



## جامعة آكلي محند أولحاج البويرة

### معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاط البدنية الرياضية  
تخصص: النشاط البدني الرياضي التربوي.

الموضوع:

### السلوك العدواني وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية

- دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية البويرة -

إشراف الدكتور:

○ منصورى نبيل.

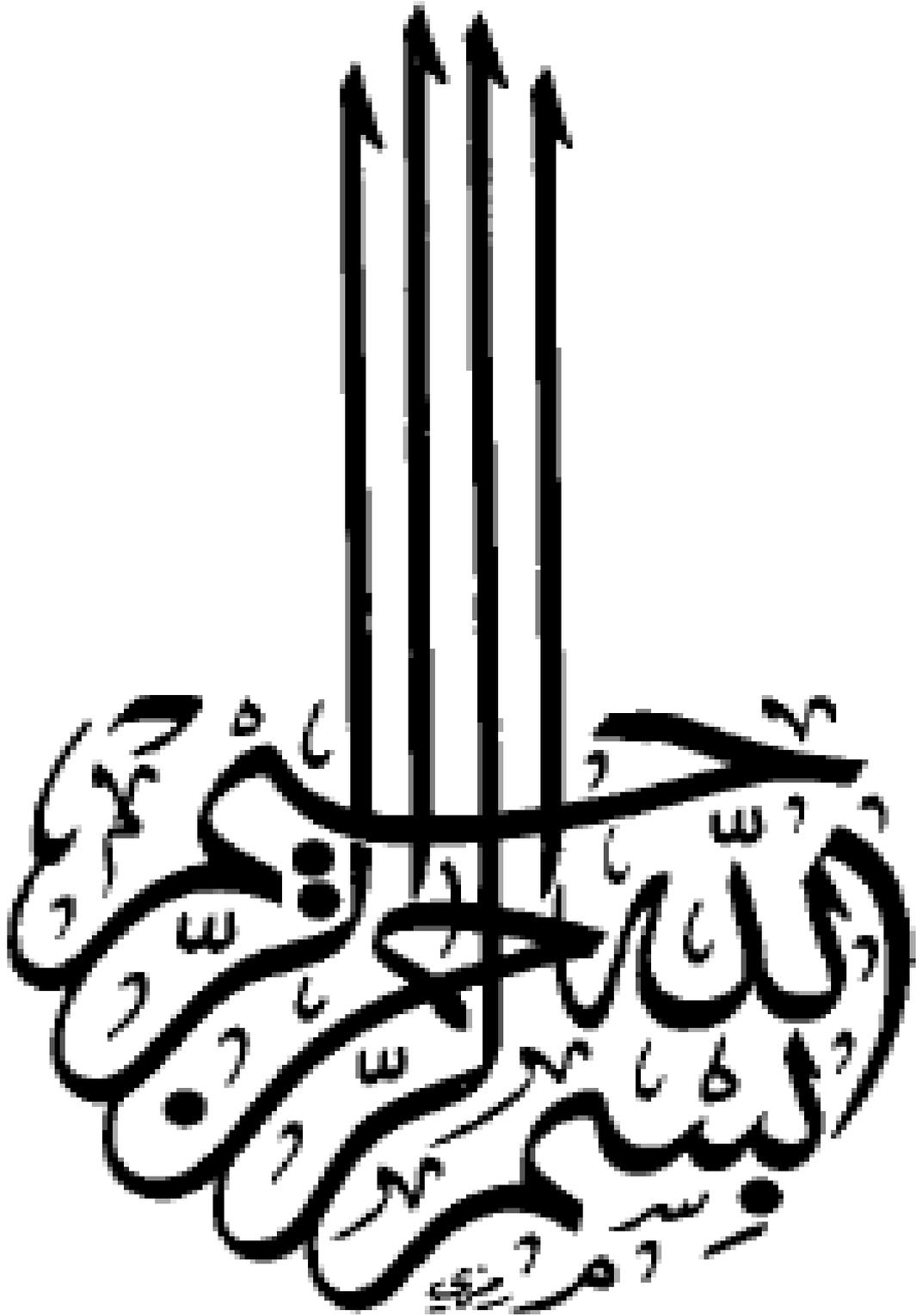
إعداد الطلبة :

○ طلحي عبد الصمد

○ بلقاسم عبد الحميد

○ سلامي أيمن

السنة الجامعية : 2017/2016



# شكر وعرفان

الشكر والحمد لله الواحد الأحد كثيراً طيباً مباركاً فيه ولك الحمد ربي حتى  
ترضى ولك الحمد إذا رضيت، لك الحمد على جميع نعمك كما ينبغي لجلال وجهك  
وعظيم سلطانك لما وفقتنا إليه .

يسرنا أن نتقدم بالشكر الجزيل وأجلّ عرفان إلى أستاذنا المشرفه منصورى نزيل،  
الذي دعمنا بنصائحه وإرشاداته وتوجيهاته القيمة؛ فشكراً لما بذلتك وتبذل؛ في سبيل  
تحرير عقولنا من عبودية الجهل إلى نور اليقين، فكان نتاجها النجاح المغمور بالثناء  
والعرفان، كما نتقدم بالشكر الجزيل للذين قدموا لنا يد العون والمساعدة، فجزاهم  
الله عنا خير الجزاء.

وفي الأخير نضع ثمرة جهدنا وعصارة فكرنا بين أيديكم عسا أن يعين طالب علم  
فيجد فيه مبتغاه .

أيمن ، محمد الصمد ، محمد الحميد

# إهداء

## بسم الله الرحمن الرحيم

إلى التي أوطاني بها المولى خيرا وبرا، إلى التي حملتني وهنا على وهن، إلى التي  
سهرت الليالي لأنام ملي أجفاني إلى منبع الحب والحنان إلى رمز الصفاء والوفاء  
والعطاء، إلى أمي الغالية حفظها الله ورعاها في كل وقت بعينه التي لا تنام.  
إلى رمز العز والشموخ إلى من وطأ الأشواق حافيا ليوطني إلى ما وصلت إليه اليوم،  
إلى أبي العزيز، أطال الله في عمرهما.  
إلى كل الإخوة والأخوات الأعزاء.  
إلى جميع أصدقاء المشوار الدراسي إلى كافة رفقاء الدرب.  
إلى من نحبهم بقلوبنا لا بكتابة أسمائهم على أوراقنا.  
إلى كل من هم في ذاكرتي و لم تسع مذكرتي لذكرهم.  
إلى كل هؤلاء، أهدي ثمرة عملي وجهدي المتواضع.

طلحي عبد الصمد

# إهداء

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

"...ربي أوزعني إن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وإن أعمل صالحا  
ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين" صدق الله العظيم

الآية 19 من سورة الزمل

الحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله والحمد لله وولي  
اللهم علي سيدنا محمد وعلي اله وصحبه أجمعين.

الحمد لله عز وجل علي نعمته وعونه في إتمام هذا البحث، وبعد نهدي ثمرة جهدنا

## للطيبين فقط

عبد الحميد، أيمن

# فهرس المحتويات

الصفحة	المواضيع
أ	الشكر.
ب	الإهداء.
ث	محتوي البحث.
ذ	قائمة الجداول.
ر	ملخص البحث.
س	مقدمة
<b>الفصل التمهيدي: التعريف بالدراسة</b>	
02	1. إشكالية الدراسة .
03	2. فرضيات الدراسة.
04	3. أهمية موضوع البحث.
04	4. أهداف البحث.
04	5. أسباب إختيار الموضوع.
05	6. مصطلحات الدراسة.
06	7. الدراسات المرتبطة.
<b>الباب الأول: الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: التربية العامة والتربية البدنية</b>	
12	تمهيد.
13	1. التربية البدنية والرياضية.
13	1.1. التربية العامة.
13	2.1. مفهوم التربية.
13	3.1. مفهوم التربية البدنية والرياضية.
14	2. أهداف التربية البدنية والرياضية.
14	1.2. الأهداف فيزيولوجية.
14	2.2. أهداف المهارات الحركية.
14	3.2. الأهداف الترويحية.

14	4.2. الأهداف الجمالية.
14	5.2. الأهداف المعرفية.
14	6.2. الأهداف الإجتماعية.
15	3. أهمية التربية البدنية والرياضية.
15	1.3. أهمية التربية البدنية والرياضية بالنسبة للفرد.
15	2.3. أهمية التربية البدنية والرياضية بالنسبة للمجتمع.
15	4. الأنشطة الجماعية.
15	1.4. تعريف اللعب.
16	2.4. نظريات اللعب.
16	3.4. وظائف اللعب.
17	4.4. دور اللعب.
18	5.4. أنواع الألعاب.
19	5. تعريف الألعاب الرياضية الجماعية.
19	1.5. مميزات وخصائص الألعاب الرياضية الجماعية.
19	2.5. ثوابت وأدوات الألعاب الرياضية الجماعية.
20	3.5. أهداف برنامج الألعاب الرياضية الجماعية.
22	خلاصة.
<b>الفصل الثاني: السلوك العدواني</b>	
24	تمهيد.
25	1. مفهوم السلوك العدواني.
25	2. العدوان في المجال الرياضي.
25	3. أنواع السلوك العدواني.
25	1.3. العدوان اللفظي.
26	2.3. العدوان الجسدي.
26	4. أسباب السلوك العدواني.
26	1.4. الأسباب النفسية.
26	1.1.4. الحرمان.
26	2.1.4. الإحباط.
27	3.1.4. الغيرة.

27	4.1.4. الشعور بالنقص.
27	2.4. الأسباب الاجتماعية.
28	5. العوامل المثيرة للعدوان.
29	1.5. الشعور بالألم.
29	2.5. المهاجمة أو الإهانة الشخصية.
29	3.5. الإحباط.
29	4.5. الشعور بعدم الراحة.
29	5.5. الاستثارة والغضب والأفكار العدائية.
30	6. نظريات السلوك العدواني.
30	1.6. نظرية العدوان كغريزة.
31	2.6. نظرية التنفيس (تفريغ الانفعالات المكبوتة).
31	3.6. نظرية الإحباط - العدوان.
32	4.6. نظرية التعلم الاجتماعي.
33	الخلاصة.
<b>الفصل الثالث: تقدير الذات</b>	
35	تمهيد.
36	1. الذات.
36	1.1. مفهوم الذات.
37	2.1. تقدير الذات.
38	3.1. الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات.
39	2. أقسام تقدير الذات.
39	1.2. تقدير الذات المكتسب.
39	2.2. تقدير الذات الشامل.
40	3. العوامل المؤثرة في تقدير الذات.
41	4. مستويات تقدير الذات.
41	1.4. المستوى المرتفع.
41	2.4. المستوى المنخفض.
42	5. تقدير الذات عند المراهق.
44	خلاصة.

<b>الباب الثاني: الجانب التطبيقي</b>	
<b>الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية</b>	
47	تمهيد
48	1. الدراسة الاستطلاعية.
48	2. المنهج المتبع.
49	3. متغيرات البحث.
49	1.3. المتغير المستقل.
49	2.3. المتغير التابع.
49	4. المجتمع.
50	5. العينة.
50	6. مجالات الدراسة.
50	1.6. المجال الزمني.
51	2.6. المجال المكاني.
51	1.2.6. إدارة الدراسة.
51	7. مقياس تقدير الذات ل"كوبر سميث".
51	1.7. وصف مقياس تقدير الذات.
51	2.7. طريقة تصحيح المقياس.
52	3.7. صدق المقياس.
52	1.3.7. الصدق الظاهري.
52	2.3.7. الصدق الإحصائي.
52	3.3.7. الثبات.
53	8. مقياس السلوك العدواني.
54	9. الأساليب الإحصائية المعتمد عليها.
54	1.9. الوسائل الإحصائية.
55	خلاصة.
<b>الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج</b>	
57	تمهيد.
58	1. عرض وتحليل ومناقشة النتائج
58	1.1. عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية العامة.

58	2.1. عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى.
59	3.1. عرض و تحليل و تفسير نتائج الفرضية الثانية.
60	2. مناقشة وتفسير النتائج.
61	1.2. مناقشة تفسير نتيجة الفرضية العامة.
61	2.2. مناقشة الفرضية الجزئية الأولى.
62	3.2. مناقشة الفرضية الجزئية الثانية.
63	الخلاصة.
64	الإستنتاج العام.
.	الخاتمة.
.	الاقتراحات.
.	المصادر والمراجع.
.	الملاحق.

## قائمة الجداول

ص	الجدول	الرقم
50	يبين المؤسسات ومكان إجراء الدراسة	01
52	يبين تفسير درجات مقياس تقدير الذات	02
54	يوضح ملخص نتائج الصدق و الثبات لمقياس السلوك العدواني و تقدير الذات	03
58	يوضح نتائج الفرضية العامة	04
58	يمثل مستوى السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية	05
59	يمثل مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية	06

## السلوك العدواني وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية.

- دراسة ميدانية أجريت لبعض ثانويات ولاية البويرة -

إشراف الاستاذ:

د. منصورى نبيل

إعداد الطلبة :

- طلحي عبدالصمد
- بلقاسم عبدالحميد
- سلامي أيمن

### الملخص:

هدفت الدراسة إلى كشف العلاقة بين السلوك العدواني وتقدير الذات لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال حصة التربية البدنية والرياضية في الأنشطة الجماعية، كما تسعى هذه الدراسة إلى الكشف عن كل من مستوى السلوك العدواني وكذا تقدير الذات المميز لدى التلاميذ الممارسين.

استخدم الباحثين المنهج الوصفي التحليلي لملائمته طبيعة الدراسة ، وعلى عينة مكونة من 400 تلميذ موزعين على 10 ثانويات في ولاية البويرة واعتمد الباحثون على تطبيق مقياسين، مقياس تقدير الذات الذي أعده كوبر سميث ومقياس السلوك العدواني الذي أعده محمد علي عمارة واستعان الباحثون: بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري معامل الارتباط بالوسائل الاحصائية وأسفرت النتائج التي توصلنا إليها على:

- لا توجد علاقة بين السلوك العدواني وتقدير الذات لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال ممارستهم للأنشطة الجماعية.

- مستوى السلوك العدواني المميز لدى التلاميذ المرحلة الثانوية خلال ممارسة الأنشطة الجماعية كان عاليا.

-- مستوى تقدير الذات المميز لدى التلاميذ المرحلة الثانوية خلال ممارسة الأنشطة الجماعية كان متوسطا.

**الكلمات الدالة:** السلوك العدواني-تقدير الذات-الانشطة الجماعية -الطور الثانوي.

## **Aggressive behavior and its relation to self-esteem among secondary stage students during group activities**

- A field study conducted for some of the secondary schools of Bouira -

Preparation of students:

- Talhi Abdelssamad
- Belkacem Abdelhamid
- Sallami Ayman

Supervision of Prof

Mansouri Nabil

### **Summary:**

The study aimed at uncovering the relationship between aggressive behavior and self-esteem among the secondary stage students during the course of physical education and sports in group activities. This study also seeks to uncover the level of aggressive behavior as well as the self esteem of the practicing students.

The researchers used a descriptive analytical approach to suit the nature of the study and a sample of 400 students distributed in 10 secondary schools in the state of Bouira. The researchers applied two measures, the self-assessment measure prepared by Cooper Smith and the aggressive behavior measure prepared by Mohamed Ali Amara. The researchers used: arithmetic mean and standard deviation Correlation coefficient by statistical means and the results obtained by:

- There is no relationship between the aggressive behavior and self-esteem of the secondary stage students in the practice of group activities.
- The level of aggressive behavior characteristic of high school students during the exercise of group activities was high.
- The level of self-esteem characteristic of secondary school students during the practice of group activities was average.

**Keywords:** aggressive behavior-self-esteem-group activities-secondary development

مفلة

تعد التربية البدنية والرياضية مادة تعليمية كسائر المواد الأخرى تحظى بمكانة جيدة في المجتمعات كونها تقوم بإعداد المواطن الصالح، والتربية هي عبارة عن تفاعل الفرد مع بيئته الاجتماعية من حيث القيم والاتجاهات تبعا لدرجة التطور بهدف نمو التوازن من جميع الجوانب وذلك بغرض تحقيق التوافق والتكيف الفرد مع المجتمع والتربية البدنية والرياضية جزء كامل من التربية العامة ووسيلة لتحقيق أغراض المجتمع.

فممارسة الأنشطة الرياضية تنعكس بشكل ايجابي على نمو شخصية الفرد، وتهدف هذه الأنشطة إلى بث روح التعاون بين الأفراد والتخلص من الطاقة العدوانية وتفرغها في نشاط رياضي جماعي، وتساعد هذه الأنشطة الرياضية أيضا الأفراد في التخلص عن اتجاهاتهم وأنماط سلوكهم الخاطئة وتكوين سلوكيات واتجاهات جديدة مقبولة فضلا عن أهمية هذه الأنشطة في نمو الجسم والعقل، فهي تمد الجسم بالحيوية والطاقة.

نظرا للانتشار الواسع لجميع الرياضات في مختلف أنحاء العالم، وبعد إدراكهم لأهميتها جعلت من هذا الانتشار إقبال العديد من ممارسيها ومشاهديها ، كما تعتبر واحدة من أهم العلوم العصرية التي بدأ الإقبال عليها على المستوى المهني والترفيحي، حيث ظهرت في الساحة الرياضية في السنوات الأخيرة عدة مفاهيم جديدة خاصة بالمجتمع الرياضي بصفة عامة مثل السلوكيات العدوانية، مما أدى إلى تأثيرها سلبا في جميع أوساط المجتمع وخاصة من طرف المراهقين بجميع مراحلهم، وخصوصا في مرحلة المراهقة المبكرة التي هي أهم مرحلة عمرية لبروز ظاهرة السلوك العدواني، وهي أصعب مرحلة يمر بها الإنسان في حياته لأنها تشمل على عدة تغيرات عقلية وفيزيولوجية وانفعالية، حيث تقوم الرياضة بمختلف أنواعها بدور متميز في مكافحة هذه الظاهرة، لاسيما الرياضات الجماعية التي وضعت لها قوانين ولوائح وأنظمة التي تحاول الحد من مظاهر السلوك العدواني.

مما لا شك فيه أن السلوك العدواني لدى التلاميذ أصبح حقيقة واقعية موجودة في معظم دول العالم، وهي تشغل كافة العاملين في ميدان التربية بشكل خاص والمجتمع بشكل عام، وتأخذ من إدارات المدرسة الوقت الكثير وتترك آثار سلبية على العملية التعليمية، لذا فهي تحتاج إلى تضافر الجهود المشتركة سواء على صعيد المؤسسات الحكومية أو مؤسسات المجتمع المدني أو الخاصة، لكونها ظاهرة اجتماعية بالدرجة الأولى وانعكاساتها السلبية تؤثر على المجتمع بأسره.

ولا بد في هذا الجانب من التعامل بحذر ودراية ودراسة واقع التلميذ العدواني دراسة دقيقة واعية والاطلاع على كافة الظروف البيئية المحيطة بحياته الأسرية، وعلى البيئة التربوية التعليمية أن تقدم له الصيانة الشخصية اللازمة، وتعديل من اتجاهاته، وتعيد له توازنه بإيجاد الجو المدرسي الاجتماعي السليم حتى يمكن أن يصبح تلميذا منتجا، يستطيع أن يستفيد من البرامج التي تقدمها له المدرسة، والجهود التي تبذلها، وبالتالي تصبح المدرسة منتجة وتكون بذلك قد أدت الأمانة، وتصبح المدرسة صانعة رجال تؤدي وظيفتها كما أرادها لها المجتمع.

تقدير الذات من أهم المفاهيم التي شاع انتشارها في الآونة الأخيرة ، فمنذ سنوات عديدة والباحثون الاجتماعيون مهتمون بدراسة النظريات المرتبطة بالذات، ويرجع الفضل لكل من "مارجريت ميد" وكولي "في إدخال هذا المفهوم إلى مجال علم النفس، فلقد افترضت " مارجريت ميد" أن الفرد يأتي إلى مرحلة تكوين مفهومه عن ذاته من خلال تعريفه للسلوك الذي ينبغي أن يقوم به، وكذلك من خلال رد فعله تجاه، الآخرين بينما اعتبر " كولي "صورة الفرد عن ذاته بمثابة المحصلة لانعكاسات تقييم الآخرين له، ولقد أطلق عليها "الذات المرآوية"<sup>1</sup> .

فمفهوم تقدير الذات يمثل ظاهرة سلوكية يفترض أنها قابلة للقياس، وبالتالي فإنه يمكن معالجتها وتناولها بطريقة علمية. ويترتب على ذلك أنه يمكن قبول أو رفض أي من جوانبها أو صفاتها . ولقد أصبح مصطلح "تقدير الذات" منذ أواخر الستينات وأوائل السبعينات الميلادية -أكثر جوانب الذات انتشارا بين الكتاب والباحثين، وذكر عدد كبير منهم علاقته بالمتغيرات النفسية الأخرى . فتقدير الذات والشعور بها من أهم الخبرات السيكلوجية للإنسان؛ فالإنسان هو مركز عالمه يرى ذاته كموضوع مقيم من الآخرين، والإنسان يغير من أنماط سلوكه بصورة نموذجية كلما انتقل من دور إلى دور مختلف- ويرغم ذلك -فإنه لا يفكر عادة أن له ذوات متعددة، فهو عندما يتكلم عن ذاته فإنه عادة ما يتكلم عن شخصيته كما يدركها هو<sup>2</sup>.

فإذا نظرنا إلى مفهوم تقدير الذات باعتباره مفهوما سيكولوجيا نجد أنه يتضمن العديد من أساليب السلوك فضلا عن ارتباطه بمتغيرات متباينة منها : الاعتماد على الذات، مشاعر الثقة بالنفس، إحساس المرء بكفاءته، تقبل الخبرات الجديدة، فاعلية الاتصال الاجتماعي، البعد عن السلوك العدواني<sup>3</sup> . وطبقا لتلك المتغيرات فان مفهوم تقدير الذات يعتبر مؤشرا للصحة النفسية .فقد أكد" روث وايلي" أن المصابين باضطرابات نفسية يعانون في الغالب من مشاعر التفاهة، ودنو المرتبة، وعدم الكفاءة، والعجز عن المواجهة، وأنهم أقل مقاومة لضغوط الحياة، وأكثر استخداما للحيل الدفاعية<sup>4</sup>، ويرى " عبد الوهاب كامل" أن تقدير الذات يتمخض عن وعى ورؤية سليمة وموضوعية للذات ، فقد يغالي الفرد في تقديره لذاته، ويصاب بما يمكن وصفه بسرطان الذات الذي يجعله غير مقبول من الآخرين، ويرتكب نوع من أنواع السلوك العدواني ومنها :العدوانية اللفظية<sup>5</sup> . معنى ذلك أن الأفراد الذين يقدرون أنفسهم سلبيا ، يفتقدون الثقة بأنفسهم، وقد يصدر عنهم تصرفات عدوانية بمظاهر وأشكال مختلفة قد ترتبط بسلوك توكيد الذات . وطبقاً لنظرية التعلم الاجتماعي التي تركز على دور المجتمع في تشكيل السلوك الاجتماعي من

<sup>1</sup> شعيب -علي محمود ، نمذجة العلاقة السببية بين تقدير الذات والقلق والتحصيل الدراسي لدى المراهقين في المجتمع السعودي ،جامعة الكويت ،مجلة العلوم الاحصائية ،مجلد السادس عشر ،العدد الثاني 1988،ص 135.

<sup>2</sup> الاشول -عادل عز الدين ،سيكولوجية الشخصية ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 1988 ، ص 133

<sup>3</sup> سليمان - عبدالرحمان سيد ، بناء مقياس تقدير الذات لدى عينة من أطفال المرحلة الابتدائية ، مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، العدد 24 ، السنة السادسة ، 1992 ، ص 88

<sup>4</sup> سليمان - عبدالرحمان سيد ، مرجع سبق ذكره ، ص 90

<sup>5</sup> كامل - عبدالوهاب ، مكونات العملية لتقدير الذات ، بحث في علم النفس ، القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، 1993 ، ص 173 ص 174

خلال النمذجة وتقليد سلوك الآخرين، فإنها ترى أن الهدف من قيام الفرد بالسلوك العدواني هو إعادة بناء تقدير الذات والشعور بالقوة، وليس إلحاق الضرر بالآخرين<sup>6</sup>.

وعلى الرغم من تعدد مصادر السلوك العدواني، إلا أن تأثيرها على الفرد يتوقف على طبيعة ومستوى تقدير الذات لدى الفرد. فتقدير الذات قد يكون هو الضابط للسلوك العدواني، ولكن قد يكون أيضاً هو مصدر للسلوك العدواني إذا كان تقدير الذات منخفضاً، لذا فإن الهدف من هذه الدراسة هو بيان العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى تلاميذ الطور الثانوي.

ولذلك ارتأينا في دراستنا هذه على البحث السلوك العدواني وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ الطول الثانوي خلال الانشطة الجماعية، والفائدة العلمية التي تحملها هذه الدراسة في البحث العلمي، لذلك قسمنا دراستنا إلى بابين، الأول كان نظري والثاني كان تطبيقي.

حيث الباب النظري يتكون من ثلاثة فصول، الفصل الأول يتمحور حول التربية البدنية والرياضية من حيث مفهومها وأهدافها وأهميتها وكذا تناول مختلف جوانب الانشطة الجماعية، أما بالنسبة للفصل الثاني تناولنا فيه السلوك العدواني من حيث مفهومه وأنواعه وأسبابه والعوامل المثيرة له بالإضافة إلى مختلف نظرياته، أما الفصل الثالث تناولنا فيه تقدير الذات مفهومه وأقسامه والعوامل المؤثرة له ومستوياته.

أما الباب التطبيقي يتكون من فصلين الفصل الأول يحتوي على طرق ومنهجية البحث والفصل الثاني يدور حول عرض النتائج وتحليلها واستنتاجاتها.

<sup>6</sup> العمامرة – أحمد عبدالكريم، فاعلية برنامج للتدريب على المهارات الاجتماعية في خفض السلوك العدواني لدى طلبة الصفوف الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة، الاردن، كلية الدراسات العليا، قسم العلوم التربوية، 1991، ص 5

مدخل عام

التعريف بالبحث

## 1. الإشكالية:

يعتبر النشاط البدني الرياضي نظام متكامل صمم لتعريف المشكلات والمساعدة على حلها وهو وسيلة هامة توصل الفرد إلى تحقيق النمو الكامل والسليم للجسم للتكيف مع المواقف الاجتماعية التي يتعرض لها في حياته باعتباره فردا من المجتمع، وبذلك يجد نفسه رافضا لبعض الأطر والقيم والقوانين يسلك من خلالها سلوكيات عدوانية وتصرفات عنيفة تجاه نفسه أو غيره، وكل هذا نتيجة التنشئة الاجتماعية السيئة والإحباط الذي يتعرض له الفرد في حياته فينعكس على شكل عدوان، ويحاول تطبيق مشاهد عنف وسلوكيات عدوانية تعدى بها من خلال وسائل الإعلام أو عاشها في أسرته<sup>(1)</sup>.

