملات ضد رجال الدين- والشعور بالظلم و نقص التقدير و الاستغراق في أحلام اليقظة و التأخر الدراسي.

و تتأثر بعوامل التربية الضاغطة المتزمة وتسلط وقسوة وصرامة القائمين على تربية المراهق الصحية السيئة وتركيز الأسرة على النواحي الدراسية فحسب و نبذ الرياضة و النشاط الترفيهي وقلة الأصدقاء وضعف المستوى الاقتصادي و الاجتماعي والعاهات الجسمية وضآلة وتأخر النمو الجسمي و التأخر الدراسي خطا الوالدين في توجيههم ونقص إشباع الحاجات والميول.

6-4- المراهقة المنحرفة:

تتسم بالانحلال الخلقي التام و الانهيار النفسي الشامل و النجاح و السلوك المضاد للمجتمع و الانحرافات الجنسية وسوء الأخلاق والفوضى و الاستهتار و بلوغ الذروة في سوء التوافق و البعد عن المعايير الاجتماعية في السلوك.

العوامل المؤثرة فيها:

المرور بخبرات شاذة مريرة و الصدمات العاطفية العنيفة و قصور الرقابة الأسرية أو تخاذلها وضعفها والقسوة الشديدة في معاملة المراهق في الأسرة و تجاهل رغباته وحاجات نموه أو التدليل الزائد من الناحية الأخرى والصحبة المنحرفة و النقص الجسمي أو الضعف البدني و الشعور بالنقص و الفشل الدراسي وسوء الحالة الاقتصادية للأسرة و العوامل العصبية الإستعدادية أو الاختلال في التكوين الغددي.للإشارة أن شكل المراهقة يتغير بتغير ظروفها و العوامل المؤثرة فيها و تؤكد الدراسات أن السلوك الإنساني مرن مرونة تسمح بتعديله فلا يعني شكل المراهقة المنحرفة أو العدوانية أنها ثابتة لا تتغير ولكنها تتأثر بعوامل الإرشاد والتوجيه والعلاج النفسي لتغييرها و تعديلها نحو التوافق و السواء.

7-توجيهات خاصة بمختلف مراحل التعليم في الطور المتوسط:

7-1- توجيهات خاصة بالسنة أولى وثانية متوسط :

تعطى الأولوية خلال هذه المرحلة إلى البحث حول سيولة ومحص الحركات ودقتها وتطويرها انطلاقا من الحركات القاعدية المكتسبة خلال مرحلة التعليم الابتدائي.

اختيار حالات تعليمية ذات طابع نشيط ، سياقها الألعاب الهادفة التي تسمح بلعب الدور الإدماجي ، الذي يستدعي التعاون والتضامن ويكون الحافز للعمل.

7-2- توجيهات خاصة بالسنتين الثالثة والرابعة :

تمتاز هذه المرحلة بارتفاع شدة العمل استجابة لاهتمامات التلميذ المتزايدة والمطالب بالقيام بأكثر جهد وأكبر مردود في العمل ، مما يستلزم الارتفاع في نسبة العمل وسرعة تنفيذه ومضاعفة ديناميكية ووتيرة الجهد.

يسعى التلميذ خلال هذه المرحلة إلى تأكيد مكانته في الجماعة التي ينتمي إليها، ويشعر بالنمو السريع الذي يؤثر على تصرفاته والتي تدفعه إلى ارتكاب أخطاء عشوائية وغير مقصودة ، مما يجعله يرتبك عند مواجهة مشكل في ميدان الممارسة، ففي هذه الحالة يحتاج إلى سند يتمثل في اختيار حالات تستدعي الاستقرار والتوازن والطمأنينة.

8-**واجبات المدرس تجاه التلميذ المراهق في هذه المرحلة:** يجب عليه مراعاة مايلي:

- ✓ فصل الجنسين لوجود اختلا فات كبيرة في النضج الاجتماعي والجسماني والميول .
- ✓ الحث على العناية بالغذاء الذي يقدم للتلميذ من حيث الكم والنوع
- ✓ مراعاة عدم الاختلال بين فترات الراحة والعمل للتلاميذ في تلك المرحلة
- ✓ الاهتمام بالأوضاع السليمة للتلميذ من حيث المشي والجلوس والوقوف
- ✓ توفير الفرص المختلفة أمام التلميذ من أجل إظهار ميوله واستعداداته
- ✓ توجيه التلميذ بحذر حيث أنه يحتاج إلى معاملة خاصة،لأنه يشعر بأنه رجل على درجة كبيرة من النضج[1].

[1] محمد سعد زغلول وآخرون، **مدخل التربية الرياضية**، بدون طبعة، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2002 المرجع السابق، ص ص59، 60.

فبمراعاة هذه المبادئ يمكن كسب ثقة المراهق وتحويل تلك الاضطرابات والطاقة الزائدة لأوجه النشاط الرياضي المفيد.

9-أهداف الأنشطة الرياضية المقدمة في حصة التربية البدنية والرياضية:

9-1- الأنشطة الجماعية :

التعلم عن طريق الأنشطة الجماعية يهدف إلى تنمية المعايشة الجماعية، بحثا عن تدعيم قدرات الاتصال والتكيف الجماعي، التوازن، احترام الغير...الخ.

تجد هذه القدرات مداها في مختلف مستويات الكفاءة المصاغة والمترجمة في المشروع البيداغوجي، عن طريق أهداف تتماشى والصفات الحميدة المراد غرسها وتنميتها لدى التلميذ، والمتمثلة في لعب أدوار إيجابية ونشيطة ضمن الجماعة التي ينتمي إليها.

9-2- الأنشطة الفردية :

تساهم في تنمية الاستقلالية لدى التلميذ(التسيير الذاتي) وشعوره بروح المسؤولية ، وأخذ المعلومات اللازمة للقيام بمهام مسندة إليه.

كما تسمح هذه النشاطات بتنمية قدرات التنقل الصحيح في فضاءات مميزة ، وقدرة تنسيق الحركات البسيطة والشبه معقدة وربطها في الزمان والمكان، والتمكن من تقديرها كمنتوج صحيح وهادف[1] .

10-دور حصة التربية البدنية والرياضية في الحد من التقلبات السلوكية للمراهق:

تلعب حصة التربية البدنية والرياضية دورا هاما في التقليل من السلوكيات الغير مرغوب فيها والصادرة من التلميذ في مرحلة المراهقة، هذا بفضل حنكة الأستاذ وأساليب تعامله معه من خلال:

- ✓ توفير مجموعة كبيرة من الألعاب والرياضات في البرنامج الدراسي .
- ✓ توفير الوقت العملي الكافي لتحسين الأداء المهاري .
- ✓ استغلال حب التلاميذ للأبطال المشهورين في تحسين الأداء المهاري .
- ✓ استخدام أساليب التدريس الحديثة (حل المشكلات، الوسائط المتعددة...)

[1] اللجنة الوطنية للمناهج، **الوثيقة المرافقة لمنهاج السنة الرابعة متوسط**، الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية، الجزائر، 2005، ص107.

