

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد خيضر - بسكرة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
قسم التدريب الرياضي

رقم:.....

مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر  
تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي .



العنوان

دور ممارسة التربية البدنية والرياضية  
في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي  
لدى تلاميذ الطور الثانوي

تحت إشراف:  
- مراد خليل

من إعداد:  
- رباب رزقي  
- سلاف رزقي

السنة الجامعية : 2021 / 2020



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

عاشق المصطفى

# قائمة المحتويات

.....	قائمة المحتويات	
.....	قائمة الجداول والأشكال	
أب.....	مقدمة	
	<b>الفصل التمهيدي :مدخل عام للدراسة</b>	
04 .....	الإشكالية	
05.....	الفرضيات	
05 .....	أهمية البحث	
06.....	أهداف البحث	
07.....	تحديد المصطلحات و المفاهيم	
	<b>الباب الأول :الجانب النظري</b>	
	<b>الفصل الأول :الرياضة المدرسية</b>	
10.....	تمهيد	
11.....	1-الاتحاد الدولي للرياضة المدرسية	
11.....	1-1-نشأة الاتحاد الدولي للرياضة المدرسية	
12.....	1-1-الهيكل المنظمة للرياضة المدرسية	
13.....	1-1-لجان الاتحاد الدولي للرياضة المدرسية	
13.....	1-الرياضة المدرسية في الجزائر	
13.....	1-1-مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر	
14.....	1-1-م ارحل تطور الرياضة المدرسية في الجزائر	
15.....	1-1-1-الرياضة المدرسية في الجزائر قبل الاستقلال	
15.....	1-1-1-الرياضة المدرسية في الجزائر بعد الاستقلال	
17.....	1-الهيئات التنظيمية لنشاطات الرياضة المدرسية في الجزائر	
17.....	1-1-الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية	
17.....	1-1-الجمعية الثقافية للرياضة المدرسية	
18.....	1-1-الرابطة الولائية للرياضة المدرسية	
18.....	4-المنافسة الرياضية المدرسية	
19.....	4-1-نظريات المنافسة	
19.....	4-1-1-المنافسة كشرط إيجابي	
19.....	4-1-1-المنافسة كوسيلة للمقارنة	
20.....	4-1-1-المنافسة كمهمة متبادلة بين الرغبة لتحسين القدرات وتقييمها	
20.....	5-أهداف المنافسات الرياضية المدرسية	

- 20.....1-5-1 من الجانب النفسي
- 21.....1-5-1- المنافسة وسيلة للتعاون الاجتماعي
- 21.....1-5-1- تطوير العمليات العقلية
- 21.....4-5-4- تطوير الصفات الخلقية
- 22.....6-النشاط الرياضي اللاصفي
- 22.....1-6-1-النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
- 23.....1-6-1-النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
- 23.....7-العوامل المؤثرة على الرياضة المدرسية
- 23.....7-1-تأثير البرنامج على الرياضة المدرسية
- 24.....7-1-غياب المنشآت
- 24.....7-1-تأثير المستوى التكويني التربوي للأستاذ
- 25.....خلاصة

### الفصل الثاني: التوافق النفسي الاجتماعي

- 27 .....تمه
- 28.....1-تعريف التوافق النفسي الاجتماعي
- 29 .....1-1-الجانب النفسي (الشخصي)
- 31.....1-1-الجانب الاجتماعي
- 31 .....1-1-الجانب التكاملي(النفسي الاجتماعي)
- 32 .....1-1-ابعاد التوافق النفسي الاجتماعي
- 32.....1-1-التوافق الشخصي
- 33.....1-1-التوافق البيئي
- 34.....1-1-التوافق المدرسي
- 35.....1-1-معايير التوافق النفسي الاجتماعي
- 35.....1-1-معايير الخصائص الفردية
- 36 .....1-1-المعيار الحضاري (الاجتماعي)
- 36 .....1-1-المعيار الحالة الصحي (الباثولوجي)
- 37.....4-1-المعيار المثالي
- 37 .....1-5-1-محك المقاييس للتوافق النفسي الاجتماعي (الاختبارات)
- 38.....4-أشكال التوافق النفسي الاجتماعي
- 38.....4-1-1-التوافق الحسن /حسن التوافق
- 38.....4-1-1-التوافق السيء /سوء التوافق
- 39 .....5-العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق
- 40 .....1-5-1-عوامل مرتبطة بالمراهق ذاته

41	1-5- عوامل متعلقة بالمدرسة والمحيط .....
43	6-آليات مسابرة التوافق النفسي الاجتماعي (الحيل النفسية للدفاع) .....
44	1-6- الكبت Refoulement .....
45	1-6- العدوان AGRESSION .....
45	1-6- الإسقاط projection .....
46	4-6- التبرير Rationalisation .....
46	5-6- التعويض Compensation .....
47	6-6- والتسامي الإعلاء Sublimation .....
47	7-6- أحلام اليقظة .....
48	7- بعض المؤشرات العامة التي تدل إلى التوافق النفسي الاجتماعي .....
49	1-7- النظرة الواقعية للحياة .....
49	1-7- مستوى طموح الفرد .....
49	1-7- الإحساس بإشباع حاجات نفسية .....
50	4-7- الثبوت الانفعالي .....
50	5-7- سعة الأفق .....
50	6-7- التعرف على الذات .....
50	7-7- المسؤولية الاجتماعية .....
51	1-7- مرونة المواقف .....
51	1- مظاهر حسن التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق .....
52	1-1- الشعور بتقدير الذات .....
52	1-1- إقامة العلاقات والابتعاد عن العزلة والانطواء .....
53	1-1- الثبات الانفعالي .....
53	4-1- العلاقات مع البيئة المحلية .....
54	5-1- النظرة الواقعية للحياة .....
54	1- مظاهر سوء التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق .....
55	12- علاقة التوافق النفسي الاجتماعي بالفشل والنجاح المدرسي .....
57	11- وقت الفراغ وعلاقته بتحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق .....
57	11- أهمية الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي .....
59	خلاصة .....
	<b>الفصل الثالث: الدراسات السابقة و المشابهة</b>
61	تمهيد .....
61	1- الدراسة الأولى .....
61	1-1- أهداف البحث .....

62	1-1- النتائج التي توصل إليها.....
62	1- الدراسة الثانية.....
62	1-1- أهداف البحث.....
63	1-1- النتائج التي توصل إليها.....
63	1- الدراسة الثالثة.....
64	1-1- أهداف البحث.....
64	1-1- أهم النتائج التي توصل إليها.....
64	4- الدراسة الرابعة.....
64	1-4- أهداف البحث.....
65	1-4- أهم النتائج التي توصل إليها.....
65	5- الدراسة الخامسة.....
66	1-5- أهداف البحث.....
66	1-5- أهم النتائج التي توصل إليها.....
66	ملخص عن الدراسات السابقة.....

#### الباب الثاني: الجانب التطبيقي

#### الفصل الأول: المنهجية المتبعة في البحث

71	تمهيد.....
71	1-دراسة استطلاعية.....
72	1-المنهج المتبع.....
72	1-مجتمع وعينة البحث.....
72	1-1-مجتمع البحث.....
73	1-1-العينة الإحصائية وكيفية اختيارها.....
73	4-أداة البحث وكيفية و مراحل بنائها وتصميمها.....
74	5-تحديد متغيرات الدراسة.....
75	6-خطوات جمع المعلومات.....
75	7-مجالات البحث.....
75	1-7-المجال المكان.....
75	1-7-المجال الزمني.....
75	1-قياس الثبات والصدق للاختبار.....
75	1-1-قياس الثبات.....
76	1-1-صدق الأداة.....
77	خلاصة.....

## الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد .....	79
المحور الأول :الفرضية الأولى .....	80
عرض وتحليل نتائج الجدول رقم.....	81
المحور الثاني :الفرضية الثانية .....	81
عرض وتحليل نتائج الجدول رقم.....	82
المحور الثالث :الفرضية الثالثة .....	83
عرض وتحليل نتائج الجدول رقم.....	84
المحور الرابع :الفرضية الرابعة .....	85
عرض وتحليل نتائج الجدول رقم.....	86
مناقشة نتائج الفرضية الأولى المتعلقة بالتوافق الشخصي .....	86
مناقشة نتائج الفرضية الثانية المتعلقة بالتوافق المدرسي .....	86
مناقشة نتائج الفرضية الثالثة المتعلقة بالتوافق البيئي .....	87
مناقشة نتائج الفرضية العامة المتعلقة بالتوافق النفسي الاجتماعي .....	87
الاستنتاج العام .....	89
الخاتمة .....	90
اقتراحات وتوصيات .....	91
المراجع.....	93-96
الملاحق.....	98-100





رقم الجدول	العنوان	الصفحة
01	يبين التوزيع التكراري لدرجات التلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية المعبرة عن التوافق الشخصي.	89
02	يبين التوزيع التكراري لدرجات التلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية المعبرة عن التوافق المدرسي.	91
03	يبين التوزيع التكراري لدرجات التلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية المعبرة عن التوافق البيئي.	93
04	يبين التوزيع التكراري لدرجات التلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية المعبرة عن التوافق النفسي الاجتماعي.	95

رقم الشكل	العنوان	الصفحة
01	أعمدة بيانية تمثل التوافق الشخصي لدى تلاميذ الطور الثانوي الممارسين للرياضة المدرسية.	90
02	أعمدة بيانية تمثل التوافق المدرسي لدى تلاميذ الطور الثانوي الممارسين للرياضة المدرسية.	92
03	أعمدة بيانية تمثل التوافق البيئي لدى تلاميذ الطور الثانوي الممارسين للرياضة المدرسية.	94
04	أعمدة بيانية تمثل التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي الممارسين للرياضة المدرسية.	96

قائمة الجداول

## قائمة الأشكال

## مقدمة:

الإنسان في حياته اليومية في حركة دائمة تجعله في حاجة لتدريبها وخاصة في المراحل الأولى ليتفتح تفتحاً كاملاً مع تطور العصور أصبحت هذه الحركات كأنواع من النشاط الرياضي، وفي عصرنا هذا لا سبيل لإشباع هذه الطبيعة الحركية إلا عن طريق ممارسة ما يسمى بالرياضة. إذا ألقينا نظرة في التاريخ فإننا نجد أن الإنسان البدائي كان يمارسها تلقائياً ضماناً لإشباع حاجاته الأولية ويظهر ذلك جلياً في الرسوم والنقوش التي تمثل المصريين القدامى إذ كانت نمطاً من أنماط الحياة والبقاء، فالاستمرارية تبنى على منهج الاستعداد للقتال و الدفاع و اللذان يستلزمان إعداداً بدنياً متكاملًا وهذا ما كان في عهد الإغريق وبابل و الفرس وغيرهم من الحضارات القديمة. أما في عصرنا هذا فإن الممارسة الرياضية تعتبر فرصة للشباب للتعرف بالإضافة إلى ذلك فهي تساهم في تحقيق ذات الفرد بإعطائه الفرصة لإثبات صفاته الطبيعية وتحقيق ذاته عن طريق التنافس وبذل الجهد فهي تعد عاملاً من عوامل التقدم الاجتماعي وفي بعض الأحيان التقدم المهني وانطلاقاً من الدور الذي تلعبه الممارسة الرياضية في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته ومواهبه الرياضية بالإضافة على تعديل وتغيير سلوكه بما يتناسب و احتياجات المجتمع، ومنه فإن الرياضة المدرسة التي تعتبر المحرك الرئيسي لمعرفة مدى التقدم في الميدان الرياضي،

والرياضة المدرسية تتجه أساساً نحو تلاميذ المدارس والثانويات حيث تعمل على وضع الخطوات الأولى للطفل على الطريق الذي يمكنه من أن يصبح في المستقبل رياضياً بارزاً و مشهوراً وعليه يقوم ببناء المنتخبات المدرسية الوطنية، ويساهم في تمثيل بلاده في المحافل الدولية والإقليمية أحسن تمثيل.

ومن المعروف أن المشاكل التي تظهر في المرحلة الثانوية شغلت العديد من الباحثين والمربين حيث اختلفت وجهات النظر والآراء حول هذه المرحلة فالتغيرات المفاجئة التي تطرأ على

التلميذ في هذه المرحلة خاصة منها الفيزيولوجية العقلية والمورفولوجية الاجتماعية والنفسية من شأنها أن تؤثر سلباً على توازنه و توافقه النفسي الاجتماعي، وهذا ما يخلق الصراع بينه وبين غيره،

إلا إذا استطاع تحقيق أكبر إشباع ممكن لحاجاته الفطرية والمكتسبة على حد سواء، وقد يكون عدم التوافق النفسي الاجتماعي سببا في انتهاج الفرد سلوكا غير متزن في انفعالاته و تفكيره وآرائه

ومعتقداته ومن هنا قد يسلك سلوكا غير سوي يخلق له بعض المشاكل الاجتماعية لتتوسع بذلك دائرة هذه المشاكل لتمس الثانوية التي تعتبر المحيط الثاني للتربية بعد الأسرة ومن خلال هذه الدراسة نحاول إبراز دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

ولغرض تحقيق هذه الدراسة تطرقنا إلى: الجانب التمهيدي وتطرقنا فيه إلى الإشكالية



**الجانب التمهيدي :**

**مدخل إلى البحث**

## الإشكالية:

لقد قدر العلماء أهمية الرياضة ومدى حاجة الإنسان إليها منذ العصور القديمة، والدور الذي تلعبه في الحفاظ على اللياقة والصحة البدنية والروحية وهذا عن طريق أنواع النشاط البدني مستغلة دوافع هذا النشاط الطبيعي للفرد لتنمية الناحية العضوية والتوافقية لما تلعبه من دور أساسي في تكوين الفرد نفسيا وصحيا واجتماعيا وكذا ثقافيا.

ومن أجل ذلك تعتبر التربية البدنية والرياضية عامة والرياضة المدرسية خاصة بأهدافها

النبيلة وبرامجها المتنوعة من العوامل والعناصر الأساسية التي تبنى عليها المجتمعات المتطورة والحديثة، فالرياضة المدرسية تسعى إلى تحقيق أفراد صالحين ومعافين جسميا وعقليا، ومحاولة إدماجهم في المجتمع لكن هناك بعض العوائق والمشاكل التي يتأثر بها الفرد تحول دون تحقيق الهدف المنشود، ويرى علماء النفس والاجتماع أن أكثر المراحل صعوبة وحساسية في حياة الإنسان هي مرحلة المراهقة وخاصة من الجانب النفسي الاجتماعي لما تمر به من تقلبات مزاجية وصراعات نفسية واجتماعية وجسمية وانفعالية ونخص بالذكر تلميذ المرحلة الثانوية والذي قد يفقد سيطرته واتزانه ويظهر الكثير من الضروب السلوكية الشاذة بمجرد التعبير والإفصاح عن انفعالاته وميولاته الاجتماعية التي تنعكس على الأسرة والمدرسة والمجتمع الذي يعيش فيه وانطلاقا من ايجابيات الرياضة المدرسية ذات الطابع التنافسي وتأثيرها على شخصية التلميذ الممارس للرياضة من الناحية الذاتية والاجتماعية التي قد تساهم في إحداث علاقات اجتماعية تجعل منه فردا صالحا يتأثر ويؤثر في المجتمع أدى بنا ذلك إلى طرح الإشكالية التالية:

- هل للرياضة المدرسية دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

### 1-1 التساؤلات الفرعية:

- هل للرياضة المدرسية دور في تحقيق التوافق الشخصي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟
- هل تساهم الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق المدرسي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟
- هل تساهم الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق البيئي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

### 02- الفرضيات:

### 2-1- الفرضية العامة:

للرياضة المدرسية دور، قد يكون إيجابى، فى تحقيق التوافق النفسى الاجتماعى لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

## 2-2- الفرضيات الجزئية:

- للرياضة المدرسية دور فى تحقيق التوافق الشخصى لدى تلاميذ الطور الثانوى .
- تساهم الرياضة المدرسية فى تحقيق التوافق المدرسى لدى تلاميذ الطور الثانوى.
- تساهم الرياضة المدرسية فى تحقيق التوافق البيئى لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

## 03- أهمية البحث:

إن الرياضة المدرسية تلعب دورا فعالا وبارزا فى بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته ومواهبه الرياضية بالإضافة إلى تعديل وتغيير سلوكه الذى يتناسب واحتياجات المجتمع، لذلك أصبحت الرياضة المدرسية عاملا أساسيا فى تكوين الشخصية المتكاملة للفرد من خلال البرامج الهادفة التى تعمل على تأهيل وإعداد وعلاج التلاميذ عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية العالية بالإضافة إلى ما تحققه الرياضة المدرسية من مردود صحى وجسمى ونفسى للتلميذ.

إن البطولات والممارسات الرياضية التى تقام سواء كانت داخلية أو خارجية تتيح للتلاميذ فرصة للتوافق مع أقرانهم ومع الأسرة والمجتمع وفرصة للتطور والارتقاء بمواهبهم وقدراتهم الرياضية والفكرية.

تكمن أهمية الدراسة فى التأكيد على دور الرياضة المدرسية فى تحقيق التوافق النفسى

الاجتماعى لدى تلاميذ المرحلة الثانوية والذى قد يعانى من ضغوطات اجتماعية ونفسية إضافة إلى مختلف الأسباب الضاغطة التى تؤثر عليه وتشل تفكيره وخاصة فى أصعب مرحلة فمن المهم معرفة نجاعة ودور ممارسة الرياضة المدرسية ومدى تحقيق التوافق النفسى الاجتماعى لدى تلاميذ الطور الثانوى.

## 04- أهداف البحث:

نريد من خلال إجراء هذا البحث تحقيق الأهداف التالية:



1- توضيح وتبيان دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

2- إظهار العلاقة التي تربط ممارسة الرياضة المدرسية وتحسين التفاعل الاجتماعي وبناء شخصية متزنة ومتوافقة مع المشاكل الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

3- معرفة بعض خصائص طبيعة التوافق النفسي الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية.

4- مدى تأثير ممارسة الرياضة المدرسية على التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

## 05-تحديد المصطلحات والمفاهيم:

### 1.5-الرياضة المدرسية:

تعتبر الرياضة المدرسية بالجزائر من الركائز الأساسية التي يعتمد عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية وهي عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات سواء كانت صيفية أو لا صيفية.(1)

### 2.5-التوافق النفسي والاجتماعي:

هو حالة تكون فيها حاجات الفرد من ناحية، ومتطلبات البيئة من ناحية أخرى مشبعة تماما من خلال علاقة منسجمة بين الفرد وبيئته الاجتماعية(2). وهو مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته، وكل صراعاته، ومواجهة مشكلاته في إشاعات وإحباطات وصولا إلى ما يسمى بالصحة النفسية، أو السواء، أو الانسجام، أو التناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة، والعمل وفق التنظيمات التي ينخرط فيها الإنسان، وعليه فالتوافق النفسي الاجتماعي هو مفهوم إنساني.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> -samir b pour un champion du monde en algerie entrien avec med tazi presedente de (dss) les journales cotidiens d' algerie l'iberte 08 avrile 1997, p 19

<sup>2</sup> حسين أحمد حشمت ومصطفى حسين هاني: التوافق النفسي والتوازن الوظيفي Iالدار العلمية للنشر والتوزيع الاهرام 2006 مصر ص47

<sup>3</sup> حسن صال الدهر : الشخصية والصحة النفسية دار الكندي للنشر والتوزيع سنة1999 الاردن ص55

المبادئ الأولى :

المبادئ النظرية



الفصل الأول :

الرياضة المدرسية

**تمهيد:**

نرى ان الرياضة المدرسية تعتبر في أي بلد من بلدان العالم المحرك الرئيسي لمعرفة مدى التقدم في الميدان الرياضي، كما أنها من أهم الدعائم للحركة الرياضية، و الرياضة المدرسية تتجه أساسا نحو تلاميذ المدارس و الثانويات حيث تعمل على وضع الخطوات الأولى للطفل على الطريق الذي يمكنه من أن يصبح في المستقبل رياضيا بارزا و مشهورا وعليه يقوم ببناء المنتخبات الوطنية، ويساهم في تمثيل بلاده في المحافل الدولية أو القارية أو الإقليمية أحسن تمثيل. كما يجب أن نعلم أن الاهتمام بالرياضة المدرسية، ليست مسؤولية جهات محددة دون أخرى، بل هي مسؤولية الجميع أو كل فرد يسعى إلى الالتحاق بالركب الحضاري.