وتعد التربية البدنية والرياضية في الوقت الراهن أمرا ضروريا وذلك لدورها الفعال في رعاية الجسم وصحته ولأن الهدف الأسمى الذي ترمي إليه التربية البدنية والرياضية يتكامل مع أهداف التربية العامة في تنمية الفرد من جميع النواحي العقلية والخلقية والجسمية ليكون فردا قادرا على الإنتاج والقيام بواجبه نحو مجتمعه ووطنه<sup>(2)</sup>. ومما سبق يمكن القول أن العدوان في المجال الرياضي من المواضيع الهامة في مجال علم النفس والاجتماع الرياضي وسيظل احد المواضيع الجديرة بالبحث، حيث يرى كثير من الباحثين إن السلوك العدواني شأنه شأن أي سلوك إنساني متعدد الأبعاد، متشابه المتغيرات، متباين الأسباب، بحيث لا يمكننا رده إلى تفسير واحد. ومع تعدد أشكال العدوان ودوافعه تعددت النظريات التي فسرت السلوك العدواني.

وان احد العوامل المسببة لمثل هذه السلوكيات هو ميل الفرد للتعامل مع المواقف الاستفزازية أو المؤذية بشكل عدائي، وتتولد الغالبية العظمى للسلوكيات العدوانية من الاستجابات الانفعالية وقد يختلف الأفراد في درجة الاستعداد - القابلية - للاستجابة الانفعالية<sup>(3)</sup>.

لذلك أصبح السيكولوجيون يولون أهمية بالغة لفهم شخصية الرياضي لتقدير ذاته ومدى ارتباط ذلك بالسلوك العدواني مع مراعاة خصوصية الرياضي والمؤثرات التي تحيط بالرياضي وكل هذا قصد التنبؤ بالسلوك والدوافع المؤثرة في هذا الأخير لتحسين النتائج الرياضية.

ويعتبر موضوع تقدير الذات من العوامل الهامة التي تؤثر تأثيرا كبيرا على السلوك. فالسلوك الإنساني هو حصيلة خبرات الفرد الاجتماعية، وهو إحساس الفرد بذاته فقد ذكرت "مارجريت ميد" (Margert Meed) "إن إحساس الفرد بذاته هو نتيجة لسلوك الآخرين نحوه"، فالذات عند "مارجريت ميد" ظاهرة اجتماعية ونتاج اجتماعي لا ينشأ إلا في ظروف اجتماعية حيث يوجد اتصالات اجتماعية. وترى "ميد" أنه يمكن أن تنشأ عدة ذوات تمثل كل منها مجموعة من الاستجابات المستقلة بدرجة أو بأخرى ومكتسبة من مختلف الجماعات الاجتماعية. فقد تنمو لدى

<sup>1</sup> - العكروت سعيد ومعروف حسن: ممارسة الرياضة في ضل حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالسلوكيات العدوانية لدى تلاميذ الطور الثانوي، الجزائر، مذكرة لنيل شهادة الليسانس، معهد التربية البدنية والرياضية، السنة الجامعية 2008/2009، ص13.

<sup>2</sup> - رابح تركي : أصول التربية والتعليم، ط2، ديوان مطبوعات الجامعة، الجزائر، 1990، ص 19.

<sup>3</sup> - محمد يوسف حجاج: التعصب والعدوان في الرياضة، مكتبة الانجلومصرية، مصر، 2002، ص190.

الفرد مثلا (ذات عائلية) تمثل اتجاهات التي تعبر عن العائلة (وذات مدرسية) تمثل الاتجاهات المعبرة عن معلميه وزملائه وذوات أخرى كثيرة بحسب أوجه النشاط الذي يقوم به الفرد<sup>(1)</sup>.

ومن خلال فهم الفرد لذاته يتمكن من أن يكون له بصيرة أفضل لأفكاره وأفعاله وسلوكاته وتدبير أفعاله وأكثر قدرة على حل مشكلاته ويكون أكثر إدراكا لأسباب سلوكية وأكثر قدرة على حل مشكلاته كما أن مفهوم الذات يؤدي إلى الشعور بتقديرها إلا أن هذا التقدير لا يتسم بالثبات وبناءا على ذلك قد ينشأ نوعان لتقدير الذات نتيجة لهذا التفاعل بتقدير الذات المرتفع وتقدير الذات المنخفض وتختلف تبعا لتلك السلوكيات التي قد تنشأ عنهما وإذا نظرنا إلى السلوك العدواني كمشكلة سلوكية فمعنى هذا أن تقدير الذات المنخفض قد يكون مصدرا للسلوك العدواني لدى الفرد وكذلك تقدير الذات الايجابي قد يلعب دورا في خفض السلوك العدواني ومن هذا الباب على ضوء هذه المعطيات تأتي دراستنا لترتبط بين هاذين المتغيرين لمعرفة العلاقة بينهما لدى تلاميذ المرحلة الثانوية فهذا الأمر جعلنا كباحثين في هذا الميدان نطرح إشكالية مفادها :

هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين السلوك العدواني وتقدير الذات لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية ؟

**التساؤلات الفرعية:**

✓ ما مستوى السلوك العدواني المميز لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية ؟

✓ ما مستوى تقدير الذات المميز لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية ؟

## 2. الفرضية العامة:

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين السلوك العدواني وتقدير الذات لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية.

**الفرضيات الجزئية:**

✓ مستوى السلوك العدواني المميز لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية عالي.

✓ مستوى تقدير الذات المميز لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية متوسط

## 3. أهداف الدراسة:

لعل الهدف الرئيسي لهذه الدراسة هو معرفة العلاقة بين السلوك العدواني وتقدير الذات لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال ممارسة الأنشطة الجماعية، بالإضافة إلى مجموعة من الأهداف والدوافع الفرعية ذات الصلة المباشرة بموضوع البحث، والتي جاءت على الشكل التالي:

✓ التعرف على العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية.

✓ معرفة مستوى السلوك العدواني المميز لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية .

<sup>1</sup> - حنان حسن هويدي، دراسة ميدانية مقارنة بين مفهوم الذات عند الطفل المعوق والطفل العادي في مدينة الرياض، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الملك سعود، 1983، ص 17.

- ✓ معرفة مستوى تقدير الذات المميز لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية.
- ✓ وضع هذه الدراسة بين أيدي الباحثين وأساتذة هذه المادة للاستفادة منها سواء في بحوثهم أو وظيفتهم المهنية التعليمية.

#### 4. أهمية الدراسة:

- ✓ إن أهمية البحث تكمن بالدرجة الأولى في إيجاد السبل للحد من ظاهرة السلوك العدواني الخطير التي تمس جميع الميادين والميدان الرياضي بصفة عامة.
- ✓ محاولة الكشف عن بعض أوجه السلوك العدواني وعلاقتها بتقدير الذات في مرحلة التعليم الثانوي من خلال ممارستهم للأنشطة الجماعية التي توفرها المؤسسة.
- ✓ مساعدة جميع الهيئات في تعديل السلوكات العدوانية للرياضي في مختلف الأنشطة الجماعية.
- ✓ ونسعى في هذه الدراسة إلى تحقيق غرضين رئيسيين أولهما نظري والثاني عملي.

#### (أ) - الأهمية العلمية (النظرية):

- تزويد المعاهد الأكاديمية عامة ومعاهد التربية البدنية والرياضية خاصة وكل من يهمه موضوع الدراسة من طلبة وأساتذة وباحثين.

#### (ب) - الأهمية العملية (التطبيقية):

- فيرجى منه الوصول إلى بعض الحقائق الميدانية التي تخص النشاط البدني الرياضي داخل مؤسسات التعليم الثانوي من العلاقة بين خلال السلوك العدواني وتقدير الذات خلال الأنشطة الجماعية.

#### 5. أسباب اختيار الموضوع:

#### (أ) - أسباب ذاتية:

- ✓ يعود سبب اختيار هذا الموضوع بالدرجة الأولى إلى الرغبة والميول في معالجة هذه المشكلة وذلك لما لاحظناه من صراعات وسلوكات عدوانية وكذا السلوكات للأخلاقية التي تصدر من بعض التلاميذ في الوسط التربوي والتي تتنافى مع مبادئ والقيم السامية للتربية البدنية والرياضية.

#### (ب) - أسباب موضوعية:

- ✓ باعتبار الدراسة إضافة للمعرفة العلمية مما يجعلها مجالا ثريا وخصبا للتحليل والاستفادة.
- ✓ استغلال الأساتذة للفرص التي تمنحها التربية البدنية والرياضية من خلال الأنشطة الجماعية وذلك لتهيئة التلميذ ودفعه نحو التخلي عن السلوكات العدوانية اتجاه الآخرين.

#### 6. تحديد المفاهيم و المصطلحات:

- لقد وردت في البحث مفاهيم ومصطلحات تقرض على الباحث إن يزيل عنها اللبس والغموض لكي يرقى إلى مستوى البحوث العلمية والأكاديمية ومن بين هذه المصطلحات مايلي:

#### 1.5. التربية البدنية والرياضية:

اصطلاحاً: يعرفها تشارلز بوتشر بأنها "جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق ألون من النشاط البدني اختيرت بغرض تحقيق هذه الأغراض"<sup>(1)</sup>. "والتربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة هدفها بناء الإنسان الكامل بدنياً ونفسياً وعقلياً واجتماعياً عن طريق النشاطات البدنية"<sup>(2)</sup>.

إجرائياً: هي تلك العمليات التي تتم عند ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية التي تسمح بتحقيق الأهداف المنشودة من خلال المساهمة في تطوير الجوانب الجسمية والحركية والعاطفية والاجتماعية والمعرفية للوصول إلى تكامل الجسم والعقل معاً، وهي عبارة عن نظام حركي منظم ذو طابع تربوي تنافسي.

### 2.5. السلوك العدواني:

مفهوم العدوان اصطلاحاً: عرفه هيلجارد (Hilgard): "بأنه نشاط هدم أو تخريب من أي نوع يقوم به الفرد لإلحاق الأذى الشخصي للآخر، إما عن طريق الجرح الفيزيقي أو عن طريق سلوك الاستهزاء أو السخرية والضحك"<sup>(3)</sup>. عرفه ليوناردو (leonardou): "بأنه سلوك يهدف إلى إلحاق الضرر أو الأذى ببعض الأشخاص أو الأشياء"<sup>(4)</sup>. إجرائياً: هو التعويض عن الإحباط المستمر الذي قد يتعرض له الإنسان في مواقف عدة ويقصد منه إيذاء الشخص الآخر أو جرحه.

### 3.5. تقدير الذات:

مفهوم تقدير الذات اصطلاحياً: عرف كوبر سميث 1967 تقدير الذات على أنه: "تقييم يضعه الفرد لنفسه ويعمل على المحافظة عليه"، ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته، كما يوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه هام وقادر وناجح وكفؤ أي أن تقدير الذات هو حكم الفرد على درجة كفاءته الشخصية، كما يعبر عن اتجاهات الفرد نحو نفسه أو معتقداته عنها وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين عن طريق التقارير اللفظية والسلوك الظاهر"<sup>(5)</sup>.

مفهوم تقدير الذات إجرائياً: هو تقدير تلميذ الطور الثانوي لذاته، واتجاهاته، ورغباته السلبية والإيجابية، وهو مدى اعتقاد الفرد أنه هام وقادر وناجح أي أن تقدير الذات هو حكم التلميذ على درجة كفاءته النفسية.

### 4.5. المراهقة:

مفهوم المراهقة اصطلاحاً: عرفها عمر بن عبد الرحمان المفدي: على أنها المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بتحقيق النضج الجسمي والانفعالي والاجتماعي"<sup>(6)</sup>.

<sup>1</sup> - أحمد بوسكرة، مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي والتقني، جامعة المسيلة، دار الخلدونية للنشر والتوزيع - ربيعة، الجزائر، 2005، ص 07.

<sup>2</sup> - Demeny(g) les beses scientifique de leducation physique 7ed librairie feix paris 1924 p15.

<sup>3</sup> - العصون، منير صالح، السلوك العدواني لدى أطفال ما قبل المدرسة وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية و الذكاء في منطقة الرياض، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية للبنات بالرياض، قسم علم النفس 1991، ص 17.

<sup>4</sup> - العزازي عزة عبد الجواد، استخدام السيكودراما في معالجة بعض المشكلات النفسية لأطفال ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين الشمس، القاهرة 1990، ص 29.

<sup>5</sup> - coopersmith. 5 (1967) « the antecedent of self- esteem sann- francisco freeman »

<sup>6</sup> - عمر بن عبد الرحمان المفدي: أزمة الهوية في المراهقة، المجلد الرابع، مطابع الملك سعود الرياض، 1992، ص 321.

أما فؤاد البهي السيد: فيرى أن المراهقة من أهم مراحل النمو الحساسة التي يفاجأ فيها المراهق بتغيرات عضوية ونفسية سريعة تجعله شديد الميل إلى التمرد والطغيان والعنف والاندفاع لذي تسمى هذه المرحلة أحيانا بالمرحلة السلبية خاصة من الناحية النفسية (1).

وعرفها محمد جميل منصور: بأنها الفترة التي ينتقل عبرها الطفل من مرحلة اللامبالاة والاعتماد على الغير إلى مرحلة مسؤولة وتوجيه الذات (2).

مفهوم المراهقة إجرائيا: يمكن القول أن المراهقة هي فترة انتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد فهي فترة نمو شامل وتعتبر مرحلة هامة وحساسة في حياة الفرد وهي التي تتضمن تدرجا في النضج البدني والجسمي وتكثر فيها المشاكل النفسية التي كثيرا ما تؤدي إلى اضطراب في حياة المراهق (3).

**5.5. الأنشطة الجماعية:** الألعاب الجماعية هي تلك الألعاب التي تخضع للقوانين الدولية ولها نظم وقواعد ثابتة متفق عليها دوليا، وتحتاج هذه الألعاب لصالات لعب ذات مقياس موحدة وتتمارس بأدوات لها قياسات وأوزان ثابتة تنظم دورات رياضية على المستوى العالمي والدولي، ويظهر فيه التنافس قائما بين الدول، واهتمام كل دولة بتكوين فرقها القومية التي تمثلها في الألعاب، ولكل لعبة من هذه الألعاب، المراجع العلمية الخاصة بها والتي يمكن الاستعانة بها عند دراسة كل منها.

وتتميز الألعاب الجماعية بأنها تساعد على الرقي بالمهارات الحركية للفرد وتنمي روح المنافسة الصحيحة والقوية وتساعد الفرد على التفكير وسرعة التصرف واتخاذ القرار السليم كما أنها تعتبر مجال لتنمية العلاقات الاجتماعية والتكيف الاجتماعي كما تعتبر وسيلة تربية لشغل الوقت الحر (4)

## 7. الدراسات المرتبطة:

**الدراسة الأولى: "دراسة أوسماعيل صافية سنة 2004" بعنوان:**

"تقدير الذات وانعكاساته على السلوك العدواني لدى لاعبي كرة اليد صنف أكابر"

حيث هدفت الدراسة إلى بيان العلاقة بين تقدير الذات و السلوك العدواني لدى لاعبي كرة اليد صنف أكابر. أعتد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي، وأجريت هذه الدراسة على عينة مقدره بـ 36 لاعب في كرة اليد صنف أكابر للموسم 2006/2005 وكانت العينة عشوائية عنقودية والتي تتراوح أعمارهم بين 18\_32 سنة ومستواهم الدراسي يسمح لهم بالقراءة والكتابة، ومن الأدوات التي اعتمد عليها الباحث في جمع البيانات هي مقياس تقدير الذات ومقياس السلوك العدواني.

توصل الباحث إلى استنتاجات أهمها:

1 -البهي السيد: الأسس النفسية للنمو، الطبعة 1، دار الفكر المرسي، 1975،ص250.  
2 - محمد جميل منصور: النمو من الطفولة إلى المراهقة، دار تهامة، ك1، الرياض،1980،ص577.  
3 - بوخملة سفيان: السلوك العدواني لدي تلاميذ المرحلة الثانوية خلال حصة التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر قسم التربية البدنية و الرياضية بدالي براهيم، 2001، ص08.  
(4)- كعواش عبد العزيز وآخرون: مكانة الألعاب الرياضية الجماعية في حصة التربية البدنية رياضية. مذكرة ليسانس في التربية البدنية والرياضية. جامعة قسنطينة. 2004. ص26

- هناك علاقة إرتباطية سالبة بين تقدير الذات والسلوك العدواني.
- تقدير الذات الجسمي هو أكثر تنبؤاً بالسلوك العدواني بين فئة ذوي التقدير المرتفع وفئة ذوي التقدير المنخفض للذات.
- وجدنا أن تقدير الذات له علاقة إرتباطية سالبة مع السلوك العدواني أي كلما كان تقدير الذات منخفض كان السلوك العدواني مرتفع، وكلما كان تقدير الذات مرتفع كان السلوك العدواني منخفض.

**الدراسة الثانية: "دراسة بوخملة سفيان 2001" بعنوان:**

### "السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية خلال حصة التربية البدنية والرياضية"

هدفت الدراسة إلى تفسير ظاهرة العدوانية داخل حصة التربية البدنية والرياضية والكشف عن الأسباب الحقيقية والموضوعية الكاملة وراء ظهور السلوكيات العدوانية داخل الحصة لدى المراهقين. اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الإرتباطي وأجريت هذه الدراسة على عينة مقدرّة بـ 140 تلميذ وتلميذة بطريقة عشوائية طبقية من ثانوية طارق بن زياد براقى الجزائر. ومن الأدوات المستخدمة استمارة مقياس لقياس السلوك العدواني (محمد حسن علاوى) ومقياس الأسلوب الإنساني (محمد زياد حمدان).

نتائج الدراسة: توصل الباحث إلى وجود علاقة بين الأسلوب البيداغوجي للأستاذ ودرجة العدوان حيث كلما كان الأستاذ أكثر تسلطاً أدى إلى زيادة العدوان لدى التلاميذ كما أوضحت النتائج عن وجود علاقة قائمة بين الاختلاط الجنسي والعدوانية عند التلاميذ حيث تبين أن درجة العدوان تزداد في حالة عدم الاختلاط على عكس حالة الاختلاط كما كشفت النتائج على العلاقة القائمة بين الاكتظاظ داخل الفوج ودرجة العدوان حيث كلما كان الفوج مكتظ ازدادت درجة العدوان عند التلاميذ.

فعلى ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج أراد أن يحاصر السلوك العدواني عند التلاميذ في الحصة ويوجهها في الاتجاه الإيجابي من أجل مساعدة الأساتذة على تأدية الحصة في أحسن وجه دون عراقيل تعيقه تحقيق أهداف الحصة.

**الدراسة الثالثة: "دراسة نصر حسين عبد الأمير 2011" بعنوان:**

### "تقدير الذات وعلاقته بالأداء المهاري للاعبين الناشئين والشباب بكرة السلة"

هدفت الدراسة إلى:

- 1- التعرف على مستوى تقدير الذات والأداء المهاري للاعبين الناشئين والشباب بكرة السلة.
  - 2- إيجاد العلاقة بين مستوى تقدير الذات والأداء المهاري للاعبين الناشئين والشباب بكرة السلة
  - 3- المقارنة بين مستوى تقدير الذات والأداء المهاري بين الناشئين والشباب بكرة السلة.
- واعتمد الباحث على المنهج الوصفي للبحث، وكانت العينة هي أن اختار الباحث ناشئة وشباب نادي الحلة بكرة السلة وبأعما 15-16 عاماً للناشئين، و17-18 عاماً للشباب والمشاركين ضمن نشاطات الاتحاد المركزي بكرة السلة للموسم 2010-2011 وقد بلغ عدد أفراد العينة (40 لاعب) 20 لاعب من الناشئين و20 لاعب من الشباب

وهم يمثلون ما نسبته %14.7 من المجتمع الأصلي البالغ 136 لاعب لكل فئة.

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية الآتية: الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، معامل الارتباط سيرمان، اختبار (ت) للعينات المستقلة غير المتناظرة.

توصل الباحث إلى استنتاجات أهمها:

1- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين مستوى تقدير الذات والأداء المهاري للناشئين والشباب.

2- عدم وجود فروق معنوية في مستوى تقدير الذات بين اللاعبين الناشئين والشباب.

**الدراسة الرابعة: "بابا عربي لطيفة وبابا عربي حياة 2012" بعنوان:**

**"تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني" دراسة ميدانية على تلاميذ الثانوية -تقرت-**

تهدف الدراسة إلى الكشف عما إذا كانت هناك علاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة

الثانوية بمدينة تقرت في ضل متغيرين وسيطين هما الجنس والتخصص.

في سياق ذلك اتبع الباحثان المنهج الوصفي، وقد أجريت الدراسة على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية المتكونة من 131 تلميذ وتلميذة والتي تم اختيارها بطريقة الصدفة "عرضية"، كما طبقت لذلك أداتين لجمع البيانات المتمثلة في مقياس تقدير الذات لروسنبرغ ومقياس السلوك العدواني لمحمد علي عمارة، وذلك بعد التأكد من خصائصها السيكومترية وصلاحيتهما للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية، ولمعالجة وتحليل معطيات الدراسة تم استعمال الأساليب الإحصائية التالية:

- بالنسبة للفرضية العامة: تم استخدام معامل الارتباط بيرسون.

- بالنسبة للفرضيتان الجزئيتان: معامل الارتباط الجزئي.

وبعد تحليل النتائج إحصائيا، تم التوصل إلى النتائج التالية:

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى تلاميذ الثانوية.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والسلوك العدواني بعزل عامل الجنس.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والسلوك العدواني بعزل عامل التخصص.

**الدراسة الخامسة: "بوجمعة مكرودي 2009" بعنوان:**

**"دور الرياضات الجماعية في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهقين (12-15) سنة"**

الهدف من الدراسة:

- الكشف عن دور الرياضات الجماعية في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهقين.

- إبراز دور رياضة كرة القدم في التقليل من الإحباط والغضب لدى المراهقين.

- إبراز دور رياضة كرة اليد في التقليل من الإحباط والغضب لدى المراهقين.

- الفائدة العلمية التي تحملها هذه الدراسة في مجال البحث العلمي.

واعتمد الباحث على المنهج الوصفي، وكانت العينة عشوائية بسيطة مختارة على مجموعتين، المجموعة الأولى هي لاعبي فريق كرة القدم وفاق المسيلة، حجم العينة 17 لاعب والمجموعة الثانية: هي لاعبي فريق كرة اليد ترحي المسيلة، حجم العينة 18 لاعب، وطبق الباحث استمارة استبيان للوصول إلى نتائج. وتوصل الباحث إلى النتائج التالية:

- تغيير نظرتنا للعب الجماعية بأنها سبب من أسباب العدوان.
- الحث على ممارستها والحرس على جوهرها والتعاون والاحترام.
- النظر إليها بأنها وسيلة لإنشاء أفراد صالحين.
- الحث على التعاون والتعلم وعلى اللعب الجماعي وحب الآخرين.
- إعطاء أهمية كبيرة للألعاب الجماعية بتسخير كل ألوان المادية والمعنوية للمراهقين.
- توعية المراهقين بخطورة السلوكات العدوانية وأثرها على شخصية الفرد.
- الاهتمام بالمراهقين اهتماما كبيرا ومراعاتهم لتفادي الانحراف.
- توجيه المراهقين في حياتهم الاجتماعية والرياضية ومرافقتهم.
- إغضاء المسؤولية للمراهقين لتحسين سلوكياتهم وإشراكهم في وضع القوانين ولأسس للسير الحسن داخل النادي.

الغائب النظمي

الفصل الأول  
التربية البدنية  
والرياضية

**تمهيد:**

تعتبر التربية البدنية والرياضية منذ القدم فنا وعلمًا، لها أصولها ومبادئها وأهدافها تعزز من خلاله عملية التعليم وكسب المهارات الحركية، وقد أصبحت في عصرنا هذا أساس النمو المتكامل وذلك بإعداد الفرد السليم الفعال في محيطه ومجتمعه، ولأجل ذلك أضحت بأهدافها وبرامجها من العوامل والعناصر الأساسية التي تتبنى عليها المجتمعات الحديثة والمتطورة وبات من واجب الباحثين توضيح المفهوم الدقيق لها وإبراز الفوائد التي تقدمها للتلاميذ من جميع جوانبه، إلا أن ما نلاحظه هو أن معظم الجهود قد كرسنا لمعرفة تأثير التربية البدنية والرياضية على الجوانب البدنية للتلميذ باعتبارها من الأهداف الأولى لها ولم يوضع الاهتمام الكافي لما تقدمه هذه الأخيرة من تأثيرات إيجابية على الجوانب النفسية للتلميذ رغم وجود الدراسات التي تثبت أن للممارسة الرياضية تأثيرات نفسية إيجابية على الفرد وبناء على ذلك فإن تكثيف الجهود وتسخير الطاقات للبحث في مثل هذه المجالات بات من واجب كل الباحثين والدارسين في هذا المجال.

والتربية البدنية والرياضية هي إحدى فروع التربية الأساسية التي تستمد نظرياتها من العلوم المختلفة وتستخدم عن طريق النشاط البدني الرياضي المختار، المنظم والموجه لإعداد الفرد إعدادا متكاملًا بدنيا واجتماعيا وعقليا تشمل أنشطتها المختلفة من برامج تربية وترفيهية والعباب مختلفة وسلوك اجتماعي مميز.

وتعتبر التربية البدنية والرياضية جزءا لا يتجزأ من التربية العامة، وهي تساهم في تطوير الفرد عند ممارسة الأنشطة البدنية، وهي أسلوب منظم تنظيما متدرجا لاكتساب الخبرات التي من شأنها تلبية احتياجات التلميذ حيث تساهم التربية البدنية والرياضية في تنمية وتقدم ثقافة الأمم وتساعد بصفقتها سلسلة من العوامل المؤثرة التي تساعد على تحقيق المثل العليا للدولة، وتساهم في رسالة المجتمع ولا تقتصر التربية على حدود المدارس فهي أوسع بكثير من ذلك فالمدرسة تمثل المكان الذي تتم فيه أرقى أنواع التربية تنظيما، لأنها المكان الذي يقضي فيه التلاميذ معظم أوقاتهم.

## 1. التربية البدنية والرياضية:

**1.1. التربية العامة:** تعد التربية عملية معقدة ومركبة، إذ لا يمكن عزل جانب واحد منها عن الجوانب الأخرى نتيجة تشابكها وتفاعلها مع بعضها البعض، وحالة التربية في عصرنا الحاضر وفي أي مكان هي نتيجة الأفكار والفلسفات السائدة والتقنيات المستعملة، أما المكان فيحدد مواضيع تفرضها البيئة مما يؤدي إلى التركيز عليها في المواد الدراسية، وهكذا تتحدد مقومات التربية بطرقها ومناهجها وأهدافها سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة<sup>(1)</sup>.