- ✓ العناية بالفروق الفردية[1] .
- ✓ إعطاء أهمية لكل ما يقوم به التلميذ المراهق من نشاط.
- ✓ توقع ظهور سلوكيات غير طبيعية كونها عفوية من أثر اللعب.
- ✓ العمل على إدماج التلاميذ المنعزلين عن الفوج أو جماعة العمل .
- ✓ تجنب الإرهاق والعمل الممل الخالي من المتعة والمنفعة .
- ✓ إعطاء الأولوية للعمل النوعي قبل العمل الكمي. .
- ✓ السهر على غرس روح الاجتهاد والمثابرة والتمسك بالأخلاق الحسنة[2] .

إن ما يصدر من سلوكات من طرف المراهق، سواء كانت إيجابية أو سلبية فهي ناتجة من مختلف المؤثرات الفسيولوجية والنفسية، وكذلك المثيرات الخارجية المحيطة بعملية التعلم.

[1] محمد سعد زغلول وآخرون، **المرجع السابق** ، ص60.

[2] اللجنة الوطنية للمناهج، **المرجع السابق**، ص 101.

خلاصة الفصل:

بعد أن تطرقنا لأهم الخصائص العمرية للمرحلة المدروسة " المراهقة" فلا يسعنا القول بأن نعتبر تلك التغيرات الطارئة على جميع نواحي المراهق الجسمية والعقلية والنفسية الانفعالية وغيرها هي العامل الأساسي لظهور القلق عنده وأن واجب أساتذة التربية البدنية والاريضية هو تهيئة الجو الملائم حتى يتمكن هذا الأخير من تفريغ مكبوتاته الانفعالية والتعبير عن مشاعرهم كما أننا نلح على أن يكون محتوى درس التربية البدنية يسوده المرح وكذا المشاركة الفعالة للمراهق خلال الحصة مما يساعد كثيرا في تنمية جوانب شخصيته.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع:

إجراءات ومنهجية البحث

تمهيد:

إن أصل بحثنا هذا يهدف إلى قياس مستوى العدوان العام أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط (11- 13 سنة) والذي يمكننا الحصول عليه من خلال الفرق بين نتائج استبيان مجموعة من التلاميذ المراهقين و ذلك باستخدام الطرق الإحصائية المناسبة .

1- منهجية البحث:

قصد التأكد من صحة الفرضيات التي صممت في المرحلة الأولى أي في الفصل التمهيدي من البحث ومحاولة تغطية الجانب النظري و تدعيمه و تكملته بمعلومات ذات مصداقية أكبر، قمنا بدراسة مسحية وذلك عن استبيان موزع على مجموعة من تلاميذ المتوسطة، و تساعدنا هذه الدراسة على اختبار الفرضيات الخاصة بالبحث و ذلك لتأكيد صحتها أو نفيها.

ومنه قمنا باختيار المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة.

2-عينة البحث:

تعتبر تقنية الاستبيان من بين الطرق الناجحة للتحقق من الإشكالية المطروحة، ومن أجل ذلك قمنا بتوزيع استمارة موجهة إلى الأشخاص المعنيين هم عينة من المستجوبين متمثلين في فئة التلاميذ، و قد استعملنا في طرح الأسئلة أسلوب واضح و بسيط و ذلك قصد فهمها من طرق الجميع، بحيث قسمنا هذه الاستمارات على الذكور و الإناث في نهاية حصة التربية البنية و الرياضية، و تم استرجاعها بعد ملأها.

و تعتبر هذه الاستمارة من بين الوسائل التي تمكننا من الحصول على حجم كبير من المعلومات و آراء التلاميذ، كما تحمل أسئلة مفهومة خالية من الغموض، منطقية، محضرة جدا متعلقة بالموضوع وستخدمنا الدراسة المسحية التجريبية.

3-اختيار العينة:

اسم المتوسطة	عدد تلاميذ (11 -13 سنة)
بن سيدي عيسى الطيب	240
عبد الله بن مسعود	160
08 ماي 1945	140
فضيلة سعدان	140

تم اختيار عينة بطريقة قصدية تمثلت في ما يفوق نسبة 10% من تلاميذ متوسطات بلدية جندل (11-13) سنة، وكانت عينتنا متمثلة في 200 تلميذ منهم 100 ذكور و 100 إناث، وقد قسمت على الأبعاد الأربعة.

4-مجالات البحث:

4-1-المجال المكاني:

أجرينا البحث على مستوى متوسطة بن سيدي عيسى الطيب بجندل.

4-2-المجال الزماني:

لقد دام هذا البحث من شهر "فيفري إلى غاية شهر ماي" من السنة الدراسية 2018-2019

أي في مدة زمنية قدرت بحوالي ثلاثة أشهر من شهر فيفري إلى منتصف شهر افريل كانت الدراسة مخصصة للجانب النظري.

من النصف الثاني من شهر افريل إلى غاية شهر ماي تعلقت الدراسة بالجانب التطبيقي، تم فيها توزيع وجمع الاستمارات و تحليل النتائج المحصل عليها بواسطة الطرق الإحصائية.

5- المعالجة الإحصائية:

تمت عملية تحليل و تبويب البيانات المتحصل عليها عن طريق برنامج الرزم الإحصائية (SPSS 23.0) وذلك بإستخدام التكرارات و النسب المئوية و المتوسطات الحسابية، المتوسطات الفرضية وقيمة "ت" المحسوبة.

6- طرق وأدوات البحث:

6-1- مقياس العدوان العام:

وصف مقياس العدوان العام:

صمم محمد حسن علاوي قائمة لقياس العدوان العام كسمة وتتضمن القائمة أربعة أبعاد للعدوان وهي:

- التهجم أو الاعتداء.
- العدوان اللفظي.
- سرعة الاستثارة.
- العدوان غير المباشر.

وتتكون القائمة من 40 عبارة، كل بعد تمثله 10 عبارات ويقوم اللاعب بالإجابة على عبارات القائمة على مقياس خماسي التدرج (أوافق بدرجة **كبيرة جدا**، بدرجة **كبيرة**، بدرجة **متوسطة**، بدرجة **قليلة**، بدرجة **قليلة جدا**) **وذلك في ضوء تعليمات القائمة.**

- وعبارات بعد التهجم: الموجبة (1، 13، 17، 25، 33، 37)، السالبة (5، 9، 21، 29).
- عبارات بعد العدوان اللفظي: الموجبة (6، 10، 14، 22، 30، 38)، السابة (2، 18، 26، 34).
- عبارات سرعة الاستثارة كما يلي: الموجبة (3، 11، 19، 23، 27، 35)، السالبة (7، 15، 31، 39).
- عبارات العدوان غير المباشر: المباشر (8، 12، 20، 28، 32، 40)، السالبة (4، 16، 24، 36).

6-2- تصحيح المقياس:

العبارات في جميع الأبعاد يتم تصحيحها كما يلي:

أوافق بدرجة كبيرة جدا =5، بدرجة كبيرة =4، بدرجة متوسطة =3، بدرجة قليلة =2، بدرجة قليلة جدا=1.

و العبارات السالبة في جميع الأبعاد يتم تصحيحها كما يلي:

أوافق بدرجة كبيرة جدا =1، بدرجة كبيرة =2، بدرجة متوسطة= 3، بدرجة قليلة =4، بدرجة قليلة جدا=5.

