

جامعة محمد خيضر - بسكرة -  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية  
قسم التربية حركية



مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
تخصص: تربية حركية عند الطفل والمراهق

## الموضوع

بعض السمات الشخصية وعلاقتها بالتكيف الاجتماعي

لدى تلاميذ مرحلة الثانوية

دراسة ميدانية على مستوى ثانوية الشهيد  
حسينات النوي \* اسطيل \*

المشرف:

د/مزرع السعيد

من إعداد الطلبة:

مردف أسامة شرف الدين

حسينات عبد الحميد

السنة الجامعية 2020/2019



إلى من علمني النجاح والصبر، إلى من علمني العطاء بدون انتظار..أبي.  
إلى من علمتني وعانت الصعاب لأجل إلى ما أنا فيه... إلى من كان دعاؤها  
سرنجاعي وحنانها بلسم جراحي إلى من كانت تنتظر هذه اللحظة لكنها  
غادرتني إلى روحك الطاهرة حبيبتي رحمك الله



إلى أخي الذي بيني وبين نفسي عمار رحمه الله  
إلى أمي الثانية وخير سند في الحياة أختي عبلة  
إلى جميع أفراد أسرتي العزيزة والكبيرة إلى المؤسسات الغاليات وسيلة،  
ليندة، إكرام، نزهة والإخوة عبد الباسط، حسين، ياسين، فيصل، عبد  
العزيز.

إلى أصدقائي رفقاء دربي من داخل الجامعة وخارجها.  
إلى الدكتور الفاضل مزروع السعيد وأساتذتي الكرام بن شعيب، عدة،  
بزيو عادل.. الذين أناروا دروبنا بالعلم والمعرفة.  
إلى كل من يقتنع بفكرة فيدعو إليها ويعمل على تحقيقها، لا ينبغي لها إلا  
وجه الله ومنفعة الناس.

إليكم أهدي ثمرة هذا العمل المتواضع.



# شكر وتقدير

أرى لزاما علي تسجيل الشكر و إعلامه و نسبة الفضل لأصحابه، استجابة

لقول النبي ﷺ : «من لم يشكر الناس لم يشكر الله».

و كما قيل:

علامة شكر المرء إعلان حمده فمن كتم المعروف منهم فما شكر

فالشكر أولا لله عز وجل على أن هداني لسلوك طريق البحث والتشبه بأهل العلم وإن كان بيني وبينهم مفاوز.

كما أخص بالشكر أستاذي الكريم ومعلمي الفاضل المشرف على هذا البحث الدكتور مزروع السعيد فقد كان حريصا على قراءة كل ما أكتب ثم يوجهني إلى ما يرى بأرق عبارة وألطف إشارة، فله مني وافر الثناء وخالص الدعاء.

كما أشكر السادة الأساتذة وكل الزملاء وكل من قدم لي فائدة أو أعانني بمرجع، أسأل الله أن يجزيهم عني خيرا وأن يجعل عملهم في ميزان حسناتهم.



إلى من علمني النجاح والصبر، إلى من علمني العطاء بدون انتظار..أبي.  
إلى من علمتني وعانت الصعاب لأجل إلى ما أنا فيه... إلى من كان دعاؤها  
سرنجاعي وحنانها بلسم جراحي إلى من كانت تنتظر هذه اللحظة لكنها  
غادرتني إلى روحك الطاهرة حبيبتي رحمك الله



إلى أخي الذي بيني وبين نفسي عماررحمه الله  
إلى أمي الثانية وخير سند في الحياة أختي عبلة  
إلى جميع أفراد أسرتي العزيزة والكبيرة إلى المؤسسات الغاليات وسيلة،  
ليندة، إكرام، نزهة والإخوة عبد الباسط، حسين، ياسين، فيصل، عبد  
العزيز.

إلى أصدقائي رفقاء دربي من داخل الجامعة وخارجها.  
إلى الدكتورالفاضل مزروع السعيد وأساتذتي الكرام بن شعيب، عدة،  
بزيو عادل.. الذين أناروا دروبنا بالعلم والمعرفة.  
إلى كل من يقتنع بفكرة فيدعو إليها ويعمل على تحقيقها، لا ينبغي بها إلا  
وجه الله ومنفعة الناس.

إليكم أهدي ثمرة هذا العمل المتواضع.



# شكر وتقدير

أرى لزاما علي تسجيل الشكر و إعلامه و نسبة الفضل لأصحابه، استجابة

لقول النبي ﷺ : «من لم يشكر الناس لم يشكر الله».

و كما قيل:

علامة شكر المرء إعلان حمده فمن كتم المعروف منهم فما شكر

فالشكر أولا لله عز وجل على أن هداني لسلوك طريق البحث  
والتشبه بأهل العلم وإن كان بيني وبينهم مفاوز.

كما أخص بالشكر أستاذي الكريم ومعلمي الفاضل المشرف على  
هذا البحث الدكتور مزروع السعيد فقد كان حريصا على قراءة كل  
ما أكتب ثم يوجهني إلى ما يرى بأرق عبارة وألطف إشارة، فله مني  
وافر الثناء وخالص الدعاء.

كما أشكر السادة الأساتذة وكل الزملاء وكل من قدم لي فائدة أو  
أعانني بمرجع، أسأل الله أن يجزيهم عني خيرا وأن يجعل عملهم في  
ميزان حسناتهم.

# إِهْدَاكَ

بسم لله الرحمان الرحيم

( قل اعملوا فسيرى الله ورسوله اعمالكم )

صدق الله العظيم

الهي لا يطيب الليل الا بشكرك.... ولا يطيب النهار الا بطاعتك.... ولا تطيب اللحظات الا بذكرك...

ولا تطيب الاخرة الا بعفوك.... ولا تطيب الجنة الجنة الا برويتك....

**الله جل جلاله.**

الى من بلغ الرسالة وادى الامانة.... ونصح الامة..... الى نبي الرحمة ونور العالمين.

**سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم.**

الى من كلله الله بالهيبة والوقار.... الى من علمني من العطاء بدون انتظار.... الى من احمل اسمه بكل افتخار...

فللهم إنه في ذمتك وحبل جوارك فقه فتنة القبر وعذاب النار , وأنت أهل الوفاء والحق فاغفر له وارحمه انك انت الغفور الرحيم

**والدي الغالي رحمه الله**

الى ملاكي في الحياة.... الى معنى الحب والى معنى الحنان والتفاني.... الى بسمة الحياة وسر الوجود...

الى من كان دعائها سر نجاحي وحنانها بلسم جراحي.... الى اغلى الحبايب.

**امي الغالية**

الى بهم اكبر وعليه اعتمد.... الى شموع متقدة تنير ظلمة حياتي.... الى من وجودهم اكتسب القوة والمحبة لاحدود لها

المن عرفت معهم معنى الحياة والى كاتاكيك محمد و اركان و يزيد

**اخواتي البنات**

الى اخي الغالي... الى الذي كان رفيق دربي... وهذه الحياة بدونك لاشيء معك اكون انا وبدونك اكون مثل أي شيء

اللهم انه كان يشهد أنك لا إله إلا انت وأن محمداً عبدك ورسولك وأنت اعلم به

**اخي الوحيد رحمه الله.**

دانا بأكثر من يد وقاسينا أكثر من هم وعانينا الكثير من الصعوبات وها نحن اليوم والحمد لله نطوي سهر الليالي وتعب الأيام  
وخلاصة مشوارنا بين دفتي هذا العمل المتواضع.

ففي مثل هذه اللحظات يتوقف اليراع ليفكر قبل أن يخط الحروف ليجمعها في كلمات ... تتبعثر الأحرف وعبثاً أن يحاول  
تجميعها في سطور سطورا كثيرة تمر في الخيال ولا يبقى لنا في نهاية المطاف إلا قليلاً من الذكريات وصور تجمعنا برفاق كانوا  
إلى جانبنا

فواجب علينا أن نشكرهم ونهديهم عملنا هذا ونحن نخطو خطواتنا الأولى في غمار الحياة.

إلى من علمونا حروفاً من ذهب وكلمات من درر وعبارات من أسمى وأجلى عبارات في العلم إلى من صاغوا لنا علمهم حروفاً  
ومن فكرهم منارة تنير لنا سيرة العلم والنجاح إلى **أساتذتنا الكرام في المعهد علوم وتقنيات النشاطات الرياضية والبدنية ونتوجه**  
**بالشكر الجزيل إلى الدكتور مزرع السعيد** الذي تفضل بالإشراف على هذا المشروع فجراه الله عنا كل خير فله كل التقدير  
لاحترام.

الى الاخواتي الذين لم تلهم امي ...الى من نحلو بالإخاء وتميز بالوفاء والعطاء...الى من بيه الصدق الصافي ....  
الى من معهم سعادت وبرفقتهم في دروب الحياة الحلوة والحزينة سرت من كانوا معي على طريق النجاح والخير...  
الى ما عرفت كيف اجدهم وعلموني لا اضيعهم...

### اصدقائي

الى من رأيت التفاؤل في عينيها ..... والسعادة في ضحكتها .....الى شعلة الذكاء والنور .....  
الى وجه المفعم بالبراءة ولمحبتك ازهرت ايامي وتفتحت براعم الغد.

### ملاكــي شيماء .

تسابق الكلمات وتتراحم العبارات لتتنظّم عقد الشكر الذي لا يستحقه إلا أنتم، إليكم يا من كان لهم قدم السبق في ركب العلم  
والتعليم، إليكم يا من بذلتم ولم تنتظروا العطاء، إليكم أهدي عبارات الشكر والتقدير اشتقنا لكم

**محمد سعيد... عمار... محمد الطاهر.....سمير**

### الف رحمة عليهم

## قائمة المحتويات

الصفحة	قائمة المحتويات
	شكر وعرفان
	إهداء
	قائمة المحتويات
	مقدمة

## الجانب التمهيدي

03	الإشكالية
04	الفرضيات
05	أهداف الدراسة
05	أسباب اختيار الموضوع
06	أهمية الموضوع
06	تحديد المفاهيم والمصطلحات
07	الدراسات السابقة والمشابهة



# الجانب النظري

## الفصل الأول: بعض السمات الشخصية

12	تمهيد
13	1- مفهوم الشخصية في علم النفس
14	2- أصول اللغوية لمفهوم الشخصية
14	3- تعريف الشخصية لدى بعض العلماء
15	4- خصائص الشخصية
15	4-1- الشخصية الشعورية
15	4-2- الشخصية تتوافق باستمرار مع بيئتها
16	4-3- الشخصية تسعى لتحقيق أهداف خاصة
16	4-4- الافتراضية
16	4-5- الفرد
16	4-6- الديناميكية
16	4-7- التكامل
16	4-8- الاستعداد السلوك
16	4-9- الزمنية
16	5- أنواع الشخصية
16	5-1- الشخصية العلمية
16	5-2- الشخصية الفكرية
17	6- مكونات الشخصية
17	6-1- مكونات جسمية
17	6-2- مكونات عقلية معرفية
17	6-3- مكونات انفعالية
17	6-4- مكونات اجتماعية

18	6-5-مكونات بيولوجية
18	6-6-مكونات بيئية
18	7-العوامل المؤثرة في الشخصية
18	7-1-الخبرة البيئية
18	7-2-تأثير الوراثة
19	7-3-التفاعل بين الوراثة والبيئة
19	8-نظريات الشخصية
19	8-1-النظرية النفسية الديناميكية
20	8-2-النظريات الاستعدادية
20	8-3-نظرية الأنماط
21	8-4-نظرية الأنماط السيكلوجية
21	8-5-نظرية الأنماط الجسمية
22	8-6-نظرية شيلدون
23	8-7-نظرية السمات
23	9-تعريف السمات الشخصية
24	10-أنواع السمات
24	10-1-السمات المعرفية
24	10-2-السمات الديناميكية
24	10-3-السمات القبلية
24	10-4-السمات المركزية
24	10-5-السمات الثانوية
24	10-6-السمات العامة
24	10-7-السمات الموقفية
25	10-8-السمات الشعورية واللاشعورية
25	10-9-سمات وجدانية وانفعالية
25	10-10-سمات واقعية

25	10-11- سمات اجتماعية
26	خلاصة

## الفصل الثاني: التكيف الاجتماعي

27	تمهيد
28	01- مفهوم التكيف الاجتماعي
29	02- اتجاهات التكيف الاجتماعي
29	2-1- الاتجاه النفسي
29	2-2- الاتجاه الاجتماعي
30	2-3- الاتجاه التكاملي النفسي الاجتماعي
30	03- أنواع التكيف الاجتماعي
30	4-1- التكيف الذاتي
31	4-2- التكيف النفسي
31	4-3- التكيف الاجتماعي
32	4-4- التكيف البيولوجي
32	04- شروط التكيف الاجتماعي
32	5-1- الراحة النفسية
32	5-2- مفهوم الذات
32	5-3- تقبل الذات وتقبل الآخرين

32	4-5- القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية
33	5-5- القدرة على التضحية وخدمة الآخرين
33	5-6- اتخاذ أهداف واقعية
33	5-7- اكتساب عادات ومهارات سليمة
34	5-8- المسايرة
34	05- أشكال التكيف الاجتماعي
34	06- عوامل التكيف الاجتماعي
35	07- أهمية الرياضة المدرسية والنشاط البدني والرياضي في تحقيق التكيف الاجتماعي
36	خلاصة

### الفصل الثالث: المراهقة

38	تمهيد
39	1-تعريف المراهقة
39	1-1تعريف المراهقة لغة
39	1-2تعريف المراهقة اصطلاحا
39	2-خصائص المراهقة
39	2-1النمو الجسمي
39	2-2النمو المورفولوجي
40	2-3النمو النفسي
40	2-4النمو الاجتماعي
40	2-5النمو العقلي والمعرفي

41	2-6 النمو الوظيفي
41	2-7 النمو الحركي
41	2-8 النمو الانفعالي
40	2-9 النمو الجنسي
42	3-3 حاجات مرحلة المراهقة
42	3-1 الحاجة الى الامن
42	3-2 الحاجة الى حب قبول
42	3-3 الحاجة الى مكانة الذات
42	3-4 الحاجة الفيزيولوجية
43	3-5 الحاجة الى الاستقلال
43	3-6 الحاجة الى التفهم والدعم
43	4-مراحل المراهقة
43	4-1 مرحلة ما قبل المراهقة
43	4-2 مرحلة المراهقة المبكرة
44	4-3 مرحلة المراهقة المتأخرة
44	5-أنواع المراهقة
44	5-1 مراهقة سوية او مكيفة
44	5-2 مراهقة انسحابية
44	5-3 مراهقة منحرفة
45	5-4 مراهقة عدوانية
45	6-مشاكل المراهقة
45	6-1 المشاكل النفسية
45	6-2 المشاكل الاجتماعية
46	7-العوامل المؤثرة في المراهقة

46	7-1 عامل الوراثة
46	7-2 عامل البيولوجي
46	7-3 عامل البيئة
46	7-4 عامل النضج
46	7-5 عامل التعلم
46	7-6 عامل الجنس
47	7-7 عامل التغذية
47	8-الاتجاهات الأساسية المفسرة لطاهرة المراهقة
47	8-1الاتجاه البيولوجي او العدواني
47	8-2الاتجاه النفسي السيكلولوجي
47	8-3الاتجاه الاجتماعي
48	8-4الاتجاه التكاملي
48	9-خصائص النمو في مرحلة المراهقة المتأخرة (17-21سنة)
48	9-1-الخصائص المورفولوجية
48	9-2-الخصائص الفيزيولوجية
49	9-3-الخصائص الحسية حركية
49	9-4-الخصائص العقلية
50	9-5-الخصائص النفسية
50	9-6-الخصائص الاجتماعية
50	10-أهمية التربية البدنية والرياضية في هذه المرحلة
51	11-أزمة المراهقة
52	خلاصة

# الجانب التطبيقي

## الفصل الأول: الإجراءات المنهجية للبحث

56	1-دراسة الاستطلاعية
56	2-منهج الدراسة
57	3-مجتمع الدراسة وعينة البحث
58	4-أدوات الدراسة
58	5-متغيرات الدراسة
59	6-مجالات الدراسة
59	7-وسائل الإحصائية المستخدمة في الدراسة
61	خاتمة
63	قائمة المصادر والمراجع

### مقدمة:

ان درس التربية البدنية والرياضية يعتبر الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي كما هو حجر في كل مناهج التربية الرياضية.

لذلك تعتبر المؤسسة التعليمية " الثانوية " احدى الركائز المؤسسات الاجتماعية في تكوين جيل الغد وتوجيههم توجيهها سليما يتماشى مع الاهداف كما تلعب دورا في تكوين وتربية شبابنا من الناحية النفسية والاجتماعية ولما تكسبه التربية الرياضية من اهداف سامية تخدم كل متطلبات الشباب في كل الجوانب خاصة الجانب النفسي ، فقد اصبحت علما وفنا له اصوله ومبادئه واهدافه تعزز من خلاله عملية التعلم واكتساب المهارات في عصرنا هذا الذي نعيش فيه والذي يتسم بالتطور السريع الذي لم يسبق له مثيل في مجالات المعرفة والبحث العلمي ، ولقد اصبحت التربية البدنية والرياضية او درس التربية البدنية والرياضية يشغل مكانا واضحا في ثقافة كل مجتمع متحضرا ، وواقع التربية البدنية والرياضية لم تعد حركات او مهارات بل اصبحت علما له اصوله وقواعده كأن ترتقي ببعض السمات النفسية والانفعالية بطريقة ايجابية للفرد قد تكامل الشخصية المتزنة، واكتسابه تكييفا اجتماعيا ومدرسيا في محيط الذي يعيش فيه وان فلسفة التعلم من اجل التعليم او من اجل معرفة في حد ذاتها قد انتهت واصبح الاهتمام بالتعليم يركز على التعليم وتربية الفرد بهدف تكوين شخصية ناضجة ومرتزة ذات ابعاد نفسية ايجابية ، اي ان تعمل وتهتم بنمو التلميذ اجتماعيا وصحيا ونفسيا. ولقد قسمنا هذا البحث الى جانبين جانب نظري وجانب تطبيقي، تناولنا ثلاث فصول في الفصل الاول تطرقنا لبعض السمات الشخصية حيث تم عرض مفهومها في علم النفس والأصول اللغوية وتم التطرق إلى تعريف السمات عند بعض علماء النفس أمثال: كاتل، ايزك. وغيرهم إضافة إلى خصائص الشخصية ومكوناتها وأنواعها والعوامل المؤثرة فيها.