**1-الاتحاد الدولي للرياضة المدرسية:**

الرياضة المدرسية هي مجموع العمليات والطرق البيداغوجية العلمية، الطبية، الصحية، الرياضية التي بإتباعها يكسب الجسم الصحة و القوة والرشاقة و اعتدال القوام.(1) وهي عبارة عن أنشطة منظمة و مختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية و على كل المستويات(2)

وما أعطى نفسا جديدا للممارسة المدرسية هو العملية المشتركة بين وزارة التربية الوطنية و

<sup>1</sup> - إبراهيم محمد سلامة " : اللياقة البدنية للإختبارات و التدريب ، ط2، دار المعارف ، القاهرة 1891، ص 128  
<sup>2</sup> salirb pour cnampionent du monde en algerie entretien avec med tazi president de (oss) journal<sup>2</sup>  
quotidien d'Alger liberté 08avril 1997 , p19

وزارة الشباب و الرياضة، حيث قررت وزارة التربية الوطنية في مقالها " إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية بحسب التعليم رقم 59 / 95 بتاريخ 59 / 95 / 5559 من خلال المادتين 9 و6 وهي ما أكدته وزارة الشباب والرياضة.(1)

### 1-1 نشأة الاتحاد الدولي للرياضة المدرسية:

في أواخر الستينات تضاعفت الاتصالات الرياضية الدولية بين المدارس وهذا بفضل الملتقيات الطارئة والمتفرقة بين مدرستين أو أكثر، حيث تم تنظيم عدة مباريات في رياضات بين مدرستين أو أكثر، حيث تم تنظيم عدة مباريات في رياضات مختلفة ( كرة اليد في 1963م، كرة السلة في 1963 م، كرة القدم سنة من بعد أي منذ 1971م، كذلك بالنسبة لكرة السلة ) هذه المباريات السنوية ساهمت في ميلاد قوانين أساسية، وكذلك لجنة دائمة

العدد الكبير للمنافسات السنوية نتج عنه مباراة تصفوية على المستوى الوطني، كذلك ظهرت تنسيق هذه التظاهرات في إطار اتحادية دولية مختصة، كما ساهمت في ترقية هذه الفكرة، وزارة التربية و الفنون بجمهورية النمسا عقدت خريف 1971م محاضرة بـ raach/vienne أين تم مناقشة المشروع المتعلق بالشروط اللازمة لإنشاء اتحادية أوروبية للرياضة المدرسية و بعد مناقشات طويلة توج المشروع بالقبول و نظرا لإمكانيات التطور اختير أعضاء لجنة الترقية مندوبي 22 دولة الحاضرة و اجتماع الجمعية التأسيسية حدد بتاريخ 04 جوان 1972 في beau luxembourg fort ( هذا الاجتماع أقر القوانين و انتخب أعضاء أول لجنة تنفيذية (2).

### 1-2 الهياكل المنظمة للرياضة المدرسية الدولية:

العضو الأعلى للاتحادية الدولية للرياضة المدرسية هو الجمعية العامة التي يوجد بها كل بلد عضوا ممثل بحق التصويت، الجمعية العامة تنتخب اللجنة التنفيذية وتصادق على المبادئ الرئيسية للعمل الذي يجب إقامته كل فترة نشاط.

<sup>1</sup> - جريدة الخير الصادرة بتاريخ 22 : نوفمبر 1881، " إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية " ، ص 22

<sup>2</sup> Thil(E) Thamas (R) L'educateur Sportif Preparation Au Brevet D'etat – Paris – Vioat, 2000, P 172.

اللجنة التنفيذية مشكلة من رئيس، رؤساء مشاركين(كل واحد مسؤول عن قارة)، نائب اللجنة التنفيذية تهتم بتنفيذ قرارات الجمعية العامة و تنفذ جميع القرارات في كل الميادين حسب معاني قوانين الاتحاد الدولي للرياضة المدرسية. (1)

### 3-1-الجان الاتحاد الدولي للرياضة المدرسية:

-كل نشاط رياضي مرخص به من طرف اللجنة التنفيذية يجب أن توافق عليه اللجنة التقنية و ذلك بهدف التنسيق.

-كل لجنة تقنية تتكون من رئيس و عدد من الأعضاء هم ضروريين للسير الحسن .  
-رؤساء و أعضاء اللجان يتم تعيينهم من طرف اللجنة التنفيذية وذلك بإقتراح من بلد عضو.  
-البلد المنظم يفوض ممثل إضافي لدى اللجنة المعينة أثناء مدة تحضير و اج اراء التظاهرة.  
-رؤساء و أعضاء اللجان التقنية يتم تعيينهم أثناء الاجتماع الأول للجنة التنفيذية التي تتبع مباشرة الجمعية العامة لمدة 04 سنوات .

-اللجان التقنية الجديدة يمكن أن تتشكل أثناء كل دورة للجنة التنفيذية.  
-رؤساء اللجان التقنية هم مسؤولون عن نشاط لجانهم بحيث يقدمون المحضر الرسمي و التقدير الخاص بأعمالهم إلى اللجنة التنفيذية (2)

### 2-الرياضة المدرسية في الجزائر:

إن الرياضة المدرسية في الجزائر هي إحدى الركائز الأساسية التي تعتمد عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية، فما مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر، وما مراحل تطورها.

#### 1-2-مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر:

هي عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة، في شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات، و تسهر على تنظيمها و نجاحها كل من الإتحادية الج ازنرية للرياضة المدرسية بالتنسيق مع الرابطات الولائية للرياضة المدرسية في القطاع المدرسي و لتغطية بعض النقائص ظهرت"  
الجمعية الوطنية للرياضة المدرسية في 24 مارس 1997 " وهذا للحرص ومراقبة النشاطات و عادة الاعتبار للرياضة المدرسية، و للرياضة المدرسية في المنظومة التربوية مكانة هامة و بعد تربوي معترف به حيث تسعى كل من وزارة التربية الوطنية و وزارة الشباب و الرياضة إلى ترقية كل

1 - i - f - s . origine objectifs structure s 1996 , p 01 .

2 - reglement interieur t-s-f , 1996 ,p 18.

المستويات و تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية والمنافسات في أوساط التلاميذ. (1)

قررت وزارة التربية الوطنية جعل ممارسة التربية البدنية و الرياضية إلزامية لكل التلاميذ مع إعفاء كل اللذين يعانون من المشاكل الصحية، و جاء هذا القرار بعد التوقيع على اتفاقية مشتركة بين كل من وزارة التربية الوطنية و وزارة الشبيبة و الرياضة مع وزارة الصحة و الإسكان بشأن ممارسة التربية البدنية في الوسط المدرسي في 25 أكتوبر 1997، و يهدف هذا القرار إلى ترقية الممارسة في المدرسة، كما وجهت الوزارة تعليمة تتضمن كيفية الإعفاء من ممارسة التربية البدنية و الرياضية في الوسط المدرسي و نص القرار على استفادة التلاميذ الذين لا يستطيعون ممارسة بعض الأنشطة البدنية و الرياضية من الإعفاء، حيث يتم الإعفاء بتسليم طبيب الصحة المدرسية شهادة طبية بعد إجراء فحص طبي للتلميذ و دراسة ملفه الصحي المعد من طرف طبيب اختصاصي(2)

## 1-2-2. مراحل تطور الرياضة المدرسية في الجزائر:

لقد عانت الجزائر الويلات خلال فترة الاستعمار الفرنسي في شتى المجالات و اذا تطرقنا إلى هذه المجالات كان الأجدر بنا التطرق إلى الميدان الرياضي المدرسي، و هنا سوف نتطرق إلى التغييرات التي طرأت قبل الاستقلال إلى غاية الاستقلال:

### 1-2-2. الرياضة المدرسية في الجزائر قبل الاستقلال:

بحكم السياسة الاستعمارية المتبعة في الجزائر و التي تهدف إلى النصرانة و التجهيل، فقد عمدت السلطات الاستعمارية إلى غلق أبواب المدارس في وجه أبناء الشعب الجزائري. إن الرياضة المدرسية قبل الاستقلال كانت المرآة العاكسة للسياسة الاستعمارية في الاستغلال و الردع، إذ كانت قائمة على أساس أحكام مستمدة من قانون 5595 المتعلقة بالجمعيات، و لم يكن المستعمر يشجع الجزائري على ممارسة كرة القدم و الملاكمة إلا لقصده استغلال بعض المواهب التي يمتاز بها الشعب الجزائري، و يسمح ذلك لأخصائي الاستغلال الرياضي بتعاطي شتى أنواع الاستغلال الفاحش و في المقابل كان المستعمر يسعى دائما إلى هاته الرياضات ذات الأصالة الوطنية طبقا لسياسة الردع المتعددة الأشكال الهادفة إلى المس بالمقومات الوطنية أو الشخصية (3)

### 2-2-2. الرياضة المدرسية في الجزائر بعد الاستقلال:

بعد الفترة الاستعمارية جاء الاستقلال فوجدت الجزائر نفسها في مواجهة عدة مشاكل اقتصادية و سياسية

<sup>1</sup> -b Samir pou un champion du monde en Algérie , liberté le 08 avril 1997, p19 .

<sup>2</sup> جريدة الخبر الصادرة بتاريخ 21 نوفمبر 1881م، إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية ، ص12

<sup>3</sup> zanguisaid . fondement organisation et méthode de logique pour la création d'une école sport pour enfant, is - ts , alger 1985 . p44.

و ثقافية وكذلك رياضية، حيث عانت الجزائر من المشاكل التنظيمية و التكوينية، و من أجل تخطي هاته العقبات تطلب الأمر تغيير القوانين و النصوص الموروثة عن النظام الاستعماري، حيث تم في 10 جويلية 1963م إعداد (ميثاق الرياضة) مرسوم رقم 63/25 و لكن رغم هذا و حتى لسنة 1969م، كانت الرياضة لدى التلاميذ مهمشة كليا و لا يهتم التلميذ إلا عندما يصل مرحلة المنافسة، حيث يظهر قدرات عالية و كفاءات كبيرة و هذا ليس عن طريق عمل منتظم بل صدفة<sup>(1)</sup>، و ابتداء من السبعينات حاولت وزارة الشباب و الرياضة خلق مدارس رياضية، و هذا من أجل تكوين التلاميذ، حيث بدأت في إنشاء مدارس متعددة الرياضات مثل مدرسة الأبيار و لكن عمل هاته المدرسة مني بالفشل و انقطع بسرعة و ذلك لسوء التخطيط، و بمبادرة من وزارة الشبيبة و الرياضة في سنة 1983م نظم مهر جان رياضي كقاعدة طلابية حيث تم استدعاء 2500 شاب و شابة يمثلون مختلف جهات الوطن و من بينهم تم اختيار أحسن الشباب لكي يكونوا ضمن مخيم الأمل و هذا التبرص نظم أثناء العطلة الصيفية و ذلك قصد الكشف عن المواهب الشابة و من ثم انقطع حتى سنة 1984م، حيث نظم مهرجان آخر بعين الترك ضم منهم 204 شاب، حيث شارك 82 شاب لدى الأصاغر، 122 لدى الأشبال، أما الفتيات فشاركن بـ 10 صغريات و 47 من الشبلات

وفي سنة 1976م تم مراجعة ميثاق الرياضة أين كانت عدة نقاط غامضة كان من الواجب إعادة النظر فيها، فإما أنها غير مكتملة أو غير مبنية على أسس علمية و لا تساير التقدم الرياضي الجديد، و في نفس السنة و بتاريخ 23 أكتوبر تم إنشاء مرسوم وزاري رقم 81/76 المتضمن قانون التربية البدنية و الرياضية حيث عملت الدولة على إعطاء انطلاقة جديدة للحركة الوطنية و هذا بواسطة المواهب الشابة و الإطارات الرياضية الموجودة آنذاك و ذلك من أجل إبعاد التفرقة بين مختلف المواد التعليمية، حيث يتم دراسة قوانين جديدة تتكيف مع تنظيم و تسيير نشاطات التربية البدنية و الرياضية، فكان المخطط المنهجي يحتوي على المحاور التالية:

-تنظيم و تسيير نشاطات التربية البدنية و الرياضية.

-تحسين و تطوير الرياضة المدرسية و الجامعية.

-تكوين الإطارات و الاهتمام بالبحث العلمي.

-الرياضة النخبوية و وضعية الرياضيين.

-المنشآت و العتاد الرياضي.

-المساعدات المالية<sup>(2)</sup>

3- الهيآت التنظيمية لنشاطات الرياضة المدرسية في الجزائر:

<sup>1</sup> - Zannoui said – op – cit , 1985 , p 45 .

<sup>2</sup> -وزارة الشبيبة و الرياضة للجمهورية الجزائرية ، قانون التربية البدنية و الرياضة ، المؤرخ في 23 : أكتوبر . 1891 .



الرياضة تحتل مكانة كبيرة في حركة الرياضة الوطنية، و معلم التربية البدنية و الرياضية، يعتبر محرك لأي نشاط رياضي مدرسي، و المنظمة تحتوي على عدة مصالح سنتطرق إليها فيما يلي :

### 3.1-الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية: (F A S S)

الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية هي متعددة الرياضات، و مدتها غير محددة حسب أحكام القرار رقم 95 / 09 ( و من مهامها ما يلي:

-إعداد و استعمال مخطط تطوير النشاطات الرياضية الممارسة في الوسط المدرسي.  
-التنمية بكل الوسائل.

-السهر على تطبيق التنظيم المتعلق بالمراقبة الطبية للرياضة و حماية صحة التلميذ.

-السهر على التربية الأخلاقية للممارسين و للإطارات الرياضية.

-السماح للتلاميذ بالاشتراك الفعلي في التظاهرات الرياضية المدرسية.

-ضمان و تشجيع بروز مواهب شابة رياضية.

-تنسيق نشاطها مع عمل الاتحادية الرياضية الأخرى للطور المتماusk لمختلف النشاطات في الوسط المدرسي (1)

### 3.2-الجمعية الثقافية للرياضة المدرسية( A C S S )

هذه السلطة تمثل الخلية الأساسية للحركة الرياضية المدرسية الوطنية، حيث أن تسيير و تنظيم هذه الجمعية يخضع إلى مبادئ التسيير الاشتراكي في كل مؤسسة تنشأ إلزامية جمعية ثقافية رياضية مدرسية، هذه الجمعية مسيرة من طرف مكتب تنفيذي و جمعية عامة عن المكتب التنفيذي يرأس من طرف مدير المدرسة، الناظر أو المراقب العام للجمعية الثقافية الرياضية المدرسية، و حسب الأمر رقم (376/97) (2)

### 3.3-الرابطة الولائية للرياضة المدرسية (L W S S):

الرابطة الولائية للرياضة المدرسية هي جمعية ولائية هدفها هو تنظيم و تنسيق الرياضة في وسط الولاية، تتكون من جمعية عامة، مكتب تنفيذي ولجان خاصة، الجمعية العامة يرأسها مدير التربية للولاية، و تتكون من رؤساء الجمعية الثقافية الرياضية المدرسية، و ممثلي جمعيات أولياء التلاميذ.

من بين أعمال الرابطة الولائية للرياضات المدرسية تنسيق كل نشاطات الجمعيات الثقافية الرياضية

المدرسية، دراسة و تحضير برنامج التطور حسب توجيهات الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية (3)

### 4-المنافسة الرياضية المدرسية:

إن الرياضة المدرسية هي الأخرى تحتوي على منافسات، حيث توجد تصفيات تقوم بها الفدرالية

1، المتعلق بتوجيه المنظمة الوطنية للتربية البدنية و ( 18/82 ) : الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، وزارة الشباب و الرياضة، الأمر رقم 18، ص 1882 فيفري 22 :هـ، الموافق لـ 1212 الرياضة و تنظيمها و تطويرها، المؤرخ في رمضان

2 - الجريدة الرسمية ، الأمر رقم : ( 367 / 87 ) ، الصادر بتاريخ 19 أكتوبر 1997 م ، المتعلق بالتربية البدنية و الرياضة و تطويرها

3 - الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية ، وزارة الشباب و الرياضة ، مرجع سابق الذكر ، 1995 ، ص 09

الجزائرية للرياضة المدرسية في شتى المنافسات و منها ألعاب القوى و ذلك قصد اختيار الأبطال...، و ذلك من أجل تنظيم بطولة وطنية مصغرة والتي تجري معظمها في العطل الشتوية أو الربيعية، ثم تليها البطولة العالمية و لذلك الرياضة المدرسية كغيرها من الرياضات تنظم هذه المنافسات من أجل ترقية المواهب الشابة، و اعطاء نفس جديد للحركة الرياضية وكلمة المنافسة هي كلمة لاتينية وتعني البحث المتصل من طرف عدة أشخاص لنفس المنصب ونفس المنفعة، و حسب روبر " الرياضي الذي يعرف المنافسة هي كل مزاحمة تهدف للبحث عن النصر"، و هناك تعريف آخر يقول على المنافسة أنها " ذلك النشاط الذي يحصل داخل إطار مسابقة متقنة في إطار و نمط معروف".<sup>(1)</sup>

وحسب "رد الدمان"، "المنافسة هي صراع عدة أشخاص للوصول إلى هدف منشود أو نتيجة ما".<sup>(2)</sup> أما "فيرنوندر" فيعرف المنافسة على أنها "كل مرحلة يتواجد فيها إثنان أو عدد كبير من الأشخاص في صراع لأخذ الجزء الهام أو النصيب الأكبر".<sup>(3)</sup>

حتى علم النفس إهتم بدوره بالمنافسة و يعطي لها هذا التعريف " تفهم المنافسة كمجابهة للغير و ضد المحيط الطبيعي، والهدف نصر الأشخاص أو الجماعات لكن كلمة مزاحمة هي أقرب معنى للمنافسة في ميدان الرياضة لأن هذه الأخيرة تخص مجابهة بين أشخاص من أجل أحسن لمحة و لأحسن مستوى ممكن".<sup>(4)</sup>

#### 4. 1- نظريات المنافسة:

تحتوي المنافسة على عدة نظريات ويمكن تقسيمها حسب دورها إلى مجموعة من النظريات التي تفيد الفرد في جميع المجالات ومن أهمها :

##### 4. 1-1- المنافسة كشرط إيجابي :

حسب "رد الدرمان" المنافسة هي حافز يسمح للشخص بالتطور، و حسب "يركس دودسن" النخبة هي التي تدفع أو تعقد من حد المنافسة، أذن المنافسة هي "إحدى المواقع التي تسمح لشخص بأن يصل إلى نتيجة مشرفة بذلك".

##### 4. 1-2- المنافسة كوسيلة للمقارنة:

حالة الشخص في المنافسة يمكن أن تكون متعلقة مباشرة بها يحيط به من سلوكات و معاملات الفرد يمكنها أن تتغير حسب معاملات رفاقه، مدربيه، متخرجيه... إلخ.

<sup>1</sup> ( - matuiv ( t.p) aspects fondamentaux de l'entraînement , édition viga , paris , 1989 , p13

<sup>2</sup> - alderam ( ed) manuel de psychologie de sport ,édition , viga , paris ,1990,p95.

<sup>3</sup> - fenandez ( b ) soologie et comptions sportive , édition , viga , paris 1977 , p11

<sup>4</sup> - waring ( h.t.r ) psychologie sportive , édition , viga , paris , 1976 , p 23 .

**4. 3-1- المنافسة كمهمة متبادلة بين الرغبة في تحسين القدرات و تقييمها:**

يرى " رد الدرمان " أن التصرفات في المنافسة هي نتيجة للراغبين في المنافسة.(1)

**5 -أهداف المنافسات الرياضية المدرسية:**

تعتبر الرياضة المدرسية من أهم الوسائل المساعدة على اتزان الفرد نفسيا و اجتماعيا، فهي تكسب الجسم الحيوية و الرشاقة، مما يجنب الفرد الكسل و الخمول، كما تمنحه نموا صحيا جيدا تجعله أقل عرضة للأمراض، و يعتقد البعض أن الرياضة المدرسية تختص بتكوين الفرد من الناحية البدنية فقط، ولكن هذا غير صحيح، فالفرء عبارة عن وحدة متكاملة بين جميع النواحي الجسمية و العقلية و النفسية و الاجتماعية، كما أكدته الاتجاهات العلمية الحديثة، فهناك تكامل في نمو الجسم، فالعقل مثلا يؤثر على مجهود الجسم و من هنا يتضح لنا علاقة العقل بالجسم، إذ لا يقتصر دور ممارسة الرياضة على تنمية الجسم فقط بل يشمل كل نواحي الجسم، و فيما يلي سوف نوضح أهداف الرياضة المدرسية.(2)

**5. 1- من الجانب النفسي:**

إن الرياضة المدرسية كغيرها من الرياضات تحرر الفرد من المكبوت و تغمره بالسرور و الابتهاج، زد إلى هذا فهي تهدف إلى إشباع الميول العدوانية و العنف لدى بعض المراهقين عن طريق الألعاب التنافسية العنيفة كالملاكمة مثلا فعند تسديد الملامك ضربا للخصم فإنه في هذه الحالة يعبر عن دوافعه المكبوتة بطريقة مقبولة و مفيدة، إذا الحل السليم للتخلص من العبارات و الاندفاعات الغير مناسبة هو كبتها في اللاشعور، و وضعها في السلوك المقبول.