الفصل الخامس:
تحليل ومناقشة نتائج البحث

1- تحليل نتائج الفرضيات:

1-1-تحليل نتائج الفرضية الأولى:

الجدول رقم 01 : يبين مستوى دلالة العدوان اللفظي

	الدرجة الكلية	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	قيمة "ت" المحسوبة	قيمة الدلالة	الدلالة
العدوان اللفظي	50	25.67	30	-6.50	0.000	(***)

تحليل نتائج الجدول رقم 01:

نلاحظ في الجدول أعلاه وجود فروق ما بين المتوسط الحسابي 25.67 والمتوسط الفرضي 30 في مستوى دلالة $P \leq 0.000$، وبالتالي نستنتج أن مستوى العدوان اللفظي منخفض.

1-2- تحليل نتائج الفرضية الثانية:

الجدول رقم 02 : يبين مستوى دلالة التهجم

	الدرجة الكلية	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	قيمة "ت" المحسوبة	قيمة الدلالة	الدلالة
التهجم	50	27.57	30	-3.52	0.001	(***)[1]

تحليل نتائج الجدول رقم 02:

نلاحظ في الجدول أعلاه وجود فروق ما بين المتوسط الحسابي 27.57 والمتوسط الفرضي 30 في مستوى دلالة $P \leq 0.001$، وبالتالي نستنتج أن مستوى التهجم منخفض.

[1] دالة عند مستوى 0.001

1-3- تحليل نتائج الفرضية الثالثة

الجدول رقم 03 : يبين مستوى دلالة الاستثارة

	الدرجة الكلية	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	قيمة "ت" المحسوبة	قيمة الدلالة	الدلالة
الاستثارة	50	28.87	30	−1.57	0.124	(−)[1]

تحليل نتائج الجدول رقم 03:

نلاحظ في الجدول أعلاه عدم وجود فروق ما بين المتوسط الحسابي 28.87 والمتوسط الفرضي 30 في مستوى دلالة $P \leq 0.124$، وبالتالي نستنتج أن مستوى الاستثارة متوسط.

1-4- تحليل نتائج الفرضية الرابعة:

الجدول رقم 04 : يبين مستوى دلالة العدوان غير المباشر

	الدرجة الكلية	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	قيمة "ت" المحسوبة	قيمة الدلالة	الدلالة
العدوان غير المباشر	50	25.67	30	−5.35	0.000	(***)

تحليل نتائج الجدول رقم 04:

نلاحظ في الجدول أعلاه وجود فروق ما بين المتوسط الحسابي 25.67 والمتوسط الفرضي 30 في مستوى دلالة $P \leq 0.001$، وبالتالي نستنتج أن مستوى العدوان غير المباشر منخفض.

[1] غير دالة

2- مناقشة الفرضيات على ضوء النتائج:

من خلال عرضنا للنتائج قمنا باستنتاج عام للدراسة التطبيقية التي توصلنا إليها من خلال الدراسة الميدانية التي أجريت على عينة مكونة من 200 تلميذ متوسط (11- 13) سنة ، 100 منها ذكور و100 إناث.

الفرضية الأولى:

✓ لحصة التربية البدنية والرياضية تأثير على البعد اللفظي في السلوك العدواني العام.

وهذا ما رأيناه في الجدول رقم 01 حيث أن مستوى الدلالة يساوي 0.00 أي ما يقارب 100 %، ومنه فإن الفرضية الأولى محققة.

الفرضية الثانية:

✓ لحصة التربية البدنية والرياضية على بعد التهجم أو الاعتداء في السلوك العدواني العام.

وهذا ما رأيناه في الجدول رقم 02 حيث أن مستوى الدلالة يساوي 0.01 أي ما يقارب 99 % من التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية تأثير على بعد التهجم أو الاعتداء في السلوك العدواني العام لديهم ، ومنه فإن الفرضية الثانية محققة.

الفرضية الثالثة:

✓ لحصة التربية البدنية والرياضية تأثير على بعد سرعة الاستثارة في السلوك العدواني العام.

وهذا ما رأيناه في الجدول رقم 03 حيث أن مستوى الدلالة يساوي 0.124 أي ما يفوق 97 % من التلاميذ لحصة التربية البدني والرياضية تأثير على بعد سرعة الاستثارة في السلوك العدواني العام لديهم، ومنه فإن الفرضية الثالثة محققة.

الفرضية الرابعة:

✓ لحصة التربية البدنية والرياضية تأثير على العدوان غير المباشر في السلوك العدواني العام.

وهذا ما رأيناه في الجدول رقم 04 حيث أن مستوى الدلالة يساوي 0.00 أي ما يقارب 100 % من التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية تأثير على العدوان غير المباشر في السلوك العدواني العام لديهم، ومنه فإن الفرضية الرابعة محققة.

استنتاج عام

استنتاج عام:

من خلال الدراسة التي قمنا بها في بحثنا هذا حاولنا إظهار مدى التغير الايجابي لسلوك المراهق أثناء قيامنا بالنشاط الرياضي ، فكانت الفكرة الرئيسية التي استخلصناها استنادا على الدراسة التطبيقية التي قمنا بها باستعمال أسئلة الاستبيان وبعد تحليل واستخلاص النتائج وجدنا أن المراهق يمر بمرحلة من أصعب مراحل حياته إذ يتعرض لتغيرات اجتماعية واضطرابات نفسية والسبب يعود إلى التغيرات الفيزيولوجية التي تطرأ عليه خلال هذه المرحلة حيث يقع في صراع مع نفسه في بعض الأحيان.

فالممارسة المستمرة والمنتظمة للأنشطة الرياضية داخل حصة التربية البدنية والرياضية لها تأثير فعال على المراهق لأن هناك توافق بين الجانبين الجسمي والنفسي وبالنظر للإنسان على أنه وحدة سيكولوجية ولهذا فالمختصون النفسانيون ينصحون بممارسة الأنشطة الرياضية وإقحامها بالقوة في المؤسسات التعليمية لأنها تنشط الجسم وتهدئ الروح وتخرج الفرد من عزلته وتكسبه الثقة بالنفس، أي أنها تلعب دورا كبيرا في بناء شخصيته.

فكانت النتائج التي توصلت اليها الدراسة تتمثل في:

- ✓ لحصة التربية البدنية والرياضية تأثير على البعد اللفظي في السلوك العدواني العام.
- ✓ لحصة التربية البدنية والرياضية على بعد التهجم أو الاعتداء في السلوك العدواني العام.
- ✓ لحصة التربية البدنية والرياضية تأثير على بعد سرعة الاستثارة في السلوك العدواني العام
- ✓ لحصة التربية البدنية والرياضية تأثير على العدوان غير المباشر في السلوك العدواني العام.

إذا التربية البدنية والرياضية تساعد الفرد المراهق على أن يكون مثالا وقدوة في مجتمعه خاصة إذا كان موجها من طرف مربين وأساتذة ومدربين، وهنا نشير إلى أن النتائج المتوصل إليها تبقى نسبية حيث لم تؤخذ بعض المتغيرات التي لها دور في التأثير على سلوك المراهق كظروفه المعيشية ومستواه الثقافي.

وفي الأخير نرجو من المسؤولين ومن كل المهنيين استغلال هذه النتائج من أجل توظيفها فيما يخدم المراهق بصفة خاصة وجميع أفراد المجتمع.