**2.1. مفهوم التربية:** إن كلمة التربية من الكلمات المتداولة بين الناس وكثيرة الاستعمال لكن يبقى مدلولها متجها في اتجاه واحد، مرتبطا بالثقافة وغاية المجتمع وطموحاته واستعمالها يسير وفق ثقافة الفرد وتوجهه، فهي عادة ما تستعمل في الأمور التربوية المرتبطة بسلوك الأشخاص، وهذا الاستعمال منحصر في التشبع الديني والعقائدي للشخص، فهي كلمة تستعمل للدلالة على السلوك الذي يقوم به الفرد، ولكن هذا الاستعمال الشائع لكلمة التربية والمرتبطة بالجانب الديني فقط لا يعني الاستعمال الصحيح لها، فكلمة التربية يجب أن ترتبط بالشخص ككيان متكامل يعيش في مجتمع له نظامه وقيمه وقواعده فالتربية تعني تنمية الفرد تنمية شاملة متكاملة من جميع الجوانب الروحية والعقلية والجسدية والاجتماعية... إلخ بشكل متوازن وشامل بهدف إعداده ليكون نافع لنفسه ومجتمعه<sup>(2)</sup>.

**3.1. مفهوم التربية البدنية والرياضية:** إن التربية البدنية والرياضية هي إحدى فروع التربية العامة والتي تستمد نظرياتها من العلوم المختلفة، والتي تعمل على تكيف الفرد بما يلاءم مع حاجاته وحاجات المجتمع الذي يعيش فيه هي تعمل على تطويره والتقدم به<sup>(3)</sup>.

إن تعبير التربية البدنية والرياضية، أوسع معنا وأعمق دلالة بالنسبة للحياة اليومية فهو قريب جدا من مجال التربية الشامل الذي تشكل التربية البدنية جزء منه، وهي تؤدي إلى نشاط كبير للعضلات والقواعد المترتبة عليه كبيرة وتساهم في نمو الطفل حتى يستفيد لأقصى قدر مستطاع من عملية التربية، دون أن يكون هناك عائق لنموه<sup>(4)</sup>.

والتربية البدنية والرياضية شملت إعداد الفرد من كل النواحي، من مهارات وعادات ومعارف ومعلومات ومعان وسلوك اجتماعي مميز، وذلك كله من خلال الأنشطة البدنية والألعاب الرياضية التي يمارسها الفرد، سواء كان في المنزل أو في المدرسة أو النادي<sup>(5)</sup>.

يمكن وصف التربية البدنية والرياضية بطرق عديدة ومختلفة، فالبعض يراها مرادفا لمفاهيم مثل التمرينات، اللعب، الألعاب، وقت الفراغ، الترويح عن النفس، الرياضة، المسابقات الرياضية، الرقص لكن هذه المفاهيم جميعها

<sup>1</sup> - بوفلجة غياث: التربية ومتطلباتها، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1984، ص13.

<sup>2</sup> - عطاء الله أحمد و آخرون: تدريس التربية البدنية و الرياضية، الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية،الجزائر2009،ص13.

<sup>3</sup> - محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين : نظريات في طرق التربية الرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، ط2 ، 1992، ص83.

<sup>4</sup> -تشارلز بيكو: أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض وكمال صالح عبده، مكتبة الانجلو مصرية، القاهرة، 1994 ص29 .

<sup>5</sup> - أحمد مختار عضاضة : التربية العملية التطبيقية في المدارس العراقية والتكميلية، ط3 ، مؤسسة الشرق الأوسط للطباعة والنشر، بيروت 1968

في الواقع تعبر عن أطر وأشكال الحركة المتضمنة في المجال الأكاديمي الذي يطلق على اسم التربية البدنية والرياضية<sup>(1)</sup>.

## 2. أهداف التربية البدنية والرياضية:

**1.2. الأهداف الفزيولوجية:** عندما يتمتع الإنسان بجسم سليم تعمل أجهزته بنشاط وحيوية، وتقوم هذه الأجهزة بوظائفها المعتادة بصورة جيدة ويكون جسمه خاليا من العيوب البدنية التي تعرقل حركته أو تقلل من نشاطه أو تؤثر في مظهره الجيد، فإن هذا الإنسان يتسم بالكفاية البدنية التي من أهم مميزاتها القوة والجد والتلبية السريعة والتوازن واستخدام الجسم بصورة سهلة توفر الطاقة وتزيد من المهارة، كل هذه الصفات يستطيع الفرد تنميتها في حالة ممارسة النشاطات الرياضية التي تتناسب مع قدراتها ورغباته وميوله<sup>(2)</sup>.

**2.2. أهداف المهارة الحركية:** تنحصر هذه الأهداف على تطوير مختلف المهارات التي يحتاجها الفرد ويمارسها في حياته اليومية، والنشاطات الرياضية كلها تنمي هذه المهارات وتزيد مهارات الفرد في تأديتها فتكسبه مظهرا لائقا ينعكس على مظاهر حياته العامة وبالتالي على حياة المجتمع ولأنه يؤدي عمله بسهولة ونجاح وبصورة فضلى<sup>(3)</sup>.

**3.2. الأهداف الترويحية:** هناك الكثير من المهارات الحركية تدخل في الأنشطة الرياضية هدفها الترويح وذلك عن طريق خلق السعادة والفرح وقضاء وقت الفراغ بشكل سليم وذلك حسب الأهداف التالية:

أ- التمتع بدروس التربية البدنية والرياضية وما تحتويه وتتضمنه من فعاليات وأنشطة رياضية بالإضافة إلى حالة الارتياح والهدوء أثناء ممارسة النشاط الرياضي - التمارين ومهارات حركية.

ب- تحقيق ما يحب الطفل "رغبته لعب واتجاهاته لممارسة ما يحب ويفضل من المهارات الحركية الرياضية"<sup>(4)</sup>.

**4.2. الأهداف المعرفية:** تتصل هذه الأهداف بالجانب العقلي والمعرفي وكيف يمكن للتربية الرياضية أن تساهم في تنمية المعرفة والفهم والتحليل والتركيب، فتعلم المهارات الحركية يعتمد في مراحله الأولية على الجوانب المعرفية والإدراكية وهذه الأبعاد المعرفية للأنشطة الرياضية تشكل لدى الفرد حصيلة ثرية لما يمكن أن نطلق عليه الثقافة الرياضية، كما تنمي لدى الأفراد المهارات الذهنية التي يمكن أن تفيده في حياته اليومية وتساعد على التفكير واتخاذ القرارات<sup>(5)</sup>.

**5.2. الأهداف الاجتماعية:** إن الصفات الاجتماعية الكثيرة التي يكتسبها الفرد نتيجة اشتراكه مع زملائه في النشاطات الرياضية، تعتبر من أهم أهداف التربية الرياضية، التعاون واحترام العمل والابتكار والقدرة على التحكم في الانفعالات والقيادة الصالحة من أهم الصفات التي يكتسبها الفرد خلال ممارسته للنشاط الرياضي، وهذه

<sup>1</sup> - أمين أنور الخولي : أصول التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، ط 2 ، 1998، ص29.

<sup>2</sup> - محمد جميل عبد القادر : التربية الرياضية الحديثة، دار الجيل بيروت، ص11.

<sup>3</sup> - محمد جميل عبد القادر ، نفس المرجع، ص 11 .

<sup>4</sup> - محمد فضائي : تحرير الإتحاد الأمريكي للصحة والتربية البدنية والترويح ، 1975، ص34.

<sup>5</sup> عدنان درويش جلون وآخرون : التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994 ، ص22 .

الصفات تنتقل مع الفرد أوتوماتيكيا إلى الحياة العامة التي يعيشها أي أن النشاط الرياضي هو مدرسة واقعية لتعليم الصفات الاجتماعية الفاضلة.

**3. أهمية التربية البدنية والرياضية:** أن للتربية البدنية والرياضية أهمية بالغة لما يكتسبه الإنسان من مزايا خاصة ومقومات الشخصية له في حياته، حيث لها دور هام في تنشئة الفرد تنشئة جيدة كما لها دور بالنسبة للمجتمع حيث تنشأ علاقات اجتماعية بين الناس<sup>(1)</sup>.

كما أن الإسلام حث على ممارستها وبين الأهمية الموجودة منها كما أن المشرع الجزائري أدرج لها مواد وقوانين تنص على ممارستها، وذلك منذ الاستقلال إلى يومنا هذا وأنشأ لها مدارس ومعاهد خاصة.

### 1.3. أهمية التربية البدنية والرياضية بالنسبة للفرد:

- إعداد الفرد للقيام بدور اجتماعي: لقد تعقدت تكيف المجتمع الحديث، فهو ليس مجتمعا حدوده مغلقة ومطالب محدودة، وإنما مجتمع بلغ ضخامة النمو وشدة التعقيد، حيث أصبح من المستحيل على الفرد أن يدور فيه ما لم يؤهل لذلك تأهيلا مناسباً، والمدرسة الحديثة اليوم تعد الفرد كي يصبح عضواً نافعا في المجتمع يؤدي فيه دورا معيناً ليحقق رقي مجتمعه وتقدمه من ناحية ويجد الفرد ذلك الرمز النفسي والتقدير الاجتماعي من ناحية أخرى .

- اكتساب الفرد مهنة واستغلاله اقتصادياً: أصبح على التربية في العصر الحديث أن تلبى مطالب خطة التنمية بكفاءات التربية المختلفة في شتى المهن والتخصصات العلمية والتكنولوجية، ولذلك فإن الفرد يجد

### 2.3. أهمية التربية البدنية والرياضية بالنسبة للمجتمع:

- المحافظة على بقاء الجماعة وتماسكها: وكانت المجتمعات القديمة تحرس على تلقين أبنائها عاداتها وتقاليدها وذلك حتى لا تذوب القبيلة والأسرة وتدخل بين القبائل الأخرى وبذلك تضمن بقائها واستمرارها وبالتالي نفوذها هذا قديماً، أما الآن فالمدرسة هي التي تقوم بغرس التراث الاجتماعي في نفوس الأجيال وتربيتهم على قيم المجتمع وطبائعهم القومية وبذلك تتحقق الوحدة والانسجام والتماسك بين أفراد المجتمع من ناحية أخرى يضمن بقاؤه واستمراره.

- استمرار الجماعة وتقدمها وتطورها: إن دور المؤسسة التربوية لا تقتصر على نزع العادات والتقاليد والحفاظ عليها بل تعمل على إزالة بعض الظواهر التي لا تتماشى مع العصر الحديث.

- المحافظة على الثروة البشرية وتوجيهها لمصلحة المجتمع<sup>(2)</sup>.

### 4. الأنشطة الجماعية:

**1.4. تعريف اللعب:** يعد موضوع اللعب من الموضوعات التربوية والنفسية التي تتميز بالبساطة والجاذبية وقد أولاه التربويون والمهتمون به اهتماماً واسعاً لأهميته التنموية إلا أنه عندما يتعرضون يواجهون العديد من إشكاليات لتوضيح مفهوم أبعاده، واللعب ظاهرة طبيعية وفطرية لها أبعادها النفسية والاجتماعية المهمة فقد اعتبرها زميل Simmel وظيفة إعداد الأطفال لأدوار الكبار، بينما أشار فيبر Weber إلى انتشارها عبر التاريخ كله" وأكد كل

<sup>1</sup> - وزارة التعليم الابتدائي والثانوي: دروس في التربية وعلم النفس، مطبعة الجيش الشعبي، 1972، ص 11 .  
<sup>2</sup> -أنور الجندي: التربية وبناء الأجيال في ضوء الإسلام، دار الكتاب، بيروت، بدون طبعة، 1982، ص 160

منهما على أن اللعب كمجموعة أهداف أكثر ما يقودها هو الحس، ومن المنظور الاجتماعي تناول الهولندي هوزينجا Huizinga مفهوم اللعب وعرفه بأنه كل ألوان نشاط الحر الذي يؤدي بوعي تام خارج الحياة العادية باعتبارها نشاطا مختصرا على حدود الملائمة وينفذ وفق قواعد مضبوطة.<sup>(1)</sup>

**2.4. نظريات اللعب:** لقد بحث العديد من علماء الاجتماع عن السبب في الميل للعب ودوافعه، ووضعوا عدة نظريات حاول أن تفسر اللعب بأشكاله المتعددة، ومن أبرز تلك النظريات:

**1.2.4. نظرية الطاقة الزائدة:** لقد عبر الفيلسوف الألماني فريدريك شيلدا عن فكرته عن اللعب "بأنه البذل الغير الهادف للطاقة الزائدة" وكننتيجة كذلك يوجد لدى الإنسان قوة معطلة لفترات طويلة وأثناء فترات التعطيل تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السلمية النشطة ويزداد تراكمها حتى تصل إلى درجة يتحتم فيها وجود منفذ، واللعب وسيلة ممتازة لاستنفاد هذه الطاقة الزائدة المتراكمة<sup>(2)</sup>.

**2.2.4. نظرية الترويح:** يوضح جونس موتس القيمة الترويحية للعب حيث تفترض نظريته أن "الفرد يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادة نشاط الجسم وحيويته بعد ساعات العمل المجهدة ويعمل على إزالة التوتر العصبي والإجهاد العقلي والقلق النفسي.

**3.2.4. نظرية المثيرات:** يؤكد ستنالي هول أن اللعب جزء لا يتجزأ من مثيرات كل فرد، فالألعاب تنتقل من جيل إلى جيل، والألعاب الحديثة ما هي إلى صورة متطورة لتلك الألعاب القديمة<sup>(3)</sup>.

### 3.4. وظائف اللعب:

- ✓ الإحساس بالسعادة الغامرة عن اللعب.
- ✓ إشباع ميول ورغبات اللاعبين نحو الأداء الحركي.
- ✓ اكتساب اللاعب الإحساس بالتذوق والجمال والتغير الحركي.
- ✓ تدريب الحواس مع تنمية القدرة على استخدام هذه الحواس.
- ✓ تنمية وتطوير الحركات الطبيعية والأساسية.
- ✓ تنمية القيم الخلقية والاجتماعية.
- ✓ اكتساب المهارات الحركية.
- ✓ تنمية عنصر الاتصال.

<sup>2</sup> - مروان عبد الحميد إبراهيم: الرياضة للجميع، دار الثقافة، عمان، 2004، ص 101.

<sup>2</sup> - تشارلز بيركر، مرجع سابق، ص 146.

<sup>3</sup> - تشارلز بيركر: نفس المرجع، ص 147.

## 4.4. دور الألعاب :

**1.4.4. دور الألعاب في تكوين الطفل:** تعتبر الألعاب والأنشطة العامة في مجال التربية البدنية والرياضية لجميع الأعمار ولكلا الجنسين وعلى سواء، وهي إحدى المقومات الرئيسية لأي برنامج للتربية البدنية ويفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد وميوله، وبالإضافة إلى دورها الهام في النمو البدني، الحركي، العقلي والانفعالي والاجتماعي الذي يعود على الفرد من ممارسته لها وهي جديرة باهتمام كل طالب لمهمة التربية البدنية والرياضية<sup>(1)</sup>.

**2.4.4. دور الألعاب في النمو البدني:** تساعد الألعاب الطفل على النمو البدني فيه تنمي قدرة الجسم على التكيف للمجهود وقدرته على مقاومة التعب والعودة إلى حالته الطبيعية، وتتضمن الألعاب العديد من الحركات مثل الجري، الرمي، القفز، الوثب، وكلها حركات تساعد على تحسين الأجهزة العضوية المختلفة كالجسم (هضمي، دوري، تنفسي، عصبي).

**3.4.4. دور الألعاب في النمو الحركي:** يعمل اللعب على جعل الجسم قادرا على الحركة مع بذل أقل قدر ممكن من الطاقة كما تجعل حركات الطفل رشيقة وجميلة وتعتمد الحركة الفعالة على العمل المنسق، بين الجهاز العضلي، والجهاز العصبي وتنمو هذه الحركات في الألعاب التي تتضمن مهارات مثل "الجري، الوثب...." كما للعب دور في تنمية التوافق العضلي العصبي وذلك لوجود ألعاب تتسم بالإيقاع في الحركات بين الأعضاء السفلية والعضوية<sup>(2)</sup>.

**4.4.4. دور الألعاب في النمو النفسي والانفعالي:** اللعب هو نشاط الذي يقبل عليه الفرد برغبة تلقائية دون أن يكون له هدف، معين وهو بذلك إحدى الأساليب الطبيعية التي يعبر بها الفرد على نفسه ويعتبره علماء النفس بأنه أحد الميول الفطرية العامة التي تنطلق فيها المشاعر النفسية والطاقات الغريزية فيما يقوم به نشاط حر، إذ يساعد اللعب في دراسة وتشخيص وعلاج المشكلات النفسية خصوصا في الأطفال، حيث يغلب اللعب على حياتهم، أن اللعب يعتبر عاملا للترفيه عن النفس ولهذا يخصص في العيادات النفسية حجرات خاصة باللعب مزودة بالوسائل التي يستمتع بها المريض سواء كانت ألعاب فردية أو جماعية.<sup>(3)</sup>

**5.4.4. دور الألعاب في النمو العقلي:** كما يحتاج الطفل إلى الغذاء لنموه الجسمي فهو يحتاج للعب لتنميته حركيا وروحيا وعقليا ويبرزه دور الألعاب من الناحية العقلية في تنمية قدرة الطفل على التركيز وعن طريق اللعب يمكن تطوير الإبداع عند الطفل وتوسيع بديهيته لتمكن من اكتشاف محيطه، ويمكن عن طريق اللعب فهم الخطط المتضمنة في الألعاب المختلفة وتساعد على تحليل المواقف المفاجئة الانفعال القدرة على اتخاذ القرار بسرعة تحت ضغط الظروف.<sup>(4)</sup>

<sup>1</sup> - محمد حسن علاوى: علم النفس الرياضي، الطبعة 6، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1988، ص 123.

<sup>2</sup> - سعد مرسي أحمد، وكورتر كوجك: تربية الطفل المدرسية، عالم الكتب، القاهرة، 1983، ص 47.

<sup>3</sup> - سعد مرسي أحمد، وكورتر كوجك: نفس المرجع، ص 48.

<sup>4</sup> - سعد مرسي أحمد، وكورتر كوجك: مرجع سابق، ص 123.

**6.4.4. دور الألعاب في النمو الاجتماعي:** يساهم اللعب في تنشئة الطفل اجتماعيا، فالطفل أثناء اللعب يكتشف مسؤوليته نحو الجماعة والحاجة للتبعية والقيادة وإلى ممارسة النجاح والشعور بالانتماء كما يتعلم كيف يواجه مواقف الرضا والمواقف الضيقة والهزيمة ويتخفف في أثناء اللعب والحب والإيحاء وتحقيق الذات واحترام حقوق الآخرين.

والطفل يتعلم من خلال اللعب مع الآخرين للإثارة والآخذ والعطاء كما يؤدي إلى اللعب دور في تكوين النظام الأخلاقي، والاجتماعي للطفل من خلال الاندماج والتعايش مع زملائه، فالجانب الاجتماعي للعب هو الجانب الذي يبحث عنه بكثرة في النشاط الرياضي فمن خلاله يتعلم الطفل الصدق والأمانة والمشاركة واحترام الغير وملاحظة القوانين وتطبيقها كلها تساعد الطفل في تنمية روح الجماعة لديه. (1)

**5.4. أنواع الألعاب:** تنقسم الألعاب إلى ثلاثة أنواع رئيسية هي:

**1.5.4. الألعاب الصغيرة:** يشيع استخدام الألعاب الصغيرة على الألعاب المنظمة تنظيما بسيطا، وهي ألعاب سهلة في أدائها ولا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها، ولا توجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة ولكن يمكن للمعلم من وضع القوانين التي يتناسب مع سن اللاعبين، واستعداداتهم والهدف المراد تحقيقه.

ولا يمكن ممارستها في أي مكان كما يمكن أدائها باستخدام أدوات بسيطة أو بدون أدوات، وهي لا تحتاج إلى تنظيم دقيق أو معقد، وتتناسب الألعاب الصغيرة مع تلاميذ المرحلة الابتدائية لملائمتها لقدراتهم وتعتبر الألعاب الصغيرة إعداد تمهيديا بالألعاب الفرق حيث تتيح فرصة للتدريب وتنمية المهارات الحركية الأساسية المختلفة التي تعتبر أساسا للحياة اليومية وللظروف المتقدمة للرياضات الفردية التي يشترك فيها الطفل عندما يكبر، وفيها تزود القوانين تدريجيا إلى أن تصبح أقرب ما يمكن بلعبة أساسية كلما تقدم التلاميذ في مهاراتهم الحركية حتى يصلوا إلى ألعاب الفرق المعروفة. (2)

**2.5.4. الألعاب التمهيدية:** تعتبر الألعاب التمهيدية مرحلة متقدمة للألعاب الصغيرة حيث يتم فيها تطبيق المهارات الحركية المكتسبة من الألعاب الصغيرة بصورتها البسيطة إلى مهارات حركية تعد للاعب لألعاب الفرق مثل لعبة كرة السلة والكرة الطائرة وكرة اليد وكرة القدم وغيرها من الألعاب.

وتتميز الألعاب التمهيدية عن ألعاب الفرق في أنه يمكن ممارستها في ملاعب أقل مساحة وفيها فرصة لاشتراك عدد كبير من اللاعبين المسموح بهم في ألعاب الفرق كما أنها تحتاج مجالا مناسباً لأن يشبع فيها كل فرد ميله إلى اللعب وتحقيق التدرج فيها من البسيط إلى الأكثر تعقيدا، كما يمكن تطبيق القواعد المرتبطة بالمهارات الحركية الأساسية تدريجيا، وتعمل الألعاب التمهيدية على اكتشاف قدرات واستعدادات الطفل لممارسة ألعاب الفرق. (3)

**3.5.4. ألعاب الفرق:** ألعاب الفرق هي الألعاب التي تخضع للقوانين الدولية، ولها نظم وقواعد ثابتة متفق عليها دوليا، وتحتاج هذه الألعاب إلى صلات لعب وملاعب ذات مقاييس محددة، وتمارس بأدوات لها قياسات وأوزان

<sup>1</sup> - سعد مرسي أحمد، وكورتر كوجك: نفس المرجع، ص 124.

<sup>2</sup> - إلين وديع فرج: خبرات في الألعاب للصغار والكبار، ط2، منشأة المعارف، 2002، ص 26.

<sup>3</sup> - إلين وديع فرج: نفس المرجع، ص 27.

ثابتة، وتنظم لها دورات رياضية، على المستوى الدولي والعالمي ويظهر فيها التنافس الدائم بين دول العالم واهتمام كل دولة بتكوين فرقها القومية التي تمثلها في هذه الألعاب.

وتتميز ألعاب الفرق بأنها تساعد على الرقي بالمهارات الحركية للفرد وتنمي روح المنافسة الصحيحة القوية وتساعد الفرد على التفكير وسرعة التصرف واتخاذ القرار السليم، كما أنها تعتبر مجالاً لتنمية العلاقات الاجتماعية والتكيف الاجتماعي.<sup>(1)</sup>

**5. تعريف الألعاب الرياضية الجماعية:** تعتبر الألعاب الرياضية الجماعية وسيلة مهمة من أجل تحسين القدرات النفسية عند الفرد، والتي تخدم بالدرجة الأولى العلاقات مع الآخرين كذا التعامل الاجتماعي ومن الأساسي إذا كانت التربية البدنية والرياضية في الفترة الأساسية تتماشى بطريقة جيدة عند دخوله هذا الاختصاص ولكن هناك بعض الحقائق وللأسف فإن الطالب الذي يخرج من الثانوية يملك الصفة عامة معلومات محددة في التربية البدنية والألعاب الرياضية الجماعية بصفة عامة.<sup>(2)</sup>

**1.5. مميزات وخصائص الألعاب الرياضية الجماعية:** إن الألعاب الرياضية الجماعية تختلف عن الألعاب الأخرى من حيث الخصائص والمميزات المختلفة التالية: الكرة والميدان، الهجوم والدفاع، وهذا من خلال بنية اللعب في الألعاب الرياضية الجماعية، الخصم، الزملاء، القوانين كل هذه العناصر تبقى تتسمى بالخصوصيات من التطبيق فالكرة ميزة تمتاز بها هذه الألعاب الأخرى، والقوانين تنظم صفات الاتصالات المسموح بين الزملاء أو مع الخصم لأنه هناك ألعاب يسمح فيها بالاحتكاك الجسمي مثل كرة القدم وألعاب أخرى لا يسمح فيها بالاحتكاك الجسمي مثل الكرة الطائرة.<sup>(3)</sup>

إن ما يميز هذه النشاطات عن غيرها هي العلاقات المتبادلة والمتواصلة بين الهجوم والدفاع في مختلف مراحل اللعب وتكتيكه، وكذا إدراك وتكامل العلاقات الزمنية، وتكيفها مع الإنجاز الحركي.

ويجب على الطالب المشاركة في النشاطات من أجل تكوينه الخاص، وأخذ مختلف مسؤوليات التنظيم، وليس هذا فحسب بل يجب عليه أخذ بعين الاعتبار والنظر في مميزات وخصائص الألعاب الرياضية الجماعية، وهذا من حيث الصفات التي تتطور بواسطة التنسيق، التوازن وسرعة التنفيذ والثقة في القدرات الذاتية، وكذلك تطور روح المبادرة والثقة بالجماعة وتطور الصفات البدنية والمتمثل في القوة، السرعة، المداومة المرونة، الرشاقة.<sup>(4)</sup>

## 2.5. ثوابت وأدوات الألعاب الرياضية الجماعية:

**1.2.5. الكرة:** تعتبر الكرة أداة مؤثرة بالنسبة للاعب، وتلبي حاجياته الحركية، ممتلئة قوتها وحركتها الخاصة بها، هي تنشيط حركة اللاعب وتحته على التحرك الجدي والقفز، والكرة تمثل وسيلة، من خلالها يستطيع اللاعب

1- إيلين وديع فرج: مرجع سابق، ص 29.

2- كعواش عبد العزيز وآخرون: مكانة الألعاب الرياضية الجماعية في حصة التربية البدنية والرياضية، معهد التربية البدنية والرياضية، مذكرة غير منشورة، جامعة قسنطينة، 2004م، ص 24.

3- إيلين وديع فرج: خبرات في الألعاب للصغار والكبار، مرجع سابق، ص 30.

4- كعواش عبد العزيز وآخرون: مرجع سابق، ص 25.

(الطالب) إلغاء عدوانيته وأداة تسمح له بفرض سيطرته عندما يتحصل عليها، كقص الكرات، القذافات، والمحافظة على الكرة...." وبالموازاة فهي تمثل عامل تبادل، وذلك حسب قوانين مختلفة أو دقيقة تحدد حسب كل لعبة.