**5. 2-المنافسة وسيلة للتعاون الاجتماعي:**

إن الرياضة المدرسية هدف اجتماعي، يتمثل في خلق جو التعاون، فكل فرد يقوم بدوره عن طريق مساهمته بما عنده، بالتنازل عن بعض الحقوق في سبيل القدوة و المثل من أجل تحقيق هدف اجتماعي تعود فوائده على الجميع، فلا يتحقق هذا التعاون إلا عن طريق الجماعة و التنافس.

**5. 3-تطوير العمليات العقلية:**

إن الرياضة المدرسية تلمس كل الجوانب، حتى الجانب العقلي، فهي تفيد الناحية البدنية و العقلية و حتى يتحقق التفكير و اكتساب المعارف المختلفة دلت بطبيعة المنافسة الرياضية

<sup>1</sup> - aldarman ( rd ) op , cit , 1990 , p 102 – 103 – 104 .

<sup>2</sup> محمد عادل خطاب ، التربية الوطنية للخدمة الاجتماعية ، ط2 ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، مصر 1965 م ، ص 67 .

المدرسة كتاريخ اللعبة التي نمارس فوائدها<sup>(1)</sup>

#### 4-5 تطوير الصفات الخلقية:

تعتبر الرياضة المدرسية عملية تربوية خلقية، وذلك لما توفره النشاطات المدرسية من سلوك أخلاقي، و هذا بالنظر إلى الحماس التي تكسبه الرياضة المدرسية وسط التلاميذ و الخوف من الهزيمة والهجوم وتسجيل النتائج الجيدة، و لهذا فإن الرياضة المدرسية تهتم بسلوك التلميذ وتهديته، وتوضح ما يجب و ما لا يجب القيام به في النشاطات الرياضية المدرسية، و هذا ما يساعد التلميذ على القيام بالعمل الصالح و الثقة في النفس و الإخاء و الصداقة.<sup>(2)</sup>

#### 6- النشاط الرياضي اللاصفي :

إن النشاط الرياضي اللاصفي هو عبارة عن نشاط رياضي خارج ساعات الدوام الرسمي للبرنامج المدرسي، ومن أهدافه إعطاء الفرصة للتلاميذ البارزين في تحسين مستوياتهم و كذلك ذوي الميول و الرغبات إلى المزيد من المزاولة الرياضية.

#### 6.1- النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

هو النشاط الذي يقوم خارج أوقات الدروس داخل المؤسسات التعليمية و الغرض منه هو إتاحة الفرصة لكل تلميذ بممارسة النشاط المحبب إليه، و يتم في أوقات الراحة الطويلة و القصيرة وفي اليوم الدراسي، و ينظم طبقا للخطة التي يصنعها المدرس سواء كانت مباريات بين الأقسام أو عروض فردية أو أنشطة تنظيمية<sup>(3)</sup>

و كذلك هو البرنامج الذي تديره المدرسة خارج الجدول المدرسي، أي النشاط اللاصفي، وهو في الغالب نشاط اختياري و ليس إجباري كدرس التربية البدنية و الرياضة، ولكنه يتيح الفرصة لكل تلميذ أن يشترك في نوع أو أكثر من النشاط الرياضي، و اقبال التلاميذ على هذا النشاط أكبر دليل على نجاح البرنامج إذا شمل أكثر عدد من التلاميذ و يعتبر هذا النشاط مكمل للبرنامج

1 - د . محمد بسيوني، فيصل ياسين الشطي ، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضة، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 1882م، ص

19

2 - محمد عادل خطاب ، مرجع سابق الذكر، سنة 1812، ص 19

3 د محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي ، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضة، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية،

الجزائر 1882، ص 132

المدرسي، ويعتبر حقه لممارسة النشاط الحركي خصوصاً تلك الحركات التي يتعلمها التلميذ في درس التربية البدنية و الرياضة.(1)

## 6.2- النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

هو ذلك النشاط الذي يجري في صورة منافسات رسمية بين فرق المدرسة و المدارس الأخرى، وللنشاط الخارجي أهمية بالغة لوقوعه في قمة البرنامج الرياضي المدرسي العام الذي يبدأ من الدرس اليومي ثم النشاط الداخلي لينتهي بالنشاط الخارجي حيث يصب فيه خلاصة الجد و المواهب الرياضية في مختلف الألعاب لتمثيل المدرسة في المباريات الرسمية كما يسهل من خلاله اختيار لاعبي منتخب المدارس لمختلف المنافسات الإقليمية و الدولية (2) و كما هو معروف أن لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس سواء في الألعاب الفردية أو الألعاب الجماعية، و هذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية للمدرسة، و عنوان تقدمها في مجال التربية البدنية و الرياضة للمدرسة، و في هذه الفرق يوجد أحسن العناصر التي تفرزها دروس التربية البدنية و الرياضية والنشاط الداخلي.(3)

## 7-العوامل المؤثرة على الرياضة المدرسية:

تتأثر الرياضة المدرسية بعدة عوامل بيئية، تعليمية، تفاعلية، و يمكن أن نذكر منها:

### 7.1-تأثير البرنامج على الرياضة المدرسية:

إن عدد الحصص المبرمجة في الأسبوع غير كافية و لا تحقق أهداف الرياضة المدرسية، حيث أن حصة واحدة في الأسبوع و لمدة ساعتين لا تمثل حصة الرياضة المدرسية، و لهذا يجب إضافة حصص خاصة بالرياضة المدرسية كي تحقق نتائج حسنة

### 7.2-غياب المنشآت:

إن المنشآت الرياضية التي أنشأت لم تكن كافية مع عدد السكان، رغم أن المادتان (97/98) من قانون التربية البدنية و الرياضة نص على أن لكل مؤسسة تعليمية الحق في منشأة

<sup>1</sup> د عقيل عبد الله ، الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية ، بغداد ، ط2، 1891 ، ص 1

<sup>2</sup> - قاسم المنذلاوي و آخرون، دليل الطالب في التحقيقات الميدانية في التربية الرياضية ، الجزء الثاني ، الموصل ، العراق ، 1990، ص55

<sup>3</sup> - 2) د محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي ، مرجع سابق الذكر ، 1992 ، ص 134

رياضي، كما أن أحكام القانون (95/09) تعطي أولوية للرياضة الجماهيرية، إلا أن تجسيد هذه القوانين في الميدان وتطبيقها في الميدان يعكس وضعا مرأ، أما من ناحية العتاد و المنشآت، فمن جهة تبنى الملاعب، و من جهة أخرى في أحسن الأحوال نجد مساحات اللعب أحييت إلى أرضية لبناء مساكن، و هذا مخالف للقوانين من المادة (98/88) (من قانون) 95/09 التي نصت على أهمية المنشآت الرياضية في المناطق العم ارنية، وال ازم صيانتها والاهتمام بها .

### 3-7 تأثير المستوى التكويني التربوي للأستاذ:

المربي عبارة من دائرة معارف للسائلين وثقافة للمحتاجين من المرشدين والمتعلمين و رسالة لا تقتصر على التلقين الرياضي فقط، بل رسالة شاملة للمجتمع من المعارف التجريبية أمام التلميذ، و لكن الواقع في المؤسسات التربوية يخالف ذلك، فمعظم التلاميذ يشكون من مستوى الأستاذ الذي يكون في غالب الأحيان غير مؤهل للعمل، فإننا نجد في بعض الثانويات مدرسون مستواهم يخالف المستوى المطلوب، و لهذا فالدولة في قوانينها الصادرة في القرار (09/95) في المادة (76) تمنع أي فرد من ممارسة وظائف التأطير لمادة التربية البدنية و الرياضة إذا لم يقيت بأن له شهادة و اثبات مسلم أو معترف به من طرف الهياكل المؤهلة لهذا الغرض.<sup>(1)</sup>

### خلاصة:

نكاد نجزم أن الإطار الفلسفي للتربية البدنية في أي دولة من مجموعة القيم و المبادئ والأصول والاتجاهات الثقافية والاجتماعية و الدستورية التي تنظمها فلسفة الدولة. ويمكن أن نستنتج من هذه القيم والمبادئ والأصول قيمة التربية البدنية و الرياضة باعتبارها حق تكفله الدولة للأفراد، وتعتبر وسيلة لتنشئتهم و تربيتهم من أجل ذلك تضع كل دولة قوانينها و تشريعاتها التي تتر جم هذه الحقوق إلى واقع تنفيذي و يتمثل في إنشاء المنظمات المتخصصة و الكفيلة لتحقيق ذلك. إن مهمات و أهداف الرياضة المدرسية قد تعددت و شملت العديد من النواحي، و التي روعيت فيها تنمية المواهب و القدرات البدنية و العقلية و تعلم الألعاب وقوانينها، و بذلك يتعلم التلميذ القدرة على المحافظة على صحته و المشاركة في المنافسات وكيفية إدارتها و توجيهها مما يتناسب مع قابليته الذهنية و البدنية، إلا أن مشاكل الرياضة المدرسية في بلادنا أفقدتها طابعها الحيوي والأساسي

<sup>1</sup> ، يتعلق 1882 فبراير 22، المؤرخ في 18 / 82 الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية ، وزارة الشباب و الرياضة، أمر رقم بتوجيه المنظمة الوطنية للتربية الرياضية و تطويرها



الفصل الثاني :

التوافق النصي الإجمالي



**تمهيد:**

يعتبر التوافق النفسي الاجتماعي من الظواهر الهامة في حياة الإنسان بمرحلها المختلفة من الطفولة إلى الشيخوخة، كما أنها الهدف الأساسي الذي يصبو إليه، ليعيش في سلام مع نفسه ومع المحيطين به في جميع المؤسسات الاجتماعية انطلاقاً من الأسرة مروراً بالمدرسة، والمجتمع بوجه عام، ذلك أن انعدام هذه العملية تجعل الفرد يتخبط في مشكلات توافقه و تعيقه عن بلوغ أهدافه. حيث لا يمكن للإنسان المكون من النوازع المادية، والروحية، والحاجات النفسية، والاجتماعية الوصول إلى مستوى مقبول من التوافق وما ينتج عنه من راحة نفسية، إلا إذا استطاع تحقيق أكبر إشباع ممكن لحاجاته الفطرية والمكتسبة على حد سواء، وذلك سواء بمواجهته المباشرة للمواقف والمشاكل و مواجهة علنية، أو بلجونه إلى استخدام الميكانيزمات الدفاعية التي تهدف هي الأخرى إلى تحقيق عملية التوافق.

وسنتطرق في هذا الفصل إلى تعريف التوافق النفسي الاجتماعي وتحديد أبعاده و معاييرها، وكذا إلى العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق، ثم إلى الميكانيزمات الدفاعية التي يلجأ إليها لتحقيق عملية التوافق

### 1- التوافق النفسي الاجتماعي:

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

ويشير هذا التعريف نقطة هامة تتمثل في الاختلاف حول مدلول كل من مفهومي التكيف، والتوافق عند البعض من علماء النفس، والمهتمين بالسلوك الإنساني. فالتكيف كما يقول "جون بياجيه" هو عملية تتم عن طريق تحقيق التوازن بين مظهرين من مظاهر التفاعل بين الفرد والبيئة، فالفرد إما أن يدخل على سلوكه التعديل، مما يساعده على تحقيق التوازن بين سلوكه، وبين ظروف البيئة المحيطة به بكل مطالبها، إما أن يحاول التأثير في البيئة والوسط المحيط به حتى تستجيب هذه البيئة بدورها لرغباته أما التوافق فهو مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته، وكل صراعاته، ومواجهة مشكلاته في اشباعاته واحباطاتوصولاً إلى ما يسمى بالصحة النفسية، أو السواء، أو الانسجام، أو التناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة، والعمل وفق التنظيمات التي ينخرط فيها الإنسان، وعليه فالتوافق هو مفهوم إنساني<sup>1</sup> (وبناء على ما سبق يمكن القول بأن التوافق النفسي الاجتماعي والتكيف مفهومان مختلفان فيما بينهما، لكنهما مكملان لبعضهما، فالإنسان يتكيف بيولوجيا ويتوافق نفسيا واجتماعيا، إذ يبدأ التكيف وهو جنين في بطن أمه ويستمر ذلك طول حياته وبعد الولادة، في حين يبدأ التوافق

النفسى والاجتماعى مع تكوين ذاته في السنوات الأولى من حياته، وبهذا ترتبط العمليتان، التكيف والتوافق ارتباطا وثيقا بمرحل النمو المختلفة التي يمر بها الإنسان انطلاقا من خصائص كل مرحلة ومطالب النمو فيها، علما بأن هذه المطالب تختلف من مرحلة لأخرى ابتداء بالطفولة وانتهاء بالشيوخوخة، وعموما فإن الشخص المتوافق هو الذي يشغل جميع الجوانب النفسية والاجتماعية، والانفعالية إلى أقصى درجة ممكنة في مواجهة مشكلاته حتى يحقق الصحة النفسية المرغوبة في أية مرحلة يعيشها<sup>(1)</sup>

وهناك الكثير من مراجع علم النفس التي لم تطبق الفرق بين المفهومين، وظلت الكلمتين مستعملتين للدلالة على نفس المعنى، ومصطلحات التوافق والتكيف، التلاؤم، الانسجام والاتزان الانفعالي والسواء، العقل السوي يقصد بها في الغالب التعبير عن حالة الصحة النفسية للفرد. وفي هذا السياق يرى مصطفى فهمي أن علم النفس استعار المفهوم البيولوجي للتكيف، والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح

<sup>1</sup> حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسية، عالم الكتاب ط1، 1978، القاهرة ص33

الموائمة، واستخدام في المجال النفسي الاجتماعي تحت مصطلح التكيف أو التوافق النفسي الاجتماعي، فالإنسان كما يتلاءم مع البيئة الطبيعية يستطيع مع الظروف الاجتماعية والنفسية والتي تطلب منه باستمرار أن يقوم بموائمتها بينها وبينه، وظروف الحياة تدفعه إلى هذا التكيف، وما يساعده على ذلك ما لدى الفرد من القدرة على التطبيع الاجتماعي والذكاء. التلاميذ(1) .  
وتماشيا مع وجهة النظر هذه فإننا نشير إلى أن استعمال كلمة التكيف في هذه الدراسة يقصد بها التوافق النفسي الاجتماعي.

ويعرف التوافق النفسي الاجتماعي ضمن ثلاثة جوانب رئيسية هي:

### 1-1- الجانب النفسي (الشخصي):

ويعرف التوافق أو التكيف ضمن هذا الاتجاه بأنه إشباع الفرد للقدر الأكبر من حاجاته الجسمية النفسية والاجتماعية. التوافق النفسي الاجتماعي لا يكون إلا إذا أحس الفرد بأن جميع حاجاته النفسية الأولية منها والمكتسبة مشبعة، ويتمثل ذلك في إشباع الحاجة إلى الطعام والشراب والجنس، (بطريقة شرعية) وكل ما يتعلق بحاجاته البيولوجية والفسولوجية، وكذلك الأمن، وهي حاجة نفسية ضرورية، حساسه بأنه محبوب من الآخرين، وأن لديه القدرة على الحب(2).

ويذكر سعد جلال أن تكيف الفرد يتوقف على مدى إشباع حاجته لتأكد ذاته عن طريق إشباع الحاجات الأخرى النفسية والاجتماعية، إلا أنه قد تعترض سبيل الفرد عقبات تحول دون إشباع هذه الحاجات، فتؤدي إلى عدم تكيف الفرد(3).

ويذكر أيضا بأن الحاجة تؤدي إلى استثارة الدافع، والدافع ما هو إلا حالة توتر إلى عدم استقرار الكائن الحي واختلال توازنه، فيقوم بنشاط قصد التواصل إلى إشباع الحاجة والتخفيف من الدوافع لإعادة التوازن وزلة التوتر، ولما كان الإنسان في عملية تفاعل مستمر مع بيئته المادية والاجتماعية، وهذا التفاعل عملية ديناميكية، فعمليات التكيف مستمرة وتوازن الإنسان دائما في حالة تذبذب بين الاتزان وعدمه(4).

وانطلاقا من أن الإنسان اجتماعي بطبعه فإنه لا يمكننا أن نتصوره دون إطار اجتماعي وثقافي معين ونقول عنه أنه متوافق، وعليه وانطلاقا من التعاريف السابقة فإن أنصار هذا الاتجاه قد بالغوا في إشباع الحاجات تناسوا الجانب الطبيعي والاجتماعي الذي يؤثر ويعدل من سلوك الفرد، حيث أن عملية التوافق أو التكيف لا تتوقف على الفرد فقط بل هناك معايير أخرى تتحكم وتتدخل فيها كالمعايير الاجتماعية

1 - مصطفى فهمي: دراسات سيكولوجية التكيف ط-1-1978

2 حسن صالح الدهري: مصدر سابق ص 56

3 - سعد جلال: المرجع في علم النفس، دار المعارف بمصدر، ط1971، القاهرة، و ص 487

والثقافية والطبيعية، فالفرد لا يعيش بمعزل عن هذه المعايير والعوامل فهي تؤثر فيه ويتأثر بها ويتأثر فيها .

## 1. 2- الجانب الاجتماعي:

حسب هذا الاتجاه فإن تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي أو التكيف على مساهمة الفرد لمعايير وثقافة مجتمعه.

وفي هذا السياق يرى مصطفى فهمي أن كل مجتمعه إنساني ينظم مجموعة من القواعد والنظم التي تضبط علاقات الفرد بالجماعة وتحكمها وفقا لمعايير التطبيع الاجتماعي، يتعرف على هذه القواعد وتلك القوانين ويمثلها حتى تصبح جزءا من تكوينه الاجتماعي، ونمطا محددًا لسلوكه داخل الجماعة.(1)

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

ويتضح من هذا العرض أن الاتجاه الاجتماعي يعاكس الاتجاه النفسي بتركيزه على المجتمع ومكوناته المختلفة، ويرى أن الشخصية المتوافقة هي التي تسير المجتمع وثقافته ومعاييرها ، غير أنه قلل من قيمة الفرد وطاقته المبدعة والتي غالبا ما تقف في وجه تلك المعايير.

## 1. 3- الجانب التكاملي(النفسي الاجتماعي):

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

وترى سمية فهمي في هذا الصدد أن التكيف يتضمن تفاعلا مستمرا بين الشخص وبيئته فللشخص حاجات وللبيئة مطالب وكل منهما يفرض مطالبه على الآخر ويتم التكيف أحيانا عندما الشخص في تحقيق مثل هذا الحل الوسط، فتسوء صحته النفسية فالصحة النفسية إذا هي قدرة الشخص على التوفيق بين رغباته وأهدافه من جهة وبين الحقائق المادية والاجتماعية التي يعيش في وسطها من جهة أخرى(3)

ومن هنا فإن التوافق في نظر هذا الاتجاه (التوفيق) يعتمد على الفرد وما ينطوي عليه من بناء نفسي

<sup>1</sup> مصطفى فهمي: مصدر سابق ص13

<sup>2</sup> - أحمد عزت راجح: أصول علم النفس، المكتب المصري الحديث ط11، سنة 1976، الإسكندرية، ص10

<sup>3</sup> سمية أحمد فهمي: مجالات الصحة النفسية في المدرسة، بحث منشورة في حوايات كلية البنات جامعة عين شمس، سنة 1989، القاهرة، ص80

وحاجات ودوافع (لمحيط النفسي للفرد)، كما يعتمد على المحيط الخارجي، ويقصد به المحيط الذي يقع فيه الفرد سواء كان الطبيعي أو الاجتماعي أو الثقافي.