الاقتراحات والتوصيات

الاقتراحات والتوصيات:

من خلال الدراسة التي قمنا بها حول موضوع " **قياس مستوى العدوان العام أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط (11- 13 سنة).**"

وبالنظر إلى النتائج التي تحصلنا عليها وتوصلنا لها ،ارتأينا أن نقدم بعض الاقتراحات والتوصيات التي تعود على المربون والأساتذة بالفائدة:

الكبيرة التي تستحقها وهذا لأ

نقترح مايلي:

- ❖ مراعاة فترة المراهقة لأنها مرحلة أساسية وتعتبر منعرجا حاسما في حياة الفرد، وهذا بتوفير الجو المناسب للمراهق لمزاولته نشاطه على أحسن وجه.
- ❖ توفير مختلف الوسائل اللازمة للأنشطة الرياضية داخل المتوسطات وهذا للقيام بحصة التربية البدنية والرياضية بشكل يجعلها تحقق الأهداف التعليمية المطلوبة.
- ❖ اعتبار مادة التربية البدنية والرياضية من المواد التربوية الأساسية والاهتمام بها.
- ❖ توسيع ممارسة النشاطات الرياضية في مختلف المؤسسات التربوية و في جميع المستويات التعليمية.
- ❖ زيادة الحجم الساعي لمزاولة حصة التربية البدنية والرياضية حتى يتم التعرف أكثر على أهمية الحصة والأهداف المرجوة منها.
- ❖ اقتباس دروس نظرية في مجال التربية البدنية والرياضية من أجل الإطلاع أكثر على محتويات هذه المادة.
- ❖ إدراك الأهمية التي تكتسبها الممارسة البدنية في المتوسطة بصفة خاصة والن وادي الرياضية بصفة عامة.
- ❖ تشجيع ممارسة الرياضة في النوادي الرياضية والملاعب الجوارية والجامعات والمعاهد.
- ❖ نشر ثقافة رياضية من أجل نبذ العنف والسلوكات العدوانية بسلوكات حميدة كالتعاون والروح الرياضية.
- ❖ العناية بالملاعب والقاعات الرياضية الموجودة داخل المتوسطات من أجل مزاولة حصة التربية البدنية والرياضية
- ❖ بكل راحة.

- ❖ العناية بأساتذة التربية البدنية والرياضية وهذا بتكوينهم تكوينا شاملا خاصة في الجانب النظري، وتحديدا في مجال علم النفس والطب الرياضي من أجل أداء الواجب المهني على أحسن وجه.
- ❖ توعية الممارسين بضرورة الاهتمام بهذه المادة التربوية والمراهقين بصفة خاصة.
- ❖ برمجة منافسات رياضية ما بين الأقسام في كل التخصصات وإشراك التلاميذ العدوانيين فيها قصد الاندماج والتخلص من ذلك السلوك العدواني.
- ❖ محاولة تجنب الأساتذة إحراج التلاميذ أمام زملائهم وتنظيم لقاءات تحسيسية للحد من ظاهرة العنف المدرسي.
- ❖ في الأخير نتمنى أن نكون عند حسن ظن الجميع، وذلك بالتوفيق من الله عز وجل في إنجاز هذا الموضوع
- ❖ المتواضع لتمهيد الطرق إلى بحوث أخرى.

خـــاتمة

خاتمة:

لقد توصلنا من خلال هذا البحث أن التحضير النفسي له دور مهم في تحقيق الأهداف المرجوة، وتحقيق الغايات المراد الوصول إليها، حيث أن حصة التربية البدنية والرياضية لها تأثير إيجابي وفعال على التلاميذ كما أن الاهتمام بالجانب النفسي من طرف الأساتذة ضرورة لا يمكن الاستغناء عنها وذلك من أجل ترقية وتطوير مستوى التلاميذ، فالجانب النفسي عامل مساعد في تنمية الجانب البدني والعقلي، مع إزالة الضغوطات النفسية التي يتعرض لها التلميذ سواء في المتوسطة أو خارجها،فكلما توفرت خدمات التحضير النفسي من طرق مباشرة أو الغير مباشرة ضمن المنظومة التربوية وبشكل فعال كان لها الأثر الإيجابي على التلاميذ، كل هذا يكلل بالنجاح إذا تمكن الأستاذ من تقديم نموذج لائق للقيام بمهمته في حصة التربية البدنية والرياضية.

وفي الأخير نرجو من خلال ما توصلنا إليه من هذه الدراسة أن تكون كمرجع لأساتذة التربية البدنية والرياضية، وكذا قطاع التربية والتعليم بصفة عامة،وأن تكون بمثابة دفع لزيادة الاهتمام بالجانب النفسي للتلاميذ في كل الفئات العمرية.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

المراجع باللغة العربية:

الكتب والقواميس:

- ابن منظور، **لسان العرب**، المجلد التاسع، دار صادر، بيروت، لبنان 1994.
- **المنجد في اللغة والإعلام**، دار المشرق، بيروت 1992.
- أحمد أبو سعد وأحمد عريبات، **نظريات الإرشاد النفسي والتربوي**، ط 1، دار الميسرة للنشر والتوزيع عمان، الأردن، 2009.
- أحمد بسطويسي، **أسس ونظريات الحركة**، دار الفكر العربي،ط 1،القاهرة 1996.
- أحمد أمين فوزي وطارق حمد بدر الدين، **سيكولوجية الفريق الرياضي**، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر،2001.
- أمين أنور الخولي،**أصول التربية البدنية والرياضية المدخل**، التاريخ، الفلسفة دار الفكر العربي، ط 3، القاهرة ، 2001.
- أمين أنور الخولي، **الرياضة والمجتمع**، عالم المعرفة، الكويت، 1996.
- أمين أنور الخولي، عدلي بيومي. **الجمباز التربوي للأطفال والناشئين**، دار الفكر العربي، القاهرة 1991
- أمين أنور الخولي،د محمد عبد الفتاح عنان، د عدنان درويش جلون.**التربية البدنية المدرسية دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية**، دار الفكر العربي، القاهرة 1998.
- أمين أنور الخولي، أسامة أنور كامل. **التربية الحركية للطفل**، دار الفكر العربي، ط 2، القاهرة 1998.
- أكرم زكي خطايبة، **المناهج المعاصرة في التربية الرياضية**، دار الفكر، ب ط، القاهرة، 1997.
- أسامة كامل راتب، **علم نفس الرياضة (المفاهيم والتطبيقات)**، دار الفكر العربي، ط 2، مصر، 1997.
- أسامة محمد البطانية وآخرون، **علم نفس الطفل غير العادي**، ط 1 ، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2007.
- إجلال محمد سري، **الأمراض النفسية الاجتماعية**، ط 1 ، عالم الكتب، القاهرة، مصر، 2003، ص40.
- أحسن زين، **سيكولوجية الطفل والمراهق**، منشورات دار الأمواج،ط 1، سكيكدة 2006.
- جمعة سيد يوسف، **دراسات في علم النفس الإكلينيكي**، دار غريب، القاهرة، 2000.
- زكي محمد حسن، **تطبيقات علم الحركة في النشاط الرياضي**، المكتبة المصرية، 2004.
- زكريا الشربيني، **المشكلات النفسية عند الأطفال**، دار الفكر العزلي، القاهرة، 2000.
- حسن السيد أبوعيده، **الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم**، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط 1، مصر ، 2001.

