الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس – مستغانم –

معهد التربية البدنية والرياضية

أطروحة مكملة لنيل شهادة الدكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية

تخصص: علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

العنوان

أثر برنامج إرشادي نفسي مقترح أثناء حصة التربية البدنية والرياضية للتخفيف من مظاهر الانطواء الاجتماعي في الوسط المدرسي

(دراسة ميدانية على تلاميذ السنة الثالثة متوسط)

إعداد الطالب:

بن نجمة نورالدين

تحت إشراف :

الأستاذ الدكتور :بومسجد عبد القادر

لجنة المناقشة:

أ.د. بن قلاوز أحمد التواتي	رئيسا
أ.د. بومسجد عبد القادر	مقررا
د. قوراري بن علي	عضوا
د. زيوش أحمد	عضوا
د. أوشن بوزيد	عضوا
د بن دقفل رشيد	عضوا

السـنة الجامعية: 2015-2016

إهداء

أهدي هذا البحث المتواضع إلى من أوصانا بهم الله سبحانه و تعالى ورسوله صلى الله عليه وسلم ، الأم الغالية منبع الحنان والعطف ،الأب العزيز رمز العطاء والتضحية رحمة الله عليه، إلى زوجتي العزيزة إلى إخوتي ،أسعيدي، الدراجي،المختار،إلى أخواتي سهلية ، سعاد ، فطيمة ،فتيحة خديجة ،وخضراء، كما لا أنسى خالي يحي والحاج ، وخالتي سعيدة ومسعودة وعماتي أم الخير ،فاطنة ، أمباركة ،لعمارية وإلى كل الأحباب و الأقارب إلى كل الأصدقاء وأخص بالذكر رشيد بن دقفل ،بشيري بن عطية ،بكة فارس ،سليماني نورا لدين ،قيال ،مراد كما أشكر المشرف الفاضل الأستاذ الدكتور بومسجد عبد القادر على كل مجهود بذله لإنجاز هذا البحث.

وشكرا

شكر و تقدير

حمدًا لله تعالى وشكرًا على فضلهِ أن منَّ عليَ ووفقني لإنهاءِ هذا البحث، وأخُصُّ بالشكر الأستاذ المحترم الدكتور بومسجد عبد القادر ، أولا لقبوله الإشراف على هذا البحث، وثانيا على توجيهاته طوال فترة إشرافه .

كما أتقدم بالشكر الجزيل لكل الذين قدموا لي يد المساعدة، وأخص بالذكر الأستاذ بن دقفل رشيد ، بشيري بن عطية ،بكة فارس ،سليماني نورالدين ،جوبر مروان ،قيال مراد.بلبول موسى

كما لا يفوتني شكر أساتذة التربية البدنية والرياضية على مشاركتهم في الدراسة الميدانية، ولكل من ساعدني في توزيع وجمع بيانات الدراسة، كما لا تفوتني الفرصة أن أشكر السادة الأساتذة المحكمين، وأساتذة معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة ،و كل من ساهم في هذا البحث بالنصيحة والعون والتشجيع...

قائمة المحتويات

الموضوع	الصفحة
الفصل التمهيدي	
مقدمة	02
1- إشكالية الدراسة	04
2- أهداف الدراسة	07
3- فرضيات الدراسة	08
4- أهمية الدراسة	09
5- تحديد مصطلحات الدراسة	09
6- الدراسات السابقة	11
7- خلاصة	24
الباب الأول :الدراسة النظرية	
الفصل الأول : مفاهيم ونظريات الإرشاد النفسي	
تمهيد	27
1-مفهوم الإرشاد في اللغة العربية	27
1-1- مفهوم الإرشاد في التربية وعلم النفس	27
2- المفاهيم الخاطئة للإرشاد النفسي	28
3- نماذج الإرشاد النفسي	29
3-1- نموذج هيل وابرين	29
3-2 –نموذج وليامسن	30
3-3 – نموذج برامر	30
3-4 –نموذج أكون	31
3-5 –نموذج كاكوف	31
4- نظريات الإرشاد النفسي	32
4-1- نظرية الذات	32
4 -1-1-تطبيقات النظرية	33
4-2- نظرية الإرشاد الجشتالتي	34
4-2-1- المفاهيم الأساسية للنظرية	34
4-2- 2- تطبيقات النظرية في الإرشاد المدرسي	35

4-3- نظرية العلاج المعرفي السلوكي	35
4-3-1- تطبيقات نظرية العلاج المعرفي السلوكي في الإرشاد	36
4-4- نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي	36
4-4-1- تطبيقات النظرية	37
4-5- النظرية السلوكية	38
4-5-1- المفاهيم الأساسية للنظرية:	38
4-5-2- تطبيقات النظرية	39
4-6- نظرية التحليل النفسي	39
4-6-1- تطبيقات نظريه التحليل النفسي في التوجيه والإرشاد	40
4-7- نظرية الإرشاد الواقعي	42
4-7-1- المفاهيم الأساسية للنظرية	42
5- أهداف الإرشاد النفسي	43
6-الإرشاد النفسي التربوي	44
6-1- خدمات الإرشاد التربوي	46
6-2- أهداف الإرشاد التربوي	46
7-وسائل جمع المعلومات في عملية الإرشاد النفسي	47
7-1- المقابلة	47
7-2- الاختبارات والمقاييس	49
7-3-الملاحظة	50
7-4- دراسة الحالة	52
7-5- البطاقة المجمعة والسجل التراكمي	53
7-6- السجل القصصي	55
7-7 الاستبيان	55
7-8-التقارير السردية (السجلات القصصية:)	55
7-9- السيرة الذاتية(:الشخصية)	56
7-10- مصادر المجتمع	56
خلاصة	58
الفصل الثاني :برامج واستراتيجيات الإرشاد النفسي المدرسي	
تمهيد:	60

1-مفهوم البرنامج الإرشادي المدرسي	60
2- أسس البرنامج الإرشادي المدرسي	60
2-1- الأسس العامة	60
2-2-الأسس الفلسفية	61
2-3- الأسس النفسية والتربوية	61
2-4 الأسس الاجتماعية:	61
2-5- الأسس العصبية والفسيولوجية	61
3- إعداد وتخطيط البرنامج الإرشادي المدرسي	61
4- خدمات البرنامج الإرشادي المدرسي	62
4-1-الخدمات التربوية	62
4-2- الخدمات النفسية	63
4-3- الخدمات الاجتماعية	64
4-4-الخدمات المهنية	64
4-5-خدمات البحث العلمي	64
5-استراتيجيات الإرشاد النفسي	65
5-1-استراتيجيات الإرشاد العقلاني المعرفي الانفعالي	66
5-1-1 -الاستعدادات البيولوجية	66
5 – 1-2- تأثير المجتمع التأثير الحضاري	67
5 – 1-3- التفاعل بين الأفكار والمشاعر والتصرفات	67
5 – 1-4- التفكير اللاعقلاني وعلاقته بالاضطراب	67
5-1-5- أهمية الاستبصار	68
5-1-6- قوة الإرشاد المعرفي	68
5-2 -استراتيجيات الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي	68
5-3 -الاستراتيجيات المعرفية	69
5-4-الاستراتيجيات الوجدانية	71
5-5-الإستراتيجيات السلوكية	72
خلاصة	74
الفصل الثالث :مظاهر ومؤشرات الانطواء الاجتماعي	
تمهيد	76
1-مفهوم الانطواء و الانبساط	76

2- مظاهر الانطواء	77
3-عوامل وأسباب الانطواء	77
4- النظريات المفسرة للنمط المنطوي والمنبسط	78
4-1- نظرية كارل جوستاف يونغ	78
4-2-نظرية هيرمان رورشاخ	80
4-3-نظرية إيزنك	80
4-4- نظرية التحليل النفسي	80
4-5- نظرية الأنماط عن سبرانجر	81
5- مظاهر ومؤشرات الانطواء الاجتماعي	85
5-1- قلة التفاعل الاجتماعي	85
5-1-1- تعريف التفاعل الاجتماعي الصفي	86
5-1-2-شروط التفاعل الاجتماعي	86
5-1-3- أنماط التفاعل الاجتماعي	87
5-1-4- عمليات التفاعل الاجتماعي	87
5-1-5-خصائص التفاعل الاجتماعي	88
5-1-6- مقتضيات التفاعل الاجتماعي	89
5-1-7-مستويات التفاعل الاجتماعي	90
5-2-الوحدة والانعزال	90
5-3- مظاهر ضعف الثقة بالنفس	91
6- مظاهر و مؤشرات الانطواء لدى تلميذ الطور المتوسط	92
خلاصة	94

الفصل الرابع :حصة التربية البدنية والرياضية

تمهيد	96
1- مفهوم التربية البدنية	96
2- فلسفة التربية البدنية والرياضية	97
3- أهداف التربية البدنية والرياضية	97
3-1-التنمية من الناحية النفسية	97
3-2-تنمية القدرات والمهارات الحركية	98
3-3-التنمية الاجتماعية والخلقية	99
3-4-تنمية القدرات المعرفية	100

3-5- التنمية العقلية	101
4-أهمية التربية البدنية والرياضية	101
5-ماهية اللعب في التربية البدنية والرياضية	103
6 -نظريات اللعب	103
7- تعريف اللعب التعاوني واللعب التنافسي	104
7-1- خصائص اللعب الجماعي التعاوني	105
7-2-اللعب التنافسي الفردي	105
7-3-خصائص اللعب التنافسي الفردي	105
8- درس التربية البدنية والرياضية	106
8-1- تعريف درس التربية البدنية والرياضية	106
9- الأستاذ المرشد	106
9-1 دور الأستاذ المرشد في المؤسسة التعليمية	107
9-2-الخصائص الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية المرشد	108
9-3-الخصائص الشخصية	108
9-4-الخصائص الجسمية	109
9-5-الخصائص العقلية والعلمية	109
9-6-الخصائص النفسية	110
9-7 الخصائص الاجتماعية	110
9-8-الخصائص الخلقية و السلوكية	110
خلاصة	111
الفصل الخامس :خصائص المرحلة العمرية (12إلى 15سنة)	
تمهيد	113
1- تعريف المراهقة المبكرة:(12 إلى 15سنة)	114
1-2 -أنواع المراهقة المبكرة	115
1-3 - خصائص مرحلة المراهقة المبكرة	117
1-3 -1- النمو الجسمي	117
1-3 -2- النمو الفيزيولوجي	117
1-3 -3- النمو العقلي	118
1-3 -4- النمو الانفعالي	119
1-3-5-النمو الاجتماعي	121
1-3-6-النمو الحركي	123

2-المظاهر الانفعالية للمراهقة:	123
3- حاجات المراهق	125
3-1-تأثير عدم إشباع حاجات المراهق	126
3-2- العمليات الارتقائية لمرحلة المراهقة المبكرة	127
4 -دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في إرشاد مراهقين الطور المتوسط	127
4-1-الخدمات الإرشادية التي يقدمها أستاذ التربية البدنية والرياضية للتلاميذ الطور المتوسط	128
خلاصة	131
الباب الثاني :الدراسة التطبيقية	
الفصل الأول : منهجية البحث الإجراءات المنهجية	
تمهيد	134
1-الدراسة الاستطلاعية	134
2- منهج الدراسة	135
3-عينة الدراسة	136
4- مجالات الدراسة	136
5-ضبط متغيرات الدراسة	137
6-وصف أداة الدراسة	137
7-الخصائص السيكومترية للأداة الدراسة	141
8-دراسة الصدق والثبات	143
9-البرنامج الإرشادي	148
9-1-الإطار النظري للبرنامج:	148
9-2- خطوات تنفيذ البرنامج الإرشادي	152
9- 3-محتوى البرنامج الإرشادي	155
10- أدوا ت المعالجة الإحصائية	165

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها	167
1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى	167
1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية	170
1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة	173
1-4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة	175

1-5- عرض و تحليل نتائج الفرضية الخامسة	177
1-6- عرض و تحليل نتائج الفرضية العامة	179
2-استنتاجات عامة	183
3-اقتراحات	185
4- قائمة المراجع	187
الملاحق	
ملحق رقم (01):استمارة استطلاع أراء السادة الخبراء	194
ملحق رقم (02): قائمة السادة المحكمين	199
ملحق رقم (03): الصيغة النهائية لمقياس الانطواء الاجتماعي	200
ملحق رقم (04): نتائج المعالجة الإحصائية	202

فهـــــرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	مهام النمو والأدوار الاجتماعية وأساليب التعامل والأهداف الإرشادية في مراحل التعليم العام	45
02	متغيرات بعد الانطواء والانبساط	82
03	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس	136
04	يوضح توزيع أفراد عينة دراسة حسب الجنس على الأقسام	136
05	مفتاح درجات مقياس الانطواء الاجتماعي	138
06	يبين الخصائص الإحصائية لمقياس الانطواء الاجتماعي قياس قبلي	141
07	الخصائص الإحصائية لمقياس الانطواء الاجتماعي قياس بعدي	142
08	يبين درجة ارتباط المحاور ومستوى الدلالة بين القياسين القبلي والبعدي	143
09	يبين ارتباط عبارات محور التفاعل الاجتماعي قبلي	143
10	ارتباط عبارات محور الوحدة والانعزال	144
11	يبين ارتباط عبارات محور الثقة بالنفس قبلي	144
12	يبين ارتباط عبارات محور تفضيل النشاط الفردي على الجماعي قبلي	145
13	يبين الاتساق الداخلي بين درجات كل المحاور الأربعة والدرجة الكلية لمقياس الانطواء الاجتماعي	145
14	يبين ثبات عبارات محور التفاعل الاجتماعي .	146
15	يبين ثبات عبارات محور الوحدة والانعزال	146
16	يبين ثبات عبارات محورا لثقة بالنفس	147
17	يبين ثبات عبارات محور تفضيل النشاط الفردي على الجماعي	147
18	يبين اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطي القياسين: القبلي والبعدي لدرجة التفاعل الاجتماعي	167
19	يبين اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطي القياسين :القبلي والبعدي لدرجة الوحدة والانعزال	170
20	يبين اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطي القياسين :القبلي والبعدي لدرجة لثقة بالنفس	173
21	يبين اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطي القياسين: القبلي والبعدي لدرجة تفضيل النشاط الفردي	175
22	يبين نتائج القياس القبلي والبعدي حسب الجنس	177
23	يبين نتائج القياس القبلي والبعدي لمجموع المحاور	179
24	يبين قيمة (ت) لدلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي حسب كل محور	181

الفصل التمهيدي

مقدمـة :

يكتسي النشاط البدني والرياضي أهمية كبرى في الوسط المدرسي لما يحمله من ايجابيات تعود على الفرد وعلى المجتمع بالنفع والفائدة ، فهو مجال خصب لبناء الشخصية المتزنة القادرة على التوافق مع متطلبات العصر الحديث ،ويعتبر النشاط البدني والرياضي وسيلة فعالة لإشباع رغبات التلميذ من الناحية النفسية والبدنية، العاطفية والانفعالية.

وعلى أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يسعى جاهدا لخلق الجو الملائم، حتى يتمكن التلميذ من الاستفادة من هذا النشاط ،ويحاول أن يغير به بعض السلوكيات التي قد تكون سلبية، و التي تفرزها تلقائيته في اللعب الحر أين تبرز حقيقته الداخلية والخارجية بكل وضوح، وقد تحمل في طياتها سلوكيات غير سوية، كالانطواء الاجتماعي والذي يعتبر مظهرا من مظاهر سوء التكيف الاجتماعي، فالنشاط البدني والرياضي يظهر هذه المظاهر، وأستاذ التربية البدنية والرياضية أمكنه التخفيف منها إذا تمكن من مجال الإرشاد النفسي، وهذا ما تفرضه العملية التعليمية الحديثة التي تعطي الجانب النفسي الأهمية الكبرى التي تتماشى مع احتياجات المتعلم وتتوافق مع مراحل نموه،ولقد اهتمت الدراسات الحديثة بالعلاقة والتفاعل القائم بين المعلم والمتعلم واعتبرته أساس نجاح العملية التعليمية ولا يمكن الوصول إلى تفاعل إيجابي بين المعلم والمتعلم الإ بالدراية الكافية لمجال الإرشاد النفسي .

فلا يقتصر دور الأستاذ في العصر الحالي على سرد المعلومات وإنهاء البرنامج الدراسي أو الرياضي بل دوره تخطى إلى أبعد من ذلك ،فقد أوجب عليه اختيار الموافق التعليمية التي تساهم في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى التلميذ ، وتمكنه من فهم نفسه على نحو أفضل، كل هذا يستوجب التعاون والتنسيق الجاد والفعلي بين الأطراف المعنية بالعملية التعليمية، ولعل أبرز هذه الأطراف أساتذة التربية البدنية والرياضية ومستشاري التوجيه وهذا لما يحملوه من مميزات وصفات ومؤهلات تمكنهم من المساهمة الفعالة والقوية في عملية الإرشاد النفسي المدرسي.

ولقد حاول الباحث بعد زياراته الاستطلاعية للعديد من المؤسسات التربوية وأخذ معطيات أولية عن مظاهر الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط وضع برنامج إرشادي يجمع بين الأساليب والفنيات الإرشادية وبين الأنشطة الرياضية خلال حصة التربية البدنية وهذا ما يستوجب التنسيق بين أستاذ التربية البدنية ومستشار التوجيه، الأول يدير الأنشطة الرياضية والثاني يستغلها في عملية التشخيص والتعزيز الاجتماعي باستخدام أساليب وفنيات إرشادية تعمل على زيادة تفاعل التلاميذ وتبعدهم عن الوحدة والانعزال والانطواء ،وتزيد من ثقتهم بأنفسهم مما ينعكس إيجابا على توافقهم النفسي والاجتماعي، كما حاول الباحث بناء أداة لقياس درجة الانطواء الاجتماعي من خلال مؤشراته بعد تناولها نظريا والاطلاع على الدراسات السابقة ومعرفة الجوانب التي تناولتها هذه الدراسات من حيث البرامج المطبقة والأدوات المستخدمة وأهم النتائج المتحصل عليها ،حيث أن التربية الحديثة تتطلب قيام الأستاذ بدور مزدوج (الأستاذ

والإرشاد) باعتباره أقرب الأشخاص للتلاميذ في ظل نقص المرشدين النفسين في المدارس ،وهي اعتبارات تجعل الأستاذ محور العملية التربوية و الإرشادية (محمد كامل ،2003 ، ص 52).

لقد تضمنت الدراسة فصل تمهيدي وسبع فصول جاءت على النحو التالي:

تم تخصيص الفصل التمهيدي كمدخل عام لتقديم الموضوع والخطوط العريضة له، من خلال المقدمة، طرح الإشكالية، صياغة الفرضيات، بيان أهداف البحث، أهمية البحث، المصطلحات المستخدمة في البحث، وأخيرا الدراسات السابقة والمشابهة.

أما الفصل الأول فقد تم تخصيصه **لمفاهيم ونظريات الإرشاد النفسي**: مفهومه، نماذج الإرشاد النفسي نظرياته، أهدافه أسسه الإرشاد النفسي في المدرسة ،و أخيرا وسائل جمع المعلومات في عملية الإرشاد النفسي خلاصة .

وتطرق الفصل الثاني **لبرامج واستراتيجيات الإرشاد النفسي المدرسي** واحتوى على :تمهيد، مفهوم البرنامج الإرشادي المدرسي، أسس البرنامج الإرشادي المدرسي، إعداد وتخطيط البرنامج الإرشادي المدرسي، خدمات البرنامج الإرشادي المدرسي، استراتيجيات الإرشاد النفسي، خلاصة.

أما الفصل الثالث فتضمن، **مظاهر ومؤشرات الانطواء الاجتماعي** احتوى على: تمهيد، مفهوم الانطواء و الانبساط، مظاهر الانطواء، عوامل وأسباب الانطواء، النظريات المفسرة للنمط المنطوي والمنبسط، قياس درجة الانطواء الاجتماعي، خلاصة.

وتطرق الفصل الرابع **لحصة التربية البدنية والرياضية**، احتوى على: تمهيد، مفهوم التربية البدنية، فلسفة التربية البدنية والرياضية، أهداف التربية البدنية والرياضية، أهمية التربية البدنية والرياضية، ماهية اللعب في التربية البدنية والرياضية، نظريات اللعب ، درس التربية البدنية والرياضية ،خلاصة.

أما الفصل الخامس فقد تضمن **خصائص مرحلة المراهقة للطور المتوسط** وتضمن: تعريف المراهقة، خصائص مرحلة المراهقة حاجات المراهق، دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في إرشاد المراهقين، خلاصة.

ويتعلق الفصل السادس **بالإجراءات المنهجية والميدانية للبحث**، حيث تم فيه الاعتماد على المنهج التجريبي كتصميم منهجي للدراسة،وخطوات بناء الأداة، وبيان إجراءات التطبيق الميداني، وطريقة اختيار أفراد العينة، وأسلوب التحليل و المعالجة الإحصائية للبيانات.

وفي الفصل السابع تم استعراض الخصائص الشخصية والتنظيمية لأفراد عينة الدراسة وكذا عرض مختلف النتائج التي أفرزتها المعالجات الإحصائية للبيانات في إطار التحقق من صحة الفرضيات المصاغة في البحث وقد حاولنا الوقوف على دلالات ومعان وتفسيرات للنتائج التي تم عرضها ، لتحديد مدى تحقق فروض الدراسة ومدى اتفاقها مع تراث الدراسات السابقة أو تعارضها معها، وكذا عرض ملخص لأهم النتائج المتوصل إليها، ومن ثم أمكن وضع بعض الاقتراحات الهادفة للمساهمة بجدية في التخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط .

1- إشكالية الدراسة

لقد اهتمت الدراسات الحديثة بمجال الإرشاد النفسي في الميدان التعليمي، حيث ركزت بعض الدراسات على ضرورة وجود أخصائي نفساني أو مرشد نفسي في جميع المؤسسات التربوية في ظل تفاقم المشاكل النفسية داخل الوسط المدرسي، ولقد أكد كل من الدكتور (عبد اللطيف دبور، وعبد الحكيم الصافي،2007،ص 234)،على أن نظام الإرشاد الأكاديمي في أية مدرسة متوسطة أو ثانوية يساعد في التغلب على مشاعر اللاشخصية والعزلة التي غالبا ما يشعر بها التلاميذ وأن استخدام المعلمين كمرشدين أكادمين، يضمن بأن يكون لكل تلميذ محام يعرف مشاكله بشكل جيد خصوصا في هذا العصر الذي غالبا ما تكون الأسر فيه هشة أو مجزأة ،فان عملية الإرشاد المدرسي تقدم أيضا الأفراد المهمين في حياة التلميذ (شخصا مركزيا) في المدرسة يمكنهم أن يلجئوا إليه .

ومن هذا المنظور يرى الدكتور محمد كامل أنه لم يعد أستاذ المادة مجرد ملقن للمعلومات التي يتحصل عليها التلاميذ بل أن الإرشاد يفرض الدور الجديد على الأستاذ كمرشد نفسي، أو بالأحرى كأخصائي نفسي كي يتمكن من التعرف على ملابسات المواقف التربوية ،و أن يكون قادرا على التعرف على ما يمكن اعتراض العملية التعليمية من عوائق، كي يستطيع أن يعالج تلك المشكلات بما يتناسب مع قدرات التلاميذ ،وهو الذي يعرفهم عن كثب ،والأستاذ المرشد هو التطور الجديد لشخصية الأستاذ التقليدي الذي يهتم بتدريس مادة تخصصه ،وهو دور جديد لأستاذ المتطور الذي يعد إعدادا علميا وأكاديميا ومهنيا أثناء فترة التكوين كي يصبح أستاذا مرشدا ،حيث أن التربية الحديثة تتطلب قيام الأستاذ بدور مزدوج (الأستاذ والإرشاد) باعتباره أقرب الأشخاص للطلاب في ظل نقص المرشدين النفسين في المدارس ،وهي اعتبارات تجعل الأستاذ محور العملية التربوية و الإرشادية (محمد كامل ،2003 ، ص 52) .

كما بين **رابح تركي** أن من أهداف عملية تكوين الأساتذة تمكين الأستاذ من فهم التلميذ الذي يقوم بتعليمه ومعرفة مراحل نموه المختلفة الجسمية ،العقلية النفسية والوجدانية (رابح تركي،1990،ص96) .

إن عدم معرفة التلميذ للقواعد الأساسية لإقامة علاقات مع الآخرين ، وعدم التعرض للعلاقات الاجتماعية تؤدي به إلى سوء تكيف وانطواء اجتماعي ، ولا يمكننا صرف النظر عن التربية البدنية والرياضية والتي هي جزء من التربية العامة في إثراء عملية الإرشاد النفسي و التخفيف من مظاهر الانطواء والعزلة التي يعاني منها بعض تلاميذ الطور المتوسط ويعد البرنامج الإرشادي وسيلة فعالة في تقديم الخدمات المباشرة والغير مباشرة بصور وأساليب مختلفة وذلك لمساعدة التلاميذ على تحقيق النمو المتكامل(عربيات ،2011،ص 50،51)،إذ يتضمن البرنامج الإرشادي مجموعة من الخدمات الإرشادية من خلال عملية تربوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في إطار برنامج إرشادي محدد ، بحيث تتفق فيه أهداف العملية الإرشادية مع أهداف العملية التربوية ككل، ومن المعروف أن العملية التربوية تهدف إلى نمو الفرد في كافة الجوانب ،وإعداده ليكون مواطنا صالحا قادرا على تحمل أعباء مسئولياته ومواجهة مشكلاته وحلها وتزويده بالمهارات الاجتماعية المختلفة والإرشاد النفسي يهدف إلى تحقيق السعادة للفرد ،وهكذا نجد أن هناك تشابه بين كل

من عملية الإرشاد النفسي والعملية التربوية في المجال التربوي ،إذ أن هناك حاجة ملحة إلى البرامج الإرشادية ،وعلى الطاقم التربوي المشاركة فيها بشكل فعال ،ولا يتأتى ذلك إلا باكتساب الخبرات والمعلومات في مجال الإرشاد ،ولقد حاول الباحث في دراسته هذه تقديم نموذج لبرنامج إرشادي مكيف خلال حصة التربية البدنية والرياضية والذي يتوافق مع أهداف الحصة ومحاولة تطبيقه على عينة من التلاميذ، وإشراك أستاذ التربية البدنية والرياضية في هذه العملية بصفته المرشد والتلميذ بصفته المسترشد وهذا للتخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي لدى التلاميذ ،حيث يرى إبراهيم وآخرون أن القصور في المهارات الاجتماعية يعني العجز والخيبة والفشل والخجل ولاكتئاب والإهمال والإحباط والعزلة وكل هذه المشكلات والاضطرابات لها أثارها العنيفة والمدمرة على الشخصية (إبراهيم وآخرون،2011 ص 104).

وضح **جولمان** أن الأبحاث أظهرت أن هناك واحد من كل عشرة أطفال يعاني من مشكلة أو أكثر في المهارات الاجتماعية، إي عدم الكفاءة الاجتماعية أو العجز الاجتماعي(جولمان،2000،ص179،178).

ويؤكد،(قاسم رفاعي،1997،ص 43)،أن الطفل في مرحلة الطفولة لديه فاعلية ومرونه لتعلم المهارات الاجتماعية بسهولة ويكون متحمساً للعمل والتعاون والمشاركة وتحمل المسؤولية التي تساعده على الاعتماد على النفس والتفاعل الاجتماعي مع المحيطين به فيخرج الطفل من البيت إلى العالم الأوسع والأرحب فيلتقي بالزملاء والأصدقاء والمدرسين والغرباء والطفل السوي في هذه المرحلة يطور المهارات الاجتماعية التي اكتسبها في المنزل ويكتسب المهارات الجديدة التي تناسب هذه المرحلة من العمر.

تقتضي خطة البرنامج الإرشادي مجموعة من التدخلات الإرشادية وكذا مجموعة من الأساليب و التقنيات التي يطبقها أستاذ التربية البدنية والرياضية بالتنسيق مع مستشار التوجيه أثناء حصة التربية البدنية ،والتي تدخل في إطار الإرشاد الجماعي والذي يعتبر إحدى طرق الإرشاد النفسي من منطلق أن الفرد كائن اجتماعي بطبعه فهو لا يعيش بمنعزل عن الجماعة بل يشترك مع الجماعة في كثير من الخصائص والأنماط السلوكية، تتم عملية الإرشاد مع الجماعة كوحدة لذلك يجب أن يعرف كل فرد في الجماعة أهداف العملية الإرشادية وأسلوب العمل ومسئوليات كل فرد منهم (إخلاص محمد ،2002:ص112،111) .

وعليه يسعى الأستاذ في إطار البرنامج الإرشادي تهيئة المجال للتفاعل الاجتماعي بين أعضاء الجماعة (القسم أوالفوج)وعليه مراعاة عدم احتكار المناقشة ،بل يجب عليه تشجيع الأعضاء على النشاط والمشاركة الإيجابية والتعاون ،وعدم التردد في الاندماج والمساهمة الفعالة في قيادة الفوج نحو المنافسة والفوز ونحو التسيير والتنظيم.

والأستاذ في إطار البرنامج الإرشادي عليه أن يقوم بدور إيجابي في عملية الإرشاد، ويقدم للتلميذ المعلومات التي يحتاج إليها كما أنه يستثير حاجاته ودوافعه ،ويقدم له الحلول والنصائح المباشرة ويضع له الخطط ويناقشه في القرارات الخاصة به ويقوم بذلك مستخدما خبراته وعلمه في مساعدة التلميذ على تعديل وتغير وضبط سلوكه لكي يصبح سلوكه اجتماعيا.

كما عليه أن يمتلك المقومات والمؤهلات اللازمة لذلك من معارف وخبرات في مجال الإرشاد النفسي و استغلال حصة التربية البدنية والرياضية الاستغلال الأمثل بالاعتماد على الحركات الديناميكية كشكل من أشكال التواصل الدائم والمتجدّد بين التلاميذ أثناء الممارسة، وكوسيلة تعبير داخل تنظيم جماعي هادف، بحيث تمكن التلميذ من التكيف مع الجماعة والوسط الذي يعيش فيه، والبحث عن التوازن والتعامل ضمن البيئة التي ينشط فيها التلميذ وهو"القسم" والتي تسمح له وبصورة فعّالة اندماجه في المجتمع.

إن الاستناد إلى طرق ومناهج وبرامج إرشادية جديدة ،من شأنها أن تساهم في التخفيف من مظاهر الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط، ولقد اختار الباحث أستاذ التربية البدنية والرياضية لما يحمله من مؤهلات ومميزات وصفات تجعله يساهم بشكل إيجابي في عملية الإرشاد النفسي، إذ من شروط نجاحها إقامة علاقة حسنة مع التلاميذ يسودها الألفة والتقبل وهذا لا يتأتى إلا في بيئة يبتهج ويطمأن لها التلميذ ولا نجد أفضل من بيئة اللعب .

ويعتبر لعب ونشاط التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعبيرا حقيقيا عن سلوكهم السوي أو المضطرب، أثناء اللعب يعبر عن مشكلاته وصراعاته التي يعاني منها ويسقط ما بنفسه من انفعالات تجاه الأخريين، والتي لا يستطيع إظهارها في بيئة أخرى، إذ يمكن للأستاذ أو المرشد النفسي ملاحظة سلوك التلاميذ، وملاحظة التفاعل الاجتماعي بينهم، وكيفية التعامل مع أدوات اللعب ،و سماع الأحاديث والانفعالات التي تصاحب اللعب وملاحظة أسلوب تعبير الطفل عن رغباته وحاجاته ، ومخاوفه ومشكلاته وخاصة في حالة التكرار الزائد وملاحظة أنماط السلوك الجانح كالعزلة والانطواء والتي تظهر جلية في بيئة اللعب يسهل تشخيصها وملاحظتها.