وبناء على ما سبق فإن هذا الاتجاه هو الأكثر قبولاً واستعمالاً لأنه يمثل نظرة أكثر موضوعية لعملية التكيف أو التوافق، فهذا الأخير عملية حيوية في حياة الفرد وتمثل سلسلة من محولات التوافق بين حاجات الفرد ومطالب البيئة ولا تكون السيطرة المطلقة أو الدائمة لأي منها.

## 2- أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي:

للتوافق النفسي الاجتماعي عدة أبعاد نذكر منها:

### 2. 1- التوافق الشخصي:

وهو أن يكون الفرد راضياً عن نفسه غير كاره لها أو نافراً منها أو ساخطاً عليها أي غير وثقاً منها، كما تنتم حياته النفسية بالخلو من مشاعر الذنب والقلق والضيق ومن المكونات الرئيسية لهذا البعد هو التكيف والتوافق لإشباع الفرد لدوافعه المختلفة بصورة ترضي الفرد والمجتمع في آن واحد<sup>(1)</sup>.

وفي هذا السياق يرى كمال دسوقي أن بناء شخصية الفرد في اتفاق مع دوافعها للعيش وشحن قوى العقل، واستعدادات الذكاء بالتعليم والتفكير لإدراك محسوسات العالم الخارجي الذي يحيط به، والداخلي الذي تنبعث من باطنه، ثم الاستجابة لكل ذلك بآليات الجهاز العصبي الذي يديره ويرأسه المخ كجهاز توجيه وإدارة<sup>(2)</sup>

وهكذا فإن هذا البعد يخص الشخص وحده ومدى قدرته على فك الصراع أو الصراعات الداخلية التي يعيشها بسبب تصادم دوافعه المختلفة، ويقاس هذا البعد بمدى قدرة الشخص على التوافق بين هذه الدوافع، وعليه فالتوافق الشخصي هو تلك العملية التي يحقق بها الفرد من الاتزان مع نفسه ويظهر ذلك في أن يكون واثقاً منها معتمداً عليها في مواجهة المواقف التي يتعرض لها، كما يظهر في ميله إلى التحرر والواقعية، والانتماء والانبساط مع خلوه من الأعراض المرضية.

### 2-2 التوافق البيئي (الاجتماعي):

يتمثل في العلاقة الجيدة والانسجام الكلي بين الفرد والبيئة المحيطة به، ويرى حامد عبد السلام زهران أن التوافق البيئي الاجتماعي هو السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع، و مسابرة المعايير الاجتماعية، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغيير الاجتماعي السليم، والعمل لخير الجماعة، مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية<sup>(3)</sup>.

<sup>1</sup> مصطفى فهمي: مصدر سابق، ص34

<sup>2</sup> كمال دسوقي: علم النفس ودراسة التوافق، ط2، سنة 1976، ص8-9

<sup>3</sup> حامد عبد السلام زهران: مصدر سابق، ص150

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

ويرى أسعد رزوق في هذا الصدد بأن التوافق الاجتماعي هو تلك العملية التي يقتبس فيها الفرد نمط السلوك الملائم للبيئة، وبالنسبة لسلوك الفرد هو التغيير الذي يطرأ تبعاً لضروريات التفاعل الاجتماعي، واستجابة لحاجة الفرد إلى الانسجام مع مجتمعه، ومسايرة العادات والتقاليد الاجتماعية التي تسود هذا المجتمع(1)

وهكذا من خلال التعاريف السابقة يتضح أن الشخص المتوافق من الناحية البيئية الاجتماعية هو الشخص الذي يستطيع إيجاد علاقات منسجمة مع البيئة المحيطة به بأشكالها المختلفة، سواء مع أفراد أسرته أو المجتمع بوجه عام، وهذه العلاقة تركز على توفر مجموعة عناصر منها: تقبل الآخرين والإيمان بالتعاون من أجل خدمة المجتمع، وخلو الفرد من النزاعات المضادة للمجتمع كالتعصب العرقي والتمييز العنصري والنزاعات العشائرية والإخلال بالنظام العام... إلخ.

## 2. 3- التوافق المدرسي:

يتعرض الشباب في المدرسة إلى معايير متضاربة قد تتعارض مع تلك السائدة في بيوتهم فالمدرسة كصورة من المجتمع يقضي فيها الشباب فترات صباح ومراهقته حتى سن الرشد، ومع أن التلميذ يتدرج في الإدماج بالمدرسة، ويتعود على تقبل ما فيها من تسلط المجتمع الأكبر وضوابطه وسيطرته، فعندما يجيء السن الذي يستطيع فيه أن ينمي ملكاته العقلية، أن يناقش المجتمع الحساب فهو في خوف من الصورة الكبيرة التي تنتظره (للمجتمع)، والتي ليست هذه (المدرسة) غير صورتها المصغرة- يحس بالقلق والثورة: لماذا كل هذه المواد الدراسية؟ ما قيمة كل هذا التحصيل؟ ما الداعي للتمسك بالنظام وتقيد الحرية؟ وهل هذا مطلوب للحياة العملية؟ هل الامتحان مقياس سليم لتقييم القدرات، أم أن الذي يحفظ هو الذي يتفوق؟ هل الصمت والسكوت وعدم المناقشة أو الاعتراض هو الأدب المطلوب، والذي ينتقد ويحلل ويفكر باستقلال وحماس يكون غير مرضي عنه؟ (2)

ويتوقف التوافق المدرسي للتلميذ على الأوضاع أو الجو الذي يسود المدرسة كأسلوب العلاقات القائمة في

1 أسعد رزوق: موسوعة علم النفس، مكتبة لبنان، بيروت، ص88

2 - كمال دسوقي: مصدر سابق ص29

المدرسة، أو الأنظمة السائدة فيها أو طرق التعليم المتبعة فيها، كما يتوقف أيضا على خصائص النمو التي لم تقابل بعد، أو الانتقال من مرحلة تعليمية إلى أخرى، أو من مدرسة إلى أخرى. من مظاهر سوء التوافق المدرسي الغياب المتكرر للتلميذ وعدم الانتظام المستمر في الدراسة بالتالي فشلة الدراسي الذي قد يؤدي به إلى التسرب المبكر وما يترتب عنه من مشاكل اجتماعية، كل هذا يكون نتيجة كراهية التلميذ للمدرسة أو فشله الدراسي، أو سوء علاقاته فيها، أو عدم تكيفه مع الأوضاع التي تختلف عن تلك الأوضاع التي تعود عليها في الأسرة.

### -3- معايير التوافق النفسي الاجتماعي:

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

#### 3.1- معيار الخصائص الفردية:

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

#### 3-2 المعيار الحضاري (الاجتماعي):

حسب هذا المعيار فإن الشخص السوي أو المتوافق هو الذي يساير المعايير الاجتماعية ويمتثل لقواعد الضبط الاجتماعي، والشاذ أو غير السوي الذي يتصرف عكس ذلك. لكن وجود مقومات حضارية وثقافية مختلفة باختلاف الثقافات والمجتمعات تجعل من التوافق مسألة نسبية موقف على نوع المجتمع وحضارته وقيمه، وعليه ليس هناك معيار إنساني عام، فما يعد سويا في مجتمع قد مرض وشدوذا في مجتمع آخر، كما يؤخذ على هذا المعيار إن المجتمع نفسه ليس دائما بالمجتمع السوي، يمر بظروف وأوضاع تشيع فيه الأمراض النفسية والآفات الاجتماعية، ومن ثم يكون الخضوع أو الامتثال لهذا المجتمع أمر متناقض لمعنى التوافق.

#### 3-3 معيار الحالة الصحية (الباثولوجي):

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

### 3.4- المعيار المثالي :

يعتمد هذا أساسا على أحكام قيمية تطلق على أشخاص، وعادة ما ستمد أصوله من أصوله من الأديان وجهاز القيم الأخلاقية، والسواء حسب هذا المعيار هو الاقتراب والذنو، من كل ما هو مثالي والشذوذ هو الانحراف عن المثل العليا لكل ما يؤخذ على هذا المعيار هو أن المثالية ليس محددة تحديدا دقيقا من جهة، ومن جهة أخرى هو أن ما هو طبيعي في مجتمع ما قد يكون غير ذلك في مجتمع آخر.

### 3.5- محك المقاييس للتوافق النفسي الاجتماعي (الاختبارات):

الذي يركز في تصنيفه لحالات التوافق سواء التوافق عند الأفراد على مجموعة من المقاييس، أو بطارية الاختبارات التي تهدف إلى قياس جوانب مختلفة من شخصياتهم كالشعور بالرضا عن الذات، والاتزان الانفعالي وقوة التحمل والذكاء، التوافق الشخصي للاندماج الاجتماعي إلى غير ذلك، لكن يؤخذ على هذا المحك افتقار المقاييس إلى تصور أساسي لصفة التوافق التي تشتق منه أسئلة الاختبار أو المقياس، فهل للتوافق بعد واحد أو عدة أبعاد مختلفة؟ هذا فضلا من أن صدق الاختبارات أو المقاييس وثباتها كانت وما زالت موضع نقد بالنسبة للكثير من العلماء، والمهتمين بعلم النفس<sup>(1)</sup>

وبعد هذا العرض نعود إلى القول بأن الصعوبة في فهم الإنسان وتباين سلوكه بين الحين والآخر، ونسبيته هي أهم الأسباب والعوامل التي أدت على ظهور كل هذه المعايير التي لم يتسم أي واحد منها بالشمولية والتكامل سوى في هذا السياق محمد السيد أبو النيل أنه لا يمكن استخدام واحد من المحاكات السابقة في تشخيص الأسوياء، بل يوضع في الاختبار هذه المحاكات جميعا عند التشخيص<sup>(2)</sup>

### 4- أشكال التوافق النفسي الاجتماعي:

#### 4.1- التوافق الحسن/ حسن التوافق:

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

2 محمد سيد أبو النيل : علم النفس الاجتماعي، دراسات عربية وعالمية، ج 6 الجهاز المركزي للكتب الجامعية، سنة 1984، ص11



هو قدرة الفرد على إشباع دوافعه أو حاجاته بطريقة ترضيه وترضي المحيطين به أي يشبع حاجاته بطريقة يحقق فيها اللذة ولا يصطدم فيها بمعايير المجتمع الصالحة، ويتطلب التوافق الحسن الوصول إلى حالة من الاتزان في إرضاء مطالب الفرد ومطلب المجتمع في آن واحد، دون الاضرار بأحدهما سواء الفرد أو مطالب المجتمع ويعرف (أحمد عزة راجع) حسن التوافق بأنه قدرة الفرد على التوافق توافقا سليما وأن يتلاءم مع بيئته الاجتماعية والمادية والمهنية أو مع نفسه(1).

#### 4. 2- التوافق السيئ/ سوء التوافق:

هو عجز الفرد على إشباع دوافعه أو حاجاته بطريقة ترضي وترضي الآخرين فالفرد الذي يعجز عن إشباع حاجاته يصبه الإحباط والشعور بالفشل، (2) ويحدث سوء التوافق حسب (ROGERS 1949) نتيجة عدم انسجام خبرات الفرد والذات وهو الذي يؤدي بالفرد بحالة من سقوط المناعة من الانكشاف والتعري (Vulnerability) وسوء التوافق النفسي فلا يعود الفرد قادرا على التصرف كوحدة لأن مدركاته الذاتية تتناقص مع الصورة التي لديه عن ذاته وأحيانا تحكم سلوكياته عمليات تقويمية ذاتية ولكن في أحيان أخرى تحكمه شروط التقدير التي امتصها من الآخرين وجوهر الحالة هو وجود موقف يحاول فيه المرء أن يخدم سيدين في آن واحد(3).

بينما يصف أحمد عزة راجع سوء التوافق بأنه حالة دائمة أو مؤقتة تبدو في عجز الفرد خفاقه عن حل مشكلاته اليومية إخفاقا يزيد على ما ينتظره الغير منه أو ما ينوا تظره من نفسه(4).  
ولسوء التوافق مجالات مختلفة: سوء التوافق المهني، المدرسي الاجتماعي، إلا أن هذه الظروف المختلفة لسوء التوافق ما هي إلا مظاهر لسوء التوافق العام الذي يبدو في عجز الفرد عن إقامة صلات مرضية بينه وبين من سيتعامل معهم من الناس والأشياء وفي بيئته الاجتماعية والمادية(5).  
سوء التوافق إذن ينشأ عندما تكون الأهداف ليست سهلة في تحقيقها أو عندما تتحقق بطريقة لا يوافق عنها المجتمع وعلى أي حال فإن سوء التوافق يتضمن الخفض غير المرضي للحاجة(6).  
فالفرد الذي يفشل بطريقة جد معقدة في تحقيق مشاريعه أو الذي لا ينجح بأي طريقة في خلق الشروط التي تتلاءم ومفهومه عن ذاته، يستطيع في هذه الحالة أن يفقد العلاقات العادية مع المحيط فيقال: إن هذا الفرد لا يتوافق مع الواقع(7). "BRESSON"

1 أحمد عزة راجع: علم النفس الصناعي، دار القومية، ط3، 1965 ص

2 - محمد السيد الهابطك التكيف والصحة النفسية، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، ص37

3 يوسف مصطفى القاضي آخرون: الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، دار المرخ الرياضي، المملكة العربية، سنة 1981 السعودية، ط1، ص273

4 - أحمد عزة راجع: نفس المصدر السابق، ص263

5 حمد عزة راجع: نفس المصدر السابق، ص567

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

7 جمعون نفيصة: التوافق النفسي والاجتماعي للتلميذ المبتكر، رسالة ماجستير في علوم التربية، سنة 2001، ص74

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

### 5-العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

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

### 1.5-عوامل مرتبطة بالمراهق ذاته:

وهي عوامل ترتبط بالمحيط الداخلي للمراهق، وتتمثل في جميع مكوناته الشخصية من حاجات ودوافع خبرات، وقيم وميول وقدرات، وعواطف وانفعالات التي تقوم بتوجيه السلوك الفردي (1) ) وتأخذ الحاجات والدوافع القسم الأكبر لوقوفها وراء جميع أنماط السلوك التي يقوم بها الفرد سواء كانت متوافقة أم غير متوافقة، حيث يتفق الكثير من علماء النفس على أن الحاجات هي نقطة البدء في عملية التوافق واشباعها هي نقطة النهاية، فلا يمكن تصور سلوك بدون دافع ودافع بدون هدف محدد له.

فعملية التوافق ترتبط بالدافع كنقطة بداية وبالهدف كنقطة نهاية، يتحقق فيها الاشباع أو الإرضاء، وعمر الإنسان يمثل سلسلة من محاولات السعي المتكررة من أجل الحفاظ على مستوى مقبول من التوافق بين نفسه والمحيط الذي يعيش فيه، فورا كل سلوك بشري دافع يثيره وهدف يسعى إلى تحقيقه، وكلما نجح في اشباع دوافعه كلما استطاع تحقيق مستوى أفضل من التكيف (2).

وتحقيق المراهق لتوافق نفسي اجتماعي مقبول لا يقتصر فقط على إشباع دوافعه الأولية أو العضوية والتي تمثل الحاجات الأساسية، أو الفيزيولوجية التي لا غنى للفرد عن اشباعها كدافع الجوع، العطش، النوم، الجنس، البحث عن الراحة، بل يتعين عليه كذلك إرضاء دوافع أخرى تنمي

<sup>1</sup> فايز علي الحاج: الصحة النفسية، المكتب الإسلامي، ط6 سنة 1984، بيروت، ص25  
<sup>2</sup> - نصر الدين جابر: مصدر سابق ص76

فيه إنسانيته و انتمائه الاجتماعي، وهي حاجات يتعلمها يكتسبها من خلال عملية التنشئة الاجتماعية التي يمر بها طوال حياته مثل الحاجة للأمن، التي تعتبر من أهم عناصر الاتزان النفسي والاستقرار الانفعالي، والحاجة للحب والرغبة في التملك وكسب الأشياء، وتأكيد الذات تقديراً لها.

ومن هنا فإن الفرد يسعى جاهداً لبلوغ المستوى المرغوب من التوافق، سواء بالطرق المباشرة وهي أقصر الطرق وفي حالة تعذر ذلك يلجأ إلى طرق أخرى غير مباشرة يحاول بواسطتها بلوغ مستوى من الانسجام والتوافق أو (ميكانيزمات الدفاع)، وهي وسائل الإنسان في سعيه وراء التكيف، لأنها تشير إلى مجموعة أشكال السلوك التي يلجأ إليها في سعيه وراء تحقيقه بغية إعادة التوازن، والتلاؤم العنصري أو النفسي<sup>(1)</sup>.

وميكانيزمات الدفاع كثيرة متنوعة تختلف باختلاف عناصر التوافق وستعرض إليها بالتفصيل لاحقاً.

## 5. 2- عوامل متعلقة بالمدرسة والمحيط:

إن كل كائن حي إنسان يعيش في مجتمع وتحدث داخل إطاره عمليات من التأثير والتأثر المتبادلة التي تتم بين أفراد ذلك المجتمع، ويحدث بين هؤلاء الأفراد نمط ثقافي معين، كما أنهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم والقوانين والتقاليد والعادات والقيم التي يخضعون لها، وصول إلى حل مشاكلهم الحيوية لاستمرار بقائهم بطريقة صحيحة نفسياً واجتماعياً<sup>(1)</sup>.

وعادة ما يكون تأثير المجتمع أكثر من تأثير الفرد، إذ أن المجتمع بواسطة وسائطه التربوية والثقافية هو الذي يصنع الشخصية، مما يجعل من الصعوبة لمكان خروج هذا الأخير- الشخص - عن القواعد الاجتماعية المتفق عليها من قبل الجماعة، وهكذا تؤثر البيئة بأبعادها الثلاثة الطبيعية والثقافية بطريقة مباشرة على حياة الفرد وتحديد الأسلوب الذي يحقق له التكيف والموائمة مع كل جانب من جوانب هذه البيئة،<sup>(2)</sup> وترتبط البيئة الطبيعية بشكل خاص بالتكيف البيولوجي، أما البيئة الاجتماعية والثقافية فتظهر من خلال الاجتماعات التي يندمج فيها الشخص كالأُسرة والمدرسة، وجماعة الرفاق والمؤسسات الثقافية والإعلامية وكلها تؤثر بشكل أو بآخر على توافق الفرد، ولعل أهم هذه الجماعات الأسرة، فهي الجماعة الأولى التي تشرف على النمو الجسمي، والنفسي، والاجتماعي للطفل، وتؤثر في تكوين شخصيته وظيفياً وديناميكياً وتوجيه سلوكه منذ

1 - فايز علي الحاج: مصدر سابق، ص140

طفولته المبكرة، تلعب العلاقات بين الوالدين والعلاقات بينهما وبين الطفل واخوته دورا هاما في تكوين شخصيته، وأسلوب حياته.

وتعد المدرسة الاجتماعية ذات الأهمية الكبرى التي تلي المنزل، فالمدرسة لها رسالة تربوية تهدف إلى ما هو أشمل و أوسع من مجرد التعليم وتحصيل المعرفة ومن أهم أهداف هذه الرسالة تكوين الشخصية المتكاملة للتلميذ واعداده ليكون مواطنا صالحا ورعاية نموه البدني والذهني والوجداني والاجتماعي في آن واحد<sup>1</sup>

كما تعتبر المدرسة أكبر مجال اجتماعي لإثارة الفوارق بين القدرات بما يؤهل لإعادة توزيع الطبقات، فالتفوق الدراسي يغذي الطموح لقيادة المجتمع أو الانتقال على الأقل من طبقة دنيا محكومة ومغلوبة على أمرها إلى طبقة عليا متحكمة ومتميزة، خلال التقديرات الدراسية من مرحلة إلى أخرى عند الانتقال من سنة لما بعدها المرحلة الواحدة يتقدم ذوي الطموح المواهب أو قد يكونون من الضعاف والمتخلفين وغير ذوي الاستعداد للدراسة<sup>2</sup>

كما تؤثر جماعة الرفاق على التوافق النفسي الاجتماعي للمراهقين حيث يشعر هذا الأخير بالسعادة حين يكون وسط رفاقه يكلمهم ويلعبهم، ويأكل معهم دونما تحرج، مما ذكرته "هاولوك"

يمكن استنتاج عدة نقاط تشجع المراهقين أهدافا متنوعة عندما يكون ضمن هذا الاطار الاجتماعي، فالجماعة توفر له شعور بالأمان الارتياح والمتعة، ومجموعة الرفاق تساعد على تعلمه فن التعامل مع الآخرين كما أنه يستطيع عن طريق تفاعله في وسط مجموعته ان يصبح أكثر تساهلا، ومرونة، ومنها يكتسب المهارات الاجتماعية والولاء الاجتماعي<sup>3</sup>.