قائمة المراجع:

- حسين علي فايد، **المشكلات النفسية الاجتماعية**، ط 1 ، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة، 2005.
- حسين علي الغول، **علم النفس الجنائي- الإطار والمنهجية للجوانب النفسية والإكلينيكية للمجرم**، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر، 2007.
- طه عبد العظيم حسين، **استراتيجيات إدارة العقاب والعدوان**، ط 01 ، دار الفكر ناشرون وموزعون، الأردن، 2007.
- كاملة الفرخ شعبان وآخرون، **النمو الانفعالي عند الطفل**، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1999.
- مجدي أحمد محمد عبد الله، **الطفولة بين السوء والمرض**، دار المعرفة الجامعية للنشر والتوزيع، الأزاريطية، مصر، 2006.
- مديرية التعليم الأساسي. **منهاج التربية البدنية والرياضية**، وزارة التربية 2005.
- محمد عبد الفتاح عنان، د عدنان درويش جلون. **التربية البدنية المدرسية دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية**، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
- محمد عادل، كمال الدين زكي. **التربية الرياضية للخدمة الإجتماعية**، دار النهضة النهضة العربية، القاهرة 1965.
- محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي. **نظريات وطرق التربية البدنية والرياضة**، الجزائر، ط 2، ديوان المطبوعات الجامعية 1992 .
- محمد الحماحمي. **فلسفة اللعب**، مركز الكتاب للنشر، ط 1 القاهرة، 1999.
- محمد سعيد عزمي. **أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق**، دار الوفاء 2004.
- محمد حسن علاوي، **علم النفس الرياضة** ،دار المعارف ، ط 4 ،مصر، 1985.
- محمد حسن علاوي، **سيكولوجية التدريب والمنافسات**، دار المعارف ط 7 القاهرة مصر ، 1992.
- محمد سعيد عزمي، **أساليب تطوير و تنفيذ درس التربية الرياضية**، دار الوفاء، الإسكندرية، سنة 2004.
- محمد علي عمارة، **برامج علاجية لخفض مستوى السلوك العدواني لدى المراهقين**، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 2008.
- محمد المهدي، **الصحة النفسية للطفل**، ط 1، مكتبة الانجلو المصرية للنشر والتوزيع والطباعة، القاهرة، مصر، 2007.
- محمد سند العكايلة، **اضطرابات الوسط الأسري وعلاقتها بجنوح الأحداث**، ط 1 ، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2006.
- محمد سلامة آدم و توفيق حداد، **علم النفس الطفل**، دار العلم، ط 1، دمشق. 1973
- محمد سعد زغلول وآخرون، **مدخل التربية الرياضية**، بدون طبعة، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2002.
- مكارم علمي أبو هرجة –أ د محمد سعد زغلول، **مناهج التربية الرياضية**.ط 2. مركز الكتاب للنشر.القاهرة. 1999
- معتز سيد عبد الله وآخرون، **علم النفس الاجتماعي**، ط 1، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 2001.

قائمة المراجع:

- مصطفى السايح محمد. **أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية**، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية .ط 1.الإسكندرية 2003 .
- ناجي عبد العظيم مرشد، **تعديل السلوك العدواني للأطفال العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة دليل لآباء والأمهات**، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، مصر، 2006.
- ناهد محمود سعد. أ د نيللي رمزي فهيم. **طرق التدريس في التربية الرياضية** ، مركز الكتاب للنشر.ط 2.القاهرة 2004.
- علي الدريدي، السيد علي محمد. **منهاج التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق**، دار الفرقان، ط 1سنة 1983.
- صالح عبد العزيز.**التربية وطرق التدريس**، ج 1، دار المعارف،مصر 1968.
-
- سناء ومحمد سليمان، **مشكلة العنف والعدوان لدى الأطفال والشباب بين الخير والشر والصواب**، ط1، علم الكتب للنشر والتوزيع، القاهرة، 2008.
- سامر جميل رضوان، **مشكلات الصحة النفسية وعلاجها**، ط 1 ، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2008.
- سعدية محمد علي بهادر، **سيكولوجية المراهقة**، دار البحوث العلمية، الكويت 1980.
- علاء الدين الكفافي، **علم النفس الارتقائي سيكولوجية الطفولة والمراهقة**، ط - 1 ، دار الفكر للنشر والتوزيع والطباعة، القاهرة، مصر، 2009.
- عماد عبد الرحيم الزغلول، **الاضطرابات الانفعالية والسلوكية لدى الطفل**، ط 1 ، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان الأردن، 2006.
- قاسم حسن البصري. **نظرية التربية البدنية**، مطبعة الجامعة، بغداد 1997 .

- قحطان أحمد الظاهري، **تعديل السلوك**، ط 1 ، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، 2004، ص123.
- رمضان محمد القذافي، **علم النفس الطفولة والمراهقة**، المكتبة الأزاريطية، الأسكندرية. 2000.
- شكري عادل محمد كريم، **قراءات في علم النفس الإكلينيكي**، ط 1، دار المعرفة الجامعية للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر، 2011.
- توفيق صفوت مختار، **مشكلات الأطفال السلوكية (الأسباب وطرق العلاج)**، ط 01 ، دار العلم والثقافة، القاهرة، 1999.
- خالد عز الدين، **السلوك العدواني عند الأطفال**، دار أسامة للنشر، عمان، 2010.
- خولة أحمد يحي، **الاضطرابات السلوكية والانفعالية**، ط 1 ، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، 2000.

المذكرات:

- إبراهيم طيبي، **أثر مشكلات المراهقين في التحصيل الدراسي**، مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس، الجزائر 1990/1989.
- أحمد محمد مطر، **دراسة للعلاقة بين العدوان وبعض العوامل البيئة ومدى فاعلية الإرشاد النفسي في تحقيق العدوان**، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية بالاسماعيلية، جامعة السويس، 1986.
- بدوي، زياد أحمد، **فعالية برنامج إرشادي قائم على فن القصة في خفض السلوك العدواني لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم**، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، 2001.

قائمة المراجع:

- بوشاشي سامية، **السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة،** مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي، جامعة مولود معمري، تيزي وزو، 2012.
- الزعبي، حسين محمد، **أثر بعض المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والأكاديمية في الميل نحو السلوك العدواني لدى طلبة الجامعة الهاشمية،** رسالة ماجستير، كلية الدراسات التربوية العليا، جامعة عمان العربية، الأردن، 2004 .
- الحميدي الضيدان محمد، **تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض،** رسالة ماجستير، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، قسم العلوم الاجتماعية، الرياض، 2003.
- طاوس وازي، **التوافق النفسي وعلاقته باتجاهات المراهق نحو الدراسة،** مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي، الجزائر، 2006.
- فريدة بولسنان، **فعالية برنامج علاجي أسري بنائي في التخفيف من السلوك العدواني عند الحدث الجناح وأثر ذلك على كل من أساليب المعاملة الوالدية والقلق لدى والديهم،** مذكرة لنيل شهادة دكتوراه العلوم في علم النفس العيادي، جامعة الحاج لخضر باتنة، الجزائر، 2013.
- خيري سمير، **أثر وحدات تعليمية مقترحة تنمية صفة القوة الانفجارية عند تلاميذ الطور الأساسي للمرحلة العمرية 14-15 سنة،** رسالة ماجستير، جامعة قسنطينة 2001.