كما أكد الباحثون على أن الانطواء والعزلة ناتجان عن وجود نقص في السلوك الاجتماعي وعجز في القدرة على إقامة روابط عاطفية أو انفعالية سوية مع الناس الآخرين وتحاشي التفاعل الاجتماعي(العيسوي ، 1998، 34)هي إحدى المشكلات التي يعاني منها التلاميذ في المدارس المتوسطة التي ترتبط بمرحلة المراهقة المبكرة، ويمكن أن تؤدي إلى سلوكيات غير تكيفيه وهي عدم التفاعل مع الآخرين والافتقار إلى التعلم الاجتماعي والتجربة وأنهم يحتاجون إلى التمرين والتدريب على خلق علاقات حسنه مع الآخرين (العزة وعبد الهادي،2001، 32) وهذا لا يتأتى إلا من خلال إنشاء برامج إرشادية يشترك فيها كل الطاقم التربوي واستغلال بيئة اللعب الاستغلال الأمثل في إكساب الطفل خبرة اجتماعية ميدانية تحميه من الانطواء على الذات والعزلة وتأهله ليكون طفلا سويا قادرا على تحمل المسؤولية في المستقبل وهذا ما حفز الباحث ودفعه لطرح التساؤلات التالية :

التساؤل العام :

هل يؤثر البرنامج الإرشادي النفسي المقترح أثناء حصة التربية البدنية والرياضية على درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط.

التساؤلات الجزئية :

1– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة قلة التفاعل الاجتماعي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي

2–هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة الوحدة والانعزال أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي".

3 – هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة الثقة بالنفس أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي".

4– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة تفضيل العمل الفردي على الجماعي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي.

5– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية على درجة الانطواء الاجتماعي لتلاميذ الطور المتوسط في القياس البعدي للبرنامج الإرشادي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور".

2– أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة أساسا إلى معرفة أثر برنامج إرشادي خلال حصص التربية البدنية والرياضية في التخفيف من مظاهر الانطواء والعزلة في الوسط المدرسي ،من خلال تطبيق برنامج إرشادي مقترح خلال حصص التربية البدنية والرياضية على عينة من تلاميذ الطور المتوسط الذين يعانون من مشكلة الانطواء والعزلة، وهذا بهدف استغلال النشاط البدني والرياضي باعتباره وسيلة فعالة في ملاحظة وتشخيص وفهم سلوكيات التلاميذ من خلال اللعب سواء الحر أو الموجه، ففي الغالب لا يستطيع الأطفال التعبير عن مشاعرهم لفضيا، بينما أثناء اللعب يظهر جليا سلوكهم السوي أو المضطرب، فيعبروا عن مشكلاتهم وصراعاتهم التي يعانوا منها وبالتالي فهم طبيعة المشكلة التي تعيش مع كل منهم والمساهمة في حلها لتحقيق النمو المتكامل للمراهق، وهذا ما تصبوا إليه هذه الدراسة من خلال محاولة تحقيق الأهداف التالية :

1–تفعيل حصص التربية البدنية والرياضية واستغلالها في التخفيف من المشاكل النفسية كالانطواء الاجتماعي والعزلة.

2–تطبيق برامج إرشادية خلال حصص التربية البدنية والرياضية وقياس مدى فعاليتها .

3– معرفة مقومات العمل الإرشادي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية للتخفيف من مظاهر الانطواء الاجتماعي في الوسط المدرسي .

4– معرفة الدور الذي يلعبه أستاذ التربية البدنية والرياضة من خلال حصة التربية البدنية والرياضية للتخفيف من مظاهر الانطواء الاجتماعي في الوسط المدرسي (الطور / المتوسط) .

5- معرفة الصعوبات التي يواجهها أساتذة التربية البدنية والرياضية للتخفيف من مظاهر الانطواء الاجتماعي.

6- الاستفادة من مجال الإرشاد النفسي في معالجة بعض السلوكيات غير السوية لدى تلاميذ الطور المتوسط كالانطواء الاجتماعي.

7 - بناء أداة لقياس الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط ، بما يتلاءم و البيئة المحلية والأبعاد المراد تنميتها من خلال تطبيق البرنامج الإرشادي.

8- كشف الستار عن مظاهر الانطواء الاجتماعي ومعرفة مدى استفحالها في المؤسسة التربوية.

3- فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

يؤثر البرنامج الإرشادي النفسي المقترح أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في خفض درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط.

الفرضيات الجزئية

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة قلة التفاعل الاجتماعي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة الوحدة والانعزال أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي".

3 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة الثقة بالنفس أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي".

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة تفضيل العمل الفردي على الجماعي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي.

5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية على درجة الانطواء الاجتماعي لتلاميذ الطور المتوسط في القياس البعدي للبرنامج الإرشادي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور".

4- أهمية الدراسة :

لقد حاولنا في هذه الدراسة تسليط الضوء على ما يقدمه أستاذ التربية البدنية والرياضية من خدمات إرشادية للتخفيف من المشاكل النفسية التي يعاني منها تلاميذ الطور المتوسط ،وهذا إيمانا منا بمقوماته ومميزاته التي تجعله أحد أقرب الأشخاص للتلاميذ مما يزيد من مكانته في نظرهم ،وعلى أهمية العلاقة الإيجابية بين الأستاذ باعتباره مرشدا والتلميذ باعتباره مسترشدا في العملية الإرشادية، وتكمن أيضا أهمية هذه الدراسة في أهمية الإرشاد النفسي التربوي وعلاقته بالتربية البدنية والرياضية والتي تعتبر جزء من التربية العامة ،رغم ذلك لا يوجد اهتمام كبير بمجال الإرشاد النفسي المدرسي، وهذا واضح من خلال نقص المرشدين النفسيين في المدارس وعدم ووجود برامج إرشادية يشارك فيها جميع أطراف المؤسسة التربوية ،والتي من شأنها أن تخفف من مظاهر الانطواء في الوسط المدرسي ،وتبرز أهمية هذه الدراسة أيضا في توضيح أهمية الأنشطة الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية كوسيلة تربوية علاجية وقائية في التخفيف من مظاهر الانطواء في الوسط المدرسي أين تتضح فعالية الإرشاد باللعب في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى التلاميذ ،ويعد اللعب من الأنشطة التي تمد التلميذ بالخبرة في مجال العلاقات الاجتماعية ونمو المهارات والتفاعلات الاجتماعية ،ويوفر للتلاميذ الفرصة لإقامة علاقات اجتماعية جديدة مع بعضم البعض كما يعمل على تنمية روح التعاون بينهم وبصورة تؤدي إلى توافقهم مع الآخرين ،وكما أن اللعب التعاوني يشجع التلاميذ على المشاركة في تحقيق الأهداف المشتركة وتقمص الأدوار والتقليد ،فاللعب يعتبر من الأنماط السلوكية الشائعة في الطفولة المبكرة ،وهو بيئة مثالية في تشخيص وتعديل السلوك ، ولا يتأتى ذلك إلا بإعادة النظر في برامج الإرشاد النفسي المدرسي واستغلالها في الميدان التربوي بمشاركة جميع أطياف الطاقم التربوي على غرار الأساتذة والمدراء ومستشاري التوجيه ، وما البرنامج المقترح من طرف الباحث إلا نموذجا متواضعا من هذه البرامج، حاول فيه الباحث قياس مدى فعالية البرنامج المقترح في التخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط .

5- تحديد مصطلحات البحث

5-1- مفهوم وتعريف الانطواء:

إن كليمه منطوي introvert تعتبر اسم الفاعل من الفعل ينطوي والمصدر منه الانطواء وبناء عليه فإن كلمة الانطواء تعني التحرك الخارجي لعضو ما إلى الداخل بصورة تامة أو أقل، والتحرك نحو اللبيدو وعند ذلك فإن الرغبات لا تتحرك نحو الهدف لكنها ترجع إلى داخل النفس(الجبوري،1990،ص545).

والانطواء مصطلح استخدمه يونغYung للدلة على اتجاه اهتمام الفرد نحو العالم الداخلي وليس للعالم الخارجي ، حيث يبدي المنطوي ميلا إلى الانعزال عن الاتصالات الاجتماعية ،وإلى التقوقع داخل الذات ،و إلى الاهتمام فقط بأفكاره الخاصة وخبراته الذاتية (عادل الأشول ،1987،ص525) .

وهو نمط من أنماط الشخصية والمنطوي فرد يؤثر العزلة والاعتكاف ويجد صعوبة في الاختلاط بالناس يقابل الغرباء بحذر وتحفظ ،وهو خجول شديد الحساسية ،يجرح شعوره بسهولة ،وكثير الشك ويكلم نفسه ويستسلم لأحلام اليقظة يهتم بالتفاصيل ويضخم الصغائر ، دائم التأمل في نفسه وتحليلها .

التعريف الإجرائي للانطواء الاجتماعي :يقصد بالانطواء الاجتماعي في هذه الدراسة هو عدم اندماج وتفاعل تلميذ الطور المتوسط مع المجموعة ،أو تلاميذ القسم خلال حصة التربية البدنية والرياضية وإظهار سمات العزلة والانطوائية والخجل أثناء أداء الألعاب الرياضية، وقلة الكلام والحوار مع زملائه في القسم كمظاهر أو سمات أولية لحالة الانطواء ،وتفضيل العمل الفردي على العمل الجماعي .

5-2- البرنامج إرشادي: يعرف البرنامج الإرشادي كما يشير حامد الزهران 1998بأنه برنامج مخطط ومنظم في ضوء وأسس عملية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فرديا وجماعيا لجميع من تضمه المؤسسة (المدرسة مثلا)بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو (طه عبد الطيف حسين،2011،ص282).

إن البرامج الإرشادية مهما كان نوعها فهى تسعى لمساعدة الأفراد لتجاوز مشكلاتهم بأساليب علمية وتنمية ميولهم واتجاهاتهم ومساعدتهم على التوافق مع البيئة التي يعيشون فيها وتحقيق أهداف واقعية تتفق مع قدراتهم وإمكاناتهم ومساعدتهم على فهم حياتهم ،وتحمل المسؤولية تجاه أنفسهم وتجاه الآخرين في مجتمعهم الذي يعيشون فيه.

يهدف البرنامج الإرشادي إلى تقديم الخدمات المباشرة والغير مباشرة بصور وأساليب مختلفة وذلك لمساعدة المسترشدين على تحقيق النمو والتوافق أن يراعي القائمون على الخدمات الإرشادية في تخطيط البرنامج و الاهتمام بالجوانب المتعددة وتهيئة الظروف المناسبة لتحقيق النمو السليم والتعاون مع البيئة المشرفة عليهم لمساعدتهم في حل مشكلاتهم إن برنامج الإرشاد والتوجيه لا غني عنها في جميع المجالات ،ولكل الفئات ولكي تحقق تلك البرامج الهدف منها، فلابد أن يتم تصميمها في ضوء العديد من الأسس ويرى (حامد الزهران)،أن هذه الأسس تتمثل في الأسس العامة وهي تشمل : ثبات السلوك الإنساني نسبيا مع إمكانية التنبؤ به ،ومرونة السلوك الإنساني ،و السلوك الإنساني فردي أو جماعي، وحق الفرد في التوجيه والإرشاد (إخلاص محمد عبد الحفيظ،2002 ،ص121).

برنامج التوجيه والإرشاد في المدرسة يتضمن أربع مسؤوليات رئيسية هي : التخطيط و التنفيذ والتقويم والمتابعة فالتخطيط يعتبر الزاوية لأي برنامج إرشادي حتى يحقق أهدافه المرغوب فيها ومن السمات الرئيسية للتخطيط الجيد أن يكون واقعيا وفي حدود الإمكانيات المادية و البشرية المتاحة والممكنة للتحقيق ،وأن يبنى على حاجات الطلبة الذين يخطط لهم (عبد اللطيف دبوز ،عبد الحكيم الصافي ،2007 ،ص 2008).

5-2-1-التعريف الإجرائي للبرنامج الإرشادي : تختلف البرامج الإرشادية حسب الأهداف المخطط لها ويتعلق برنامج الإرشاد في هذه الدراسة بخلق جو إرشادي أثناء حصص التربية البدنية والرياضية واستغلال مناخ الحصة في

التخفيف من مظاهر الانطواء لدى تلاميذ الطور المتوسط ،مع استغلال طرق وسائل الإرشاد المختلفة وتكييف محتوى الحصة وأساليب تدريسها بما يساهم في التخفيف من هذه المظاهر وتدريب التلاميذ لتعلم خبرات ميدانية لا كتساب مهارات اجتماعية تخفف من درجة الانطواء الاجتماعي لديهم وتزيد من تفاعلهم داخل الفوج أو القسم ، وعلى وجه التحديد فإنه يتم تعليم الزملاء وتدريبهم على الاستجابة بطريقة إيجابية من خلال البرنامج الإرشادي أثناء حصص التربية البدنية والرياضية واستغلال حصة التربية البدنية والرياضية كجو مرح ولعب وتفاعل اجتماعي وبيئة خصبة لتطبيق هذا البرنامج المقترح من طرف الباحث ومحاولة تكييفه لتحقيق أهداف البحث، وهذا بالتنسيق مع أستاذ التربية البدنية والرياضية ومستشاري التوجيه والإرشاد للتحقيق ذلك.

5-3- درس التربية البدنية والرياضية: يعتبر درس التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل الفيزياء واللغة ،ولكنه يختلف عن المواد بكونه يمد التلاميذ ليس فقط بمهارات وخبرات حركية ولكنه يمدهم أيضا الكثير من المعارف والمعلومات التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية ،وكذلك المعلومات التي تغطي الجوانب العلمية لتكوين جسم الإنسان وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة(الجماعية ، والفردية) التي تتم تحت الإشراف التربوي من مربين أعدوا لهذا الغرض (محمد عوض بسيوني، 1992 ،ص 94).

5-3-1- التعريف الإجرائي : درس التربية البدنية والرياضية هو عبارة عن مجموعة من الأنشطة الرياضية ولكل نشاط رياضي أهداف معينة يحاول الباحث في هذه الدراسة استغلال النشاطات التي تساهم بشكل ايجابي في التخفيف من مظاهر الانطواء الاجتماعي، وتكييفها لهذا الغرض وخلق جو ومناخ إرشادي أثناء هذه النشاطات .

5-4-الوسط المدرسي : المقصود به تلاميذ الطور المتوسط ، وما يحويه من هياكل وفضاءات وطاقم تربوي أي كل ما يساهم في تربية وتعليم التلميذ .

6-الدراسات السابقة:

تساهم الدراسات السابقة في إثراء موضوع البحث وفي تبصير الباحث وإعطائه معلومات ومعطيات حول متغيرات بحثه كما لا ينفصل إي بحث عن سابقيه، فالعلم حلقة متصلة ببعضها البعض ،وهي أيضا بمثابة القاعدة التي يرتكز عليها الباحث للمضي قدما نحو تحقيق نتائج علمية وعملية يستند إليها باحثون آخرون مستقبلا ،ولقد استثمر الباحث هذه الدراسات في الاطلاع على المعطيات النظرية التي تحص موضوع البحث ومتغيراته وتوظيفها ، والاطلاع كذلك على النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسات ، كما وظف الباحث بعض الأساليب والتقنيات الإرشادية التي طبقت في بعض الدراسات السابقة في بناء البرنامج الإرشادي للدراسة الحالية ، ولقد تلقى الباحث صعوبات كبيرة في جمع هذه الدراسات لأن موضوع البحث لم يتناول من قبل، وفي ضل شح الدراسات المطابقة أدرج الباحث مجموعة من الدراسات المشابهة التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية ،دراسات تناولت البرامج الإرشادية ومؤشرات الانطواء

الاجتماعي ، فكانت الدراسات تتعلق بقلة التفاعل الاجتماعي ودراسات تتعلق بالوحدة والانعزال ودراسات تتعلق بضعف الثقة بالنفس .

6-1- دراسات تخص مؤشر قلة التفاعل الاجتماعي:

6-1- 1دراسة عمر (2005):

هدفت الدراسة إلى التقصي **عن العلاقة بين متغيرات الإيثار وتحقيق الذات وأبعاد الشخصية إنبساطية/انطوائية، اتزان انفعالي/عصابية** (ودراسة الفروق بين الممارسين للأنشطة الطلابية وغير الممارسين في متغيرات الدراسة، والتوصل إلى أفضل النماذج السببية لمتغيرات الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من(300) طالب وطالبة من كلية التربية في بورسعيد منهم(100) يمارسون الأنشطة الطلابية و(200) لا يمارسونها، وكانت الأدوات هي اختبار تحقيق الذات **شيستروم**، تعريب منصور والبلاوي (ومقياس الإيثارية) إعداد ا لباحث ، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين تحقيق الذات وكل من الإيثار ومتغيرات أبعاد الشخصية لدى المشاركين في الأنشطة الطلابية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المشاركين في الأنشطة الطلابية وغير المشاركين في كل من تحقيق الذات والإيثارية وأبعاد الشخصية لصالح المشاركين في الأنشطة.

6-1-2-دراسة أبو عباة وعبد الرحمن)(1999):

هدفت الدراسة إلى إعداد **برنامج إرشادي للتدريب على المهارات الاجتماعية اللفظية وغير اللفظية لتطبيقه على طلاب الجامعة لعلاج الخجل والشعور غير السوي بالذات لديهم**،ومن ثم معرفة مدى فاعليته، وتكونت العينة من(09) طلبة جامعيين من المترددين على العيادة النفسية للجامعة ممن تم تشخيص شكواهم على أنها خجل أًو خوف اجتماعي مقترن بالشعور بالذات، وكانت الأدوات هي مقياس الشعور بالذات تعريب الباحثين، (ومقياس الخجل إعداد) الشناوي، (1992) والبرنامج الإرشادي إعداد الباحثين، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيق القبلي والبعدي على أداتي الدراسة) مقياس الخجل ومقياس الشعور بالذات ، مما يعني فاعلية البرنامج.

6-1-3-دراسة تركي (2000):

تهدف الدراسة إلى دراسة **العلاقة بين قوة الأنا وكل من تقدير الذات والجمود والانطواء الانبساط والعصابية لدى طلبة الجامعة**، وتكونت عينة الدراسة من (503) من طلبة جامعة الكويت، (225) طالب و (278) طالبة، وتمثلت الأدوات في اختبار قوة الأنا بارون كفافي2 (واختبار تقدير الذات) الدريني، وسلامة(1978) (واختبار العصابية والانبساط **لا يزنك** واختبار الجمود لنجنوتسكي، وأسفرت الدراسة عن نتائج عدة أبرزها وجود علاقة دالة موجبة بين قوة الأنا وكل من تقدير الذات والانبساط، ووجود علاقة دالة سالبة بين قوة الأنا وكل من العصابية والجمود والانطواء.

6-1-4-دراسة حسن وخلف :(2009)، بعنوان تأثير درس التربية الرياضية على السلوك الاجتماعي لطلاب الصف الرابع في محافظة ديالى، استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي، واشتملت عينة البحث على

(62) طالبًا ، (31) وطالبة تم اختيارهم عشوائيًا من الطلاب بطيئ التعلم من المدارس المشمولة بالتربية الخاصة في مركز بعقوبة، وتم اختيار(31) الباقية من الطلاب الأسوياء من نفس المدارس التي اختيرت منها عينة بطيء التعلم، لغرض مقارنة تأثير درس التربية الرياضية على مقياس السلوك الاجتماعي المدرسي، مع مراعاة الأسس العلمية للمقياس، من حيث الصدق والثبات والموضوعية، وتوصل الباحثان إلى النتائج التالية:

1-إن المنهج المدرسي الحالي المطبق على الطلاب بطيء التعلم، لم يكن له أثرًا ملموسا في تنمية وتحسين سلوكهم الاجتماعي المدرسي.

2-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب بطيئ التعلم والأسوياء، ولصالح الطلاب الأسوياء على مقياس السلوك الاجتماعي المدرسي، **و دراسة صفاء عبد العزيز2002**:للتعرف على **مدى فعالية البرنامج المقترح للتخفيف من حدة السلوك الانطوائي لدى الأطفال** ،وأكدت نتائج الدراسة على فعالية البرنامج المستخدم الذي أعتمد على اللعب في التخفيف من حدة السلوك الانطوائي ، لدى أفراد المجموعة التجريبية كما أكدت النتائج أيضا على استمرارية هذه الفعالية لما بعد انتهاء فترة المتابعة.

6-1-5-دراسة ارنكوف وآخرون Arnkoff etal (1987):

ركزت هذه الدراسة على الاستعداد والقابلية للتدريب على المهارات الاجتماعية وذلك لعلاج **الخجل والانطواء لدى عينة من الطلاب** ،وقد أعد الباحثون برنامجاً علاجياً لتدريب الطلاب على المهارات الاجتماعية والمعرفية ، استخدم الباحثون مقياسا للخجل والانطواء، وأوضحت نتائج الدراسة أن تدريب الطلاب على المهارات الاجتماعية والمعرفية قد أكسبهم مهارات التواصل مع الآخرين وأصبحوا أكثر رضا عن أنفسهم ومقدرين لذواتهم ، واستخدموا مهارات التفاعل اللفظي وغير اللفظي في تفاعلهم مع الآخرين، كما أوضح الباحثون أن البرنامج السلوكي ذو فاعلية في تحسن الحالة النفسية لأفرد العينة وأصبحوا أكثر اندماجاً واجتماعية وأقل قلقاً وخجلاً .

6-1-6-دراسة جوسي ولانجر Jose & Langer ، (1989):

دراسة عن **نمط السلوك وتقديرات المدرسين للمهارات الاجتماعية** وذلك على عينة تتكون من طلاب المدارس عددهم (127) طالباً وقد استخدم الباحثان مقياساً لتقديرات المدرسين ومقياساً للمهارات الاجتماعية ومقياساً لنمط السلوك وقد تم الاهتمام في قياس المهارات الاجتماعية، بالعلاقات مع زملاء الدراسة وتقديرات المدرسين عن الكفاءة الاجتماعية ، أوضحت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة إحصائية دالة ولكنها سالبة بين نمط السلوك والمهارات الاجتماعية وأن الأفراد ذوي الدرجات العالية لنمط السلوك يظهرون نقصاً في المهارات الاجتماعية ،كما أوضح الباحثان أنه توجد علاقة إحصائية سالبة بين عدم الصبر والعدوان كصفات للأفراد ذوي النمط والمهارات الاجتماعية في حين كانت العلاقة بين تقديرات المدرسين للمهارات الاجتماعية للطلاب والتنافس والقيادة كانت إيجابية.

6-1-7-وفى دارسة أجراها كوتيلا وسالوفيتا:Kotila & Saloviita (2009) :

استهدفت **زيادة التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال ذوى السلوك الانعزالي وذلك على عينة من الأطفال الثلاثة،** أطفال أعمارهم (03)إلى (06)سنوات يتسم سلوكهم بالانعزال وهم من ذوى الاحتياجات الخاصة. وقد قام الباحثان بإجراء تجريبي تمثل فى تطبيق برنامج علاجي لزيادة التفاعل الاجتماعي لهؤلاء الأطفال المعاقين ذوى السلوك الانعزالي باستخدام الرفاق كمعالجين مساعدين حيث تم تدريب سبعة من رفاق العمر غير المعاقين على تدعيم التفاعل الإيجابي للأطفال ذوى السلوك الانعزالي وذلك خلال مواقف لعب حر تم تصميمها بواسطة الباحثين وقد تم الاستفادة من تقارير المعلمين القائمة على ملاحظة سلوك الأطفال ذوى السلوك الانعزالي خلال هذه المواقف التجريبية المركزة على حث الأطفال على سلوك المبادأة والاستمرار فى التفاعل الاجتماعي بواسطة الأقران المهرة اجتماعيا ، وقد أظهرت نتائج الدراسة زيادة جوهرية فى التفاعل الاجتماعي الإيجابي بين الأطفال ذوى السلوك الانعزالي أثناء الجلسات العلاجية من (03)٪ عند المستوى القاعدي إلى ما بين (08)إلى(09)٪ أثناء فترة الجلسات العلاجية القائمة على تدعيم الرفاق، وقد أوضح الباحثون أيضا استمرار تأثير العلاج حيث استمر التحسن وزيادة معدلات السلوك الاجتماعي لدى عينة الدارسة خلال فترة المتابعة وقدرها أسبوعاً واحداً.

6-1-8- وفى دارسة أجراها **فورمان Furman** : (**1991**) استهدفت علاج السلوك الانعزالي للأطفال باستخدام أسلوب تدريب الأقران على إغراء الطفل ذو السلوك الانعزالي بالدخول معهم فى علاقات اجتماعية مرغوبة داخل الفصل، وقام الباحث بتصميم تجريبي يتضمن تدريب بعض الأقران طفلين على تشجيع الطفل ذو السلوك الانعزالي على المثابرة والقيام بالعلاقات الاجتماعية الإيجابية ، مع تقديم التدعيم الاجتماعي الإيجابي المتمثل في الثناء عليه وتشجيعه عند إقامة علاقات اجتماعية مرغوبة ، وقد قام الباحث بتدريب الطفلين على إغراء الطفل المنعزل باللعب معهما، وكان يقدم أيضا للطفلين تدعيماً اجتماعيا إيجابياً يتمثل في الثناء عليهما عند نجاحهما في التأثير على الطفل ذو السلوك الانعزالي حتى لو تكررت محاولاتهم مع الطفل وقوبلت دعوتهم له بالرفض من جانبه وقد استخدم الباحث أسلوب الملاحظة والتقارير الخاصة ، وكشفت نتائج الدارسة عن نجاح أسلوب دعم الأقران في تشجيع الطفل ذو السلوك الانعزالي على القيام بمبادرات اجتماعية من جانبه وقبول المشاركة في التفاعلات الاجتماعية مع أقرانه كما قام الباحث بتدريب أخوة الطفل على القيام بنفس الدور وهو تشجيع الطفل ذو السلوك الانعزالي على الدخول في علاقات اجتماعية، ودعمه عند إقدامه على ذلك ، وتوضيح أثر الدعم الاجتماعي الذي يقدمونه في خفض السلوكيات الاجتماعية غير المرغوب فيها ، وتقوية المهارات الاجتماعية لديه ، مما يؤدى إلى تعميم التحسن الاجتماعي الذي يظهره الطفل إلى مواقف الحياة الطبيعية في المنزل والمدرسة .

6-1-9-دراسة لافوا Lavoie : (2003)

استهدفت الدارسة **خفض السلوك الانعزالي والرفض عن طريق برنامج يستخدم تدعيم الأقران داخل جماعة الفصل** .وقد أجريت هذه الدارسة على عينة من تلاميذ الصف الابتدائي ومن أطفال ما قبل المدرسة والمدارس الثانوية أربعة من كل صف دارسي، وقد تم تطبيق مجموعة اختبارات صنفت التلاميذ المنعزلين وأولئك الذين هم أكثر شعبية وتمت إجراءات الدراسة على النحو التالي:

-التعرف على هوايات واهتمامات الطفل المرفوض وذو السلوك الانعزالي من خلال المقابلات والتقارير.

-تكليف الطفل ذو السلوك الانعزالي والمرفوض اجتماعيا للقيام بمهام داخل الفصل، كالقيادة، والقيام بأدوار حيوية لخدمة جماعة الفصل، وجذب الانتباه إلى الطفل.

-دعوة أباء الطفل ذو السلوك الانعزالي وأقاربه للمدرسة في مؤتمر لمناقشة المكانة الاجتماعية للطفل ، وأن تعمل المدرسة والمنزل في مراقبة وتدعيم المهارات الاجتماعية للطفل.

-أن يكلف الطفل ببعض الأدوار الاجتماعية المختلفة وذلك بصحبة طفل ذو مكانة اجتماعية عالية وفى أنشطة تعاونية وتدعيم الطفل ذو السلوك الاجتماعي الانعزالي على قيامه بالتفاعلات الاجتماعية، وقد أظهرت نتائج الدارسة أن الأطفال المرفوضين والمنعزلين اجتماعيا قد تحسنت مهاراتهم الاجتماعية بصورة واضحة وقد ظهر ذلك في تعديل الصوت ، والقيام بأدوار إيجابية، وتنمية الروح الرياضية، والمنافسة ، بالإضافة لذلك فقد تحسنت المهارات الأكاديمية من خلال الأنشطة المدعمة بواسطة الرفاق.

6-1-10-واستهدفت دارسة رومانسيزيك وآخرون Romanczyk et al: (**1991**) التعرف على أثر اللعب في زيادة التفاعل الاجتماعي لدى مجموعة من الأطفال شديدي القلق والعزلة، وتكونت عينة الدراسة من أربعة أطفال وتراوحت أعمارهم بين خمس سنوات وثلاثة أشهر إلى سبع سنوات وسبعة أشهر، تم تشخيصهم على أنهم يميلون إلى العزلة وقلة التفاعل اللفظي مع البالغين والأقران، وضآلة مهارات التفاعل والتعاون ، وتمثل الإجراء التجريبي في:

-عقد جلسات لعب يومية لمدة نصف ساعة في مكان اللعب الفصل (الذي يحتوى على الألعاب التالية) مكعبات ، تليفونات ، ألغاز ، كتاب ، لوحة ، كرة، صندوق تكوين، حظيرة ألعاب رياضية ، سبورة ، دمية حيوان ... ، وذلك لمدة عشرة أيام ، كان يتم إخبار الأطفال خلالها بأن ذلك وقت اللعب، دون إعطاء تعليمات ، ودون أي تدخل، وتم خلال هذه المرحلة جمع بيانات أولية عن سلوك الأطفال موضع الدارسة، حيث سجل الملاحظون ملاحظاتهم حول السلوكيات الاجتماعية كالتلفظ واللعب الانعزالي، اللعب الاجتماعي ، سلوكيات الأخذ والعطاء للعبة، النشاط والكسل.

-وفي المرحلة التالية : تم تقديم تدعيم إيجابي من الكبار الباحثين والمعلمين ،بتشجيع الطفل على اللعب المنعزل دون تداول اللعب مع طفل أخر مع تقديم طعام ومديح ، فلوحظ ارتفاع مستوى اللعب المنعزل ،بينما هبط اللعب الاجتماعي مع الآخرين .

-في المرحلة الثالثة : تم تقديم ما يشجع على اللعب الاجتماعي ، بوضع الطفل ذو السلوك الانعزالي بجوار طفل آخر يلعب بلعبته بحيث يمكن أن تلمس أيدي كلا من الطفلين اللعبة بدون أي جمل لفظية ، ولم يعطى الطفل المنعزل أي تدعيم إيجابي ، إلا عندما يتداول الطفل ذو السلوك الانعزالي لعبة مع طفل آخر ، ولوحظ أن النسبة المئوية لحدوث اللعب الاجتماعي التعاوني قد ارتفع إلى(78.5)٪بينما هبط السلوك الانعزالي إلى(91.5)٪،وبعد عشرة أيام تم إجراء قياس بعدى لمستوى اللعب الاجتماعي للتأكد من أنه بعد غياب التشجيع يستمر اللعب على نفس النمط السابق، وأظهرت النتائج أن اللعب الاجتماعي ظل أعلى من المتوسط المسجل،ثم هبط بعد حوالي(09)أيام ، وكان مستوى اللعب الانعزالي قد ازداد إلى نسبة(26.5)٪، وهذا يدل على أن اللعب الجماعي قد أثر تأثيراً بالغاً على السلوك الاجتماعي للطفل، وأن ذلك كان مرتبطاً بتقديم التدعيم من الكبار ، فتوقف التدعيم بعد التجريب يؤدى إلى خفض مستوى اللعب الجماعي وارتداد الطفل تدريجياً إلى السلوك الانعزالي والبعد عن الاجتماعية في سلوكه مع الأقران.

6-1-11-دراسة لاد وميز Ladd & Mize (1983):

حيث أعد الباحثان برنامجاً قائماً على تنمية المهارات الاجتماعية ، حيث تم تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية في حين لم تتعرض المجموعة الضابطة لهذا البرنامج استخدم الباحثان مقياساً للانطواء الاجتماعي أظهرت نتائج الدراسة تحسن المفحوصون في المجموعة التجريبية واكتسابهم للعديد من المهارات الاجتماعية. وتحسنت علاقتهم بأقرانهم والأفراد المحيطين بهم وفي مناقشة النتائج أوضح الباحثان فعالية البرنامج العلاجي باستخدام المهارات الاجتماعية في تحسن الأفراد المنطويين والمنسحبين اجتماعياً.