## 6 - آليات مسايرة التوافق النفسي الاجتماعي(الحيل النفسية للدفاع):

تعد الحيل النفسية للدفاع اساليب سلوكية توافقية لاشعورية، وتعرف احيانا بميكانيزمات التوافق، أو حيل الدفاع النفسي، أو ردود الفعل الدفاعية، يستخدمها الفرد عند فشله في تحقيق أهدافه بفعل عوامل الإحباط والصراع هروبا من المواقف المؤلمة، هذه العوامل التي يعجز عن مواجهتها بأساليب مباشرة يبرر فشله منطقيا أمام نفسه وأمام الآخرين، ويتخلص من التوتر

<sup>1</sup> صموئيل ميغاربوس: الصحة النفسية والعمل المدرسي، مكتبة النهضة المصرية، سنة 1974، القاهرة، ص65.

<sup>2</sup> كمال دسوقي: مرجع سابق، ص 24

<sup>3</sup> عبد العالي الجسماني: علم النفس والتعليم: دار العربية للعلوم، ط1، سنة 1994، بيروت ص216

ويتحرر من القلق والشعور بالذنب، ويشعر بالإرتياح والتوافق مع الموقف<sup>1</sup> وميكانيزمات التوافق سلوك غير شعوري تتعدد مظاهره، لا تستهدف حل الأزومات النفسية بقدر ما تهدف إلى تخلص الفرد ولو بصورة مؤقتة من حالات الشعور بالنقص والتوتر، للحفاظ على الاتزان الشخصي، ومن بين الميكانيزمات الأكثر استعمالا ما يلي:

### 6-1 الكبت: Refoulement:

وهو ميل لاشعوري إلى النسيان وعدم الوعي، وذلك لمنع تأثير المكبوت، الأمر الذي لا يتحقق مع ذلك إلا في الكبت الناجح حيث يضل المكبوت فعالا<sup>2</sup>.  
بمعنى آخر الكبت عملية نفسية لاشعورية تتم في نطاق الوعي وتحول دون خروج الأفكار الخائبة أو الرغبات المؤلمة أو المحرمة المرفوضة إلى مجال الشعور، والطفو من أجل الإشباع، دافعه الجنسي مثلا، بسبب الوازع الديني أو نواهي الضبط الاجتماعي الراضة لطريقة اشباعه لهذا الدافع، كما يستعين بها للتخفيف من شدة قلقه الناجم عن فشله في تجسيد طموحاته المتعددة التي كثيرا ما تصطدم بنظام الأسرة أو بأساليب المعاملة الوالدية السيئة، أو مع عادات وتقاليده محيطه الاجتماعي، ويكون الكبت في بعض الأحيان نتيجة للإحباط، وبتكراره بصورة مفرطة يؤدي إلى ظهور بعض الاضطرابات السلوكية مثل الأرق و فقدان الشهية للطعام والقلق الحاد، وظهور النزعة العدوانية، وتعاطي المخدرات والافراط الجنسي كما يؤدي عند البعض إلى ظهور بعض الأمراض النفسية، الجسمية، أي يتحول الدافع للرغبات المكبوتة عند الشخص إلى آلام جسمية مثل الصداع، الشعور بالتعب، والإرهاق أو الهستيرية التحويلية، كالشلل الجزئي أو العمي البصري أو فقدان الحساسية... الخ، كل هذه الأعراض تمثل مؤشرات عدم التوافق<sup>3</sup>

### 6-2- العدوان: Agression:

يعد العدوان من ردود الفعل الرئيسية للإحباط، حيث ترتبط النوبات العدوانية وتتحرك بفعل الإحباط، ويقترن العدوان بانفعال العصب، فقد يستثار إذا كان هناك مثير لذلك، ويعد الانفعال استجابة غير مسيطر عليها من جانب الفرد، كرد فعل لعائق أو مجموعة عوائق توجهه وتمنعه

<sup>1</sup> حسن صالح الدهري: مصدر سابق، ص60

<sup>2</sup> حسن صالح الدهري، مصدر سابق، ص61

<sup>3</sup> نصر الدين جابر: مصدر سابق، ص101

من إشباع حاجته الفيزيولوجية والنفسية والاجتماعية، عندها يلجأ الفرد إلى العدوان بإيذاء الآخرين

هو بحاجة إلى تأكيد ذاته عندما يتعرض إلى إثارة خطيرة من الخوارج، أو من الداخل ويظهر هذا التأكيد على شكل انفعال شديد تتبعه، استجابات تعويضية لمواجهة هذا الموقف<sup>1</sup> ويرتبط العدوان عند المراهق بسعيه لتأكيد ذاته، وقد يكون العدوان سلوكاً شاذاً إلا أنه يستمر ما دامت الحياة موجودة في تأدية وظيفة ضرورية تتصل بجهود المراهق لأن يكون شخصاً فريداً متميزاً عن الآخرين، و السعي إلى تأكيد الذات، تحقيق الاستقلالية يتخذ طابعاً حاداً في المراهقة، وهذا يجعل المراهق حساساً ومعرضاً أكثر من سواه للغضب والعدوان.

### 6-3- الإسقاط: projection:

يعمل هذا الأسلوب للتخفيف من معاناة غير معروفة المصدر بالنسبة للشخص، لأنه ميكانيزم يعمل بطريقة لا شعورية، فقد يشعر الشخص ببعض العيوب والدوافع المستهجنة، والأفكار غير مقبولة اجتماعياً ويرفض وجودها في نفسه، ويتبرأ منها بإسقاطها<sup>2</sup> وبمفهوم التحليل النفسي فإن الإسقاط حيلة نفسية لاشعورية يلجأ إليها الشخص للدفاع عن نفسه ضد مشاعر غير صادرة أو مؤلمة في داخله مثل الشعور بالذنب، أو الشعور بالنقص، فالمراهق قد ينتقد سلوك بعض الزملاء ويلومهم على تصرفاتهم السيئة التي يتصف بها هو في الحقيقة ليلتمس عذراً لهذه التصرفات، وللتخفيف من شعوره السيء

### 6-4-التبرير: Rationalisation:

تهدف هذه الحيلة النفسية إلى إبراز أسباب شعورية غير حقيقية من واقع الأمر، يقتنع بها الشخص لأنها تبدو معقولة ومرتنة وتلقى قبولا اجتماعياً<sup>3</sup> وهي من الحيل التي يلجأ إليها الفرد لإبعاد التهمة عن نفسه، أو لتبرئته ذاته من الشعور بالذنب.

وتهدف عملية التبرير إلى مخادعة الغير بتزييف الحقائق فمثلاً: التلميذ الذي يفشل في امتحان آخر السنة، فيبرر فشله بإرجاعه إلى عيوب في شخصية المدرس أو لصعوبة المواد

<sup>1</sup> حسن صالح الدهري: مصدر سابق، ص64

<sup>2</sup> حسن صالح الدهري: نفس المصدر: ص72

<sup>3</sup> حسن صالح الدهري: نفس المرجع: ص70

الدراسية، أو لعدم توفر الوقت الكافي للمراجعة، والتبرير العادي غير المبالغ فيه يحافظ على الاتزان النفسي ويوفر الأمن في بعض الحالات، ولكن تكراره واستعماله بطريقة مفرطة خاصة لدى المراهقين، مثل كثرة شكاويهم وانتقاداتهم، وتبريرات تصرفاتهم يؤدي بهم إلى الاعتقاد بجدوى هذه العملية النفسية، ويتعاملون معها على أنها حقيقة وبيتعدون بذلك عن مواجهة العقبات، كما تضعف قدراتهم على تحمل المسؤوليات.

### 5-6-التعويض: Compensation

هي عملية تستخدم من طرف الفرد لتغطية ضعف أو نقص في صفة مقبولة اجتماعيا أو أخلاقيا ويلجأ إليها الفرد بقصد التغلب على الشعور بالضعف أو الدونية، بإحراز تفوق في ميدان آخر، واتباع أنماط جديدة من السلوك، فالتلميذ الذي لم يسعفه الحظ في النجاح في الدراسة يعوض فشله في نشاط رياضي أو فني، فهذه الوسيلة الدفاعية تغطي صفة غير مستحبة بصفة أخرى أكثر تقبلا من طرف الشخص والآخرين مع الاجتهاد في ممارستها.

### 6-6. الإغلاء والتسامي: Sublimation

حسب فرويد فإن هذا الميكانيزم الدفاعي يعمل على تحويل الحفز الغير مرغوب فيهم إلى اتجاه آخر بحيث يحدث تعديلا في الهدف<sup>1</sup>. بمعنى آخر هي تلك العملية التي يتم فيها تحويل طاقة الميول والحوادث المكبوتة وتوظيفها في ميدان النشاط الإنتاج، وتقرها الأوضاع الاجتماعية والتقاليد، والهدف منها عموما هو تحويل الرغبة المراد اشباعها التي تلقى رفضا أو استهجانا من قبل الوسط الاجتماعي إلى سلوك مقبول يرضي فيه الغير ويستحسنه فالفرد يستعين بها لإغلاء طاقات دوافعه المكبوتة في كل نشاط سامي يتم فيه اشباع حاجاته بطريقة مقبولة اجتماعيا، كالاتمام بالدراسة أو العمل، أو المشاركة في الأنشطة الرياضية أو ممارسة بعض الهويات.

### 6.7-أحلام اليقظة.

حيلة نفسية دفاعية تخيلية، يسعى من خلالها الفرد إلى تحقيق أهدافه وطموحاته بطريقة غير واقعية التي عجز عن تحقيقها في الواقع، فتخفف عنه مشاعر الفشل والإحباط والقلق، يستمتع بمشاعر القوة والتفوق والنجاح في الخيال، بعيدا عن حدود الواقع ومشكلاته<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> حسين صالح الدهري : نفس المصدر، ص73

<sup>2</sup> حسن صالح الدهري: نفس المرجع ص74

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

تبقى هذه الحيلة اللاشعورية طبيعية إذا كانت في صورتها المعتدلة، وتمهد لعمل ابداعي ولكنها تكون وسيلة سحابية في صورتها المبالغ فيها<sup>1</sup>

هناك ميكانيزمات دفاعية أخرى لا تقل أهمية عن الحيل اللاشعورية السابقة الذكر في مساعدة الفرد في التوافق النفسي الاجتماعي كالعزل، الإفراط في التدخين، شرب الخمر، تعاطي المخدرات وكثرة النوم، والهدف من استعمالها هو التخفيف من حدة القلق، الصراع والحيرة التي تنتابهم إذا كان الفرد يستعمل ميكانيزمات توافق من أجل تحقيق مستوى أفضل من التوافق فإن ، لهذه الحيل سلبيات عندما يعتمد عليها في مواجهة كل مشاكله، حيث تصبح وسائل انسحابية اتكالية تعيق توافقه النفسي الاجتماعي.

## 7- بعض المؤشرات العامة التي تدل على التوافق النفسي الاجتماعي:

هناك عدة مستويات وجوانب يمكن من خلالها تقييم مدى التوافق النفسي الاجتماعي -

### 7.1- النظرة الواقعية للحياة:

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

### 7.2- مستوى طموح الفرد:

لكل فرد مطامح وآمال وبالنسبة إلى الفرد المتوافق تكون طموحاته المشروعة عادة في مستوى إمكاناته الحقيقية ويسعى لتحقيقها من خلال دافع الإنجاز، ويشير هذا إلى توافق الفرد،

<sup>1</sup> نصر الدين جابر: مصدر سابق: ص103.



بينما نجد الآخر الذي يطمح في أن يصل ويحقق آمال بعيدة المدى عن إمكاناته فيلجئ إلى المضاربة والمقامرة بما له أو بأسرته أو بعمله وإذا لم يحقق شيء يضل ناقما عن الحياة وحقوقا على الآخرين وكلها مؤشرات تدل على سوء التوافق مع المجتمع الذي ينخرط فيه.

### 7. 3- الإحساس بإشباع حاجات نفسية:

لكي يتوافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين فإن أحد مؤشرات، أن يحس بأن جميع حاجاته النفسية الأولية منها والمكتسبة مشبعة، ويتمثل ذلك في إشباع الحاجات إلى الطعام والشراب الحبس بطريقة مشروعة وكل ما يتعلق بحاجاته البيولوجية، لذلك وفي حاجة نفسية ضرورية واحساسه بنفسه أنه محبوب من الآخرين، وفي معظم مشاريعه التي تعنيه كما أن الإنسان نفسه في حاجة إلى التقدير والى الحرية والى الانتماء، وإذا ما أحس بأنه كل هذه الحاجات مشبعة لديه، فإن هذه بمثابة أحد المؤشرات المهمة لتوافقه ويحدث العكس إذا ما أحس أنها غير مشبعة.

### 7. 4- الثبوت الانفعالي:

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

### 7. 5- سعة الأفق:

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

يصعب التعامل معه ومن ثم يعاني من سوء التوافق.

### 7. 6- التعرف على الذات:

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

## 7-7- المسؤولية الاجتماعية:

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

## 7. 8- مرونة المواقف:

وهي نقيض التصلب، أي أن يكون الشخص متوازنا في تصرفاته، أي بعيدا عن التطرف في اتخاذ قراراته وفي الحكم على الأمور والبعد عن التطرف ويجعل الشخص مسائرا ومغايرا، يساير الآخرين في بعض المواقف التي تتطلب ذلك وأن يغيرهم إذا رأى وجهة نظر أخرى مقتنع بها وهذا

نهج ديمقراطي، أي أن لا يكون مسائرا أو مغايرا بصفة ما كما يتمثل في سلوك الشخص المتوافق لبعدي الاعتمادية والاستقلالية إذ تتطلب بعض مواقف الحياة أن يعتمد الشخص على الآخر، وفي الوقت تتطلب مواقف، ترى أن يكون الفرد على استقلالية، لذلك يتسم سلوك الشخص المتوافق بعدوى القيادة والتبعية إذا تتطلب بعض المواقف أن يكون الشخص قائدا خصوصا إذا تطلب الموقف خبرته المناسبة في هذا المجال كما تتطلب مواقف أخرى أن يكون تابعا<sup>1</sup>

## 8 -مظاهر حسن التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق:

عندما تكون المدرسة مكانا محبوبا بالنسبة للمراهق، وجوا اجتماعيا صالحا يقضي فيه التلاميذ أوقات رائعة في نهارهم مشوقة لهم، فتصبح مكانا يقدم لهم الأمن: أمن خاص بهم ومكان يمارس فيه أنشطتهم، ومواهبهم وتحل فيه مشاكلهم، ويتخلصون من اضطراباتهم وأزماتهم النفسية،

وذلك للتغلب على أزمة مرحلة المراهقة، وهنا فقط يشعر المراهق بذاته، ويتحقق كيانه وبالتالي يحس بأهميته وبأنه جزء لا يتجزأ من المدرسة ومن المجتمع ككل، وهنا يستطيع تفهم المرحلة التي يمر بها ويحاول السيطرة والتخفيف من أزماته، بتفهم نفسه ومحيطه المدرسي الأسري والعيش في

<sup>1</sup> حسن صالح الدهري: مصدر سابق/ ص 55-56-57.

الواقع وتقبله التكيف مع المواقف التي تصادفه في حياته، و يعد هذا مؤشر على توافقه النفسي الاجتماعي الذي من مظاهره:

### 8.1- الشعور بتقدير الذات:

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

### 8.2- إقامة العلاقات والابتعاد عن العزلة والانطواء:

يتجلى ذلك في إقامة المراهق لعلاقات صادقة، ومشاركة زملائه في بعض الأنشطة والهوايات المفضلة والتودد للبعض منهم والاستماع إلى انشغالهم ومساعدتهم وزيارتهم وقبول دعوة من يرتاح إليهم، لأن اتساع دائرة علاقاته الاجتماعية وتعدد أطرافها، يشعره بالراحة ويمده بالمساندة المعنوية لمواجهة ضغوطات العائلة والمجتمع ككل. الشخص السوي هو الذي يحقق وجوده ككائن حي اجتماعي يعترف بحاجاته إلى أفراد مجتمعه وفي تعاونه معهم واضطلاعه بدور اجتماعي من أجل تحقيق حياة أفضل له ولمجتمعه<sup>2</sup>

### 8.3- الثبات الانفعالي:

وهي من أهم السمات التي تميز الشخص المتوافق، التي تمثل في قدرته على تناول الأمور بصبر وأناة، ولا يستفز ولا يستثار من الأحداث التافهة، ويتسم بالهدوء والرزانة، ويتحكم في انفعالاته المختلفة (الغضب، الخوف، الكراهية، الغيرة...)، وهذه السمة مكتسبة من خلال عملية

<sup>1</sup> صالح حسن الدهري: مصدر سابق ص107.

<sup>2</sup> صالح حسن الدهري: مصدر سابق، ص107.

### التنشئة الاجتماعية<sup>1</sup>

كما تظهر هذه السمة أيضا في قدرة الفرد أو المراهق على تجاوز مواقف الإحباط والتحكم في ميولاته ورغباته المتعددة وانخفاض درجة تقلباته المزاجية والاستقرار النسبي لحدته انفعالاته، و استعمال العقل في تجسيد طموحاته

### 8.4-العلاقات مع البيئة المحلية:

أين يظهر المراهق علاقات طبيعية مع أسرته، ويشعر بأن الأسرة تحبه وتقدره وتعامله معاملة حسنة، كما يشعر في كنفها بالأمن واحترام أفراد أسرته له، وهذه العلاقات تتنافى مع ما للوالدين من سلطة عادلة على المراهق، توجيه سلوكه، كما يظهر الرغبة في قضاء وقت أطول داخل البيت والشعور باعتزازه بانتمائه العائلي.

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

كما يتجنب المشاجرات معهم، وابداء حيوية مشاركة أصدقائه في الأنشطة الرياضية والفكرية، ومعاملتهم معاملة حسنة، والتقليل من التغيب عن المدرسة والابتعاد عن الفوضى والتشويش والغش داخل القسم، التقليل من تحدي المدرسين عند اختلافه معهم، المثابرة والتركيز والجدية في متابعة دراسته، حسن جواره مع الناس، واقامته لعلاقات طيبة مع الزملاء.

### 8.5-النظرة الواقعية للحياة

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

### 9-مظاهر سوء التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق:

سوء التوافق هو فشل الانسان في تحقيق انجازاته واشباع حاجاته ومواجهة صراعاته، ومن

<sup>1</sup> صالح حسن الدهر ي: مصدر سابق، ص53.

<sup>2</sup> صالح حسن الدهري: نفس المرجع، ص55

ثم يعيش في الأسرة والعمل والتنظيمات التي ينخرط فيها في حالة الانسجام وعدم التناغم، وإذا ما زاد هذا القدر من سوء التوافق اقترب الفرد من العصاب<sup>1</sup> ويظهر سوء التوافق النفسي الاجتماعي للفرد في عجزه عن مجاراة قوانين الجماعة ومعاييرها، أو عجزه عن عقد الصلابة الاجتماعية راضية مرضية مع من يعاملهم من الناس، مع الوالدين، الإخوة والزملاء.

وتلميذ المرحلة الثانوية وفي ضوء المتغيرات التي يمر بها في هذه المرحلة سواء المتعلقة بنموه الذاتي أو بالنسبة للمجتمع المدرسي، الذي يتميز بطابع خاص في المدرسة الثانوية فإن احتمال نشوب الصراعات داخل المدرسة وكذلك الانحرافات، قائمة ما لم تقابل احتياجات طلاب هذه المرحلة، فمن المنتظر أن تواجه المدرسة مشاكل حادة سواء داخلها أو في خارجها، بعضها قد يصل إلى مستوى الانحراف، كالعدوان والاعتداء والعنف، وتشكيل العصابات من الشلل المدرسية، وتخريب المدرسة وعدم احترام الأنظمة، وربما يصل ذلك إلى المجتمع المحلي أيضا إضافة إلى السرقة، الهروب، الفشل أو التأخر الدراسي وغيرها من مظاهر سوء التوافق المدرسي. من مظاهر سوء التوافق النفسي للمراهق شعوره بالتعب وعدم الراحة، التأزم من الناحية النفسية في أي جانب من جوانب حياته، وتتضمن أمثلة عدم الراحة حالات الاكتئاب أو القلق الشديد، أو مشاعر الذنب، وأفكار الوسواس المتسلطة أو توهم المرض أو عدم الإقبال على الحياة أو التحمس لها<sup>2</sup>.