المجلات:

- اللجنة الوطنية للمناهج، **الوثيقة المرافقة لمنهاج السنة الرابعة متوسط،** الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية، الجزائر، 2005.

المراجع باللغة الأجنبية:

- Ben smaiel citein. **La psychiatrie aujoud'hui**, opu, alger 1994.
- G.Cazoorla-R.Chappuis-R.Chauvier-P.Legros- G. Missoum**. Manuel De L'Educateur sportif**, edition vigot, paris,1984.
- Jean-Jacquessarthou. **Enseigner l'EPS de la réflexion didactique a l'action pédagogique**. édition actio. Paris. 2003
- Philipe More: **Psychologie Sportive**, Ed Mossen, Paris ,1992.
- Philippe Marer. **La physiologie Humaine**, 2eme Edition Flammarion médecine– sciences, parise,1983.
- P. Seners **La leçon d'EPS**. Editions vigot.Paris. France. 2002

الملاحـــق

جامعة الجيلالي بونعامة

معهد علوم التربية البدنية والرياضية

خميس مليانة

العنوان:

استمارة البحث الميداني لمقياس

العدوان العام كسمة

في إطار إنجاز مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم التربية البدنية والرياضية، نرجوا من أساتذتنا الكرام تكييف هذا المقياس حسب موضوع الدراسة

العنوان "**قياس مستوى العدوان العام أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط (11-13 سنة)**"

الفرضيات:

- ✓ لحصة التربية البدنية والرياضية على البعد اللفظي في السلوك العدواني العام.
- ✓ لحصة التربية البدنية والرياضية على بعد التهجم أو الاعتداء في السلوك العدواني العام.
- ✓ لحصة التربية البدنية والرياضية على بعد سرعة الاستثارة في السلوك العدواني العام.
- ✓ لحصة التربية البدنية والرياضية على العدوان غير المباشر في السلوك العدواني العام.

اسم ولقب الأستاذ	الدرجة	التوقيع

إعداد الطالبين **إشراف الدكتور**

مطالي محمد – ملوك كمال

زواوي فارس

السنة الدراسية: 2018-2019

العبارات	كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جدا
1. يبدوا أنني غير قادر على التحكم في اندفاعي نحو إيذاء من يحاول مضايقتي	5	4	3	2	1
2. عندما أغضب لا أستعمل لهجة عنيفة	5	4	3	2	1
3. أفقد أعصابي بسهولة	5	4	3	2	1
4. لا أسقط غضبي على زملائي عندما ينتقدني رئيسي أو من هو أكبر مني.	5	4	3	2	1
5. إذا شعرت بنية شخص ما في الاعتداء علي فإنني أحاول أن أتجنب ذلك.	5	4	3	2	1
6. عندما أفقد أعصابي فإنني أتلفظ ببعض الكلمات الجارحة	5	4	3	2	1
7. في المواقف الصعبة لا يظهر علي الاضطراب أو الارتباك	5	4	3	2	1
8. أفقد أعصابي في بعض المواقف إلى الدرجة التي أقوم فيها بإلقاء الأشياء.	5	4	3	2	1
9. أعتقد أنه لا يوجد سبب معقول للاعتداء على أي شخص.	5	4	3	2	1
10. في بعض المناقشات أميل إلى رفع صوتي والحديث بعصبية	5	4	3	2	1
11. عندما أغضب فإن ذلك يظهر على وجهي بصورة واضحة.	5	4	3	2	1
12. عندما أنفعل أقوم بالتقاط أقرب شيء لي وأحاول أن أكسره.	5	4	3	2	1
13. عندما يحاول شخص ما مضايقتي فإنني أندفع للاعتداء عليه.	5	4	3	2	1
14. أتلفظ ببعض الألفاظ غير المناسبة عن الأشخاص الذين لا أميل إليهم.	5	4	3	2	1
15. الكثير من القرارات لا تتبع عن انفعالاتي.	5	4	3	2	1
16. لا أفقد أعصابي إلى الدرجة التي أقوم فيها بإلقاء الأشياء.	5	4	3	2	1
17. بعض الأشخاص يصفونني بأنني شخص هجومي.	5	4	3	2	1
18. لا أخاطب بعض الناس بقسوة حتى ولو كانو يستحقون ذلك.	5	4	3	2	1

19. من السهولة استشارتي بصورة واضحة.	5	4	3	2	1
20. في بعض المناقشات أظهر غضبي بالضرب على المائدة.	5	4	3	2	1
21. لا أعتدي على الناس الذين يحاولون مضايقتي	5	4	3	2	1
22. عندما يخاطبني بعض الناس بصوت عال فإنني أرد عليهم بالصوت العالي أيضا.	5	4	3	2	1
23. يغلي الدم في عروقي إذا ضايقني شخص ما.	5	4	3	2	1
24. الناس الذين يقذفون الأشياء أعتبرهم مثل الأطفال.	5	4	3	2	1
25. عندما أغضب أو أنفعل فإنني أكون مستعدا للاعتداء على الشخص الذي أغضبني أو أثار انفعالي.	5	4	3	2	1
26. لا أحاول أن أتلفظ ببعض التهديدات للشخص الذي يسعى إلى مضايقتي.	5	4	3	2	1
27. أشعر في بعض المواقف أنني مثل وعاء من البارود قابل للإنفجار.	5	4	3	2	1
28. عندما أتضايق أو أغضب فإنني أسقط ذلك على أي شخص أقابله.	5	4	3	2	1
29. لا أستخدم العنف البدني للدفاع عن نفسي.	5	4	3	2	1
30. لا أستطيع أن أمنع نفسي من النقاش الحاد عندما يختلف رأيي مع رأي البعض.	5	4	3	2	1
31. عندما يخطئ البعض في حقي فإنني أستطيع التحكم في انفعالاتي.	5	4	3	2	1
32. إذا لم أستطع النيل من الشخص الذي ضايقني فإنني أحاول مضايقة أي شخص آخر.	5	4	3	2	1
33. أشعر بالارتياح عندما أعتدي على بعض الأشخاص الذين لا أنتمي إليهم.	5	4	3	2	1
34. أميل إلى الحديث بهدوء وأحاول عدم السخرية من أي شخص في بعض المناقشات مع الآخرين.	5	4	3	2	1
35. أنا شخص أبدو على العصبية والنرفزة في العديد من المواقف.	5	4	3	2	1
36. إذا لم أستطع النيل من الشخص الذي يضايقني فإنني لا أحاول أن أسقط غضبي على الآخرين.	5	4	3	2	1
37. إذا شعرت بنية شخص ما في الاعتداء علي فإنني أبادر بالاعتداء عليه.	5	4	3	2	1

38. عندما أغضب فإنني أستخدم بعض الكلمات العنيفة.	5	4	3	2	1
39. لا أستطيع السيطرة على انفعالاتي في بعض المواقف.	5	4	3	2	1
40. أكاد أبكي عندما لا أستطيع مواجهة انتقادات رؤسائي أو زملائي.	5	4	3	2	1

جامعة الجيلالي بونعامة

معهد علوم التربية البدنية والرياضية

خميس مليانة

العنوان:

استمارة البحث الميداني لمقياس

إلى تلاميذتنا الأعزاء

اقرأ كل عبارة وحاول أن توافق مدى موافقتك عليها.