**2.2.5. الميدان:** ميدان الألعاب الرياضية الجماعية فضاء مغلف حيادي ومدعم لإجراء والتقاء فريقين يمتلك أبعاد دقيقة، بحيث أن كل لاعب يقتسم هذا الفضاء مع زملاءه للتنافس ضد الخصم والدفاع على منطقتة الخاصة.<sup>(1)</sup>

**3.2.5. المرمى:** فوق الميدان من أجل الفوز لا بد على الفريق أن يسجل أكبر عدد من النقاط ضد خصمه، وهذا يعني إيصال الكرة وإدخالها أو لمسها لهدف معين، وطبيعة المرمى مرتبطة بنوع اللعبة الجماعية، فالهدف يمكن أن يكون الملعب نفسه مثل الكرة الطائرة أين تجب أن تلمس الكرة الأرض لتحقيق نقطة.

أما فيما يخص الألعاب الرياضية الجماعية الأخرى، المرمى عبارة عن إشارة مادية ثابتة، أي مرمى تدخل من خلالها الكرة.<sup>(2)</sup>

**4.2.5. القوانين:** إن بيئة نشاط اللعبة الرياضية الجماعية تتطلب التأقلم مع مجموعة قوانين، والتي تحدد صفة لعب الكرة وبأي منطقة من الاسم كما تنتهج بمعرفة شكل الكرة حجمها ووزنها كما تعلم بموازاة كيفية التعامل مع الخصم فوق أبعاد ساحة اللعب، عدد اللاعبين المسموح لهم بمشاركة اللقاء ومدة المباريات.

والقوانين هي مجموعة اتفاقيات دقيقة، وفور خضوع اللاعب تحت هذه القوانين تصبح حركته محدودة ومختصة وحسب كل لعبة رياضية جماعية.<sup>(3)</sup>

**5.2.5. الزملاء:** اللعبة الرياضية الجماعية نشاط يتطلب التعاون من أجل هدف واحد مشترك وهذا يعني أن اللاعب واجب عليه أن يفهم زميله الآخر ونواياه في مستوى التعاون وهذا لا يتحقق إلا بعد معرفة الفريق والشعور بتصرفاته بالإضافة إلى معرفة المؤشرات التي تكشف عن أهدافه.<sup>(4)</sup>

**6.2.5. الخصم:** إذا كان وجود الرفقاء قد أصبح مركب موافق لكن الألعاب الرياضية الجماعية فإن وجود الخصم يمثل عنصر مشترك وأساسي: وكل القابلة تكون محللة ومعرفة، بمعنى نتيجة القوة بين فريقين عن طريق الهجوم كل فريق يحاول ترجيح كفة لصالحه عن طريق الحصول على نقاط وفي حين أن الدفاع يحاول إبقاء التوازن.<sup>(5)</sup>

**3.5. أهداف برنامج الألعاب الرياضية الجماعية:** إن برنامج الألعاب الرياضية الجماعية يجب أن تقتصر له أهداف أساسية من أجل تطوير بعض الصفات الخاصة في الألعاب الرياضية الجماعية، وينقسم هذا البرنامج إلى أربعة أقسام للعبة المختارة والذي يتمثل في الأهداف التالية:

- فهم واستيعاب مختلف حالات اللعب والتكيف معها.
- الوعي بالعناصر والمكونات الجماعية ويكون هذا بطريقة عضوية.

1- كعواش عبد العزيز وآخرون : نفس المرجع، ص26.

2- ناصيف جميل: موسوعة الألعاب الرياضية المفصلة، الدار العلمية، بيروت، عمان، 1993، ص(30،31).

3- كعواش عبد العزيز وآخرون : نفس المرجع، ص 28.

4- كعواش عبد العزيز وآخرون : نفس المرجع، ص32.

5- كعواش عبد العزيز وآخرون : نفس المرجع، ص 28.

- التنظيم الجماعي مثل الهجوم والدفاع ومختلف أنواع ومراحل اللعب وتداخلها.
- تحسين الوضع والمهارات الفردية والجماعية لمحتوى اللعب.
- إعطاء رؤية واضحة ولو مصغرة عن عناصر اللعب التكتيكي واستيعاب الأوضاع المختلفة.
- إدماج وإدراك العلاقات الزمنية والمكانية التي تصلح للاستيعاب الجيد ثم التنفيذ.

ومن هنا يجب النظر إلى المميزات التي يمكن تطويرها في ضوء هذه العناصر ويمكن حصر هذه المميزات بصيغة خاصة في العناصر والحقائق النفسية وهذا راجع بالدرجة الأولى إلى صعوبة هذه الخصائص في هذه المرحلة بالإضافة إلى عناصر حركية وبدنية عديدة، ومن خلال ما سبق ذكره يجب أن يشارك اللاعب وبأخذ بعض المسؤوليات وعلى المستوى التنظيم يمكن تحديد بعض هذه المسؤوليات فيما يلي:

1. قائد الفريق أو ممثل الفريق.
2. مسجل النتائج على أوراق المقابلات.
3. حكم المقابلات.
4. منظم لمنافسات الفرق.<sup>(1)</sup>

1- كعواش عبد العزيز وآخرون : مرجع سابق , ص 29.

**خلاصة:**

لم تقتصر التربية البدنية والرياضية على مجتمع من المجتمعات بل شملت كل المجتمعات عبر كافة الأزمنة مما بين أهميتها ومكانتها والفوائد التي تقدمها لمستخدميها استخداما يتوافق مع مبادئ التربية العامة حيث أن هذه الأخيرة ترمي إلى تنشئة أفراد وأشخاص لهم استعدادات لاكتساب الصفات الخلقية وغيرها من الصفات التي تخدم المجتمع ككل كما تساهم مادة التربية البدنية والرياضية في تطوير قدرات التلميذ المعرفية والنفسية والحركية والاجتماعية والعاطفية حيث تستعمل مجموعة من الأنشطة البدنية والرياضية ذات أهداف تربية.

# الفصل الثاني

## السلوك العدواني

**تمهيد:**

أن السلوك العدواني لدى طلبة الثانوية أصبح حقيقة واقعية موجودة في معظم دول العالم، وهي تشغل كافة العاملين في ميدان التربية بشكل خاص والمجتمع بشكل عام، وتأخذ من إدارات المدرسة الوقت الكثير وتترك آثار سلبية على العملية التعليمية، لذا فهي تحتاج إلى تضافر الجهود المشتركة سواء على صعيد المؤسسات الحكومية أو مؤسسات المجتمع المدني أو الخاصة، لكونها ظاهرة اجتماعية بالدرجة الأولى وانعكاساتها السلبية تؤثر على المجتمع بأسره.

ولكي نكشف عن المتغيرات المساهمة في حدوث السلوك العدواني، ارتأينا أن نتطرق في هذا الفصل إلى عرض مختلف جوانب هذه الظاهرة النفسية الاجتماعية : تعريفها، أنواعها، النظريات المفسرة للسلوك العدواني والعوامل المؤدية لظهوره، الأساليب التي من شأنها الحد من آثاره، كما تطرقنا إلى العدوان في الرياضة باعتبارها مجال للتنفيس وتفريغ شحنات العنف.

**1- مفهوم السلوك العدواني :**

من المسلم به وقبل إلقاء الضوء أولاً على تعريف العدوان نجد انه من الصعب اكتشاف تعريف متفق عليه على نحو مشترك للعدوان، بل أن ألبرت باندورا A.BENDURU وهو أكثر الباحثين في المجال العدواني اعتبر دراسة السلوك العدواني من الموضوعات المعقدة التي لا يمكن تحديدها من جانب الدلالة اللفظية<sup>(1)</sup>.

تعددت التعريفات التي تناولت السلوك العدواني، ووردت من وجهات نظر متباينة حيث عرفه لين LINN 1961 على أنه فعل عنيف موجه نحو هدف معين وقد يكون هذا الفعل بدنياً أو لفظياً وهو بمثابة الجانب السلوكي لانفعال الغضب والهيجان والمعدات<sup>(2)</sup>، ولقد أشار هذا التعريف إلى نوعين من السلوكيات العدوانية وهو اللفظي والبدني بالإضافة إلى انه أشار بان للسلوك العدواني هدف محدد.

ويعرفه زيدان "بأنه يعتبر من النتائج المباشرة الهامة للإحباط، في سعيه لتحقيق هدف من أهدافه ينزع عادة إلى الاعتداء إذ ما قام عائق في سبيل تحقيقه لهذا الهدف"<sup>(3)</sup>.

وعرف فاخر عاقل السلوك العدواني هو أفعال ومشاعر عدوانية وهو حافز يثيره الإحباط أو التثبيط أو تسببه الإثارة الغريزية<sup>(4)</sup>، وعرف سعدية بهارون "السلوك العدواني هو السلوك الهجومي الذي صاحب الغضب، وهو السلوك الذي يتجه نحو إحداث إصابة مادية لفرد آخر"<sup>(5)</sup>.

**2- العدوان في المجال الرياضي:**

يعرف العدوان في المجال الرياضي على أنه ذلك السلوك الذي يهدف إلى محاولة إحداث ضرر أو إصابة أو إيذاء لشخص آخر أي أن اللاعب أثناء المنافسة يسعى لإيقاع الضرر والأذى بالمنافس بقصد نية أي داخل قانون اللعبة أو بسوء نية أي خارج إطار قانون اللعب ولهذا وجد الباحثين مشكلات في تحديد تعريف فاصل حاصل للسلوك العدواني حيث أنهم لم يستطيعوا أن يضعوا خطأ فاصلاً بين العدوان الذي يمكن أن نحتمله ونتجاوز عنه أو بين العدوان الضروري لبقائنا واستمرار حياتنا والعدوان المدمر والمخرب<sup>(6)</sup>.

ويلخص الباحثون من التعريفات السابقة أن السلوك العدواني هو السلوك الذي يؤدي إلى إلحاق الأذى، سواء أكان بالفرد ذاته أم بالآخرين نتيجة الإحباط أو مواقف الغضب أو المنافسة الزائدة.

**3- أنواع السلوك العدواني: قسم علماء النفس العدوان من حيث شكله والظروف المحيطة به إلى عدة تقسيمات**

نتطرق إلى نوعين مهمين في خضم بحثنا هي كما يلي:

**3-1 العدوان اللفظي: إن هذا النوع من العدوان لا يتعدى حدود الكلام ولا تكون ظاهرة الجنس مشاركة فيه ويكون**

1- إبراهيم ريكان : النفس والعدوان ط1. دار الشؤون الثقافية العامة. بغداد 1987. ص 8.

2- عزت إسماعيل : سيكولوجية الإرهاب وجرائم العنف ذات السلاسل. الكويت. 1982. ص 28.

3- زيدان محمد مصطفى: معجم المصطلحات النفسية والتربوية، ط1، دار الشروق، المملكة العربية السعودية، 1979، ص 149.

4- فاخر عقل: معجم علم النفس ط2. دار العلم للملايين. بيروت. 1979. ص 15.

5- سعدية محمد بهاور : في علم النفس النمو ط1. دار البحوث العلمية. الكويت. 1977. ص 246.

6- أسامة كامل راتب: علم النفس الرياضية، مفاهيم وتطبيقات، ط2، دار الفكر العربي، ص 207.

العدوان باستعمال الألفاظ الجارحة السيئة، والسب والشتم التي تؤدي إلي تعقيدات في العلاقات الإنسانية ولا تسهل التفاعل الإنساني.<sup>(1)</sup>

وقد ينزع الشخص نحو العنف بصورة الصياح أو القول والكلام، أو يرتبط السلوك العنيف مع القول البذيء الذي غالبا ما يشمل السب والشتم ووصف الآخرين بالعيوب أو الصفات السيئة واستخدام كلمات أو جمل للتهديد<sup>(2)</sup>.  
**3-2 العدوان الجسدي:** ويكون فيه الجسد أو الجسم هو الأداة التي تطبق السلوك العدواني حيث يستفيد البعض من قوة أجسامهم في إلقاء أنفسهم أو صدم أنفسهم بالغير، ويستعمل البعض اليدين أو الأرجل كأدوات فاعلة في السلوك العدواني وقد تكون للأظافر والأسنان أدوار مفيدة للغاية لهذا السلوك<sup>(3)</sup>.

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

**4-1 الأسباب النفسية:** إن الأسباب النفسية متعددة ومتنوعة وتأخذ منها الحرمان والإحباط والغيرة والشعور بالنقص.

**4-1-1 الحرمان:** فهو شعور ينتج عن عدم إشباع رغبة معينة وقد يكون مادي كما يمكن أن يكون معنويا<sup>(4)</sup>. ويعتبر الحرمان من بين احد الأسباب المؤدية إلى السلوك العدواني لأن هذا الأخير ماهو إلا تعبير ورد فعل عن الحرمان من العطف والحنان والرعاية والحاجات الأساسية فإن شعور المراهق بهذا الحرمان فيحاول التعويض عنه من خلال تصرفات وسلوكات عدوانية قد تكون في بعض الأحيان لاشعورية قصد التعويض عن هذا النقص والحرمان الذي يعاني منه<sup>(5)</sup>.

**4-1-2 الإحباط:** وهو احد الأسباب الرئيسة للسلوك العدواني وكل مواقف الإحباط تعرقل أهداف الفرد وتبقى رغباته دون تحقق وهذا ما يثير لديه الغضب والانفعال و القلق مما يدفعه إلى سلك سلوكات عدوانية.  
 وقد بين كل من ميلر miller، ودولارد dollard، أن السلوك العدواني هو استجابة نموذجية للإحباط وان هناك علاقة سببية بين الإحباط والعدوان وهذا يعني أن ظهور سلوك عدواني عند شخص ما يستلزم وجود إحباط<sup>(6)</sup>.

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

1- محمد جميل منصور ، قراءات في مشكلة الطفولة ،جدة 1984ص59.

2- زكري أحمد الشر بيبي ، المشكلات النفسية عند الأطفال ، دار الفكر العربي القاهرة ط1، 1994 ،ص88.

3- زكري أحمد الشر بيبي، مرجع سابق، ص86.

4- عبد الرحمان العيسوي : سيكولوجية الجنوح . دار النهضة العربية بيروت. 1989. ص82 .

5- حقي ألفة محمد: علم النفس المعاصر. منشأة المعارف. 1983. (ص79-80) .

6- محمد جميل منصور: قراءات في مشكلات الطفولة. جدة السعودية. 1981. ص(164-165) .

**4-1-3 الغيرة:** هي حالة انفعالية يشعر بها الشخص وتظهر متمثلة في الثورة والنقد والعصيان والهيّاج وقد تظهر كذلك على شكل انطواء وانعزال مع الامتناع عن المشاركة كما تظهر في شكل سلبي للغاية كالاعتداء والضرب والتخريب ونجد أنها تحمل صيغة القسوى وتمهد للهدم والتدمير وكل هذه الأشكال من مظاهر السلوك العدواني.

وتتجم الغيرة من متغيرات عديدة كالخوف وانخفاض الثقة في النفس وعدم الإحساس بالقيمة الذاتية فالمراهق الغيور مثلا لا يرتاح لنجاح غيره ومن الصعب عليه الانسجام والتعاون معهم وهذا ما يؤدي به إلى الانطواء والانسحاب كاستجابة أولا ثم رد فعل عدواني فاستجابة نهائية وقد يتولد هذا الشعور من عدم القدرة على التكيف مع المواقف الجديدة وهذا ما يجعله يلجأ إلى أسلوب التعويض كأن يتوهم بأنه متوقف مع غيره وهذا الشعور يقلل من قدرته على التكيف والتعامل مع غيره وديا فيقف منهم موقف عدائي ونجد أن المراهقين الذين يؤتون رفاق وأصدقاء لهم من الطبقات ومستويات اجتماعية عالية تفوق أسرهم، يعانون من مشاعر الغيرة حيث إنهم يصعب عليهم مجاراتهم وبالتالي يظهرون لهم سلوك عدوانية كاستجابة للغيرة والشعور بالنقص ويرى ادلر adler إن الغيرة والشعور بالنقص أساسا للعدوانية حيث أن المراهق الذي يشعر بقصور في علاقته مع الآخرين والمحيط الذي يعيش فيه يستجيب بسلوك عدواني كإثبات لوجوده ومحاكاة للآخرين ومنافستهم في قدراتهم.

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

من خلال التطرق للأسباب النفسية للسلوك العدواني نجد إن هذا الأخير يتأثر وبدرجة كبيرة بهذه الأسباب والتي حصرت في الإحباط والشعور بالنقص والغيرة غير أن الأسباب النفسية وحدها لا تكفي لكي نستطيع إعطاء تفسير لسبب حدوث السلوك العدواني<sup>(1)</sup>.

**4-2 الأسباب الاجتماعية:** تعتبر الأسباب الاجتماعية من بين احد الأسباب التي تسهم وتتدخل في نشوء وتكوين سلوك عدواني حيث أن البيئة والظروف الاجتماعية والأسرية لها تأثير قوي وبالغ على نمو الفرد بحيث أنه كلما كانت التنشئة الاجتماعية والعوامل المحيطة به سايمة وملائمة لاحتياجات الطفل كانت شخصية سوية وقوية وسليمة ومن بين هذه الأسباب هي:

أ- الأسرة: الأسرة تعتبر الأسرة من بين مصادر التكوين القاعدية التي تلعب دور كبير في سيرورة التنشئة الاجتماعية للطفل بحيث إنها تزوده بالمفاهيم والمواقف غير العمومية<sup>(2)</sup>، وتصلقه بقلب الأسرة في ظل العلاقات

<sup>1</sup> - بوخريسة بوبكر: المفاهيم والعمليات الأساسية في علم النفس الاجتماعي. منشورات جامعة عنابة . 2006. ص93.

<sup>2</sup> - بوخريسة بوبكر: مرجع سابق. ص 93.

السائدة بين أفرادها ولثقافة الأسرة دور كبير في تحديد مسؤوليات العدوان التي يجب أن يتخذها الطفل تجاه ما يقابله وما يواجهه فالفرد يكتسب منها أصوله الأولى واتجاهاته وقيمه وذلك من خلال ما يشاهده من أساليب عملية وممارسات يظل يراقبها وهو طفل والملاحظ أن هذه الأخيرة تعمل على تنشئته وتكوين شخصيته في اتجاهين:

- **الاتجاه الأول** : تطبيعها بالسلوكات التي تتماشى مع ثقافة الأسرة وبالتالي إذا كانت ثقافتها تتنافى مع العدوان فإن الفرد ينشأ غير عدوانيا إما إذا كان مورث الأسرة الثقافي يشجع ويدعم السلوكات العدوانية فإن الفرد ينشأ حتما عدوانيا.

- **الاتجاه الثاني**: توجيه نمو الفرد خلال كل مراحل هذه الأخير في داخل احد الإطارين بالاتجاهات التي تكافئ عليها الأسرة ويرتبط هذا بالعلاقة السائدة داخلها والتي تؤثر بشدة في حياة الطفل وشخصيته<sup>(1)</sup>

حيث أن العلاقات داخل الأسرة لها الدور البارز والأثر البالغ في دعم السلوك العدواني للمراهق فعلاقة الوالدين ببعضهما أو مع الطفل هي وحدها التي تحدد معالم سلوك الطفل نحو العدوانية ويمكن القول أن الجو الأسري المليء بالسلوك العدواني يؤثر سلبا على شخصية أفرادها وخاصة الأبناء<sup>(2)</sup>.

ب- **المدرسة**: هي الفضاء الثاني للطفل والتي هي عبارة عن امتداد لسلطة الأسرة التي ينشأ فيها الطفل ولكن هذه السلطة الثانية أكثر شدة على حياة الطفل لما فيها من قوانين وأنظمة وضوابط تفرض عليه ولا مجال للتساهل أو تعدي هذه الضوابط أو الحدود فهي تضع حدود لحيته التي كان يمارسها داخل الأسرة<sup>(3)</sup>.

وهذه الضوابط والحدود والقيود تجعل الطفل مصدوما بحياة لم يألفها من قبل لذلك فإنه يلجأ إلى الأسرة ليجعل منها نافذة حينما يتسلل منها إلى الانحرافات السلوكية ومختلف الاضطرابات والتي منها السلوكات العدوانية وبالتالي فإن هذه السلوكات تصبح متفلسا وإفراغا لمكبوتات المشكلة أساسا من القوانين والصرامة المدرسية<sup>(4)</sup>.

بالإضافة إلى هذا فالأساليب المدرسية التي تعتمد على القسوة بحق الطفل تؤثر على نزعة العدوانية وهذا ما يدفعه إلى الاستجابة بسلوك عدواني حيث انه يبدأ بهروبه من المدرسة وإهماله لواجباتها والانضمام إلى رفاقه ليشكلوا مجموعة أشرار يمارسون العدوان الجماعي على التجهيزات المدرسية<sup>(5)</sup>.

وكذلك يظهر في بعض الحالات السلوك العدواني عند التلميذ بسبب سوء تكيفه المدرسي ويلاحظ من خلال عمله الدراسي فالطفل الذي يعاني من تأخر دراسي يدفعه إلى الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس لذا نجده يخلو من القدرة على المشاركة مع الجماعة في نشاطهم وكل هذا راجع إلى فشله في دروسه مع الإهمال الذي يتلقاه من قبل المدرسة أو حتى الرفاق هذا ما يدفعه لاستعمال أساليب للتعويض والمتمثلة في السلوكات العدوانية وذلك دون وعي منه وهدفه في إثبات ذاته وجذب انتباه الآخرين وتأكيد أهميته كفرد منهم.

**5- العوامل المثيرة للعدوان**: أشارت العديد من المراجع إلى أن هناك العديد من الخبرات غير السارة أو الخبرات البغيضة التي يمكن أن تثير السلوك العدواني ومن بين أهمها ما يلي:

<sup>1</sup> - فاطمي نافية , ورفاعي عالية: نمو الطفل ورعايته. دار الشرق. عمان 1989. ص90.

<sup>2</sup> - زكريا الشربيني : مرجع سابق. ص90.

<sup>3</sup> - شحيمي محمد أيوب : مشكل أطفالنا كيف نفهمها بط1. دار الفكر اللبناني بيروت. ص139 .

<sup>4</sup> - محمد غياري . محمد سلامة: الانحراف الاجتماعي ورعاية المنحرفين المكتب الجامعي الإسكندرية. 1989. ص121 .

<sup>5</sup> - شحيمي محمد أيوب مرجع سابق ص197 .

- الشعور بالألم.
- المهاجمة أو الإهانة الشخصية.
- الإحباط.
- الشعور بعدم الراحة.
- الاستثارة.

**5-1 الشعور بالألم:** أشار ليونارد بركوفتز BERKOWITZ 1989 إلى أن الشعور بالألم سواء النفسي أو البدني يمكن أن يحرض على المزيد من الجوانب الانفعالية وبالتالي إمكانية حدوث السلوك العدواني. وفي المجال الرياضي يمكن ملاحظة ذلك عند إصابة لاعب لمنافسة إصابة بدنية أو محاولة إصابته نفسياً عن طريق السخرية منه وشعور هذا المنافس بصورة عدوانية تجاه اللاعب المتسبب في حدوث هذا الألم. كما يدخل في إطار ذلك أيضاً شعور اللاعب بالألم الناتج عن الإجهاد أو الإرهاق الذي قد يدفعه إلى ارتكاب السلوك العدواني لأقل مثير.

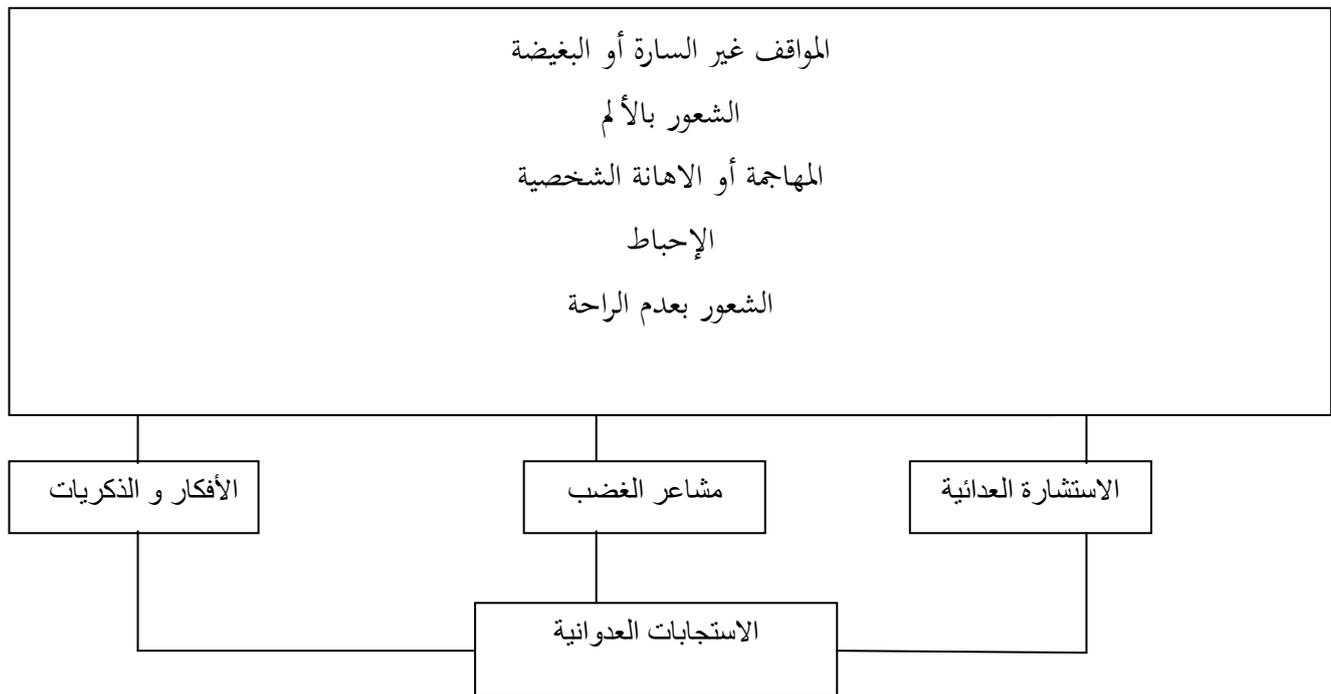
**5-2 المهاجمة أو الإهانة الشخصية:** عندما يهاجم أو يهان شخص ما فإنه قد يكون في موقف مثير ومشجع على السلوك العدواني تجاه الشخص الذي قام بمهاجمته أو أهانته في ضوء: العين بالعين والسن بالسن والبادئ اظلم، وقد نجد في المجال الرياضي بعض أنواع من السلوك العدواني من بعض اللاعبين ضد منافسيهم كنتيجة لمهاجمتهم بعنف من هؤلاء المنافسين أو كنتيجة لشعورهم بالإهانة منهم.