6-2 دراسات تتعلق بالوحدة الانعزال

6-2- 1-دارسة المزاهرة(2001) :

استهدفت هذه الدارسة إلى تقيم **أثر فاعلية برنامج إرشادي للتدريب على المهارات الاجتماعية وخفض العزلة** مستند إلى العلاج العقلي الانفعالي لدى عينة من المراهقات في المدارس الأردنية من المرحلتين العمريتين (12)إلي (13)عاماً و(15) إلي (16)عاماً ،بلغ عددها (60) مراهقة ، تم توزيعهن عشوائياً إلى مجموعتين متساويتين عدد كل منها(30)مراهقة ثم قسمت المجموعة التجريبية والضابطة إلى مجموعتين حسب العمر تألفت كل مجموعة من(15)طالبة ، وقد تلقت المجموعة التجريبية برنامجاً إرشاديا جمعي ، للتدريب على العلاج العقلي العاطفي والمهارات الاجتماعية ، بينما تلقت المجموعة الضابطة برنامجاً إرشاديا للنشاط الرياضي لمدة(12) جلسة على مدى شهري ، وقد أظهرت النتائج

وجود أثر للبرنامج الإرشادي في خفض العزلة وزيادة السلوك الاجتماعي لدى العينة المستخدمة كما أظهرت النتائج عدم وجود تفاعل بين العمر الزمني والبرنامج الإرشادي فيما يتعلق بالعزلة والسلوك الاجتماعي ،مما يشير إلى أن فعالية البرنامج الإرشادي لا تتأثر بالعمر الزمني.

6-2- 2- دراسة المزروع (2000):هدفت الدراسة إلى التعرف على عناصر الشعور بالوحدة النفسية وتصميم **برنامج إرشادي لخفض الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة** من جامعة أم القرى والمقيمات بالوحدات السكنية للجامعة، مجموعة ضابطة وعدد أفرادها عشرة، وأخرى تجريبية وعدد أفرادها عشرة، مع ضبط التجانس بين المجموعتين وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الإحساس بالوحدة النفسية قشقوش (واختبار المصفوفات المتتابعة) **رافن** ومقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي للأسرة السعودية **عجلان** (والبرنامج الإرشادي)إعداد الباحثة، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس الوحدة النفسية القبلي والبعدي لصالح البعدي كانت الفروق دالة إحصائياً.

6-2- 3-وفى دراسة أجراها روس آلان Ross Alan (1991):

استهدفت تعديل السلوك الاجتماعي للأطفال ، وكانت عينة الدارسة تتألف من ستة أطفال يتسم سلوكهم بالعزلة الاجتماعية ولديهم عجز اجتماعي وتأخر في النمو اللغوي، وتنتابهم نوبات غضب شديدة أحيانا، كما أن مستوى الذكاء لديهم منخفض ، وتراوحت أعمارهم من(03) سنوات إلى(04)سنوات ونصف.

وقد قامت الباحثة بإجراء تجريبي يتمثل في:

تطبيق برنامج علاجي يعتمد على قيام ستة أطفال من أصحاب السلوك الاجتماعي الماهر كمعالجين مساعدين للقيام بتقديم التدعيم الاجتماعي الإيجابي للأطفال ذوى السلوك الانعزالي، يخصص كل طفل من هؤلاء الأطفال المعالجين المساعدين لطفل من الأطفال الذين يتسم سلوكهم بالعزلة الاجتماعية ، وبعد تدريب الأطفال المعالجين المساعدين على بذل قصارى جهدهم ليجعلوا الأطفال الآخرين المنعزلين يستجيبوا لهم ، وأن عليهم توقع أن كثيرا من محاولاتهم قد تهمل ، وبدأ برنامج التجربة بأن يبدأ الأطفال المعالجين المساعدين باللعب الاجتماعي مع الأطفال المنعزلين بإصدار دعوة لفظية لهم مثلاً هيا نلعب معا بالكرة بينما يعرضون لعبة أطفال مناسبة لهذا الغرض كمدعم ، وقد استخدمت الباحثة الملاحظة لجمع البيانات ، وقد أظهرت النتائج في المرحلة الأولى إهمال ملحوظ من الأطفال المنعزلين للطفل المعالج المساعد وقليل جداً من الاستجابات الاجتماعية. وفى المرحلة التالية من الدراسة مع استمرار التدعيم الاجتماعي بواسطة الأطفال المعالجين المساعدين أظهرت النتائج أن السلوك الاجتماعي الإيجابي للأطفال المنعزلين زد بشدة ، وأظهروا استجابات لمبادرات الأطفال المعالجين المساعدين ،كما باشروا أيضاً اللعب من تلقاء أنفسهم مع الأطفال المعالجين المساعدين.

تم تلقين الأطفال المعالجين ألا يبدؤنا اللعب الاجتماعي معهم ولكن يستجيبوا بطريقتهم المعتادة إذا تم الاقتراب منهم بواسطة أحد الأطفال المنعزلين، وقد أظهرت النتائج انخفاض ترددات السلوك الاجتماعي الإيجابي للأطفال المنعزلين بصورة ملحوظة ، وعندما أعيد التفاعل والتدعيم الاجتماعي الإيجابي بواسطة الأطفال المعالجين المساعدين ازدادت مرة أخرى معدلات مشاركة الأطفال ذوى السلوك الانعزالي في أنشطة اللعب المختلفة بصورة ملحوظة.

6-2- 4-دراسة ريف Reeve :(2001):

استهدفت الدارسة تطبيق برنامج إرشادي لعلاج السلوك الانسحابي والعزلة الاجتماعية لدى عينة من الأطفال بلغ عددهم(23)طفلاً من خلال الاندماج في السلوك الاجتماعي ، وذلك باستخدام استراتيجيات مختلفة تستهدف زيادة السلوك الإيجابي المساند للأطفال وقد استخدمت الدارسة برنامجا إرشاديا مبنياً على التعزيز الاجتماعي لزيادة ارتباط الأطفال بسلوكيات اجتماعية إضافية وتوصلت الدارسة إلى اكتساب الأطفال سلوكيات اللعب الجماعي والتعاون والبعد عن العزلة والانسحاب والأحلام الخيالية لدى الأطفال.

6-2- 5-دراسة ويلسون : Welson (2000):

تناولت الوحدة النفسية بين المراهقين البيض والسود في زيمبابوي وتكونت عينة الدارسة من (151)مراهقاً منهم (71)من السود و(71) من البيض وأسفرت الدراسة عن وجود علاقة سلبية دالة بين الوحدة النفسية بين المراهقين السود وكل من الانبساطية والطاعة ،كما أسفرت النتائج عن وجود علاقة سلبية بين الوحدة النفسية لدى المراهقين البيض وكل من الانبساطية والجرأة وكفاية الذات ، وعلاقة موجبة دالة بين الوحدة النفسية والعصبية.

وفى دارسة **فينروت وكورسن Veinrott & Corson**: بهدف تعديل السلوك الانعزالي لعدد (25)طفلا من ذوى السلوك الانعزالي في المدرسة الابتدائية ، قام الباحثان بتدريب مجموعة من المدرسين على استخدام التدعيم الاجتماعي الفردي والجماعي لتعديل السلوك الانعزالي لعينة الدارسة ، وطبق الباحثان برنامجاً علاجياً ، حيث تم فيه تقسيم الأطفال إلى مجموعتين مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية(على أن يقدم للمجموعة التجريبية أنشطة تفاعلية معينة يتم التدريب عليها مع منحهم تدعيماً اجتماعيا مادياً ومعنوياً بواسطة المعلمين ، بينما لم يمنح أفراد المجموعة الضابطة هذا التدعيم أثناء ممارستهم لنفس الأنشطة التفاعلية، وتم تطبيق مقياس للعزلة لمقارنة نتائج التطبيق القبلي والبعدي والتتابعي لكل من المجموعتين، وأظهرت نتائج الدارسة أن أفراد المجموعة التجريبية أظهرت زيادة في التفاعل مع الأقران بالمقارنة بنتائج التطبيق القبلي، كما أظهرت النتائج أيضاً استمرار التفاعل الاجتماعي لأفراد المجموعة التجريبية خلال فترة المتابعة ، كما أن المجموعة التجريبية تحسنت كثيرا أنماط التفاعل الاجتماعي الإيجابي لها، وأصبحت أكثر اجتماعية من المجموعة الضابطة التي لم تتلق تدعيما كما أشارت تقارير المدرسين عن أطفال المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج زيادة معدلات تفاعلهم مع الأقران في الفصل والملعب.

6-2- 6-أجرى والكر وهوبز Walker & Hopes (1987) :دارسة استهدفت تعديل السلوك الانعزالي لدى طفل يتسم سلوكه بالعزلة عن الآخرين يتراوح عمره من (14)إلى(15)سنة سنة، وقد قام الباحثان بتصميم تجريب يتمثل في قيامهما بتصوير فيلم عن مجموعة أطفال وهم يتفاعلون معاً بشكل إيجابي ،بتشجيع الطفل على اللعب المنعزل دون تداول اللعب مع طفل أخر مع تقديم طعام ومديح ، فلوحظ ارتفاع مستوى اللعب المنعزل من(56.5)٪بالمائة إلى(58)٪ بينما هبط اللعب الاجتماعي مع الآخرين ،بالتفاعل مع مجموعة من الأطفال ذوى السلوك الاجتماعي الطبيعي ، مع قيام الباحثين بتعزيز إيجابي للسلوك الاجتماعي الإيجابي الذي يبديه الطفل موضوع الدارسة مع مجموعة الأطفال المشاركين في البرنامج العلاجي .وتمثل التدعيم في مكافآت مادية مختلفة بالإضافة إلى تدعيم إيجابي معنوي فقط عند قيامه بأي صورة من صور التفاعل الاجتماعي الإيجابي مع رفاقه ، والابتعاد عن سلوك العزلة، وتلازم هذا التدعيم طوال فترة التفاعل الاجتماعي، وقد أظهرت النتائج تزايداً تدريجياً لمعدلات التفاعل الاجتماعي للطفل ذو السلوك الانعزالي مع غيره من الأقران، كما أوضحت النتائج أيضاً تزايد نسبي في معدلات المبادرات الاجتماعية التي يبديها الطفل المنعزل من تلقاء نفسه تجاه أقرانه، ولوحظ أيضا أن سحب المكافآت المادية أدى إلى انخفاض معدلات المبادرات الاجتماعية سواء من الطفل أو من أقرانه ، إلا أنها ظلت مرتفعة نسبياً بالمقارنة بمقدار التفاعل الاجتماعي مع هذا الطفل في بداية التجربة.

6-2- 7-وقام أودين وآشرOden & Asher (1987): بإجراء دارسة استهدفت تعديل السلوك الانعزالي لمجموعة من الأطفال في مرحلة المدرسة الابتدائية في الصفين الثالث والرابع، يتصفون بالسلوك الانعزالي عن أقرا نهم ، وضعف القدرة على عقد صداقات والاندماج في التفاعلات الاجتماعية مع الزملاء ، وقد استخدم الباحثان برنامجا حدد فيه مجالات المهارات الاجتماعية المطلوب إكسابها للأطفال ذوى السلوك الانعزالي ، وهذه المجالات هي:

-المشاركة الاجتماعية مع الأطفال الآخرين في اللعب والنشاط.

-التعاون والسماح باستعمال المتعلقات الشخصية.

-التخاطب : ويتضمن مهارتي الحديث والاستماع.

-التصديق أو المساندة الاجتماعية وإظهار الاهتمام وتقديم المساعدة.

وقد قام الباحثان بتدريب مجموعة من الأطفال على المهارات الاجتماعية اللازمة لتكوين صداقة مع الأقران وتفاعلاً اجتماعياً مقبولاً ، وذلك في أربع أسابيع ، وتم الإجراء التجريبي بتقسيم الأطفال ذوى السلوك الانعزالي إلى ثلاث مجموعات لكل مجموعة منها ظرف تجريبي مختلف:

المجموعة الأولى : تم تدريبهم على مهارات المشاركة مع الأقران في لعبة أو نشاط ، ومهارات التعاون مع الأقران واستعمال المتعلقات الشخصية، ومهارات التخاطب والحديث أو الاستماع لهم ، وتبادل الابتسام وتبادل النظرات مع الأقران وعرض المساعدة وإبداء المساندة والتشجيع ... مع تقديم تدعيم اجتماعي إيجابي عقب انتهاء اللعب والتدريب

وأثنائه أيضاً،ويتضمن التدعيم الاجتماعي الإيجابي تعليقا إيجابيا على تفاعلهم مع أقرانهم ، وثناء على مشاركتهم لزملائهم في مواقف اللعب وتشجيعا لهم على ممارسة ما تعلموه من مهارات الفصل الدراسي بواسطة المعلمين والباحثين مع أقرا نهم.

المجموعة الثانية : تم تدريبهم على مزاولة نفس الأنشطة السابقة مع الأقران بدون أي تدعيم لفظي أو اجتماعي إيجابي.

المجموعة الثالثة : لا يسمح لهم بالمشاركة في نفس الأنشطة السابقة مع الأقران وإنما يسمح لهم بممارسة ألعاب فردية، ولم يتلقوا أي تدعيم لفظي أو تدعيماً اجتماعياً إيجابياً.

وقد أوضحت أن أطفال المجموعة الأولى مقارنة بأطفال المجموعتين الأخيرتين ارتفعت مكانتهم الاجتماعية بين أقرانهم فيما يتعلق بنشاط اللعب والتفاعل الاجتماعي خاصة في مهارات الاتصال ، كما تزايدت أعداد الأطفال الأقران الذين فضلوا اللعب معهم، وقد استمر هذا التحسن بعد مرور عام.

6- 3- دراسات تتعلق بضعف الثقة بالنفس

6- 3- 1 دراسة الدفاعي(2004) بعنوان: أثر برنامج إرشادي نفسي مقترح في تنمية الثقة بالنفس وعلاقته بمستوى الإنجاز الرياضي"استهدفت الدراسة وضع برنامج إرشادي نفسي لتنمية الثقة بالنفس لدى لاعبي الساحة والميدان وأثر البرنامج في الثقة بالنفس والإنجاز الرياضي والعلاقة بين الثقة والإنجاز الرياضي تكونت عينة الدراسة من (20لاعبًا) وضمن الأعمار(19)إلى(34)سنة تم استخدم مقياس **رويين وميلي** والمعرب من قبل محمد حسن علاوي والمتضمن (13)فقرة، أستخرج الصدق التلازمي للقياس الذي بلغ (0.94) والثبات بإعادة الاختبار إذ بلغ (0.88) استخدم الاختبار التائي ومعامل ارتباط برسون كوسائل إحصائية، أظهرت النتائج عدم وجود فروق معنوية للثقة والإنجاز الرياضي في الاختبار القبلي وأن هناك فروقًا في الثقة بالنفس لصالح المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي ووجود فروق معنوية في متغيري الثقة بالنفس والإنجاز الرياضي للعينة التجريبية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح البرنامج الإرشادي لدى لاعبي المسافات القصيرة أي أن للبرنامج الإرشادي أثرًا في الثقة والإنجاز الرياضي ووجود علاقة معنوية بين الإنجاز الرياضي والثقة بالنفس لدى لاعبي المسافات الطويلة، المتوسطة والقصيرة .

6-3-2 دارسة سمية رجب (2010): بعنوان: فعالية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة" هدفت الدراسة إلى الكشف عن فعالية البرنامج الإرشادي المقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، والتعرف على مستوى الثقة بالنفس لدى أفرا د العينة، وكذلك الكشف عما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على الاختبار القبلي ومتوسط درجاتهم على الاختبار البعدي للثقة بالنفس، والكشف عما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على الاختبار البعدي ومتوسط درجات معاملي الاختبار التتابعي لقياس الثقة بالنفس، وقد استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي، وتكونت عينة الدراسة عينة تجريبية فقط وكان عددها (25)طالبة من طالبات

الجامعة الإسلامية، في حين كانت العينة الاستطلاعية عبارة عن(60)طالبة من طالبات كلية التربية، المستوى الأول، تم اختيارهن بطريقة عشوائية حسب جدول المساقات، وتمثلت أدوات الدراسة في استبيان للثقة بالنفس وجلسات البرنامج الإرشادي المقترح لتنمية الثقة بالنفس ، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح البعدي، مما يعني فعالية البرنامج المقترح لتنمية الثقة بالنفس، في حين لم توجد تلك الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي ؛ مما يعني استمرارية فعالية البرنامج المقترح بعد شهرين من تطبيقه.

6- 3-3:دارسة أمل يونس (2010) بعنوان: فعالية برنامج لتنمية الثقة بالنفس لدى طفل الروضة" هدفت الدراسة إلى تنمية الثقة بالنفس لدى طفل الروضة وذلك من خلال برنامج الثقة بالنفس .تكونت عينة الدراسة الكلية من(60) طفل وطفلة مقسمة إلى"30" ذكور، "30 "إناث مجموعة تجريبية " 17 :ذكور، " 13 " إناث مجموعة ضابطة " 13 " ذكور، " 17 " إناث.

*الأدوات المستخدمة:

-اختبار رسم الرجل لجود انف هاريس تقنين :فاطمة حنفي (1983).

-مقياس المستوى الثقافي الاقتصادي الاجتماعي(إعداد :محمد رزق البحيرى (2000).

-مقياس الثقة بالنفس المصور لطفل الروضة (إعداد الباحثة)

-برنامج تنمية الثقة بالنفس لدى طفل الروضة (إعداد الباحثة)

*أظهرت نتائج الدارسة:

-توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية من أطفال الروضة على مقياس الثقة بالنفس بعد تطبيق البرنامج.

-توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات أفرا د المجموعة التجريبية على مقياس الثقة بالنفس في القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج.

- لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات أفرا د المجموعة الضابطة على مقياس الثقة بالنفس في القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج.

-لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الثقة بالنفس في القياس بعد تطبيق البرنامج والقياس التتبعي.

-لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات أفرا د المجموعة التجريبية الذكور والإناث على مقياس الثقة بالنفس في القياس البعدي لتطبيق البرنامج.

دراسة الزاملي: (**1993**)استهدفت بناء **برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة المتوسطة** **المتغير التابع** ، **الثقه بالنفس** (التصميم التجريبي) مجموعه تجريبية ومجموعه ضابطه(وقد استخدم ، مقياس الثقة بالنفس في بناء برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس وأهم ما توصلت إليه الدراسة.

*وجود فروق ذات داله إحصائيا تشير إلى تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة.

*عدم وجود فروق داله إحصائيا بين درجات الثقة بالنفس لمتغير الجنس .

6-4- التعليق على الدراسات السابقة :

لقد واجه الباحث ندره كبيرة في الدراسات السابقة خصوصا الدراسات المطابقة،معظم الدراسات تناولت برامج إرشادية للتخفيف من المشاكل النفسية والاجتماعية التي يعاني منها التلاميذ خصوصا أثناء مرحلة المراهقة ،ولقد استعان الباحث بهذه الدراسات قصد الاطلاع والاستناد عليها في بناء البرنامج الإرشادي وإعطائه أكثر فعالية في التخفيف من من درجة الانطواء الاجتماعي ،كما تناولت دراسات أخرى مؤشراته على غرار الدارسات التي تناولت مؤشر قلة التفاعل الاجتماعي الصفي مثل دراسة أجراها **كوتيلا وسالوفيتا** استهدفت زيادة التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال ذوى السلوك الانعزالي وذلك على عينة من الأطفال الثلاثة، أطفال أعمارهم (03)إلى (06)سنوات يتسم سلوكهم بالانعزال ومدى مساهمة البرامج الإرشادية في زيادة تفاعل التلاميذ داخل المدرسة سواء عن طريق الأنشطة الرياضية أو بدونها وتدريب الطلاب على المهارات الاجتماعية والمعرفية وإكسابهم مهارات التواصل مع الآخرين ،وهذا ما توصلت إليه **دراسة ارنكوف وآخرون** إذ أصبحوا أكثر رضا عن أنفسهم ومقدرين لذواتهم ، واستخدموا مهارات التفاعل اللفظي وغير اللفظي في تفاعلهم مع الآخرين ،حث الأطفال على سلوك المبادأة والاستمرار في التفاعل الاجتماعي بواسطة الأقران المهرة اجتماعيا ، وقد أظهرت نتائج الدراسة زيادة جوهرية في التفاعل الاجتماعي الإيجابي بين الأطفال ذوى السلوك الانعزالي، و تدريب بعض الأقران طفلين على تشجيع الطفل ذو السلوك الانعزالي على المثابرة والقيام بالعلاقات الاجتماعية الإيجابية ، مع تقديم التدعيم الاجتماعي الإيجابي المتمثل في الثناء عليه وتشجيعه عند إقامة علاقات اجتماعية مرغوبة والذي اعتمدت عليه دراسة **فورمان Furman 1991**، وقد قام الباحث بتدريب الطفلين على إغراء الطفل المنعزل باللعب معهما، وكان يقدم أيضا للطفلين تدعيماً اجتماعيا إيجابياًكما أوضح الباحثون أن البرنامج السلوكي ذو فاعلية في تحسن الحالة النفسية لأفرد العينة وأصبحوا أكثر اندماجاً واجتماعية وأقل قلقاً وخجلا والاطلاع أيضا على النتائج المتحصل عليها من هذه الدراسات لأخذ فكره عن مدى فعاليتها في معالجة المشاكل النفسية التي يعاني منا التلاميذ والاطلاع أيضا على أحدث التقنيات والأساليب الإرشادية المستخدمة في هذه البرامج واختيار الأنجح منها وتوظفها في الدراسة الحالية ،كما تناولت أيضا بعض الدراسات مؤشر الوحدة والانعزال كمشكلة من المشاكل التي يعاني منها تلاميذ الطور المتوسط والتي تجعل التلميذ أقل فعالية وأقل مساهمة واندماجا في الوسط المدرسي

واستعان الباحث بدراسات أخرى تناولت متغير ضعف الثقة بالنفس والذي يجعل التلميذ خائفا ومترددا أثناء المواقف التعليمية التي تصادفه في الحياة المدرسية مما يؤثر على مستواه الدراسي والرياضي ويجعله منطوي اجتماعيا مما يؤثر على توافقه النفسي والاجتماعي على حد سواء،استعان الباحث أيضا في بناء أداة الدراسة على بعض المقاييس التي استخدمت في بعض الدراسات السابقة كمقياس الإحساس بالوحدة النفسية قشقوش الذي طبق في دراسة **المزروع** (**2000**):ومقياس الخجل والانطواء الذي استخدمه **ارنكوف** في دراسته.

استعان الباحث أيضا في بناء محتوى البرنامج الإرشادي على بعض الدراسات **كدرا سة لافوا Lavoie** (**2003**): إذ يكلف الطفل ببعض الأدوار الاجتماعية المختلفة وذلك بصحبة طفل ذو مكانة اجتماعية عالية وفى أنشطة تعاونية وتدعيم الطفل ذو السلوك الاجتماعي الانعزالي على قيامه بالتفاعلات الاجتماعية، وقد أظهرت نتائج الدارسة أن الأطفال المرفوضين والمنعزلين اجتماعيا قد تحسنت مهاراتهم الاجتماعية بصورة واضحة وقد ظهر ذلك في تعديل الصوت ، والقيام بأدوار إيجابية، وتنمية الروح الرياضية، والمنافسة ، بالإضافة لذلك فقد تحسنت المهارات الأكاديمية من خلال الأنشطة المدعمة بواسطة الرفاق ،بالإضافة إلى معرفة دور اللعب في زيادة التفاعل الاجتماعي من خلال الاطلاع على دراسة (**رومانسيزيكRomanczyk** :**1991**):،كان يتم إخبار الأطفال خلالها بأن ذلك وقت اللعب، دون إعطاء تعليمات ، ودون أي تدخل، وتم خلال هذه المرحلة جمع بيانات أولية عن سلوك الأطفال موضع الدارسة، حيث سجل الملاحظون ملاحظاتهم حول السلوكيات الاجتماعية والتلفظ واللعب الانعزالي، اللعب الاجتماعي ، سلوكيات الأخذ والعطاء للعبة، النشاط والكسل.....

أما **دراسة ريف Reeve** :(**2001**):استهدفت الدراسة تطبيق برنامج إرشادي لعلاج السلوك الانسحابي والعزلة الاجتماعية لدى عينة من الأطفال بلغ عددهم(23)طفلاً من خلال الاندماج في السلوك الاجتماعي، وذلك باستخدام استراتيجيات مختلفة تستهدف زيادة السلوك الإيجابي المساند للأطفال وقد استخدمت الدارسة برنامجا إرشاديا مبنياً على التعزيز الاجتماعي لزيادة ارتباط الأطفال بسلوكيات اجتماعية إضافية وتوصلت الدراسة إلى اكتساب الأطفال سلوكيات اللعب الجماعي والتعاون والبعد عن العزلة والانسحاب والأحلام الخيالية لدى الأطفال،واعتمد الباحث على الأنشطة الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية كوسيلة لملاحظة وتشخيص سلوكيات التلاميذ وطبيعة تفاعلهم أثناء المواقف التعليمية، واستوح الباحث هذه الفكرة من دراسة **روس آلان** (**Ross Alan** :**2001**): اعتمدت أيضا بعض الدراسات على برامج إرشادية لزيادة الثقة بالنفس لدى التلاميذ على غرار الدراسة التي قام بها دراسة **الدفاعي**(**2004**) **بعنوان:** أثر برنامج إرشادي نفسي مقترح في تنمية الثقة بالنفس وعلاقته بمستوى الإنجاز الرياضي **التي**"استهدفت الدراسة وضع برنامج إرشادي نفسي لتنمية الثقة بالنفس لدى لاعبي الساحة والميدان وأثر البرنامج في الثقة بالنفس والإنجاز الرياضي والعلاقة بين الثقة والإنجاز الرياضي ودارسة **أمل يونس** (**2010**) "هدفت الدارسة إلى تنمية الثقة بالنفس لدى طفل الروضة وذلك من خلال برنامج الثقة بالنفس .

خلاصة:

تناولت العديد من الدراسات مؤشرات الانطواء الاجتماعي سواء عن طريق برامج الإرشاد أو عن طريق الأنشطة الرياضية للتخفيف أو معالجة مشكلات سوء التوافق الاجتماعي لدى التلاميذ وهذا للرفع من كفاءة التلاميذ من ناحية مهاراتهم و كفاءتهم الاجتماعية بمساعدة الطاقم التربوي الذي يضم مستشار التوجيه أو المعلم أو الأستاذ أو المراقب أو المدير أو بمساعدة الأقران ،ولقد حاول الباحث وضع برنامج إرشادي يجمع بين الأساليب والفنيات الإرشادية وبين الأنشطة الرياضية خلال حصة التربية البدنية وهذا ما يستوجب التنسيق بين أستاذ التربية البدنية ومستشار التوجيه، الأول يدير الأنشطة الرياضية والثاني يستغلها في عملية التشخيص والتعزيز الاجتماعي باستخدام أساليب وفنيات إرشادية تعمل على زيادة تفاعل التلاميذ وتبعدهم عن الوحدة والانعزال والانطواء وتزيد من ثقتهم بأنفسهم مما ينعكس إيجابا على توافقهم النفسي والاجتماعي وهو وجه الاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة.

الباب الأول

الدراسة النظرية

الفصل الأول

مفاهيم ونظرية الإرشاد النفسي

تمهيد:

يعد الإرشاد النفسي في المؤسسات التعليمية ضرورة ملحة نتيجة التقدم الذي شهده العالم وما خلفه من تعقيدات للحياة الاجتماعية ، كما أن تطور الفكر التربوي الحديث جعل من التلميذ محور العملية التربوية، بالإضافة إلى هذا كله ما يعانيه التلميذ من مشكلات تتعلق بالنظام و المنهج الدراسي ، ومشكلات التكيف مع زملائه ومع أساتذته وغيرها من المشكلات كل ذلك فرض على الأستاذ دورا جديدا يختلف بالطبع عن دوره في الماضي ،من خلال هذا المنظور لم يعد أستاذ المادة مجرد ملقن للمعلومات التي يحصل عليها التلميذ بالطريقة الكلاسيكية القديمة، بل أن الإرشاد النفسي يفرض الدور الجديد على الأستاذ كمرشد نفسي، أو بالأحرى كأخصائي نفسي، كي يتمكن من التعرف على ملابسات المواقف التربوية ،لذ أوجب عليه معرفة ودراسة كل ما يتعلق بمجال الإرشاد النفسي من نظرياته ونماذجه وأسسه وأهدافه وكذا استخدام وسائل جمع المعلومات قدر الإمكان وإجراء الفحوص والبحوث ودراسة شخصية التلميذ وظيفيا وديناميكيا للتعرف على استعداداته وقدراته واتجاهاته وميولاته واهتماماته ونواحي القوة والضعف فيه، وتعريفه بنفسه ،وضبط علاقاته مع زملائه في الصف لتجنب المشاكل النفسية التي قد يقع فيها خصوصا في مرحلة المراهقة وقد تناول الباحث هذا الفصل لأهميته بالنسبة لموضوع الدراسة والاطلاع على أهم المفاهيم والنظريات المتعلقة بالإرشاد النفسي واستغلالها وتوظيفها في المجال التربوي .

1- مفهوم الإرشاد في اللغة العربية :

لم تخل اللغة العربية من الإشارة إلى مفهوم الإرشاد في شعرها ونثرها:

ترشد بمعنى أن تسلك الطريق الصحيح أي أن مفهوم الإرشاد في اللغة العربية يعني إتباع الطريق الصحيح والسلوك الصحيح، وهو يعني إسداء النصح للآخرين (سعيد حسن العزة ، 2005،ص9،10)

1-2 – مفهوم الإرشاد في التربية وعلم النفس :

الإرشاد عمليه فنيه متخصصة مستمرة وهو علاقة بين طرفين ،أحدهما المسترشد الذي يواجه مشكلات وعوائق وصعوبات مختلفة ،والأخر المرشد الذي بحكم خبرته الفنية في مجال الإرشاد قادر على تقديم المساعدة للمسترشد وليفهم نفسه والعالم من حوله وفهم دوافعه وميوله وقدراته المختلفة واتخاذ قراراته وفهم القانون والنظام المعمول به في مجتمعه، وهو عمليه ديناميه إنسانيه واعية وهادفة تستهدف تقديم المساعدة للمسترشد ،للاستفادة مما لديه من قدرات وإمكانات والدفع بها لتحقيق أقصى قدر ممكن من النمو السوي في كافة المجالات العقلية والنفسية والاجتماعية والجسمية والانفعالية والمهنية (د طه عبد العظيم حسين،2004 ،ص10).

وبشكل عام نستطيع القول أن مفهوم الإرشاد COUNSELING ،مفهوم واسع يستخدمه العديد من العاملين في مجال تقديم الخدمات المختلفة مثل الأطباء والمحامين والدبلوماسيين والعسكريين والماليين والاستشارين والأخصائيين.

والاجتماعين،وذلك على اعتبار أن الخدمة الإرشادية التي يقدمها المرشد للمسترشدين في المؤسسات التربوية والاجتماعية والصحية والصناعية تقوم على علاقة تفاعليه بهدف التغلب على الصعوبات وعلى عدم التكيف الذي يعاني منه المسترشدون في كافة مواقعهم ،إن العملية الإرشادية تتصف بأنها علاقة بين المرشد و المسترشد تقوم على الثقة والاحترام بهدف إحداث تغير في قدرات الفرد ليتكيف مع محيطه الذي يعيش فيه(سعيد حسن العزة ،2005، ص 10).

تعتبر علاقة الإرشاد بالتربية علاقة تكامل ،حيث أن التربية الحديثة تعتبر عمليه الإرشاد جزءا لا يتجزأ منها ،وقد أكد **فاجار**(**vaughar**،1975)أنه لا يمكن التفكير في التربية بدون الإرشاد ،والعلاقة بينهما متبادلة، حيث يتضمن الإرشاد عمليتي التعلم والتعليم في تغيير السلوك ،وتتضمن التربية عملية التوجيه والإرشاد ،وتعتبر المؤسسات التربوية المجال الحيوي الفعال للإرشاد في جميع أنحاء العالم (عبد اللطيف دبور ،2007 ، ص15).