المهم هو صدق إجابتك مع نفسك ورسم دائرة واحدة أما الرقم المناسب لكل عبارة ولا تترك أي عبارة بدون إجابة.

إعداد الطالبين **إشراف الدكتور**

مطالي محمد – ملوك كمال

زواوي فارس

السنة الدراسية: 2018-2019

العبارات	كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جدا
1. يبدوا أنني غير قادر على التحكم في اندفاعي نحو إيذاء من يحاول مضايقتي	5	4	3	2	1
2. عندما أغضب لا أستعمل لهجة عنيفة	5	4	3	2	1
3. أفقد أعصابي بسهولة	5	4	3	2	1
4. لا أسقط غضبي على زملائي عندما ينتقدني رئيسي أو من هو أكبر مني.	5	4	3	2	1
5. إذا شعرت بنية شخص ما في الاعتداء علي فإنني أحاول أن أتجنب ذلك.	5	4	3	2	1
6. عندما أفقد أعصابي فإنني أتلفظ ببعض الكلمات الجارحة	5	4	3	2	1
7. في المواقف الصعبة لا يظهر علي الاضطراب أو الارتباك	5	4	3	2	1
8. أفقد أعصابي في بعض المواقف إلى الدرجة التي أقوم فيها بإلقاء الأشياء.	5	4	3	2	1
9. أعتقد أنه لا يوجد سبب معقول للاعتداء على أي شخص.	5	4	3	2	1
10. في بعض المناقشات أميل إلى رفع صوتي والحديث بعصبية	5	4	3	2	1
11. عندما أغضب فإن ذلك يظهر على وجهي بصورة واضحة.	5	4	3	2	1
12. عندما أنفعل أقوم بالتقاط أقرب شيء لي وأحاول أن أكسره.	5	4	3	2	1
13. عندما يحاول شخص ما مضايقتي فإنني أندفع للاعتداء عليه.	5	4	3	2	1
14. أتلفظ ببعض الألفاظ غير المناسبة عن الأشخاص الذين لا أميل إليهم.	5	4	3	2	1
15. الكثير من القرارات لا تنبع عن انفعالاتي.	5	4	3	2	1
16. لا أفقد أعصابي إلى الدرجة التي أقوم فيها بإلقاء الأشياء.	5	4	3	2	1
17. بعض الأشخاص يصفونني بأنني شخص هجومي.	5	4	3	2	1
18. لا أخاطب بعض الناس بقسوة حتى ولو كانو يستحقون ذلك.	5	4	3	2	1
19. من السهولة استشارتي بصورة واضحة.	5	4	3	2	1

20. في بعض المناقشات أظهر غضبي بالضرب على المائدة.	5	4	3	2	1
21. لا أعتدي على الناس الذين يحاولون مضايقتي	5	4	3	2	1
22. عندما يخاطبني بعض الناس بصوت عال فإنني أرد عليهم بالصوت العالي أيضا.	5	4	3	2	1
23. يغلي الدم في عروقي إذا ضايقني شخص ما.	5	4	3	2	1
24. الناس الذين يقذفون الأشياء أعتبرهم مثل الأطفال.	5	4	3	2	1
25. عندما أغضب أو أنفعل فإنني أكون مستعدا للاعتداء على الشخص الذي أغضبني أو أثار انفعالي.	5	4	3	2	1
26. لا أحاول أن أتلفظ ببعض التهديدات للشخص الذي يسعى إلى مضايقتي.	5	4	3	2	1
27. أشعر في بعض المواقف أنني مثل وعاء من البارود قابل للإنفجار.	5	4	3	2	1
28. عندما أتضايق أو أغضب فإنني أسقط ذلك على أي شخص أقابله.	5	4	3	2	1
29. لا أستخدم العنف البدني للدفاع عن نفسي.	5	4	3	2	1
30. لا أستطيع أن أمنع نفسي من النقاش الحاد عندما يختلف رأيي مع رأي البعض.	5	4	3	2	1
31. عندما يخطئ البعض في حقي فإنني أستطيع التحكم في انفعالاتي.	5	4	3	2	1
32. إذا لم أستطع النيل من الشخص الذي ضايقني فإنني أحاول مضايقة أي شخص آخر.	5	4	3	2	1
33. أشعر بالارتياح عندما أعتدي على بعض الأشخاص الذين لا أنتمي إليهم.	5	4	3	2	1
34. أميل إلى الحديث بهدوء وأحاول عدم السخرية من أي شخص في بعض المناقشات مع الآخرين.	5	4	3	2	1
35. أنا شخص أبدو على العصبية والنرفزة في العديد من المواقف.	5	4	3	2	1
36. إذا لم أستطع النيل من الشخص الذي يضايقني فإنني لا أحاول أن أسقط غضبي على الآخرين.	5	4	3	2	1
37. إذا شعرت بنية شخص ما في الاعتداء علي فإنني أبادر بالاعتداء عليه.	5	4	3	2	1

38. عندما أغضب فإنني أستخدم بعض الكلمات العنيفة.	5	4	3	2	1
39. لا أستطيع السيطرة على انفعالاتي في بعض المواقف.	5	4	3	2	1
40. أكاد أبكي عندما لا أستطيع مواجهة انتقادات رؤسائي أو زملائي.	5	4	3	2	1

قائمة المحتويات

قائمة المحتويات

العنوان	الصفحة
الواجهة	
كلمة شكر	
الإهداءات	
قائمة المحتويات	
قائمة الجداول	
مقدمة	أ- ب
فصل تمهيدي	
1- الإشكالية	04
2- الأسئلة الفرعية	04
3- الفرضية الرئيسية	04
الفرضيات الجزئية	04
4أهداف البحث	04
5- أسباب اختيار الموضوع	05
5-1-أسباب ذاتية	05
5-2-أسباب موضوعية	05
6-مصطلحات الدراسة	05
6-1-التحضير النفسي	05
6-2-السلوك العدواني	05
6-3-المراهقة	05
7-الدراسات السابقة والمشابهة	06
الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية	
تمهيد	09
نبذة تاريخية عن التربية البدنية والرياضية	10
1-1 التربية البدنية والرياضية في الحضارات القديمة	10
1-2- التربية البدنية والرياضية في العصور الوسطى	11
1-3- التربية البدنية والرياضية في العالم الإسلامي	11
1-4- التربية البدنية والرياضية في العصر الحديث	11
2-مفهوم التربية	11