**5-3 الإحباط:** يقصد بالإحباط إعاقة الفرد عن محاولة تحقيق هدف ما. وأصحاب نظرية "الإحباط-العدوان" يرون أن الإحباط يؤدي إلى السلوك العدواني وقد يكون هذا السلوك العدواني موجهاً نحو مصدر الإحباط أو قد يتجه نحو مصدر آخر كبديل للمصدر الأصلي المسبب للإحباط، وقد نلاحظ في المجال الرياضي حدوث السلوك العدواني من بعض اللاعبين كنتيجة لعدم قدرتهم على مواجهة منافسيهم بإعاقتهم عن تحقيق هدفهم.

**5-4 الشعور بعدم الراحة:** أشارت نتائج بعض الدراسات إلى أن الشعور بعدم الراحة مثل التواجد في أماكن مزدحمة أو مكان مغلق أو سكن غير مريح أو التواجد مع جماعة غريبة عن الفرد وغير ذلك من المواقف التي تثير لدى الفرد الضيق وعدم الراحة يمكن اعتبارها من العوامل التي تشكل نوعاً من الضغوط على الفرد وبالتالي قد تسهم في إثارة السلوك العدواني لديه. وفي ضوء ذلك ننصح بضرورة توفير الشعور بالراحة للاعبين وبصفة خاصة قبيل اشتراكهم في المنافسات الرياضية حتى يمكن بذلك الابتعاد عن بعض العوامل التي قد تثير السلوك العدواني لدى اللاعبين.

**5-5 الاستثارة والغضب والأفكار العدائية:** أشار ديفيد ميرز MYERS 1996 إلى أن العوامل السابق ذكرها "الشعور بالألم والمهاجمة أو الإهانة الشخصية والإحباط والشعور بعدم الراحة" قد تؤدي إلى الاستثارة أو الغضب أو الأفكار أو الذكريات العدائية لدى الفرد" وهو الأمر الذي قد يحدث الاستجابات العدوانية.<sup>(1)</sup>

<sup>1</sup> - محمد حسن علاوى : سيكولوجية الجماعات الرياضية ط1. مركز الكتاب للنشر. القاهرة. 1998. ص(132.135.136)



### مخطط رقم (1) يوضح عوامل السلوك العدواني عن ميرز MYERS

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

- نظرية العدوان كغريزة.
- نظرية التنفيس (تفريغ الانفعالات المكبوتة).
- نظرية التعلم الاجتماعية.
- نظرية الإحباط- العدوان<sup>(1)</sup>.

6-1 نظرية العدوان كغريزة: ترجع جذور هذه النظرية إلى المعلم سيجموند فرويد الذي أشار إلى العدوان غريزة فطرية، وفي رأي فرويد إن الغرائز هي قوى للشخصية تحدد الاتجاه الذي يأخذه السلوك أي أن الغريزة تمارس التحكم الإختياري للسلوك عن طريق زيادة حساسية الفرد لأنواع معينة من المثيرات، وقد افترض فرويد أن الإنسان يولد ولديه صراع بين غريزتي الحياة والموت، ومن المشتقات الهامة لغريزة الجنسية، كما أن غريزة العدوان تعتبر من المشتقات الهامة لغريزة الموت.

وأشار فرويد لئلا إلى إن غريزة العدوان هي قوة داخل الفرد تعمل بصورة دائمة على محاولة الفرد تدمير نفسه ونظرا لأن غريزة العدوان فطرية لأنه لا يمكن الهرب منها ولكن يمكن محاولة تعديلها والسيطرة عليها عن طريق

<sup>1</sup> - محمد حسن علاوي: سيكولوجية العدوان والعنف في الرياضة. مركز الكتاب للنشر ، ط 1 ، 1998. ص 20.

إشباعها أو إبدالها وعلى ذلك فإن الإنسان في محاولته تدمير ذاته فان غرائز الحياة قد تعوق هذه الرغبة فعندئذ يتجه الفرد نحو موضوعات بديلة لإشباع غريزة العدوان كأن يقوم الفرد باعتداء على آخرين وتدمير الأشياء. وهذا التفسير قدمه فرويد لتفسير العدوان الدموي بين المحاربين في الحرب العالمية الأولى وفي ضوء هذه النظرية يبدو العدوان غريزة فطرية لا بد من إشباعها أو محاولة تعديلها والسيطرة عليها.

وفي هذا الإطار يرى بعض الباحثين أن ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية أو مشاهدة المنافسات الرياضية يمكن أن تساهم في إشباع أو تعديل أو السيطرة على هذه الغريزة. وقد أثار حول نظرية الغرائز الكثير من الجدل وعارضها بعض الباحثين على أساس أن هذه النظرية وإن كانت تصدق على الحيوان إلا أنه يصعب تعميمها على الإنسان لان الطفل البشري عند ميلاده يولد في جماعة ويتعلم منذ اللحظة الأولى حاجته للجماعة ويكتسب عن طريقها دوافع توجهه, كما أن هذه النظرية غيبية وليست علمية أي تقتصر إلى التفسير العلمي للسلوك.

**2-6 نظرية التنفيس (تفريغ الانفعالات المكبوتة):** يقصد بالتنفيس في مجال علم النفس تفريغ أو إطلاق المشاعر أو الإنفعالات المكبوتة عن طريق التعبير عنها أو التسامي بها الأمر الذي يؤدي إلى تفريغ أو تخفيف هذه المشاعر أو الانفعالات نظرا لان كبتها يسبب حدوث بعض الاضطرابات النفسية و الجسمية.

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

ويعتقد أنصار نظرية التنفيس من الباحثين في مجال علم النفس الرياضي أن الأنشطة الرياضية التي تتضمن درجة كبيرة من الاحتكاك البدني يمكن أن يكون بمثابة متنفس للسلوك العدوانى , كما أن السلوك العدوانى لدى المشاهدين لبعض الأنشطة الرياضية قد يكون تفريغا لبعض الانفعالات المكبوتة كنتيجة,لأسباب أخرى خارج مجال الرياضة كالعوامل الاجتماعية أو الاقتصادية أو السياسية أو غير ذلك من العوامل<sup>(1)</sup>.

**3-6 نظرية الإحباط - العدوان:** يعرف الإحباط بأنه كل ما من شأنه أن يسبب منع تحقيق هدف أو إشباع حاجة هامة لنا, وليس من الضروري أن يوجه العدوان نحو من سبب الإحباط خاصة إذا كان هذا المصدر قويا, بل نجد على العكس من ذلك, إذ ترى هذه النظرية إن العدوان الناتج عن الإحباط يمكن أن يوجه إلى أهداف بديلة,فالولدان اللذان يشعران بالإحباط بسبب كثرة خلافتها سوف يصبان عدوانهما على أطفالهما والذين سوف يتحولون بدورهم إلى تفريغ انفعالاتهم على أهداف بديلة فيشدون ذيل قطتهم أو يحطمون الدمى التي يلعبون بها, وتمثل هذه الفرضية واحدة من التفسيرات السببية الكبرى للعدوان, الإحباط يحدث حالة من التحريض على العدوان دائما يسبقها إحباط, وفي عام 1939م نشر **دولا رد وميلر** وبعد ذلك **كلمن دوب وماورر وسيرز** أول كتاب لهما بعنوان الإحباط والعدوان, وقمنا فيه بتحليل رأي **فرويد** القاضي بان الإحباط يقود إلى العدوان, وعرف الإحباط بأنه تلك الحالة التي تحدث عندما يعاق إشباع الهدف, أو هو الأثر النفسي المؤلم المترتب على عدم الوصول للهدف أو تكرار الفشل, وعرف العدوان بأنه أي تصرف يترتب عليه ضرر أو أذى للذات أو للآخرين أو الوسط المحيط, وهما يفترضان أن

<sup>1</sup> - محمد حسن علاوى: مرجع سابق.ص 21-24.

عدم تحقيق الهدف بسبب الإحباط وان الإحباط يؤدي بدوره إلى السلوك العدواني إزاء الأشخاص أو الأشياء التي حالة دون تحقيق الهدف<sup>(1)</sup>.

**4-6 نظرية التعلم الاجتماعي:** تفسر نظرية التعلم الاجتماعي العدوانية بأنها سلوك يتم تعلمه عن طريق ملاحظة الآخرين وإقتداء بسلوكياتهم، ثم الحصول على التعزيز والتشجيع لإظهار سلوكيات مشابهة. ولقد وجد عالم النفس ألبرت باندورا 1973 أن الأطفال الذين يشاهدون النماذج من الكبار يرتكبون أعمالاً عنيفة، ولقد كانت هذه التغييرات أشد عندما تم تشجيع الأطفال على تقليد أفعال النماذج من الكبار.

وهكذا يتضح من هذه النظرية أن السلوك العدواني يتم تعلمه من خلال التعزيز والمحاكاة فعلى سبيل المثال إذا قام احد المدربين بتقديم تعزيز إيجابي للسلوك العدواني لأحد اللاعبين فإن هذا اللاعب في الغالب سيظهر نفس هذا السلوك مرة أخرى في المستقبل.

إن نظرية التعلم الاجتماعي على العكس من نظرية الغريزة ونظرية الإحباط-العدوان حيث تنظر إلى السلوك العدواني على إنه سلوك متعلم وعلى ذلك يمكن توجيهه والسيطرة عليه. فالأشخاص يسلكون عدوانية لأنهم تعلموا مثل هذا السلوك وليس نتيجة للإحباط أو امتلاك لغرائز معينة.

ومن الملاحظ في المجال الرياضي أن العدوانية يمكن أن تحدث في كل رياضة، وأن اللاعبين صغار السن يقتدون بالعنف السائد في مباريات المحترفين. فهم يشاهدون في التلفزيون السلوك العدواني لأبطال الذين يقتدون بهم ويحصلون على التشجيع عند إظهار سلوك مشابهة. ويذكر سميث 1988 أن العديد من المدربين، والآباء، وزملاء الفريق يشجعون ويعززون هذه العدوانية.

إن السلوك العدواني غالبا ما يرتكب كرد فعل لتصرف عدواني من شخص آخر. فعلى سبيل المثال يتلقى لاعب كرة السلة تعليمات من المدرب بألا ينتهك القواعد والقوانين ويحاول إيذاء المنافسين، ولكن إذا كانت المباراة تتميز بالخشونة مثل الجذب من الملابس الضرب بالكوع تحت السلة فإن اللاعب يتعلم أن يرد بالمثل. أن نظرية التعلم الاجتماعي لها العديد من الأدلة العلمية التي تؤيدها، وهي تؤكد على الدور الهام الذي يلعبه الآخرون ذوي الأهمية بالنسبة للشخص في زيادة ونمو السلوك العدواني أو التحكم<sup>(2)</sup>.

<sup>1</sup> - محمد السيد عبد الرحمان: علم النفس الاجتماعي المعاصر. دار الفكر العربي. القاهرة. 2004. ص 430

<sup>2</sup> - ربيع عبد القادر , وآخرون : دور الرياضات الجماعية في تهذيب السلوكات العدوانية لدى المراهق. مذكرة ليسانس التربية البدنية والرياضية جامعة مستغانم . 2008 . ص 34 .

## الخلاصة:

نستخلص مما سبق ذكره في هذا الفصل أن السلوك العدواني تسبب فيه عدة جوانب وعدة مؤثرات سواء كانت نفسية اجتماعية، ما إن توفرت تساهم في وجود سلوكيات عدوانية عند التلاميذ خاصة إذا ما تكلمنا عن المراهقين الذين تكون قابليتهم لمثل هذه السلوكيات أكبر، وعليه فإنه يتوجب تحديد الأسباب الحقيقية التي تدفع بالمراهقين لسلك تصرفات عدوانية، من أجل معالجتها وقبل ذلك الوقاية منها باعتبار أن الوقاية أفضل من العلاج. كما أنه لا ينبغي أن نعطي الأشياء أكثر مما تستحق فهناك فترات أين يظهر فيها هذا النشاط الزائد في سلوك الأفراد وما يترتب عليه، لذا وجب معرفة الكيفية المناسبة للتصرف معه بحكمة وعقلانية.

الفصل الثالث

تقدير الذات

**تمهيد:**

إن من نعم الله على العبد أن يعطيه القدرة على معرفة ذاته، والقدرة على وضعها في الموضع اللائق بها، إذ أن جهل الإنسان نفسه وعدم معرفته بقدراته تجعله يقيم ذاته تقييماً خاطئاً، فإما أن يعطيها أكثر مما تستحق فيكفها مالا تطيق وإما أن يحط من ذاته ويقلل من قيمتها فيسقط نفسه ويظلمها ولذلك يعد موضوع تقدير الذات من المواضيع الهامة في جميع الميادين المتصلة بالإنسان، وحتى في المجال الرياضي، فإن الإمام به من جميع جوانبه سيد المختص والعام برؤية حقيقية لدوره في هذا المجال، ومن ثم يساعده في كيفية التعامل بشكل سليم مع الرياضيين وخاصة الناشئين منهم.

ومن منطلق أن مفهوم تقييم الذات هو عنصر من عناصر مفهوم الذات، فإنه يتعذر الحديث عن الأول دون فهم الثاني فهما حقيقيا وواعيا.

ومن أجل توجيه وتحسين الأداء والممارسة في المجال الرياضي، وباعتبار أنه ليس هناك عامل نفسي يمكن قياسه بشكل مباشر، وإنما هو مفهوم الذات الذي يعبر عنه من خلال السلوك والأداء فإنه ستحيل علينا من الناحية العملية الحديث على مستوى الأداء والممارسة والتنبؤ سلوك الرياضي والتحكم فيه، دون اللجوء إلى الأفكار النظرية والمعارف العلمية الخاصة بمفهوم الذات.

## 1. الذات

**1.1. مفهوم الذات:** تمتد جذور وأسس مفهوم الذات منذ التاريخ القديم، غير أن الإنسان لم يعرف الذات كما عرفها في الوقت الحاضر من حيث كونها مصطلحا نفسيا له دلالاته .

حيث تؤكد المصادر بداية هذه الجذور قبل الميلاد، وأن بعض الأفكار السائدة في الوقت الحاضر ترجع أصولها إلى **هوميروس** الذي ميز بين الجسم الإنساني المادي والوظيفة غير المادية، والتي أطلق عليها فيما بعد بالنفس والروح.

وتذكر المخطوطات الهندية في القرن الأول قبل الميلاد، أن "النفس تجمد نفسها، ولا تعتقد أنها دنيئة، والنفس صديقة نفسها، والنفس أيضا هي العدو الوحيدة لنفسها، ولهذا فهي تكبح نفسها بنفسها، وكذلك فهي تصادق بنفسها وحينما تظل فهي تقهر نفسها وهي عدو نفسها فكما تهدئ النفس من نفسها فهي أيضا تخضع لها و ذلك لأنها تستند إلى أساس لا يتزعزع.<sup>(1)</sup>

فخلال التاريخ الطويل لتساؤل الإنسان، في سياق تأملاته الدينية، حول أسباب سلوكه، أثرت مسألة الوسيط النفسي الذي ينظم ويرشد ويضبط هذا السلوك، حيث تعتبر أكثر الديانات البدائية أن الإنسان لديه قوة كامنة فيه مهيمنة عليه، والتي تؤثر على مصيره، وهذا هو العامل الداخلي الذي كان يقصد به معاني مختلفة مثل الروح، الجسد، الطبيعة، النفس والإرادة وغير ذلك من الأسماء.<sup>(2)</sup>

وتعتبر أكثر المفاهيم انتشارا أن مفهوم الروح هو **كينونة Entity** داخلية توجه مصير الإنسان، ويعد **سقراط** 47 أو 46 قبل الميلاد، أول من أدخل هذا المفهوم، حيث أدرك المعنى العميق للعبارة المنقوشة على معبد **دلفي** أعرف نفسك نفسك.<sup>(3)</sup>

ووفقا لهذه المفاهيم فإن الظواهر العقلية تعتبر مظاهر لجوهر معين يختلف تماما عن الجوهر المادي، النفس تفكر وتختار وتقيم، والروح في نظر الفكر الديني خالدة وحررة وذات أصل.

ولقد اهتم المفكرون العرب بهذا الموضوع، فيرى **ابن سينا** 980-1037م مفهوم الذات على أنه الصورة المعرفية للنفس البشرية.<sup>(4)</sup>

أما **الإمام الغزالي رحمه الله** فيقول أن للنفس خمس واجهات، النفس الملهمة، النفس اللوامة، النفس البصيرة، النفس المطمئنة أو النفس الأمانة بالسوء، مصداقا لقوله تعالى "ونفس وما سواها فألهمها فجورها وتقواها قد أفلح من زكاها وقد خاب من دساها"<sup>(5)</sup>.

<sup>1</sup> - قحطان أحمد الظاهر: مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، دار وائل للنشر، عمان، الأردن، 2004ص 15.

<sup>2</sup> - والاس د. لابين بيرت جرين: ترجمة فوزي بهلول، مفهوم الذات أسسه النظرية والتطبيقية، دار النهضة العربية، القاهرة، مصر، 1967ص 8.

<sup>3</sup> - فرحان محمد جلوب: النفس الإنسانية، مكتبة بسام، الموصل، العراق، 1986ص 07.

<sup>4</sup> - زهران حامد عبد السلام: التوجيه والإرشاد النفسي، عالم الكتب، القاهرة، مصر، 1980ص 82.

<sup>5</sup> - سورة الشمس: الآية: 10/07.

وترى العقيدة الدينية أن الإنسان مكونا من الجسم والروح، والجسم هو الطبيعة المادية المعرضة للتغيير عن طريق المؤثرات الخارجية، بينما الروح تبقى كما هي، وهي مركز الرغبة والتفكير. وقد اهتم **ديكارت** بمسألة الثنائية بين الجسم والروح أو النفس، عندما أطلق مقولته المشهورة "أنا أفكر إذن أنا موجود" وهذا يعني أن الإنسان موجود مادام التفكير موجود.<sup>(1)</sup>

وقد اعتبر المفكرون بعد ذلك، مفهوم الذات بأنه الروح تارة، وأنه الذات تارة أخرى،: "**كجو نلوك Lok** ، **جورج بيركلي Berkley**، **هيوم توماس براون Brawn**، **جيمس ميل Mill**، **كانت Conte**".<sup>(2)</sup>

لكن وبظهور علم النفس العلمي ظهرت التركة إلى رفض فكرة الروح أو أي وسيط نفسي آخر كالعقل والأنا أو الإرادة أو الذات لتفسير سلوك الإنسان، إلا أنه وخلال السنوات الأخيرة عاد الاهتمام بمفهوم الذات إلى البزوغ بين علماء النفس، ويعتبر **وليام جيمس James** أول من مهد الطريق للنظريات المعاصرة والكثير مما يكتب اليوم عن الذات والأنا مستمد من أفكاره وأعماله.

يعرف **جيمس** الذات بأنها المجموع الكلي لكل ما يستطيع الإنسان أن يدعي أنه له، جسده، سماته، قدراته، ممتلكاته، أسرته، أصدقائه وأعدائه، مهنته وهواياته.

ويعتبر أن للذات معنيين متميزين، الذات كعملية والذات كموضوع، فأما الأول فهو الذات العارفة ويدل على العمليات السيكلوجية التي تحكم السلوك والتوافق كالتفكير الإدراك والتذكر، واعتبره لا قيمة له في فهم السلوك، وأما الذات كموضوع فيشير إلى اتجاهات الشخص ومشاعره عن نفسه وهو ما أطلق عليه بالذات أو الأنا التجريبية والتي تتضمن:

أ- الذات المادية: وتتكون من ممتلكات الفرد المادية كجسمه، أسرته وممتلكاته.

ب- الذات الاجتماعية: والتي تتضمن وجهة نظر الآخرين نحو الفرد

ج- الذات الروحية أو الأنا الخالصة: وتتكون من ملكات الفرد النفسية وانفعالاته ورغباته.

أضاف **جيمس** بعدا رابعا، هو الذات الممتدة والتي تشمل كل ما يشترك فيه الفرد مع الآخرين كالعائلة والمجتمع والرقعة الجغرافية<sup>(3)</sup> وذكر **جيمس** أن للإنسان من الذوات بقدر عدد الأفراد الذين يعرفونه، فله ذات لزوجته وذات أخرى لأولاده، وذات ثالثة لزميله، وذات رابعة لربه.

**2.1. تقدير الذات:** إن كل فرد ينظر إلى نفسه بطريقة ما، فالبعض يرون أنفسهم أقل من الآخرين وبالتالي ينعكس ذلك على سلوكهم فنجدهم لا يتصرفون بحماس وإقبال نحو الآخرين، والبعض الآخر يقدرون أنفسهم حق تقدير وبالتالي ينعكس ذلك على سلوكهم نحو غيرهم فنجدهم يتصرفون أفضل مع غيرهم. وهذا أنجلس English يعرف تقدير الذات بأنه يركز على تقييم صريح للنقاط الحسنة والسيئة في الفرد.<sup>(4)</sup> ويعرف **كاتل Cattle** تقدير الذات بأنه شخصي يقع على بعد أو متصل، يتراوح ما بين الإيجابية والسلبية.

<sup>1</sup> - قحطان أحمد الظاهر: مرجع سابق، ص16.

<sup>2</sup> - زهران حامد عبد السلام: مصدر سابق، ص80.

<sup>3</sup> - غنيم سيد أحمد: سيكولوجية الشخصية، محدداتها، قياسها، نظرياتها، دار النهضة العربية، القاهرة، مصر، 1975، ص677.

<sup>4</sup> - إبراهيم أحمد أبو زيد: سيكولوجية الذات والتوافق، دار المعارف، مصر، 1987، ص22.

أما **كوبر سميث Cooper Smith** فيعرف تقدر الذات بأنه تقييم طبيعي يضعه الفرد لنفسه وبنفسه ويعمل على المحافظة عليه، ويتضمن تقدير الذات حسب اتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته، كما يوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه قادر وهام وناجح وكفاء، أي أن تقدر الذات هو حكم الفرد على درجة كفاءته الشخصية، كما عبر عن اتجاهات الفرد نحو نفسه ومعتقداته عنها، وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين باستخدام الأساليب التعبيرية المختلفة.<sup>(1)</sup>

ويري **روجرز Rogers** أن تقدير الذات هو اتجاهات الفرد نحو ذاته والتي لها مكون سلوكي وآخر انفعالي.<sup>(2)</sup> يتضح مما سبق أن تقدير الذات هو الفكرة التي يدركها الفرد عن نفسه وعن كيفية رؤية الآخرين وتقييمهم له وأن كل التعريفات السابقة إنما تؤكد الدور الاجتماعي أو دور الآخرين والتفاعل معهم في تقدير الفرد لذاته، وهذا يوضح أهمية التعامل مع الآخرين في تكوين تقدير الذات لدى الفرد، ولكن هذه التعريفات أغفلت أن تقديرنا لذاتنا يتغير بتغير المواقف المختلفة، وهو ما أكد **فاروق عبد الفتاح** حيث يعتبر أن الفرد قد يقدر نفسه بدرجة كبيرة في علاقاته الشخصية بالآخرين ويقدر نفسه بدرجة منخفضة في المواقف التي تتطلب ذكاء وتفكير، ويقدر نفسه بدرجة متوسطة في أداء عمله. ومهما كان الأمر فإن الناس يحاولون في كل المواقف، بصرف النظر عن القيمة المبدئية التي قدروها لأنفسهم، أن يمتلكوا طرق تقدير الذات وقد يكون تحقيق ذلك صعبا بعض الأحيان، حيث أن حوافزنا وآرائنا عن الواقع تؤدي إلى نوع من الصراع فيما بينها مما يهدد تقديرنا لذاتنا، ويبدو أنه لا سبيل إلى الخروج من هذا الصراع بدون عدم الإشباع (رفض متطلبات اللهو) أو الوقوع في خطأ (رفض الذات العليا) أو الإصابة الضرر (رفض متطلبات الذات) وتكون النتيجة القلق والشعور بالخوف، فالذات تحاول إحداث التوازن بين الحاجات المتصارعة من أجل وقاية نفسها من القلق والصراع.<sup>(3)</sup>

### 3.1. الفرق بين مفهوم الذات و تقدير الذات:

يشير **بورن BORN 1983**م أن تقدير الذات هو الحكم أو التقييم الذي يضعه الفرد لأفعاله ورغباته، وتقوم هذه التقديرات على القيم التي يعيش الفرد في وسطها والتي يؤمن بها ويتبناها. ثم إن تقدير الذات تحمل معنى تقييمي للذات بالرجوع إلى المعايير التي يتبناها الفرد أثناء مراحل التنشئة الاجتماعية، وتقييم الذات يشير إلى كل تصريح يتضمن حكما إيجابيا أو سلبيا للذات انطلاقا من المنظومة القيمة للشخص، أو القيم المفروضة من الخارج، وتقدير الذات يؤثر على مفهوم الذات من حيث تأثيره بمجموع الأحكام التي يطلقها الأفراد المهمون في حياة الفرد، وعليه يعتبر تقدير الذات عنصرا من عناصر مفهوم الذات، فتقدير الذات يعتبر من اتجاهات القبول أو الرفض للذات، أما مفهوم الذات هو التصور الذي يضعه الفرد عن نفسه دون تقييم لها.

<sup>1</sup> - حسين الدريني ومحمد سلامة: تقدير الذات للبيئة القطرية، مرآة البحوث العربية، قطر، 1983 ص 484.

<sup>2</sup> - عبد الفتاح دويدار: سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات، دار النهضة العربية، مصر، 200. ص 76.

<sup>3</sup> - فاروق عبد الفتاح سلامة: مقارنة نحو الذكاء ونحو تقدير الذات في الطفولة والمراهقة، مجلة آلية التربية، العدد الثالث، جامعة الزقازيق، مصر، 1987، ص 20.

إذن فتقدير الذات هو عقد الموازنة بين تصور الفرد للشخص المثالي وما هو عليه عن طريق مجموع الأحكام التي يصدرها الأفراد المحيطين له، أما مفهوم الذات فيمثل جميع الأبعاد وتصور مجموعة من الإدراكات المرتبطة بهذه الأبعاد، أي دون عقد موازنة.<sup>(1)</sup>

وما يمكن استنتاجه هو أن كل من تقدير الذات ومفهوم الذات يأخذ درجات أو مستويات، فقد نجد أشخاص يتمتعون بتقدير الذات مرتفع أي مفهوم ذات إيجابي، وآخرون لديهم تقدير ذات منخفض أي مفهوم ذات سلبي، أي أن كل من مفهوم الذات وتقدير الذات قابلين للقياس والتقييم.

**2. أقسام تقدير الذات:** يقسم علماء تقدير الذات إلى القسمين:

**1.2. تقدير الذات المكتسب:** هو تقدير الذات الذي يكتسبه الشخص خلال إنجازاته، فيحصل الرضا بقدر ما أدى الفرد من نجاحات، فهنا يبني الفرد تقديره لذاته بناء على ما يحصله من إنجازات.