## 10- علاقة التوافق النفسي الاجتماعي بالفشل والنجاح المدرسي:

من الحياة النفسية للطالب في جميع مراحل نموه وخصوصا في فترة المراهقة، تتسم بالقلق وقد تصل إلى مستوى الوسواس الأوهام، ولعلها السبب في تقبله وعدم استقراره، كما قد يتعرض في

بعض الظروف لحالات من اليأس والحزن والآلام النفسية نتيجة لما يلاقه من إحباط بسبب ضغوط المجتمع التي تحول دون تحقيق رغباته ويتبع ذلك عادة مشكلات عدم التوافق مع البيئة المدرسية، أو الجو المدرسي، وما يترتب عنه من فقدان الشعور بالأمن، وصعوبة التصريف في المواقف الجديدة، والإحساس بضعف المركز وصعوبة التعامل مع السلطة المدرسية بالتي الفشل المدرسي.

<sup>1</sup> مصطفى فهمي: مصدر سابق، ص 82.

<sup>2</sup> نصر الدين جابر: مصدر سابق، ص 45.

وبوجه عام فإن مشكلة التأخر، والغياب ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمشكلة أخرى وهي الهروب من المدرسة، ويستخدم التلاميذ في ذلك اساليب متعددة تهدف جميعاً الى إنهاء اليوم المدرسي قبل مواعده، فقد يرجع الهروب إلى سواء معاملة أحد المدرسين، وشعور التلميذ بضبط انفعالي قوى إزاء

حضور دروس هذا المدرس بالذات، قد يكون الهروب تخلص من أعباء متابعة الدروس التي لا تجد معه أي لون من المتعة الشعورية، كما قد يرجع الهروب إلى تأثير بعض الرفاق المنحرفين الذين يجد في الانطواء معهم تحت جماعة واحدة متنفساً لإشباع الدوافع التي لم يجد لها الإشباع أو التقدير الكافي في المدرسة أو البيت<sup>1</sup>

من هنا يتضح أن النجاح والفشل الدراسي للمراهق يتوقف على توافقه في البيئة المدرسية، وعليه يجب أن يكون جو اجتماعياً صالحاً بعيداً عن الاستبداد والإرهاب، وتركيز السلطة في يد واحدة وأن تكون سياسة المدرسة مبنية على التوجه والإرشاد المقرونين بالمحبة والعاطفة وفهم نوازع المراهقين ودوافعهم، دون اللجوء إلى قمعها بالقوة والقسوة، بل بتحويلها إلى نشاطات بالرفق

واللين والحكمة... الخ، ومن أجل مصلحة المراهق يمكن للمدرسة أن تستعين بالأهل فحسب بل بزوي الخبرة جميعاً، والتنسيق مع المؤسسات التي تعني بتمضية أوقات الفراغ المفيدة (كالأندية)، و أن تعمل جميعاً ضمن إطار لتعبئة العامة لحشد جميع نشاطات التي تخدم المراهقة وتعمل على احتوائها وتوجيهها توجيهها سليماً.

## 11- وقت الفراغ وعلاقته بتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي للمراهق:

لعل من المشاكل الهامة التي تواجه الطلاب وخاصة الشباب شغل وقت الفراغ، ونقصد بوقت الفراغ وقت النشاط الذي يحقق للطالب رغباته ويشبع ميوله ويقابل احتياجاته، لوقت الفراغ أهمية كبيرة إذا ما أحسن استغلاله في تنمية شخصية الطالب، حتى ينشأ بعيداً عن الانفعالات النفسية التي تنتابه إذا ما لم يجد ما يشغل فراغه سوى التافه من الامور.

ففي وقت الفراغ يكتشف الفرد نفسه، وينمي ملكاته الكامنة، كما أنه فرصة للتعبير عن الذات وللتفيس عن التوتر، و لإشباع الكثير من الحوافز و الدوافع التي يتعذر اشباعها في الحياة اليومية، فوقت الفراغ يمكن في الواقع أن يكون الوقت الذي تتغير فيه الشخصية، وبالتالي يصنع فيه

<sup>1</sup> نصر الدين جابر، نفس المصدر، ص52

الشخص من جديد.

وقد يعتقد البعض أن الترويج يتنافى مع التربية يختلف عنها، فإن الترويج يتصل بالمنشط الجسمية المبهجة حين أن التربية تتصل بالماشط العقلية التي يراها الشاب أمرا باعنا على السامة والملل، وفي الترويج يجد باب أوسع إمكانيته في مجال الحياة الاجتماعية العلاقات الإنسانية.

## 12 - أهمية الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي:

يرى "سييل" sippel أن تأثير النشاط الرياضي يكون واضحا على السلوك الاجتماعي لدى المراهق وهذا من خلال الملاحظة في كيفية التعامل مع الجماعات الممارسة للنشاط الرياضي معه وكذلك استدعاء والديه و اجراء حوار معهما حول سلوك ابنهم في المنزل مع الأسرة ومع زملائهم المجاورين له واحتكاكه مع الآخرين في النادي الرياضي واستنتاج " سييل " أن ممارسة النشاط الرياضي له أهمية بالغة ودور فعال من حيث مساعدة المراهق في تعلم أحسن السلوك وبلوغ أعلى المستويات للتوافق النفسي الاجتماعي.

وقد أكد العالم "روسنبورغ" على وجود علاقة إيجابية بين التمرينات الرياضية والبدنية

## خلاصة:

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

وهناك عاملان رئيسيان يقفان وراء عملية التوافق النفسي الاجتماعي، يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه، أي ما هو مرتبط بمحيطه الداخلي من حاجات ودوافع وخبرات، وقيم وميول وعواطف، ومختلف الانفعالات التي تقوم بتوجيه سلوكه، والعامل الثاني يتمثل في البيئة المحيطة بالفرد بما في ذلك الأسرة والمدرسة، وجماعة الأقران التي تؤثر على توافق الأفراد بشكل أو بآخر،

من خلال الجماعات التي يندمج فيها والتي تتم في اطار من عمليات من التأثير والتأثر. وكما نجح الفرد في استخدام حيلة دفاعية لا شعورية بطريقة ناجحة (الكتب، احلام، اليقظة،...) (وأعمال العقل للموازنة بين دوافعه الملحة على الارضاء، وقدراته الحقيقية ومعطيات واقعة الاجتماعي استطاع تخطي الكثير من العوائق المحيطة، ومن ثم استطاع الظفر بمستوى



الفصل الثالث :

الدراسات السابقة والمطابقة

## تمهيد:

من خلال اطلاعنا على الدراسات السابقة والمشابهة هناك بعض الدراسات التي تناولت موضوع الرياضة المدرسية و علاقتها بالحالات الاجتماعية.

### 1- الدراسة الأولى:

مذكرة نيل شهادة ماجيستر بعنوان الممارسة الرياضية في أقسام "رياضة ودراسة" وأثرها على التفاعل الاجتماعي عند التلاميذ من إعداد الطالب: سعودان مخلوف(8002-8002) ببعض ثانويات تحتوي على أقسام "رياضة ودراسة" بولاية الشلف.

### 1-1- أهداف البحث:

تسمح لنا هذه الدراسة بمعرفة خصائص طبيعية التفاعل الاجتماعي في هذه الاقسام، وذلك من خلال دراسة مدى تأثير الممارسة الرياضية على التفاعل الاجتماعي داخل هذه الأقسام، ومعرفة مدى الفروق التي تحدثها هذه الأقسام المستحدثة بين تلاميذها وتلاميذ الأقسام العادية ومدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه، وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة، فالدراسة الوصفية تهدف إلى تقرير خصائص ظاهرة معينة أو موقف معين بالاعتماد على جميع الحقائق وتفسيرها وتحليلها واستخلاص دلالاتها.

وقد أخذ عينة تجريبية تتكون من 022 أقسام وعينة المشاهدة تتكون من قسم أو قسمين من كل مؤسسة بها قسم "رياضة ودراسة" لدراسة الفرق الموجودة ومحاولة تسهيل المقارنة بين النتائج المحصل عليها بين العينتين، واستعمل الباحث استمارة البيانات الأولية ومقياس المناخ النفسي.

### 1-2- النتائج التي توصل إليها:

-تساهم الرياضة في مد جسور التواصل وتقريب العلاقات بين الأفراد مما سهل تمرير المعلومة.  
-للممارسة الرياضية دور فعال في النهوض بالتلاميذ على مستوى تقديرهم لذاتهم الاجتماعية والذي يتجلى من خلال تحقيق الطموحات الفردية التي تجعل الفرد راضيا عن نفسه والدور الذي يلعبه.

-الممارسة الرياضية تنعكس بالإيجاب على عملية التفاعل الاجتماعي.

## 2- الدراسة الثانية:

مذكرة نيل شهادة ماجستير بعنوان "مساهمة الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من إعداد الطالب بن عبد الرحمان سيد علي(2008-2009).

### 2-1- أهداف البحث:

تتجه أهداف هذه الدراسة إلى عدة نقاط يمكن أن نوجزها فيما يلي:  
-تهدف الدراسة إلى التحقق من مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي وتحسين المستوى البدني.

إبراز الدور الذي تلعبه الألعاب الشبه الرياضية في تحقيق التوافق المطلوب.  
-معرفة واقع ممارسة الألعاب الشبه الرياضية داخل مؤسساتنا التربوية.  
كما استخدم الباحث هذه الدراسة " المنهج الوصفي " وذلك لتلاؤمه مع هدف الدراسة، أما العينة فهي عينة تجريبية تتكون من العينة الأولى وتتشكل من 00 تلميذ وتلميذة تم تحديدها بالأفراد الممارسين للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، أما اللعبة الثانية تتكون من 00 تلميذ وتلميذة تم تحديدهم بالأفراد، الغير الممارسين للألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، وذلك ببعض ثانويات ولاية البليدة، وقد استعمل الباحث استبيان استمارة البيانات الأولية ومقياس الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية.

### 2-2- النتائج التي توصل إليها:

-الألعاب الشبه الرياضية تساعد التلاميذ على تحقيق التوافق مع نفسه ومحيطه أي المجتمع، وتحسين اللياقة البدنية والحالة النفسية للتلميذ.  
-نرى أن للألعاب الشبه الرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، ولها نتيجة على نفسية تلاميذ هذه المرحلة.  
-تعمل الألعاب الشبه الرياضية أيضا على تكوين شخصية التلميذ و اكتسابه مختلف الصفات السمات السلوكية الحميدة التي تعمل على إعداد المواطن الصالح.  
-تلعب الألعاب الشبه الرياضية الهادفة الفعالة دورا وأهمية كبيرة في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للألعاب الشبه الرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للتلاميذ، إن

أحسنا و عرفنا كيفية استعمالها بوجه صحيح.

### 3- الدراسة الثالثة:

دراسة كاميليا زين العابدين عبد الرحمن (2003)م وذلك تحت عنوان "مدى تأثير برنامج ترويجي على التوافق النفسي لدى المسنين"، بمدينة طنطا بمحافظة العربية.

#### 3-1- أهداف البحث:

وهدفت إلى التعرف على تأثير برنامج ترويجي على التوافق النفسي لدى المسنين، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة من المسنين مستخدمة القياس القبلي والبعدي، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية. حيث بلغ قوامها 23 مسنا من دور المسنين بمدينة طنطا بمحافظة العربية.

#### 3-2- أهم النتائج التي توصل إليها:

يؤثر البرنامج الترويجي إيجابيا على مستوى التوافق النفسي لدى المسنين- التحسن بنسبة 42.86% في مستوى التوافق النفسي لدى المسنين- تراوحت نسبة التحسن في القياسات الثلاثة ما بين 18.57% للقياس القبلي , و 42.86% للقياس البعدي.

### 4- الدراسة الرابعة:

دراسة رشا عبد الرحمن محمد والي (2007) وذلك تحت عنوان " تأثير برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية والتعرف على التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، بمدرسة أجا الإعدادية للبنين.

#### 4-1- أهداف البحث:

والتي هدفت إلى التعرف على تأثير برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية والتعرف على التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لتصميم مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة بقياس القبلي والبعدي لكل منهما، وتم اختيار العينة بالطريقة الطبقيّة العشوائية قوامها 60 تلميذا بمدرسة أجا الإعدادية للبنين التابعة لإدارة أجا التعليمية.

#### 4-2- أهم النتائج التي توصل إليها:

بناء مقياس التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية وتقنيته، والبالغ عدد

عباراته 76، تمثل 12 بعدا، ويمكن عن طريق أن يعرف التلميذ بمستوى توافقه النفسي والاجتماعي، وكذلك معرفة الفروق بين الفئات المختلفة.

-تصميم برنامج ألعاب تمهيدية جماعية، والمكون من ثلاثة أجزاء رئيسية، وهي: التهيئة (36 تمرينا) الألعاب التمهيديّة باستخدام مهارات الألعاب الجماعية (36 لعبة تمهيدية جماعية موزعة بالتساوي بين: كرة القدم- كرة السلة- كرة اليد- الكرة الطائرة) – التهدئة (24 تمرينا) أسهم في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي للعينة قيد البحث .

- معدلات التحسن للتوافق النفسي والاجتماعي للعينة قيد البحث للمجموعة التجريبية، والتي

طبق عليها برنامج الألعاب التمهيديّة الجماعية المقترح بنسبة 9.65%

- معدلات التحسن للتوافق النفسي والاجتماعي للعينة قيد البحث للمجموعة الضابطة، والتي

لم يطبق عليها برنامج الألعاب التمهيديّة الجماعية المقترح بنسبة 1.84%

وجود علاقة ارتباطية عكسية لمعدلات التحسن للتوافق النفسي والاجتماعي بين المجموعتين التجريبية والضابطة، ولصالح المجموعة التجريبية بنسبة 5.38%

## 5- الدراسة الخامسة:

دراسات نعيمة محمد و بدور يونس سنة (1983) تحت عنوان " علاقة المناخ المدرسي بالتوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الثانوية."

### 5-1-أهداف البحث:

- و كان هدف هذه الدراسة هو وضع مقياس يمكن بواسطته قياس المناخ المدرسي في المرحلة الثانوية، والكشف عن العلاقة بين المناخ والتوافق النفسي العام للتلاميذ.
- استخدمت المنهج الوصفي، وقد اختارت العينة بطريقة عشوائية.
- اشتملت هذه الدراسة على عينة قوامها 600 طالب وطالبة، ينتمي نصفهم إلى الثانوية العسكرية، وينتمي النصف الآخر إلى الثانوية العامة.

### 5-2-أهم النتائج التي توصلت إليها:

- وتوصلت أثناء استخدامها لمقياس المناخ المدرسي، واختبار كالفورنيا للشخصية إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب في المدارس العسكرية والطالبات في الثانوية العامة، وذلك لصالح الطالبات، وتعني هذه النتيجة بالدرجة الأولى أن المناخ الموجود في المدارس العسكرية

يساعد على التوافق النفسي الجيد بالمقارنة بالمناخ في المدارس العادية، أو بمعنى آخر (المدينة)، وقد يعود هذا إلى النظام والصرامة المتواجدين في المدارس العسكرية، الساعية إلى تكوين الطالب تكويناً عسكرياً تحضيرياً ليكون أحد أفراد القوات المسلحة في المجتمع، وهذا خلافاً للتكوين في المدارس العادية التي تسعى إلى التكون في المدارس العادية التي تسعى إلى التكوين العلمي والتربوي

### ملخص عن الدراسات السابقة:

من خلال البحث النظري الذي قمنا به للدراسات والبحوث السابقة التي تناولت في مجملها التوافق النفسي الاجتماعي، و بالمقارنة مع بحثنا والذي تناولنا فيه الرياضة المدرسية ودورها في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، نجد أن الدراسة الأولى التي قامت بدراسة الممارسة الرياضية في أقسام " الرياضة ودراسة وأثرها على التفاعل الاجتماعي عند تلاميذ المرحلة الثانوية"، فقد اهتمت هذه الدراسة بالرياضة في مختلف الأقسام وأثرها على التفاعل الاجتماعي أما الدراسة الثانية قامت بدراسة " مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة، ويهتم هذا البحث بدراسة الألعاب الشبه الرياضية والتوافق النفسي الاجتماعي والدراسة الثالثة قامت بدراسة " تأثير برنامج ترويجي على التوافق النفسي لدى المسنين " اما الدراسة الرابعة تطرقت الباحثة فيه الى " تأثير برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية على التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية " في حين ان الدراسة الخامسة تناولت موضوع " علاقة المناخ المدرسي بالتوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الثانوية.

ومن خلال بحثنا هذا سنحاول التطرق للدور الفعال الذي تلعبه الرياضة المدرسية في تنمية وتطوير فرد صالح، واجتماعي، ومعافا جسميا وعقليا، ومحاولة إدماجهم و توافقيهم مع الجماعة والأسرة والمحيط.

من حيث المنهج استخدمت الدراسات (1-2-5) المنهج الوصفي أما الدراسات (3-4) استخدمت المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة وأهداف واجراءات تلك الدراسات، أما العينة فاختلفت أعدادها من بحث الى آخر وتنوعت العينات حيث كانت تدرس غالبا على التلاميذ واختلفت الدراسات السابقة في طريق اختيار العينة وانحصرت في الطريقة العشوائية والطريقة الطبقيّة العشوائية. وعلى ضوء ما أشارت إليه الدراسات السابقة من نقاط تباين واتفاق في إطار أهداف

ومتغيرات تلك الدراسات، وفي ضوء تعليقنا على هذه الدراسات استخلصنا الأسس العلمية والمنهجية في النقاط التالية:

✓فكرة عن اختيار عينة البحث.

✓استخدام المنهج الوصفي أو التجريبي حسب طبيعة ومتغيرات وأهداف تلك الدراسات.

✓اختيار الاختبارات والأدوات جراء المعاملات العلمية لها والميدانية المقننة وكيفية استخدامها

لخدمة أهداف الدراسة.

✓اتفقت الدراسات السابقة في أغلبها على أن الرياضة المدرسية تساهم في تحسين التوافق النفسي

✓اتفقت الدراسات السابقة في أغلبها على أن الرياضة المدرسية تساهم في تحسين التوافق النفسي

الاجتماعي



الواجب الثاني :

الواجب التطبيقي



الفصل الأول :

المنهجية المتبعة في البحث

## تمهيد:

تقديم أي بحث علمي يقاس بدرجة الدقة التي يصل إليها في تحديد مفاهيمه وفي دقة الأدوات المستخدمة لقياسه وتزداد الصعوبة في المقياس الذي يعتمد على السلوك البشري في مجالاته المتعددة، ولا يمكن للباحث أن يقوم بدراسة ظاهرة دون أن تكون له الأداة المناسبة لقياس هذه الظاهرة.

وفي هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي أتبعناها في الدراسة، ومن أجل الحصول على نتائج علمية، يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى، كما هو معروف فإن الذي يميز أي بحث علمي، هو مدى قابليته للموضوعية العلمية وهذا يتحقق إلا إذا اتبع صاحب الدراسة، منهجية

## 1- دراسة استطلاعية :

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهري لبناء البحث كله، وهي خطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي، إذا من خلالها يمكن وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها<sup>(1)</sup> فالدراسة الاستطلاعية إذن هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها، وصدقها لضمان دقة وموضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية وتسبق هذه الدراسة الاستطلاعية العمل الميداني، كما تساعد الباحث على معرفة مختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق، حيث قمنا بتوزيع المقياس على عينة من أفراد الدراسة الاستطلاعية وبلغ عددها 20 تلميذ، لمراقبة صدق وثبات المقياس. وفقا لأهداف وفرضيات البحث، و كان الغرض منها ما يلي:

- معرفة حجم المجتمع الأصلي ومميزاته وخصائصه.

-التأكد من صلاحية أداة البحث الاستبيان وذلك من خلال التعرض للجوانب التالية:

أ- وضوح البنود وملائمتها لمستوى العينة وخصائصها.

ب- التأكد من وضوح التعليمات.

ج- المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية وبالتالي تفادي الصعوبات

والعراقيل التي يمكن أن تصادفها

## 2- المنهج المتبع:

بالنظر للمشكلة التي طرحناها، و طبيعة الموضوع المقترح، لجأنا إلى المنهج الوصفي وذلك لتلاؤمه مع موضوعنا هذا، و هو عبارة عن بحث عن أوصاف دقيقة للأنشطة والأشياء والعمليات<sup>1</sup>.