أما في الفصل الثاني تناولنا فيه التكيف الاجتماعي تعريفه مروراً باتجاهاته وأنواعه بالإضافة إلى شروطه وأشكاله. وتطرقنا في الفصل الثالث الى مرحلة المراهقة حيث تم عرض تعاريف لها وأهم النظريات المفسرة لها بالإضافة إلى خصائص النمو في هذه المرحلة وأهمية النشاط البدني الرياضي بالنسبة إلى المراهق وإلى ما ذلك من النقاط المهمة.

أما جانب التطبيقي تناولنا فيه فصل واحد يشمل منهجية البحث والاجراءات الميدانية.



الجانِب

التمهيدِي

### الإشكالية:

تعد التربية التي يتلقاها الأفراد مقياساً لمدى تطور الأمم، فهي تنمي شخصية الفرد من أجل القيام بدور اجتماعي فعال، فكلمة التربية تطلق على كل عملية أو نشاط أو مجهود يؤثر في قوى الطفل وتكوينه بالزيادة أو النقصان أو الترقية أو الاجتماعية بمعناها العام أو المحدود، فالطفل خاضع باستمرار لعملية تغيير في تكوينه الجسدي والعقلي والخلقي، وهذه العمليات هي التربية ومصدرها أو مسبباتها هي عوامل التربية.

كما أن التربية البدنية والرياضية هي إحدى أوجه التطور الحضاري، فدرجة تقدم وانتشار ممارستها مرتبطة بمدى القدرات والامكانيات المادية للدولة، وممارستها في المؤسسات التربوية في كل مراحلها يضمن المحافظة على الحالة الصحية للتلاميذ وينمي القدرات الحركية والنفسية وتحسين العلاقات الاجتماعية، ووجود حصة التربية البدنية والرياضية ضمن البرنامج الأسبوعي للتدريس دليل على الأهمية البالغة في كونها مادة أكاديمية يجب ممارستها وليس حشواً داخل البرنامج أو أنها حصة ترفيهية فقط، ومن أجل الارتقاء بمستوى التلاميذ لا بد من دراسة سماتهم الشخصية وذلك عن طريق استخدام إحدى المقاييس النفسية الخاصة بالسمات الشخصية، هذه الأخيرة هي واحدة من المواضيع التي اهتم بها علماء النفس لأنها تتناول الفرد في كل جوانبه النفسية ومفرداته البدنية والعقلية والاجتماعية وما يتعلق به من أنشطة متنوعة تؤثر عليه من تفاعله مع محيطه، فالسمات تبني على أساس وراثي لكنها تهذب وتتصل من خلال مزاولته النشاط الرياضي داخل البيئة وخارجها في كافة مراحل تكوين الشخصية وأبعادها، كالعصبية والاكتئابية والاجتماعية، فالتكيف الاجتماعي يعني قدرة الفرد على اتباع السلوك الذي يتوافق على ما هو سائد في المجتمع بشكل يحقق له الرضا عن نفسه ورضا الجماعة عنه، وبمفهومه العام هو مظهر من مظاهر الصحة النفسية، ويعد عملية ديناميكية مستمرة بين الفرد والبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، يهدف فيها الفرد إلى تعديل سلوكه بما يتوافق مع بيئته الاجتماعية مما يمكن من إقامة علاقات جيدة مع الآخرين ليوافق بين نفسه والعالم المحيط به، وكمثال على ذلك عندما ينتقل البدوي من بيئة البداوة إلى مدينة السكن الدائم، فعليه القيام بعمليات التكيف وتحمل تبعاتها من تعديل وتغيير، وذلك بسبب اختلاف ثقافة البدوية.

والفرد عندما ينتقل من مرحلة الى مرحلة أخرى يواجه ظروفًا جديدة يتوجب عليه انماطًا من أساليب التكيف الاجتماعية، من شأنها أن يؤدي الى حفظ توازنه الاجتماعي والحياة بطريقة مقبولة مع البيئة الاجتماعية الجديدة.

وهذا نراه جليًا في مرحلة مهمة من مراحل النمو الإنساني كما عرّجت عليها سابقًا ألا وهي مرحلة المراهقة ونخص بالذكر تلاميذ المرحلة الثانوية والتي تعتبر مرحلة مهمة في تحديد سلوك التلميذ وتكوينه لذاته بصفة عامة، والتي بدورها تسمح له بتكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين، والتلميذ في هذه المرحلة هو مراهق أي يمتاز بجملة من الخصائص النمائية المتعددة التي بدورها لها تأثير على ذاته وبالتالي على سلوكه. وكل هذا للبحث في هذا الموضوع، وهو تحديد ما إذا كانت هناك علاقة بين بعض السمات الشخصية والتكيف الاجتماعي بالنسبة لتلاميذ المرحلة الثانوية، ومن هذا المنطلق نطرح التساؤل في الصيغة الاستفهامية الآتية:

هل توجد علاقة بين بعض سمات الشخصية والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

**التساؤل العام:**

- هل توجد علاقة بين بعض سمات الشخصية والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

**-التساؤلات الجزئية:**

- هل توجد علاقة بين سمة العصبية والتكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية؟

- هل توجد علاقة بين سمة العدوانية والتكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية؟

- هل توجد علاقة بين سمة الاكتئابية والتكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية؟

- هل توجد علاقة بين سمة الاجتماعية والتكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية؟

- هل توجد علاقة بين سمة الهدوء والتكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية؟

**الفرضية العامة:**

- توجد علاقة بين بعض سمات الشخصية والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

**الفرضيات الجزئية:**

- توجد علاقة بين سمة العصبية والتكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.

- توجد علاقة بين سمة العدوانية والتكيف الاجتماعى لتلاميذ المرحلة الثانوية.
- توجد علاقة بين سمة الاكتئابية والتكيف الاجتماعى لتلاميذ المرحلة الثانوية.
- توجد علاقة بين سمة الاجتماعية والتكيف الاجتماعى لتلاميذ المرحلة الثانوية.
- توجد علاقة بين سمة الهدوء والتكيف الاجتماعى لتلاميذ المرحلة الثانوية.

#### أهداف الدراسة:

#### الهدف العام:

- معرفة العلاقة بين بعض سمات الشخصية والتكيف الاجتماعى لدى تلاميذ الطور الثانوى.

#### الأهداف الفرعية:

- معرفة العلاقة بين سمة العصبية والتكيف الاجتماعى لدى تلاميذ الطور الثانوى.
- معرفة العلاقة بين سمة العدوانية والتكيف الاجتماعى لدى تلاميذ الطور الثانوى.
- معرفة العلاقة بين سمة الاكتئابية والتكيف الاجتماعى لدى تلاميذ الطور الثانوى.
- معرفة العلاقة بين سمة الاجتماعية والتكيف الاجتماعى لدى تلاميذ الطور الثانوى.
- معرفة العلاقة بين سمة الهدوء والتكيف الاجتماعى لدى تلاميذ الطور الثانوى.

#### -أسباب اختيار الموضوع:

ان من الأسباب التى جعلتنا نختار موضوع دراستنا هذا والمتمثل فى بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالتفوق الاجتماعى لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- قلة الدراسات التى تخص تلاميذ المرحلة الثانوية من ناحية صفاتهم الشخصية.
- ابراز علاقة بين سمات الشخصية والتكيف الاجتماعى لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- معرفة السمة الغالبة عند تلاميذ المرحلة الثانوية.
- معرفة العلاقة بين أبعاد السمات الشخصية (العصبية، العصبية، الاكتئابية، الاجتماعية، الهدوء) بالتكيف الاجتماعى عن تلاميذ المرحلة الثانوية.

### أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة باعتبارها تبحث في:

- العلاقة بين سمات الشخصية والتكيف الاجتماعي في الميدان التربوي والتي تخص تلاميذ مرحلة الثانوية.
- تناول هذا البحث شريحة هامة من شرائح المجتمع ألا وهي شريحة تلاميذ المرحلة الثانوية والتي هي المستقبل المجتمع من خلال الكشف على طبيعة سلوكهم.
- العلاقة بين أبعاد السمات الشخصية والتكيف الاجتماعي.
- أهمية هذا البحث في المساهمة ولو بالشيء القليل بمرجع يفيد الطلبة الباحثين في هذا المجال.

### تحديد المفاهيم والمصطلحات:

**الشخصية:** يذكر البورت نقلا عن السيد محمد غنيم 1975 أن كلمة الشخصية مشتقة من اللفظ اللاتيني Persona ويقصد به القناع الذي كان يرتديه الممثل لكي يعطي المشاهد الانطباع الخاص بالدور الذي يقوم بتمثيله.

ويعرفها فيصل عباس على أنها نموذج حياة الفرد، وهي مبدأ نستخلصه من ملاحظة إحداث سلوكي متكرر، والشخصية هي كل متكامل تتضمن قدرات الفرد وميوله واتجاهاته وإرادته.

**السمة:** السمة الشخصية تكون الطريقة العامة في إدراك مجموعة من المواقف أو الاستجابة لمجموعة من المنبهات الداخلية أو الخارجية.

**إجرائيا:** السمة: مجموعة من الصفات المكتسبة والتي تميز فرد عن آخر تعبر عن استعداده لنوع من السلوك.

**التكيف الاجتماعي:** يعرفه أحمد زكي بدوي أن التكيف الاجتماعي هو عملية اجتماعية تتضمن نشاط الأفراد والجماعات وسلوكه التحرري الملائمة والانسجام بين جملة الأفراد وبين الجماعات ومن الضروري أن يتكيف الأفراد لما يسود مجتمعهم من عادات وأذواق وآراء واتجاهات حتى تسير جوانب الحياة الاجتماعية في توافق.

## الدراسات السابقة والمشاهدة:

### الدراسة الأولى:

دراسة قاسمي وحيد، 2014 بعنوان السمات الشخصية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالرضا الوظيفي، حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة علاقة السمات الشخصية لأستاذ التربية البدنية بالرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية بثانويات مدينة بسكرة، وكذلك التعرف على العلاقة بين السمات الشخصية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وظروف العمل، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة تتكون من 30 أستاذ للمرحلة الثانوية، اختيرت بطريقة مقصودة حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي واستعمال مقياس السمات الشخصية لأساتذة التربية البدنية والرياضية واستمارة استبيان للرضا الوظيفي، وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود علاقة بين السمات الشخصية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وكل من المتغيرات الثلاثة (ظروف العمل، الأجر، الإشراف).

### الدراسة الثانية:

دراسة عروسي عبد الرزاق، 2010، بعنوان سمات شخصية المدرب الرياضي وعلاقتها بدافعية التعلم لدى المبتدئين من 09-12 سنة في كرة القدم، حيث هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين سمات شخصية المدرب الرياضي ودافعية التعلم لدى المبتدئين في كرة القدم وكذلك معرفة علاقة سمات شخصية المدرب الرياضي والدافعية الداخلية للمتعلم والدافعية الخارجية للتعلم، ونقص دافعية التعلم لدى المبتدئين في كرة القدم 09-12 سنة، ولتحقيق ذلك تم اختيار عينة بالطريقة العمدية من لاعبي بطولة الجهوي الأول لرابطة باتنة أي 10 مدارس كرة قدم أي مجموع 180 لاعب من أصل 288 لاعب و10 مدربين من أصل 16 مدرب حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي واستعمال سمات شخصية المدرب الرياضي وكذلك مقياس دافعية الرياضة.

حيث أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين سمات شخصية المدرب الرياضي ودافعية التعلم لدى المبتدئين في كرة القدم وكذلك تأكيد علة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين سمات شخصية المدرب الرياضي والدافعية الداخلية للتعلم لدى المبتدئين، كما أنه يوجد علاقة ارتباطية موجبة بين سمات شخصية المدرب الرياضي ونقص دافعية لدى المبتدئين 09-12 سنة.

### الدراسة الثالثة:

دراسة عبد الحاكم عبد القادر، 2013، بعنوان ممارسة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، حيث هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين ممارسة التربية البدنية والرياضية بالتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ومعرفة مدى وجود فرق بين التلاميذ الممارسين وغير ممارسين للتربية البدنية والرياضية في التكيف الاجتماعي المدرسي، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة تتكون من 150 تلميذ، 100 تلميذ ممارس و50 غير ممارس اختيرت بطريقة عشوائية مقصودة، حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي واستعمال مقياس التكيف الاجتماعي ومقياس السمات الشخصية، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين التربية البدنية والرياضية والتكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وكذلك أن التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية لديهم تكيف اجتماعي إيجابي يختلف عن غير الممارسين.

### نتائج الدراسة:

- 1- أن ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية التنافسية لها دور إيجابي في تعديل التكيف الاجتماعي لدى فئة الأحداث في خطر معنوي.
  - 2- أن غير الممارسين للنشاط البدني، سلوكهم بقي ثابت ولم يتغير رغم وجودهم في مركز يهتم بالجانب الاجتماعي النفسي.
  - 3- كرة القدم أثرت إيجابيا على مجموعة الأحداث في خطر.
  - 4- الكرة الحديدية وهي رياضة فردية لم تحقق الهدف المنشود منها وهو تعديل السلوك.
- 9- التعليق على الدراسات السابقة:

بعد العرض السابق للدراسات السابقة والمشابهة والمتعلقة بالتكيف الاجتماعي والسمات الشخصية، يمكن توضيح جوانب التركيز في هذه الدراسات حتى يتم الربط بينها وبين الدراسة الحالية وكذلك لأهمية الوقوف على ما يفيد ويدعم الدراسة في جوانبها المتعددة والمرتبطة بتلاميذ المرحلة الثانوية، والتي يجب ابرازها لفائدتها العلمية والعملية للدراسة الحالية، بالإضافة إلى أن تحليل هذه الدراسات سوف يساعد الباحث على تبين

مدى الاتفاق أو الاختلاف بين هذه الدراسات والدراسة الحالية فضلا عن أوجه الاستفادة من هذه الأخيرة كذلك، وسوف نقوم بعرض تعليق عام على هذه الدراسات السابقة.

- لقد سمحت هذه الدراسات السابقة للباحث بكسب مادة علمية أو خلفية نظرية خصبة بالأمر المتعلقة والمؤثرة في التكيف الاجتماعي والتي كان منها ما يدعى بالسمات الشخصية والذي احتل مكان في دراستي هذه بكونه أحد متغيرات هذه الدراسة، فالسمات الشخصية لها جملة من الأبعاد والتي منها: العصبية، العدوانية، الاكتئابية... إلى غير ذلك من الأبعاد والتي ارتقينا فيها إمكانية وجود علاقة بينها وبين تحقيق التكيف الاجتماعي.

وساعدت كذلك الدراسات السابقة الباحث في تحديد جملة المفاهيم والمصطلحات، وكذلك تفسيرها اجرائيا مع ما يتناسب مع موضوع الدراسة الحالية في كون معظمها استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي وهو نفس المنهج الذي استخدمه الباحث وكذلك تحديد العلاقة بين السمات الشخصية والتكيف الاجتماعي.

ولقد لاحظ الباحث ان معظم هذه الدراسات ركزت على التكيف الاجتماعي لدى فئة المراهقين كذلك الأطفال والشباب نفسه بالنسبة لهذه الدراسة والتي ركزت على تلاميذ المرحلة الثانوية والتي هي مرحلة المراهقة، ولذا فضل الباحث البداية من مكان نهاية الدراسات السابقة لذات الموضوع، وهذا عن طريق القيام بهذه الدراسة للتعرف على ما ان كانت هناك علاقة بين السمات الشخصية والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.



# الجانب النظري

# الفصل الأول

## سمات الشخصية

## تمهيد :

اهتم علماء النفس والتربية بموضوع الشخصية منذ القدم، والتي كانت تشكل مجالا واسعا للنقاش فمنهم من نظر اليها من جانب مكوناتها ومنهم من نظر اليها من جانب ابعادها ونموها وتطورها واختلفوا ايضا في محدداتها بين الوراثة والبيئة وكان كل ذلك على اساس نظريات متعددة ومتباينة، بحيث نجد هطا يتميز بشخصية تظهر عصبية وعدم تعامله مع الاخرين اي غير اجتماعي واخر يتميز بطابع اجتماعي، مما يتيح لكل شخصية اثبات تمايزها وطياتها ويجعلها مختلفة وفريدة عن مختلف الشخصيات. وطلبك سواء من حيث طريقة التفكير والكلام والتصرف او السلوك او من حيث الاستجابة لأحداث الحياة او ضغوط المواقف الاجتماعية او من حيث تفاعل هذه الشخصية مع الاخرين ومدى قبلهم لها، حيث تتأثر شخصية الفرد بمجموعة من العوامل كعامل البيئة والوراثة فقد ينتج كثير من الصفات عن مزج من التأثيرات الوراثية، وفي اغلب الاحيان يصعب او يستحيل ان نحدد النسب المئوية لأهمية كل المؤثرات الوراثية والبيئية، لكن يسهل ان ترى الاثنين يعملان معا في تفاعل.

## 1- مفهوم الشخصية في علم النفس :

يدرس علم النفس الشخصية من ناحية مكوناتها او ابعادها الاساسية ونموها وتطورها ومحدداتها الوراثية وطرق قياسها واضطراباتها، كل ذلك على اساس النظريات متعددة كثيرا ما تكون متباينة، وان كان الهدف بينهما مشترك وهو التنبؤ بالسلوك الانساني في مختلف المواقف والأوقات.

ان دراسة السيكولوجية للشخصية تعتمد وتتأثر بتيارين، هما العلوم الاجتماعية والبيولوجية، ونظر لما لها في علم النفس من مكانة اقترح بعض العلماء النفس ان يطلق عليها " علم الشخصية PERSONOLOGY" اشارة الى امكانية قيامها تخصصا قائما بذاته.