**2.2. تقدير الذات الشامل:** يعود إلى الحس العام بالافتخار بالذات دون أي إنجاز أو نجاح، فهو ليس مبني على مهارة محددة أو إنجازات معينة، فالأشخاص الذين أخفقوا في حياتهم العملية ولا يزالون ينعمون بدفء الذاتي العام حتى وإن أخفقوا في الاكتساب، فهم الذين يمتلكون تقدير الذات الشامل وهو ما أطلق عليه ألبرت باندورا 1985 Bandura في نظريته المعرفية الاجتماعية فمصطلح (فاعلية الذات)، فالفرد الذي يدرك أنه يتمتع بفعالية الذات في أداء نوعي خاص يقبل على ذلك بقدر كبير من الثقة بالنفس، ولكن لا يعني هذا أنه سينجح، بل بالعكس ربما سيخفق إذا أعطى لنفسه أكثر مما تستحق من تقدير لإمكاناته وقدراته.

ويتضح مما سبق أن الاختلاف الأساسي بين المكتسب والشامل يكمن في التحصيل والإنجاز. ففكرة التقدير الذاتي المكتسب تقول: أن الإنجاز يأتي أولاً ثم يتبعه التقدير، بينما فكرة التقدير الذاتي الشامل فهي اعم من حيث المدارس حيث تقر بأن التقدير يكون أولاً ثم يتبعه التحصيل والإنجاز والأداء. ويقول المؤيدون للتقدير المكتسب بأنه على أحسن الأحوال فإن التقدير الذاتي الشامل لا معنى له، وعلى أسوأ الأحوال فإنه ذو تأثير سلبي، وإن زيادة الثقة تؤدي إلى المبالغة بالرغم من المعنى الهش والفراغ الذي يعيشه، أو يؤدي إلى عدم الثقة في التعامل مع الآخرين والشك الذاتي.

وفي هذا الصدد يقول **حلمي المليجي** إن المبالغة في تعظيم الذات عند تقييمها له أثر مدمر تماماً مثل تحقير الذات أو بخسها، وهو مفهوم غير واقعي منحرف عن الذات الموضوعية، يؤدي إلى سوء التكيف الشخصي وسوء التوافق الاجتماعي، فالشخص المغرور، مستوى طموحه أعلى بكثير من إمكاناته ومقدرته ولذلك فهو معرض للفشل والخيبة<sup>(2)</sup>.

بينما صاحب التقدير الذاتي المكتسب بإمكانه الاهتمام بذاته، وهو ينمو طبيعياً وخصوصاً عندما ينجز شيئاً ذو قيمة، أما صاحب التقدير الذاتي الشامل فهو زائف يحتاج لمن يفعل ما لديه، فلا بد من تدخل إما الوالدين، المدرب، المعلم، الأشخاص المحيطين به.

<sup>1</sup> - عبد الحلیم لیلی: مقياس تقدير الذات للكبار و الصغار، ط1، دار النهضة المصرية، القاهرة، 1984م. ص 50.

<sup>2</sup> - حلمي المليجي: القياس السيكولوجي في الصناعة، دار المعارف، مصر، 1986، ص32.

ولكن يجب أن لا نغفل أن للعلاقة الاجتماعية أثر في اكتساب النفس ثقنها اللازمة، فهناك علاقة مباشرة بين التقدير الذاتي والنجاح الاجتماعي الذي يشمل الاعتدال في المظهر والنجاح العلمي، والقدرة على تكوين علاقات اجتماعية جيدة، إذ يحتاج الفرد إلى قدر من القبول والاحترام الاجتماعي، لتتكون لديه مشاعر إيجابية حول نفسه، ويرى نفسه بأنه ناجح في عيون الآخرين. كما أن تأثير العلاقات الاجتماعية الشخصية يتحدد بدرجة عالية بمقدرة الشخص على التسامح والاحترام والانفتاح الذهني وتقبل الآخرين.

**3. العوامل المؤثرة في تقدير الذات:** يذكر **وولف** Wolf أن إدراك الذات عن طريق الإستدماج والإسقاط يكون في مجمله استدماج الحسن وإسقاط القبيح، والتوازن بين العمليتين ليس مضمونا تماما مما يجعل الزيادة في الجانب تسبب النقصان في الجانب الآخر لذلك نجد أن تقدير الذات عرضة لعوامل ديناميكية ذاتية تؤثر فيه.<sup>(1)</sup> وبهذه العبارة يريد **وولف** أن يشير إلى أن تقدير الذات يتأثر بالعوامل الدينامية الداخلية للفرد، ولقد ثبت أن درجة تقدير الذات لدى الفرد تتحدد بقدر خلوه من القلق أو عدم الاستقرار النفسي، بمعنى انه إذا كان الفرد متمتعا بحصة نفسية جيدة، ساعد ذلك على نموه نموا طبيعيا ويكون تقديره لذاته مرتفع، أما إذا كان من النوع القلق الغير مستقر فان فكرته عن ذاته تكون منخفضة وبالتالي ينخفض تقدير لذاته.

وقد أكد **روجرز** في هذا السياق، أن تهديد الذات أو سوء التوافق يحدث عندما يتعرض الإنسان للقلق، وأن القلق هو استجابة انفعالية للتهديد، تنذر بأن بنیان الذات المنظم قد أصبح في خطر فيؤدي إلى إحداث تغيير خطير في صورة الفرد عن ذاته. أما إذا كان الفرد سويا لا يعاني من أي قلق زائد فانه سيتصف بالتوافق الشخصي والتقدير الذاتي المرتفع.

وبالإضافة إلى العوامل الداخلية للفرد هناك العوامل المتعلقة بالبيئة الخارجية التي تؤثر في تكوين تقدير الذات، وهي متصلة بظروف التنشئة الاجتماعية والظروف التي تربي ونشأ فيها الفرد وكذلك التربية التي تلقاها. إذ تعد خبرات النشأة الأولى للطفل من المصادر الحيوية في تشكيل مفهومه عن ذاته وبالتالي تكوين تقديره لذاته، حيث يكون الأفكار والمشاعر والاتجاهات من خلال التنشئة الاجتماعية وتفاعله اليومي في البيئة التي يعيش فيها، وما يتلقى من أساليب الثواب والعقاب والاتجاهات الوالدية، وخبرات الفشل والنجاح، والوضع الاجتماعي والاقتصادي.

ولقد أثبتت الدراسات التي أجريت لمعرفة أثر فقدان أحد الوالدين أو كليلهما أو التصدع الأسري على تقدير الذات للأبناء، أن هناك فرقا في مفهوم الذات بين هؤلاء الأطفال وأقرانهم الذين يعيشون في كنف والديهم. ويذهب **فاروق عبد الفتاح** إلى أن العوامل التي تؤثر في تقدير الفرد لذاته كثيرة منها ما يتعلق بالفرد نفسه مثل استعداداته وقدراته والفرص التي يستطيع أن يستغلها بما يحقق له الفائدة. ومنها ما يتعلق بالبيئة الخارجية وبالأفراد الذين يتعامل معهم، فإذا كانت البيئة تهيئ للفرد المجال والانطلاق والإنتاج والإبداع، فإن تقديره لذاته يزداد، أما إذا كانت البيئة محبطة وتضع العوائق أمامه بحيث لا يستطيع أن يستغل قدراته واستعداداته ولا يستطيع

<sup>1</sup> - وحيد مصطفى كامل: علاقة تقدير الذات بالقلق الاجتماعي لدى الأطفال الضعاف السمع، ص50.

تحقيق طموحاته فان تقديره لذاته ينخفض، ونمو تقدير الذات لا يتأثر بالعوامل البيئية والموقفية فحسب ولكنه يتأثر بعوامل دائمة مثل الذكاء والقدرات العقلية وسمات الشخصية والمرحلة العمرية والتعليمية التي يمر بها<sup>(1)</sup>.

**4. مستويات تقدير الذات:** يتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته ولهذا يوجد مستويين لتقدير الذات، مستوى موجب أو مرتفع ومستوى سالب أو منخفض.

**1.4. المستوى المرتفع:** أصحابه ممن يتمتعون بالسواء النفسي والتوافق الشخصي والاجتماعي وما يتبعه من القدرة على الإقدام وتحمل المسؤوليات والمثابرة والنجاح والقدرة على إقامة العلاقات الناجحة والتفاعل الاجتماعي السليم.

ولقد أثبتت الدراسات أن الأفراد الذين يتمتعون بتقدير الذات المرتفع هم الذين يدركون حقيقة ذاتهم أكثر من غيرهم، وأنهم أكثر تقبلاً للحقائق الخاصة بخبراتهم وإمكانياتهم، ويقدرّون أنفسهم حق قدرها تماماً كما يقدرها غيرهم ممن يتصفون بالموضوعية والقدرة على رؤية الأمور، كما أنهم يميلون إلى استكشاف الخبرات المهددة والتعرض لها، وهم يدركون أيضاً أن حل المشاكل يحتاج إلى الكثير من المحاولة والخطأ، وتوقعات النجاح لديهم قريبة من توقعات الفشل.<sup>(2)</sup>

ومن بين الصفات التي يشترك فيها أصحاب تقدير الذات المرتفع أنهم عندما يواجهون مواقف جديدة فإنهم ستعملون نفس الأساليب التي سبق لهم استخدامها بنجاح في مواقف مشابهة، وأنهم يبذلون جهوداً ملحوظة ليتعرفوا على طبيعة المواقف الجديدة ويقومون بتحليلها، ويحاولون الإقتداء بمن هم أكثر منهم تكيفاً، وينظرون إلى القلق كعون لهم في المحافظة على ثقتهم بأنفسهم وفي التحضير للعمل والمستقبل، فإنهم يعمدون إلى استخدام خبراتهم الذاتية بشكل نافع ويحاولون التصدي للمشاكل بأسلوب بناء وهادف ولا تعيقهم العقبات الصغيرة في السير للوصول إلى أهدافهم.

**2.4. المستوى المنخفض:** أصحابه ممن لديهم متاعب نفسية وقد يصل الأمر بهم إلى درجة الاضطرابات النفسية ونلمس لديهم سوء التوافق الشخصي والاجتماعي، فكلما كانت فكرة المرء عن نفسه سالبة وتقديره لها منخفض كان عرضة للاكتئاب ويؤدي بالفرد إلى الانعزال والوحدة والشعور بالضعف والفشل وعدم القدرة على الإنجاز واليأس وسرعة الاستجابة لمواقف الإحباط وإحساسه بعدم صلاحيته لعمل أي شيء ومن الصفات التي يشترك فيها الأفراد الذين يتصفون بتقدير الذات المنخفض هي، الخوف من الفشل بدرجة كبيرة مبالغ فيها لدرجة يسهل خوفهم، ومن ثم ينعكس ذلك على سلوكهم وأدائهم، وبالتالي يصبحون من الناحية النفسية أسرى لتصوراتهم السلبية ويسلكون من منطلق الهزيمة والفشل وليس النجاح وتحقيق الفوز.

ويؤدي التقدير المنخفض إلى حدوث القلق، وضعف التركيز، وعدم التأكد من الهدف والشعور بعدم الكفاية والافتقاد إلى المتعة والشعور بالرضا.

<sup>1</sup> - فاروق عبد الفتاح سلامة : مرجع سابق، ص 21.  
<sup>2</sup> - عبد الرحمن عدس ، محي الدين توك: مدخل إلى علم النفس، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1998 ص 358.

## 5. تقدير الذات عند المراهق:

إن تقدير الذات عند المراهقين يعتمد على جملة من الخصائص يشتركون فيها معا ، وتمثل أهم العناصر التي تكون اتجاهات المراهق نحو ذاته والتعبير عنها وكذلك الكشف عن خبايا القابليات التي تظهر معالمها في هذه المرحلة.

ولقد حصر **عبد العلي الجسماني**<sup>(1)</sup> هذه العناصر في أربعة نقاط، بدأها بالنظرة الصائبة أو اللاشعورية التي يكونها المراهق عن نفسه، والاتجاهات الشعورية أو الخاطئة التي يكونها المراهق إزاء ذاته، بالإضافة إلى الفروق في التنشئة الاجتماعية التي تعود المراهقين على تكوين نظرة إيجابية اتجاه الحياة بوجه عام، وكذلك مرونة المراهق في تقبل التوجيه الصادر إليه عن الآخرين بهدف تغيير الصورة التي كونها عن نفسه إلى ما هو أمثل، من خلال البحث عن مغزى الحياة ومعناها والتعبير عن الرغبات النفسية والتماس الأهداف و تجربتها والبحث عن القيم.

ويعتبر نفس الباحث أن هذه الخصائص تمثل فلسفة المراهق في الحياة وتحدد معالم نظريته إزاء ذاته وإزاء المجتمع، وأن إدراك الذات أساسه ديناميكي بطبيعته أي ينشأ في صلبه من علاقاته المتعددة مع الآخرين ويتحدد وفق الطريقة التي يحاول بها المراهق تنظيم خبراته وتنسيقها لتفادي القلق أو على الأقل التقليل منه في الوقت الذي يلتفت فيه إلى ما هو عليه من تكوين جديد وما بلغه من مرحلة التطور البيولوجي والنفسي.

ويرى كل من **عبد الرحمن عدس** و **محي الدين تواق**<sup>(2)</sup> أن تقدير الذات عند المراهق يتحدد بجملة من العوامل، أولها إدراك المراهق لحقيقة ذاته الذي يتأثر بدوره، وإلى حد كبي، بفكرته عن جسمه، مظهره الخارجي، ملبسه، قابلياته، أمزجته، قيمه، معتقداته، ميوله، اتجاهاته وطموحه إلى غير ذلك، وأن المراهق ينظر إلى جسمه كمركز للذات، فشكل الوجه وتناسقه وجماله، والطول، والوزن، يؤثر بشكل كبير في مدى تقبله لذاته وتقييمه لها، وقد يخلق عنده نوعا من القلق وخاصة إذا كان هناك نقص أو عدم الكفاية في بعض أجزاء الجسم مما ينمي لديه شعور بالدونية فينعكس بشكل سلبي على تقديره لذاته.

ولابد من الإشارة إلى أن النظرة إلى الجسم لا تكون نفسها عبر مراحل النمو المختلفة، ففي مرحلة الطفولة تتم النظرة إلى الجسم بأكمله، أما في مرحلة المراهقة فتبدأ النظرة إلى أجزاء الجسم ومقارنتها مع بعضها كما تقارن مع الأقران.

وقد يحدث وأن النقص من الناحية الجسمية يؤدي إلى التميز والتفوق وبالتالي إلى ارتفاع التقدير الذاتي، وهو ما فسره **أدلر** في نظريته عن التفوق في ضوء عقدة النقص. وهو شعور الفرد بقصور عضوي يعرقل أداء وظيفته الأمر الذي يؤدي إلى الإحساس بالنقص، هذا الشعور قد يدفع الإنسان جاهدا إلى عملية التعويض وقد يكون هذا التعويض مباشرا. والأمثلة على ذلك كثيرة في الواقع، كبراعة (بيرون) في السباحة بالرغم من عرجه<sup>(3)</sup>.

<sup>1</sup> - عبد العلي الجسماني: سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية ، الداري العربية للعلوم ، مصر ، 1998ص(208-209).

<sup>2</sup> - عبد الرحمن عدس: محي الدين تواق: مرجع سابق، ص.(361-362).

<sup>3</sup> - قطبان احمد الطاهر: الطفل الغير عادي، الموهوبين والمعوقين ، مطابع الثورة العربية ، لبنان ، 2000ص 38.

أما العامل الثاني فهو متصل بذات المراهق، أي ما يدعى بمرحلة الإدراك الانتقالي أو العابر لذاته ، إذ أن مفهوم الذات عند المراهق يتذبذب كثيرا، حيث ينتقل من الحالة التي يكون فيها تسلطيا وغير واقعي (الطفولة) إلى المرحلة التي يصبح فيها واقعي متزنا، ولهذا تتميز هذه المرحلة بتصادم الدوافع الداخلية للذات بالدوافع الخارجية عنها، حيث يميل فيها المراهق إلى الاهتمام بمشاكله الداخلية أكثر من اهتمامه بالإنتاجية والتحصيل.

أما العامل الثالث فهو ذلك الخاص بالتنشئة الاجتماعية، فاتجاه المراهق نحو ذاته والحكم عليها يكون قد تأصل إلى حد بعيد متأثر بنظرة الآخرين له خلال طفولته وتلعب المؤثرات الاجتماعية دورا واضحا في تقدير المراهق لذاته، حيث تنمو صور الذات خلال التفاعل الاجتماعي وأثناء وضع الفرد في سلسلة من الأدوار الاجتماعية، والمراهق الذي ينشأ في وسط يحيطه بالتقبل والرعاية، ويقدره معلمه ومدربيه لاهتماماته ومهارته ونشاطه الدراسي ، فإن كل ذلك له أثره الواضح في تكوين تقييم إيجابي عن ذاته.

ويشير **فؤاد بهي السيد** إلى أن الفرد ينمو من مهدد إلى لحد في إطار اجتماعي ثقافي يؤثر فيه ويتفاعل معه. وطبيعي أن تقدير المراهق لذاته يتأثر طبقا لنوعية هذه الثقافة بإطارها الاجتماعي الذي يشب فيه.

أما البعد الرابع فهو خاص بما يطمح الفرد الوصول إليه ومدى تحقيق ذاته المثالية، وهو متصل بمستوى القدرات والقابليات الموجودة لديه، وبحسن إدراكها لتحقيقها، فتقدير المراهق لذاته مرتبط بمدى نجاحه في رسم ذاته المثالية بشكل يمكن من تحقيقها أو الوصول إليها، ويعتمد في ذلك على نوعية الخبرات التي مر بها وعلى نوعية الإرشاد والتوجيه الذي يلقاه من الآخرين. ويذكر في هذا الصدد **مصطفى سويف** أن المراهق غالبا ما يستخلص مثاليته من البيئة الاجتماعية بما يحتويه من مؤسسات ومرافق.<sup>(1)</sup>

وعلى عكس الراشد فإن المراهق، وفي كثير من الأحيان، يواجه المواقف الجديدة التي تصادفه بنوع من عدم الراحة والإطمئنان وذلك لنقص خبرته وطرق إدراكه، إلا أنه يتوصل في النهاية ولو بشكل تدريجي إلى أن إدراك ما يطمح إليه يأتي من صميم صنعه، وإن عليه أن يتعلم كيف يحقق ذلك عن طريق التفكير والإدراك السليم واتخاذ القرارات الصائبة.

<sup>1</sup> - مصطفى سويف: الأسس النفسية لتكامل الاجتماعي ، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1955ص77.

**خلاصة:**

ما يمكن استخلاصه من هذا الفصل، هو أن تقدير الذات عنصر في مفهوم الذات العام، الذي يعتبر بدوره شعور وعمليات نفسية متصلة يكون منها الفرد وعيا شعوريا.

والذات لدى الفرد، هو ذلك المفهوم الذي يقوم بصفة أساسية بتوجيه وضبط وتنظيم أدائه وفعله. وهو يبني أو يتحقق من خلال اتصالات وخبرات اجتماعية مجتمعة ضمن مفاهيم أخرى هامة المعتقدات، القيم، العادات والتقاليد وتكون كذلك أثناء عمليات النمو التي تلازم الفرد وتؤثر فيه حتى سن متأخرة من العمر، وتعتبر هذه المفاهيم ضمن المتطلبات الأساسية لنمو مفهوم الذات.

ويتكون مفهوم الذات من خلال تجمع ثلاثة أبعاد أساسية هي: الذات الواقعية والذات الاجتماعية والذات المثالية، وإن تقدير الذات عند الفرد وحكمه عليها إنما ينطلق من تلك الفكرة التي يصنعها الفرد عن نفسه من خلال هذه الأبعاد الثلاثة ولتقدير الذات مستويين، المستوى المرتفع والمستوى المنخفض. فأما المستوى المرتفع فهو التقدير الإيجابي والثقة بالنفس، وأما المستوى المنخفض فيعبر به عن التقدير السلبي وعدم الثقة.

وتبين على ضوء ما سبق ذكره أن تقدير الذات يشكل عاملا أساسيا في مجال النشاط الرياضي من خلال تحديد والتنبؤ بالسلوك والأداء الرياضي.

الكتاب التنظيمي

# الفصل الرابع

## منهجية البحث وإجراءاته

### الميدانية

**تمهيد:**

يعتبر الإطار الميداني للدراسة أحد الجوانب الهامة في عملية البحث العلمي على افتراض أن هذا الأخير لا يتم بصورة عشوائية بل وفق جهد قصدي ونوعي منظم، وإن قيمة النتائج التي يتحصل عليها الباحث في أي دراسة ما يتوقف على المنهج العلمي المستخدم والإجراءات التي يتبعها والأساليب التي يستخدمها في معالجة موضوع دراسته، حيث تساعده على جمع المعلومات وتفريغها وتحويلها عن طريق تحليلها ومعالجتها إلى نتائج علمية، وقد جاء هذا الفصل لتوضيح ذلك كله، حيث يحتوي على مجالات الدراسة والمتمثلة في المجال المكاني، الزمني والبشري، إضافة إلى العينة، والمنهج المعتمد في الدراسة، والأدوات التقنية الخاصة بجمع المعلومات والبيانات ومختلف الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة ككل.

## 1. الدراسة الاستطلاعية:

البحوث الاستطلاعية في معناها العام أنها البحوث جديدة التداول لم يتطرق إليها من قبل ولا تتوفر عليها بيانات أو معلومات علمية مسبقة تجعل الباحث يجهل كثيرا من أبعادها وجوانبها.<sup>(1)</sup> ويشير إبراهيم أبو زيد أن هدف الدراسة الاستطلاعية في أي بحث هو التحقق من سلامة الاختبارات المستخدمة و سلامة العينات وأسلوب اختيارها وتقدير الوقت اللازم والمناسب لتطبيق هذه الاختبارات عليها، بما في ذلك طريقة تطبيق وشروطها وذلك كله لان الدراسة الموضوعية للشخصية تتطلب استخدام أدوات مقننة حتى لا تكون الدراسة تحكمها العوامل الذاتية .

وبعد أن استعرض الباحثون الإطار النظري للدراسة والذي تم من خلال تحديد المفاهيم الأساسية لها والتمثلة أساسا في موضوع السلوك العدواني وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال ممارسة الأنشطة الجماعية، فالباحث يركز على ضبط الإشكالية والفرضيات عند الانطلاق في البحث العلمي ومنها يحتم عليه اختيار أدوات البحث الضرورية والمناسبة لإنجاز الدراسة الميدانية الذي يعطي مصداقية كبيرة للإشكالية المطروحة من جهة ومن جهة أخرى تأكيد أو نفي الفرضيات الموضوعية مسبقا كحل نظري للموضوع. ومما لاشك فيه أن الاختبارات والمقاييس النفسية تعد المقياس الموضوعي المقنن لعينة من السلوك المراد اختياره تمثيلا دقيقا.<sup>(2)</sup>

ولأجل ذلك استخدمنا مقياسي الاختبار السلوك العدواني وتقدير الذات على عينة محددة من تلاميذ المرحلة الثانوية وتتبعنا لأجل ذلك الخطوات التالية:

- معرفة مجتمع الأساسي للدراسة وهم جميع التلاميذ الطور الثانوي جميع المستويات المسجلين على مستوى مديرية التربية لولاية البويرة خلال الموسم الدراسي 2016-2017.
- التنقل إلى مقر مديرية التربية من أجل توضيح الغرض من الدراسة الاستطلاعية والنتائج المتوقعة في الدراسة وتحديد قنوات الاتصال مع التلاميذ ولأساتذة ، وقد تم نفس الشيء مع مديري الثانويات.
- تسليم التلاميذ استمارة المقياسين من أجل الاطلاع عليها جيدا والإجابة عليها بعد التأكد من عدم وجود صعوبة لديهم في استيعاب وفهم مضمون عبارات المقياسين.

## 2. المنهج المتبع:

في حقيقة الأمر ليس الباحث هو من يختار المنهج الذي يراه مناسباً للدراسة، بقدر ما طبيعة الموضوع المتناول هي التي تحدد نوع المنهج وبما أن الدراسة التي بين أيدينا هي معرفة العلاقة بين السلوك العدواني وتقدير الذات لدى التلاميذ خلال ممارسة الأنشطة الجماعية، فنحن بصدد وصف واقع وهذا من خلال جمع المعلومات المتعلقة به

<sup>1</sup> ناصر ثابت، أضواء على الدراسة الميدانية ط 1، مكتبة الفلاح الكويتية الكويت، 1984 ص 74.

<sup>2</sup> د/ فيصل عباس: الاختبارات النفسية ط1، دار الفكر العربي - بيروت، 1996 ص 11

لتقييمه، مما يحتم علينا استعمال المنهج الوصفي التحليلي لمناسبته لطبيعة الإشكال المطروح حيث يعتبر من أكثر مناهج البحث استخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، ويهتم بجمع أوصاف دقيقة علمية للظواهر المدروسة، ووصف الوضع الراهن وتفسيره، وكذلك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات، وطرائقها في النمو والتطور، كما يهدف أيضا إلى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة (1).

والمنهج الوصفي يقوم بدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، يهتم بوصفها وصفا دقيقا يعبر عنها تعبيراً كيفياً أو تعبيراً كمياً، فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيعطينا وصفا رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى.

فالمنهج الوصفي لا يتوقف عند وصف الحالة فقط بل يتعدى ذلك ليصل إلى تحليل واستنتاج النتائج إذ يرى محمد شفيق أن الدراسة الوصفية لا تقف عند مجرد جمع المعلومات والحقائق بل تتجه إلى تصنيف هذه الحقائق وتلك البيانات وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص دلالاتها وتحديدها بالصورة التي هي عليها كما وكيفا بهدف الوصول إلى نتائج نهائية يمكن تعميمها. (2)

**3. متغيرات البحث:** يمكن أن نقسم موضوع بحثنا حسب المتغيرين التاليين:

### 1.3. المتغير المستقل:

يعرف أنه ذو طبعة استقلالية، حيث يؤثر في المتغير التابع والدخيل دون أن يتأثر بهما، وهذا المتغير المستقل هو السلوك العدواني.

### 2.3. المتغير التابع:

وهو الذي تتوقف قيمته على قيم متغيرات أخرى، ومعنى ذلك أن الباحث حين يحدث تعديلات على قيم المتغير المستقل تظهر نتائج تلك التعديلات على قيم المتغير التابع وهذا المتغير هو تقدير الذات.

### 4. المجتمع:

إن القصد من مجتمع البحث في هذه النقطة هو كما عرفه الباحثون: مجموع محدود أو غير محدود من المفردات (عناصر الوحدات) ويعرفه الآخرون على أنه جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث. (3)

ومجتمع الدراسة الحالية هم تلاميذ المرحلة الثانوية جميع المستويات على مستوى مديرية التربية لولاية البويرة.

### 5. العينة:

<sup>1</sup> إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي: طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية، مرآة الكتاب للنشر، القاهرة، سنة 2000، ص 83

<sup>2</sup> محمد شفيق: البحث العلمي الخطوات المنهجية لإعداد البحوث الاجتماعية، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية سنة 1998، ص 108.