**تعريفه:** عبارة عن استقصاء في ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها، و كشف جوانبها، وتحديد العلاقات بين عناصرها<sup>2</sup>.

## 3-مجتمع و عينة البحث:

### 1.3-مجتمع البحث:

و هي المجموعة الكلية للأفراد الذين يريد إجراء الباحث دراسته عليهم، و بما أن بحثنا يركز حول دراسة دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، فتمحور مجتمع بحثنا حول تلاميذ المرحلة الثانوية في بعض ثانويات بسكرة ، و هي ثانويتين :

-ثانوية السعيد عبيد .

-ثانوية العربي بن مهدي .

### 3-2-العينة الإحصائية و كيفية اختبارها:

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<sup>(1)</sup> لقد حددنا عينة لهذه الدراسة، قد تكون أكثر تمثيلا للمجتمع الأصلي، هذا ما يخول لنا الحصول على نتائج يمكن تعميمها ولو بصورة نسبية، و من ثم الخروج بنتائج تلازم الحقيقة و تعطي صورة حقيقية للميدان المدروس، وقد شمل البحث عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين للرياضة المدرسية على مستوى الثانويات المذكورة في مجتمع البحث، البالغ عددهم 60 تلميذ، و قد تم اختيارنا للعينة من المجتمع الأصلي الخاصة بالتلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية بطريقة عشوائية.

## 4-أداة البحث وكيفية ومراحل بنائها و تصميمها:

لقد قمنا باستخدام نوع واحد من أدوات البحث و المتمثل في الاستبيان الخاص بالتلاميذ و ذلك لجمع النتائج المتحصل عليها للوصول للإجابة عن البنود المطروحة في بحثنا هذا كما يعرف أنه أداة عملية، تعتبر من بين وسائل الاستقصاء لجمع المعلومات الأكثر فعالية لخدمة البحث، يحتوي هذا الأخير على مجموعة من البنود، تمت صياغتها لاختبار صحة فروض هذه الدراسة وأهداف البحث.

**الاستبيان :** هو الوسيلة لجمع المعلومات، يستعمل كثيرا في العلوم الاجتماعية، تمتاز هذه الطريقة بأنها تستمد المعلومات مباشرة من المصدر، ويتضمن مجموعة من الأسئلة المفتوحة أو المغلقة، يقوم الباحث بتوزيعه على العينة التي يريد دراستها ثم يقوم بتحليله، وقد كان الاستبيان المستعمل من النوع المغلق الذي يتضمن أسئلة تكون الإجابة عليها بثلاث اقتراحات وهي : موافق تماما، موافق، غير موافق، دون إعطاء إجابات أخرى، في البنود الموجبة تعطى درجتين للإجابة موافق تماما و درجة واحدة لموافق ولا تعطى أي درجة لغير موافق، أما في البنود السالبة فتعطى درجتين لغير موافق، ودرجة واحدة لموافق، ولا تعطى أي درجة لموافق تماما.

### 5-تحديد متغيرات الدراسة:

إن إشكالية فرضيات كل دراسة تصاغ على شكل متغيرات يؤثر إحداها على الآخر بالاعتماد على مفاهيم ومصطلحات و أوجب علينا تحديد هذه المتغيرات وهي كالاتي:  
-**المتغير المستقل** هو العلاقة بين السبب و النتيجة أي العامل المستعمل نريد من خلاله قياس النواتج و الذي يتمثل في الرياضة المدرسية  
**المتغير التابع :** هو الذي يوضح الناتج أو الجواب لأنه يحدد الظاهرة التي نحن بصدد محاولة شرحها و هي تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث إلى قياسها، و هي تتأثر بالمتغير المستقل<sup>(1)</sup>، و الذي يتمثل في التوافق النفسي الاجتماعي.

### 6-خطوات جمع المعلومات:

في البداية قمنا بجمع المواد التي لها علاقة بموضوع بحثنا والاتصال بالمختصين في المجال، من أجل توفير المعطيات اللازمة و الإلمام بالموضوع من جميع النواحي. وبعد الدراسة النظرية ومحاولة الإلمام بالنقاط و العناصر الأساسية للموضوع تطرقنا إلى الجانب الميداني الذي قو اعده مبنية على المعطيات السالفة الذكر، حيث قمنا بإعداد الاستبيان و توزيعه على التلاميذ وقد رد إلينا مباشرة.

## 7-مجالات البحث:

**7.1-المجال المكاني:** أجري هذا البحث في ولاية بسكرة و على مستوى ثانويتين :

- ثانوية السعيد عبيد

- ثانوية مكي مني

**7.2-المجال الزماني:** يتحدد السير العملي لمجريات البحث في الفترة الممتدة بين (

2021/02/16 الى غاية 2021/03/15)

## 8-قياس الثبات والصدق للاختبار:

### 8.1-1- قياس الثبات:

-يعبر عن الثبات بصورة كمية يطلق عليها معامل الثبات و يتراوح بين الصفر والواحد

-كلما زادت قيمة المعامل دلت على ان الاداة تتمتع بثبات مرتفع و(العكس صحيح).

وقد استعملنا في دراستنا ثبات الإعادة حيث قمنا بتطبيق الاختبار كالتالي:

•تطبيق الاختبار على عينة متكونة من 20 تلميذ.

•إعادة تطبيق نفس الاختبار على نفس العينة وذلك بعد أسبوع.

•قارنا نتائج التطبيق الاول مع نتائج اعادة التطبيق.

حيث تحصلنا على نتائج متقاربة جدا، إذن الاداة تتمتع بمعامل ثبات مرتفع وقدر ب 0,39

و يحسب الثبات من خلال حساب معامل الارتباط و هو خير طريقة لمقارنة هذه الدرجات

التيحصل عليها التلاميذ في الاختبار الأول ثم في الاختبار المعاد.

### 2-8صدق الأداة:

الصدق الظاهري (صدق المحكمين):

لقد قمنا بعرض أداة البحث " استمارة الاستبيان " على عدد من المحكمين، وقد تم إرفاق

الاستبيان باستمارة شاملة تحمل موضوع البحث و عنوان البحث

و الإشكالية المراد حلها، و الفرضية العامة الموضوعية كمشروع للبحث، والفرضيات

الجزئية

كحلول مؤقتة.

و تهدف كل الخطوات السابقة لإبراز و استطلاع آراء المحكمين حول مدى وضوح صياغة

كل عبارة من عبارات الاستبيان، و مدى أهمية كل عبارة و مناسبتها للمحور الذي تنتمي إليه (درجة ملائمة العبارات للفرضيات الجزئية الموضوعة، و مدى ملائمة الفرضيات المصاغة للموضوع المدروس)، و بالتالي إثبات بأن الاستبيان صالح لدراسة موضوع البحث. و في ضوء التوجيهات التي أبقاها المحكمون فقد تم تصحيح ما ينبغي تصحيحه حتى تزداد العبارات وضوحا و ملائمة للفرضيات التي وضعت من أجلها

### خلاصة:

نظرا لطبيعة مشكلة بحثنا هذا استدعي منا التعريف بمنهجية البحث المتبعة فيه الميدانية المختلفة فطرنا من خلاله مشكلتنا معتمدين في ذلك على المعاينة الميدانية لأجل تثمينها بدراسة استطلاعية للتأكد من أن المشكلة موجودة فعلا ويعتبر هذا الفصل بمثابة الدليل والمرشد الذي يحاول الوقوف معنا على أرض الواقع مع بحثنا هذا

---



# الفصل الثاني : عرض و تحليل

## ومناقشة النتائج

**تمهيد:**

بعد دراستنا للجانب النظري و تحديد منهجية البحث و أدواته حاولنا في هذا الفصل الإلمام بمعطيات موضوع البحث، و ذلك بالدراسة الميدانية حتى تكون للنتائج المتحصل عليها أكثر مصداقية، و هذا بتحليل النتائج المتمحورة أساسا على الفرضيات التي قمنا بتحديددها، و قد قمنا في بداية هذا الفصل بعرض و تحليل نتائج الاستبيان الخاص بعينة الدراسة، و كان الغرض من ذلك وضع تمهيد لما سوف يتم التطرق إليه لاحقا حيث يمدنا تحليل خصائص بعض العينة بمعطيات تساعدنا على فهم أعمق لتلك النتائج المحصل عليها، و بعد جمع كل الاستبيانات الموزعة على التلاميذ و ترجمة النتائج المتحصل عليها بتفريغها في جداول إحصائية قمنا بعد ذلك بالمعالجة الإحصائية لهذه المعطيات بإتباع طريقة تحليل و مناقشة النتائج حتى نعرف مدى مصداقية

**:المحور الأول**

للرياضة المدرسية دور في تحقيق التوافق الشخصي لدى تلاميذ الطور :الفرضية الأولى الثانوي.

و تشمل البنود التالية: 1, 9, 11, 4, 11

.تستطيع أن تلعب وحدك إن لم تجد أحد يلعب معك

.عندما تلعب تستمر في اللعب حتى النهاية

.تشعر أنك كبير و قوي لأنك تمارس الرياضة المدرسية

.تفضل أن تتفرج على غيرك بدل أن تلعب معهم

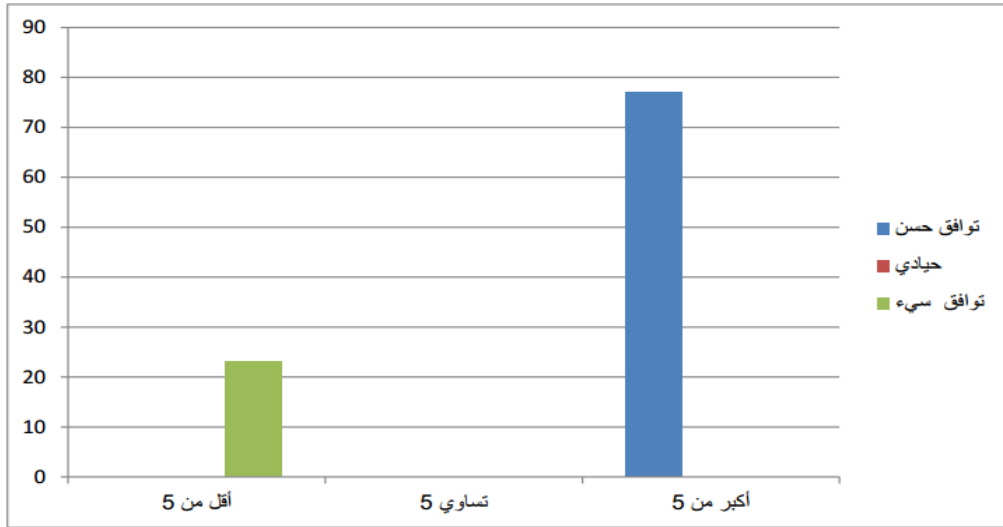
.تحب مساعدة الأستاذ في وضع الأدوات



الهدف من هذه البنود هو معرفة دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق الشخصي لدى التلاميذ

النسبة المئوية	التكرار	المجال
23%	23	أقل من 5
00%	00	تساوي 5
77%	77	أكبر من 5
100%	100	المجموع

**جدول رقم 10:** يبين التوزيع التكراري لدرجات التلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية المعبرة عن التوافق الشخصي



**عرض وتحليل نتائج الجدول رقم 10:**

انطلاقاً من الجدول رقم 11 ( نجد أن معظم التلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية يظهرون توافق شخصي حسن، وذلك بنسبة 77% في حين قدرت نسبة التلاميذ الممارسين الذين يملكون توافق سيء 11% وهي نسبة ضعيفة مقارنة بالأولى، وفي المقابل لم تسجل أي نسبة تعبر عن أي نوع من التوافق لدى التلاميذ

**المحور الثاني:**

**الفرضية الثانية:** تساهم الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق المدرسي لدى تلاميذ الطور

الثانوي.

وتشمل البنود التالية: (6, 7, 1, 5, 11)

-تساعدك الرياضة المدرسية على التقرب من أساتذة المواد الأخرى.

-تقوم بالعمل المطلوب منك بكل فرح وسرور.

-عندما لا تستطيع القيام بالعمل المطلوب تطلب المساعدة من الأستاذ.

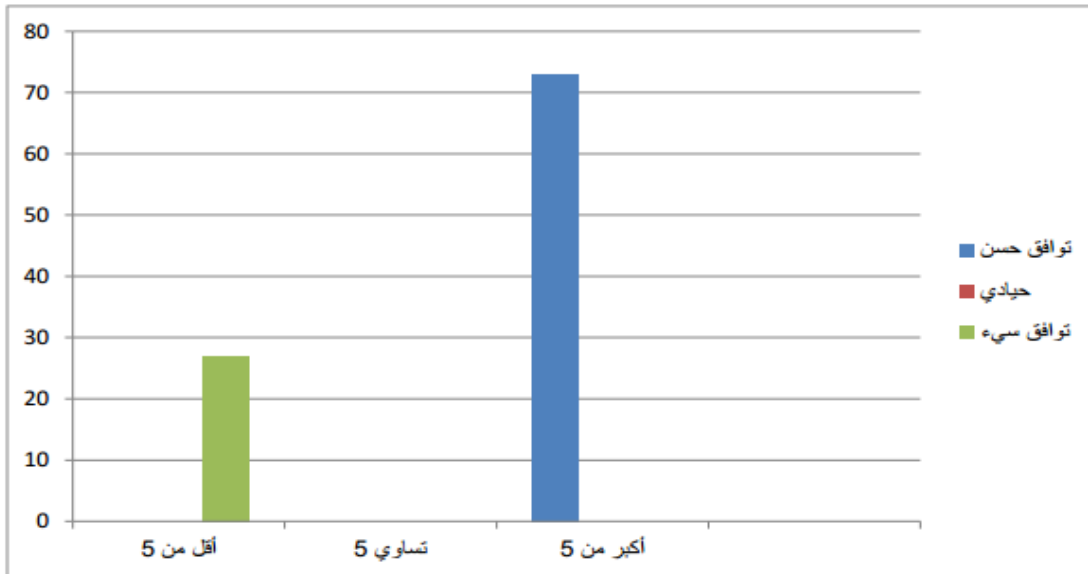
-ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك نشيط في القسم.

-تؤثر ممارستك للرياضة المدرسية على نتائجك سلبا في المواد الأخرى.

الهدف من هذه البنود هو معرفة مدى مساهمة الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق المدرسي

النسبة المئوية	التكرار	المجال
27%	27	أقل من 5
00%	00	تساوي 5
73%	73	أكبر من 5
100%	100	المجموع

**جدول رقم 10: يبين التوزيع التكراري لدرجات التلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية المعبرة عن التوافق المدرسي**



**أعمدة بيانية رقم 10:** تمثل التوافق المدرسي للتلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية.

**عرض وتحليل نتائج الجدول رقم 10:**

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 11 ( نجد أن أغلبية التلاميذ لديهم توافق مدرسي حسن والتي قدرت نسبتهم بـ 71%، في حين نجد نسبة 17% من التلاميذ لهم توافق سيئ وهي فئة قليلة

### المحور الثالث:

**الفرضية الثالثة:** تساهم الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق البيئي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

وتشمل البنود التالية) 11, 8, 2, 11, 11 :

- عند ممارسة الرياضة المدرسية تكتسب طابع اجتماعي.

- ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك محبوبا في مجتمعك.

- تكتسبك الرياضة المدرسية احترام الآخرين.

- تعلمك الرياضة المدرسية التعاون مع الآخرين.

- تكتسبك الرياضة المدرسية أصدقاء جدد.

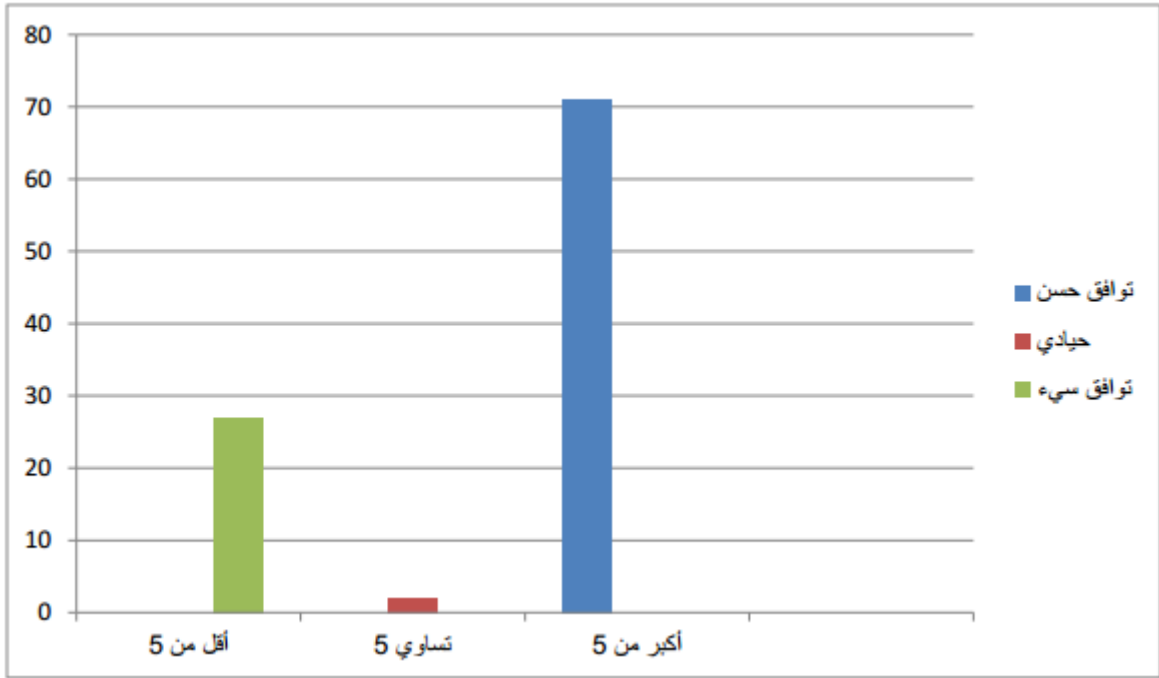
والهدف من هذه البنود هو معرفة مدى مساهمة الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق البيئي.

**جدول رقم 10:** يبين التوزيع التكراري لدرجات التلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية

المعبرة عن التوافق البيئي.

النسبة المئوية	التكرار	المجال
27%	27	أقل من 5
02%	02	تساوي 5
71%	71	أكبر من 5
100%	100	المجموع

**جدول رقم 10:** يبين التوزيع التكراري لدرجات التلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية المعبرة عن التوافق البيئي



**أعمدة بيانية رقم 10:** تمثل التوافق البيئي للتلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية لدى تلاميذ الثانوي.

**عرض وتحليل نتائج الجدول رقم 10:**

من النتائج المسجلة في الجدول رقم 11 ( يمكن القول أن معظم التلاميذ يظهرون توافق بيئي حسن حيث بلغت نسبتهم 71% وهي نسبة كبيرة نوع ما، في حين نجد أن 17% من التلاميذ لهم توافق بيئي سيء، ويمكن ملاحظة نسبة 1% الذين لهم توافق بيئي حيادي أي أن هذه الفئة لم يعبروا عن أي نوع من التوافق

### المحور الرابع:

**الفرضية الرئيسية:** للرياضة المدرسية دور قد يكون إيجابي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي

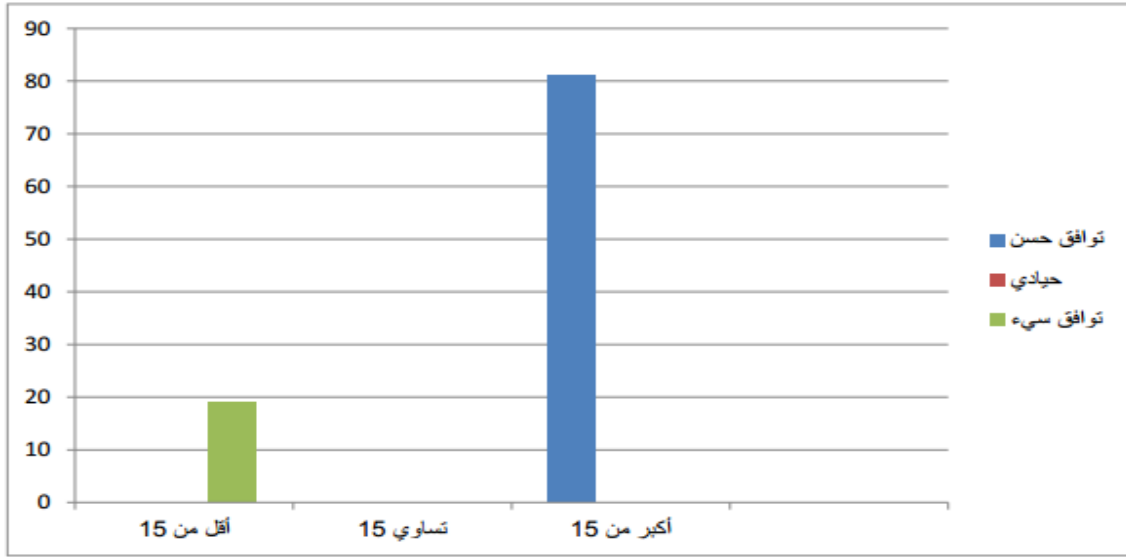
لدى تلاميذ الطور الثانوي.