وقد زاد الاهتمام بدراسة الشخصية منذ الثلاثينيات من هذا القرن وحتى الوقت الراهن زيادة كبيرة ذلك منذ بداية المنظم لتحليل العملي، ويتضح ذلك من الزيادة المطردة في كمية البحوث المنشورة في الدوريات السيكولوجية التي تختص بالشخصية، فضلا عن صدور اعداد كبيرة من الكتب والمراجع عنها.<sup>1</sup>

ويرى " البورت " ( ALLPORT 1937 ) الشخصية هي التنظيم الذاتي الدينامي داخل الفرد لتلك الاجهزة النفسية والجسمية التي تحدد طابعه الخاص في توافقه لبيئته ويركز هذا التعريف على طبيعة الارتقائية للشخصية ، كما يركز على الجوانب الداخلية اكثر من المظاهر السطحية . كذلك يتضمن فكرة التنظيم الداخلي، اي ان الشخصية ليست مجرد مجموعة اجزاء بل عمليات تنظيمية تكاملية وضرورية لتفسير ونمو ودينامية وتركيب الشخصية. واخيرا فان تنظيم الشخصية يتضمن عمل كل من الجسم والعقل في وحدة لا تنقسم.

" جيلفورد " هي ذلك النموذج الفريد الذي تتكون منه سماته، ويركز هذا المفهوم على مبدأ الفروق الفردية وعلى مفهوم السمة.

" كاتل " الشخصية هي ما يمكننا من التنبؤ بما سيفعله الشخص عندما يوضع في موقف معين.

اما " اينريك " الشخصية هي ذلك التنظيم الثابت والدائم الى حد ما، لطابع الفرد ومزاجه وعقله وبنية جسمه والذي يحدد توافق الفرد لبيئته.

<sup>1</sup>بدر محمد الأنصاري، قياس الشخصية، دار الكتاب الحديث، الكويت، 2009، ص29-30

ومن الطبيعي ان يختلف هذا التنظيم من شخص الى اخر تماما كما تختلف بصمات اصابعهم، مما يتيح لكل شخصية اثبات تمايزها وذاتيتها ويجعلها مختلفة وفريدة عن مختلف الشخصيات. وذلك سواء من حيث طريقة التفكير والكلام والتصرف او السلوك من حيث الاستجابة لإحداث الحياة او ضغوط المواقف الاجتماعية او من من حيث تفاعل هذه الشخصية مع الاخرين ومدى قبولهم لها . ولكل شخصية سماتها او معالمها الرئيسية، والتي تحدد خصائص هذه الشخصية ونقاط ضعفها وقوتها وايضا مدى مرونتها وقدرتها على التكيف. ولهذا اهتم العلماء نفس الشخصية بتحديد السمات او الصفات النفسية مثل: الكرم والطيبة والاندفاع والقلق واللامبالاة... الخ ذات الثبات النسبي، والتي يختلف فيها الافراد فيتميز بعضهم على بعض، اي هناك فروق فردية.<sup>2</sup>

### 1. الاصول اللغوية لمفهوم الشخصية:

الشخصية: كلمة مشتقة من شخص والشخص كما في مختار الصحاح، المرادي سواء الانسان او غيره كما تراه من بعيد وجمعه، وجمعه في القلة " أشخص " وفي الكثرة " شخوص " ويقول " احمد زكي صالح 1979 " ان الشخصية في العربية مشتقة من الفعل شخص، وجاء في الاساس (من مجاز شخص الشيء اي عينه) ويلوح ان المقصود فيما هو بعين الفرد.

### 2. تعريف السمات لدى بعض علماء النفس:

تعددت تعريفات علماء النفس للشخصية، وكذلك اختلفت تعريفاتها لسماتها تبعا لاختلاف نظراتهم ونظرياتهم عن الشخصية.

تعريف " كاتل " : السمة مجموعة ردود الافعال والاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة.

تعريف " ايزيك " : السمات مجموعة من الافعال السلوكية التي تتغير معا.

تعريف " ستاجنرك " : سمة الشخصية تكون طريقة العامة في إدراك مجموعة من المواقف او الاستجابة.

تعريف في معجم " دريفير " : السمة الخاصة فردية في الفكر والمشاعر او الفعل وراثية او مكتسبة.<sup>3</sup>

الشخصية: نمط سلوكي مركب، ثابت ودائم الى حد كبير، ويتكون من تنظيم فريد من مجموعة من الوظائف والسمات والأجهزة المتفاعلة معا والتي تضم القدرات العقلية والوجدان والانفعال والنزوع

<sup>2</sup> بدر محمد الأنصاري، مرجع سابق، ص31

<sup>3</sup> عبد المنعم الميلادي، الشخصية وسماتها، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 2006، ص31-32

او الارادة والتركيب الجسمي، والوظائف الفيزيولوجية والميول والاتجاهات التي تحدد اسلوب الفرد في التوافق مع البيئة.<sup>4</sup>

### 3. خصائص الشخصية:

#### 1-4. الشخصية الشعورية:

ان الصفة المشتركة في الشخصيات والتي هي في نفس الوقت ذاته احدى المفاهيم ذات الأهمية البالغة في جميع حقول علم النفس، وانما هي الشعور، تلك القابلية الفردية التي نملكها وندرك بها ما يجري والشعور لا يتصل بعمل المشتغل بالفيزياء والكيمياء او اي طالب في دراسة المواد اللاعضوية او غير الحية ولكن المختص بعلم الاحياء وعالم النفس في ملاحظته للسلوك يلاحظ لأول وهلة ان الكائنات الحية مدركة لما يجري وان سلوكها متأثر بهذا الاطلاع.

ويجب ان نعتقد بان الشعور دائما اما يكون حاضرا كليا واما ان يغيب كليا في الواقع، فخلال اللحظات التي تسبق تماما النوم العميق يأخذ شعورنا بالضعف التدريجي وتبدأ درايتنا لبيئتنا تقل شيئا فشيئا وبالمثل خلال الوقت التعب او الانهك، فقد تكون اقل ادراكا لبيئتنا منا حينما نكون في يقظة كاملة او نشاط.

#### 2-4. الشخصية تتوافق باستمرار مع بيئتها:

ان جميع النشاطات الفردية هي توافق او ردة فعل لبيئته وحياته الداخلية ، فان سلوك اي فرد انما هو عقلي بالنسبة له كما ان سلوكه يبدو انه اكثر احتمالا للوصول الى تلك الاهداف التي يضعها لنفسه باعتبارها غايات مرغوب فيها لحياته ، وقد تغير اهدافه سلوكه احيانا كما هو الحال في وقت الزواج وحينما يحصل هذا يجب ان تقام توافقات جديدة فسلوك الفرد الاعزب الذي يكون لنفسه حياة خاصة به ، يتأثر نسبيا بحاجات الاخرين فسلوكه منصرف لحياة يحياها بمفرده اما في حالة الزواج فان هذا الاسلوب غالبا ما يتعارض و متطلبات المشاركة ، ولأجل ان يكون الزواج سعيدا فمن الضروري اتخاذ توافق جديد .

<sup>4</sup> أحمد محمد عبد الخالق، قياس الشخصية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2007، ص64

**4-3. الشخصية تسعى لتحقيق الاهداف خاصة:**

ان وجود الاهداف في حياة الانسان هي الخاصية الثالثة المهمة لشخصية فحينها يجهد الفرد نفسه لضبط مادة دراسية وحينما يقتصد من ماله لقضاء عطلة نهاية الاسبوع خارج المنزل وحينما يحاول النجاح في الانتخابات لكسر شوكة الخصم، ففي كل تلك الاعزال انما يسعى الى هدف يفسر سلوك الانساني عن طريق فهم لتلك المقاصد والاهداف والتي توجه تصرفاته.

**4-4. الافتراضية:**

ان الشخصية مكون الافتراضي يتم التعرف عليها من خلال السلوك الذي يمكن ملاحظته وقياسه.

4-5. **الفرد:** تتميز شخصية الفرد من حيث انها مختلفة من شخص الى اخر.

4-6. **الديناميكية:** الشخصية هي نتاج العلاقة المتحركة غير الثابتة بين الفرد من جهة وبيئته الثقافية من جهة اخرى.

4-7. **التكامل:** الشخصية هي نظام متكامل من الجوانب البدنية والمعرفية والانفعالية للفرد.

4-8. **الاستعداد السلوك:** الشخصية هي تنظيم مستعد لأنماط معينة للسلوك.

4-9. **الزمنية:** ترتبط شخصية الفرد بالزمن من لها ماضي وحاضر، وكذلك مستقبل تطمح اليه.

**4. انواع الشخصية:**

5-1. **الشخصية العلمية:** لا شك في ان الشخصية تظهر في العمل والتنفيذ وهي اشد تأثيرا وظهورا في الحياة العملية على الفلسفة البعيدة عن الحياة مثل ذلك ما يقوم به المثل على خشبة المسرح وما يقوم به الناس على ارض الواقع، وتمثل الشخصية العلمية القادة والمربين الذين ترى اثارهم في عملهم الذي قاموا به.

5-2. **الشخصية الفكرية:** وهي التي تتصرف قوتها في ان يكون الانسان قويا في روحه عظيما في خلقه، وان العالم الذي نراه اليوم بما فيه من تقدم حضارة، وما هو الا عصارة اذهان تلك الشخصية القوية التي فكرت وتخيلت وجرحت ونفذت.<sup>5</sup>

<sup>5</sup> عبد الرحمن غربي، السمات الشخصية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى أساتذة ت ب ر معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، النشاط البدني التربوي، جامعة ورقلة، 2014، ص21

## 5. مكونات الشخصية:

قد اختلف العلماء في تحديد هذه المكونات تبعاً لاختلاف منطقاتهم النظرية:

حسب " فرويد " تتمثل ثلاثة منظومات في الهو والانا والأنا العليا.

الهو: يعني هذا القسم من الشخصية كل ما هو موروث او غريزي.

الانا: ويعني تحقيق أكبر قدر من الاشباع النفسي ضمن ما تسمح به الظروف والواقع.

الانا الغير: حيث يكون موجود داخل الفرد وليس خارجه

ومن جهة نظرة " يونك " تتمثل في الانا وهي منظومة شعورية بالتناغم وتوافق الغرائز الفطرية وبين

مطالب المجتمع.<sup>6</sup>

حسب " اوتورانك " تتمثل في مكونين هما الارادة، ضد الارادة.

كما ان هناك تقسيم اخر لمكونات الشخصية:

6-1. مكونات الجسمية: تتعلق بالشكل العام للفرد وكما هو الحال في الطول والوزن وامكانيات

الجسم الخاصة، العجز الصحي، الصحة العامة، الداء الحركي.

6-2. مكونات عقلية معرفية: تشمل الوظائف العقلية مثل الذكاء العام والقدرات العقلية المختلفة

والعمليات العقلية العليا كالإدراك والحفظ والانتباه والتخيل وتشمل كذلك المهارات اللغوية والكلام.

6-3. مكونات الانفعالية: تتضمن اساليب النشاط المتعلق بالانفعالات المختلفة مثل الحب، الكره،

الخوف، البهجة...، ويرتبط بذلك من ثبات الانفعال وعدمه.

6-4. مكونات الاجتماعية: وتتعلق التنشئة الاجتماعية للشخص في الاسرة والمدرسة وجماعة الرفاق

والمجتمع

كما ان هناك مكونات لشخصية نذكر منها:

<sup>6</sup> عبد القادر قاسمي، المختار معمري، تأثير شخصية أت ب ر على تحقيق الانتماء الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية شعبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة زيان عاشور، 2015، ص15.



**6-5. مكونات البيولوجية:**

**6-5. 1. الوراثة:** ويقصد بها جميع العوامل الداخلية الموجودة في الفرد لحظة احصائه، وينتقل التكوين الوراثي للفرد من والديه واجداده وسلالته عن طريق المورثات والجينات التي تحملها الصبغيات او الكروموزومات.

**6-5. 2. الاجهزة العضوية:** وتتمثل في الجهاز العصبي هو يشرف على جميع الوظائف العضوية يؤلف بينها وله علاقة وثيقة في انتاج السلوك السوي واللاسوي، اي ان له علاقة بالصحة النفسية للفرد (الجهاز العصبي المركزي، الجهاز العصبي المستقبل او الطرفي).

**6-5. 3. التكوين البيوكيميائي والغدد للفرد:** يولد الانسان مزودا بجهاز يتكون من الغدد الصماء التي تفرز مواد هرمونية مختلفة تعتبر بمثابة مثيرات داخلية مقابل المثيرات الخارجية.

**6-6. مكونات البيئة:**

**6-6. 1. الثقافة:** تعتبر احدى مكونات السلوك لأنها تشير الى مجموعة معايير والقيم السائدة في مجتمع معين.

**6-6. 2. الاسرة:** هي الجامعة الأولى التي تشرف على النمو النفسي للطفل وتؤثر في تكوين شخصية الفرد حيث يرى بعض الباحثين انها تتحكم في شخصية الفرد من حيث تكوينها مجموعة من المكونات التي تتمثل في الجانب الوراثي مكونات اجتماعية، مكونات جسمية، مكونات نفسية.

**6. العوامل المؤثرة في الشخصية:****7-1. الخبرة البيئية:**

قد يكون لخبرات الشخص داخل نطاق البيئة المحيط به اثارها الرئيسية في خصائص شخصيته وهذه الخبرات تكون فريدة تصل بشخص واحد فقط او قد تكون مشتركة بين عديد من الاشخاص.

**7-2. تأثير الوراثة:**

ان النمط الوراثي الخاص يتكون منذ اللحظة التي فيها الاحصاب وتؤثر في شخصية الفرد التي تنمو فيما بعد، وفي الحالات المتطرفة نجد ان تلف المخ الموروث او حالة تشوهات الوراثة قد تكون لها تأثيراتها الجلية على سلوك الشخص، وفضلا عن ذلك هناك عوامل اخرى مثل الطول والوزن ولون الجلد وفعاليات أعضاء الحس وما شابه ذلك قد يؤثر في نمو شخصيته.

## 7-3. التفاعل بين الوراثة والبيئة:

ينتج كثير من الصفات عن مزج من التأثيرات الوراثية، وفي اغلب الاحيان يصعب او يستحيل ان نحدد السبب المئوية لأهمية من المؤثرات والبيئة، ولكن يسهل ان ترى الاثنان يعملان معا في تفاعل.<sup>7</sup>

## 7. نظريات الشخصية:

## 8-1. النظرية النفسية الدينامية:

تعتبر النظريات التحليل النفسي من اهم النظريات التي امدت علم النفس باتجاه ديناميكي في دراسة الشخصية اذ يؤكد " فرويد " ان الخبرات المبكرة والخاصة بخبرات الطفولة المبكرة في تكوين الشخصية و في تفسير سلوك الفرد ليس في مرحلة الطفولة فقط بل في مرحلة الرشد ، فالشخصية في نظر " فرويد " هي تنظيم نفسي اشبه بالبناء يتكون من طبقات وترتكز طبقاته العليا على طبقاته العليا الى حد بعيد ونظرية التحليل النفسي شأنها في ذلك شأن النظريات الدينامية تدور حول القوى و الدوافع خاصة اللاشعورية باعتبارها محددات للسلوك ، حيث يؤكد " فرويد " ان السلوك يتحدد بالغرائز اللاشعورية ويقسمها الى نوعين من الغرائز وهي : غريزة الموت وغريزة الحياة .

ووفقا لنظرية " فرويد " فان الحوافز الجنسية تولد كمية محدودة من الطاقة النفسية يسميها (الليبدو) والنشاط العقلي وتقابل الطاقة النفسية عند " فرويد " الطاقة الجسمية وان كانت مختلفة عنها وفي حالة عدم اشباع الحوافز الجنسية فان الطاقة النفسية تزيد من ضغطها، فتولد الصراعات والصراعات تزيد التوتر

ووفقا " فرويد " فان الشخصية لها ثلاث مكونات هي الهو وانا والانا الاعلى.

الهو: ويجوي الغرائز والعمليات المكبوتة ويجدد مبدأ اللذة والألم وهو لا يراعي المنطق والاخلاق وهو لاشعوري، ويمكن تصور الهو بتصورنا لسلوك الملائمة لإشباع حاجاته.

الأنا: هو وسيط بين الهو والعالم الخارجي فهو يقوم بالتحكم في المطالب الغريزية للهو مراعي مقتضيات الواقع والظروف الاجتماعية ويعمل على اصدار الاوامر فالهو يعمل وفق مبدأ اللذة ويمثل الادراك والتفكير والحكمة وسلامة العقل ويقوم بالإشراف على النشاط الادراكي للإنسان.

<sup>7</sup> عبد القادر قاسمي، المختار معمري، تأثير شخصية أت ب ر على تحقيق الانتماء الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية شعبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة زيان عاشور، 2012، ص41.

الأنا الأعلى: وهو يمثل الضمير او المعايير الخلقية التي تحصل عليها عن طريق تعامله مع والديه ومدرسته والمجتمع الذي يعيش فيه والأنا الأعلى ينزع الى المثالي لا الى الواقعي ويتجه الى الكمال لا الى اللذة وهو يوجه الأنا الى كف الرغبات الغريزية للهو وخاصة الجسمية والعدوانية.