أما (**سامي محمد ملحم**) فأنه يعرف الإرشاد النفسي بأنه علاقة متبادلة بين شخصين ، وهذه العلاقة ترمي إلى تحقيق غاية أو هدف، أن يقوم فيه أحدهما وهو الأخصائي النفسي بتوظيف خبرته لمساعدة الشخص الآخر وهو العميل ،حتى يغير من نفسه ومن بيئته ، ووسيلة هذه العلاقة هي المقابلة إذ يتم الإرشاد في هذه المقابلة (سامي محمد ملحم ،2001 ،ص37).

وعلى ضوء التعريفات السابقة يمكننا القول بأن الإرشاد هو عملية تعلم اجتماعي ، حيث تتم هذه العملية بين طرفين أحدهما يصطلح عليه المرشد ، وهو القائم بالعملية الإرشادية وهو الذي يمتلك المعلومات والحقائق ، والتي أول ما تهدف إليه هو مساعدة الفرد على فهم ومعرفة إمكاناته ودوافع نشاطه(أديب الخالدي،2000،ص196).

2– المفاهيم الخاطئة للإرشاد النفسي : يعتقد البعض أن الإرشاد خدمات أو عملية تقدم إلى المرضى وأصحاب المشكلات فحسب ، وهو اعتقاد خاطئ ،صوابه أن الإرشاد النفسي خدمات أو عملية تقدم إلى العاديين وإلى أقرب المرضى إلى الصحة وأقرب المنحرفين إلى السواء.

يعتقد البعض أن الإرشاد قاصرا على الحياة الانفعالية للفرد فحسب ، وهو اعتقاد خاطئ صوابه أن الإرشاد النفسي ليس على الحياة الانفعالية للعميل فحسب ، ولكنه يتناول جميع جوانب شخصيته ككل جسميا عقليا واجتماعيا وانفعاليا .

يعتقد البعض أن الإرشاد النفسي خدمات أو عملية لابد أن تتم في مراكز إرشادية ....أو في عيادة نفسية ،وهو اعتقاد خاطئ صوابه أن الإرشاد النفسي خدمات أو عملية تقدم في أي مكان مناسب ويضمن نجاحها سوءا كان مركز إرشاد أو عيادة نفسية أو مدرسية (محمد علي كامل ،2003، ص 46، 47).

من الاعتقادات الخاطئة عن الإرشاد النفسي أنه مجرد خدمات يقدمها أخصائي واحد ،والصحيح أن الإرشاد النفسي عملية تتضمن تقديم خدمات على يد فريق من المتخصصين مثل المرشد النفسي والمرشد المدرسي والأخصائي النفسي وغيره (طه عبد العظيم حسين ،2011،ص20).

3– نماذج الإرشاد النفسي:

قدم كثير من الباحثين في مجال الإرشاد نماذج تصنف عملية الإرشاد في صورة خطوات متتابعة يمكن للمرشد أن يهتدي بها في عمله مع المسترشد وفيما يلي بعض الأمثلة من هذه النماذج :

3–1– نموذج هيل وأبرين (hill&obrien).

قدم **هيل وأوبرين** نموذج المساعدة ذو المراحل الثلاث ، والذي يعتبر إطار عمل لاستخدام المهارات الإرشادية في قيادة وتوجيه المسترشدين أثناء عملية استكشاف الاهتمامات والمشكلات ، والوصول إلى فهم أعمق لتلك المشكلات وعمل تغييرات في حياتهم .

ويقوم النموذج على خبرات إكلينيكية وتعليمية واسعة ، ويعتمد على نظرية الإرشاد المتمركز حول المسترشد، والإرشاد التحليلي والنظريات المعرفية والسلوكية ، ويتطلب تطبيق هذا النموذج من المرشد أن يفهم الفلسفة العامة له، وللنظريات التي يرتكز عليها وتعلم المهارات اللازمة لكل مرحلة من مراحله ويتكون هذا النموذج من ثلاث مراحل هي:

أ–المرحلة الأولى: مرحلة الاستكشاف

يشير مصطلح الاستكشاف إلى أن المرشد قد أصبح مندمجا ومشتركا في العملية الإرشادية ،مما يمكنه من استكشاف الأفكار والمشاعر، أو التصرفات الهامة المرتبطة بتلك العملية ،ويمكن معرفة مدى ذلك الاندماج من خلال تعبيرات المسترشد اللفظية الخاصة بالمشاعر مثل (سعيد،حزين، قلق) أو السلوك الغير اللفظي مثل (الإشارات المسموعة ،وحركات الأيدي وحركات الرأس وحركات الجسم) .

ب–المرحلة الثانية :مرحلة التبصر

يشير مفهوم التبصر إلى فهم المسترشد لنفسه ، ومعرفة أسباب سلوكه وأفكاره ومشاعره ، ويشتمل التبصر على خبرة يستطيع المسترشد معها إدراك نفسه والعالم من حوله بطريقة جديدة، والتبصر هام للمسترشد لأنه يساعد في رؤية الأشياء بشكل جديد ،ويعمق فهمه لذاته ويجعله يتحمل مسؤولياته ويفهم سبب تصرفاته وتفكيره ومشاعره ويساعده في إيجاد بدائل أفضل لحل مشكلاته ،ويقدم المرشدون في هذه المرحلة ما لديهم من أفكار ويستخدمون خبراتهم الخاصة من أجل مساعدة المسترشد في رؤية الأشياء بطريقة جديدة ،ويعملون بجد في هذه المرحلة لمعرفة المعاني وإعادة تركيب الخبرات أو تعديلها ،وهدف المرشد الأساسي في هذه المرحلة ،هو تعزيز التبصر لدى المسترشد وتقويته وبناء فهم جديد لديه لتحديد دوره في حدوث المشكلات واستمرارها ،ولتحقيق هذه الأهداف يركز المرشد في العملية الإرشادية على التعليم والتغيير ، ويقدم التغذية الراجعة لسلوك المسترشد في الجلسات الإرشادية ويساعده في نمو وتطور هذه السلوكيات الحالية (د محمد أحمد خدام مشاقبة،2008،ص،67).

ج–المرحلة الثالثة :مرحلة العمل

بعد انتهاء مرحلة الاستكشاف وحصول المرشد والمسترشد على التبصر بطبيعة المشكلة وأسبابها فقد أصبحا الآن مستعدين لمرحلة العمل ،حيث يقوم المرشد بمساعدة المسترشد في اختيار البدائل لمواجهة المشكلات ، ومساعدة المسترشد في بدء تغيير الأفكار أو المشاعر أو السلوك .

د–أهداف مرحلة العمل :

تتمثل أهداف مرحلة العمل بالنسبة للمرشدين في:

– مساعدة المسترشدين على اكتشاف السلوكيات الجديدة الممكنة.

– مساعدتهم في تقرير الأعمال وتسهيل مهارات النمو اللازمة للتنفيذ (دمحمداحمد خدام مشاقبة،نفس المرجع،ص،66،67).

– تقديم التغذية الراجعة حول محاولات التغيير.

– مساعدتهم في تقييم العمل ، في وضع الخطط.

ويقوم المرشد في هذه المرحلة بقيادة تحرك المسترشد نحو اتخاذ قرارات وتغييرات تعكس فهمه الجديد لنفسه ،ويقوم الطرفان معا باستكشاف فكرة التغيير ، وتحديد إرادة المسترشد في التغيير وفي بعض الحالات يقوم المرشد بتعليم المسترشد المهارات التي يحتاجها لعمل تغييرات في حياته ،وقد يساعده في تطوير استراتجيات تساعده أثناء محاولته القيام بسلوكيات جديدة ويقوم الطرفان بمواصلة تقييم مخرجات تنفيذ الخطط ،وعمل لمساعدة المسترشد في الحصول على مخرجات مرغوب فيها ويستمر المرشد في التعرف على مشاعر المسترشد حول عملية التغيير ومساعدته في اكتشاف الأفكار والمشاعر حول العمل أثناء هذه المرحلة.(دمحمد أحمد خدام مشاقبة،2008،ص،67,66).

3–2– نموذج وليامسون (WILLIAMSON):

وضع **"وليامسون"** نموذجا للعملية الإرشادية مشتقا من نظرية السمات و العوامل ويتكون هذا النموذج من ست خطوات هي:

* **التحليل**: ويشمل تحديد المعلومات المطلوبة ثم جمعها بوسائل جمع المعلومات ومن مصادرها المتعددة .

* **التركيب** : صياغة المعلومات التي تم الحصول عليها ومعرفة تفاعلها وترابطها

* **التشخيص**: التعرف على أسباب المشكلة وتفاعلها .

* **المآل**: التوقع المحتمل بمستقبل الحالة.

3–3– نموذج برامر وشو ستروم(BRAMMER&SHOTER 1977)

ويطلق على هذا النموذج نموذج الإرشاد المحقق للذات ويتكون هذا النموذج من سبع خطوات هي:

* تحديد مشكلة المسترشد ومدى حاجته للإرشاد.

* بناء العلاقة الإرشادية.

* تحديد أهداف الإرشاد.

* العمل على المشكلات و الأهداف.

* تسهيل الوعي .

*تخطيط برامج العمل .

* تقيم النتائج وإنهاء الإرشاد. (محمد المشاقبه،نفس المرجع، ص75,74)

3–4 – نموذج أوكون 1976(OKUN)

قدمت هذا النموذج أوكون وهو قائم على أساس من نموذج العلاقات الإنسانية حيث ترى أن هناك ثلاث أبعاد أساسيه للإرشاد هي : 1– المراحل 2–المهارات 3– القضايا

أولا : المراحل .

وتنقسم المراحل إلى مجموعتين وهما : العلاقات والإستراتيجيات

العلاقات (تنمية الثقة ،التطابق ،التفهم)

أ– البداية ب– استيضاح المشكلة المعروضة ج – وضع إطار للعلاقة الإرشادية د – الاستكشاف المكثف للمشكلة هـ– الأهداف الممكنة للعلاقة الإرشادية

الإستراتيجيات(الطرق):أ– الاتفاق المتبادل على الأهداف المحددة ب– تخطيط الطرق ج– استخدام الطرق د– تقويم الطرقه هـ– الإنهاء و– المتابعة.

ثانيا:المهارات : (تشمل مهارات الاتصال)– الاستماع للرسائل اللفظية – أدراك الرسائل غير اللفظية –الإستجابه لنوعين من الرسائل

ثالثا :القضايا :وتشمل القضايا :– القيم .– القضايا المعرفية.

3–5– نموذج كاركوف: (CARKHUF)

طور كاركوف وزملاءه نموذجا للمساعدة وقد تبنى كثير من المرشدين هذا النموذج في ويأخذ النموذج في اعتباره مستوين أولهما يتصل بالمرشد ويشتمل على أربع مهارات هي :

– الحضور – الإستجابه – التفهم و المشاركة– المبادأة أما المجموعة الثانية متصلة بالمسترشد ،وتشمل جوانب التعلم لدى المسترشد وهى ثلاث جوانب :– الاستكشاف – التعرف أو التفهم –التصرف

ويربط كاركوف بين المستويات الثلاث للتعلم وبين النظريات المختلفة للإرشاد حيث يرى أن الاستكشاف يمكن أن يرتبط بنظريه العلاج المتمركز حول المسترشد التي وصفها روجرز .

4– نظريات الإرشاد النفسي:

يتفق المشتغلون بالتوجيه والإرشاد على أن المرشد الطلابي بحاجه كبيره للتعرف على النظريات التي يقوم عليها الإرشاد وذلك يعود لأهمية تطبيقاته أثناء الممارسة المهنية لعمل الإرشاد ،حيث أن هذه النظريات تمثل خلاصة ما قام بها الباحثون في مجال السلوك الإنساني، والتي وضعت في شكل إطارات عامه تبين الأسباب المتوقعة للمشكلات التي ويعاني منها الطالب أو المسترشد كما ترصد الطرق المختلفة لتعديل ذلك السلوك وما يجب على المرشد القيام به لتحقيق ذلك الغرض ،ويمكن استعراض هذه النظريات على نحو التالي :

4–1–نظرية الذات:

صاحب هذه النظرية **كارل روجرز** فنظريته تقر أن البشر عقلانيون اجتماعيون، يتحركون للأمام وواقعيون، إن الانفعالات المضادة للمجتمع والغيرة والعدوانية ليست انفعالات تلقائية ينبغي ضبطها، وإنما هي ردود فعل ناتجة عن إحباط دوافع أكثر أهمية منها وهي دوافع الحب والانتماء والأمن وغيرها، فحينما يتخلص الناس من الدفاعية فإن استجاباتهم تكون إيجابية ومتقدمة للأمام وبناءة، وحينئذ لا تكون حاجة للانشغال بضبط دوافعهم العدوانية لأنها سوف تنظم ذاتيا محدثة توازنا للحاجات في مقابل بعضها البعض، والأفراد لديهم القدرة على فهم العوامل التي تساهم في عدم توافقهم، إن الميل إلى التوافق هو الميل نحو تحقيق الذات،(محمد محروس،1994، ص234).

وكما يقول روجرز"إن الفرد لديه الطاقة أن يوجه وينظم ويضبط ذاته بشرط أن تتوافر شروطا معينة، وفي غياب مثل هذه الظروف يصبح الفرد في حاجة إلى أن يكون هناك ضبط وتنظيم من خارجه "ويشبه **روجرز** تنمية الفرد طاقته في هذه الحالة بنمو البذرة عندما تهيأ لها الظروف المناسبة حيث تزود نفسها بالطاقة الضرورية، وهي بمثابة صورة يكونها الفرد عن نفسه وتعكس الذات العالم الداخلي للفرد وتتكون من: (محمد محروس،نفس المرجع، ص235).

أ/**الذات الحقيقية** :تعتبر الذات الحقيقية هي مركز مفهوم الذات، وهي تعني ما يكونه الفرد فعلا، وبصفة عامة فإن الأفراد يشوهون الواقع الحقيقي فيصبح من المستحيل أن نزيح الغطاء عن الذات الحقيقية، ومن ثم فهذه الأخيرة من علم الله وحده.

ب /**الذات المدركة**:إن هذا الجانب ينمو من خلال التفاعلات مع أناس آخرين ومع البيئة، فإدراك أن الفرد محبوبا ومقبولا فإن الذات ترى كذلك، إذا تعلم فردا أنه لا أهمية له أو لا قيمة له فإنه سيرى ذاته على أنه لا قيمة له.

ج /**الذات الاجتماعية** :يدرك الفرد على أن الآخرين يفكرون فيه بطريقة خاصة، وفي معظم الأحيان فإن الفرد يحاول أن يعيش إلى مستوى هذه التوقعات من جانب الآخرين وتنشأ الصراعات الداخلية عندما تكون هناك فجوة بين الذات المدركة والذات الاجتماعية .

د/**الذات المثالية** :إن الأفراد لهم طموحات يتطلعون إلى تحقيقها، وهذا هو الجانب المثالي من الذات وتعكس الذات المثالية ما يود المرء أن يعمله ويقول **هافجورست havgurst** أن الذات المثالية تبدأ في الطفولة وتستمر في التطور حتى المراهقة المتأخرة (محمد محروس،نفس المرجع، ص235).

4-1-1 تطبيقات النظرية:

يمكن للمرشد المدرسي إتباع الإجراءات التالية :

أ-اعتبار المسترشد كفرد وليس مشكله ليحاول المرشد الطلابي فهم اتجاهاته وأثرها على المشكلة ليحاول المرشد الطلابي فهم اتجاهاته وأثرها على مشكلته من خلال ترك المسترشد يعبر عن مشكلته بحرية حتى يتحرر من التوتر الانفعالي الداخلي.

ب-مراحل التي يسلكها المرشد في ضوء هذه النظرية تتمثل في الأتي:

***مرحلة الاستطلاع والاكتشاف:**

- يمكن التعرف على الصعوبات التي تعيق المسترشد وتسبب له القلق والضيق والتعرف على جوانب القوه لديه لتقويمها والجوانب السلبية من خلال الجلسات الإرشادية ومقابلة ولي أمره أو إخوته ومدرسيه وأصدقائه وأقربائه وتهدف هذه المرحلة إلى مساعدة المسترشد علي فهم شخصيته واستغلال الجوانب الإيجابية منها في تحقيق أهدافه كما يريد.

* **مرحلة التوضيح و تحقيق القيم** :وفي هذه المرحلة يزيد وعي المسترشد ويزيد فهمه وإدراكه للقيم الحقيقية التي لها مكانه لديه من خلال الأسئلة التي يوجهها المرشد والتي يمكن معها إزالة التوتر الموجود لدى المسترشد .

* **المكافأة وتعزيز الاستجابات** :تعتمد علي توضيح المرشد لمدى التقدم لدى المسترشد في الاتجاه الإيجابي وتأكيده للمسترشد، بأن ذلك يمثل خطوه أوليه في التغلب على الاضطرابات الانفعالية(محمد أحمد خدام مشاقبة،2008 ،ص 145).ويركز المرشد المدرسي أثناء مساعدة التلاميذ، في التغلب على ما يواجهونه من صعوبات على النواحي النمائية فيعمل على تيسير كل ما من شأنه تحقيق الذات لديهم ، ومساعدتهم على النمو الاجتماعي ،وأهم تطبيقات نظرية الذات في الإرشاد المدرسي مايلي :

-وضع برامج إرشادية بالتعاون مع المدرسين (صاح الداهري ، 2005 ، ص415) .

-لا يوجه المرشد المدرسي الأسئلة، ولا يبحث عن المعلومات، ولا يقوم بتفسير الأحداث ولا يقدم النصائح (رمضان القذافي ، 2001، ص204) .

–تسهيل المشاعر وتغيير أسلوب الخبرة، مما يظهر المشاعر ذات الصلة بالذات، ثم الانتقال من عدم التطابق إلى التطابق، ثم تغيير أسلوب التواصل ذاتيا في جو تقبلي.

–تسهيل رسم الخرائط المعرفية للخبرة، وهي الخطوة التي يقترب فيها المسترشد من كيانه كتنظيم تتدفق إحساساته ومشاعره وتتمايز خبراته، وتظهر المعاناة الحقيقية للخبرة، وتصبح مقبولة بدرجة كبيرة، وتظهر العلامات الفيزيولوجية الدالة عن الراحة.

–تغيير أسلوب المسترشد في الربط، أو إقامة العلاقات المنطقية، وفيها يتم إدراك الذات التي أصبح عليها المسترشد، كإطار مرجعي في معرفة من هو(محمد سعفان، 2005 ، ص183 ،184).

–4–2– نظرية الإرشاد الجشتالتي(gestalt counseling theory):

حاول بعض علماء مدرسة الجشتالت، تطبيق نظرية المجال في ميدان الإرشاد النفسي، ومن هؤلاء فيريدريك بيرلز(**frederick or fritz perls**) حيث يرى أنه ليس من المهم أن نسأل المسترشد عن أسباب قيامه بسلوك ما وإنما توجيه الاهتمام إلى ما يفعله المسترشد الآن ، وهذا ما يعارض السلوكية التي تهدف إلى التنبؤ بإمكانية حدوث السلوك (رمضان القذافي ، 2001 ، ص214).

4 –2–1– المفاهيم الأساسية للنظرية:

–الشخص : كل لا يتجزأ هو وليس مجموعة من الأجهزة، ولا يمكن فهم الأجزاء خارج إطار الشخص كله.

–المجال النفسي : إن الإنسان الصحيح هو الشخص المتفهم لنفسه وللواقع.

–الوعي : الإنسان قادر على الوعي بأحاسيسه ومدركاته.

–النشاط العقلي :نشاط كلي يتم انجازه بطاقة أقل من الأنشطة البدنية ، والجانب العقلي والجسمي للسلوك ليس مستقلين .

–السلوك الكلي :ليس محكوما بعناصره الفردية، والعمليات الجزئية محكومة بالطبيعة الداخلية للكل.

–**الهدف** :كل إنسان له هدف فطري واحد وهو تحقيق ذاته كما هي (صالح الخطيب، 2003 ،ص421)

–الشخصية :تتكون من مفاهيم أساسية وهي:

أ– مبدأ التكوين الكلي (the holistic principale) .

ب– الغرائز(**instincts**): ويرى **بيرلز** أن هناك غريزة الجوع وغريزة الجنس وأن جميع الغرائز تصنف تحت إحدى هاتين الغريزتين.

ج– الواقع (**reality**): يفترض أن هناك عالما موضوعيا، يشتق منه الفرد عالمه الذاتي باختيار أجزاء من العالم المطلق تبعا لميوله وبذلك فهي تعود إلى الشكل أو الخلفية والفرد ليس مستقبلا فقط بل إدراكه منتظم وهذه هي الواقعية.

د – حد الاتصال(the contact boundary) :وهو نقطة التفاعل بين الفرد وبيئته.

هـ– الأنا(the ego) تعمل على تنظيم اتصال الفرد بالمجال أو البيئة حسب درجة إلحاح الحاجة على الإشباع.

و– التقدير : الحاجة إلى تقدير الآخرين (صالح الخطيب، مرجع السابق،ص421 ،423)، يولي هذا الاتجاه مسألة التركيز على الوعي، ويتسع ليشمل الشعور والأحاسيس والانفعالات والحركات، وهيئة الجسم وتوتر العضلات وتعبيرات الوجه، كما يشمل تقبل الوسط البيئي المحيط بالمسترشد (رمضان القذافي، 2001 ص214 ،115)

4–2–2–تطبيقات النظرية في الإرشاد المدرسي:

هناك تطبيقات مباشرة مع المراهقين في المدرسة ، خاصة أولئك الذين لديهم مشاعر الكره أو الغضب أو اليأس أو الذين ينظرون إلى أنفسهم على أنهم فاشلون(صالح الخطيب ،المرجع السابق، ص428)

ومن أساليب استخدام الإرشاد الجشتالتي مايلي:

***عمل الحلم** :(**dream work**): ركز **بيرلز** على تفسير الأحلام، بحيث يطلب من المسترشد تذكر الأجزاء المنسية أو المفقودة من الشخصية، من أجل الوصول إلى الوعي الذاتي:

* **لعب الإسقاط**: (**playing the projection**) حيث يسقط المسترشد شيئا على شخص آخر ويطلب منه المرشد لعب دور ذلك الشخص، وأن يعبر عن اعتقاده حول ما يشعر به المسترشد وبالدخول إلى عالم الآخرين، والتعاطف معهم، وباكتشاف أن إسقاطه لم يكن صحيحا ، يكتشف المسترشد مدى تخيلاته نحو الآخرين.

* **الكرسي الخالي**: (**empty chair**) يساعد المسترشد في استرجاع أجزاء من نفسه ليس واعيا بها أو أنه يرفضها، ويعطي للمسترشد فرصة للعب دور، بالطريقة التي يفضل أن يتصرف بها مع شخص آخر، ويطلب من المسترشد تصور شخص جالس أمامه على كرسي خالي، يتحدث معه بالانتقال، تارة نفسه وتارة ذلك الشخص في حوار (رمضان القذافي، المرجع السابق، ص426 ،227).

* **التركيز على لغة الأجسام** :التركيز على لغة الجسم المصاحبة للكلام، كحالة تلميذ يحاول إقناع المرشد بحبه للدراسة، واستعمال حركة اليدين، بالإشارة إلى العبارة التي يترجمها فيما بعد وتعني عدم حبه للمذاكرة (رمضان القذافي،2001 ،ص229) .

4–3– نظرية العلاج المعرفي السلوكي:

يعد العلاج المعرفي السلوكي أحد أساليب العلاج النفسي الحديثة نسبيا ،وقد نتج عن إدخال العمليات المعرفية إلى حيز وأساليب العلاج السلوكي ، حيث من المؤكد وجود ارتباط بين التفكير و الانفعال السلوكي ، وقد شهدت بداية هذا المنحنى العلاجي ظهور ثلاثة نماذج علاجيه ارتبط كل منها باسم صاحبه ، فجاءت هذه النماذج على التوالي "العلاج المعرفي السلوكي "وارتبط باسم العالم (**أرون بيك**)(BECK،A) و" العلاج العقلاني العاطفي "وارتبط باسم (ألبرت أليس) (Albert ، ELLIS)وتعديل السلوك المعرفي ،يقترن العلاج المعرفي ا لسلوكي باسم أرون بيك (ARON,BECK)

ويقوم هذا النموذج العلاجي على فكرة مؤداها أن ما يفكر فيه الفرد وما يقوله حول نفسه وأرائه ومثله تعد جميعا وكذلك اتجاهاته بمثابة أمور هامه وذات صله وثيقة بسلوكه الصحيح أو المريض ،وأن ما يكتسبه الفرد خلال حياته من معلومات ومفاهيم وصيغ للتعامل يستخدمها جميعا في التعامل مع مشكلاته النفسية المختلفة التي تعترض حياته،والإنسان يشوه المعلومات ويدرك الأشياء بطريقة خاطئة ،الأمر الذي يترتب عليه تفكير خاطئ وغير وضيفي .

كما يرى **بيك** أن الاضطرابات النفسية تنشأ كنتيجة لعدم الاتساق بين النظام المعرفي الداخلي للفرد وبين المثيرات الخارجية التي يتعرض لها ذلك الفرد وتحليلها وتفسيرها عن طريق النظام المعرفي الداخلي الذي يميزه ، ويبدأ في الاستجابة للمواقف و الأحداث المختلفة انطلاقا من تلك المعاني التي يعطيها لها .

وقد تكون هناك ردود فعل انفعاليه متباينة للموقف الواحد باختلاف الأفراد ، أومن قبل نفس الفرد ،ولكن في أوقات مختلفة، وبذلك فإن كل موقف أو حدث يكتسب معنى خاصا يحدد استجابة الفرد الانفعالية تجاهه ، وتتوقف طبيعة الاستجابة الانفعالية ، لدى الفرد على إدراكه لذلك الموقف أو الحدث ،وإذا كان الإدراك للواقع مشوشا تكون النتيجة المنطقية هي حدوث الاضطرابات النفسية .

ويركز العلاج المعرفي على دور العمليات العقلية بالنسبة للدوافع والانفعالات والسلوك حيث تتحدد الاستجابات الانفعالية والسلوكية الخاصة بشخص ما عن طريق كيفية إدراكه وتفسيره والمعنى الذي يعطيه لحدث ما ،ويسلم العلاج المعرفي بأن كثيرا من الاستجابات الوجدانية والسلوكية والاضطرابات النفسية تعتمد إلى حد بعيد على المعتقدات الفكرية الخاطئة والتي يبينها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به ،ومن ثم فيجب أن تعتمد سياسة العلاج النفسي على تغيير مفاهيم المسترشد وإعادة تشكيل مدركاته حتى يتيسر له التغيير في سلوكه (أحمد أبوأ سعد،2009،ص143).

4-3-1- تطبيقات هذه النظرية في الإرشاد:

أ- تدريب المسترشد على التعرف على أنماط التفكير التلقائية التي تتم عن فهم خاطئ للأمور والواقع .

ب- تدريب المسترشد على التعامل مع تلك الأفكار بموضوعيه ،إذ يتم مساعدته إدراك الأمور بطرق أخرى

ج- تشجيع المسترشد على تصويب الأفكار الخاطئة وغير التكيفيه (الخطيب 1994).

وهناك عدد من الأساليب التي تستخدم خلال هذا الاتجاه العلاجي منها

د- التعرف على الأفكار التلقائية المشوهة والعمل على تصحيحها.

هـ- الإبعاد والتركيز.

و- ملء الفراغ – الوصول لدقة الاستجابات – التخلي عن المطالب –التحصين التدريجي.

4 -4- نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي:

صاحب هذه النظرية هو" ألبيرت إليس "وهو عالم نفسي إكلينيكي اهتم بالتوجيه والإرشاد المدرسي و الإرشاد الزوجي والأسري ، وترى هذه النظرية بأن الناس ينقسمون إلى قسمين واقعيون غير واقعين ، وأن أفكارهم تؤثر على سلوكهم

فهم بالتالي عرضه للمشاعر السلبية مثل القلق والعدوان والشعور بالذنب بسبب تفكيرهم اللاواقعي وحالتهم الانفعالية ،والتي يمكن التغلب عليها بتنمية قدرة الفرد العقلية وزيادة درجة إدراكه ،وبذلك فالسبيل للتخلص من المعاناة هو التخلص من أنماط التفكير الخاطئة وغير العقلانية ،وهو يرى أن المشكلات النفسية لا تنجم عن الأحداث والظروف بحد ذاتها ، وإنما عن تفسير الإنسان وتقييمه لتلك الأحداث والظروف بحد ذاتها وإنما عن تفسير الإنسان وتقييمه لتلك الأحداث والظروف (أحمد عبد اللطيف أبو أسعد 2011،ص 139).

وتركز **إليس** في العلاج العقلاني الانفعالي للإنسان في أن هناك تشابكا بين العاطفة والعقل أو التفكير والمشاعر حيث يميل البشر إلى أن يفكروا يتعاطفوا ويتصرفوا في وقت واحد ،لذلك فإنهم ذو رغبة وإدراك وحركة ونادرا ما يتصرفون بدون إدراك، وأعمالهم الحالية يتم فهمها في شبكة من التجارب السابقة والذكريات والاستنتاجات ،ونادرا ما يتعاطفون دون تفكير، ما دامت مشاعرهم محددة بموقف معين وبأهميته وهم نادرا ما يتصرفون دون التفكير والتعاطف مادمت هذه العمليات تزودهم بأسباب للتصرف ،كما أن سلوكهم هو وضيفة لتفكيرهم وتعاطفهم وعملهم .(أحمد عبد اللطيف أبو أسعد 2011،ص 139).

4-4-1- تطبيقات النظرية:

يمكن للمرشد الطلابي من خلال هذه النظرية القيام بالإجراءات التالية :

* أهمية التعرف على المشكلة ،أي معرفة الأسباب غير المنطقية التي يعتقد بها المسترشد والتي تؤثر على إدراكه وتجعله مضطربا.

*-إعادة تنظيم وإدراك وتفكير المسترشد عن طريق التخلص من أسباب المشكلة ليصل إلى مرحلة الاستبصار للعلاقة بين النواحي اللإنفعاليه والأفكار والمعتقدات والحدث الذي وقع فيه المسترشد .

أ- من الأساليب المختلفة التي تمكن المرشد الطلابي من مساعدة المسترشد للتغلب على التفكير اللا منطقي :

ب- إقناع المسترشد على جعل هذه الأفكار في مستوى وعيه وانتباهه ومساعدته علي فهم غير(اللامنطقيه) منها لديه

ج- توضيح المرشد للمسترشد بأن هذه الأفكار سبب مشاكله واضطرابه الانفعالي .

د- توضيح الأفكار المنطقية ومساعدته على المقارنة بين الأفكار المنطقية.

هـ- تدريب المسترشد على إعادة تنظيم أفكاره وتغيير الأفكار اللامنطقيه الموجودة لديه ليصبح أكثر فعالية اعتمادا على نفسه في الحاضر والمستقبل .

و- إتباع المرشد الطلابي لأسلوب المنطق والأساليب المساعدة لتحقيق عملية الاستبصار لكسب ثقة المسترشد.

د-استخدام أساليب الارتباط الإجرائي والمناقشات الفلسفية والنقد الموضوعي وأداء الواجبات المنزلية وهى من أهم جوانب العملية الإرشادية.

ذ- العمل على مهاجمة الأفكار اللامنطقيه لدى المسترشد بإتباع الأساليب التالية :

ل- رفض الكذب وأساليب الدعاية الهدامة والانحرافات التي يؤمن بها الفرد غيرالعقلاني.

م- تشجيع المرشد للمسترشد أنه خاطئ ولم يتم إجباره على القيام بهذا السلوك (أحمد عبد اللطيف ،أبو أسعد نفس المرجع،ص 140).