قائمة المحتويات

2-1- المفهوم اللغوي	11
2-2 المفهوم الاصطلاحي	12
3- تعريف مفهوم التربية البدنية والرياضية	12
4-علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة	13
5- مكانة التربية البدنية والرياضية في الجزائر	14
6-أهمية وأهداف التربية البدنية والرياضية	15
6-1- أهمية التربية البدنية والرياضية	15
6-2- أهداف التربية البدنية والرياضية	16
7-أهداف التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة	21
8 - برنامج التربية البدنية والرياضية	22
8-1- النشاط الداخلي	22
8-2- النشاط الخارجي	23
8-3- درس التربية البدنية والرياضية	23
الخلاصة:	28
الفصل الثاني: السلوك العدواني	
تمهيد	30
1- مفهوم السلوك العدواني	31
2- السلوك العدواني وبعض المفاهيم المرتبطة به	32
2-1- السلوك العدواني و العنف	20
2-2- السلوك العدواني والغضب	32
2-3- السلوك العدواني والعداء:	33
3- أشكال السلوك العدواني:	33
3-1- العدوان من ناحية أنواعه	33
3-1-1- العدوان الحميد (السوي):	33
3-1-2- العدوان المرضي:	33
3-2- العدوان من ناحية أشكاله:	34
3-2-1- حسب الأسلوب:	34
3-2-2- حسب وجهة الاستقبال:	34

قائمة المحتويات

3-2-3- حسب الضحية:	34
3-2-4- حسب مشروعيته:	34
3-2-5- العدوان نحو الذات:	35
3-2-6- العدوان على الآخرين:	35
3-2-7- العدوان الوسيلي والعدائي:	35
4- أسباب السلوك العدواني:	36
4-1- الأسباب الوراثية:	36
4-2- الأسباب الاجتماعية:	36
4-2-1- الحب الشديد والحماية الزائدة:	36
4-2-2- أساليب المعاملة الوالدية الغير السوية:	37
4-2-3- أسلوب التسلط:	37
4-2-4- التذبذب:	37
4-2-5- توتر العلاقات داخل الأسرة:	37
4-2-6- تأثير وسائل الإعلام:	37
4-2-7- كثرة التعرض لمشاهدة العدوان:	38
4-3- العوامل النفسية:	38
4-3-1- الحرمان:	38
4-3-2- الإحباط:	38
4-3-3- الشعور بالنقص:	39
4-3-4- الغيرة:	39
4-3-5- الرغبة في تحقيق القدر وتأكيد الذات	39
5- النظريات المفسرة للسلوك العدواني:	39
5-1- نظرية التحليل النفسي:	39
5-2- النظرية السلوكية:	41
5-2-1 نظرية الإحباط العدوان:	41
5-2-2- نظرية التعلم الاجتماعي:	42
5-3- النظرية البيولوجية:	42
5-4- نظرية سمة العدوان:	42

قائمة المحتويات

6- قياس السلوك العدواني:	43
6-1- المقابلة:	43
6-2- الملاحظة المباشرة:	43
6-3- التقارير الذاتية:	43
6-4- المتابعة الذاتية:	44
6-5- قياس السلوك العدواني من خلال تحديد النتائج المترتبة عليه:	44
6-6- تقدير الأقران:	44
6-7- قوائم التقدير:	44
6-8- اختبارات الشخصية:	44
6-9- تشخيص السلوك العدواني وفق الدليل التشخيصي الرابع DSM4	44
7- أثار السلوك العدواني:	45
7-1- تأثير العدوان على الضحية:	45
7-1-1- لوم الذات والآخرين:	45
7-1-2- الصدمة العاطفية:	45
7-2- تأثير العدوان على المعتدي:	45
7-2-1- الآثار الأكاديمية والاجتماعية:	45
7-2-2- الآثار الصحية:	46
7-2-3- التبلد العاطفي للمعتدي:	46
7-2-4- زيادة نزعة المعتدي للعدوان:	46
خلاصة الفصل:	47
الفصل الثالث: المراهقة	
تمهيد:	49
1-تعريف المراهقة:	50
1-1 لغة:	50
1-2- التعريف الاصطلاحي:	50

قائمة المحتويات

1-3- التعريف النفسي:	51
2-النظريات المفسرة للمراهقة:	51
2-1- النظرية النفسية	52
2-2- النظرية البيولوجية:	52
2-3- النظرية الاقتصادية	53
2-4- النظرية الأنتروبولوجية الثقافية:	53
3-مراحل المراهقة:	54
3-1- المراهقة المبكرة:	54
3-2- المراهقة الوسطى:	54
3-3 المراهقة المتأخرة:	54
4-مميزات النمو في مرحلة المراهقة المبكرة:	55
4-1- التغيرات الفيزيولوجية:	55
4-2- النمو المرفولوجي:	55
4-3- النمو الحركي:	56
4-4 النمو الانفعالي:	56
4-5- النمو النفسي:	57
4-6- النمو الاجتماعي:	57
4-7- النمو العقلي:	58
5-حاجات المراهق في مرحلة المراهقة المبكرة:	58
5-1- الحاجة إلى الأمن:	58
5-2- الحاجة إلى مكانة الذات:	58
5-3- الحاجة إلى الإشباع الجنسي	59
5-4- الحاجة إلى النمو العقلي و الابتكار:	59
5-5- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وتحسين الذات:	59
6-أشكال المراهقة المبكرة	60
6-1- المراهقة التوافقية:	60
6-2- المراهقة الإنسحابية المنطوية:	60
6-3- المراهقة العدوانية المتمردة:	61
6-4- المراهقة المنحرفة:	61

قائمة المحتويات

7-توجيهات خاصة بمختلف مراحل التعليم في الطور المتوسط:	62
7-1- توجيهات خاصة بالسنة أولى وثانية متوسط :	62
7-2- توجيهات خاصة بالسنتين الثالثة والرابعة :	62
8-واجبات المدرس تجاه التلميذ المراهق في هذه المرحلة:	62
9-أهداف الأنشطة الرياضية المقدمة في حصة التربية البدنية والرياضية:	63
9-1- الأنشطة الجماعية :	63
9-2- الأنشطة الفردية :	63
10-دور حصة التربية البدنية والرياضية في الحد من التقلبات السلوكية للمراهق:	63
خلاصة:	65
الفصل الرابع: إجراءات ومنهجية البحث	
تمهيد:	67
1- منهجية البحث:	68
2- عينة البحث:	68
3-اختيار العينة:	68
4-مجالات البحث:	69
4-1-المجال المكاني:	69
4-2-المجال الزماني:	69
5- المعالجة الإحصائية:	69
6- طرق وأدوات البحث:	69
6-1- مقياس العدوان العام:	69
6-2- تصحيح المقياس:	70
الفصل الخامس: تحليل ومناقشة نتائج البحث	
1- تحليل نتائج الفرضيات	72
1-1- تحليل نتائج الفرضية الأولى	72
1-2- تحليل نتائج الفرضية الثانية	72
1-3- تحليل نتائج الفرضية الثالثة	73
1-4- تحليل نتائج الفرضية الرابعة	73
2- مناقشة الفرضيات على ضوء النتائج	74
استنتاج عام:	76

قائمة المحتويات

الاقتراحات والتوصيات	78
خاتمة	81
قائمة المراجع	
قائمة الملاحق	

قائمة الجداول

قائمة الجداول

العنوان	الصفحة
الجدول رقم 01 : يبين مستوى دلالة العدوان اللفظي	72
الجدول رقم 02: يبين مستوى دلالة التهجم	72
الجدول رقم 03: يبين مستوى دلالة الاستثارة	73
الجدول رقم 04: يبين مستوى دلالة العدوان غير المباشر	73