### 8-2. النظريات الاستعدادية في الشخصية:

ويقصد بما الخصائص والاستعدادات التي تبدو مستقرة في الاشخاص ويمكن اساسها تنميطهم او سرد سماتهم، ويقصد بالسمة الخاصة الفريدة و تمثل السمة بعدا متصلا يمكن ادراكه على انه ربط بين صفتين متناقضتين ويحتل الناس عادة اماكن خاصة على خط هذا البعد ، فعند الحكم على السمة الاجتماعية لاحد الافراد مثلا فمن المحتمل ان يكون هذا الشخص لقرب الى قطب الاجتماعي في اغلب الاوقات الى قطب انعزالي في اغلب الاوقات وهناك طريقة اخرى شائعة لوصفها استعدادات الشخصية هي التنميط الناس اي وضعهم في فئات شخصية وتختلف طريقة تحديد الانماط عن طريق السمات في عدة نواحي جوهرية مثل : تميل السمات الى الاشارة الى جوانب محددة ضيقة من الشخصية بينما الانماط تتناول الشخصية ككل ، تفترض الانماط ان صفات خاصة تتجمع معا وقد رأى " ابقرات " مثلا ان الناس ينتمون الى احد اربعة انماط هي المكتئب ، المتفائل ، الحامل ، المتهيج.<sup>8</sup>

### 3.8 نظرية الانماط :

اتجه بعض واضعي النظريات في الشخصية الى تصنيف الناس إلى مجموعة من الأنماط يتميز كل منها بمجموعة من السمات ولعل أقدم ما عرفته البشرية من محاولات لتصنيف الشخصية إلى أنماط هو تصنيف ابقرات.

وقسم الناس إلى أربعة أنماط على أساس الأخلاط أو سوائل الجسم الأربعة إلى أن سيادة أحد هذه الأخلاط يؤدي إلى سيادة أحد الأمزجة على الإنسان.

**الدموي** : ويتميز بالنشاط، التفاؤل، وسهولة الاستشارة وسرعة الاستجابة.

**السوداوي** : يتميز بالانطواء، بطيء التفكير والتشاؤم، والميل إلى الحزن والاكتئاب.

**الصفراوي** : ويتميز بسرعة الانفعال، الغضب، وحدة المزاج، الصلابة، العناد، القوة والمزاج

<sup>8</sup> عروسي عبد الرزاق، سمات شخصية المدرب الرياضي وعلاقتها بدافعية التعلم لدى المبتدئين في كرة القدم، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر، 2010، ص41.

المصلد أو البلمي: ويتميز بالخمول، تبرد الشعور وقلة الشعور، عدم الاكتراث، وبطيء الاستشارة، الميل والشرهة.<sup>9</sup>

#### 4.8 نظرية الأنماط السيكلوجية:

لم تقتصر هذه النظرية على الجانبين على العوامل البيولوجية أو التكوينية وإنما ذهبت لوضع نظريات الأنماط الشخصية على أساس الخصائص السيكلوجية ومن أهمها نجد:

**كارل يونغ:** طبيب نفسي فرنسي الذي ذهب إلى وجود علاقة الفرد بالعامل الخارجي عندما تكون حزمة الفرد متجهة إلى الخارج ونحو الناس الآخرين ويسمى هذا الفرد منبسط، أما الأخرى فتكون الحركة متجهة عند الناس نحو الذات وتسمى منطويا المنبسط يتميز بأن انتباهه واهتمامه مركزان حول البيئة الخارجية ويجب الوجود مع الآخرين وتكوين العلاقات معهم وتصدر قراراته وأفعاله على أساس العلاقات الموضوعية وليس على أساس القيم الذاتية وهو بفضل العمل الذي يجعله يختلط بالناس.

أما الشخص المنطوي يحب العزلة ويتجنب الاختلاط بالناس وهو كثير التأمل ويميل إلى أحلام اليقظة ويفتقر إلى الثقة بالنفس وهو بفضل العمل الذي يبعده عن الناس.

وإلى جانب هذا التقسيم إلى نمطين منطوي ومنبسط ذهب "يونغ" إلى القبول بوجود أربعة وظائف سيكلوجية أساسية يستخدمها الفرد في توجيه نفسه في هذا العالم هي التفكير والوجدان والإحساس والحدس وعلى هذا الأساس قسم يونغ الناس إلى أربعة أصناف:

صنف تغلب عليه الناحية الفكرية، وصنف تغلب عليه الناحية الوجدانية، وصنف تغلب عليه الناحية الحدسية، وصنف تغلب عليه الناحية الحسية.

ومن خلال المنطوي والمنبسط نتحصل على ثمانية أصناف عند يونغ:

المنكر والمنطوي، المنكر والمنبسط الوجداني، المنطوي الوجداني، المنبسط الحسي، المنبسط الحدسي والمنطوي الحدسي.

#### 5.8 نظرية الأنماط الجسمية:

ذهب "كريشمير" وهو طبيب نفسي ألماني إلى وجود ثلاث أنماط أساسية:

نمط بدين: ويتمثل في الشخص البدين القصير.

<sup>9</sup> عبد المنعم الميلادي، مرجع سبق ذكره، ص 42

نمط الواهن: ويتمثل في الشخص النحيل.

نمط رياضي: ويتمثل في الشخص المتناسق الجسم المتزن العضلات.

بالإضافة إلى هذه الأنماط أضاف "كريشمر" النمط الرابع وهو الشخص الذي لا يمكن تصنيفه تحت أحد هذه الاصناف الثلاثة والذي يظهر خليط بين الأنماط الثلاث الأساسية.

و ذهب "كريشمر" إلى وجود علاقة بين التكوين الجسمي و بين الحالات المزاجية التي قسمها إلى نمطين هما الدوري و الفصامي و يظهر الشخص ذو المزاج الدوري تقلبات كثيرة في الحالة المزاجية بين حالة الانسراح و حالة الاكتئاب و يظهر هذا النوع مز الاضطرابات الحادة في الشخصية في ذهان الهرس و الاكتئاب و يميل إلى الشخص ذو المزاج الفصامي إلى الانطواء و الانسحاب من العلاقات الاجتماعية و يظهر هذا النمط في الاضطرابات الحادة في الشخصية في ذهان الفصام و الشيزو و ذهب "كريشمر" إلى أن الذين لهم مزاج دوري يميلون إلى أن يكونوا قصار و بدينين و هؤلاء الذين لهم مزاج فصامي يميلون إلى أن يكونوا نحفاء.

### 6.8 نظرية شيلدون:

وذهب «شيلدون» إلى أن خصائص الجسم تتوزع توزيعا متصلا على أبعاد ثلاثة واعتبر الحالات القصوى من كل يمد انماط أساسية مختلفة سواء كانت جسمية أو مزاجية وانتهى إلى وجود ثلاث أنماط أساسية من التكوين الجسمي هي نمط داخلي التركيب ويتميز بالسمنة ونمو الأحشاء والنعومة والمظهر المستدير وهو يقابل البدن عند "كريشمر".

**نمط المتوسط التركيب:** يتميز بقوة العظام والعضلات ويكون قويا شديدا رياضيا ذا تكوين جيد ومتناسب. **النمط الخارجي التركيب:** ويتميز بعظم طويل ورقيق وعضلات ضعيفة وجسم نحيل وضعيف على وجه عام.

ومن خلال هذا التقسيم وصل " شيلدون " إلى ثلاثة أنماط هي:

**النمط الحشوي الاساسي:** وهم عادة اصحاب اجسام مستديرة ورخوة يتميزون بحب التجمع الطيب والتسامح.

**النمط الجسمي الاساسي:** يتميز بالقوة البدنية والنشاط البدني والعضلي وحب السيطرة والاندفاع والقوة في معاملة الناس.

النمط المخي الاساسي: يتميز اصحاب هذا النمط بالنعومة والنحافة وضبط النفس والعزلة وتجنب -  
الاختلاط بالناس.

#### -7. نظرية السمات:

السمة طريقة دائمة تؤثر في السلوك نسبيا حسب مختلف المواقف التي ترتبط معا بعلاقة معينة.  
فنظرية السمات تستعين بعدد كبير من السمات أو الأبعاد التي يفترض أنها مشتركة بين الناس جميعا في  
وصف الكثير من الفروق الأخرى في الشخصية التي يمكن وصفها بعدد كبير من الأنماط، وهم يذهبون إلى  
أن لكل نمط فريد من السمات تقوم بدور رئيسي بتحديد سلوك الفرد.

والسمات أنماط سلوكية دائمة نسبيا تصدر عن الفرد في مواقف كثيرة تعبر عن توافقه للبيئة والسمات لا  
يمكن ملاحظتها ولكن يستدل على وجودها من خلال السلوك ويرى "ألبرت" أن السمة هي الوحدة  
الأساسية لوصف الشخصية، حيث تمثل السمات عنده خصائص نفسية عصبية واقعية تعبر عن السلوك  
الفرد كما انه لا يمكن فصل سمة من السمات الشخصية على حدا وإنما بشكل مجموع هذه السمات كلا  
متكاملا ويقسمها إلى:

السمات الرئيسية والسمات الثانوية: أما الرئيسية فهي السمات الأساسية في شخصية الفرد وقد حصرها  
في 5 إلى 10 سمات ويعتبرها في دراسة السمة الشخصية والرئيسية، أما السمات الثانوية فهي سمات  
ضعيفة لا تمثل جزءا هاما من شخصية الفرد.<sup>10</sup>

#### 9 تعريف السمات الشخصية:

تعني خاصية من الخصائص التي يختلف فيها الناس كل عن الآخر بدرجة ما فالطول والوزن والانفعال سمة  
والسيطرة سمة ونلاحظ أن من هذه الخصائص ما هو موضعي ظاهر مثل الوزن والطول ومنها ما هو خفي  
باطن مثل ما يؤكد أصحاب مدرسة التحليل النفسي عندما يتكلمون عن الجانب الباطن في شخصية  
الإنسان.

<sup>10</sup> عروسي عبد الرزاق، سمات الشخصية المدرب الرياضي وعلاقتها بدافعية المتعلم لدى مبتدئين كرة القدم، معهد التربية البدنية  
والرياضية، سيدي عبد  
الله، جامعة الجزائر، 2010 ص 41

ويعرفها " ألبرت " أنها نظام عصبي نفسي خاص بالفرد لديه القدرة على ان يصدر عددا من التنبيهات ويثير ويوجه أشكالا ثابتة من السلوك التكيفي والتعبيري لذلك اعتبرها "ألبرت" الوحدة الطبيعية لوصف الشخصية.<sup>11</sup>

## 10 أنواع السمات:

ويقسمها «جيلفورد» من وجهة عامة إلى ثلاث أنواع هي: السمات السلوكية الفيزيولوجية والمورفولوجية (الخاصة بالشكل العلم الخارجي للجسم) وهو يركز في مجال الشخصية على السمات السلوكية.

أما "كاتل" فيميز من وجهة نظر عامة أيضا بين نوعين أساسيين من السمات هي:

**10-1 السمات المعرفية :** و التي تتعلق بمستوى الذكاء و القدرات الحركية المختلفة و طريقة الاستجابة للمواقف.

**10-2 السمات الدينامية :** و تتصل بإصدار الأفعال السلوكية و هي التي تختص بالاتجاهات العقلية أو بالدفاعية و الميول كقولنا شخص طموح او شغوف بالرياضة أو له اتجاه ضد السلطة.<sup>12</sup> وهناك تقسيم آخر لأنواع السمات يتمثل بما يلي:

**10.3 السمات القبلية :** و التي تركز حول شخصية الفرد و تسيطر على كل جانب من جوانب حياته مثل السيطرة و المزاجية.

**10.4 السمات المركزية:** والتي تكون لها سيطرة أقل قياسا للسمات القبلية مثل التملك والعدوان.

**10.5 السمات الثانوية :** و هي سمات هامشية لا تكون مؤثرة و لكنها تظهر من قارة إلى أخرى مثل التفضيل.

**10.6 السمات العامة :** و هي ثابتة ثبوتا مطلقا فالشخص الذي يتمتع بسمه الأمانة العامة يكون أمينا في كل المواقف.

**10.7 السمات الوقفية:** هي التي تتوقف على نوع الموقف وهناك سمات اخرى مثل السيطرة والخضوع والرزانة.

<sup>11</sup>ختم عبد الله غنام، السمات الشخصية، الولاء التنظيمي لدى المعلمات المرحلة الأساسية في المدارس الحكومية في محافظة نابلس، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح فلسطين، 2005ص24  
<sup>12</sup>احمد محمد عبد الخالق، الابعاد الأساسية للشخصية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2008 ص 68-69

**8.10 السمات الشعورية و اللاشعورية :** هي التي يشعر بها الفرد مثل الصداقة و الروح الاجتماعية و اللاشعورية هي التي لا يشعر بها الفرد مثل الكد و المخاوف المكبوتة.

**9.10 سمات وجدانية و انفعالية :** و التي تتعلق بالحالة المزاجية و الاستقرار الانفعالي.

**10.10 السمات الواقعية :** المتعلقة بالرغبات والميول و الاتجاهات و العواطف.

**11.10 سمات اجتماعية :** الحساسية للمواقف و المشكلات الاجتماعية، الاشتراك في النشاط

الاجتماعي.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> عبد الرحمان غربي ، السمات الشخصية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ، معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، النشاط البدني التربوي ، جامعة ورقلة 2014 ص25



## الخلاصة:

تناولنا في هذا الفصل الشخصية والتي تعتبر من أكثر المفاهيم غموضا و تعقيدا من منظور علماء النفس و ذلك لاختلاف وجهات النظر و كذلك تحديد الأصول اللغوية و محاولة تحديد مكوناتها و العوامل التي تؤثر فيها و التي تمثلت في خبرة البيئة و الوراثة و تفاعل بين البيئة و الوراثة و كذلك التطرق إلى خصائص الشخصية و أنواعها و مختلف النظريات التي حاولت تفسيرها مثل نظرية السمات و نظرية النفسية الدينامية التي قسمت الشخصية إلى ثلاثة مكونات الهو و الأنا و أنا الأعلى و بالرغم من تنوع و تعدد مفاهيمها فإن معظم علماء النفس يتفقون على بعض الجوانب التي تحدد الشخصية كتمييزها بالتفرد و ذلك باختلافها من شخص لآخر بالرغم من تشابه الأشخاص في بعض الجوانب بحكم البيئة أو الثقافة و كذلك بأنها نتاج تفاعل الاجتماعي، حيث لها مكونات عقلية، بيولوجية، بيئة.

# الفصل الثاني

## التكيف الاجتماعي

## تمهيد:

إن الإنسان قد يظن وهما وهو يعيش بمفرده، إنه بهذا السلوك ينشد الراحة، فتراه يحاول الانتصار على العقاب من أجل الظفر بالسكينة والهدوء ولكنه ما يكاد يتغلب على الصعاب، حتى يصبح السكون بالنسبة إليه أمرا عسيرا لا سبيل إلى احتمالته، لأن الإنسان ما يكاد يخلد إلى الراحة حتى يشرع بالامتداد بصره إلى ما ينتظره من الآلام والمخاطر، حتى إذا أحس بأنه في مأمن من كل المخاطر فسرعان ما يجد نفسه.

ولا يمكن للإنسان المكون من النوازع المادية، الروحية والحاجات النفسية والاجتماعية للوصول إلى مستوى مقبول من التكيف وما ينتج عنه من راحة نفسية واجتماعية إلا إذا استطاع تحقيق أكبر إشباع لحاجاته الفطرية والمكتسبة على حد سواء، ومستوى مقبول من التكيف الاجتماعي. ومما لا شك فيه أن عدم التكيف الاجتماعي، يجعل الفرد غير متزن في انفعالاته وتفكيره وأراءه ومعتقداته. ومن هنا قد يسلك سلوكا اجتماعيا غير سوي، وينتقد مبادئ ومعايير وأهداف المجتمع.

## 1. تعريف التكيف الاجتماعي:

التكيف الاجتماعي هو عبارة عن مفهوم بيولوجي، حيث يثير إلى العمليات التي بواسطتها يتكيف الكائن الحي.<sup>1</sup>

عرفه " لازاروس " في قوله: " أن علم التكيف انبثق من علم الأحياء وكان حجر الزاوية في نظرية داروين 1859 للنشوء والارتقاء، وقد استعير وعدل من قبل علماء النفس، وسموه التوافق ويؤكد على كفاح الفرد للبقاء طويلا أو العيش في محيطه الطبيعي والاجتماعي ".<sup>2</sup>

التكيف الاجتماعي هو عملية ديناميكية مستمرة يهدف به الشخص إلى تغيير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه وبين البيئة، وبناء على ذلك نستطيع أن نعرف هذه المظاهر بأنها القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين المرء وبيئته.<sup>3</sup>

كما يعرف " يوسف مراد " أنه سلوك الفرد كي ينسجم مع غيره من الأفراد خاصة بإتباع التقاليد والخضوع للالتزامات الاجتماعية، أما عندما يواجه الفرد شكله خلقية، أو يعاني صراعا نفسيا تقتضي معالجته آن يغير الفرد من عاداته واتجاهاته الجماعة التي كان فيها<sup>4</sup>، ومحاولة الفرد إحداث نوع من التوازن بينه وبين بيئته المادية والاجتماعية ويكون ذلك عن طريق الامتثال للبيئة والتحكم فيها أو إيجاد حل وسط بينه وبينها.<sup>5</sup>

ولكن هناك من يرى بأن مفهوم التكيف الاجتماعي والتوافق لها نفس المعنى ويمكن أن يستعمل أحديهما كمرادف للآخر ومنهم " مصطفى فهمي " أن العلم النفسي استعار مفهوم البيولوجي للتكيف والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح الهوائية واستخدم في المجال النفسي والاجتماعي تحت مصطلح التكيف الاجتماعي أو التوافق.<sup>6</sup>

1 - محمد عاطف نجيب ، " قاموس علم النفس " ، دار المعرفة ، الإسكندرية ، سنة 1989 ، ص 51 .

2- lagaruss.r , patteroes oe ajustement third , edition inier national seradeent , editer megranbiu kabakusta , lrd 1967 , p 03.

3 - مصطفى فهمي ، " الصحة النفسية " ، دار المعارف ، القاهرة ، ط 3 ، 1958 ، ص 329 .

4 - يوسف مراد ، دراسات في التكامل النفسي ، دار المعارف ، القاهرة ، ط 3 ، 1958 ، ص 329.

5 - أحمد عزة راجح ، " أصول علم النفس " ، مكتبة الأنجلومصرية ، ط 01 ، سنة 1975 ، ص 29.

6 - مصطفى فهمي ، مرجع سبق ذكره ، سنة 1979 ، ص 10.