4-5 -النظرية السلوكية:

يرى أصحاب هذه النظرية بأن السلوك الإنساني عبارة عن مجموعه من العادات التي يتعلمها الفرد ويكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة ،ويتحكم في تكوينها قوانين **الدما غوهى** قوى الكف وقوى الاستثارة اللتان تسيران مجموعة الاستجابات الشرطية ويرجعون ذلك إلى العوامل البيئية التي يتعرض لها الفرد.. وتدور هذه النظرية حول محور عملية التعلم في اكتساب التعلم الجديد أو في إطفائه أو إعادته، ولذا فإن أكثر السلوك الإنساني مكتسب عن طريق التعلم وسلوك الفرد قابل لتعديل أو التغيير بإيجاد ظروف و أجواء تعليمية معينه.(إخلاص محمد عبد الحفيظ،2007 ،ص59).

يعرف السلوك على أنه ": عملية تفاعل بين الصفات الوراثية والبيئة، والسلوك الذي يمكننا مشاهدته يمثل المعيار الذي من خلاله يتم تقييم نتائج الإرشاد".

ويرى المرشد السلوكي أن أكثر السلوك الإنساني مكتسب عن طريق التعلم، وأن سلوك الفرد قابل للتعديل أو التغيير، عن طريق خلق ظروف وأجواء تعليمية معينة (سهام أبو عيطة ، 2002 ، ص147) .

4-5-1 المفاهيم الأساسية للنظرية:

–معظم السلوك الإنساني متعلم.

–كل سلوك هو استجابة وله مثير.

–الشخصية:هي التنظيمات السلوكية المتعلمة الثابتة نسبيا التي تميز الفرد عن غيره.

– :الدافع (motive) : لا تعلم دون دافع.

–التعزيز(reinforcement): السلوك يتعلم ويقوى إذا تم تعزيزه.

–الانطفاء(extinction) إختفاء السلوك المتعلم إذا لم يمارس، أو إذا ارتبط شرطيا بالعقاب بدل الثواب.

–العادة(habit): والتي تتكون عن طريق التكرار والممارسة.

–التعميم(generalization) ينزع الفرد إلى تعميم الاستجابة المكررة، على استجابة أخرى تشبه الاستجابة المتعلمة.

–التعلم ومحو التعلم وإعادة التعلم (learning ,delearning and relearning) :

فالتعلم يعني تغير السلوك نتيجة للخبرة، ومحو التعلم يتم عن طريق الانطفاء، وإعادة التعلم يحدث بعد الانطفاء بتعلم سلوك جديد (حامد زهران ، 2002 ، ص104)

4-5-2 – تطبيقات النظرية:

يقوم المرشد الطلابي بتحمل مسؤولياته في العملية الإرشادية وذلك لكونه أكثر تفهما للمسترشد من خلال قيامه بالإجراءات التالية :

– وضع الأهداف المرغوب فيها لدى المسترشد ومساعدته من خلال العمل معه حتى يصل إلى أهدافه.

– معرفة المرشد الطلابي للحدود والأهداف التي يصبوا إليها المسترشد من خلال المقابلات الأولية التي يعملها مع المسترشد.

– أدركه بأن السلوك الإنساني مكتسب عن طريق التعلم وقابل للتغير.

– معرفة أسس التعلم الاجتماعي ومدى تأثيرها على المسترشد من خلال التغيرات التي تطرأ على المسترشد خارج نطاق الجلسات الإرشادية .

–صياغة أساليب إرشاديه إجرائية عديدة لمساعدة المسترشد على حل مشكلاته.

– توقيت التعزيز المناسب من قبل المرشد ليكون عملا مساعدا في تحديد السلوك المطلوب من المسترشد وقدرته على استنتاج هذا السلوك المراد تعزيزه (إخلاص محمد عبد الحفيظ،نفس المرجع، ص61).

–استخدام أسلوب التعزيز الموجب (الثواب) (والتعزيز السالب) (العقاب) (، وتدريب الإغفال)الانطفاء (حامد زهران ، 2002، ص108) .

–التدعيم الايجابي(reinforcement positive): ويقوم على أساس تقديم مكافأة للسلوك الايجابي كتقديم أشياء مادية للتلميذ (صالح الخطيب ، 2003 ،ص381). التلقين و الإخفات (prompting and fading): والتلقين هو استخدام مثيرات إضافية تساعد على زيادة احتمال أداء التلميذ، لكي يأتي بسلوك معين مع التلميح أو الإيحاء، بأنه سيدعم وقد يكون التلقين لفظيا أو بالإيماءات، وهو مفيد في بداية التعلم، وعملية وقف التلقين تسمى الاخفات، والهدف من وقفه اعتماد التلميذ على نفسه (صالح الخطيب ،نفس المرجع ،ص387).

4-6 - نظرية التحليل النفسي :

يفترض فرويد مؤسس التحليل النفسي أن جهاز الشخصية يتكون من ثلاث أبعاد رئيسيه هي :

– **الهو**: وهو منبع الطاقة الحيوية ومستودع الغرائز ومستقر الدوافع الأولية ،والذي يسعى إلى إشباعها بأي صوره وبأي ثمن و**الهو** هوا لصوره البدائية للإنسان قبل أن يتناولها المجتمع بالتهذيب .

– **الأنا الأعلى** :وهو مستقر الضمير أو القيم أو الأخلاق و المثل العليا والمعاير الاجتماعية والقيم الدينية ،ويعتبر بمثابة سلطه داخليه أو رقيب نفسي يراقب ويحاسب .

-**الأنا** : وتحتل مكانا وسطا بين مستقر الغرائز ومستقر المثل العليا فهي مركز الشعور والإدراك الحسي الخارجي والداخلي ،والعمليات العقلية ،والتفكير المشرف على السلوك والحركة والإرادة والمتكفل بالدفاع عن الشخصية وتوافقها ، وحل الصراع بين مطالب الهوا والأنا، والأنا الأعلى وبين الواقع .

وقد حظيت هذه النظرية بشهرة واسعة عند ظهورها في الدراسات النفسية ،وخاصة في مجالات الإرشاد النفسي والصحة النفسية ،وترى هذه النظرية بأن الوعي الإنساني يصنف على مستويين هما: الشعور واللاشعور ،وتركز النظرية على تحويل الأفكار والعواطف اللاشعورية إلى الشعورية حتى يعيدها المسترشد ويعدلها ،وينطلق مؤسس النظرية من الجنس والعدوان كعاملين وحيدين عن جميع المشكلات النفسية ،من مثل سوء التكيف والعصابة ،كما ركز على أثر الغرائز في السلوك الإنساني خلال السنوات الخمس الأولى من عمر الإنسان ،والتي سماه خبرات الطفولة ،واعتبرتها النظرية المقرر الأكبر في تطور حياة الطفل المستقبلية ويرى فرويد أن الإنسان عدواني وشهواني،بعكس روجر الذي يعتبر الإنسان خيرا (كاملة الفرخ،عبد الجابر تيم،1999،ص64).

الصراع الغير عميق بين دوافع **الهو** ومتطلبات الأنا الأعلى ودفاعات الأنا، يطور حالة من القلق وعندما لا يستطيع الأنا التحكم بالقلق عن طريق وسائل عقلانية مباشرة ، يلجأ إلى استخدام الوسائل الدفاعية(عبد الفتاح خواجا،2002، ص 52) .

وفي حالة سوء استخدام وسائل الدفاع أو المغالاة في استخدامها، فقد تؤدي إلى الإضرار بالفرد بسبب استحواذها على معظم الطاقة النفسية لديه، مما يعيقه على تأدية وظائفه الأخرى (رمضان القذافي ،2001، 172).

4-6-1- تطبيقات نظريه التحليل النفسي في التوجيه والإرشاد :

– قيام المعلم المرشد بطمأنة المسترشد وتأكيد ثقته بالنفس وتكوين علاقة مهنيه سليمة تعتمد على التقبل بين الطرفين .

-إعطاء المسترشد الفرصة للتغير عما يدور في ذهنه من خلال التداعي الحر .

وهذا ليس بالأمر السهل وذلك حتى يتمكن المسترشد من التحدث عن نفسه بطلاقه وإخراج المشاعر والخبرات المؤلمة المكبوتة بداخله .

– إمكانية الإستفاده من الألعاب الرياضية والتمارين السويدية بشتى أنواعها في معالجة الطلبة الذين يظهرون ميولا عدوانيه ،وذلك بالتعاون مع معلم التربية البدنية بالمدرسة .

– الإفادة من المعايير الاجتماعية التي تضبط سلوكيات المجتمع وذلك من خلال توضيح أهمية الالتزام بهذه المعايير للطلبة وأولياء أمرهم ،وحثهم على التعامل بها في حياتهم اليومية .

– إمكانية وقوف المعلم المرشد على المشاعر الانفعالية التي يظهرها المسترشد بغرض الكشف عن الصراعات المكبوتة الدفينة ويمكن لذلك استخدام أسلوب تفسير الأحلام أو التنويم المغناطيسي .

– إمكانية أن يتعرف المعلم المرشد الحيل الدفاعية التي يقوم بها كثير من الطلبة ليتمكن من التعامل مع المشكلات الطلابية المتعددة (عبد اللطيف دبور،عبد الحكيم الصافي،2007،ص118،119)

–تطبيقات نظرية التحليل النفسي في الإرشاد المدرسي:

من بين تطبيقات هذه النظرية في مجال الإرشاد المدرسي مالي:

أ– يستعمل في مجال التعبير الحر و الاستماع إلى المسترشد، والتنفيس التفريغ (الانفعالي)، أي يستطيع المرشد الاستماع والإصغاء إلى المسترشد (عبد الفتاح خواجا،2002،ص81).

ويعني التنفيس استدعاء الذكريات المكبوتة، وهي مجموعة المشاعر والأحاسيس الانفعالية كالحزن و البكاء أو الغضب، مما يؤدي إلى التنفيس عن المسترشد وشعوره بالراحة (رمضان القذافي ، 2001 ،ص181،182) .

ب– تفسير وتحليل آليات الدفاع (ميكانيزمات الدفاع).

ج– الاستفادة من مجال المقاومة والتحدي (عبد الفتاح الخواجا، 2002 ، ص81) .

وتشير المقاومة إلى ما يبديه المسترشد، من مقاومة في الكشف عن مشاعره المكبوتة في اللاشعور وذلك من طريق السكوت والتوقف عن الكلام ، ويعزى حدوث ذلك إلى ما يعانيه من صراعات مؤلمة، يحاول أن يتفادى ذكرها أو إثارتها، ويقوم المرشد بتفسير تلك المقاومة ومحتواها (رمضان القذافي، 2001 ص182) .

وفهم مقاومة المسترشدين من الطلاب للإرشاد، يظهر مثلا على شكل إهمال مواعيد المقابلات الإرشادية، أو الإنهاء المبكر للإرشاد قبل تحقيق أهدافه (صالح الخطيب، 2003 ، ص342) .

و تظهر عملية التحويل أثناء عملية الإرشاد، و تتلخص في أن المسترشد يوجه إلى المرشد كل مشاعره الانفعالية، كما لو كان هو المصدر الفعلي الأول الذي أثار تلك المشاعر ، و هذا الموقف يمكن المسترشد من استكشاف صراعاته الأساسية، واستجلاء ما خفي عليه منها(يوسف القاضي و آخرون، 1981 ، ص163) .

وعن تطبيق نظرية التحليل النفسي الحديثة في الإرشاد المدرسي، فقد استخدمها **أدلر**(**Adler**) الذي ركز على المحددات الداخلية للسلوك، مثل القيم والأفكار والاتجاهات والميول، وإدراك الفرد للواقع، ويمكن للمرشد المدرسي الاستفادة من المبادئ التالية في عمله مع الطلبة:

–أهمية النظر إلى أهداف الحياة لدى الطالب، مع التركيز على الاتجاه الذي تأخذه إليه تلك الأهداف.

–التركيز على الخبرات الأسرية المبكرة للمسترشد، مع إعطاء أهمية لتأثيراتها الحالية عليه.

–الاستخدام التحليلي للذكريات المبكرة.

– الحاجة إلى فهم الأخطاء الجوهرية، مع وضع خطة عمل لمساعدة المسترشد في التغيير

–التأكيد على العلاقة التنسيقية بين المرشد والمسترشد لتحقيق الأهداف.

– التأكيد على التشجيع الذي يجب أن يكون أثناء العملية الإرشادية كلها (صالح الخطيب، المرجع السابق، ص 354) .

4-7-نظرية الإرشاد الواقعي:

يرى **ويليام جلاسر**،(**Glasser ,W**) أن السلوك يأتي من داخل الفرد لتلبية حاجاته، وبين أن هناك حاجتان نفسيتان أساسيتان هما:

-الحاجة إلى الحب.

-الحاجة إلى أهمية الذات.

ثم تحدث على ما أسماه الحاجة إلى الهوية، وتعني الشعور بأننا نختلف عن الآخرين(صالح الخطيب 2003 ، ص443)

4-7-1-المفاهيم الأساسية للنظرية:

-الدافعية (motivation) ويرى **جلاسر** أن هناك نوعين من الحاجة إلى الهوية (identity) هما:

-هوية النجاح :تتحقق حينما يرى الفرد نفسه أن لديه قدرات.

-هوية الفشل :تتكون لدى الأشخاص الذين ليس لديهم علاقات وثيقة بالآخرين.

-المسؤولية : القدرة على الوفاء بالحاجات عن طريق احترام الذات واحترام الآخرين.

-الواقع (reality) ويتضمن الظروف الخارجية المحيطة بالفرد، والذي عليه أن يتوافق معها.

-الصواب (right): معايير الصواب مستمدة من قيم الفرد، ومن الثقافة والمجتمع والدين والتقاليد.

وهي متفاوتة في شدتها وفي الآثار المترتبة على مدى الالتزام بها.

– الاندماج(assimilation) ويرتبط بالعلاقات الودية بين فردين أو أكثر (صالح الخطيب ،المرجع السابق ص446،444).

– أهداف الإرشاد الواقعي:

مساعدة المسترشد في الوصول إلى هوية نجاح، التي يعدها **جلاسر** أعلى حاجة نفسية، ولابد من تغيير سلوك الفرد، حتى تتغير هويته، ويسعى المرشد إلى مساعدة المسترشد، لتقبل واقع وجوده بتنمية الإحساس بالمسؤولية لديه (صالح الخطيب المرجع السابق ،ص446 ،447).

4-7-2-تطبيقات النظرية في الإرشاد المدرسي:

يمكن للمرشد المدرسي استخدام الإرشاد بالواقع في معالجة مشكلات التلاميذ، سواء السلوكية أو المشكلات المدرسية، وذلك بشكل فردي أو جماعي، خاصة في حالات اضطراب العلاقات والخجل والقلق الاجتماعي ومن أهم ما استخدم **جلاسر** بشكل واسع في المدارس ما يلي:

-استخدام **اللقاءات الصفية.**

– المسؤولية :وتعني تعليم التلاميذ أصحاب المعاناة، أن التخلص من المعاناة، مسؤولية صاحب المعاناة، ورفض قبول الأعذار، مثل إلقاء اللوم على الآخرين، وبيان أن سلوك المسترشد نفسه هو السبب في معاناته.

– **البدائل** : يمكن للمرشد أن يعمل على صياغة بدائل لسلوك المسترشد، ويساعد في وضع خطة للعمل وحصول المرشد على تعهد من التلميذ بالالتزام بتنفيذ الخطة، هي ضرورة يتحملها التلميذ (صالح الخطيب ،المرجع السابق ، ص 453).

5 – . أهداف الإرشاد النفسي:

عند الحديث عن أهداف الإرشاد النفسي فهي كثيرة ومتعددة ،وتختلف حسب مجالات الإرشاد فتختلف أهداف الإرشاد الأسري عن أهداف الإرشاد التربوي ،وتختلف عن أهداف الإرشاد المهني والتأهيلي وغيرها من مجالات الإرشاد النفسي ،ولكن بالرغم من تنوع مجالات الإرشاد النفسي ،إلا أن هناك مجموعه من الأهداف العامة يسعى الإرشاد النفسي إلى تحقيقها ،ومن أهم هذه الأهداف :

– **مساعدة المسترشد على توجيه نموه وفهم طاقاته** :

يهدف الإرشاد إلى مساعدة الفرد في توجيه نموه نحو المسارات الصحيحة ،سواء عن طريق إزالة العقبات ،أم عن طريق عن مساعدته على اكتشاف طرق جديدة للنمو والإبداع .

– **فهم وتقبل الذات** :

ويقصد بالذات مجموع الأفكار والمعتقدات والآراء وكل ما يمت إلى الفرد بصله في مجال حياته ،وتعتبر الذات محور أساسي وهام في فهم شخصية الفرد وتفسير سلوكه ،إذ أن الفرد يسلك بالطريقة التي تتفق ومفهومه عن ذاته.

– **تحقيق الذات**:من أهداف الإرشاد هو العمل مع الفرد لتحقيق الذات ، والعمل مع الفرد ،يقصد به العمل حسب حالته سواء كان عاديا أو متفوقا أو ضعيف العقل أو متأخرا دراسيا أو ناجحا ،ومساعدته في تحقيق ذاته إلى درجة يستطيع فيها أن ينظر إلى نفسه فيرضى عما ينظر إليه .

– **تحقيق التوافق**:من مهام التوجيه والإرشاد النفسي تحقيق التوافق ،أي تناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته ويتضمن هذا التوازن مقابلة متطلبات البيئة.

– **إحداث تغيير ايجابي في سلوك المسترشد**: هذا التغيير يزيد من إنتاجه ويجعله قادرا على التكيف مع الظروف البيئية التي يعيش فيها فهو يهتم بشخصية المسترشد من هذه الجوانب ومساعدتها على حلها .

– **المحافظة على صحة الفرد النفسية في أحسن وضع ممكن**: صحة الفرد النفسية تتأثر بحالته الجسمية والعقلية والاجتماعية والعادات والتقاليد والإرشاد النفسي يعمل على مساعدة الفرد ليتحمل مسؤولياته وينمو نموا مناسبا حتى يعيش حياة سليمة بعيده عن التهديدات والاضطرابات (سلامه ممدوحة،1991، ص 22).

–**المساعدة في حل المشكلات التي تعترض المسترشد**: الهدف من الإرشاد هو مساعدة الفرد في حل مشكلاته بنفسه .

– **تسهيل عملية النمو** : يساعد الإرشاد النفسي على توجيه النمو إلى المسارات الصحيحة عن طريق تشجيع المسترشد أو إزالة العقبات التي تعترض طريقه .

– **تغيير العادات**: يهدف الإرشاد النفسي إلى استبدال العادات الخاطئة المكتسبة خلال عملية النمو بعادات صحيحة مرغوب فيها تؤدي إلى التوافق السليم مع الذات ومع الآخرين .

– **مساعدة التلميذ على الاستقرار في الدراسة** :وذلك بحل المشاكل التي تعترض التغيب والتسرب ،الانطواء.

6 – الإرشاد النفسي التربوي:

يعتبر علم النفس الإرشادي ،بأنه أحد فروع علم النفس التطبيقية التي تهتم بتفسير السلوك و التنبؤ به و التحكم فيه وقد استخدام علم النفس الإرشادي إلى ظهور ميادين عديدة من ميادين علم النفس في العمل ومن بينها أخصائي علم النفس الإرشادي إلا أن تكوين هذا التخصص بدأ منذ نهاية القرن التاسع عشر ،واستغرق النصف الأول من القرن العشرين ،يمكن لهذا الإطار لعلم النفس الإرشادي من تحديد الإرشاد المدرسي : ممارسة خدمات الإرشاد السيكولوجية في موقع المدرسة حيث تهدف هذه الخدمات إلى توفير أنظمة وخبرات لتيسير تعلم التلاميذ ونموهم في المراحل الدراسية ،وتهتم الخدمات الإرشادية بالدور الرئيس الذي يمارسه التلاميذ وهو دور المتعلم أوالدارس ،كما تهتم الخدمات الإرشادية بالأدوار الأخرى للتلميذ ،والأدوار المؤازرة لتعلم التلميذ ، كدور المعلم وغيره من العاملين في المدرسة ، دور الوالد الوالدة وغيره من أدوار أفراد الأسرة ذات الصلة .(د.عبد اللطيف دبور،عبد الحكيم الصافي،2007،ص143،142).

ويقدم الجدول التالي وصفا لمهام النمو ، والأدوار الاجتماعية ،وأساليب التعامل والأهداف الإرشادية في مراحل التعلم العام كما يوضح أطر تقديم الخدمات الإرشادية في المدارس: **الجدول رقم** :(**01**)

مهام النمو والأدوار الإجتماعيه وأساليب التعامل والأهداف الإرشادية في مراحل التعليم العام:

المرحلة العمرية(التعليمية)	المراهقةالمبكرة15– 12(الإعدادية)	المراهقة المتأخرة–16– 18 (الثانوية)
مهام النمو عند(اريكسون)	الهوية = اضطراب الدور – اكتساب الهوية (من أنا) – التعامل مع التغيرات الفزيولوجيه.– التعامل مع التغيرات الاجتماعية المتغيرة– الانتماء لجماعات – دور الجنس– التحكم في الانفعالات –وخاصة العدوانية و الجنسية .–اتجاهات وسلوك ايجابي نحو العمل والدراسة الخ–تنمية عدد من القيم والالتزامات.	الهوية = اضطراب الدور – النمو التربوي –النمو المهني – قرارات وخطط مهنيه – الاستقبال الوجداني – تعلم الإنتاج في المدرسة أو العمل طبقا لمعايير الراشدين .
مهام النمو عند (هافجهرست)	– تنمية علاقات جديدة أكثر نضوجا مع رفاق السن من الجنسين – اكتساب دور اجتماعي ذكري أو أنثوي– اكتساب الاستقلال الوجداني عن الوالدين و الكبار – اختيار مهنة و الإعداد لها– الإعداد للزواج والحياة الأسرية.	–الرغبة في قيام بأسلوب اجتماعي مرغوب واكتسابه.
الأدوار الاجتماعية	– دور الرفيق – الدور النوعي (الجنسي) الملائم.	– العامل – القائد – التابع – الملاحظ – الزميل – المرشد

(د، عبد اللطيف دبور ،عبد الحكيم الصافي ،نفس المرجع ،ص14)

تحضي المؤسسات التربوية بالنصيب الأوفر من خدمات الإرشاد النفسي لأنها من المؤسسات التي يوكلها المجتمع لتربية المواطنين الصالحين الأصحاء جسميا ونفسيا ،والإرشاد التربوي هو تقديم الخدمات الإرشادية مندمجة في ومن خلال العملية التربوية ككل في إطار برنامج محدد بحيث تتفق أهداف العملية الإرشادية مع أهداف العملية التربوية(كاملة الفرخ،عبد الجابر تيم،1999،ص203).

هو عمليه مساعده الطلاب على معرفة إمكاناتهم ،حتى يتم استخدامها بشكل مناسب في اختيار الدراسة المناسبة لهم ،والتغلب على الصعوبات الدراسية التي تعترض حياتهم الدراسية ، لتحقيق التوافق مع الذات ومع الآخرين ،في الأسرة ،والمدرسة ،والمجتمع لتحقيق أفضل مستوى أكاديمي ممكن يعرف (**عقل** 1996)الإرشاد التربوي بأنه عمليه إنسانيه تتضمن تقديم خدمات إرشاديه عبر برامج وقائية وإنمائية وعلاجيه إلى الطلاب ،لمساعدتهم في التغلب على المشكلات التي تعترضهم بغية تحقيق التوافق.

6-1- خدمات الإرشاد التربوي :

يقدم الإرشاد التربوي مجموعه من الخدمات لتحقيق أهدافه ووظائفه ومن أهمها :

- خدمات تتعلق بتعريف الطالب بإمكانياته وقدراته وميوله وسماته الشخصية من خلال نتائج الاختبارات النفسية والمقابلات الشخصية.
- خدمات المعلومات :وتتمثل في تعريف الطالب بالجامعات والمؤسسات التعليمية ومراكز التدريب المتاحة ،أي تبصيره بالفرص التعليمية وتزويده بالمعلومات وشروط القبول الخاصة بها حتى يكون قادرا على تحديد مستقبله .
- خدمات الكشف المبكر عن سوء التوافق المدرسي ، ومن ثم العمل على علاجها مثل مشكلات عدم الانضباط وغيرها.
- الخدمات الإرشادية التي تقدم للمتفوقين وتشمل التعرف عليهم ،ورعايتهم وتنمية قدراتهم .
- خدمات التكيف مع الجو المدرسي :وتشمل خدمات توجيه الطلاب الجدد وخدمات تعريف الطلاب بأهمية التعليم ،وخدمات تعريف الطلاب بطرف الدراسة الحديثة(طه عد العظيم ،2004 ،ص214).

6-2 أهداف الإرشاد التربوي :

يمكن تلخيص أهداف الإرشاد التربوي فيما يلي :

- مساعدة الطلاب على اختيار نوع الدراسة والتخصص بما يتناسب مع ما لديهم من قدرات واستعداد وميول.
- الوقوف على أسباب انخفاض مستوى التحصيل، والرسوب المتكرر والتغلب عليها وإيجاد الحلول المناسبة لها .
- التعرف على الطلاب المتأخرين دراسيا ،وبحث أسباب تأخرهم و البحث عن العلاج المناسب لهم .
- اكتشاف حالات الموهوبين و المتفوقين دراسيا ،والاهتمام بهم ورعايتهم وتقديم البرامج الخاصة بهم.

– مساعدة الطلاب على اجتياز الامتحانات وخفض ما يعتريهم من قلق ،وتقديم الخدمات الإرشادية التي تساعدهم في التغلب على قلق الامتحان .

–تعديل سلوك الطلاب ذوي حالات الغش في الامتحانات ،والهروب من المدرسة ،وتقديم الخدمات الإرشادية المناسبة لهم .

–العمل على التقليل من معدل التسرب المدرسي ، والتعرف على أسبابه ،و العمل على علاجه .–تقديم الخدمات العلاجية الإرشادية للمضطربين انفعاليا ، والتعرف على العوامل المؤدية إلى اضطرابهم . – تزيد الطلاب بعادات وطرق الدراسة الصحيحة ، مع تشجيعهم على المشاركة في الأنشطة المختلفة – مساعدة المدرسين في مواجهة المشكلات التي تحدث في قاعات التدريس .

– توثيق علاقات الطالب بمعلميه وزملائه ، لأثرها الهام في التحصيل الدراسي وفي التكيف مع الجو المدرسي (كاملة الفرخ،عبد الجابر تيم،نفس المرجع،ص 130).

7– وسائل جمع المعلومات في عملية الإرشاد النفسي :

تعتمد عملية الإرشاد النفسي على الدراسة الدقيقة والموضوعية للمعلومات حول الحالة،التي تؤدي إلى فهم المشكلة وفهم المسترشد وفهم العوامل التي أدت إلى حدوث المشكلة و ظهورها أو إلى تفاقمها وعند دراسة أي حالة يقوم المرشد بجمع المعلومات اللازمة حول المشكلة وحول المسترشد من أجل استخدامها في عملية تشخيص المشكلة والوصول إلى التشخيص الصحيح ،كلما كانت المعلومات المتوفرة معلومات دقيقة وموضوعية وصادقة كلما كان التشخيص أكثر دقة ، وبالتالي القدرة على مساعدة المسترشد في الوصول إلى الحلول المناسبة لمشكلته، كما أن المعلومات تساعد المسترشد في التعرف على ذاته وإمكاناته لإنجاح عملية الإرشاد النفسي ،لابد من استخدام وسائل جمع معلومات حول المسترشد سوءا كان طالبا عاملا أو رياضيا ومن أهم هذه الوسائل :

7–1– المقابلة

تعد نمطا من أنماط المحادثة التي تهدف إلى جمع المعلومات مع القائم عادة بالمقابلة ما يكون له دليل مكتوب يعرف بمخطط المقابلة أو برنامج المقابلة وعادة ما تجري المقابلة وجها لوجه، بالرغم من إمكانية أن تجري هاتفيا ،و هي الوسيلة الأولى في الإرشاد النفسي وتعتبر بدون شك المصدر الأول للمعلومات وتتضمن المقابلة عدة أنواع من بينها: المقابلة المبدئية –المقابلة القصيرة – المقابلة الجماعية –المقابلة الفردية (إخلاص محمد عبد الحفيظ ،ص 2002 ،ص82).

وتعرف أيضا بالمقابلة الشخصية أو الاختبار الشخصي وهي علاقة مهنية دينامية مباشرة تكون بين المرشد والمسترشد بهدف جمع معلومات جديدة أو التوسع أو التأكد من معلومات سبق جمعها بوسائل أخرى بهدف إيجاد حل للمشكلة

التي يواجهها المسترشد ، يتم خلالها التساؤل عن كل شيء يلزم فهي نشاط مهني هادف يتم في مكان معين بموعد مسبق لفترة زمنية محددة (سعيد و جودت،2004، ص 97).

و تنفرد المقابلة بالمزايا التالية:

- تساعد المرشد على التعرف على المسترشد ككل أي تحقيق النظرة الكلية.
- تشمل المقابلة مجموعة من المواقف السلوكية التي يستكشف منها المرشد الكثير من الحقائق كأن يلاحظ بالإضافة إلى المعلومات التي يحصل عليها، الجوانب الانفعالية و الحركية للمسترشد.
- تسمح المقابلة بالحصول على معلومات معينة كاكتشاف قدرة المسترشد على التعامل مع الآخرين وقدرته التعبيرية و مظهره العام .
-تسمح للمرشد بالتعمق أكثر في دراسته المشكلة و هذا من خلال كسب ثقة المسترشد عن طريق العلاقة المهنية القائمة بينهما(يوسف القاضي و آخرون ، 1981 ، ص271).

***مراحل المقابلة :**

تسير المقابلة وفق مراحل معينة ،ويصعب تحديد هذه المراحل بزمان معين إذ تختلف من مسترشد إلى أخر ، وهذه المراحل هي :

أولا: مرحلة الإعداد للمقابلة وهي مرحلة استعداد المرشد للمقابلة وتتضمن:

- معرفة بعض المعلومات عن المسترشد.
- بيانات عن المشكلة ومعرفة الجهود والعلاجات السابقة لها .
- تحديد الأسئلة الرئيسية التي تدور حولها المقابلة وصياغتها بشكل متتابع ومنطقي .
- تحديد موعد المقابلة ومكانتها بحيث يكونا مناسبين للمرشد و المسترشد، بعيدا عن المشتتات .

ثانيا مرحلة الافتتاح والبدء :

وهي مرحلة التعارف بين المرشد والمسترشد ويأتي المسترشد وهو مشحون بالعديد من المشاعر السلبية مثل الخوف القلق والتوتر ،ويبدي نوعا من المقاومة ،لذلك تهدف هذه المقابلة إلى إزالة التوتر والمقاومة ومحاولة بناء الثقة المتبادلة

ثالثا :مرحلة البناء:تسمى مرحلة الاستكشاف أو مرحلة تحقيق الأهداف ،ويتمثل هدفها في مساعدة المسترشد على التخلص من الصعوبات التي يواجها وتخطي أزماته وتعديل سلوكه حتى يكون متوافقا مع ذاته ومع بيئته التي يعيش فيها ويتبع المرشد والمعالج ثلاث خطوات لتحقيق أهداف هذه المرحلة :

– اكتشاف الذات :وتتمثل في مساعدة المسترشد على مناقشة مشكلاته دون خوف أو خجل حتى يرى نفسه بوضوح ،وتشجيعه على التعبير عن نفسه ومشاعره وانفعالاته من خلال الثقة التي يعمل المرشد على بنائها خلال العملية الإرشادية .

– تواصل الذات :تتمثل في فهم المسترشد لنفسه ،ووعيه بذاته للأحداث والمواقف التي سببت مشكلته .

– تطابق الذات :يعي المسترد خبراته ومشاعره وقيمه الداخلية ، وترجمتها إلى سلوك خارجي ممارس ،بمعنى تطابق عالمه الداخلي الذي يعبر عن نظام القيم والمعتقدات والمشاعر مع عالمه الخارجي الذي يعبر عن سلوكه في المواقف الطبيعية .