<sup>3</sup> أحمد بن مرسل: مناهج البحث في علوم الاتصال، ط2، 2005، ص 166.

هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل بمعنى انه تأخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث.<sup>(1)</sup>

وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة، حيث تتكون الدراسة الحالية من 400 تلميذ وتلميذة على مستوى 10 ثانويات.

### جدول رقم (1) يبين المؤسسات ومكان إجراء الدراسة

الرقم	الثانويات	عدد التلاميذ	الموقع
01	ثانوية محمد يزيد	40	سور الغزلان
02	ثانوية محمد قرين	40	تاقديت
03	متقنة سعد دحلب	40	سور الغزلان
04	ثانوية كريم بالقاسم	40	البويرة
05	ثانوية محمد شيبان	40	سور الغزلان
06	متقنة العقيد أعمارن	40	البويرة
07	ثانوية الامام الغزالي	40	سور الغزلان
08	ثانوية محمد بداوي	40	برج أخريص
09	متقنة بريار عبد الله	40	عين بسام
10	ثانوية محمد المقراني	40	عين بسام

### 6. مجالات الدراسة :

#### 1.6. المجال الزمني:

يمثل المجال الزمني الفترة الزمنية التي تم خلالها إنجاز أي عمل أو بحث انطلقنا في بحثنا مع بداية الموسم الجامعي 2016/2017. وفق الخطوات التالية :

- موافقة المشرف على موضوع الدراسة بالإضافة إلى الإدارة الوصية وذلك في نهاية شهر نوفمبر 2016.
- انطلقنا مباشرة في بداية البحث وذلك بجمع المراجع والمصادر المتعلقة بالدراسة من إجراء الخلفية النظرية إلى غاية شهر مارس 2017.

<sup>1</sup> أحمد بن مرسل: نفس المرجع، ص، 167.

- قمنا بتحديد الاختبار المناسب بالتشاور وتصديق من الأستاذ المشرف على صورته النهائية تم تطبيقه على التلاميذ المذكورين في العينة ابتداء من النصف الثاني من شهر مارس إلى النصف الثاني من شهر أفريل وهذه المدة تم التطبيق الميداني، وتحليل النتائج المتحصل باستعمال الوسائل الإحصائية.

## 2.6. المجال المكاني:

يمثل المجال المكاني الإطار المكاني الذي تم إنجاز عمل أو بحث، إذ يقوم الباحث في هذه الخطوة بتحديد المكان الذي تم إنجاز هذا العمل فيه واعتمد الباحثين على تطبيق الاختبارين ومقياسين على تلاميذ عينة الدراسة على مستوى أماكن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية على بعض ثانويات ولاية البويرة.

## 1.2.6. إدارة الدراسة:

إن مرحلة اختيار الأداة المنهجية للبحث مرحلة هامة ذلك أن الأدوات المنهجية تعتبر الوسيلة التي تمكن الباحث من تحقيق أهداف الدراسة بالإضافة إلى ذلك انه لا بد في أي بحث علمي من أداة يستقصى من خلالها الباحث حول موضوعه، فهي بمثابة السند الذي يركز عليه الباحث في جمع البيانات والمعطيات اللازمة، والتحقق من التساؤلات المصاغة وصولاً إلى النتائج المتعلقة بمشكلة دراسته، لذلك قد استندنا إلى أدوات من أدوات البحث العلمي والتي أعانتنا في جمع البيانات.

## 7. مقياس تقدير الذات ل"كوبر سميث":

هو مقياس أمريكي الأصل صمم عام (1967) من طرف الباحث "كوبر سميث" لقياس اتجاه الفرد نحو الذات الاجتماعية، العائلية والشخصية.

يتكون المقياس من (25) عبارة منها (9) عبارات موجبة وهي: (1،4،5،8،9،11،14،19،20) إذ أجاب المفحوص ب"تتطبق" تعطى له درجتان، أما إذا أجاب ب"لا تتطبق" تعطى له درجة واحدة.

كما يتضمن (16) عبارة سالبة وهي: (2-3-6-7-10-12-13-15-16-17-18-21-22-23-24-25).

## 1.7. وصف مقياس تقدير الذات:

هو مقياس موضوعي لقياس تقدير الذات، والذي تناوله العديد من الباحثين في مجال علم النفس، يحتوي هذا المقياس على بنود ذات طبيعة سالبة وأخرى موجبة، فعلى المفحوص أن يقرأ كل بند بنتمعن، ويجيب بكل شفافية بوضع علامة (X) في الخانة الموجودة أمامه باختيار أحد البدائل (تتطبق-لا تتطبق) ويمكن أن يطبق المقياس فردياً أو جماعياً وقد يتعدى وقت التطبيق (10 دقائق).

## 2.7. طريقة تصحيح المقياس:

لدينا البدائل بشكل ثنائي (تتطبق-لا تتطبق).

إذا أجاب المفحوص ب(لا تتطبق) فتعطى له درجة واحدة.

إذا أجاب المفحوص ب (تتطبق) فتعطى له درجتان.

نقوم بجمع الدرجات من العبارات السالبة والموجبة، وكلما ارتفعت الدرجات دلت على التقدير المرتفع للذات. ويكون تقييم الإجابات حسب التسلسل التالي: (متدني، متوسط عالي).

**جدول رقم (2) : يبين تفسير درجات مقياس تقدير الذات**

المستوى	الدرجة	الدرجات
ذو التقدير المتدني	25 أقل من 37,5	
ذو التقدير المتوسط	37,5 أقل من 45	
ذو التقدير العالي	45 فأكثر	
عدد البنود 25		

**3.7. صدق المقياس :**

**1.3.7. الصدق الظاهري:** من الطرائق التي يلجا إليها الباحث للحصول على صدق المحتوى اللجوء إلى عدد من المحكمين ليقوموا بالحكم على ما إذا كان كل بند يمثل تمثيلاً صادقاً ما وضع له وما إذا كان يقيسه بكل موضوعية أو ما يعرف بالصدق الظاهري، إذ بعد رجوع الباحثون إلى مجموعة من الدراسات السابقة التي تتمحور حول موضوع الذات وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى تم اختيار استبيانة "كوبر سميث" وقد تم عرض المحاور على عينة من الأساتذة المختصين في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية والذي بلغ عددهم 03، وقام الطلبة أعضاء البحث بمناقشة المحكمين في تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس، وطلب من المختصين المحكمين استبعاد العبارات التي لا تخدم المحور من المقياس.

**2.3.7. الصدق الإحصائي:** تم التأكد من صدق مقياس تقدير الذات في البيئة العربية عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة تقدير الذات على (152) تلميذ من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، فبلغ صدق المقياس (0.88) و يعتبر معامل الصدق مرتفع، مما يعني صدق المقياس فيما وضع من أجله.<sup>(1)</sup>

أما فيما يخص صدق مقياس تقدير الذات فقد تم عرض المقياس على مجموعة من الأساتذة المحكمين وعددهم 03 من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وقد اجمعوا على ملائمة عبارات المقياس وكذا أبعاده على الغرض الذي وجد لأجله.

**3.3.7. الثبات:** يعتبر الثبات اختبار صفة أساسية يجب أن يتمتع بها الاختبار الجيد.

<sup>1</sup> فاروق عبد الحميد الدسوقي 1981

"وهو مدى الثقة والاتساق أو الاستقرار في نتائجه، فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين".<sup>(1)</sup> تم حساب الثبات لمقياس تقدير الذات على عينة من التلاميذ، الصفوف الأولى ثانوي إلى الثالثة ثانوي والتي تتكون من (370) تلميذ و(156) تلميذة تتراوح أعمارهم بين 15-18 سنة وقد بلغت قيمة معامل الثبات (0.79). وهذا يعني أن المقياس ثابت باختلاف سن و جنس الأفراد المطبق عليهم.<sup>(2)</sup> بينما توصل "برلوت" 1979prawat إلى معامل الثبات تتراوح قيمته ما بين (0.70) إلى (0.88) وهذا بعد تطبيق المقياس على تلاميذ المراحل الابتدائية والمتوسطة والثانوية عند الجنسين.<sup>(3)</sup> أما في دراستنا الحالية فقد طبقنا المقياس على (30) تلميذا وتلميذة ابعدوا من الدراسة الأساسية ومن خلال المعالجة الإحصائية قمنا بحساب اصدق والثبات ، أعدنا حساب ثبات المقياس عن طريق معامل "ألفا كروم باخ". حساب ثبات مقياس تقدير الذات عن طريق معامل "ألفا كروم باخ": يعتبر معامل "ألفا كروم باخ" من أهم مقاييس الاتساق الداخلي للاختبار، وقد بلغت قيمة "ألفا كروم باخ" المحسوبة: (a=0,72) و (n=30) و هي دالة على معامل ثبات جيد يعني ثبات المقياس. الصدق الذاتي هو الجذر التربيعي لمعامل الثبات. حساب الصدق الذاتي لمقياس تقدير الذات هو :0,84.

**8. مقياس السلوك العدواني:** أعد هذا المقياس "محمد علي عمارة" ويشمل على 110 عبارة ويتكون من ثلاث أبعاد عدوان نحوى الآخرين، عدوان نحوى الذات، عدوان نحوى الممتلكات، وللمقياس ثلاثة بدائل وهي: (غالبا أحيانا نادراً)، وقد جاءت البنود في اتجاه واحد، يجيب عليها المفحوص بوضع علامة (x) بجانب الخانة التي تنطبق عليه حيث يحصل المفحوص على 3 نقاط في غالبا ونقطتين في أحيانا ونقطة واحدة في نادرا ويهدف هذا المقياس إلى قياس صورة السلوك العدواني (عدوان نحوى الآخرين، عدوان نحوى الذات، عدوان على الممتلكات أو الأشياء) لدى أفراد عينة الدراسة تلاميذ المدارس الثانوية<sup>(4)</sup>

**1.8. صدق المقياس:**

**الصدق الظاهري:** تم اللجوء إلى عدد من المحكمين ليقوموا بالحكم على ما إذا كان كل بند يمثل تمثيلاً صادقاً ما وضع له وما إذا كان يقيسه بكل موضوعية أو ما يعرف بالصدق الظاهري، إذ بعد رجوع الباحثون إلى مجموعة من الدراسات السابقة التي تتمحور حول موضوع السلوك العدواني وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى تم اختيار استبانة "محمد علي عمارة" وقد تم عرض المحاور على عينة من الأساتذة المختصين في معهد علوم وتقنيات النشاطات

<sup>1</sup> المقدم عبد الحفيظ، الإحصاء و القياس و النفسي التربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، ص، 152، 1993.

<sup>2</sup> فاروق عبد الفتاح موسى 1981

<sup>3</sup> فاروق عبد الفتاح موسى المرجع نفسه ص14

<sup>4</sup> ضيدان محمد ضيدان: تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدي تلاميذ المرحلة الثانوية بالرياض، مذكرة ماجستير ، الرياض، 2008، ص143.

البدنية والرياضية والذي بلغ عددهم 03، وقام الطلبة أعضاء البحث بمناقشة المحكمين في تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس، وطلب من المختصين المحكمين استبعاد العبارات التي لا تخدم المحور من المقياس.

الجدول رقم (3) يوضح ملخص نتائج الصدق و الثبات لمقياس السلوك العدواني و تقدير الذات

المقياس	عدد الفقرات	الثبات	الصدق
السلوك العدواني	110	التجزئة النصفية (0.80)	الصدق الذاتي هو الجذر التربيعي لمعامل الثبات (ر=0.89).
تقدير الذات	25	معامل a كروم باخ (a=0.72)	الصدق الذاتي هو الجذر التربيعي لمعامل الثبات (ر=0.84)

ومن خلال الجدول التالي تبين مقياس السلوك العدواني وتقدير الذات بدرجات صدق وثبات عالية وجيدة تدل على تمتعها بخصائص سيكومترية جيدة، مما يؤكد صلاحيتهم للاعتماد عليهم كأدوات قياس في دراستنا .

### 9. الأساليب الإحصائية المعتمد عليها:

1.9. الوسائل الإحصائية: هدف الدراسة الإحصائية هو محاولة التوصل على مؤشرات ذات دلالة، تمكننا من التحليل والتفسير والحكم على مدى صحة الفرضيات واستخدم الباحث الحقيقية الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لتحليل

بيانات الدراسة بعد قيام الباحث بتفريغ البيانات وترميزها، واستخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية :

- النسبة المئوية.
- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
- اختبار " ت " T-test لعينتين مرتبطتين.
- معامل الارتباط بيرسون Pearson لدراسة الارتباطات بين عبارات وأبعاد المقياس وبالتالي صدق الأداة .
- معادلة كرونباخ ألفا Alpha Cronbach لحساب الثبات للأداة .
- كاف تربيع لقياس النسب المئوية الموجودة في المقياس.

## الخلاصة:

تماشياً مع طبيعة البحث العلمي ومتطلباته العلمية والعملية حاولنا من خلال هذا الفصل التطرق إلى المنهجية المتبعة في البحث وإجراءاته الميدانية لتحقيق أهدافه من عينة البحث ومنهج البحث وأدوات البحث واختبار كيفية تنفيذها والمعالجة الإحصائية المناسبة للنتائج.

الفصل الخامس  
عرض وتحليل  
ومناقشة النتائج

**تمهيد :**

تعد عملية جمع النتائج وعرضها من الخطوات التي تلزم الباحث على القيام بها من أجل التحقق من صحة الفرضيات المقدمة أو عدم صحتها، غير أن العرض وحده غير كافي للخروج بنتيجة علمية (ذات دلالة علمية) ما لم يكملها الباحث بعملية تحليل ومناقشة هذه النتائج، حتى تصبح لها قيمة علمية وتعود بالفائدة على البحث بصفة عامة ومن خلال هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تم جمعها والتحصل عليها من الدراسة الميدانية، وسنحاول من خلاله أيضا إعطاء بعض التفاسيرات لإزالة الإشكال المطروح في الدراسة مع الحرص على أن تكون مصاغة بطريقة منظمة تمكن من توضيح مختلف الأمور المبهمة، وحرصنا عند تقديم عملية الشرح والتحليل على أن تتم العملية بطريقة علمية ومنظمة والهدف الرئيسي من هذا الفصل هو تحويل النتائج الميدانية إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية يمكن الاعتماد عليها في إتمام هذه الدراسة وبلوغ أهدافها.

عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية العامة:

نص الفرضية: "توجد علاقة بين السلوك العدواني وتقدير الذات خلال الأنشطة الجماعية":

الجدول رقم (04) يوضح نتائج الفرضية العامة.

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(ر) المحسوبة	درجة الحرية	(ر) المجدولة	مستوى الدلالة
تقدير الذات	400	32.54	3.68	-0.14	398	0.17	غير دالة
السلوك العدواني		142.04	25.63				

من خلال الجدول رقم (04) نلاحظ المتوسط الحسابي لتقدير الذات بلغ 32.54 والانحراف المعياري بلغ 3.68 في حين كان المتوسط الحسابي السلوك العدواني كان 142.04 والانحراف المعياري 25.63 وأن قيمة (ر) المحسوبة المقدر ب (-0.14) أصغر من قيمة (ر) المجدولة المقدر ب (0,17) عند درجة حرية 398 ومستوى الدلالة 0,05 وهي غير دالة عند هذا المستوى.

وعليه يمكن القول أن الفرضية العامة لم تتحقق وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية أي لا توجد علاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية خلال الأنشطة الجماعية.

عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

نص الفرضية: "مستوى السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية خلال الأنشطة الجماعية عالي".

الجدول رقم (05): يمثل مستوى السلوك العدواني المميز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية خلال الأنشطة الجماعية.

نوع الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	التقدير
السلوك العدواني	400	142.04	25.63	73.68	عالي

يبين الجدول رقم (05) أن متوسط إجابات أفراد العينة على مقياس السلوك العدواني كان مرتفعاً حيث بلغ المتوسط الحسابي (142.04) والانحراف المعياري (25.63) وكانت النسبة المئوية (73.68) ويعد هذا التقدير للسلوك العدواني عالياً.

عرض و تحليل و تفسير نتائج الفرضية الثانية:

نص الفرضية: " مستوى تقدير الذات المميز لدى تلاميذ المرحلة الثانوي خلال الأنشطة الجماعية متوسط ".  
الجدول رقم (06): يمثل مستوى تقدير الذات المميز لدى تلاميذ المرحلة الثانوي خلال الأنشطة الجماعية

نوع الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	التقدير
تقدير الذات	400	32.54	3.68	60	متوسط

يبين الجدول رقم (06) أن متوسط إجابات أفراد العينة على مقياس تقدير الذات كان متوسطا حيث بلغ المتوسط الحسابي (32.54) والانحراف المعياري (3.68) وكانت النسبة المئوية (60) ويعد هذا التقدير متوسطا. حيث تشير دراسة جروس، gross عام (1997) التي أظهرت نتائج دراسته أن تقدير الذات يرتبط مع السلوك العدوانى لدى التلاميذ، فالتلاميذ المهتمون بالمهمة والمدفوعون للتعلم لأنهم يحبون التعلم يظهرين تقدير ذات أعلى من التلاميذ المهتمين بالذات والمدفوعين للتعلم بغرض إظهار تحصيل مميز. ودراسة اليس إس جي، J. Ellis -s عام (1999) التي أشارت إلى أن تقدير الذات يعتمد على العوامل الخارجية ومن هذه العوامل الإنجازات الدراسية.

## 1. مناقشة وتفسير النتائج:

## 1.1. مناقشة تفسير نتيجة الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى تلاميذ الثانوي خلال الأنشطة الجماعية، وقد تم نفي هذه الفرضية وكانت النتيجة عدم وجود علاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات والأبحاث التي تم الاطلاع عليها من طرف الباحثون منها دراسة **بوميستر وآخرون 1998** كانت بعنوان "تقدير الذات المرتفع وتقدير الذات المنخفض وتهديد الأنا" حيث بين أن العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني غير صحيحة على الإطلاق حيث أن تقدير الذات المرتفع يؤدي أكثر إلى السلوك العدواني ولبيان وجهة نظرهم ذلك أن تقدير الذات المرتفع مفضل لدى بعض الناس عن المسمى الغطرسة أو الغرور أو الأنانية أو النرجسية، ويؤكد على أن تقدير الذات المرتفع والنظرة الراضية للفرد عن نفسه ضد أي تهديد خارجي يقلل من قيمته بنفسه يتحول سلوكه إلى سلوك عدواني.

كما تتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة **روبرتس وباتس ليفون 1997** بعنوان "التهديدات المتعلقة بتقدير الذات وأثرها كمتغير وسيطي في عنف الطلاب" حيث من بين أهداف الدراسة معرفة استجابة الطلاب الذين لديهم تقدير ذات مرتفع وتقدير ذات منخفض بأسلوب مختلف لمستويات العنف ومن بين نتائجها يستجيب الطلاب الذين لديهم تقدير ذات مرتفع ومنخفض بأسلوب مختلف مع مستويات العنف وتشير هذه الدراسة إلى أن الطلاب الذين لديهم تقدير ذات مرتفع أكثر عنف من الطلاب الذين لديهم تقدير ذات منخفض.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بما ذهب إليه كل من **مارتن وسلجمان وإرفن ستوب** في "العلاقة بين الإحساس الزائدة بقيمة الذات والسلوك العدواني عند الأطفال" وقد وجد في تقريرهما عن السلوك العدواني عند الأطفال أن هؤلاء المتمردين ليس لديهم تقدير ذات منخفض كما أكد أن الأطفال العدوانيين يميلون للوم الآخرين بدلا من لوم أنفسهم على سلوكهم السلبي.

كما تؤكد **ستوب** على أن الأطفال اللذين لم يكن لديهم وسائل اجتماعية قيمة لكسب الصورة الاجتماعية الجيدة وكسب الكفاءة والأداء الجيد في المدرسة والعلاقة الجيدة مع الأصدقاء سوف يتجهون إلى السلوك العدواني. وقد وجد **بومستير وسمارت وبودن 1996** أن تقدير الذات مرتبط بسلوك العدواني فالقتلة والمغتصبون وشباب العصابات كلهم لديهم إحساس قوي بسيادتهم وعلى ضوء ما سبق نجد أن نظرية **بومستير** تؤكد على أن تقدير الذات المرتفع هو الذي يؤدي إلى السلوك العدواني وليس تقدير الذات المنخفض.

وقد يرجع عدم وجود علاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني إلى أن الفرد يحافظ على تقديره المرتفع لذاته من خلال سلوكياته العدوانية وهذا ما نلاحظه عند أغلبية تلاميذ الثانوية خلال الأنشطة الجماعية وذلك بسبب خصائص العينة التي تتميز بعدم الاستقرار النفسي والانفعالي.

في حين تعارضت نتائج هذه الدراسة مع نتائج مجموعة من الدراسات منها: دراسة إبراهيم عبد الحميد 1994 ودراسة الحميدي محمد ضيدان الضيدان 2003 ، جون درلف ليفين وماكديفيت 1993 ، ستوب 1989 ودراسة عوض بن محمد عويض الحربي 2003 التي توصلت بدورها إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة بين تقدير الذات الايجابي والسلوك العدواني ومغزى هذا أنه كلما ازد تقدير الفرد لذاته قلت عدوانيته والعكس صحيح أيضا. وقد يرجع هذا الاختلاف إلى نوعية المقاييس المستخدمة أو العينة المدروسة.

### 2.1. مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

نصت الفرضية الجزئية الأولى إن مستوى السلوك العدواني لدى التلاميذ المرحلة الثانوية خلال الأنشطة الجماعية كان عاليا ويفسر الباحثون هذه النتيجة على أن السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية خلال الأنشطة الجماعية أصبح حقيقة واقعية موجودة وتأخذ من حصة التربية البدنية والرياضية الوقت الكثير وتترك آثار سلبية على العملية التعليمية ككل فقد ذكر كيلي Kelley العدوان أنه السلوك الذي ينشأ عن حالة عدم ملائمة الخبرات السابقة للفرد مع الخبرات والحوادث الحالية، وإذا دامت هذه الحالة فإنه يتكون لدى الفرد إحباط ينتج من جرائه سلوكيات عدواني من شأنها أن تحدث تغيرات في الواقع حتى تصبح هذه التغيرات ملائمة للخبرات والمفاهيم التي لدى الفرد.

لذا فهي تحتاج إلى تضافر الجهود المشتركة سواء على صعيد المؤسسات، كونها ظاهرة اجتماعية بالدرجة الأولى وانعكاساتها السلبية تؤثر على المجتمع بأسره. ولا بد في هذا الجانب من التعامل بحذر ودراية ودراسة واقع التلميذ العدواني دراسة دقيقة واعية والإطلاع على كافة الظروف البيئية المحيطة بحياته الأسرية، لان التلميذ مهما كان جسمه وشخصيته فهو إنسان أتى إلى المدرسة ولا نعرف ماذا به ؟ وماذا وراءه ؟ فقد يكون وراءه أسرة مضطربة بسبب فقدان عائلها أو استشهاده أو اعتقاله أو هجرة أو ظروف اقتصادية أو حياتية أو طلاق..... الخ وقد يكون وراءه أسرة تهتم به وتعمل على تدليله، فطلباته أوامر، وأفعاله مقبولة ومستحبة، وهو في كل هذه الأحوال مجني عليه، ويحتاج إلى الأخذ بيده. ولم تعد العناية بالطفل وتربيته مجرد اجتهاد شخصي أو مجرد وسائل تكتسب بالمحاولة والخطأ بل أصبحت في الوقت الحاضر علما وفنا، فهي علم ينظم ويوضح وسائل التربية التي ينبغي على القائمين بالعملية التربوية الاهتمام بها، وفن لأنه يتطلب طبيعة خاصة ينبغي للمهتمين بشؤون الطفل اكتسابها لكي تؤدي العملية التربوية الثمار المرجوة منها.<sup>(1)</sup>

هو ما يشير أن مستوى السلوك العدواني المرتفع خلال الأنشطة الجماعية راجع إلى طبيعة الاحتكاك أثناء الحصة وحب الفوز بأية طريقة وهو ما نستنتج أن الفرضية المصاغة قد تحققت .

<sup>1</sup> --Barrow, H.M. & Rosemary, M.G.: A practical approach to measurement in physical education, 2nd. Ed, Febiger, Philadelphia(1970)p148

## 3.1. مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

نصت الفرضية الثانية أن مستوى تقدير الذات لدى التلاميذ المرحلة الثانوي خلال الأنشطة الجماعية كان متوسطاً ويفسر الباحثون أن هذه النتيجة تعبر عن نظرة التلاميذ الواقعية للمحيط الجديد فقد أكد صلاح مخيمر 1968 من أن كل شعور آثم يخفض تقدير الذات، وكل تحقيق للمثل العليا يرفع تقدير الذات ومن هنا فإن جانباً من العلاقة مع الموضوعات يظل خاضعاً لحاجات تقدير الذات و مدد نرجسى من الخارج حتى يحتفظ الفرد بتقديره لذاته.<sup>(2)</sup>

وهذا ما ذكره هشام الخولي 2002 أن تقدير الذات بشكل مناسب يوجد عند قليل من الأفراد حيث يرجع ذلك إلى أن معظم الناس يتم نموهم بدون درجة كافية من العاطفة، ويكون نتيجة لذلك انخفاض تقدير الذات أو تقدير الذات المشروط وفي بعض الأحيان يؤدي إلى تقدير ذات مرتفع بشكل زائف لأن من يفقد تقدير الذات سيشعر بالفشل لأنه أقل من غيره.<sup>(3)</sup>

وقد أوضح علاء الدين كفاي 2006 أن معظم المراهقين يبدأون في إعادة تقييم أنفسهم ويقارنون بناءهم الجسمي ومعلوماتهم ومهاراتهم ومواهبهم مع تلك التي عند أقرانهم وعند الآخرين الذين يعجبون بهم، فالمراهقون ذوو التقدير المنخفض للذات يكون من السهل تأثرهم بالآخرين، ويحدث ذلك في جزء منه بسبب أنهم يريدون أن يحبهم الآخرون ويوافقون على سلوكهم ويؤيدونهم في مواقفهم.

وأشار إبراهيم عبد الفتاح 2007، وأشرف عبد القادر 1998، إلى أنه بالنسبة إلى الأفراد ذوي تقدير الذات المرتفع فإنهم يشعرون بأنهم ذوو قيمة وجودية حقه، يمثلون جزءاً قائماً بذاته في عالمهم المحيط وهم مركز عالمهم، لا يهتزرون لتقييم جائر ينال من حقيقة قيمتهم التي تستحق الاعتراف والتقدير فذوو تقدير الذات المرتفع يحترمون أنفسهم، ويشعرون بالكفاءة ولديهم ثقة في مدركاتهم وأحكامهم، وتؤدي اتجاهاتهم المقبولة نحو أنفسهم إلى قبول آرائهم والثقة والاعتزاز بردود أفعالهم واستنتاجاتهم.