## 2. اتجاهات التكيف الاجتماعي:

## 1-2. الاتجاه النفسي:

إن الاتجاه النفسي يؤمن بأن التكيف لا يكون إلا بواسطة إشباع الفرد لحاجاته النفسية والاجتماعية والجسمية، وحسب " شافولورانس " إن الحياة سلسلة من عملية التكيف الاجتماعي التي يعدل فيها الفرد سلوكه في سبيل الاستجابة للمواقف المركب الذي ينتج عن حاجاته وقدراته على إشباع هذه الحاجات، ولكي يكون الإنسان سويا ينبغي أن توافقه مرنا، وينبغي أن تكون له القدرة على استجابات متنوعة تلائم المواقف المختلفة وينتج في تحقيق دوافعه.<sup>1</sup>

وكذلك شافر وشوبن " وهما من مؤيدي هذا الاتجاه، أن الكائن الحي يحاول في البداية إشباع دوافعه بأسهل الطرق فإذا لم يتسنى له ذلك فإنه يبحث عن أشكال جديدة للاستجابة، إما بإحداث تعديل في البيئة أو تغيير دوافعه ذاتها، وبهذا تكون الحياة عبارة عن عملية توافق مستمر بالنسبة للكائن الحي.<sup>2</sup>

## 2-2. الاتجاه الاجتماعي:

يعرف التكيف ضمن هذا الاتجاه أنه " تلك العملة لمعايير التي يقتبس فيها الفرد السلوك الملائم للبيئة أو المتغيرات، البيئة وبالنسبة لسلوك الفرد هو التغيير الذي يطرأ تبعا لضرورات التفاعل الاجتماعي واستجابة حاجة المرء إلى الانسجام مع مجتمعه ومسايرة العادات والتقاليد الاجتماعية التي تسود في المجتمع ".<sup>3</sup>

كما يدعم هذا الاتجاه " كرو / I.D.CROW.ACROW " حيث أشار في كتابيهما أن التكيف يشير إلى مدى قدرة الموضوع " الفرد " على التلاؤم مع الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه في الوقت الذي يستطيع فيه أن يقيم علاقات منسجمة وسوية مع الظروف والمواقف والأشخاص الذين يكونون البيئة المحيطة.<sup>4</sup>

1 - شافولورانس ، " علم النفس المرضي " ، ترجمة صبري جرجس ، فصل منشور في كتاب ميادين علم النفس ، المجلد الأول ، أشرف على الترجمة " يوسف مراد " ، دار المعارف القاهرة ، 1966 ، ص 36.

2 -saferl.fand shabenj .psychalaayoo adju stmentappaach .throu oh -thestudyof personalityse candittantre mal mili accampbchy new york 1985 p58

3- أسعد رزوق . موسوعة علم النفس . بيروت . المؤسسة العربية للنشر والطبع . بيروت 1974 ص 29

4- محمد عاطف غيث . قاموس علم الاجتماع . دار المعرفة الجامعية . الإسكندرية 1989 ص 17

## 2-3. الاتجاه التكاملي (النفسي - الاجتماعي):

فالتكيف لا يحدث في هذا الاتجاه إلا بالتكامل وتفاعل الفرد ومحيطه الاجتماعي ففي هذا المجال يرى البعض أن التوافق يمثل عملية دينامية تتناول السلوك والبيئة الطبيعية الاجتماعية بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته.<sup>1</sup>

كما ترى في هذا الصدد "سمية أحمد فهمي" أن التكيف يتضمن تفاعل مستمر بين الشخص و بيئته فالشخص حاجات و البيئة مطالب ، و كل منهما يفرض مطالبه على الآخر ، ويتم التكيف أحيانا عندما يوضح الشخص إمكانياته البناء فيعدل الظروف البيئية التي تقف في سبيل تحقيق أهدافه و في أغلب الأحيان يكون التكيف حلا وسيطا بين هذين الطرفين ، و ينشأ سوء التكيف عندما يفشل الشخص في تحقيق مثل هذا الحل الوسيط ، فتسوء صحته النفسية لأن مفهوم الصحة النفسية عند البعض يتمثل في قدرة الشخص على التوافق بين رغباته و أهدافه من جهة ، و بين الحقائق و المادية و الاجتماعية التي يعيش في وسطها من جهة أخرى.<sup>2</sup>

## 3. أنواع التكيف الاجتماعي:

## 3-1. التكيف الذاتي:

ويقصد بذلك قدرة الفرد على التوفيق بين متطلباته وأدواره الاجتماعية المتصارعة مع الدوافع للوصول إلى الرضا والابتعاد عن الصراع، إذا دور التكيف الاجتماعي الذاتي يمكن في التنسيق بين القوى الشخصية المختلفة لكي تعمل كوحدة لتحقيق أهداف الفرد ولذلك يعتبر الفرد من الصراعات الداخلية، ومن سمات الفرد الغير متكيف ذاتيا التعب النفسي والجسمي، وقلة الصبر وسرعة الغضب، الأمر الذي يؤدي إلى سوء علاقات الفرد الاجتماعية بالآخرين ولعل المدرسة الرواقية من الاتجاهات الفلسفية التي تنادي به التكيف الاجتماعي.

1- كمال دسوقي . علم النفس ودراسة التوافق . دار النهضة العربية للطباعة والنشر . بيروت 1974 ص29

2- سمية أحمد فهمي . مجالات الصحة النفسية في المدرسة . حولية كلية البيئات . جامعة عين الشمس . القاهرة .

طبعة عين الشمس العدد3 . القاهرة 1962 ص80

يقول " زينون " بأنه على الإنسان أن يعيش بمقتضى العقل في وفاق مع الطبيعة وخير مثال على التكيف الذاتي هو فبول الطبيب على أن يعمل كمرض في المستشفى إذا لم يستطع إيجاد عمل له كطبيب.<sup>1</sup>

### 3-2. التكيف النفسي:

يلجأ الفرد للتكيف النفسي إذا ما شعر باختلال توازن ه النفسي أما لعدم إشباع حاجاته أو تحقيق أهدافه بهدف إعادة التوازن المفقود إلى ما كان عليه حاله من قبل، وتتم عليه التكيف النفسي في مراحل منها وجود دوافع تدفع الإنسان إلى هدف خاص يسعى إليه ومرحلة وجود عائق يمنعه من الوصول إلى تحقيق ذلك الهدف، فإذا نجح في ذلك فإنه سيصل إلى الرضا، أما إذا لم يستطع في ذلك فإنه يلجأ إلى آليات الدافع مثل أحلام اليقظة أو تعاطي المخدرات أو الكحول.

إن السعادة تنتج من الداخل ثم تنعكس بعد ذلك على بيئته الخارجية.<sup>2</sup>

### 3-3. التكيف الاجتماعي:

يقصد بالتكيف الاجتماعي قدرة الفرد على التكيف مع نفسه الخارجية من أهل وأصدقاء وأبناء الوطن، وبكل ما يحيط به من عوامل كالطقس ووسائل المواصلات وأجهزة وآلات وقيم وعادات وتقاليده ودين وعلاقات اجتماعية ونظم سياسية وتعلمية واقتصادية. إلخ، الذكر بأن الخارجية بيئة متغيرة من حين لآخر ، الأمر الذي يخلق للفرد القلق و الصراع ، التي تعتبر سلوكياته وفقاً لهذه التغيرات ، فإذا استطاع ذلك أشعر وأحس بالسعادة ، وإذا فشل شعر بالإحباط لذلك فإن التكيف الذاتي والاجتماعي يتمثل في شعبي الفرد و قدرته على تكوين علاقات اجتماعية سليمة تقوم على الحب و التسامح و الإيثار و الاحترام في جو بعيد عن العدوان و الشك و الإشكال على الآخرين و تجاهل حقوق الآخرين و مشاعرهم ، و هي عملية توافق و يتقارب أدائهم وأفكارهم ، و أن التكيف الاجتماعي يؤدي إلى القضاء على الفتن و المشاحنات في الجماعات .<sup>3</sup>

1- سعيد عبد العزيز . جودات عزت عطوي التوجيه المدرسي . دار الثقافة للنشر و التوزيع عمان ط سنة 2004 ص330

2- سعيد عبد العزيز . جودات عطوي . نفس المرجع ص331

3- حسن شحاتة سدقان . أسمى علم الاجتماع . دار النهضة العربية . القاهرة 1956 ص256

**3-4. التكيف البيولوجي:**

من أمثلة التكيف البيولوجي إطلاق حيوان الحبار (الأخطبوط) أكبر حول نفسه ليضلل عدوه ويساعد نفسه على تجنب الخطر وعدم افتراسه وتعبير لون الحرب Gelas لكي تنجو بنفسها من خطر الموت، حيث يتغير لونها حسب العشب والصخور التي تعيش بينها.<sup>1</sup>

**4. شروط التكيف الاجتماعي:****1-4. الراحة النفسية:**

إن عدم الراحة النفسية وفي أي جانب من جوانب حياة الفرد تحيل حياته إلى جحيم لا يطاق ومن أمثلة عدم الراحة النفسية حالات الاكتئاب والقلق الشديد أو مشاعر الذنب أو الأفكار المتسلطة و عدم الإقبال للحياة و التحمي لها ، ولكن ليست معنى الراحة النفسية أنه لا يصادف الفرد أي عقبات أو موانع تقف طريق إشباع حاجاته المختلفة في تحقيق أهدافه في الحيات ، فكثيرا ما يصادف الفرد في حياته اليومية و إنما الشخص المتمتع بالصحة النفسية أو التكيف نفسيا هو الذي يستطيع مواجهة هذه العقبات و حل المشكلات بطريقة يرضاها لنفسه و يقرها المجتمع .<sup>2</sup>

**2-4. مفهوم الذات:**

فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته كما أنها عامل أساس في التكيف الشخصي والاجتماعي، فالذات هي فكرة الشخص عن الوظائف النفسية التي تتحكم في السلوك الذي يقوم به وهي نظرة الشخص إلى نفسه باعتباره مصدر الفعل.

**3-4. تقبل الذات وتقبل الآخرين:**

يرتبط تقبل الآخرين بتقبل الذات فالشخص الذي لديه الثقة بنفسه و يثق بالآخرين يعتبر أكثر اهتماما ورغبة للانطلاق و الأخذ بيد غيره كما يكون شديد الرغبة في أن يدع الآخرين يقودونه إلى عوالمهم و

1 - سعيد عبد العزيز . جودات عطوي مرجع سابق الذكرص230

2- مصطفى فهمي " الصحة النفسية " ، دراسات في سيكولوجية التكيف .الناشر مكتبة الخانجي .القاهرة ط2 سنة



يعرضون عليه مشاكلهم الخاصة و يكون على قادرا التفاعل الإيجابي البناء مع الآخرين على الأخذ و العطاء معهم و بهذه الطريقة تكمل الدورة نفسها و يحدث التكيف .<sup>1</sup>

#### 4-4. القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية:

إن الشخص المتكيف هو الذي يستطيع التحكم في رغباته ويكون قادرا على إرجاء إشباع الحاجات وأن يتنازل عن الذات قريبة عاجلة في سبيل ثوابت ذات أبعد أكثر وأكثر دوما، فهو الذي يعتبر نفسه مسؤولا عن أعماله ويتحمل هذه المسؤولية عن خاطر طيب وهذه إحدى السمات الهامة في الشخصية المتكاملة ومنه التكيف.

#### 4-5. القدرة على النصيحة وخدمة الآخرين:

من أهم سمات الشخص المتمتع بالصحة النفسية (متكيف نفسيا)، قدرته على أن يمنح كما أن يأخذ من أي كان من طبقات المجتمع، فالشخصية السوية والمتكيفة هي التي تساهم في خدمة الإنسانية عامة وتفعل ذلك في حدود إمكانياتها بالطبع.<sup>2</sup>

#### 4-6. اتخاذ أهداف واقعية:

إن الشخص المتصف بالصحة النفسية المتكيفة هو الذي يضع أمام نفسه أهدافا ومستويات للطموح ويسعى للوصول إليها حتى لو كانت تبدو له في غالب الأحيان بعيدة المنال فالتكيف المتكامل والسليم ليس معناه تحقيق الكمال، بل يعني بذل الجهد والعمل المستمر في سبيل تحقيق الأهداف، لكي يتحقق هذا يجب ألا يكون البعد شاسعا بين فكرة الشخص عن نفسه وبين الأهداف المسطرة لنفسه.<sup>3</sup>

#### 4-7. اكتساب عادات ومهارات سليمة:

و هي ما يساعد الفرد على إشباع حاجاته من تدريب واكتساب مهارات مثل الاتصال و التواصل و المهارات الاجتماعية ومهارات حل المشكلات وضبط الذات و تأكيدها كلها مهارات تساعد الفرد على التكوين السليم .

1- مصطفى فهمي، نفس المرجع، ص 48 ص 49

2- مصطفى فهمي، مرجع سابق الذكر ، ص 49 ص 50

3- سعيد عبد العزيز ، عزت عطوي ، التوجه المدرسي ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان ، طبعة 01، سنة 2004 ، ص 232.

## 4-8. المسايرة:

تعني مسايرة الفرد للمعايير الاجتماعية في بيئته، ولقيمته، وأخلاق العشيرة، وهي إحدى مظاهر التكيف مع المحيط، فقد دفع الكثير من الفلاسفة والمفكرين حياتهم ثمنا لمعتقداتهم ومسايرتهم للأفكار التي كانت سائدة في عصرهم ومنهم "سقراط"، و"كوبرنيس"، وبهذا المعنى فإن التكيف يعني الاستسلام للوصول إلى السلامة وبالتالي التكيف.<sup>1</sup>

## 5. أشكال التكيف الاجتماعي:

يأخذ التكيف الاجتماعي بعض الأشكال التالية:

- التكيف في مجال الأسرة.
- التكيف في مجال العمل.
- التكيف الروحي.
- التكيف في مجال الدراسة.
- التكيف مع الأصدقاء.<sup>2</sup>

## 6. عوامل التكيف الاجتماعي:

إن التكيف عملية ديناميكية مستمرة، ذات حساسية بالغة اتجاه المؤثرات النابعة من الفرد نفسه، أو المؤثرات الخارجية ومختلف الحاجات التي تتعلق بكونه إنسانا، أو لكونه عنصرا في المجتمع الذي يعيش فيه، حيث دوافع ومطالب الإنسان متواصلة حتى تحقيق أهداف وغايات تختلف من إنسان لآخر، لكن تزيد الأمور صعوبة وتعقد مع المراهقين في تكيفهم نظرا لطبيعتهم المتقلبة ومطالبهم المتشعبة، وأهم العوامل التي تساعد على التكيف الاجتماعي وهي كما يلي:

## 1- إشباع الحاجات الأولية والحاجات الشخصية ويتوقف ذلك على أمرين:

- أ. أن يكون الشخص قادرا على توجيه حياته توجيها ناجحا بحيث يشبع حاجاته المختلفة.
- ب. أن يشبع الشخص حاجاته بطريقة لا تفرق إشباع الحاجات المشروعة للآخرين.

1- سعيد عبد العزيز ، عزت عطوي ، مرجع سابق الذكر ، ص233

2 - محمد مصطفى أحمد ، التكيف والمشكلة المدرسية من منظور الخدمة الاجتماعية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، طبعة 01، سنة 1985، ص11-12

2- أن يتوفر لدى الفرد العادات والمهارات التي تيسر له إشباع الحاجات الملحة، وهذه العادات تكون في المراحل المبكرة في حياة الفرد، ولذلك فالتكيف هو في الواقع محصلة لما جربه الفرد في خبرات وتجارب أثرت في تعلمه للطرق المختلفة التي يشبع بها حاجاته.<sup>1</sup>

### 7. أهمية الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي:

يرى " سيبيل Sippel " أن تأثير النشاط الرياضي يكون واضحاً على السلوك الاجتماعي لدى المراهق وهذا من خلال الملاحظة في كيفية تعامله مع الجماعات الممارسة معه للنشاط الرياضي وكذلك استدعاء والديه وإجراء حوار معهما حول سلوك ابنهم في المنزل مع الأسرة ومع زملائه المجاورين له واحتكاكه مع الآخرين في النادي الرياضي واستنتاج «سيبيل Sippel»: ممارسة النشاط الرياضي له أهمية بالغة ودور فعال من حيث مساعدة المراهق في تعلم أحسن السلوك وبلوغ أعلى المستويات للتكيف الاجتماعي.<sup>2</sup>

وقد أكد العالم " روسنبورغ " على وجود علاقة إيجابية بين التمرينات الرياضية والبدنية بالقدرات العقلية والحالة النفسية والاجتماعية التي تساهم في تحسين عملية التكيف النفسي والاجتماعي للمراهق.<sup>3</sup>

1- سعد جلال ومحمد علاوي ، علم النفس التربوي الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة 1992 ص471

2 - vanschagen " roiedelinduction physique dans le devloppement de la personnalite " 1993 p.v paris page 371

3 - vanschagen , ou vrage precedant et page 371

## خلاصة:

إن التكيف الاجتماعي هو مدى قدرة الفرد على التكيف والانسجام بين إشباع حاجاته المتعددة وإمكانياته الذاتية والعقلية الحقيقية وظروف الواقع المعاش، فهدف إقامة الإنسان علاقات اجتماعية مع الغير هو التكيف مع الوسط الاجتماعي، فإذا حدثت العلاقة ولم يتحقق التكيف كانت النتيجة ظهور السلوكيات السلبية مثل الانطواء، العدوان، وتختلف مظاهر التكيف الاجتماعية باختلاف الفروق الفردية والاجتماعية من فرد لآخر.

إن التكيف الاجتماعي موضوع انشغال الكثير من العلماء، حيث أقرروا أن التكيف لا يستطيع أن يتحقق إلا بممارسة النشاط البدني والرياضي وتلقي التوجيهات والإرشادات يختلف أحسن التلاميذ في الوسط الاجتماعي.