رابعا مرحلة الإنهاء :يتم إنهاء المقابلة من خلال تلخيص ما دار فيها ،والابتعاد عن إنهائها بطريقة فجائية ،يتم تلخيص مضمون المقابلة والتركيز على المعلومات ذات الأهمية للمسترشد وتحديد الواجبات البيتية، وتحديد موعد المقابلة اللاحقة (يوسف القاضي و آخرون ، 1981 ، ص272).

7–2–الاختبارات النفسية :تعد الاختبارات وسيلة هامة من وسائل جمع المعلومات، إذا توفر فيها شروط الاختبار الجيد كالصدق والثبات والموضوعية والشمول ، إذ يمكن عن طريق الاختبارات جمع معلومات تتعلق بالقدرات والاستعدادات والميول والاتجاهات والقيم ، وتستخدم الاختبارات في ميادين كثيرة للكشف عن قدرات الأفراد والتعرف عن خصائصهم النفسية والاجتماعية ،وتستخدم في الإرشاد لأغراض تشخيصية وتنبؤية وعلاجية وتستخدم في العلاج النفسي وفي تشخيص اللاضظرابات النفسية والعقلية.

والاختبار أداة من الأدوات البحث في العلوم التربوية ، وتحتل مكانة بارزة في الأبحاث التربوية ،ومن أهم الوسائل التي يتم اللجوء إليها في عمليات القياس والتقييم ، ويطبق على الأفراد والجماعات لتحديد بعض الجوانب الكمية والكيفية ،والكشف عن مدى وجود سمة أو خاصية لدى الأفراد(ناصر الدين أبو حماد، 2006 ، ص 261).

تعد الاختبارات والمقاييس النفسية من أهم وسائل جمع المعلومات المستخدمة في الإرشاد المدرسي فيه يستخدم لقياس القدرات العقلية والاستعدادات والميول والقيم الشخصية لدى الطلبة، كما أنها تعتبر من أدق الوسائل لفهم الفرد و دراسة سلوكه فهي تعمل على توفير بيانات كمية عن السمات، حيث أنها تمثل عينة من المواقف في صورة أسئلة تستهدف القياس الموضوعي لسمة ما ،و يفترض في هذه المواقف أن تقيس هذه السمة ،كما أن أنواع الاختبارات كثيرة ومتنوعة لا يمكن للمرشد أن يطبقها جميعا بل ما يراه مناسبا لحالة المسترشد وأهمها:اختبارات الذكاء، الاختبارات التحصيلية ، اختبارات القدرات الخاصة(التفكير الابتكاري أو الإبداعي القدرة الميكانيكية)...واختبارات الشخصية اختبارات الميول(اختبارات سترونج وكودر للميول المهنية)... واختبارات التوافق(التوافق الدراسي، الأسري،

الاجتماعي، النفسي)... واختبارات القيم(اختبار القيم الشخصية والقيم الاجتماعية)...و تمتاز الاختبارات كوسيلة لجمع المعلومات بالخصائص التالية:

– تستعمل عادة نتائج الاختبارات كنقطة بداية لإجراء المقابلة أو الملاحظة حيث ينطلق منها المرشد لفهم وتحليل بعض المعلومات.

– تمتاز الاختبارات بقيمتها الاقتصادية حيث يمكنها أن تدرس دائرة واسعة من السلوك في وقت قصير كما يمكن تطبيقها على عدد من المفحوصين في وقت واحد.

– تستخدم نتائج الاختبارات في قياس التقدم أو التغيير الذي يطرأ على الفرد نتيجة علاج معين أو ظروف معين

– تمتاز الاختبارات أكثر من الوسائل الأخرى بالدقة و الموضوعية لأنها تخضع لإجراءات التقنية.

– تسمح بإمكانية التنبؤ بالادعاء أو الانجاز المستقبلي في المجال الدراسي أو المهني.– الكشف عن القدرات الكامنة لدى المسترشد والتي غالب ما لا يعيها والعمل على تفتحها و تطويرها(ناصر الدين أبو حماد، نفس المرجع ، ص262).

7–3– الملاحظة:

تعد الملاحظة من وسائل جمع المعلومات في العملية الإرشادية، وتعرف بأنها أداة علمية منظمة لدراسة سلوك المسترشد، في المواقف التي يصعب على المرشد استخدام وسائل جمع البيانات الأخرى وذلك بهدف مقارنة هذا السلوك مع سلوكياته في مواقف أخرى أو مع سلوك أشخاص آخرين خلال فترة زمنية معينة شرط أن يتم ذلك بدقة علمية ،وتسجيل ما يتم ملاحظته وتحليل ما يتم التوصل إليه من معلومات وتفسير ما تم ملاحظته ،ويمكن للمرشد أن يقوم بالملاحظة في مواقف الحياة اليومية الطبيعية ،أو في مواقف التفاعل الاجتماعي المختلفة ونظرا لأهمية الملاحظة لبد أن تتصف بالموضوعية والصدق والوضوح ، ويعني ذلك أن تكون مجردة من ذاتية الملاحظ .

تعتبر الملاحظة أقدم وسيلة لجمع المعلومات و أكثرها شيوعا فهي أداة رئيسية لدراسة السلوك خاصة في المواقف التي يتعذر فيها استخدام وسائل أخرى (سعيد و جودت، 2004، ص85).

و تعني الملاحظة الاهتمام و الانتباه إلى شيء أو حدث أو ظاهرة بشكل منظم عن طريق الحواس أما الملاحظة العلمية فتعني الانتباه للظواهر و الحوادث قصد تفسيرها و اكتشاف أسبابها و الوصول إلى القوانين التي تحكمها في مجال الإرشاد فإن الهدف من الملاحظة هو ملاحظة الوضع الحالي للمسترشد، ملاحظة سلوكه في مواقف الحياة اليومية الطبيعية، مواقف التفاعل الاجتماعي كاللعب، العمل (سعيد و جودت، نفس المرجع ، ص85).

وتمتاز الملاحظة كوسيلة لجمع البيانات بخصائص عديدة أهمها:

– تسمح للمرشد بملاحظة السلوك التلقائي الفعلي في المواقف الطبيعية .

– تقضي على مقاومة الأفراد في التحدث بصراحة عن أنفسهم.

– تقضي على عدم قدرة الفرد على التعبير عن اتجاهاته وأفكاره .

–تعتبر الوسيلة الأكثر أداء للحصول على حقائق معينة حين يتعذر معها استعمال وسائل أخرى كما هو الحال في دراسة الأطفال الصغار.

– يمتد استخدام الملاحظة حتى عند استعمال الأدوات الأخرى، مثلا عند تطبيق اختبار نفسي ما يمكن أن نلاحظ مدى اهتمام المسترشد أو عدم اهتمامه ، تعاونه ، سلبيته ، التغيرات الانفعالية الحاصلة ...

– تسمح بتسجيل السلوك وقت حدوثه و لا تترك مجالا للاعتماد على الذاكرة(القاضي،1981 ، ص261) ،وعلى المرشد أن يكون على وعي بدرجة تأثير وجوده كملاحظ وكفاءته في القيام بهذه المهارة فقد يتطلب الموقف مشاركة كلية في الملاحظة ويصبح فيها المرشد كأي عضو في المجموعة .

***أنواع الملاحظة :**

تنقسم الملاحظة إلى أنواع متعددة تبعا للمحك الذي تم على أساسه التصنيف، فهناك الملاحظة المباشرة حيث تتم بحضور الملاحظ والملاحظ في نفس الوقت، والملاحظة الغير مباشرة حيث تتم الملاحظة دون أن يدرك الملاحظ وتنقسم الملاحظة حسب موضوعها إلى :

–الملاحظة الداخلية:إذ يكون موضوع الملاحظة الإنسان نفسه والملاحظة الخارجية يكون موضوعها المشاهدات الخارجية

– الملاحظة المباشرة : يكون المرشد في هذا النوع من الملاحظة وجه لوجه مع المسترشد، ويتم ملاحظة سلوكا معينا لدى المسترشد في موقف طبيعي ،ودون مقاطعته ،كملاحظة المرشد لسوك الطالب أثناء اللعب .

– الملاحظة الغير المباشرة :وتتم هذه الملاحظة دون أن يدرك المسترشد أنه موضع ملاحظة من قبل المرشد ،فقد يكون السلوك المطلوب ملاحظته سلوكا غير اجتماعيا ،أو يتأثر هذا السلوك بوجود الملاحظ ،لذلك يلاحظ بصورة غير مباشرة .

– الملاحظة بالمشاركة : تقوم هذه الملاحظة على اندماج المرشد بشكل فعلي في الموقف أو الأنشطة التي يريد ملاحظتها حيث يصبح كعضو مثل باقي الأعضاء في المجموعة ،وتمتاز هذه الملاحظة بأنها تسمح بالملاحظ الاحتكاك المباشر بالمسترشدين دون أن يشعروا أنهم موضع ملاحظة.

– الملاحظة المنظمة الخارجية : وتسمى الملاحظة العلمية المنظمة ،حيث يقوم المرشد بمشاهدة الجوانب السلوكية وفقا لخطة موضوعية ،ولها أهداف محددة ، ويقوم بإجرائها شخص مدرب ،حيث يضع النماذج الخاصة بتسجيل النتائج ومحاكاة لتفسير ملاحظاتها.

– الملاحظة المنظمة الداخلية وهي ملاحظة الشخص نفسه لنفسه ، فيلاحظ مشاعره وأحاسيسه ورغباته، ويصفه بعبارات محددة فلا يوجد أقدر من الشخص على معرفة نفسه ومراقبتها ،وتتدخل في هذا النوع من الملاحظة الذاتية بشكل كبير .

– الملاحظة العابرة(العرضية):تتم بالصدفة ،وتأتي دون أن يكون لها أهداف مسبقة ولا يتم التخطيط المسبق لها وتكون نتائجها غير دقيقة .

–الملاحظة الدورية:ويتم هذا النوع من الملاحظة في فترات زمنية محددة ،في نفس الموعد من كل أسبوع أو من كل شهر

–الملاحظة المقيدة : تكون هذه الملاحظة مقيدة بموضوع أو سلوك ومحدد ، بحيث تقتصر الملاحظة على ما يراد ملاحظته مثل ملاحظة المعلم لطلابه خلال الاختبارات أو خلال الحصة الدراسية في موضوع محدد.

7–4– دراسة الحالة:

تعتبر دراسة الحالة من الوسائل الهامة في جمع المعلومات المتعلقة بتاريخه النمائي، والأسري ،والاجتماعي والظروف والاحباطات التي واجهها الفرد أو المسترشد في حياته، وتهدف إلى جمع كل المعلومات الشاملة ،وتنظيم وتنسيق هذه المعلومات المتجمعة والربط بينها بهدف الوصول إلى تشخيص دقيق للحالة، ثم تقديم الخدمات الإرشادية والعلاجية وتعتمد دراسة الحالة على عدة خطوات وهي: – مرحلة الدراسة —مرحلة التشخيص– مرحلة العلاج(محمد أحمد مشاقبه، 2008،ص258).

كما تعتبر دراسة الحالة من أكثر الطرق استخداما من طرف المرشدين و ذلك من أجل الحصول على معلومات تساعد على فهم الفرد ،وكذا التعرف على الطلاب خاصة منهم الذين يملكون قدرات محدودة أو يعانون من سوء التكيف كما تهدف دراسة الحالة إلى فهم الفرد من خلال تحديد و تشخيص مشكلاته وطبيعتها و أسبابها و اتخاذ الإجراءات اللازمة لمواجهتها و القضاء عليها، ويشير" **زهران** " إلى أن هناك مفهوم آخر يشبه دراسة الحالة لكنه هو في الحقيقة جزء منها ألا و هو تاريخ الحالة ، حيث يستعمل هذا الأخير لوصف الجوانب الحياتية للفرد منذ ولادته و العوامل المؤثرة فيه و أسلوب تنشئته و خبراته الماضية ،التاريخ التعليمي و الصحي و المواقف التي تتضمن صراعاته(حامد زهران ، 2003 ، ص 193).

–أهمية دراسة الحالة :

تكمن أهمية دراسة الحالة في كونها تعطي فكرة شاملة واضحة متكاملة عن المسترشد تفوق التصورات الحالية لدى المرشد النفسي حول شخصية المسترشد وأبعادها ،وتساعد دراسة الحالة في تلخيص الكميات المتناثرة من المعلومات المتراكمة

والمتجمعة حول الفرد ، من أجل فهم وتفسير شخصية وأسلوب حياته ، وتكمن أهميه دراسة الحالة في أنها وسيلة أساسية يستخدمها المرشد لتلخيص وتكامل المعلومات المتاحة حول المسترشد ،ويمكن تلخيص أهمية دراسة الحالة في:

– تعطي صورة شاملة عن المسترشد لأنها تهتم بتجميع وتنظيم المعلومات المختلفة ، والربط بينها فهي تتيح فهما أفضل للمسترشد .

– تمكن المسترشد من فهم ذاته وزيادة استبصاره بمشكلاته ومتاعبه .

– الوسيلة الأساسية التي يستخدمها المرشدون في تشخيص الاضطرابات ،وفي اتخاذ القرار في العملية الإرشادية .

– تستخدم في أغراض البحث العلمي ،وأغراض تدريب المرشدين المبتدئين .

أما البيانات التي يجب أن تشمل عليها دراسة الحالة فهي كالأتي:

–إسم المرشد القائم بالدراسة، التاريخ الذي بدأ فيه الدراسة.

المعلومات المتعلقة بالمسترشد مثل :الاسم، مكان الولادة، العنوان الشخصي، ترتيبه في العائلة، مع من يعيش.

–المعلومات المتعلقة بالمشكلة :بدايتها، تكرارها، استمرارها، المحاولات السابقة لمواجهتها، مشاعر المسترشد إزاء المشكلة، آراء الوالدين، المدرسين، وكل من له علاقة بالموضوع .

– معلومات تتعلق بأسرة المسترشد :عدد أفراد الأسرة، أعمارهم، مستواهم التعليمي، علاقتهم فيما بينهم نمط التربية.

– معلومات حول التحصيل الدراسي للمسترشد :في الفترات السابقة والحاضر، الجوانب الإبداعية لديه اتجاهاته نحو الدراسة، خططه المستقبلية الدراسية والمهنية...

– نتائج المسترشد في الاختبارات النفسية إن وجدت.

– بيانات عن الصحة الجسمية للفرد :نتائج الفحوص الطبية، التغذية، العاهات، الأمراض...

–النمو العاطفي للمسترشد، إتزانه، اتجاهاته.

– التقييم العام والتفسير للمعلومات والفروض المقترحة وحلولها.

– التوصيات وتتضمن الخطة العلاجية، تنفيذها، متابعتها، التركيز على الجوانب الوقائية.

– المتابعة وذلك لمعرفة مدى استفادة المسترشد من الخطة العلاجية(أبو حماد، 2006 ،ص40).

7–5– البطاقة المجمعة أو السجل التراكمي:

هو سجل تراكمي مكتوب مجمع ويلخص ويجمع عن طريق كافة الوسائل في شكل مجمع تراكمي وفي ترتيب سنوي على مدى سنوات قد تغطي تاريخ الحياة.(حامد عبد السلام زهران، 2003، ص 247).

يعتبر السجل التراكمي الوسيلة الرئيسية لتجميع المعلومات في عملية الإرشاد سواء المدرسي أو المهني و يقصد به السجل ا لذي يجمع معلومات تامة لها دلالتها عن التلميذ جمعت عن طريق وسائل أخرى في شكل تتبعي تراكمي في ترتيب زمني و على مدى سنين تغطي حياة الفرد الدراسية فهو بهذا يعتبر مخزن معلومات يتضمن أكبر قدر في أقل حيز ممكن حيث يشمل معلومات عديدة كدرجات التلميذ في المواد في مختلف مراحل الدراسة، الغياب و الحضور، بيانات عن الأسرة و حالتها، تقديرات عن خلق التلميذ و سلوكه الاجتماعي وصحته(سعد جلال، 1992ص 211).

تشمل محتويات السجل المجمع ما يلي من المعلومات:

– البيانات الشخصية عن الطالب – ملخص التقارير عن الطالب في المراحل الدراسية السابقة — البيانات الصحية للطالب – بيانات عن النواحي الاجتماعية الأسرية – بيانات حول القدرات العقلية – بيانات حول التحصيل الدراسي –بيانات عن السمات الشخصية – بيانات عن المواظبة – بيانات عن الميول الهوايات – بيانات عن أهم المشكلات السلوكية – ملاحظات عامة(سمات ينفرد بها الطالب مثلا) (سعيد و جودت، 2004، ص91).

تتطلب عملية الإرشاد والتوجيه النفسي والمهني وجود بطاقة تسجل فيها البيانات المتعلقة بالفرد ، وأن كل مدرسة تحتفظ ببطاقات الطلاب:

–بطاقات تعرض سجلا طويلا لطالب من جميع النواحي.

– بطاقات تحضر في سنة دراسية أو أكثر.

– بطاقات تغطي سنوات التعليم بأكملها وتنتقل مع الطالب من مدرسة إلى أخرى. (سعيد و جودت،2004، ص91).

***أهمية البطاقة المجمعة:**

– إن المعلومات التي تسجل والبيانات التي تضمها لايتم تسجيلها مرة واحدة ولكنها تتدرج طبقا لظروف والأحوال.

– تنتقل مع الطالب من صف إلى صف ومن مدرسة إلى أخرى وهي سجل حياته.

– من خلال المعلومات التي تحتوي عليها البطاقة يمكن للمرشد أن يعمل على تحقيق فهم أفضل لطلابه ومساعدتهم على النمو المتكامل والصحيح .

– يمكن من خلال البطاقة معرفة احتياجات الطالب الاجتماعية والنفسية والصحية والاقتصادية والتحصيلية، والعمل على مساعدته على النمو السليم.

– من خلال البطاقة يمكن أن نتعرف على شخصية الطالب بأبعادها المختلفة حتى نستطيع أن نتعامل مع هذه الشخصية .

– هدف البطاقة المساعدة على تحسين عملية التعليم وتوجيه الطالب

أما مميزات السجل المجمع كوسيلة لجمع البيانات فهي:

-يعتبر أهم وسيلة تساعد على تتبع تاريخ الفرد لفترة طويلة

- ينمي العلاقة بين البيت و المدرسة نظرا لما تتطلبه تعبئة السجل من الوقوف على العوامل الأسرية وإن تعدد مصادر المعلومات في سجل يضمن صدق تلك المعلومات و كذا التقارير المرسلة إلى الوالدين.

-يوفر الجهد و الوقت في حالة توفر معلومات مسجلة فيه فلا يعاد الفحص أو البحث إلا في الحالات التي تتطلب ذلك.

- يساعد في توجيه الطالب إلى نوع الدراسة الملائمة مثل الدراسة المهنية أو الأكاديمية.

- يساعد على الكشف المبكر للطلاب ذوي القدرات الخاصة و من ثمة التكفل بها و تنميتها .

- يساهم في تحديد احتياجات الطلاب الصحية و الاجتماعية و النفسية و الكشف المبكر للاضطرابات السلوكية لديهم(القاضي ،1981، ص286).

7-6- السجل القصصي :ويقصد به التقدير الذاتي على المسيرة الشخصية أو قصة الحياة أو رواية الحياة إنه تقرير يحتوي وصفا لأنماط مميزه من سلوك الفرد في عبارة وصفيه تصور ما حدث دون تقييم للسلوك تصف مظهرا من مظاهر سلوك الطالب مثلا في موفق من المواقف (د كاملة الفرخ،عبد الجابر تيم 1999، ص104) .

7-7- الاستبيان:يعتبر الاستبيان أداة ملائمة للحصول على معلومات و بيانات و حقائق مرتبطة بواقع معين، يقدم الاستبيان عدد من الأسئلة يطلب الإجابة عنها من قبل عدد من الأفراد المعنيين بموضوع الاستبيان ويستعمل الاستبيان في الإرشاد عادة عندما يتعذر على المرشد مقابلة كل طالب وجها لوجه حيث يقدم لهم الاستبيان بمقدمة شفوية أو مكتوبة لبيان الغرض منه كما أنه يستعمل لسؤال الفرد عما يعرف أو يعتقد أو ما يتوقع أو ما يشعر به أو ما يفعل أو ما قد يفعل مع ذكر الأسباب التي يعلل بها أحيانا(سعد جلال ، 1992 ، ص220).

7-8-التقارير السردية (السجلات القصصية) :

تعتبر هذه التقارير أو السجلات نوع من الملاحظة العرضية التي تصف السلوك كما يلاحظه المشاهد في مواقف متعددة فهي تسجيل موضوعي لواقعة أو مشهد من سلوك المسترشد في الواقع و في موقف معين قد يليه تعليق أو تفسير لما حدث أو توصيات ، و يتوقف نجاح ذلك التسجيل على قدرة الملاحظ على كتابة الحدث أو الواقعة وقت حدوثها في شكل قصة أو خبر لبيان ما قد يكون له دلالة في فهم المسترشد (سعد جلال، 1992 ص 214) .

أما مميزات التقارير السردية أو السجلات القصصية كوسيلة لجمع لمعلومات فهي:

– قد يعتمد على معلوماته كبداية للمقابلة.

– يساعد على إعطاء صورة لعينة من سلوك الفرد و من خلال هذا السجل يمكن تتبع تطور السلوك أو المشكلة، وكذا أثر التوجيه في تعديل السلوك(سعيد جودت،2004، ص88).

-7-9- السيرة الذاتية: (الشخصية)

وهي تقرير ذاتي يكتبه الفرد عن ذاته أي كل ما يكتبه المسترشد بنفسه عن نفسه و يتناول هذا التقرير معظم جوانب حياته في الماضي و الحاضر حيث يشمل تاريخه الشخصي، الأسري، التربوي، الجنسي الخبرات، الأحداث الهامة، المشاعر، الأفكار، الانفعالات، الميول الهوايات، القيم، الأهداف، الطموح، خطط المستقبل، المشكلات الإحباط، الصراعات، العلاقات الاجتماعية في الأسرة، المدرسة و العمل ....و تكمن أهمية هذه الوسيلة في أن الفرد من خلال كتابته لسيرته الشخصية قد يكشف عن معلومات لا يكشف عنها بطرق أخرى كما تسمح له الكتابة باختيار الخبرات والحوادث الهامة و ينظمها التنظيم الذي يراه مناسبا، كما أنه قد يتذكر منها ما قد يكون نسي ذكره في المقابلة أو عجز الاستبيان عن المساس به، و من أهم مزايا السيرة الذاتية كوسيلة لجمع البيانات ما يلي: الحصول على معلومات قد لا توفرها الوسائل الأخرى لما يتيح فهم أفضل للفرد و مشكلاته

الحصول على معلومات قد لا توفرها الوسائل الأخرى لما يتيح فهم أفضل للفرد و مشكلاته

– تسمح للمسترشد بالتنفيس و التخلص من التوتر .

– تسمح للمسترشد بتعلم الطرق المؤدية لحل المشكلة التي يعاني منها عن طريق معرفة الذات والوصل للاستبصار.

–تنمية الإحساس بالمسؤولية لدى المسترشد و ذلك من خلال مساعدته على اتخاذ القرارات التي تتوافق مع قدراته و استعداداته و إمكانياته .... تعتبر وسيلة اقتصادية سهلة التطبيق(حامد زهران ،2002، ص230).

-7-10- مصادر المجتمع:

يرى" حامد زهران " أن مصادر المجتمع تعتبر من أهم الوسائل التي توفر المعلومات هذه المصادر تتعامل مع المسترشد و تشرف على نموه و تربيته و تعليمه و علاجه و تقديم الخدمات له ، و تقوم هذه الوسيلة على كون المشكلات تتشعب و تتعدد أسبابها مما يحتم ضرورة جمع المعلومات من كل جهة حتى يتمكن المرشد من الإحاطة بها و من ثمة تقديم

المساعدة اللازمة للمسترشد كي يتغلب عليها و يواجهها و قد تكون هذه المصادر مؤسسات أو منظمات أو جماعات منها ما هو رسمي و منها ما هو غير رسمي ومنها ما هو متخصص و منها ما هو غير ذلك ، و أهم هذه المصادر:

*__الأسرة__ : تعتبر من أهم المصادر التي تمد المرشد بالمعلومات حيث يعتبر أفراد الأسرة وخاصة الوالدان مصدرا غنيا بالمعلومات حول المسترشد فهما يعرفان أدق التفاصيل عنه و يؤثران في بناء شخصيته.

*__المدرسة__ :تعتبر المكان الذي يقضي فيه الطالب معظم وقته، و يعتبر المدرسون من أهم العناصر في المدرسة حيث يمكنهم تزويد التلميذ بمعلومات كثيرة عن سلوكه و نواحي القوة لديه وكذا نواحي الضعف تصرفاته اتجاهاته...

*__الأخصائيون__ :و يشمل ذلك كل الأخصائيين الذين تعاملوا مع المسترشد و قدموا له خدمات نفسية أو اجتماعية مثل الأخصائي الاجتماعي المدرسي، الأخصائي النفسي، الطبيب.

* __الأصدقاء__ :يعتبر الأصدقاء مصدرا جيدا للمعلومات خاصة في فترة المراهقة، حيث يميل المراهق إلى تكوين علاقات اجتماعية و صداقات مع أقرانه و يفضي إليهم بمتاعبه الشخصية أكثر مما يفعل مع والداه حيث يراهما بعيدان عنه لا يفهمانه، و تمتاز مصادر المجتمع كوسيلة لجمع المعلومات بأنها تسمح بإكمال الصورة المطلوبة و المعلومات المتكاملة عن المسترشد و مجاله الاجتماعي من كل النواحي (حامد زهران ، 2002، ص237).

خلاصة:

تكتسي عملية الإرشاد النفسي التربوي أهمية كبرى في الوسط المدرسي، ولقد حاولنا من خلال هذا الفصل إظهار أهم نظريات ونماذج الإرشاد النفسي وتطبيقاته، وكذا وسائل جمع المعلومات، والتي تمكن أستاذ التربية البدنية والرياضية من فهم الموافق السلوكية والانفعالية للتلاميذ وتفسيرها والتنبؤ بها وفهم مصدرها واحتوائها ،ولإنجاح عملية الإرشاد النفسي التربوي لابد من استخدام وسائل جمع المعلومات كالسجل المجمع ،السجل القصصي الاختبارات والمقاييس وغيرها من الوسائل التي تساعد الأستاذ في جمع قدر وافر من المعلومات حول الحالة النفسية الانفعالية والعاطفية للتلاميذ وعلى الأستاذ التوفيق بين العملية التربوية والعملية الإرشادية ، فيجب أن يكونا متكاملين و يوظف محتوى الحصة بما يتناسب مع ميولات وقدرات التلاميذ وحجاتهم النفسية ،ويتعامل مع سلوكيات التلاميذ الغير سوية مع خلال تفاعله الإيجابي معهم ولا ينجح أستاذ التربية البدنية والرياضية في التأثير عليهم إلا إذا امتلك الصفات والمؤهلات والدراية الكافية بمجال الإرشاد النفسي واختيارا لمواقف التعليمية التي تتناسب مع مراحل نموهم ومع حاجاتهم النفسية العاطفية والانفعالية على غرار الانطواء الاجتماعي كمظهر من مظاهر سوء التكيف الذي قد يعاني منه تلاميذ الطور المتوسط .

الفصل الثاني
برامج وإستراتجيات الإرشاد النفسي المدرسي

تمهيد :

تحضي البرامج الإرشادية بأهمية كبرى خصوصا في الوسط المدرسي، وهذا لتقديم الخدمات الإرشادية بصفة مباشرة أو غير مباشرة للتلاميذ،لحل مشاكلهم النفسية والاجتماعية ومساعدتهم في تحقيق النمو السوي والتوافق النفسي داخل المدرسة وخارجها ، إذ لا يقتصر هذا الدور على الأخصائي النفسي فقط بل على الطاقم التربوي برمته من مدراء وأساتذة ومستشارين للمشاركة في تحقيق أهدافه وتوفير مناخ تعليمي ملائم يسود مبدأ العلاقات الإنسانية من أجل تكوين شخصية اجتماعية للتلميذ قادرة على التعامل و التعاون مع الآخرين وتشجيع التلاميذ على اتخاذ القرارات عن طريق الاعتماد على النفس والتعرف على التلاميذ ذوي الصعوبات الخاصة ، وتقديم الخدمات المناسبة لهذه الفئة وإقامة علاقات إرشادية تتسم بالتقبل والتفهم العاطفي والتقدير غير المشروط والاهتمام بمشاعر التلاميذ وانفعالاتهم والعمل على غرس الثقة في نفوسهم من خلال توجههم للاشتراك في الممارسات العلمية والنشطات المختلفة وهذا للابتعاد عن السلوك الجانح كالعزلة والانطواء ،كل هذا لا يتحقق إلا بالإطلاع على البرامج الإرشادية والإستراتجيات التي تتبعها هذه البرامج .

1- البرنامج الإرشادي المدرسي:

يعرف تريكر(**Trecker**) البرنامج الإرشادي بأنه ":أي شيء وكل شيء تمارسه الجماعة لتحقيق حاجاتها ورغباتها بمساعدة المرشد.

ويعرف أيضا بأنه: برنامج مخطط ومنظم، في ضوء أسس علمية، لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة والغير مباشرة سواء فرديا أو جماعيا لجميع من تضمهم المدرسة، بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي، والقيام بالاختيار الواعي المتعقل ولتحقيق التوافق النفسي داخل المدرسة وخارجها، ويقوم بتخطيطه وتقسيمه لجنة وفريق من المسئولين المؤهلين (حامد زهران،2002، ص499).

وعليه ينبغي على المرشد المدرسي في المرحلة المتوسطة أن يحدد أهداف البرنامج، ويتعرف على الحاجات الإرشادية للتلاميذ، ويساعد في تطوير خطط العمل في كثير من الأحيان، وهو يطور وينظم برامج الإرشاد (صالح الخطيب ،2003 ،ص306).

2-أسس البرنامج الإرشادي المدرسي:

يقوم البرنامج الإرشادي على أسس فلسفية، نفسية اجتماعية، دينية، فسيولوجية..وهي كالتالي:

2-1- الأسس العامة:

تتمثل في المسلمات والمبادئ التي تتعلق بالسلوك البشري، والمسترشد وعملية الإرشاد ويمكن تلخيصها كما يلي

-مراعاة ثبات ومرونة السلوك الإنساني وإمكانية التنبؤ به، وقابليته للتعديل والتغيير.

-احترام حق الفرد في الإرشاد وتقبل المسترشد .

-الاهتمام بالسلوك الإنساني سواء كان فرديا أو جماعيا.

2-2- الأسس الفلسفية:

لخصها كارتون بيك (**Beck ,C**) كالتالي:

-الاهتمام بالفرد واحترام ذاتيته ،وبالتأكيد على كرامته وتحقيق حاجاته ،وتحرير إرادته وتنمية خبراته واتجاهاته.

- مراعاة أخلاقيات الإرشاد النفسي المتمثلة في العلم والخبرة والترخيص وسرية المعلومات المهنية والعمل المخلص والعمل كفريق.

- احترام اختصاص الزملاء و الاستشارة

2-3- الأسس النفسية والتربوية:نذكر منها:

-مراعاة الفروق الفردية والفروق بين الجنسين ومراعاة مطالب النمو في كل مرحلة (حامد زهران ،2002 ص502).

2-4 الأسس الاجتماعية:

تتمثل في الاهتمام بالفرد كعضو في جماعة والاستفادة من كل مصادر المجتمع.

2-5- الأسس العصبية والفسيولوجية:

وهي تتعلق بالجهاز العصبي والحواس وأجهزة الجسم الأخرى، مع مراعاة تأثير التغيرات النفسية والجسمية والفسيولوجية التي تحدث في كل مرحلة عمرية (رشاد موسى ومحمد محمود،2000 ، ص110).

وبالإضافة إلى هذه الأسس التي يقوم عليها البرنامج الإرشادي، هناك بعض الأسس الأخرى تتمثل في:

-اتفاق أهدافه مع الأهداف التربوية العامة.

-أهمية النواحي الإدارية اللازمة للبرنامج، من أجل تخطيطه وتمويله، وتنفيذه وتقييمه وتحديد المسئوليات وتحديد الزمان والمكان والتنسيق والتعاون والتنظيم، تسمح هذه الأسس بالتخطيط والإعداد للبرنامج الإرشادي (حامد زهران ، 2002 ، ص 503).