وتشمل المحاور الثلاثة السابقة

**جدول رقم 10:** يبين التوزيع التكراري لدرجات التلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية

النسبة المئوية	التكرار	المجال
19%	19	أقل من 15
00%	00	تساوي 15
81%	81	أكبر من 15
100%	100	المجموع

المعبرة عن التوافق النفسي الاجتماعي



**أعمدة بيانية رقم 10:** تمثل التوافق النفسي الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية.

عرض وتحليل نتائج الجدول رقم 10:

انطلاقاً من النتائج المسجلة في الجدول رقم 14 ( نجد أن أغلبية التلاميذ لهم توافق نفسي اجتماعي حسن حيث قدرت نسبتهم بـ 11% وهي أعلى نسبة مسجلة، في حين أن 19% من التلاميذ لهم توافق نفسي اجتماعي سيء، وفي المقابل لا يمكن ذكر أية مواقف حيادية للتوافق النفسي الاجتماعي

مناقشة نتائج الفرضيات:

● مناقشة نتائج الفرضية الأولى المتعلقة بالتوافق الشخصي:

بعد عرضنا وتحليلنا للجدول الخاص ببند الفرضية الأولى نجد أن التلاميذ الذين يمارسون الرياضة المدرسية يظهرون توافقاً شخصياً جيداً، وذلك من خلال الثقة بالنفس والالتزام الذي يمتاز به التلاميذ، كما يظهر في ميلهم إلى التحرر والانتماء والانبساط والواقعية وهذا قد يكون راجعاً إلى الفوائد الناتجة عن ممارسة الرياضة المدرسية وهذا ما توصل إليه الباحث "سعودان مخلوف" في بحثه بعنوان "الممارسة الرياضية في أقسام رياضة ودراسة وأثرها على التفاعل الاجتماعي لدى التلاميذ"، حيث توصل أنه للممارسة الرياضية دور فعال على مستوى تقديرهم لذاتهم والذي يتجلى من خلال تحقيق الطموحات الفردية التي تجعل الفرد راضياً عن نفسه وبهذا

تكون الفرضية الأولى قد تحققت.

### • مناقشة نتائج الفرضية الثانية المتعلقة بالتوافق المدرسي:

من خلال ما سبق يمكننا القول أن معظم التلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية يملكون توافق مدرسي حسن، وهذا راجع حسب رأينا إلى الدور الكبير التي تلعبه الرياضة المدرسية وذلك من خلال جعل التلاميذ في حالة نشاط وفرح وسرور دائم كما أنها تمكن التلميذ من الحصول على نتائج مقبولة في مختلف المواد الأخرى، وللرياضة المدرسية في المنظومة التربوية مكانة هامة وفعالة وذات بعد تربوي معترف به، لهذا تسعى وزارة التربية الوطنية ووزارة الشباب والرياضة في

أوساط التلاميذ، وبهذا فالفرضية الثانية قد تحققت

### مناقشة نتائج الفرضية الثالثة المتعلقة بالتوافق البيئي:

من خلال مجموع العينة نجد بأن أغلبية التلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية يظهرون توافق بيئي حسن و هذا راجع في رأينا إلى طبيعة الممارسة الرياضية في المدرسة وما فيها من احتكاك بيئي و اجتماعي وذلك مع الافراد الموجودين في البيئة المحيطة به، وتقبل رأي الآخرين والإيمان بالتعاون من أجل مساعدة بعضهم على تخطي مختلف العقبات التي يصادفونها وهذا ما يشبه ما توصل إليه الباحث "بن عبد الرحمان سيد علي" في بحثه تحت عنوان "مساهمة الألعاب شبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية" حيث توصل إلى أن للألعاب شبه الرياضية دور في تكوين شخصية التلميذ واكسابه الصفات والسمات السلوكية الحميدة وبهذا تكون الفرضية الثالثة قد تحققت .

### • مناقشة نتائج الفرضية العامة المتعلقة بدور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق

#### النفسي الاجتماعي :

بالاستناد إلى النتائج المسجلة يمكننا القول بأن للرياضة المدرسية دور مهم وفعال في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، وذلك لاكتساب الفرد صفات شخصية كالاعتماد على النفس وتقدير الذات وحب الانتماء والشعور بالمسؤولية، كما تكسبه صفات اجتماعية أو بيئية كالتعاون واحترام الآخرين وحب المبادرة لمساعدة الآخرين و اكتساب أصدقاء جدد بكل سهولة كما أنها تساعد على أنها تساعد على

تحقيق النجاح المدرسي والتقرب من أساتذة المواد الأخرى، وقد أكد العالم "روسنبورغ" على

وجود

علاقة ايجابية بين التمرينات الرياضية والبدنية والاجتماعية التي تساهم في تحسين عملية التوافق النفسي الاجتماعي وكما يرى الباحث بن عبد الرحمان سيد علي في بحثه بعنوان "مساهمة الألعاب شبة رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي " أن للألعاب شبة الرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، ومن هذا نستطيع القول ان الفرضية العامة قد تحققت.

## الاستنتاج العام:

بعد انتهائنا من هذه الدراسة استخلصنا عدة نتائج هامة، و توصلنا من خلالها إلى إثبات صحة الفرضيات المقترحة في بداية الدراسة، فتبين لنا أن ممارسة الرياضة المدرسية تساهم في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى فئة كبيرة من التلاميذ المراهقين في هذه المرحلة الحساسة في حياتهم، وهذا ما تؤكدته النتائج المتحصل عليها في الفرضية العامة " للرياضة المدرسية دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية." ومن هذا يتبين لنا أن الأنشطة الرياضية الممارسة وسيلة لتحقيق غاية كبرى وهي بناء الفرد ذو شخصية متوازنة متكاملة من جميع النواحي البدنية وال نفسية والاجتماعية من خلال اكتساب التلميذ المراهق قدرة على تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي في شتى المجالات الرياضية ومن هذا

يمكننا القول على أن ممارسة الرياضة المدرسية يمكن من خلالها تحقيق الاستقرار النفسي ورضاء دوافعه التي تساعده على الاطمئنان والتعبير عن شخصية كما أنها تنمي السمات الخلقية للأفراد فهي تكسبهم قوة العزيمة والصبر والروح الرياضية العالية.

وفي الأخير يمكن أن نقول بأن للرياضة المدرسية دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

## خاتمة:

أصبحت المشاكل الاجتماعية ومنها مشكل التوافق النفسي الاجتماعي التي يتخبط فيه المراهق بصفة عامة وتلميذ المرحلة الثانوية بصفة خاصة مشكل بالغ الأهمية، إن مشكل التوافق النفسي الاجتماعي موضوع انشغال كثير من العلماء حيث أقروا أن التوافق النفسي الاجتماعي لا يستطيع أن يتحقق إلا بممارسة النشاط البدني والرياضي وتلقي التوجيهات والإرشادات فبه تؤدي إلى تحسين العلاقات بين التلاميذ في الوسط الاجتماعي، وهذا ما دعانا لكتابة هذا البحث والذي درسنا فيه وسيلة من وسائل معالجة هذا المشكل، ألا وهي دور ممارسة الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، فحاولنا في بحثنا هذا أن نوضح التأثيرات الإيجابية والدور الكبير التي تقدمه الرياضة المدرسية للمراهق ومساهمتها في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي عن طريق توافق مكانياته الأدائية والتلميذ مع بيئته الاجتماعية والانسجام بين إشباع حاجاته المتعددة والعقلية الحقيقية وظروف الواقع المعاش.

وعليه فإن الرياضة المدرسية تساهم في الارتقاء بالعلاقات الاجتماعية بين الفرد وذاته وبين الفرد والجماعة وتنمية لقدرات التلاميذ العقلية وتطوير النضج الفكري وتعلم قيم الروح الرياضية والتنافسية مما تعمل على إنشاء جيل صحيح البنية الجسمية، قوي الشخصية ذو أفكار بناءة ويعمل على النهوض بالرياضة الوطنية وتمثيلها أحسن تمثيل كما تعتبر وسيلة هامة في إنشاء علاقات أخوية وصدقات متينة في وسط اجتماعي.

ومن خلال هذا كله تبين لنا أن للرياضة المدرسية دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية



## اقتراحات و توصيات:

على ضوء ما توصلنا إليه والدراسة المفصلة في هذا الجانب والتي أثبتت أن الرياضة لمدرسية تساعد المراهق على تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي وادماجه داخل الجماعة والمجتمع وتكوينه تكويناً صحيحاً وسليماً وتنمية قدراته العقلية وتطوير النضج الفكري وتنشئته تنشئة صحيحة من حيث البنية الجسمية، قوي الشخصية ذا أفكار بناءة يعمل على النهوض بالرياضة الوطنية وتمثيلها أحسن تمثيل وتقبله ظروف الواقع المعاش ارتأينا أن نقدم بعض الاقتراحات والتوصيات إلى كل من يهمله الأمر من مسؤولين ومربين وأولياء نتمنى أن تؤخذ بعين الاعتبار وأن تجد أذاناً صاغية تترجم في المستقبل القريب إلى أهداف:

- إعطاء أهمية للمرحلة الثانوية باعتبارها المرحلة الأساسية لترسيخ الخبرات والمكتسبات.
- اعتبار المراهق مركز اهتمام وبؤرة النشاط وقلب العملية التنموية.
- إدراك أهمية الممارسة الرياضية في المدرسة ودورها في تحسين التوافق النفسي الاجتماعي.
- الاستغلال الأمثل للمنشآت الرياضية داخل الثانويات للرفع من مستوى الرياضة المدرسية.
- الاهتمام بالرياضة المدرسية من خلال إقامة دورات تنافسية كثيرة ومنظمة.
- توعية التلاميذ بأهمية ممارسة الرياضة المدرسية، لما لها من فوائد نفسية وبدنية وعقلية على المراهق



# المصادر والمراجع

### المصادر العربية

- 1- إبراهيم محمد سلامة: اللياقة البدنية الاختبارات والتدريب، ط2، دار المعارف، القاهرة 1980.
- 2- أحمد عزت راجح: أصول علم النفس المكتب المصري الحديث، ط10، سنة 1976، الاسكندرية .
- 3- أحمد عزت راجح: علم النفس الصناعي، دار القومية، ط3، 1965 .
- 4- إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي: طرق البحث العلمي و التحليل الاحصائي، مركز الكتاب للنشر، مصر، سنة 2000.
- 5- أسعد رزوق: موسوعة علم النفس، مكتبة لبنان، بيروت.
- 6- جريدة الخبر الصادرة بتاريخ : 25 نوفمبر 1996، " إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية".
- 7- جريدة الخبر الصادرة بتاريخ 26 نوفمبر 1996م، إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية.
- 8- الجريدة الرسمية، الأمر رقم: ( 97/376 )، الصادر بتاريخ 08 أكتوبر 1997، المتعلق بالتربية البدنية والرياضة وتطويرها .
- 9- جمعون نفيسة: التوافق النفسي والاجتماعي للتلميذ المبتكر، رسالة ماجستير في علوم التجريبية، سنة 2001.
- 10- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية وزارة الشباب و الرياضة، الأمر رقم : ( 09/95 )، المتعلق بتوجيه المنظمة الوطنية للتربية البدنية والرياضية وتنظيمها وتطويرها، المؤرخ في رمضان 1415 هـ، الموافق ل : 25 فيفري 1995.
- 11- حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسية، عالم الكتاب ط1، 1978، القاهرة .
- 12- حسن احمد الشافعي: مبادئ البحث في التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف الإسكندرية، سنة 1994.
- 13- حسن صالح الدهري: الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، سنة 1999، الأردن.
- 14- حسين أحمد حشمت، مصطفى حسين ناهي: التوافق النفسي والتوازن الوظيفي، ط1، الدار العلمية للنشر والتوزيع الأهرام، 2006، مصر.

## المصادر والمراجع

- 15- رابح تركي: مناهج البحث في علو التربية، دار الفكر العربية، 1984
- 16- سعد جلال: المرجع في علم النفس، دار المعارف، ط1، 1971، القاهرة.
- 17- سعد جلال: في الصحة العقلية والأمراض النفسية والانحرافات السلوكية، دار المطبوعات الحديثة، مصر.
- 18 - سمية أحمد فهمي: مجالات الصحة النفسية في المدرسة، بحوث منشورة في حوليات كلية البنات جامعة عين شمس، سنة 1989، القاهرة.
- 19- صموئيل ميغاريوس: الصحة النفسية والعمل المدرسي، مكتبة النهضة المصرية، سنة 1974، القاهرة.
- 20- عبد العالي الجسماني: علم النفس والتعليم: دار العربية للعلوم، ط1، سنة 1994، بيروت.
- 21- عقيل عبد الله: الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية، بغداد، ط2، 1986.
- 22- فايز على الحاج: الصحة النفسية، المكتب الإسلامي، ط1 سنة 1984، بيروت.
- 23- فرج عبد القادر طه: سيكولوجية المعوقة للإنتاج، دراسة نوية ميدانية وفي التوافق المهني الصحي النفسية، مكتبة الخاجي، القاهرة.
- 24- قاسم المندلاوي و آخرون، دليل الطالب في التحقيقات الميدانية في التربية الرياضية، الجزء الثاني، الموصل، العراق، 1990.
- 25- كمال دسوقي: علم النفس ودراسة التوافق، ط2، سنة 1976.
- 26- محمد السيد الهابط: التكيف والصحة النفسية، المكتب الجامعي الحديث، 1990، الإسكندرية.
- 27- محمد بسيوني، فيصل ياسين الشطي: نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضة، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 1992 م.
- 28- محمد سيد أبو النيل: علم النفس الاجتماعي، دراسات عربية وعالمية، ج1 الجهاز المركزي للمكتب الجامعية، سنة 1984.
- 29- محمد عادل خطاب: التربية الوطنية للخدمة الاجتماعية، ط2، دار النهضة العربية، القاهرة، مصر 1965 م.
- 30- محي الدين مختار: بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر، سنة 1995.
- 31- مصطفى فهمي: دراسات سيكولوجية التكيف، ط1، 1987.
- 32- نصر الدين جابر: علاقة التقبل الرفض الوالدي بتكيف الأبناء، دكتوراة غير منشورة في علم النفس الاجتماعي، سنة 1997، جامعة الجزائر.
- 33- وزارة الشبيبة و الرياضة للجمهورية الجزائرية، قانون التربية البدنية و الرياضية، المؤرخ في: 23 أكتوبر 1976.

## المصادر والمراجع

34- يوسف مصطفى القاضي وآخرون: الارشاد النفسي والتوجيه التربوي، دار المرخ الرياضي، المملكة العربية السعودية، ط1، سنة 1981

### المصادر الأجنبية

- 1- alderam (ed) manuel de psychologie de sport, édition, viga , paris 1990.
- 2- fenandez ( b ) soohlogie et comptions spartive , édition , viga , paris 1977.
- 3- i-f-s. origine objectifs structure s 1996
- 4- matuiv (t.p) aspects fandamantanteaus de l'enraiements, édition viga , paris, 1989.
- 5- samir b pour un champion du monde en Algérie entrien avec Med Tazi  
présidente de (dss) les journales cotidiens d'Algérie l'iberté 08 avril 1997.
- 6- salirb pour cnampionant du monde en Algérie entrenien avec med tazi president de (oss ) journal quotidien d'Alger liberte 0Savril 1997.
- 7- Thil(E) Thamas (R) L'educateur Sportif Preparation Au Brevet D'etat -Paris - Vioat, 2000
- 8- waring (h.t.r ) psychologie sportive, édition, viga, paris, 1976
- 9- zanngui said fondament organisation et méthode de logique pour la création d'une école sport pou enfant, ists, alger 1985

### المصادر الغير منشورة

- 1- مذكرة نيل شهادة ماجستير بعنوان الممارسة الرياضية في أقسام "رياضة ودراسة وأثرها | على التفاعل الاجتماعي عند التلاميذ من إعداد الطالب: سعودان مخلوف (2008-2009) ولاية الشلف.
- 2- مذكرة نيل شهادة ماجستير بعنوان "مساهمة الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من إعداد الطالب بن عبد الرحمان سيد علي ( 2008-2009) ولاية البليدة.
- 3- مذكرة نيل شهادة ليسانس بعنوان الدور النشاط الرياضي الممارس في تحقيق التفاعل الاجتماعي في المرحلة الثانوية من اعداد الطالب ناجي بلال (2001-2002)





الملاحق

و

المرفقات





جامعة العربي بن مهيدي- ام البواقي  
معهد التربية البدنية والرياضية

### استمارة قياس التوافق النفسي الاجتماعي

في اطار اعداد مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية تحت عنوان دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي " قمنا بإعداد الاستمارة التالية ونرجو منكم تقديم رأيكم في هذه الاستمارة وذلك بوضع علامة (\*) على الإجابة التي تراها في رأيك مناسبة.  
وشكرا لكم مسبقا .

تحت إشراف الأستاذ:

فارس عبد الغني

من إعداد الطلبة:

: بودلال يوسف : هنوس بوعلام

غير موافق	موافق	موافق تماما	
			1.تستطيع أن تلعب وحدك إن لم تجد أحد يلعب معك
			2.تكسبك الرياضة المدرسية احترام الآخرين
			3.عندما لا تستطيع القيام بالعمل المطلوب تطلب المساعدة من الأستاذ
			4.تفضل أن تتفرج على غيرك بدل أن تلعب معهم
			5.ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك نشيط في القسم
			6.تساعدك الرياضة المدرسية على التقرب من اساتذة

## الملاحق والمرفقات

المواد الأخرى			
غير موافق	موافق	موافق تماما	

			7.تقوم بالعمل المطلوب منك بكل فرح و سرور
			8.ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك محبوب في مجتمعك
			9.عندما تلعب تستمر في اللعب حتى النهاية
			10. لا تؤثر ممارستك للرياضة المدرسية على نتائجك في المواد الأخرى
			11. عند ممارسة الرياضة المدرسية تكتسب طابع اجتماعي
			12. تحب مساعدة الأستاذ في وضع الأدوات
			13. تشعر أنك كبير و قوي لأنك تمارس الرياضة المدرسية
			14. تعلمك الرياضة المدرسية التعاون مع الآخرين
			15. تكسبك الرياضة المدرسية أصدقاء جدد

### مفتاح الاستبيان

## الملاحق والمرفقات

0	1	2	1.تستطيع أن تلعب وحدك إن لم تجد أحد يلعب معك
0	1	2	2.تكسبك الرياضة المدرسية احترام الآخرين
0	1	2	3.عندما لا تستطيع القيام بالعمل المطلوب تطلب المساعدة من الأستاذ
2	1	0	4.تفضل أن تتفرج على غيرك بدل أن تلعب معهم
0	1	2	5.ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك نشيط في القسم
0	1	2	6.تساعدك الرياضة المدرسية على التقرب من اساتذة المواد الأخرى
0	1	2	7.تقوم بالعمل المطلوب منك بكل فرح و سرور
0	1	2	8.ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك محبوب في مجتمعك
0	1	2	9.عندما تلعب تستمر في اللعب حتى النهاية
2	1	0	10. لا تؤثر ممارستك للرياضة المدرسية على نتائجك في المواد الأخرى
0	1	2	11. عند ممارسة الرياضة المدرسية تكتسب طابع اجتماعي
0	1	2	12. تحب مساعدة الأستاذ في وضع الأدوات
0	1	2	13. تشعر أنك كبير و قوي لأنك تمارس الرياضة المدرسية
0	1	2	14. تعلمك الرياضة المدرسية التعاون مع الآخرين
0	1	2	15. تكسبك الرياضة المدرسية أصدقاء جدد