# الفصل الثالث

## المراهقة

**تمهيد:**

ان المراهقة فترة او مرحلة جد حساسة من حياة البشر، وهذا باعتبارها مرحلة عبور من الطفولة الى الرشد تسمح للفرد بالولوج الى العالم الكبار، ولو تمكن الفرد من اجتياز هذه المرحلة بنجاح ليسهل عليه مواصلة مشوار حياته بسهولة وبدون اثار قد تؤثر عليه وتحدث لديه عقدة نفسية ويصعب التخلص منها مستقبلا، فمن خلال هذه الفترة (المراهقة) تحدث عدة تغيرات نفسية وجسمية للفرد تؤثر عليه بصورة مباشرة او غير مباشرة.

ومنه حاولنا في هذا الجزء اعطاء فكرة عن هذه المرحلة الصعبة حتى يسهل لدينا فهم الفرد في هذه المرحلة والتعامل معه بصورة ايجابية بالإضافة الى التحدث عن خصائص النمو من نفس المرحلة المذكورة سابقا وكذا الحاجات الاساسية للمراهق ومحاولة معرفة اهمية التربية البدنية والرياضية في هذه المرحلة.

**1- مفهوم المراهقة:****1-1 تعريف المراهقة لغة:**

تعني كلمة المراهقة في اللغة العربية الاقتراب والذنو من الحلم، بحيث يقال " رهق " بمعنى " غشى " او " دنا " او " لحق " ، وراهق، بمعنى قارب، والمراهق هو الفتى الذي ينمو من الحلم واكتمال الرشد، وكلمة المراهقة تقابلها باللاتينية (adolescence) وهي مشتقة من فعل اللاتيني (adolescere)، بمعنى التدرج نحو النضج الجنسي، العقلي، الانفعالي.<sup>1</sup>

**1-2- تعريف المراهقة اصطلاحاً:**

المراهقة اصطلاحاً هي مرحلة هي مرحلة انتقال من الكفولة الى الشباب، حيث تحدث فيها تغيرات عضوية نفسية ذهنية، ولا يوجد في الواقع تعريف واحد للمراهقة، حيث نجد تضارب للآراء حول تعريفها، فنجد ان هناك من يرى انها فترة التحول الفيزيقي نحو النضج، وتقع بين بداية البلوغ سن الرشد.<sup>2</sup> والبعض الاخر يراها بانها الفترة التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعالياً، وذا خبرة محدودة ويقترّب من نهاية نموه البدني والعقلي.<sup>3</sup>

**2- خصائص المراهقة:****1-2 . النمو الجسمي:**

في هذه المرحلة تظهر الفروق بين الجنسين في التركيبة الجسمية، كما يزداد نمو عضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة أكبر من نمو العظام، وبذلك يستعيد الفرد اتزانه ويلاحظ ان الفتيات يتميزون بالطول وثقل الوزن عن الفتيان وتصبح عضلات الفتيان قوية في تمييز عضلات الفتيات بالطراوة والليونة.<sup>4</sup>

**2-2 . النمو المورفولوجي:** تتميز هذه المرحلة بضعف التحكم في الجسم، حيث تمثل مرحلة غياب التوازن في النمو بين مختلف اطراف الجسم وهذا نتيجة لعوامل غير المتوازنة، اذ انه تبعا لاستطالة الهيكل العظمي، فالدهون تبدأ في الزوال خاصة عند الذكور، كما ان العضلات تستطيل مع استقالة الهيكل العظمي، ولكن دون زيادة في الحجم وهذا يميز الذكور بطول القامة ونحافة الجسم، كما ان الاطراف

<sup>1</sup>ميخائيل اسعد إبراهيم، مشكلات الطفولة والمراهقة، دار الافاق الجديدة، بيروت ط1، 1999، ص 13.

<sup>2</sup>محمد عاطف غيث، قاموس علم الاجتماع، دار المعرفة الجامعية، 1989، ص18.

<sup>3</sup>سعيدة محمد هادر، كتاب سيكولوجية المراهقة، الكويت، 1989، ص329.

<sup>4</sup>عنايات محمد علي هادر سيكولوجية المراهقة دار البحوث العلمية، الكويت، 1998، ص94

السفلى تستطيل اسرع من الجذع و الاطراف العليا، وفي هذه المرحلة يبدأ ظهور التخصص الرياضي الذي يعتمد بنسبة كبيرة على البناء المورفولوجي لجسم الرياضي.<sup>1</sup>

## 1-2 . النمو النفسي :

يعتبر النمو النفسي عند المراهقة مرة من مراحل النمو، حيث تتميز بجملة اضطراب يترتب عليها جميعا عدم تناسق وتوازن ينعكس على انفعال المراهق مما يجعله حساسا الى درجة بعيد ومن اهم هذه الحساسيات والانفعالات وضوحا هي:

- حجل بسبب نمو الجسمي، ظنا منه انه شذوذ او مرض.
- احساس شديد بالذنب يثيره انبثاق الدافع الجنسي بشكل واضح.
- خيالات واسعة وامنيات جديدة وكثيرة.
- عواطف وطنية دينية وجنسية.

## 2-2 . النمو الاجتماعي:

تتزايد اهمية العلاقات الاجتماعية للمراهق في مرحلة المراهقة، وذلك بتشعب تلك العلاقات من جبهية وازدياد تأثيرها في مجمل حياته وسلوكياته من جهة اخرى، ويذكر الدكتور " مصطفى فهمي " الخصائص التي تميز هذه المرحلة:

- يميل المراهق في السنوات الاولى الى مسايرة المجموعة التي ينتمي اليها.
- في السنوات الاخيرة يشعر بمسؤوليات نحو الجماعة التي ينتمي اليها.
- وما يطلبه من صديقه حتى يكون قادرا على فهمه، يظهر له الود والحنان وهذا ما يساعده على التغلب على حالات الضيق، ففي بعض الاحيان يكون الصديق أكبر منه سنا، ويشترط عدم السلطة المباشرة.<sup>2</sup>

## 3-2 . النمو العقلي والمعرفي: في هذه المرحلة يكون فيها المراهق غير قادر على الاستيعاب ولا الفهم

الجرد، كما تكون اهتماماته هي محاولة معرفة المشكلة العقائدية، وهي المرحلة التي تبدأ بالتفكير في المتقبل وهكذا شيئا فشيئا تتبلور لديه الاتجاهات الفكرية ويبدأ في البحث عن تفسير سلسلة الطفولة.

<sup>1</sup>مفتي إبراهيم حمادة، تدريب الرياضي للجنسين من الطفولة الى المراهقة، القاهرة، 1992، ص74  
<sup>2</sup>مصطفى فهمي، مرجع سبق ذكره، ص227



كما يقترب المراهق من النضج ويحصل لديه نمو في القدرات العقلية، مما يؤدي بع الى حب الابداع واكتشاف الامور التي تبدو غامضة، والبحث عن الاشياء ومثيرات جديدة.

**4-2 . النمو الوظيفي:** لقد ذكر الكثيرين من الباحثين في هذا الجانب ان النمو الوظيفي يبرز بعض الميول بالنسبة للنمو المورفولوجي ، ومن بين علامات هذا الميول نلاحظ تذبذب وعدم التوازن الوظيفي للجهاز الدوري والتنفسي ، اي نقص في السمة التنفسية والتي ارجعها " جور دان " الى بقاء القفص الصدري ضيق ، وهنا يدخل النشاط الرياضي او ما يدعى " التربية التنفسية " كما يلاحظ كذلك اتساع عصبي حسب " جمانا " راجع الى توازن وتطور القلب وهذ بالتأقلم مع الاحتياجات الوظيفية الجديدة فيزداد حجمه ويبدأ بالاستناد على الحاجب الحاجز الذي يمثل له وضعية جديدة مناسبة ، حيث ان القدرة المتوسطة للقلب تتراوح بين ( 200 و 220 سنتمتر مكعب ) و ينما القدرة الحيوية تتراوح بين ( 1800 \_ 3000 سم مكعب ) ، وتعمل شبكة الاوعية الدموية المرتبطة بحجم الجسم دور الوسيط بين القلب والاعضاء وهذا ما يعطيها اهمية لا تقل عن اهمية القلب والرئتين في العلمية التنفسية للمراهق اثناء العمل او الجهد البدني .

**7-2 . النمو الحركي:** تعارضت الآراء بالنسبة للنمو الحركي ، حيث اتفق كل من " جورهن " و " هامبورج " و " مانيل " على ان حركات المراهق في بداية النمو الحركي تتميز باختلال التوازن ، اي الاضطراب في نواحي التوافق والتناسق والانسجام ، وان هذا الاضطراب الحركي يحمل الطابع الوقي ، اذ لا يلبث المراهق بعد ذلك ان تتبدل حركاته لتصبح اكثر توافقا و انسجاما عن ذي قبل ،اي ان مرحلة المراهقة فترة لارتباك الحركي و الاضطراب ،الا ان " ماتيف " اشارت الى ان النمو الحركي في مرحلة المراهقة لا يتميز بالاضطراب ولا يبغى ان نطلق على هذه المرحلة مصطلح " الازمة الحركية للمراهق " ،بل على العكس من ذلك يستطيع الفرد في هذه المرحلة ان يمارس العديد من المهارات الحركية التي يقوم بتثبيتها . وهذه الفترة تمثل انفجارا على مستوى الافراد العاديين والموهوبين، فهي مرحلة اداء، حيث نلاحظ تحسنا في بدايتها، وثباتا واستقرارا حركيا في نهايتها.

**8-2 . النمو الانفعالي:** تختلف انفعالات من المراهقة عن غيره في نقاط الاتية:

- تتميز الفترة الاولى من المراهقة بوجود انفعالات عنيفة ويثور لأنفه الاسباب.
- لا يتحكم المراهق في مظاهره الخارجية لحالته الانفعالية.

- يسعى المراهق الى تحقيق الاستقلال الانفعالي او النظام النفسي عن الوالدين.
- يميل المراهق الى نقد الكبار.

## 2-9 . النمو الجنسي:

يعتبر النمو الجنسي من الملامح للانتقال من مرحلة الطفولة الى مرحلة المراهقة، وهي نتيجة لمجموعة من التغيرات السيكولوجية في هذه المرحلة.

عندما تبدأ مرحلة المراهقة ويحث البلوغ نلاحظ انه يطرأ على الاعضاء الجنسية نشاط، حيث تبدأ الغدد التناسلية في صنع الخلايا الجنسية، وهذه المرحلة لا تعني ان الطفل قادر على التناسل، ولكنها تعتبر مرحلة تكيفه للنضج للصفات الجنسية الاولى، اما الصفات الثانوية فإنها مصدر تمايز بين الذكور والاناث.<sup>1</sup>

## 3- حاجات مرحلة المراهقة:

تمثل أهم حاجات المراهق في هذه المرحلة فيما يلي:

**3-1- الحاجة إلى الأمن:** وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسمي والصحة الجسمية والنفسية وغيرها، والحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي، والحاجة إلى الحماية عند الحرمان من إشباع الدوافع المختلفة، والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية.

**3-2- الحاجة إلى حب القبول:** حيث تتضمن الحاجة إلى التقبل الاجتماعي والحاجة إلى الأصدقاء، والحاجة إلى الشعبية، والحاجة إلى الشعور بالانتماء إلى الجماعة ووحدة الهدف، والتجانس في الخبرات والألفة التي يمكن أن تقوم بسرعة بين الأفراد ومعرفة الأدوار في الجماعة وتحديداتها، كل هذا يؤدي إلى تماسك جماعة الرفاق والمراهقين إلى أقصى حد.

**3-3- الحاجة إلى مكانة الذات:** وتتضمن الحاجة للانتماء إلى جماعة الرفاق، والحاجة إلى المراكز والقيمة الاجتماعية، والحاجة إلى تحقيق الذات، لذلك فهو يريد أن يمدح دوماً ويشجع لأجل الشعور بقدرته على تحقيق الأعمال وإنجاز المشاريع، وكذلك الحاجة إلى النجاح الاجتماعي والامتلاك والقيادة.

**3-4- الحاجة الفيزيولوجية:** اشباع الحاجات أمر ضروري للمراهق وذلك لمسايرة وتيرة النمو الجسمي الهائلة ومن أهم هذه الحاجات، الحاجة إلى الطعام والشرب، والحاجة إلى النوم والراحة... إلخ.

<sup>1</sup>امين أنور خولي، تربية الحركية للطفل، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000، ص 213

**3-5- الحاجة الى الاستقلال:** وهي ممثلة في استقلاله عن الاسرة وميله نحو الاعتماد على النفس، وهذا راجع للتغيرات الجسمية التي طرأت عليه أنه لم يعد طفلاً قاصراً، ولا يجب أن يحاسب غير كل صغيرة وكبيرة، ومن ناحية أخرى هو يحتاج للأسرة لقضاء حاجاته الاقتصادية وتوفير الأمن والطمأنينة.

**3-6- الحاجة إلى التفهم والدعم:** عندما يدرك المراهق بأنه يمر بمرحلة انتقالية قد ينتج عنها انفعالات سلبية فإنه يكون بحاجة إلى التفهم عن طريق الآخرين خاصة أفراد أسرته كما يحتاج إلى دعمهم لكي يتجاوز هذه المرحلة.<sup>1</sup>

#### 4-مراحل المراهقة:

إن الفترة الزمنية التي تسمى مرحلة المراهقة تختلف من مجتمع إلى آخر ومن فرد لآخر ويتجه بعض الباحثين إلى التوسع في تحديد مرحلة المراهقة ويرون أنها تضم الفترة التي تسبق البلوغ ويحددونها بين 13 إلى 19 سنة.<sup>2</sup>

حيث قسمت "هيرلوك" في (Childelopemeent) مرحلة المراهقة زمنياً إلى ثلاث مراحل هي:

#### 4-1-مرحلة ما قبل المراهقة:

- حيث تمتد هذه المرحلة من سن (10 إلى 12 سنة) وأهم ما يميزها ما يلي:
- يشعر المراهق بضعف الثقة في مظهره الخارجي والتغيرات التي تطرأ عليه.
- يشعر بحاجته إلى مزيد من الحرية والاستقلال.
- يصبح أكثر عصبية وتوتر بسبب التغيرات التي تحصل له.
- يبدأ خلال هذه الفترة باكتشاف نفسه جنسيا وتزداد حاجاته للخصوصية.

#### 4-2-مرحلة المراهقة المبكرة:

- تمتد هذه المرحلة (من 13 إلى 16 سنة) وأهم ما يميزها ما يلي:
- شعور المراهق بالاستقلال.
- شعور المراهق بالحاجة إلى إثبات ذاته.
- يصبح المراهق أكثر نزاعاً مع أفراد العائلة.
- يصبح أكثر تمرداً على عادات المجتمع وتقاليده وقيمه ويرغب في القيام بالأمر الممنوعة كالتدخين وغيرها.

<sup>1</sup> عبد الرحمان العيسوي، علم النفس النمودار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، 1995، 41-42  
<sup>2</sup> ميخائيل اسعد إبراهيم، مشكلة الطفولة والمراهقة درا الافاق الجديدة ببيروت، ط1999، ص 331.

-يصبح المراهق أكثر تهورا.

-يستمر النمو العقلي خلال هذه الفترة ويصبح أكثر قدرة على التفكير بشكل موضوعي والتخطيط للمستقبل.

#### 4-3-مرحلة المراهقة المتأخرة:

تمتد هذه المرحلة (من 17 إلى 21 سنة) وأهم ما يميزها ما يلي:

-ينهمك المراهق برسم معالم هويته وشخصيته.

-يصبح المراهق أكثر هدوء ويميل إلى طلب النضج والاستشارة خاصة من الأهل.

-تمثل هذه المرحلة للمراهق مرحلة الاستقلال واتخاذ القرارات.

-يصبح المراهق أكثر ثقة في النفس.

-يهيئ المراهق نفسه لأن يكون فردا راشدا يبتعد عن السلوك المتهور غير المدروس.

#### 5-أنواع المراهقة:

في الواقع أنه لا يوجد نوع واحد من المراهقة، فهي خاضعة للظروف الجسمية والاجتماعية والمادية، وحسب استعداداته الطبيعية والمراهقة تختلف من فرد لآخر ومن بيئة جغرافية إلى أخرى، وسوف أقوم برصد بعض أنواع هذه المراهقة:

**5-1-مراهقة سوية أو مكيفة:** تكون خالية من المشكلات والصعوبات، وتتسم بالهدوء والميل إلى الاستقرار العاطفي، والخلو من جميع التوترات الانفعالية السلبية وتتميز فيها علاقة الفرد بالآخرين بالحسن والتفتح.

**5-2-مراهقة انسحابية:** حيث ينسحب المراهق فيها من مجتمع الأسرة ومجتمع الأقران، ويفضل الانعزال والانفراد بنفسه، حيث يتأمل ذاته ومشكلاته، وهي معاكسة للمراهقة المكيفة والسوية.

**5-3-مراهقة منحرفة:** يتميز فيها المراهق بالانحلال الأخلاقي والانهيار النفسي، وعدم القدرة على التكيف وآراء الآخرين.

**5-4-4-مراهقة عدوانية:** حيث يتسم سلوك المراهق فيها بالعدوان على نفسه وعلى غيره من الناس والأشياء، وتتميز كذلك بتمرد المراهق على أسرته وعلى المدرسة والمجتمع وعدم التكيف والتحلي بالصفات غير الأخلاقية.<sup>1</sup>

### 6-مشاكل المراهقة:

**6-1- المشاكل النفسية:** حيث تؤثر هذه المشاكل بنسبة كبيرة في نفسية المراهق، والتي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التحرر والاستقلال وثورته لتحقيق هذا التطلع بشتى الطرق والأساليب، فهو لا يخضع لقيود البيئة وأحكام المجتمع، وقيمة الاجتماعية والخلقية، بل أصبح يفحص الأمور ويزنها بتفكيره وعقله، وعندما يشعر المراهق بأن البيئة تتصارع معه ولا تقدر ووقفه ولا تحس بإحساسه الجديد، لهذا فهو يسعى بدون قصد لأنه يؤكد ذاته بثورته وعناده، فإذا كانت كل الأسرة والأصدقاء لا يفهمون قدراته ومواهبه، ولا تعامله كفرد مستقل، ولا تشجيع حاجاته الأساسية، فبالتالي وجب عليه أن يحس بذاته وأن يعترف الكل بقدراته وقيمه.