3- إعداد وتخطيط البرنامج الإرشادي المدرسي:

لإعداد البرنامج الإرشادي في المدرسة ، يجب مراعاة الجوانب التالية:

- تحديد الأهداف العامة للبرنامج :تتفق أهداف البرنامج الإرشادي مع الأهداف التربوية مثل التعليم وإشباع الحاجات النفسية والاجتماعية والثقافية والمهنية ..مثل الاختبارات والمقاييس والسجلات.

-تحديد الإمكانيات :حسب ما هو موجود ومطلوب ومتوافر.

-**تحديد ميزانية البرنامج الإرشادي** :وذلك ما يلزم لتنفيذ البرنامج من الميزانية العامة للمدرسة.

- **تحديد الخدمات** :بحيث تكون مستمرة وشاملة لكل الأفراد وسيأتي ذكرها.

- **تحديد الخطوط العريضة لتنفيذ البرنامج:** وتتضمن البداية والنهاية والمدة الزمنية.

-**تحديد إجراءات تقييم البرنامج** : وذلك للتقييم والمتابعة لإظهار مدى فعالية الوسائل والطرق المتبعة ومدى نجاح البرنامج

-**اتخاذ الاحتياطيات لمقابلة المشكلات التي قد تطرأ** :باتخاذ الإجراءات اللازمة للتغلب على العقبات التي تعترض تنفيذ البرنامج (حامد زهران ، 2002 ص504 ،503).

-**تحديد الهيكل الإداري لتنظيم البرنامج والإشراف عليه** :بحيث يشرف عليه عدد من المسئولين مثل: المدير والمرشد والمدرس والطبيب النفسي والأخصائي الاجتماعي وغيرهم، من العاملين الذين يتم إعدادهم وتدريبهم للقيام بالمهام المنوطة لهم.

- **تحديد الحاجات الإرشادية** :وذلك من خلال تحديد حاجات الأشخاص، الذين ستقدم لهم خدمات البرنامج الإرشادي وهؤلاء الأشخاص هم التلاميذ والمدرسون وأولياء التلاميذ، ومن المؤكد أن هذه الحاجات تختلف من مدرسة إلى أخرى، ومن مجتمع إلى آخر، وذلك يتوقف على التالي:

-حجم المدرسة والمستوى الاقتصادي والاجتماعي للتلاميذ ومستوى تعليم الوالدين.

-اتجاهات الأشخاص نحو المدرسة والتعليم والقيادة التربوية (صالح الخطيب، 2003،ص284) .

4- خدمات البرنامج الإرشادي المدرسي:من أهم الخدمات التي يتضمنها البرنامج، هي عملية الإرشاد النفسي ويقسم الباحثين خدمات البرنامج إلى خدمات تخصصية منها : النفسية ، التربوية ،الاجتماعية ، وخدمات البحث العلمي وغيرها وجميع الخدمات تتداخل وتتكامل لتقابل وتغطي الحاجات الإرشادية للتلاميذ، وعليه يمكن ذكر أهم هذه الخدمات على النحو الآتي:

4-1- الخدمات التربوية : وتحتل مكانا هاما ضمن خدمات برنامج الإرشاد النفسي المدرسي وتتمثل فيما يلي:

-رسم خطة دراسية للتلميذ تتناسب مع قدراته وميوله واهتماماته، منذ قبوله وحتى إتمام تخرجه.

- تشجيع وحفز التلميذ على العمل والاجتهاد المستمرين، لإنجاز الأعمال والواجبات المطلوبة لكل مقرر الدراسي في الوقت المناسب، كذلك إرشاده إلى ضرورة الاعتماد على نفسه في إنجاز عمله.

- تشجيع التلميذ على الاستعداد للمشاركة داخل القسم وخارجه.

-مساعدة التلميذ على حل بعض المشكلات التي تعترض سبيله (إسماعيل دياب ، 1998 ، ص186) .

- التحري عن الأسباب والظروف التي تؤدي إلى استمرار تغيب بعض التلاميذ عن الدروس.

- القيام بعملية مسح مشكلات التلاميذ النفسية والتربوية والاجتماعية في بداية السنة الدراسية.

- التعرف على ميول واتجاهات التلاميذ وقدراتهم واستعداداتهم.

- الاهتمام بالتلاميذ الغير عاديين مثل المتفوقين والمتأخرين دراسيا (صالح الخطيب، 2003،ص262 ، 263)

– تقديم معلومات و خبرات حول التربية المهنية والتربية الزوجية، والتربية الجنسية والأسرية والتعريف)بالإمكانيات التربوية المختلفة، والخدمات المتعلقة بالاستشارة التربوية (حامد زهران، 2002 ص506).

كذلك توجد خدمات تتعلق بعلاقة المرشد بالإدارة المدرسية والمدرسين تتمثل فيما يلي:

–تقديم المشورة للمدرسين، عن طريق تزويدهم بمعلومات وتفاصيل ومساعدتهم، في تطوير برامج منظمة لتقويم هيئة التدريس (صالح الخطيب ، 2003 ص 306) .

–مساعدة المدرسين والإدارة المدرسية في بعض الشؤون الإدارية، التي تحتاج إلى خبرات فنية (يوسف القاضي وآخرون ، 1981ص 125).

–التعاون مع الإدارة المدرسية والمدرسين على مساعدة التلاميذ وحل مشاكلهم .

–تنظيم سجلات الإرشاد في المدرسة، كسجل دراسة حالة وسجل أسماء التلاميذ واستمارة خطة العمل الأسبوعي بالتعاون مع الإدارة.

–العمل على رسم برنامج عمل منظم للإرشاد، بالتعاون مع الإدارة والمدرسين .

4–2– الخدمات النفسية:

وهي تعتني بمشكلات التلاميذ النفسية نذكر منها:

–التعرف على مشكلات التلميذ النفسية، كالقلق وفقدان الثقة بالنفس والعدوان ..وتقديم المساعدة للتوصل إلى أفضل حل ممكن لمشكلاتهم (إسماعيل دياب ، 1998،ص188) .

–توعية التلاميذ بطبيعة المرحلة العمرية، والتغيرات التي تتطلبها تلك المرحلة، لمساعدتهم على تحقيق التوافق النفسي والتفاعل الإيجابي مع الآخرين.

–تشجيع التلاميذ على اتخاذ القرارات، فيما يتعلق بتحديد واختيار التخصصات الدراسية عن طريق الاعتماد على النفس.

–التعرف على التلاميذ ذوي الصعوبات الخاصة، وتقديم الخدمات المناسبة لهذه الفئة (سليمة سايحي ،2004 ، ص19)

–إقامة علاقات إرشادية مع التلاميذ، تتسم بالتقبل والتفهم العاطفي والتقدير غير المشروط.

–الاهتمام بمشاعر التلاميذ وانفعالاتهم، والعمل على غرس الثقة في نفوسهم من خلال توجيههم للاشتراك في الممارسات العملية والنشاطات المختلفة.

– إرشاد التلاميذ نحو الالتزام بالقيم الأخلاقية، والابتعاد عن العادات والممارسات غير الصحيحة.

–تنسيق وجمع وتقييم البيانات التي يمكن الحصول عليها، حول التلميذ وإجراء الاختبارات النفسية.

–والقيام بالإرشاد الفردي وإرشاد الجماعات الصغيرة، لمساعدة التلاميذ في فهم أنفسهم والتخطيط للمستقبل (خطة ونشاطات لجنة التوجيه والإرشاد، 2006 ص06).

4–3– الخدمات الاجتماعية:

تتمثل مجمل هذه الخدمات فيما يلي:

–توفير مناخ تعليمي ملائم، يسوده مبدأ العلاقات الإنسانية، من أجل تكوين شخصية اجتماعية للتلميذ، قادرة على التعامل و التعاون مع الآخرين(إسماعيل دياب، 1998ص88).

–تعريف التلاميذ بحقوقهم وواجباتهم، وتأصيل معاني الحرية والسلام والعدالة في نفوسهم .

– التعرف على المشكلات الاجتماعية للتلاميذ، والعمل على مساعدتهم لحلها (صالح أبو عبدة وعبد المجيد النيازي، 2001 ،ص207) .

– وفي إطار العلاقة مع أولياء أمور التلاميذ، يساهم المرشد المدرسي، في تنظيم ندوات ولقاءات مع أولياء التلاميذ وذلك لتحقيق مايلي:

– التعرف على مشكلات أبنائهم وعلى ظروفهم الأسرية.

–التعاون مع أولياء التلاميذ لحل المشكلات التي يعاني منها أبنائهم .

–متابعة تنفيذ التوصيات المتعلقة بمشكلات التلاميذ، التي تتخذ من قبل مجالس الآباء والمدرسين (صالح الخطيب ، 2003ص 262 ، 263)

– مساعدة الوالدين في فهم مراحل نمو أولادهم وتطورهم، وبهذا يعمل على توثيق الصلة بين المدرسة والمجتمع.(صالح الخطيب ، المرجع السابق، ص306).

4–4–الخدمات المهنية:تتمثل في:

–تعريف التلميذ بالمهن والوظائف المختلفة، وفرص التعليم المتاحة، وتنظيم لقاءات وندوات ومحاضرات وزيارات إرشادية (سليمة سايحي، 2004 ص20).

– إجراء البحوث والدراسات المتخصصة، ذات العلاقة بمجال العمل (صالح أبو عبدة، وعبد المجيد ،2001،ص206).

– والهدف من الخدمات المهنية وضع التلميذ مستقبلا في المكان المناسب للعمل.

4–5– خدمات البحث العلمي:

وتتضمن مايلي:

–إجراء البحوث المسحية لقدرات وحاجات واتجاهات وميل التلاميذ.

–إعداد وسائل الإرشاد مثل الاستفتاءات والاختبارات.

–إعداد وسائل تقييم البرنامج وعملية الإرشاد (حامد زهران ، 2002 ، ص506) إلى جانب هذه الخدمات يقوم المرشد المدرسي بمايلي:

–تزويد المسئولين عن الإرشاد التربوي بتقارير منتظمة، تتضمن خلاصة عمل المرشد والأساليب الإرشادية التي اتبعهافي معالجة المشكلات التي تعرض لها التلميذ ، والبرامج الإرشادية المستخدمة (صالح الخطيب ، 2003،ص262 ،263)

الاشتراك في عملية التدريب أثناء الخدمة، للعاملين في ميدان التوجيه والإرشاد، وهو أقدر الأخصائيين على تولي هذه المسئولية (حامد زهران ، 2002 ، ص 532) .

–إحالة التلاميذ الذين لا يمكن توفير الخدمات لهم إلى المختصين الآخرين.

–يقوم المرشد بالأبحاث التي يمكن أن تظهر الآراء المناسبة، في البرمجة كالأبحاث التي تتعلق بمتابعة الخرجين ودراسة العلاقات بين المدرسين والمجتمع وغيرها من الأبحاث ذات الفائدة في مجال عمله ،إلى جانب خدمات أخرى يتم تقديمها حسب الأهداف المسطرة للبرنامج الإرشادي المدرسي، وتعتبر هذه الخدمات ذات أهمية في تحقيق الفعالية في العملية التربوية، كما يتم تحديد الخدمات الإرشادية وفق برنامج إرشادي مدرسي خاص حسب نوعية المشكلة التي يواجهها التلميذ أو مجموعة التلاميذ، وبعد تحديد حجم العمل المطلوب تحدد الخطوط العريضة، لتنفيذ البرنامج الإرشادي، وفقا لخطوات إعداده وتخطيطه، ثم تأتي عملية تقييمه بهدف تحديد مدى فعالية البرنامج ومدى تحقيقه لأهدافه ، والهدف الأول لتقييم البرنامج هو التقويم أي الإصلاح والتحسين وتفادي أوجه النقص في خدماته (حامد زهران ،المرجع السابق ، ص509).

من خلال ما تم توضيحه، يتبين أن المرشد المدرسي يعمل وفق برنامج مخطط ومنظم يوزع فيه مهامه، حسب طبيعة المشكلات التي يوجهها التلاميذ ، وهذا ما سنحاول اقتراحه بعد التعرف على بعض الحاجات التي تحتاج إلى مثل هذه الخدمات الإرشادية لدى التلاميذ المنسحبين اجتماعيا ولابد ألا نغفل على الأسس النظرية، التي ينتهجها المرشد المدرسي في تقديم خدماته المبرمجة حسب الاتجاه الذي يراه مناسبا في إرشاد التلميذ، وعليه نتعرف على بعض تطبيقات نظريات الإرشاد النفسي في المدرسة.

5–تعريف استراتيجيات الإرشاد النفسي:

إن الإرشاد النفسي يعد علما تطبيقا ،لأنه يقوم على أساس نظريات علمية ،كما يعد فن لأنه يحتاج إلى مهارات علمية وكافية للمرشد، تؤهله للقيام بهذه المسؤولية وهي مساعدة الآخرين، لذا على المرشد دارسة نظريات الإرشاد النفسي لتساعده على فهم العملية ،والأهم هو فهم أوجه التشابه والاختلاف بين إستراتيجيات وفنيات الإرشاد المختلفة لاختيار الأمثل منها(الخطيب،2007 ،ص325).

وتقترح النظرية استراتيجيات إرشادية هدفها تحقيق الهدف من العملية، ويرى **ستيفلر وماتني Styvler and Matney** أن استراتيجيات الإرشاد النفسي تؤثر بشكل مباشر على توقعات المسترشد، وعلى طريقة سلوكه أثناء الإرشاد، مثلما تؤثر على سلوك المرشد نفسه مادامت تصرفاته تبنى على الأسس النظرية لهذه الاستراتيجيات (عبد الله، محمد قاسم ،2012،ص10،11).

فالاستراتيجيات التي تقترحها هذه النظريات، هي مجموع الأساليب أو الفنيات أو التقنيات العملية التي تقترحها كل نظرية من نظريات الإرشاد لتطبيقها وتحقيق الهدف الأساسي من العملية وهو تحقيق التوافق النفسي، ذلك أن الوظيفة الأساسية للنظريات في الإرشاد ، كما أكد **جونز** 2000 **Jones**.هي تزويد المرشدين بالأساليب الإرشادية المناسبة لتطبيقها بحيث تتسق هذه الاستراتيجيات فيما بينها وأيضا تتسق مع منهج الإرشاد والفئة المستهدفة(الخطيب،2007 ،ص325).

5–1– استراتيجيات الإرشاد العقلاني المعرفي الانفعالي:

مؤسس هذه النظرية هو **ألبرت أليس (Albert Ellis)**صاحب المقولة الشهيرة في علم النفس **مشكلات الأفراد محفورة في عقولهم"** ،هذا بعد أن بدأت ثقته بالتحليل النفسي في الهبوط، فبدأ في عام1954 طريقه نحو أسلوب منطقي للعلاج النفسي، حيث يعتبر هذا الأسلوب العلاجي أحد الأساليب العلاجية التي حاولت أن تدمج أكثر من أسلوب علاجي واحد من خلال دمجها لمفاهيم العلاج السلوكي، التي تقوم على فرضية أن السلوك الإنساني سلوك مكتسب ويمكن إ زالته ،أو التخفيف من تأثيره وبين العلاج المعرفي الذي يقوم على فرضية أن الأفكار التي يعتقدها الإنسان ،هي التي تملي عليه أسلوب الحياة التي يعيشها.

وقد وصف **كوا ري1996Corey** أسلوب ألبرت أليس **A.Ellis** في العلاج النفسي، بأنه أسلوب علاجي يوحي بالشمولية في الطرح، من حيث تركيزه على ثلاثة جوانب رئيسية في حياة الإنسان، وهي **الإدراك السلوك** و**المشاعر** والتفاعل بينهم (أبو أسعد و عربيات،2011 ، ص206).

وعلى الرغم من أن جل النظريات تعرض منظورها إلى تقديم إطار نظري يحوي جانب النمو في الشخصية ،إلا أن **إليس** ELLIS لم يتبع هذا المنهج ولم يفكر فيها بل أكد العلاج العقلاني الانفعالي يركز على كيفية إعادة النمو ، أكثر من تركيزه على النمو وعلى الرغم من عدم اهتمامه الواضح بصياغة وتكوين نموذج نظري للشخصية فأنه صاغ مجموعة من المفاهيم الأساسية لنظريته الخاصة بالعلاج العقلاني الانفعالي تسهم في التعرف على وجهة نظره في الشخصية (أبو أسعد و عربيات،نفس المرجع ، ص206).

5–1–1الإستعدادات البيولوجية :

لم تبتعد فكرة إليس ELLIS عن اعتقادات ابراهام ماسلو **a.masslow** وكارل **روجرز Roger** في أن الإنسان يولد وهو يتمتع بميول قوية لتطوير نفسه ،وتحقيق ذاته (زهران ،2002 ،ص97).

فالبشر حسب **إليس** يولدون ولديهم استعداد أن يكونوا منطقيين ممثلين لذاتهم ، لكن لديهم أيضا استعدادات قوية أن يكونوا غير منطقيين في سلوكهم ، وأن يكونوا قاهرين لأنفسهم ويفكرون بسهولة وبشكل طبيعي ، كما أنهم يفكرون

حول تفكيرهم وهم مبتكرون ، يحبون ويتعلمون من أخطائهم وهم يغيرون من أنفسهم مرات عديدة (الشناوي ،1994،ص106).

كما ترى النظرية أيضا أن النضج الانفعالي هو اتزان دقيق بين اهتمام الفرد بالعلاقات مع الآخرين مبالغته في الاهتمام بها ذلك أنه إذا كان هذا الاهتمام لا يتميز بالوسطية فإنه يتصرف بطريقة اجتماعية معادية، ولكن إذا تقبل الحقيقة الواضحة والرواية المتزنة والمتوافقة ،والمتمثلة في أنه ما المرغوب فيه وليس من الواجب والضروري أن يكون علاقات طيبة مع الآخرين، فإنه ينزع إلى أن يكون صحيحا انفعاليا.

5–1–2تأثير المجتمع التأثير الحضاري:

يميل البشر فطريا أن يخضعوا للتأثر خاصة في مرحلة الطفولة ،ويكون هذا التأثير من أفراد أسرهم وأقرانهم ،وكذلك من جانب البيئة الحضارية التي يعيشون فيها،إذ تعتبر متغيرا ت العلاقات الشخصية في الأسر، وجماعات الرفاق بالمدارس والمجموعات الاجتماعية الأخرى، من أهم المتغيرات الاجتماعية المؤثرة على الفرد من خلال دورها في تشكيل توقعات الأفراد عن أنفسهم وعن الآخرين(ضمرة، 2008 ،ص93) .

وعلى الرغم من أن هناك اختلافات شاسعة بين الأفراد في الخضوع للتأثر، فإن البشر يضيف إلى اضطرابهم الانفعالي وعدم المنطقية بالخضوع لتعاليم الأسرة المجتمع وتقاليدهما.

5 – 1–3– التفاعل بين الأفكار والمشاعر والتصرفات:

يؤكد **اليس Ellis** أن الفرد يفكر، يشعر ويتصف بصورة تفاعلية وتبادلية فالتفكير يؤثر بشكل جوهري) بل ربما يخلق المشاعر والتصرفات (في المشاعر والسلوك ،كما أن المشاعر تؤثر على التفكير والسلوك، كما أن السلوك يؤثر بشكل متميز على التفكير والمشاعر، وأي تغير يحدث على أحد هذه المتغيرات، فإنه يؤدي إلى تغيير بقبة المتغيرين ، ومن هذا المنطلق فإن العلاج المعرفي السلوكي الانفعالي ، يستخدم الأساليب المعرفية والانفعالية والسلوكية ،لتغيير الشخصية والتي سنتطرق إليها، بشكل مفصل في استراتيجيات الإرشاد العقلاني الانفعالي.

5 – 1–4– التفكير اللاعقلاني وعلاقته بالاضطراب:

يرى **اليس Ellis** أن كل الاضطرابات الانفعالية لا تنشأ من الخبرات، أو الأحداث التي تؤثر على الناس وإنما تنشأ بشكل مباشر من الأفكار التي يتبناها الناس حول هذه الأحداث وتشتمل على الأفكار العقلانية التي تأخذ بشكل عام صورة رغبات ومطالب و تفضيلات، وكذلك على الأفكار اللاعقلانية أو غير المنطقية التي تأخذ صورة مطالب وأوامر وحتميات مطلقة (أبو أسعد وعربيات،2009 ، ص215).

5–1– 5–أهمية الاستبصار:

يؤكد **اليس Ellis** أن استبصار المسترشد لنفسه التي يكتسبها عن طريق التحليل النفسي، قد تكون مضللة وغير صحيحة لأنها تقوده إلى أن الحوادث هي التي تتسبب له الاضطرابات، ومثل هذا الاستبصار حسب نظرية التحليل النفسي و الجشطالت يؤدي إلى تغيير تلقائي في سلوك المسترشد، بعكس نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي التي تؤكد أن الحوادث ليست هي بحد ذاتها سبب الحقيقي للاضطراب ،وإنما نظرة الأفراد وأفكارهم نحو هذه الحوادث، هي التي تتسبب في الاضطراب والإرشاد العقلاني الانفعالي يدعو إلى ثلاثة أنواع من الاستبصار:

–أن سلوك قهر الذات لا يرجع إلى أحداث سابقة ،وإنما يرجع إلى منظومة التفكير.
–الشعور بالتعاسة لا يرجع إلا لسبب وهو أن الفرد لا يزال يزود نفسه بأفكار غير منطقية أنشأها الفرد في الماضي، ويستثمر في إشراط نفسه أكثر من كونه يشترط من جانب الآخرين.
–الاستبصار الأول والثاني في حد ذاتها لن يساعد ،على تغيير الأفكار غير المنظمة لدى الناس، وإنما يتم ذلك من خلال العمل والممارسة الجادة من جانب الأفراد المضطربين في الحاضر والمستقبل .(الشناوي،1994 ،ص108).

5–1–6– قوة الإرشاد المعرفي:

يستخدم الإرشاد العقلاني الانفعالي مجموعة كبيرة من الاستراتيجيات المعرفية ،ولكنه يركز بشكل أساسي على مهاجمة ودحض الأفكار غير العقلانية، وبذلك يحاول أن يكون نسقا متعمقا لتغيير الشخصية، ويساعد المسترشدين على تغيير فلسفاتهم في الحياة بشكل جذري، من منطلق أنه إذا تم إحداث تغيير جوهري في جانب معرفي ،هو أساس يمكن أن يساعد في إحداث تغييرات هامة في عديد من الانفعالات والسلوكيات ،بينما إحداث تغيير جوهري في أحد المشاعر أو التصرفات ،يكون له أثر محدود في التغيير المعرفي ،ذلك أن للإنسان خاصية التفكير التي تميزه عن بقية وسائر المخلوقات.

5–2 –إستراتيجيات الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي:

طريقة الإرشاد العقلاني الانفعالي عملية معقدة ،لأنها تستند إلى افترا ض أن الناس لديهم مجموعة من الاضطرابات المعرفية والانفعالية والسلوكية، عند حضورهم لطلب الخدمة الإرشادية، لذا فإنه من واجب المرشد استخدام أنواع عديدة من الاستراتيجيات الإرشادية العقلانية والمنطقية،لمساعدة المسترشدين للتغلب على مشكلاتهم،ولهذا نجد أن الإرشاد العقلاني الانفعالي لا يعتمد على طريقة واحدة تستخدم مع المسترشدين، وإنما يشمل بصورة انتقائية على مجموعة

متنوعة من الأساليب العلاجية، إن هذه الأساليب الإرشادية، ذات كفاءة وفعالية في التعامل مع المشكلات الإنسانية كالقلق والاكتئاب والغضب والمشكلات الأسرية، ومشكلات التنشئة الاجتماعية واضطرابات الشخصية والإدمان واضطرابات النوم واضطرابات العلاقات الاجتماعية ،لأنه يتناول مكونات الشخصية الثلاث العاطفة، السلوك، الإدراك (أبو أسعد، عربيات،2009،ص218).

3-5 -الاستراتيجيات المعرفية:

إن سمة هذا الأسلوب الإرشادي و ارتكازه الأكبر على الأساليب الإدراكية، في دحض وتنفيذ الأفكار الخاطئة التي يعتبرها **ألبرت اليس .Ellis .A** العامل الرئيسي في نشأة المشكلات الانفعالية ، كما يعتبرها الهدف الرئيسي الذي يسعى العلاج الوصول إليه هنا يتضح أن الممارسون لهذا الأسلوب الإرشادي يستهدفون مساعدة المسترشد، على اكتشاف طرق التفكير الخاطئة ومن ثم مواجهتها بطرق واقعية.

ويقترح **ألبرت إليس Ellis A** مجموعة من الاستراتيجيات المعرفية الإرشادية وهي:

-إعادة البناء المعرفي:

لا تعتمد هذه الإستراتيجية على توضيح العلاقة بين النتائج والأحداث النشطة التي تسبقها،وإنما هي وليدة شق التفكير والمعتقدات وفلسفة الفرد " (محمد عادل عبد الله، 2000، 64).

-تفنيد ودحض الأفكار غير العقلانية:

يتمسك الناس غالبا بالأفكار والمعتقدات غير العقلانية واللامنطقية، مما يتسبب في المشاعر الانهزامية والمدمرة للذات **Dispute** لذا فإنه هذا الأسلوب المعرفي يؤكد وحسب **اليس Ellis .A** على وجوب سعي الأخصائي إلى مجادلة المسترشد حول الأفكار الخاطئة غير العقلانية التي ساهمت في نشأة المشكلات الانفعالية، التي يعاني منها، والمرشد لا يقوم بهذا العمل وحده ويقف المسترشد موقفا سلبيا ،بل أن المرشد يعلم المسترشد كيف يقوم بذلك لوحده من خلال اكتشاف طرق التفكير والمسلمات والمعتقدات التي يؤمن بها ويبني عليها أنماط سلوكه ومشاعره، ومن بين الأسئلة التي يوجهها المرشد للمسترشد للإجابة عليها :أين الدليل على ما نقوله أو ما نشعر به؟ ولماذا تكون الحياة مأساوية إن لم تجر الحياة بالشكل الذي تريد؟ وهل هو نهاية العالم إذا لم تحقق أحلامك في الحياة.....الخ.

وهذا النموذج من الأسئلة الجدلية والحوارية، التي تؤدي بالمسترشد إلى إعادة التفكير في الأفكار التي يتخذها كمبادئ ومسلمات وحقائق غير قابلة للنقاش، ومن ثم يبدأ في إعادة التفكير بها والتمعن فيها واختبار مصداقيتها ومدى تأثيرها على حياته. (محمد عادل عبدالله، ،نفس المرجع، ص64).

وعن طريق مساعدة المسترشد على تنفيذ أفكاره ومساعدته، على تكوين أفكار منطقية أفضل يكون المرشد بذلك قد حقق الأثر المعرفي **Cognitive effect** مما يتيح له التمتع بالصحة النفسية **Psychological heath** ويساعده العميل على إعادة بناء الجوانب المعرفية (نظام التفكير) ليواجه سلوكياته في المستقبل، بما فيها السلوك الذي جاء يشكو منه

ويقررا **ليس Ellis**أن من أوائل المختصين في علم النفس الذين استخدموا طريقة الدحض هذه؛ **أدلر،Adler ديوبوس فرا نكل Bubois Frunkl فيليبيس Philipis** ومن الدارسات التي أكدت فعالية هذا الأسلوب **إبيلسون Abelson 1975 روبنسون Robinison** 1967 **بولين Bolin** 1975(عبد الله هشام ،إبرا هيم، 2009 ،ص 60) .

ومن بين الأساليب التي يمكن استخدامها في دحض الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية ما يلي :

أ /الدحض في وجود المثير :ويتم ذلك من خلال قيام المسترشدين باستدعاء ذلك المثير الذي يسبب له المشكل والاضطراب ثم يطلب منه المرشد رسم صورة مغايرة لذلك المثير،فإذا كان شخص ما ينظر إلى المسترشد بتعال، يطلب المرشد من المسترشد رسم صورة لكليهما المسترشد وهذا الشخص وهما مستويان ويناظران بعضهما البعض ،ثم يسأله عن اتجاهه المسترشد نحوه بعد ذلك(محمد عادل عبد الله ،2000 ،ص125).

ب /الأساليب التخيلية :وهي من الأساليب التي تستخدم في إستراتيجية الدحض، ويتخيل المسترشد خلالها أنه يقوم بفعل أمر يخشاه، فإذا كان شخص معين يخشى من مقابلة المدير، يطلب منه المرشد أن يتخيل كيف سيحدق فيه هذا المدير، وردود الأفعال السلبية التي يمكن أن يقوم بها تجاهه ،وسوف تكون النتيجة على إثر ذلك مشجعة على مواجهة مثل هذه المواقف، مما يؤدي إلى عدم تجنبها.

ج /التخيل إلى حد المبالغة:

ويعتبر ذلك بمثابة أسلوب آخر ،يرتبط بنفس الفكرة ويطلب المرشد خلاله من المسترشد ،أن يتخيل أنه في موقف اجتماعي معين ،وكل الناس يحدقون أو يضحكون عليه لمدة ثلاث ساعات متواصلة تقريبا، وعندما يتخيل المسترشد ذلك فسوف نجد أن الاستنتاج الذي توصل إليه بعد ذلك كان مبالغا فيه، كما يستخدم عديد من الأساليب لدحض الأفكار اللاعقلانية كأسلوب لعب الدور والذي سنأتي في التفصيل فيه في الأساليب الوجدانية.

د / التركيز على الامبريقية Empiricism:

وتهدف هذه الإستراتيجية إلى أن تثبت للعميل، أن كلا من الواجبات المطلقة التي يتمسك بها وأفكاره اللاعقلانية لا يتسقان عادة مع الواقع ، ولتحقيق هذا الهدف يستخدم المرشد الأسئلة التي يطلب خلالها من العميل ،أن يقدم الدليل العملي على صدق اعتقاداته اللاعقلانية.

هـ / التركيز على النتائج:

ويركز المرشد من خلال هذه الإستراتيجية ،على أن يوضح للعميل النتائج العملية لاعتناق ويركز المرشد من خلال هذه الإستراتيجية ،على أن يوضح للعميل النتائج العملية لاعتناق اعتقادات لا عقلانية ،ويكمن الهدف من هذه الإستراتيجية في مساعدة العميل، كي يفهم أنه طالما بقي خاضعا لاعتقاداته؛ اللاعقلانية فإنه سيظل يعاني من مشكلاته ،وسيظل مضطربا فاقدا للاتزان والتوافق التقني(محمد عادل عبد الله ،2000 ،ص125).

و / التركيز على اللامنطقية:ويتم من خلال هذه الإستراتيجية مساعدة العميل، لفهم السبب الذي من أجله تعتبر أفكاره المنطقية ولا عقلانية حيث أن الفرد عندما يريد شيئا ما أن يحدث، فليس من المنطقي أن يحدث ذلك بالضرورة ومن ثم فإن تلك الأفكار اللاعقلانية تعتبر لا منطقية.

ز /الأسلوب السقراطي:

ويتضمن هذا الأسلوب طرح الأسئلة على المسترشد، وتتعلق هذه الأسئلة بالجوانب اللامنطقية والمختلفة وظيفيا ،وغير المنسقة أمبريقيا من اعتقادات العميل اللامنطقية، وتعمل مثل هذه الأسئلة على حث العميل على التفكير بنفسه ،في فحوى أفكاره اللامنطقية،وليس مجرد قبول وجهة نظر المسترشد.

ح / الأسلوب التعليمي Didactic :

وتعتمد هذه الإستراتيجية على تقديم تفسيرات مباشرة،- للأفكار اللاعقلانية والهازمة للذات وغير المنتجة، في حين تعد الاعتقادات العقلانية إنتاجية وتساعد على مفهوم إيجابي للذات، وبالتالي فهي مساهمة إسهاما كبيرا في شعور الفرد بالتوافق و الاتزان النفسي.