<sup>2</sup>- صلاح مخيمر: علم نفس الإجتماعى. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، 1968ص108

<sup>3</sup>- هشام الخولى (2002). الذكاء الوجدانى كدالة للتفاعل بين الجنس وتقدير الذات والسعادة والقلق لدى عينة من طلاب المرحلة الجامعية. مجلة كلية التربية، جامعة بنها، العدد 52، 117 - 158.ص148

**الخلاصة:**

من خلال النتائج السابقة وأراء الباحثين، يمكننا القول أن العلاقة بين السلوك العدواني وتقدير الذات خلال الأنشطة الجماعية غير محققة في هذه الدراسة التي أيدتها معظم الدراسات، بينما مستوى السلوك العدواني مرتفع بالنسبة لتلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية في حين أن تقدير الذات يكون متوسطا وذلك راجع لمختلف العوامل التي يمر بها التلميذ خلال المسيرة الحياتية وقد تكون هذه العوامل داخلية أو خارجية.

الاستنتاج العام

### استنتاج عام:

في حدود أهداف والفرضيات المطروحة ومتغيرات الدراسة، ومن خلال نتائج الدراسة الميدانية التي تم الحصول عليها بعد إجراء المعالجات الإحصائية اللازمة للبيانات، توصل الباحثون إلى بعض الاستنتاجات التالية:

1. من خلال الفرضية العامة التي تشير إلى وجود علاقة بين السلوك العدواني وتقدير الذات التي بدورها لم تتحقق، حيث قبلنا بالفرض الصفري الذي ينص إلى عدم وجود علاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وهذا ما أثبتته النتائج المتحصل عليها.

2. أما الفرضية الجزئية الأولى التي تشير إلى مستوى السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية يكون عالياً، فقد تحققت هذه الفرضية بدرجة كبيرة وهذا ما أثبتته النتائج هذه الدراسة، ما يؤكد أن للسلوك العدواني مجالاً وحيزاً واسعاً في الوسط التربوي بصفة عامة وفي الطور الثانوي بصفة خاصة وذلك راجع إلى عدة عوامل وبالتالي أصبح السلوك العدواني حقيقة واقعية معاشة يجب تكريس الجهود لمجابهتها.

3. أما الفرضية الجزئية الثانية والتي تشير إلى أن مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ الطور الثانوي يكون متوسطاً، حيث تحققت أيضاً هذه الفرضية بدرجة كبيرة، وهذا ما أثبتته النتائج المتحصل عليها، ويمكن القول من هذه النتيجة أن التلاميذ الذين لديهم تقدير الذات متوسط هم الذين يتميزون بشخصية سوية لأن مفهومهم عن ذاتهم أو حكمهم عليها يتسم بالمشاعر المعتدلة.

خاتمه

خاتمة:

لقد انطلقت هذه الدراسة من مشكلة مطروحة ميدانيا تتعلق بمعرفة العلاقة بين السلوك العدواني وتقدير الذات ومعرفة مستويات كل من السلوك العدواني وكذا تقدير الذات وذلك بهدف محاولة صياغة إطار نظري في هذا المجال.

وبعد عرض الجانب النظري لهذا البحث وكذا الجانب التطبيقي الذي يتمثل أساساً في مقياس تقدير الذات لـ كوبر سميث لقياس تقدير الذات عند التلاميذ وكذا مقياس السلوك العدواني لـ محمد علي عمارة لقياس ثلاثة أبعاد "عدوان نحو الآخرين، عدوان نحو الذات، عدوان نحو الممتلكات" الموجه للتلاميذ حول الموضوع مراد دراسته.

وبعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظرياً، وإعداد أداة لجمع البيانات وتطبيقها على عينة مكونة من 400 تلميذاً من بعض ثانويات ولاية البويرة تم جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً وعرضها وتحليلها وتفسيرها ومناقشتها بالاعتماد على التناول النظري وعلى ما توفر من دراسات سابقة ومشابهة، ومن خلال النتائج التي توصلنا إليها تبين ما يلي:

- ✓ لا توجد علاقة بين السلوك العدواني وتقدير الذات لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال ممارسة الأنشطة الجماعية.
  - ✓ مستوى السلوك العدواني عالي نسبياً لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال ممارسة الأنشطة الجماعية.
  - ✓ مستوى تقدير الذات متوسط نسبياً لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال ممارسة الأنشطة الجماعية.
- وفي الأخير نرجو أن تشكل هذه النتائج والمعلومات المتحصل عليها مكسباً للإفادة في التطبيق العملي، وأن يساهم هذا العمل المتواضع في إثراء البحث العلمي في مجال النشاط البدني الرياضي، لعله يمد المختص والعام برؤية حقيقية لكيفية التعامل مع هذه المواضيع بشكل سليم، وذلك من خلال الوصف والتفسير والتنبؤ، وبالتالي النهوض بالمستوي الرياضي وتكوين المواطن الصالح واللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية.

### الاقتراحات والتوصيات:

- انطلاقاً مما توصلنا إليه من خلال تحليل المعطيات والنتائج التي تثبت أهمية وقدرة التربية البدنية والرياضية عامة، والأنشطة الجماعية خاصة على تعديل سلوك الفرد، وتسوية شخصيته من خلال قدرته على التحكم في الميول والانفعالات، وتفادي السلوكيات المنحرفة وخاصة العدوانية منها فإننا نقترح ما يلي:
- ✓ توفير الجو الملائم للتلميذ داخل المؤسسة التربوية، حتى يستطيع أن يتكيف مع مرحلة المراهقة دون حدوث أزمات، وهذا ما يساعده على ضبط سلوكه العدواني أثناء ممارسته الحصص التعليمية.
  - ✓ الدعم والتشجيع من طرف الوالدين والمسؤولين للتلاميذ على ممارسة الأنشطة الرياضية، وذلك لخلق نوع من الدافعية والحماسة لدى التلاميذ، لتفادي ظهور السلوك العدواني نتيجة الكبت والانعزال الذي يعاني منه التلاميذ جراء انعدام أماكن الترفيه والتنفيس.
  - ✓ القيام بأبحاث مشابهة للبحث الحالي، على أن تنتقى عينة من المدن الكبيرة وعينة من الريف نظراً للاختلافات الكبيرة بين المدن الكبيرة والريف من حيث التطور الاجتماعي للجنسين.
  - ✓ يجب أن يهتم القائمون على العملية التعليمية بالكشف عن مستويات تقدير الذات لدى التلاميذ في المراحل التعليمية المختلفة بهدف عمل البرامج الإرشادية والتوجيهات للتلاميذ منخفضي تقدير الذات، لمساعدتهم في تكوين صورة ايجابية عن أنفسهم وتقبلهم لها ومن ثم تقديرهم لها ويتطلب ذلك تفعيل هيئة للإرشاد والتوجيه النفسي في مختلف الأطوار التعليمية.
  - ✓ ضرورة الاهتمام بإعداد المعلم الإعداد المناسب يكونه العنصر الفعال في عملية تنشئة النشء، ورعايته نفسياً واجتماعياً بالقدر الذي يمكنه من إتقان مهمته.

السليو غرافيا

قائمة المصادر والمراجع

1. المصادر

أ-القرآن الكريم.

2. المراجع بالعربية:

1.2. الكتب

1. رابح تركي: أصول التربية والتعليم، ط2، ديوان مطبوعات الجامعة، الجزائر، 1990.
2. محمد يوسف حجاج: التعصب والعدوان في الرياضة، مكتبة الانجلومصرية، مصر، 2002.
3. محمد شفيق: البحث العلمي الخطوات المنهجية لإعداد البحوث الاجتماعية، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية سنة 1998.
4. أحمد بوسكرة: مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي والتقني، جامعة المسيلة، دار الخلدونية للنشر والتوزيع. ريغة، الجزائر، 2005.
5. عمر بن عبد الرحمان المفدي: أزمة الهوية في المراهقة، المجلد الرابع، مطابع الملك سعود الرياض، 1992.
6. البهي السيد: الأسس النفسية للنمو، ط1، دار الفكر المرسي، 1975.
7. محمد جميل منصور: النمو من الطفولة إلى المراهقة، دار تهامة، ك1، الرياض، 1980.
8. إبراهيم ريكان: النفس والعدوان. ط1. دار الشؤون الثقافية العامة. بغداد 1987.
9. بوفلجة غياث: التربية ومتطلباتها، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1984.
10. عطاء الله أحمد وآخرون: تدريس التربية البدنية والرياضية، الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية، الجزائر 2009.
11. محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين: نظريات في طرق التربية الرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط 2، 1992.
12. تشارلز بيركر: أسس التربية البدنية والرياضية، ترجمة د حسن معوض وكمال صالح عبده، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1994.
13. أحمد مختار عضاضة: التربية العملية التطبيقية في المدارس العراقية والتكميلية، ط3، مؤسسة الشرق الأوسط للطباعة والنشر، بيروت، 1968.
14. أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط2، 1998.
15. محمد جميل عبد القادر: التربية الرياضية الحديثة، دار الجيل بيروت.
16. فضائي: تحرير الإتحاد الأمريكي للصحة والتربية البدنية والترويح، 1975.
17. عدنان درويش جلون وآخرون: التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994.
18. وزارة التعليم الابتدائي والثانوي: دروس في التربية وعلم النفس، مطبعة الجيش الشعبي، 1972.
19. أنور الجندي: التربية وبناء الأجيال في ضوء الإسلام، دار الكتاب، بيروت، بدون طبعة، 1982.

20. محمد حسن علاوى: علم النفس الرياضي، الطبعة 6، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1988.
21. سعد مرسي أحمد، وكورتر كوجك: تربية الطفل المدرسية، عالم الكتب، القاهرة، 1983.
23. إلين وديع فرج: خبرات في الألعاب للصغار والكبار، ط2، منشأة المعارف، 2002.
24. ناصيف جميل: موسوعة الألعاب الرياضية المفصلة، الدار العلمية، بيروت، عمان، 1993.
25. إبراهيم ريكان: النفس والعدوان. ط1. دار الشؤون الثقافية العامة. بغداد 1987.
26. عزت إسماعيل : سيكولوجية الإرهاب وجرائم العنف .ذات السلاسل .الكويت. 1982.
27. زيدان محمد مصطفى: معجم المصطلحات النفسية والتربوية، ط1، دار الشروق، المملكة العربية السعودية، 1979.
28. فاخر عقل: معجم علم النفس. ط2. دار العلم للملايين. بيروت. 1979.
29. سعاد محمد بهاور: في علم النفس النمو. ط1. دار البحوث العلمية. الكويت. 1977.
30. أسامة كامل راتب: علم النفس الرياضة، مفاهيم وتطبيقات، ط2، دار الفكر العربي.
31. محمد جميل منصور: قراءات في مشكلات الطفولة. جدة السعودية. 1981.
32. زكري أحمد الشربيني: المشكلات النفسية عند الأطفال، دار الفكر العربي القاهرة ط1، 1994.
33. عبد الرحمان العيسوي: سيكولوجية الجنوح. دار النهضة العربية. بيروت. 1989.
34. حقي ألفة محمد: علم النفس المعاصر. منشأة المعارف 1983.
35. بوخريسة بوبكر: المفاهيم والعمليات الأساسية في علم النفس الاجتماعي. منشورات جامعة عنابة. 2006.
36. فاطمي نافية، ورفاعي عالية: نمو الطفل ورعايته. دار الشرق. عمان، 1989.
37. شحيمي محمد أيوب: مشكل أطفالنا كيف نفهمها. ط1. دار الفكر اللبناني. بيروت.
38. محمد غياري. محمد سلامة: الانحراف الاجتماعي ورعاية المنحرفين، المكتب الجامعي الإسكندرية. 1989.
39. محمد حسن علاوى: سيكولوجية الجماعات الرياضية. ط1. مركز الكتاب للنشر. القاهرة. 1998.
40. محمد حسن علاوى: سيكولوجية العدوان والعنف في الرياضة، مركز الكتاب للنشر، ط1، 1998.
41. محمد السيد عبد الرحمان: علم النفس الاجتماعي المعاصر. دار الفكر العربي. القاهرة. 2004.
42. قحطان أحمد الظاهر: مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، دار وائل للنشر، عمان، الأردن، 2004.
43. والاس. د.لابين بيرت جرين: ترجمة فوزي بهلول، مفهوم الذات أسسه النظرية والتطبيقية، دار النهضة العربية، القاهرة، مصر، 1967.
44. فرحان محمد جلوب: النفس الإنسانية، مكتبة بسام، الموصل، العراق، 1986.
45. زهران حامد عبد السلام: التوجيه والإرشاد النفسي، عالم الكتب، القاهرة، مصر، 1980.
46. غنيم سيد أحمد: سيكولوجية الشخصية، محدداتها، قياسها، نظرياتها، دار النهضة العربية، القاهرة، مصر 1975.
47. إبراهيم أحمد أبو زيد: سيكولوجية الذات والتوافق، دار المعارف، مصر، 1987.

48. حسين الدريني ومحمد سلامة: تقدير الذات للبيئة القطرية، مرآة البحوث العربية، قطر، 1983.
49. عبد الفتاح دويدار: سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات، دار النهضة العربية، مصر، 2000.
50. أحمد بن مرسل: مناهج البحث في علوم الاتصال، ط2، 2005.
51. عبد الحليم ليلي: مقياس تقدير الذات للكبار و الصغار، ط1، دار النهضة المصرية، القاهرة، 1984.
52. حلمي المليجي: القياس السيكولوجي في الصناعة، دار المعارف، مصر، 1986.
53. وحيد مصطفى كامل: علاقة تقدير الذات بالقلق الإجتماعي لدى الأطفال الضعاف السمع.
54. عبد الرحمن عدس، محي الدين توق: مدخل إلى علم النفس، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1998.
55. عبد العلي الجسماني: سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية، الداري العربية للعلوم، مصر، 1998.
56. قحطان احمد الطاهر: الطفل الغير عادي، الموهوبين والمعوقين، مطابع الثورة العربية، لبنان، 2000.
57. مصطفى سويف: الأسس النفسية لتكامل الاجتماعي، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1955.
58. ناصر ثابت: أضواء على الدراسة الميدانية، ط1، مكتبة الكاتب الكويتية، الكويت 1984.
59. فيصل عباس: الاختبارات النفسية، ط1، دار الفكر العربي، بيروت، 1996.
60. إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي: طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية، مرآة الكتاب للنشر، القاهرة، سنة 2000.
61. فاروق عبد الحميد الدسوقي 1981.
62. المقدم عبد الحفيظ: الإحصاء والقياس والنفسي التربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، 1993.

## 2.2. المجلات

1. فاروق عبد الفتاح سلامة: مقارنة نحو الذكاء ونحو تقدير الذات في الطفولة والمراهقة، مجلة آية التربية، العدد الثالث، جامعة الزقازيق، مصر، 1987.

## 3.2. قائمة المذكرات

01. العكروت سعيد ومعروف حسن: ممارسة الرياضة في ضل حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالسلوكيات العدوانية لدى تلاميذ الطور الثانوي، مذكرة ليسانس في التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، معهد التربية البدنية والرياضية، السنة الجامعية 2009/2008.
02. حنان حسن هويدي: دراسة ميدانية مقارنة بين مفهوم الذات عند الطفل المعوق والطفل العادي في مدينة الرياض، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الملك سعود، 1983.

03. العصون، منير صالح: السلوك العدواني لدى أطفال ما قبل المدرسة وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية و الذكاء في منطقة الرياض، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية للبنات بالرياض، قسم علم النفس، 1991.
04. العزازي عزة عبد الجواد: استخدام السيودراما في معالجة بعض المشكلات النفسية لأطفال ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين الشمس، القاهرة، 1990.
05. بوخملة سفيان، السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية خلال حصة التربية البدنية و الرياضية، جامعة الجزائر، قسم التربية البدنية و الرياضية بدالي براهيم، السنة الجامعية 2001/2000.
06. كعواش عبد العزيز وآخرون: مكانة الألعاب الرياضية الجماعية في حصة التربية البدنية الرياضية. مذكرة ليسانس في التربية البدنية والرياضية. جامعة قسنطينة، السنة الجامعية 2004/2003.
07. زيدان محمد زيدان: تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بالرياض، مذكرة ماجستير ، الرياض، 2008.

### 3. مراجع باللغة الفرنسية:

1. Demeny(g) les beses scientifique de leducation physique 7ed librairie fèix parise 1924 p15.
2. coopersmith. 5 (1967) « the antecedent of self- esteem sann- francisco freeman »
3. Barrow, H.M. & Rosemary, M.G.: A practical approach to measurement in physical education, 2nd. Ed, Febiger, Philadelphia(1970)p148.

العلاج



## جامعة البويرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

قائمة السادة المحكمين: (دكاترة، خبراء، مختصين) الذين قاموا بعملية تحكيم استمارة مقياسيين.

موضوع الدراسة: السلوك العدواني وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ الطور الثانوي خلال الأنشطة الجماعية.

الرقم	اسم ونقب الأستاذ	الدرجة العلمية	الإمضاء	الجامعة
1	طارق توفيق	دكتوراه		البويرة
2	عمران حميد	استاذ محاضر		البويرة
3	لؤاس عبدالله	استاذ محاضر		البويرة

من إعداد الطلبة:

تحت إشراف الأستاذ :

\* طلحي عبد الصمد

\* د. منصورى نبيل

\* بلقاسم عبد الحميد

\* سلامى ايمن



قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

الرقم: 46/م ع ت ن ب ر / 2017.

إلى السيد (ة): مدير ثانوية الإمام محمد الغزالي  
ببوسور الغزالي ولاية البويرة.

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): طرلي عبد الرهمن ..... رقم التسجيل: K140103
- الطالب (ة): بلقاسم عبد الحميد ..... رقم التسجيل: K140053
- الطالب (ة): سلامي أيمن ..... رقم التسجيل: K140097

للقيام بزيارة ميدانية على مستوى مؤسساتكم خلال الموسم الجامعي 2016 / 2017. من أجل التحضير لمذكرة التخرج الذي يندرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

مدير المؤسسة المستقبلية



عمرو عروس





قسم النشاط البدني الرياضي التربيوي

الرقم: 39.../م ع ت ن ب ر / 2017.

إلى السيد (ة): .....  
أعمران بالبويرة

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): .....  
طلحي عبد الرزاق ..... رقم التسجيل: K140103
- الطالب (ة): .....  
بلقاسم عبد الحميد ..... رقم التسجيل: K140053
- الطالب (ة): .....  
سلاحي أيمن ..... رقم التسجيل: K140097

لقيام بزيارة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2016 / 2017. من أجل  
التحضير لمذكرة التخرج الذي يندرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات  
البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

مدير المؤسسة المستقبلية





قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

الرقم: 38...م/ع ت ن ب ر / 2017.

إلى السيد (ة): هدير متقنة بربان علي  
عبد مسام ولاية البويرة

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): طلحي... عبد الصمد... رقم التسجيل: K140103
- الطالب (ة): بلقاسم... عبد الحميد... رقم التسجيل: K140053
- الطالب (ة): سلاحي... ايمن... رقم التسجيل: K140097

للقيام بزيارة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2016 / 2017. من أجل التحضير لمذكرة التخرج الذي يندرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

مديرة المؤسسة المستقبلية  
المدير  
هدير متقنة بربان علي  
م. بلخير

رئيس القسم  
قسم النشاط البدني الرياضي التربوي  
أ. علوان رفيق



قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

الرقم: 42.../م ع ت ن ب ر / 2017.

إلى السيد (ة): هادي... محمد... محمد...  
سور الغزلان ولاية البويرة



الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): طاجي... محمد... محمد... رقم التسجيل: K140103
- الطالب (ة): بلقاسم... محمد... محمد... رقم التسجيل: K140053
- الطالب (ة): سلاحي... أيمن... رقم التسجيل: K140097

لقيام بزيارة ميدانية على مستوى مؤسساتكم خلال الموسم الجامعي 2016 / 2017. من أجل التحضير لمذكرة التخرج الذي يندرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

مدير المؤسسة المستقبلية





قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

الرقم: 37/...م ع ت ن ب ر / 2017.

إلى السيد (ة): مدير جامعة البويرة محمد الكهرتاني  
عبد الباقى بن براهيم ولاية البويرة

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطالب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): بلحجي عبد الصمد ..... رقم التسجيل: K.140103
- الطالب (ة): بلعناشم عبد الحميد ..... رقم التسجيل: K.140053
- الطالب (ة): سلاحي ايمن ..... رقم التسجيل: K.140097

للقيام بزيارة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2016 / 2017. من أجل التحضير لمذكرة التخرج الذي يندرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

مدير المؤسسة المستقبلية



الموافق: بمرافعة مستشارة المرصدة





قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

الرقم: 3.5.003/م ع ت ن ب ر /2017.

إلى السيد (ة): .. السيد شاذلي محمد بن عبد الوهاب  
يسير شريفا لولاية البويرة

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): .. طلحي محمد بن عبد الحميد ..... رقم التسجيل: K140103
- الطالب (ة): .. بلقاسم محمد بن عبد الحميد ..... رقم التسجيل: K140053
- الطالب (ة): .. سلامي ايمون ..... رقم التسجيل: K140097

للقيام بزيارة ميدانية على مستوى مؤسساتكم خلال الموسم الجامعي 2016 / 2017. من أجل  
التحضير لمذكرة التخرج الذي يندرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات  
البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

مديرة التربية لولاية البويرة  
المدير  
مؤسسة المستقبلية  
مؤسسة محمد بن داوي م

ساكرو يوسف

رئيس القسم  
جامعة البويرة  
قسم النشاط  
البدني  
الرياضي  
التربوي  
قسم النشاط البدني  
الرياضي التربوي بالنيابة  
أ. علي وان رفيق



إلى السيد (ة): مدير ثانوية طهم بلقاسم  
بالبويرة

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): طلحي عبد الصمد ..... رقم التسجيل: K140103
- الطالب (ة): بلقاسم عبد الحميد ..... رقم التسجيل: K140053
- الطالب (ة): سلاحي ايمن ..... رقم التسجيل: K140097

للقيام بزيارة ميدانية على مستوى مؤسساتكم خلال الموسم الجامعي 2016 / 2017. من أجل التحضير لمذكرة التخرج الذي يندرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

مدير المؤسسة المستقبلة

بوقرو كمال





قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

الرقم: 36.../م ع ت ن ب ر /2017.

إلى السيد (ة): *محمد بن أحمد*

*بجامعة البويرة*

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): *طاجي عبد الصمد* ..... رقم التسجيل: K140103.....

- الطالب (ة): *بلقاسم عبد الحميد* ..... رقم التسجيل: K140053.....

- الطالب (ة): *سلاحي ايمن* ..... رقم التسجيل: K140097.....

للقيام بزيارة ميدانية على مستوى مؤسساتكم خلال الموسم الجامعي 2016 / 2017. من أجل  
التحضير لمذكرة التخرج الذي يندرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات  
البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

المؤسسة المستقبلة



*ماكو يوسف*





قسم النشاط البدني الرياضي التربيوي

الرقم: 44/م ع ت ن ب ر / 2017.

إلى السيد (ة): منير بن البويرة - احمد بنيزيد  
سور الخزان ولاية البويرة

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): طلحي عبد الرحمن ..... رقم التسجيل: K140103

- الطالب (ة): بلقاسم عبد الحميد ..... رقم التسجيل: K140053

- الطالب (ة): سلاحي أيمن ..... رقم التسجيل: K140097

للقيام بزيارة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2016 / 2017. من أجل  
التحضير لمذكرة التخرج الذي يندرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات  
البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

مدير المؤسسة المستقبلية





قسم النشاط البدني الرياضي التريوي

الرقم: ك.أ. 400/م ع ت ن ب ر / 2017.

إلى السيد (ة): **محمد ميرسان بنوي** عميد الرحمان...

نشيبان سور الغزلان ولاية البويرة

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): **طالحي عبد الرحيم** ..... رقم التسجيل: **K140103** .....

- الطالب (ة): **بلقاسم عبد الحميد** ..... رقم التسجيل: **K140053** .....

- الطالب (ة): **سلاحي أيمن** ..... رقم التسجيل: **K140097** .....

للقيام بزيارة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2016 / 2017. من أجل  
التحضير لمذكرة التخرج الذي يندرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات  
البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

مدير المؤسسة المستقبلة



جامعة اكلي محند اولحاج البويرة

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

يشرفنا ويسرنا أن نضع بين أيديكم مقياس تقدير الذات ، التي نلتمس منكم الإجابة على الأسئلة المطروحة ونلفت انتباهكم أن هذا المقياس جزء من العمل الذي نقوم به قصد تحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة ليسانس في قسم النشاط البدني الرياضي التربوي والتي تندرج تحت عنوان :

**السلوك العدواني وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ الطور الثانوي أثناء الأنشطة الجماعية.**

علما بأن اجابتم ستكون مساهمة فعالة في تطوير البحث العلمي وتحضي بأهمية وسرية تامة ، كما أنها لا تستعمل إلا لأغراض علمية ، لهذا نرجو منكم ملئ هذه الاستمارة والاجابة عبي الاسئلة من أجل التوصل إلى نتائج تفيد دراستنا .

ويرجى التكرم بالإجابة على فقرات هذا القسم بوضع إشارة (X) في المربع المناسب أمام كل فقرة من فقرات هذا القسم .

ولكم منا فائق الاحترام والتقدير ،،،

تحت اشراف الدكتور :

\* منصورى نبيل

من إعداد الطلبة :

- ✓ سلامى أيمن
- ✓ بلقاسم عبد الحميد
- ✓ طلحي عبد الصمد

السنة الجامعية: 2016/2017

الرقم	العبارات	تنطبق	لا تنطبق
01	لا تضايقتني الأشياء عادة		
02	أجد من الصعب عليا أن أتحدث أمام مجموعة من الناس		
03	أود لو أستطيع أن أغير أشياء في نفسي		
04	لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسي		
05	يسعد الآخرون بوجودهم معي		
06	أتضايق بسرعة في المنزل		
07	أحتاج وقتا طويلا كي أعتاد على الأشياء الجديدة		
08	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني		
09	تراعي عائلتي مشاعري عادة		
10	استسلم بسهولة		
11	تتوقع عائلتي من الكثير		
12	من الصعب جدا أن أضل كما أنا		
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي		
14	يتبع الناس أفكارني عادة		
15	لا أقدر نفسي حق قدرها		
16	أود كثيرا لو أترك المنزل		
17	أشعر بالضيق من عملي غالبا		
18	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس		
19	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله عادة		
20	تفهمني عائلتي		
21	معظم الناس محبوبون أكثر مني		
22	أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء		
23	لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من الأعمال		
24	أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر		
25	لا يمكن للآخرين الاعتماد عليا		