**6-2-المشاكل الاجتماعية:** ومن أبرز مشكلات المراهق الاجتماعية تنشأ من الأسرة، حيث أذكر منها ما يلي:

**6-2-1-الأسرة كمصدر للسلطة:** في هذه المرحلة يميل المراهق إلى الحرية والتحرر من عالم الطفولة، وعندما تتدخل الأسرة يحس ويشعر أنها تصغر من شأنه وتقلل من قدراته لذا نجده يميل إلى نقد ومناقشة كل ما يعرض عليه من أفكار وأراء.

**6-2.1-المدرسة كمصدر للسلطة:** إذا تعتبر المدرسة المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها معظم أوقاته، وسلطة المدرسة تؤدي بثورة المراهق فيحاول التمرد عليها لأنه لا يستطيع فعل ما يريد.

**6-2-3-المشاكل الصحية:** وهي ما يشعر به المراهق من تعب وأرق ومعاناة، كما يشعر المراهق بعد الاستقرار النفسي وعدم تناسق أعضاء جسمه، فكل هذه الأمور تكون مصدر قلق المراهق وخاصة إذا جعلته مصدر للسخرية.<sup>2</sup>

كما أن المتاعب المرضية التي يتعرض لها المراهق خاصة ما يتعلق بمظهره كالسمنة وتكون اضطرابات شديدة تجعله يعمل على تنظيم الغذاء وزيارة الأطباء المختصين.

<sup>1</sup> عبد الرحمان العيساوي مرجع سبق ذكره ،ص42-43

<sup>2</sup> عبد العاليجسماني،سيكولوجية الطفولة والراهقة وحنانها الأساسية،درا العربية للعلوم، 1994 ،ص 283

**7-العوامل المؤثرة في المراهقة:**

هناك عدة عوامل تؤثر في مرحلة المراهقة وسوف اذكر منها ما يلي:

**7-1-عامل الوراثة:** حيث تعني انتقال صفات معينة من جيل إلى جيل، وفي أطر هذا المعنى يسميها البعض النقل الثقافي بالوراثة الاجتماعية ويرمي أن شخصية الفرد هي نتائج لوراثتان، الأولى اجتماعية والثانية بيولوجية.

**7-2-العوامل البيولوجية:** لا شك أن سلوك الفرد ونموه يتأثر بتكوينه، فقد تبين في السنوات الأخيرة أهمية تأثير التفاعل الكيميائي للحسم على السلوك، ولها علاقة كبيرة بالجينات التي تحدد وجود أو غياب انزيم وتحديد طبيعته، أي يتأثر التركيب الجسدي العام، وما يتصل به من صحة أو مرض ووفرة الغذاء.

**7-3-العوامل البيئية:** ويقصد بها كل العوامل التي يتفاعل معها الفرد، ويشير إلى هذه العوامل أحيانا بأنها جميع المواقف أو المثيرات التي يستجيب لها الفرد، ويرى البعض أنها تشمل البيئة الداخلية والخارجية مثل العوامل الطبيعية كالحرارة والرطوبة، أي المثيرات الضوئية والمرئية، فشخصية الفرد تتكون تدريجيا من المحيط الاجتماعي الذي ينشأ فيه، لذلك تعتبر الأسرة بيئة اجتماعية تتلقى الطفل وهي تعتبر أهم وأول وسط في عملية التطبيع.

**7-4-عامل النضج:** ويكون السلوك فيه عاما على جميع أفراد الجنس، إذ يحدث في الكائن الذي لم يصل إلى درجة النضج تمكنه من تكوين واكساب عادات ثابتة، أي يظهر السلوك عند الكائن دون سابق فرصة لأي خبرة أو معرفة عن طريق فرد آخر.

**7-5-عامل التعلم:** فمعظم أنواع النشاط البشري تتضمن عملية التعلم بعدة طرق، وكثيرا ما يرتبط بالسلوك مثيرات خارجية تزيد قوة تعلمه، ففي مواقف الحياة الواقعية نجد أن الفرد يتعلم أنواع السلوك التي تتفق مع معايير الجماعة.

**7-6-عامل الجنس:** حيث تصل البنات إلى مرحلة المراهقة قبل البنين بسنة أو بستين أو أقل، فقد أكدت الدراسات التي أجريت على عدة آلاف من البنين في الولايات المتحدة الأمريكية، أنهم لا يبلغون إلا في سن 14 سنة ونصف في حين أن البنات يبلغن في سن 13 سنة ونصف.

**7-7 عامل التغذية:** تدل الأبحاث على أن التغذية والبيئة الصالحة تساعد في اسراع النضج، وبالعكس فإن التغذية والبيئة والأمراض الشديدة تؤخر النضج عند المراهقين.<sup>1</sup>

### 8-الاتجاهات الأساسية المفسرة لظاهرة المراهقة:

لقد تعددت الأداء والأفكار والاتجاهات في دراسة المراهق، لدرجة أضحت صعبة في تحديد تعريف دقيق لهذه المرحلة، وهذا ما أدى إلى ظهور بعض الاتجاهات التي اهتم كل منها بجانب من جوانب هذه المرحلة.

**8-1-الاتجاه البيولوجي والعضوي:** حيث برز علم نفس المراهقة على يد العالم "ستانلي هول" حوالي سنة 1882، ويذهب أصحابه إلى ربط سلوك المراهق بمختلف التغيرات الفيزيولوجية التي طرأت عليه لذا فالمراهقة حلقة متصلة بنمو الكائن البشري بشكل عام، وانطلقت هذه الدراسة مع كل من "ستانلي هول" و "جيلال" مركزة على عمليات النمو الجسدية والجنسية، معتبرة أن الحياة النفسية عند المراهقين معقلها النمو البيولوجي.

**8-2-الاتجاه النفسي (السيكولوجي):** يرجع سلوك المراهق إلى النمو الجنسي حيث انتبه "الفرديون" إلى أن الطفل قد يكون لديه إلحاح وفضول جنسيان، وبلوغ الطفل سن المراهقة فإن الحاجات تقوى وتزداد، وهذه التغيرات لها آثار نفسية على المراهق، وتذهب مدرسة الاتجاه النفسي إلى المشكلات الجنسية بأنواعها والمرتبطة بالنمو الجنسي وعلاقته بالبيئة المعاشة، وأهم المشكلات التي يتعرض لها المراهق هي سوء التكيف وخاصة مع الراشدين وهنا يزيد الصراع لأن رغبته ليست نفسية فحسب بل أصبحت دوافع حسية لا يمكن إشباعها، كما يرجع أصحاب الاتجاه النفسي كل هذه المشاكل إلى سلوك يصدر عنه إلى عمليات جنسية مستمرة منذ الطفولة "كعقدة أوديب"، ومن هنا يعتبر هؤلاء المراهقة فترة ميلاد جديدة للطفل وهي كذلك مرحلة للتحويلات النفسية.<sup>2</sup>

**8-3-الاتجاه الاجتماعي:** حيث يقوم على فكرة الاختلاف فب الأنماط الثقافية والتنشئة الاجتماعية للحضارات المختلفة، فهو يرجع سلوك المراهق إلى البيئة الثقافية، وذهب علماء الاجتماع في تعريفهم لمفهوم المراهقة على أنها " فترة تختلف في تشكيلها ومضمونها ووحدها من مجتمع لآخر ومن حضارة لأخرى"، حيث أبرز قيمة وأثر البيئة الاجتماعية والحضارية على شخصية المراهق، فالمرهق كفرد يمر على

<sup>1</sup>سعيدة علي يهادر ، مرجع سبق اكره ،ص836

<sup>2</sup>عبد الغني بيدي ،التحليل النفسي للمراهقة، دار الفكر العربي لطباعة والنشر والتوزيع، ط1، 1995،ص192

ظروف اجتماعية وحضارية وثقافية وهي التي تؤثر على الشخصية بشكل مباشر، ولا يحددها القلق والاضطراب الداخلي.

**8-4-الاتجاه التكاملي:** يجمع هذا الاتجاه بين الاتجاهات الثلاثة السابقة الذكر، حيث اهتم بالجوانب التي تجدد تغييرا في حياة المراهق، فهذا الاتجاه لم يركز على جانب من الجوانب السابقة كما أنه لم يهمل أيا منها، حيث عرف المراهقة كما يلي:

المراهقة تحديدا هي مجموعة التغيرات النفسية والجسدية والاجتماعية التي تحصل بين نهاية مرحلة الطفولة الثانية وبين سن الرشد، والمراهقة هي أيضا مرحلة النضج العقلي والانفعالي والاجتماعي، ومن التعريفات نلاحظ ان هناك تباينا واضحا لاتجاهات العلماء والدارسين بين من يرجعها الى المستوى الفيزيولوجي الداخلي أو الآخر يرجعها لوجود اضطرابات وحلل في تنشئة المراهق، هذا الاتجاه كما اسلفت هو جامع للاتجاهات الثلاثة الأولى.<sup>1</sup>

## 9-خصائص النمو في مرحلة المراهقة المتأخرة (17-21 سنة)

### 1-الخصائص المورفولوجية:

تنمو هنا العضلات والعظام وتظهر الخصائص الجنسية، إذا أن الجانب الجسمي تطراً عليه تغيرات في الأبعاد الخارجية كالوزن والطول، حيث تصبح العضلات للذكور ممتلئة وقوية مقارنة بعضلات الإناث المميزة بالليوننة وصغر حجمها ويتفوق الذكور عن الإناث من ناحية الطول و الوزن، و تظهر كذلك الصفات الجنسية الثانوية التي تميز الذكور عن الإناث، مثال عند الإناث نلاحظ نمو عظام الحوض و الثديين، و زيادة في الكتلة الجسمية.<sup>2</sup>

### 2-الخصائص الفيزيولوجية: هناك تغيرات في النشاط الغددي، وفي بعض أعضاء الأجهزة الداخلية

#### 9-2-1 تغيرات في غدد الجنس:

تنشط غدد الجسم وفي المبايض لدى الإناث، والخصيتين لدى الذكور، التي تفرز الحيوانات المنوية ويصاحب ذلك الأعضاء الجنسية المختلفة.

<sup>1</sup>عبد الغني بيدي، مرجع سابق، ص203

<sup>2</sup>عبد الرحمان عيساوي، علم النفس النمو، دار المعرفة الجامعية، 2000، ص87



**9-2-2 تغيرات في الغدد الكلية (الكظرية) :**

تعمل الغدد الكلوية على التأثير في النمو الجنسي بصفة عامة، حيث تعتبر الهرمونات المنبهة للجنس، التي تصب إفرازاتها في الدم.

**9-2-3 تغيرات في إفراز الغدد الصماء:**

تعتبر هذه الغدد عبارة عن مواد عضوية تساهم في النمو العام، وخاصة العظام في هذه المرحلة.<sup>1</sup>

**9-2-4 تغيرات العضوية في الأجهزة الداخلية:**

تزداد كمية استهلاك الأكسجين من قبل العضلات مما يؤدي إلى استهلاك الدهون الموجودة في الجسم، وزيادة التهوية، وزيادة حجم القلب وسعته الحيوية، وكذلك زيادة ضغط الدم لما يحدث له من صراعات وتوتر وقلق، ونلاحظ زيادة سعة المعدة الشيء الذي يؤدي لزيادة الشهية، وتنمو الألياف العصبية في المخ سمكا وطولا.

**9-3 الخصائص الحسية - الحركية :** نلاحظ هناك تطور مهارات الحركية ، و القدرات البدنية ، بإدراك

الحركات الجسمية و التحكم في الجسم و اكتساب سلوكيات حركية منسقة ملائمة في كل الوضعيات الطبيعية (الركض المشي القفز...) و سلوكيات فنية و أخرى مركبة ، كالتوافق و الانسجام الحركي ، و يزداد نشاط و قوته في التحكم في الفنيات الحركية القاعدية و الوضعيات التكتيكية البسيطة للأنشطة الحركية المبرمجة في مرحلة التعليم الثانوي ، و كذلك يشهد التلاميذ درجة عليا من التحسن و الارتفاع بالمستوى العضلي ، لاكتسابه اللياقة البدنية ، و يبلغ درجة عليا من الاتزان الحركي ، على عكس ما كان عليه من الارتباك من قبل .

**9-4 الخصائص العقلية:** تتغير الحياة العقلية للمراهقين لهذه المرحلة تغييرا ملحوظا، لأنه ينتقل من الإدراك

الحسي الحركي إلى العلاقات المعقدة، حيث ينمو الذكاء و تزداد قدرته على التفكير والإدراك والانتباه. فهو يتميز بما يلي:

\_\_ الإقدام على الألعاب الفردية والجماعية والمسائل التي تتطلب مزيدا من التركيز وسرعة الاستجابة والانتباه

\_\_ البحث في عمق الحقائق وعدم الاكتفاء بسطحها

\_\_ تحليل الأفكار وتركيبها، لإيجاد حلول للمشكلات.

<sup>1</sup> عبد الرحمن عيسوي ، نفس المرجع ،ص37-38

\_\_ التصور الذهني والتنبؤ لمختلف المواقف التي يواجهها.

**5-9 الخصائص النفسية:** التلاميذ في هذه المرحلة يصبح في حالة نفسية مستقرة أكثر من ذي قبل، وهذا عكس ما كان عليه سابقا ويميل إلى الأمور العملية بعد أن كان يميل للأحلام، وهذا الاستقرار النفسي يؤثر على العلاقات الاجتماعية بطريقة إيجابية.

**6-9 الخصائص الاجتماعية:** يندمج في هذه المرحلة مع الأسرة ويتكيف مع محيطه من جديد، ويصبح أكثر سعيا للتكيف مع الواقع، ويتوقف مع مجتمعه ليصبح عضوا فعالا فيه كما يظهر لديه شعور بالمسؤولية الملقاة على عاتقه.

وما يميز تلاميذ هذه المرحلة اجتماعيا ما يلي:

\_\_ الاندماج والتكيف مع المجتمع.

\_\_ الشعور بالمسؤولية اتجاه محيطه الاجتماعي.

\_\_ مواجهة الواقع على حقيقته والابتعاد عن التمرد السري والتطبيع الاجتماعي.

\_\_ التقليل من الولاء والطاعة للأصدقاء والرجوع إلى الأسرة، ومحاولة وتحمل بعض المسؤولية تجاهها.

## 10 أهمية التربية البدنية والرياضية في هذه المرحلة:

إن ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية ضرورية لكل الأعمار، وفي هذه المرحلة لها أهمية خاصة، حيث ينمو الجسم والعضلات والعظام، وكل الأعضاء الحيوية الأخرى، وعند مواظبته عليها فلها فوائد بدنية، ونفسية واجتماعية، كذا روحية ومن أهم فوائد هذه الأنشطة يمكن اختصارها في النقاط التالية:

\_\_ تساهم الأنشطة والألعاب الرياضية المنظمة في بناء شخصية سليمة.

\_\_ تساهم في تحقيق التناسق وسلامة بناء العظام والعضلات، والسيطرة على وزن الجسم ورفع الوظائف الحيوية.

\_\_ تهيئ له الفرصة للاندماج والتكيف والإحساس بالإنجاز والتفاعل مع المجتمع.

\_\_ الوقاية من الأمراض النفسية، ومواجهة الأخطار والأضرار الناجمة عنها.

\_\_ تكسب الأنشطة البدنية العادات الصحية السليمة.

\_\_ تزيد الأنشطة البدنية من القدرات العقلية للتلميذ، وتزيد من قدرته على التعلم.

## 11 أزمة المراهقة:

إن المراهقين عامة يسعون إلى الثبات و تحديد هويتهم و الدخول إلى عالم الكبار من خلال جملة من المسالك يلخصها " القوصي " في قوله : ينزع المراهق في هذه المرحلة إلى إكمال رجولته و الاعتراف بكيانه و يعمل على الاستقلال في فكره و عمله و يجرب أساليب متعددة ليحقق لنفسه شعور بخروجه من دور الطفولة و اكتمال نموه و استقلاله و في أثناء تجريبه الأساليب المتعددة قد يقع في نزاع مع السلطة المشرفة و الخروج على سلطة الوالدين و المعلمين و عصيانهم و احتقار آراء الكبار و الميل أحيانا إلى الكذب و السرقة و التدخين ، و استعمال العنف و القسوة و هذا كله في نظر المراهق أدلة على استكمال النمو و الخروج من الطفولة .

ويتضح من ذلك مدى تباين الأساليب والمسالك المتابعة من قبل جماعة المراهقين في سبيل تحديدهم بهويتهم ويعد أهم التدخين أحد هذه الأساليب التي تشعر المراهق بالنضج والرجولة.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> أبو بكر محمد مورسلي، أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي، مكتبة النهضة المصرية، ط1، 2002، ص79

## الخلاصة

من خلال كل ما تم تقديمه عن فترة المراهقة مسبق القول بشكل عام بأن مرحلة المراهقة تغد إحدى أهم مراحل النمو والنضج للإنسان نظرا لما تحويه من تغيرات وتحولات جسمية، نفسية، اجتماعية، حركية، بدنية .... .

هذه التحولات إذا حسن استغلالها وتطويرها بشكل متناسق وفعال أمكننا الوصول إلى مرحلة الرشد وهو في أحسن قدراته الجسمية والنفسية أي يعد بطريقة حسنة ليصبح فردا فعالا ومنتجا في المجتمع الذي يعيش فيه وعلى عكس من ذلك تماما فعند أي خلل في هاته الفترة الحرجة يؤدي إلى تأثيرات عميقة على نفسية المراهق وتستمر معه طوال ما تبقى من مشوار حياته وقد تؤدي في بعض الحالات الصعبة إلى الانحراف الاجتماعي والذي يعد من أخطر الأضرار التي يمكن للمراهق مواجهتها مستقبلا إذا لم يتم رعايته في فترة المراهقة.

و عليه قد ارتأينا في دراسة هاته المرحلة من كل الجوانب حتى تكون لدينا نظرة ولو صغيرة عن الأفراد الذين نحن بصدد التعامل معهم ، وأردنا أن نلقي الضوء و لو بقليل عن هذه الفترة ، و التي تحتاج إلى عناية خاصة من طرف الآباء و المربين من حيث أسلوب التعامل ، فلا بد أن تتاح الفرصة الكافية للمراهقين للتعبير عن أنفسهم و الاستغلال العقلاي و الموزون بإمكانياته و طاقته و قدرته ، بالإضافة إلى إعطاء جرعات من الثقافة دون الخروج عن المثل العليا و محاولة صقل و تطوير مواهبهم و توجيههم حسب ميولهم و رغبتهم الذاتية و الشخصية .

وفي الختام لا يسعنا إلا القول بأن مرحلة المراهقة مرحلة جد حساسة من حياة الإنسان إذ صلحت واستغلت بشكل إيجابي وجد الفرد نفسه راشد من دون مشاكل تعيقه، أما إذا فشلت وأهملت فإن الفرد سيعيش ما تبقى من حياته من دون أهداف واضحة، ولا تفكير سليم ويجد نفسه بشكل أو بآخر يعيش على هامش المجتمع وهذا بدوره يؤدي به إلى العزلة والابتعاد، وإما الانحراف.

# الجانب التطيقي

# الفصل الأول

الإجراءات المنهجية

للبحث

## 1 دراسة الاستطلاعية:

- تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهرى لبناء البحث كله، وهي خطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي، إذا من خلالها يمكن وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها.
- فالدراسة الاستطلاعية إذ هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها، وصدقها لصمان دقة وموضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية وتسبق هذه الدراسة الاستطلاعية العمل الميداني، كما تساعد البحث على معرفة مختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق.
- وبناء على هذا قمنا قبل المباشرة بإجراء الدراسة الميدانية بدراسة استطلاعية كان الغرض منها ما يلي:
- معرفة حجم المجتمع الأصلي ومميزاته وخصائصه
- التأكد من صلاحية أداة البحث وذلك من خلال التعرض للجوانب التالية.
- أ- وضوح البنود وملائمتها لمستوى العينة وخصائصها
- ب- التأكد من وضوح التعليمات
- المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية وبالتالي تفادي الصعوبات والعراقيل التي من شأنه أن يواجهها.

## 2- منهج الدراسة:

إن المعرفة العلمية في مجال البحث العلمي لها طرق موصلة إليها، هذه الطرق بمصطلح عليها علماء المنهجية بمنهج البحث، والباحث هو الذي يختار المنهج الذي يراه مناسب لدراسته.

ولكن طبيعة الموضوع المتناول والمعالج هي التي تحدد نوع المنهج وبما أن الموضوع الذي نحن بصدد دراسته ومعالجته والذي يهتم بدراسة العلاقة بين السمات الشخصية والعدوان لدى تلاميذ المرحلة الثانوية فإن المنهج المناسب هو المنهج الوصفي الارتباطي، الذي يعتبر من أكثر المناهج استخداما خاصة في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية ويهتم البحث الوصفي الارتباطي بجمع أوصاف دقيقة علمية للظواهر المدروسة ووصف الوضع الراهن وتفسيره، وكذلك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات وطرائقها في النمو والتطور، كما يهدف أيضا إلى دراسة العلاقات القائمة بين الظواهر المختلفة.

والذي يمكن تعريفه على أنه استقصاء ينصب على دراسة الظاهرة، كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها.

### 3-مجتمع الدراسة وعينة البحث:

#### 3-1مجتمع الدراسة والبحث:

يواجه الباحث عند شروعه في القيام ببحثه مشكلة نطاق البحث أي اختيار مجتمع البحث، والي يعتبر المجموعة الكلية لأفراد الذين يريد الباحث اجراء دراسته عليهم، ومن المعروف ان الأهداف البحث العلمي هي إمكانية إقامة تعميمات، وبما ان بحثنا يركز حول دراسة العلاقة بين بعض سمات الشخصية والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة الثانوية.

حيث تمحور مجتمع بحثنا حول تلاميذ المرحلة الثانوية بثانوية الشهيد حسينات النوى ببلدية اسطيل وبالغ عدد تلاميذها 231 تلميذ.

#### 3-2 العينة البحث وكيفية اختيارها:

إن الهدف من اختبار العينة الحصول على معلومات من المجتمع الأصلي للبحث، فالعينة إذا هي انتقاء عدد الأفراد لدراسة معينة تجعل النتائج منهم ممثلين لمجتمع الدراسة، فالاختبار الجديد للعينة يجعل النتائج قابلة للتعميم على المجتمع، حيث تكون نتائجها صادقة.

لقد حددنا عينة لهذه الدراسة، تكون أكثر تمثيلا للمجتمع الأصلي، هذا ما يخول لنا الحصول على نتائج يمكن تعميمها ولو بصورة نسبية، ومن ثم الخروج بنتائج تلازم الحقيقة وتعطي صورة حقيقية للميدان المدروس، شملت عينة البحث تلاميذ المرحلة الثانوية.

حيث تم اختيار افراد العينة بطريقة عشوائية لإتاحة الفرصة لجميع التلاميذ المشاركة في هذه الدراسة.

#### 4-أدوات الدراسة:

إن لكل بحث أو دراسة علمية مجموعة أدوات ووسائل مستخدمة في جمع البيانات والمعلومات وتوصل إلى الحقائق التي يسعى إليها، والتي تفيد في موضوع الدراسة واعتمد الباحث في هذه الدراسة على الأدوات التالية:

-مقياس قائمة فرايبورغ للشخصية-محمد حسن علاوي

-مقياس التكيف الاجتماعي، لوليد خالد رجب.



- 4-1- مقياس فرايورغ للشخصية: هو أداة قياس من تصميم "دليل" ومن اعداد صورتها العربية "محمد حسن علاوي" وتهدف القائمة إلى قياس الأبعاد الشخصية والمتمثلة في 8 أبعاد ألا وهي (العصبية، العدوانية، الاكتئابية، الاجتماعية، السيطرة والكف، القابلية للاستثارة، والهدوء) حيث كل بعد تمثله 7 عبارات، وتتضمن هذه القائمة 56 عبارة، حيث يقوم الفرد بالإجابة عنها بنعم أو لا.<sup>1</sup>
- 4-2- مقياس التكيف الاجتماعي: هو أداة قياس من اعداد الدكتور وليد خالد رجب وآخرون يقوم بدراسة علاقات التلميذ مع زملائه وأساتذته وإدارته، إضافة إلى مساهمته في ألوان النشاط الاجتماعي والترفيهي، وذلك بغية تحقيق حاجياته الاجتماعية بشكل يؤثر على صحته النفسية وتكامله الاجتماعي.
- 5- متغيرات الدراسة:

انطلاقاً من فرضية البحث يتبين لنا جلياً وجود متغيرين اثنين احدهما مستقلاً والآخر تابعاً:

- 5-1- تعريف المتغير المستقل: وهو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة وعادة ما يعرف باسم المتغير أو العامل.
- تحديد المتغير المستقل: وهي بعض السمات الشخصية والتكيف الاجتماعي.
- 5-2- تعريف المتغير التابع: تعتبر المتغير التابع نتاج تأثير العامل المستقل في الظاهرة المدروسة.
- تحديد المتغير التابع: تلاميذ المرحلة الثانوية.
- 6-مجالات الدراسة:

- 6-1- المجال المكاني: ويقصد به النطاق الجغرافي لإجراء الدراسة، حيث كانت ستطبق هذه الدراسة على مستوى ثانوية الشهيد حسينات النوى.

- 6-2- المجال الزمني: وهنا سوف يحدد الباحث الوقت الذي استغرقته هذه الدراسة:

- 6-2-1- مرحلة خاصة بالجانب النظري: كان من المقرر الشروع في هذه الدراسة ابتداء من شهر جانفي إلى غاية شهر مارس وذلك انطلاقاً من تحديدنا لموضوع البحث والمشكلة المراد دراستها.

<sup>1</sup> محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، 1998، ص48

6-2-2-2-مرحلة خاصة بالجانب التطبيقي: لم يخالفنا الحظ جراء انتشار الوباء في جميع أنحاء العالم عامة والجزائر خاصة مما أدى إلى اغلاق جميع الإطارات التربوية والتي كانت ستكون الوجهة الرسمية لإكمال الجانب التطبيقي المكمل لدراسة موضوع بحثنا.

6-2-3-المجال البشري: تلاميذ المرحلة الثانوية لثانوية الشهيد حسينات النوي ببلدية اسطيل.

### 7-وسائل الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

الاحصاء هو علم الذي يبحث في جميع البيانات بعرضها وتحليلها، واستقرار النتائج وإيجاد قرارات البناء عليها باستخدام المعالجة وجمع وتحليل النتائج، وعلى هذا الأساس استخدم الباحث الوسائل الإحصائية التالية:

-معامل الثبات | "الفاكرونباخ"  $2 \times r / r + 1 =$

حيث ان القيمتين 1 و2 ثوابت، ر = هو معامل الارتباط بيرسون

-معامل الارتباط بيرسون، لتحديد العلاقة بين السمات الشخصية والتكيف الاجتماعي من جهة، وبين كل بعد من ابعاد السمات الشخصية والتكيف الاجتماعي من جهة أخرى وذلك باستخدام برنامج .spss

## خاتمة

يعيش الانسان فترة محددة من العمر يتم من خلالها التعرف على درجة تطوره من ارتقاء لتفكيره، فهو يدرك العلاقات الاجتماعية وعلاقات المتواصلة بينه وبين المجتمع الذي يقطن فيه هي المدلول الأصلي لشخصية وهذه الأخيرة بمنظور علمي تخصصي موضوع تشترك في دراسته عدة علوم ، وتعد خاتمة المطاف في دراسات النفسية نظرا لما لها في علم النفس من مكانة واهمية كبيرة ، حيث اقترح بعض العلماء ان يطلق عليها علم الشخصية و ما نسميه بالشخصية هو في الواقع كل ما يتصف به الفرد من صفات وسلوكات هي نتاج تفاعل ذلك الفرد مع بيئته التي يعيش فيها ، فنحن نخلق لأنفسنا شخصيتنا بالمواقف او المشاكل التي نقوم بحلها ونغيرها تبعا لتفاعلنا اتجاه الاخرين.

فقد حاولنا من خلال هذه الدراسة تبيان العلاقة الموجودة بين بعض لبسمات الشخصية وتكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية لثانوية حسينات النوي ببلدية اسطيل، حيث كانت هذه الفكرة الرئيسة والهامة والتي استوحيناها من خلال بحثنا نقطة البداية في هذه الدراسة، ولم يتسنى لنا اجراء الدراسة التطبيقية جراء انتشار الوباء والذي بدوره أعاق جميع الإطارات التربوية وغيرها، بالرغم من توفر مقاييس والعينة المراد اجراء دراستنا عليها.

قائمة المصادر

و

المراجع

## قائمة المصادر والمراجع

- 1- بدر محمد الأنصاري، قياس الشخصية، دار الكتاب الحديث، الكويت، 2009.
- 2- عبد المنعم الميلادي، الشخصية وسماتها، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 2006.
- 3- أحمد محمد عبد الخالق، قياس الشخصية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2007.
- 4- عبد الرحمن غربي، السمات الشخصية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى أساتذة ت ب ر معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، النشاط البدني التربوي، جامعة ورقلة، 2014.
- 5- عبد القادر قاسمي، المختار معمري، تأثير شخصية أ ت ب ر على تحقيق الانتماء الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية شعبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة زيان عاشور، 2015.
- 6- عروسي عبد الرزاق، سمات شخصية المدرب الرياضي وعلاقتها بدافعية التعلم لدى المبتدئين في كرة القدم، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر، 2010.
- 7- ختام عبد الله غنام، السمات الشخصية، الولاء التنظيمي لدى المعلمات المرحلة الأساسية في المدارس الحكومية في محافظة نابلس، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح فلسطين، 2005.
- 8- أحمد محمد عبد الخالق، الابعاد الأساسية للشخصية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2008.
- 9- محمد عاطف نجيب، " قاموس علم النفس «» ، دار المعرفة، الإسكندرية، سنة 1989.
- 10- مصطفى فهمي، " الصحة النفسية " ، دار المعارف ، القاهرة ، ط 3 ، 1958.
- 11- يوسف مراد ، دراسات في التكامل النفسي ، دار المعارف ، القاهرة ، ط 3 ، 1958.
- 12- أحمد عزة راجح ، " أصول علم النفس " ، مكتبة الأنجلومصرية ، ط 01 ، سنة 1975.
- 13- شافولورانس ، " علم النفس المرضي " ، ترجمة صبري جرجس ، فصل منشور في كتاب ميادين علم النفس ، المجلد الأول ، أشرف على الترجمة " يوسف مراد " ، دار المعارف القاهرة ، 1966.
- 14- أسعد رزوق. موسوعة علم النفس. بيروت. المؤسسة العربية للنشر والطبع. بيروت، 1974.
- 15- محمد عاطف غيث قاموس علم الاجتماع. دار المعرفة الجامعية. الإسكندرية 1989.
- 16- كمال دسوقي. علم النفس ودراسة التوافق. دار النهضة العربية للطباعة والنشر. بيروت 1974.

## قائمة المصادر والمراجع

- 17- سمية أحمد فهمي، مجالات الصحة النفسية في المدرسة. حولية كلية البيئات. جامعة عين الشمس. القاهرة. طبعة عين الشمس العدد3، القاهرة 1962.
- 18- سعيد عبد العزيز جودات عزت عطوي التوجيه المدرسي، دار الثقافة للنشر والتوزيع عمان ط سنة 2004.
- 19- حسن شحاتة سدфан، أسمى علم الاجتماع، دار النهضة العربية، القاهرة، 1956.
- 20- مصطفى فهمي " الصحة النفسية "، دراسات في سيكولوجية التكيف، الناشر مكتبة الخانجي، القاهرة ط2، سنة 1987.
- 21- محمد مصطفى أحمد، التكيف والمشكلة المدرسية من منظور الخدمة الاجتماعية، دار الفكر العربي، القاهرة، طبعة01، سنة1985.
- 22- سعد جلال ومحمد علاوي، علم النفس التربوي الرياضي، دار المعارف، القاهرة 1992.
- 23- ميخائيل اسعد إبراهيم، مشكلات الطفولة والمراهقة، دار الافاق الجديدة، بيروت ط1، 1999.
- 24- محمد عاطف غيث، قاموس علم الاجتماع، دار المعرفة الجامعية، 1989.
- 25- سعدية محمد هادر، كتاب سيكولوجية المراهقة، الكويت، 1989.
- 26- عنايات محمد علي هادر سيكولوجية المراهقة دار البحوث العلمية، الكويت، 1998.
- 27- مفتي إبراهيم حمادة، تدريب الرياضي للحنسين من الطفولة الى المراهقة، القاهرة، 1992.
- 28- امين أنور خولي، تربية الحركية للطفل، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000.
- عبد الرحمان العيسوي، علم النفس النمو دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، 1995.
- ميخائيل اسعد إبراهيم، مشكلة الطفولة والمراهقة درا الافاق الجديدة بيروت، ط1، 1999
- 29- عبد العالي الجسماني، سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية، دار العربية للعلوم، 1994.
- 30- عبد الغني ديدي، التحليل النفسي للمراهقة، دار الفكر العربي لطباعة والنشر والتوزيع، ط1، 1995.

## قائمة المصادر والمراجع

31- عبد الرحمان عيساوي، علم النفس النمو، دار المعرفة الجامعية، 2000.

32- أبو بكر محمد مورسلي، أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي، مكتبة النهضة المصرية، ط1، 2002.

المراجع الأجنبية:

1- lagaruss.r , patteroes oe ajustement third , editioninier national seradeent , editer megranbiu kabakusta , lrd 1967.

2- Saaferl.fand shabenj .psychalaayoo adju stmentappraach .throu oh -thestudyof personalityse candittantre mal mili accampbchy new york 1985.

3-vanschagen " roiedelinducation physique dans le devloppement de la personnalite " 1993 p.v paris.

## ملخص الدراسة

عنوان الدراسة: "بعض السمات الشخصية وعلاقتها بالتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية".

- دراسة ميدانية على مستوى ثانوية حسينات النوي باسطنبول

تحت اشراف د/: مزروع السعيد

من اعداد الطلبة:

➤ مردف أسامة شرف الدين

➤ حسينات عبد الحميد

هدف الدراسة: معرفة العلاقة بين بعض السمات الشخصية والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

مشكلة الدراسة: هل توجد علاقة بين بعض السمات الشخصية والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة: توجد علاقة بين بعض السمات الشخصية والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الفرضيات الجزئية:

- توجد علاقة بين سمة العصبية والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- توجد علاقة بين سمة العدوانية والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- توجد علاقة بين سمة الاكتئابية والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- توجد علاقة بين سمة الاجتماعية والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- توجد علاقة بين سمة الهدوء والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

إجراءات الدراسة:

العينة: عينة عشوائية متكونة من 45 تلميذ للمرحلة الثانوية والذين مثلوا المجتمع الأصلي للدراسة لبلدية اسطنبول.

المنهج المتبع: وذلك باتباع المنهج الوصفي الارتباطي.

الأدوات المستعملة في الدراسة: تم استعمال مقياسي السمات الشخصية والتكيف الاجتماعي.

المجال المكاني: على مستوى ثانوية حسينات النوي ببلدية اسطنبول.

المجال الزمني: لقد تمت هذه الدراسة خلال الموسم الجامعي 2019-2020.

الاقتراحات:

- اجراء المزيد من الدراسات حول بعض السمات الشخصية لتلاميذ المرحلة الثانوية.

- إعطاء أهمية أكبر لمادة التربية البدنية والرياضية في كل المراحل الدراسية.

- ضرورة إلمام أساتذة التربية البدنية والرياضية بطريقة التعامل والتواصل مع التلاميذ خاصة الذين لديهم سلوكيات متنوعة

بأحسن الطرق.