ط / أسلوب الاكتشاف الذاتي:

تساعد هذه الإستراتيجية أيضا على اكتشاف أن التفكير العقلاني يعمل على تجنب الفرد مشكلات انفعالية معينة ويعرف هذا الأسلوب أيضا بأسلوب المواجهة ،حيث يحث العميل على مواجهة الإعلانات بالنسبة لمكونات عملية دحض الأفكار الخاطئة، وغير المنطقية فيرى **برنارد(Bernard 1986)**أن هناك ثلاث مكونات لها وهي :

أ –عملية الاكتشاف :وهنا يتعلم العميل كيف يكتشف الأفكار الخاطئة وغير المنطقية.

ب –عملية الحوار مع الذات :من أجل دحض هذه الأفكار الخاطئة، وإحلال الأفكار العقلانية بدلا منها.

ج–عملية التمييز بين الأفكار الخاطئة والأفكار المنطقية: في التفكير من أجل تجنب ذلك مستقبلا، (القرني و عبد المنصف،2004 ، ص 111).

5–4–الاستراتيجيات الوجدانية :

يتم التركيز في هذه الأساليب الإرشادية ،على تغيير المشاعر السلبية المصاحبة للمشكلات لدى العملاء، وليس التركيز على الاستغراق في تلك المشاعر، بقدر ما هو مساعدة المسترشدين على تحويل المشاعر إلى مشاعر إيجابية ،تخدم العملية الإرشادية وتسرع في عملية التغيير إلى الأحسن ومن الأساليب والاستراتيجيات الوجدانية التي قدمها ألبرت اليس **A.Ellis**في نموذجه الإرشادي: **– التخيل العاطفي العقلاني**: ويعتبر هذا الأسلوب الإرشادي عملية عقلية ،تساعد المسترشد على تأسيس أنماط من المشاعر، من خلال مساعدة المسترشد على تخيل التفكير المنطقي، والسلوك و محاولة القيام بطرق جديدة للتفكير"والمشاعر، ثم محاولة تطبيق ذلك واقعيا ويستخدم هذا الأسلوب للحصول على فرص آمنة، (الخطيب ،2007 ،ص395) ،كأن يتخيل المسترشد أسوأ ما سوف يحدث له، وكيف يسلك أو يتصرف حيال هذا

الحدث وبماذا سيشعر إن حصل ذلك، وفي أثناء ذلك يطلب المرشد من المسترشد التفكير في اللحظة الحالية، ويطلب منه تغيير خوفه إلى خوف بسيط وغضبه إلى غضب بسيط ،و اكتئابه إلى حزن وهكذا وعندما يصل إلى هذه المرحلة فإنه يعطي إشارة إلى المرشد الذي يطلب منه أن يعرف نفسه، بما قاله أو فكر فيه حتى يستطيع الوصول إلى هذه الانفعالات المختلفة عن السابق ،ويؤكد بعد ذلك المرشد للمسترشد أن هذه الجمل والأفكار التي هو بحاجة إليها لاستخدامها في مواقف الحياة اليومية.

–لعب الدورRole playing: تستخدم هذه الإستراتيجية في العديد من النظريات، ولا تقتصر على الإرشاد العقلاني العاطفي السلوكي، لكن لعب الدور في هذا الأسلوب الإرشادي ،يرتكز بالدرجة الأولى على مساعدة العملاء في تغيير الأفكار الخاطئة غير العقلانية، والمسببة لمشكلاتهم بأفكار أكثر منطقية وأكثر عقلانية،" كما تبين هذه الإستراتيجية كيف تؤثر الأفكار غير المنطقية، والمعتقدات الخاطئة في علاقات المسترشد مع الآخرين"(عبد الله هشام إبراهيم،2009 ،ص85) .

–استخدام القوة والحزم: إن الهدف الأساسي من استخدام القوة والحزم والسلطة مع المسترشدين، حسب **REBT** أثناء الإرشاد ؛هو مساعدتهم على تكوين الاستبصار العقلي والوجداني وكذا مساعدتهم على إنشاء حوار مع الذات، من شأنه المساهمة في اكتشاف الأفكار الخاطئة وتغييرها.

–الحوار الذاتي: وهي إستراتيجية إرشادية حيث يقوم المسترشد خلالها بتسجيل معتقداته وأفكاره اللاعقلانية ،وتقييمه لذاته على شريط، ويحاول وهو يستمع إليها أن يقوم بدحضها وتقييدها ،بعد تدريبه على ذلك ثم يقوم بالاستماع إلى الدحض والتفنيد الذي قدمه لهذه الأفكار والمعتقدات، ويجعل الآخرين يستمعون إليها ،معه ليروا سويا ما إذا كانت قوية أم ضعيفة (محمد عادل عبد الله، 2000 ،ص 115 ،116).

5–5–الإستراتيجيات السلوكية:

يشير **ألبرت اليس A.Ellis** أنه يمكن استخدام بعض أساليب الإرشاد السلوكي، في الإرشاد المعرفي الانفعالي، لكي يصبح المسترشد أكثر فعالية ولمساعدته على التغيير الرئيسي لمعارفه ،ومعتقداته تجاه ذاته وتجاه الآخرين وتجاه العالم بل وتجاه المستقبل، ومن بين هذه الأساليب السلوكية:

–الواجبات المنزلية: حيث يكلف المرشد المسترشد ببعض التدريبات المنزلة، مثل حصر الأفكار اللاعقلانية التي يؤمن بها العميل، ومحاولة تصحيحها وعرض ذلك مرة أخرى على المرشد أو قراءة بعض الكتب، التي تدعو إلى التفكير العلمي" (حسين طه ،عبد العظيم،2004 ،ص96).

كما تهدف الواجبات المنزلية كإستراتيجية سلوكية، تستخدم في الإرشاد المعرفي الانفعالي إلى إعطاء الفرصة للعميل ليقوم بممارسة ما تعلمه ،وما تدرب عليه أثناء الإرشاد، وذلك على مواقف الحياة المختلفة ،وجدير بالذكر أن مثل هذه

الواجبات المنزلية ،وتلك المواقف الحياتية تتضمن جوانب معرفية وأخرى سلوكية، وهو ما يساعد المريض على استرجاع كل ما تعلمه وتدرب عليه، لممارسته في الحياة الواقعية.

– الإرشاد العقلاني الانفعالي.

– **التعريضExposure**"يمكن استخدام التعريض،**exposure**بما يضمه من جوانب معرفية وانفعالية وسلوكية ،حيث يوضع المسترشد في موقف معين للوقوف على كيفية مواجهته له.

–**ضبط المثير** :يعلم المرشد المسترشد على كيفية التحكم في مثيرات معينة، مما يجعل احتمالية تصرفاته غير المقبولة قليلة، وبهذا فإن هذا الأسلوب يهدف إلى إعادة بناء الوسط المحيط حتى لا يتعرض هذا الأخير المسترشد لأي مثير، يحفزه على التصرف بشكل غير **أساليب الاشتراط** الإجرائي: مثل التعزيز والعقاب والتشكيل ومن أمثلة التعزيز ... وسماع شريط أو مشاهدة فيلم حول مبادئ مقبولة ،مثل المسترشد الكحولي يمكن أن يرشده إلى تجنب أماكن بيع الكحول...الخ (حسين ،طه عبد العظيم ،نفس المرجع ،ص96).

خلاصة:

تعد البرامج الإرشادية والإستراتجيات المتبعة لتحقيق أهدافها بمثابة مفاتيح لحل المشاكل التي يعاني منها تلاميذ الطور المتوسط على غرار المشاكل النفسية الاجتماعية كالعزلة والانطواء الاجتماعي ،والذي يجعل التلميذ لا يتوافق ولا يتأقلم مع البيئة التعليمية ولا يتفاعل معها بالشكل المطلوب، ولقد اختار الباحث من محتوى هذه البرامج والإستراتجيات ما يخدم العملية التعليمية والإرشادية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية للتخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط ،وهذا اقتناعا منا بأهمية النشاط الرياضي التربوي في تعديل السلوك وفعالية الأساليب والفنيات الإرشادية أثناء الممارسة الرياضية في عملية التشخيص ولما لا العلاج، والمزواجة بين العملية التعليمية والعملية الإرشادية مما يستدعي التنسيق الفعلي والجاد بين أساتذة التربية البدنية ومستشاري التوجيه في التخفيف من المشاكل النفسية والاجتماعية التي يعاني منها التلاميذ خصوصا في مرحلة المراهقة والتي قد تعصف بهم في عصرنا الحالي.

الفصل الثالث

مظاهر ومؤشرات الانطواء الاجتماعي

تمهيد:

إن إحدى المهمات الملقاة على عاتق المجتمع فيما يتعلق بمرحلة الطفولة هي الكشف والاستقصاء عن الأطفال الانطوائيين، وهذا الأمر يدخل ضمن نطاق الوقاية والصحة النفسية والاجتماعية إذ أن إحدى دلائل الانطواء عند الطفل هي الابتعاد عن التفاعل والتعامل مع الأطفال الآخرين، فضلا عن عدم المشاركة الجماعية مع أقرانه أثناء اللعب أو أداء الواجبات الجماعية في المدرسة وبالتالي فأن الكشف عن هذا الخلل الكيفي حاجة ملحة للتربويين من أجل المعالجة المبكرة له لكي لا يستفحل الأمر ويقود إلى ظهور أعراض مرضيه قد تصعب من عملية معالجته وإزالة أثاره السلبية على الطفل والمجتمع الذي يعيش فيه ،وبذلك تكون هذه هي أولى مراحل التشخيص السليم لوجود هذا الاضطراب السلوكي عند الطفل وكلما كان هذا الأمر مبكرا كلما أصبحت هناك فرصه أفضل للتغلب على مشكلة الانطواء عند الطفل ومن ثم تقليل أثر هذا الاضطراب الذي إذا استفحل أو طالت مدة اكتشافه قد تؤدي إلى زيادة في أعراض هذا السلوك غير السوي وتأثيره على بناء شخصية الطفل المستقبلية، مما تجعل من معالجة أسباب هذا السلوك الانطوائي أكثر صعوبة أو تحتاج إلى وقت أطول.

1–تعريف ظاهرتي الانطواء والانبساط :

تتكون كليمه الانبساط من مقطعين **extra** وتعني إلى الخارج أو إلى السطح **version** وتعني تحويل وتوجيه ، وبذلك يصبح المعنى اللفظي لكليمه الانبساط توجيه أو تحويل العقل إلى خارج ذاته ، إلى العالم الخارجي عالم الأشياء والناس وبالمثل تتكون كلمة الانطواء من مقطعين **intro** وتعني في الداخل ثم **version** وتعني تحويل وبذلك يصبح المعنى لكليمه منطوي **itrovert** تعتبر اسم الفاعل من الفعل ينطوي والمصدر منه الانطواء وبناء عليه فإن كليمه الانطواء تعني التحرك الخارجي لعضو ما إلى الداخل بصورة تامة أو أقل والتحرك نحو **اللبيدو** ،وعند ذلك فإن الرغبات لا تتحرك نحو الهدف لكنها ترجع إلى داخل النفس(الجبوري،1990،ص545).

والانطواء مصطلح استخدمه يونغ **yung** للدلة على اتجاه اهتمام الفرد نحو العالم الداخلي وليس للعالم الخارجي حيث يبدي المنطوي ميلا إلى الانعزال عن الاتصالات الاجتماعية ،وإلى التقوقع داخل الذات، إلى الاهتمام فقط بأفكاره الخاصة وخبراته الذاتية (عادل الأشول ،1987،ص525).

ويعرف **جابر عبد الحميد وعلاء كفافي** (1991) الانطواء بأنه الانكفاء إلى الداخل ، ويشيران إلى أن هذا المصطلح يتم استخدامه في نظرية الشخصية للدلالة على الميل إلى تقليص العلاقات الاجتماعية والانشغال الزائد للفرد بأفكاره ومشاعره وخيالاته، بأكثر من انشغاله بالعالم الخارجي ، وهو عالم الناس والأشياء(جابر عبد الحميد وعلاء الكفافي ،1991،ص1808).

وهو نمط من أنماط الشخصية والمنطوي فرد يؤثر العزلة والاعتكاف ويجد صعوبة في الاختلاط بالناس يقابل الغرباء بحذر وتحفظ وهو خجول شديد الحساسية ،يجرح شعوره بسهولة ،وكثير الشك ويكلم نفسه ويستسلم لأحلام اليقظة يهتم

بالتفاصيل ويضخم الصغائر ، دائم التأمل في نفسه وتحليلها ولديه رغبة في الانعزال والوحدة ويتجنب الالتماس مع الواقع إلا بقدر لازم الانطواء النفسي والانطواء الذاتي أكثر أشكال التكيف للصعوبات انتشارا وهو تكيف عقلي بحت فهو استسلام وإقلاع عن الكفاح الخارجي والانطواء النفسي والانطواء الذاتي أكثر أشكال التكيف للصعوبات انتشاراً وهو تكيف عقلي بحت ، فهو استسلام وإقلاع عن الكفاح.

2–مظاهر الانطواء:

الشخص المنطوي كما وصفه **يونغ** هو شخص متأمل ومتحفظ وحساس ، ومتباعد وقد وجد **إيزنك** أن حالات القلق واستجابات الوسوسة والاضطرابات الاكتئابية ، تميل إلى الارتباط بالنمط الانطوائي ويغلب على استجابات الانطواء أن تكون ذاتية بأكثر منها حركية (جابر عبد الحميد وعلاء الكفافي ،1991،ص1808).

ويرى **عادل الأشول** 1996أن الطفل المنطوي يظهر رغبة شديدة في العزلة والسلبية ، وقدرا كبيرا من الخجل والاكتئاب وعدم الميل إلى القيام بالنشاط الخارجي مع مجموعة من الأقران (عادل الأشول ،1998،ص485).

وتؤكد سهام عبد الحميد (1997)أن المنطوي يؤثر يميل إلى العزلة والاعتكاف ،ويجد صعوبة في التعامل مع الناس فيقصر معارفه على عدد قليل منهم ، ويجنب الصالات الاجتماعية ، ويقابل الغرباء في حذر ،وهو شديد الحساسية لملاحظات الآخرين ،ويتعرض بسهولة لجرح مشاعره ، وهو كثير الشك في من حوله من الناس و القلق على قد ما يأتي به الغد من أحداث ومصائب ،وهو أيضا متقلب المزاج دون سبب ظاهر ، ويستسلم لأحلام اليقظة وهو كثير الندم والتحسر على ما فات ،ولا يعبر مظهره الخارجي عن عواطفه في صراحة وهو إلى جانب هذا دائم التأمل في نفسه وفي تحليلها ويهتم بأفكاره ومشاعره بأكثر من اهتمامه بالعالم الخارجي ويفكر طويلا قبل أن يبدأ عملا (أحمد رابح ،1999،ص471) .

3–عوامل وأسباب الانطواء:

هذا النوع من السلوك المعقد لا يمكن رده إلى عامل معين ولكن على الأغلب تشكل وتصاغ أساليبه بتضافر عدة عوامل رئيسية في ذاته وفي بيئته النفسية والاجتماعية ومن أهمها:

–النقص الجسماني الذي يتناول تركيب عضو من أعضاء الجسم أو بوظيفته وقد يتعلق بهيئته الظاهرية أو بحجمه منظره الخارجي ، كالعور والعرج أو القصر الشديد أو البدانة المفرطة أو أي تشويه ظاهر يشعر به الفرد أو ينسب إليه من قبل الآخرين حتى وأن كان ذلك وهما.

– العوامل المتعلقة بالجانب العقلي خاصة آثارها في المجال المدرسي وهذا الجانب مهما كانت أسبابه فانه يعرض الانطوائي لحالات قاسية خاصة عندما تعقد المقارنات بينه وبين سواه من رفاقه وخاصة الأصغر منه سناً أو حجماً وقد تدفعه تلك المواقف الشعور بالنقص وتفرض عليه تجنبها بالابتعاد عن الآخرين وعن المواقف التي يحتمل أن تثار تلك .

– عدم توفر الفرص أمام الفرد في طفولته من أجل مواجهة الحياة بالاعتماد على النفس حيث يقوم بعض الآباء

الإسراف بحماية أبنائهم ويعملون على التدخل في شئونهم والقيام بأعمالهم والمشاركة بألعابهم ، وبهذا يحرمونهم فرص النمو والتكيف في مواجهة الحياة ، وهذا السلوك يقود إلى يكونوا انطوائيين.

-قسوة الوالدين : يعمد بعض الآباء إلى القسوة والتعسف عند معاملتهم لأبنائهم اعتقادا منهم أن ذلك أضمن أسلوب في تقويم اعوجاجهم وحالتهم ، وقد يبدأ هذا الأسلوب منذ عهد الطفولة وقد يمتثل الطفل أو المراهق بسبب الضعف أو الالتزام الخلقي لتلك الأوامر والنواهي دون أن تتاح له فرصة التفكير أو الإدراك أو الاستيعاب وإنما يقوم بذلك إرضاء لهما وتجنباً لغضبهما وقد يكون ذلك مبعث سرور الوالدين ورغبتهما الاستمرار عليه ، أما الطفل فأنه يفقد تدريجياً أهم مقومات التكامل النفسي وأسس الثقة بنفسه وينسحب إلى ذاته.

- التذبذب في المعاملة وعدم استقرارها في اتجاه واحد :

إن أخطر ما يحصل للطفل هو معاملة والده غير المستقرة ، فقد يعامل بلين وعطف ورفق وفي نفس الوقت يحاسب باعتباره أصبح رجلاً ، فيلام على أبسط الأخطاء والهفوات كما قد يحصل أن يعاقب أحياناً ويسامح أحياناً أخرى على نفس العمل وفي مواقف متشابهة ،إن هذا التذبذب في المعاملة من أقسى أنواعها إلى أشدها نسبياً و يؤدي إلى حيرة الطفل وبالتالي اضطرابه النفسي وعدم ثبات نظرته لنفسه أو الثقة بذويه مما يجعله ينسحب إلى داخل نفسه ويعيش معها. (أحمد رابح ،نفس المرجع،ص،472).

-المناخ النفسي للعائلة: من أهم أسس نمو الشخصية وتكاملها هو البيت، فالبيت المضطرب في علاقاته والذي تشيع في جوه روح الشك والريبة.

-الشعور بالنقص بسبب عاهة جسمية أو ضعف اقتصادي وافتقاد الشعور بالأمن لفقده الثقة في الغير والخوف منهم

-إشعارا لطفل بأنه تابعا للكبار وفرض الرقابة الشديدة عليه يشعره بالعجز عن الاستقلال تقليد الوالدين كنموذج يقتدي ويحاكيه الفقدان المبكر للحب والحنان والرعاية من الأسرة.

-وعدم تبادل الثقة والاحترام يخلق أشخاصاً تنقصهم الثقة بالنفس لأن الفرد وهو طفل يتميز بإحساسات مرهفة شديدة التميز(أحمد رابح ،نفس المرجع،ص،472).

4– النظريات المفسرة للنمط المنطوي والمنبسط :

4–1–نظرية كارل جوستاف يونغ:

كارل جوستاف يونغ طبيب نفسي سويسري وأحد تابعي فرويد في وقت ما ، ثم انشق عليه وقد رأى يونغ معتمدا على دراسات عديد من سابقيه أن السبب الأساسي للفروق في الأنماط يكمن في الميل الانبساطي أو الانطوائي للبيدو وهو ميل القوي الغريزية للأفراد إلى التوجه أساسا صوب العالم الخارجي –الموضوعات –أو نحو الحالات العقلية الداخلية

للذات، فعندما ننظر إلى تاريخ حياة الفرد نرى أن مصيره أحيانا يتحدد أكثر عن طريق الموضوعات التي تشد انتباهه في حين يتأثر أكثر في أحيان أخرى بالحالات الذاتية الداخلية ،وتعتقد معالجة يونغ لهذا الموضوع لدرجة مستحيلة تقريبا بإصراره على أن الأشخاص المنبسطين شعوريا قد يكونوا منطوين لا شعوريا وكذلك إصرار على أن هذه الميول يمكن أن تجد تعبيرا لها تبعا للوظائف العقلية الأساسية الأربعة فقد نظر يونغ إلى الانبساط والانطواء على أنهما اثنين من الاتجاهات أو وجهات الشخصية تكشف عن ذاتها في وضائق التفكير والمشاعر والإحساس والحدس ويجب أن نذكر أن يونغ لم يضع مصطلحات الانبساط والانطواء (عبد الخالق،1992 ص237)

فقد كانا مستخدمين في أوربا لبضع مئات من السنين قبل أن يساعد يونغ على نشرها ، وقد قدم إضافة واحدة هامة للنظرية القديمة عن الأنماط ، بربط أفكاره عن الانبساط والانطواء بالتفرقة بين الاضطرابات العصابية الأساسية كما قم يونغ أن المنبسط في حالة الانهيار العصبي معرضا للإصابة بالهستيريا وقد ركز يونغ بوجه خاص في حالة الانهيار العصبي معرضا للإصابة بالهستيريا وقد ركز يونغ بوجه خاص على فصل الانطواء عن العصابية، إذ يقول أنه من الخطأ أن نعتقد أن الانطواء هو نفسه العصاب فليس لهما معا أدنى علاقة عبد الحالق (عبد الخالق،نفس المرجع، 237 ص)

كما أكد كارل **يونغ** على أن الإنسان تحركه أهدافه المستقبلية طموحاته وأماله ،وفيما يخص بناء الشخصية استخدم **يونغ** مفهوم النفس للإشارة على العقل الذي يتكون من ثلاث مستويات :الشعور واللاشعور الشخصي، واللاشعور الجمعي ويصنف يونغ الناس حسب أساليبهم واهتماماتهم في الحياة إلى منطويين ومنبسطين ، فالمنطوي هو من يفضل العزلة ويتحاشى العلاقات الاجتماعية، أما المنبسط فهو المنفتح على الآخرين (مطاوع،1981،ص124).

تبين الملاحظة العامة المدققة أنه ليس كل منطوي عصابيا ، وهذا ما أثبتته نتائج عديدة من البحوث فليس من المستطاع أن نحدد في بعد الانبساط/ والانطواء أي القطبين سوي وأيهما مرضي ، مع ملاحظة أن المجتمع يحتاج كل من المنطوي والمنبسط كذلك، فالانطواء إيجابي مثل الانبساط وترجع الصعوبة الأساسية في مصطلح الانطواء إلى تضمنه أحيانا جانبا باثولوجيا مشيرا في استعماله العام إلى شيئا ما غير مرغوب فيه أو غير صحي أو أمر ينبغي تصويبه ، وذلك على الرغم من تفضيل **يونغ** بشدة الانطواء منهجا للحياة .....ويرى أن وضع مزايا الانبساط هو أحد أخطاء حضارتنا ومن الخطأ أن نقول أن الانطواء غير مطلوب بالضرورة ، فأنه في ظروف خاصة ، ومن وجهة نظر الاقتصاد النفسي قد يعد علامة علة السمو كما أن له وضيفة وقائية ويرى **كاتل** أن الانبساط قد عد مرادفا لحسن التوافق ، وفي أمريكا وربما في انجلترا فأن المدرسين يعدون المنبسط مثاليا ، وأستمر هذا الرأي حتى اكتشف أخيرا أن الإبداعية مرتبطة أكثر بالانطواء (عبد الخالق ،نفس المرجع ،ص238).

4-2-نظرية هيرمان رورشاخ:

يستخدم **هيرمان رورشاخ** مصطلحين آخرين هما الانطوائي الانبساطي ليؤكد أنهما لا يعبران عن حالات أو ظروف ولكن يمثلان اتجاه إلى طرق معينة من الفعل أو الإدراك أما مصطلح الانبساط /الانطواء عنده فينبغي أن نشير بها إلى غلبة باثولوجية لأحد هذه الميول على الأخر والميول المنبسطة والمنطوية ليست أضداد ولكنها فقط شكلان مختلفان جدا للنشاط العقلي ومن الممكن أن يجمع بينهما شخص واحد أو مفتقرا إلى كلا النوعين من الخبرة ويري أن استخدام هذا المفهوم يقلل من احتمال خلط الانطواء بالميول العصابية ويرى **رورشاخ** أن النمط المنبسط يتميز بالانفعال والشعور اللين والذكاء العادي والمهارة العادية والمهارة الحركية أما المنطوي فيتميز بالإبداع والذكاء وبالصفات الفردية والانفعال الثابت وصعوبة الاتصال بالعالم الخارجي المادي والاجتماعي ،وهذه النظرية قريبة من نظرية يونغ وإن أنكر صاحبها أنه أخذها عنه (عبدالخالق، نفس المرجع237ص).

4-3-نظرية إيزنك:

وصل أيزنك الأبعاد الأساسية للشخصية وتمثلت في:

بعد الانطواء : "وصف **أيزنك** شخصية الشخص الانطوائي بأنه يميل إلى العزلة والتفكير الكثير، ويكون قليل الحركة والنشاط الجسمي، غير محب للظهور في المحافل العامة، كما أنه يكون أصدقاء بصعوبة وهي صداقات من المستوى العميق وهو عكس شخصية الشخص من النمط الانبساطي الذي يوصف بأنه منطلق، كثير الحركة والكلام، يميل للاستعراض وحب الظهور في المحافل العامة ،سريع في تكوين الصدقات قليل التأمل والتفكير(مأمون صالح،2008،ص60)

4-4- نظرية التحليل النفسي :

نالت هذه النظرية أكبر شهرة في تاريخ علم النفس باعتبارها أول نظرية شاملة للشخصية وصاحبها هو(سيجموند فرويد) الذي يرى أن النفس الإنسانية تقوم على ثلاثة أجهزة تعمل في مستويات ثلاث اللاشعور و ما قبل الشعور و الشعور و هذه الأجهزة هي:

أولا **الهو** :و هو منبع الطاقة البيولوجية النفسية و مركز النزوات الغريزية و الرغبات المكبوتة والنزعات الحيوانية والدوافع الفطرية هي كلها لا شعورية و تهدف إلى الإشباع بأي أسلوب أي أنها تسعى وراء اللذة و تفادي الألم، و تتميز بالاندفاع و عدم التقيد بحدود الواقع ،و تعتبر مدرسة التحليل النفسي أن أهم دوافع **الهو** هي الدافع للجنس و دافع العدوان ، أما العنصر الثاني من عناصر الشخصية عند (فرويد) هو الذات أو الأنا التي تسير حسب مبدأ الواقع، و يقوم بالتوفيق بين مطالب الهو و مطالب الأنا الأعلى و كذلك مطالب البيئة الواقعية و هذا من خلال تأجيل الإشباع

المباشر لبعض الدوافع ،و أخيرا هناك الأنا الأعلى أو ما نسميه بالضمير الأخلاقي الذي يحاسب الأنا على تصرفاته و أفعاله و يقوم بمراقبة الدوافع الفطرية للهو و يمنعها من الانطلاق إلى الخارج ،لذا فإنه يمثل الجانب الاجتماعي للشخصية، الأنا الأعلى يمثل المشاعر الاتجاهات و الميول السلوكية التي يمتصها الفرد من مختلف النظم الاجتماعية شعوري يشمل الأفكار المشاعر الاتجاهات و الميول السلوكية التي يمتصها الفرد من مختلف النظم الاجتماعية ، ويرى أن الانطواء هو عدم التوافق بين هذه الأجهزة لدى الفرد (إبراهيم محمد ،2002 ص114) .

4-5- **نظرية الأنماط عن سبرانجر(Springer)**:

صنف(سبرانجر) الأفراد إلى أنماط سيكولوجية على أساس اشتراك الميول والقيم،و افترض وجود ستة أنماط من الشخصيات وصفها في كتابه " أنماط الناس" على النحو التالي:

النمط النظري :هذا النمط من الأفراد يميل إلى المواد العلمية و البحث الموضوعي عن الحقيقة، و في المقابل يميل إلى إهمال المسائل السياسية و الاجتماعية.

ب.النمط الاقتصادي :يهتم أساسا بالمواد الاقتصادية و الكسب و الثروة و صور هذا النمط تتمثل في رجال الأعمال.

ت.النمط الجمالي :يحب الأفراد حسب هذا النمط الجمال في كل شيء و يميلون إلى الفردية و يسعون إلى الحرية

ث.النمط الاجتماعي :يهتم أساسا بالنواحي الإنسانية عامة و يميل إلى مشاركة الآخرين و تقديم الخدمات دون تفكير فيما قد يجنيه من نفع شخصي.

ج.النمط السياسي :تحركه الرغبة في القوة و لا تنحصر اهتماماته بالضرورة في ميدان السياسة الضيق ولكن قد يكون ذلك في أي مهنة أخرى .

ح.النمط الديني :صاحب هذا النمط يرى الله في كل أمور الدنيا و يد الله تدبر كل شؤون الحياة، قد يكون صاحب، هذا النمط زاهدا متخشعا ، و قد يحاول إثبات الحياة و المساهمة فيها بفاعلية(عبد الحميد محمد شاذلي،2001، ص 278).

الأنماط النفسية عند يونغ:

تعتبر نظرية (**كارل يونغ**) من النظريات الحديثة الواسعة الانتشار في أنماط الشخصية، و تتضمن طوبولوجية (يونغ) قائمتين عريضتين استخلصهما من ملاحظته الشخصية و خبرته الإكلينيكية حيث قسم يونج الناس إلى:

1- النمط المنطوي **(introvert)** : يفضل صاحبه العزلة و تجنب الصلات الاجتماعية، و تلعب العوامل الذاتية أهم دور في توجيه سلوكه ، و هو دائم التفكير في نفسه و تنقصه المرونة التي تساعده على التوافق السريع، و هو كثير الشك في نيات الناس و دوافعهم ، مسرف في ملاحظة صحته و مظهره الخارجي يحقق التوافق عن طريق النكوص و الخيال و الوهم.

2-بالنمط المنبسط(**extravert)** : يتميز صاحبه بالنشاط و الميل إلى مشاركة الناس في نشاطهم ، قادر على التوافق بسرعة مع المواقف الجديدة الطارئة ، و يعتمد على عوامل خارجية في توجيه سلوكه ، و يكون صداقات بسرعة و لا يهتم بالنقد و لا يكتم ما يجول في نفسه من انفعال ، و يشير(يونغ) إلى حقيقة أخرى هي أن الانبساط و الانطواء يعبران عنهما بكثير من الوظائف هي التفكير و الوجدان و الحس و الحدس لذا فالفرد يمكن أن يكون مثلا منبسطا مفكرا لكنه يكون في نفس الوقت منطويا في وظيفة الحدس .(عبد الحميد محمد شاذلي،2001، ص278،279).

تقاس قيمة أي نظرية في الشخصية بمدى ثرائها وما تنبته من بحوث وما تثيره من تنبؤات وفروض يمكن اختبارها عمليا ، وقد أجريت بحوث تجريبية عديدة على بعد الانبساط و الانطواء نلخصها في الجدول التالي تبعا لدراسات عديدة

الجدول رقم (02):

المتغيرات	بعد الانطواء	بعد الانبساط
– بنية الجسم	-نحيلة	-بدينة
-الوضيفة العقلية	-نسبة ذكاء منخفضة للمفردات	-نسبة ذكاء مرتفعة للمفردات
-الذكاء للفضي	-مرتفع بالنسبة للذكاء العملي	– منخفض بالنسبة للذكاء
-التصلب الإدراكي	-مرتفع	-منخفض
-المثابرة	– مرتفعة	– منخفضة
-الدقة	– مرتفعة	– منخفضة
-السرعة	– مرتفعة	– منخفضة
-نسبة السرعة إلى الدقة	– منخفضة	– مرتفعة
-مستوى الطموح	– مرتفع	– منخفض
-الاجتماعية	-منخفضة	– مرتفعة
-ضبط النفس قوي	– قوي	-ضعيف
-الاتجاهات الاجتماعية	-عقل مرهف	-صلك
-إختبار رورشاح	-استجابات حركية كثيرة	-تفاصيل كثيرة
-إختبار تفهم الموضوع	-إنتاجية منخفضة	-إنتاجية مرتفعة
-شدة التشريط	-قوية	-ضعيفة
-سرعة التشريط	– قوية	– ضعيفة
– التشريط اللفضي	-جيد	-ضعيف
-الآثار الشكلية اللاحقة	-صغيرة	-كبيرة
-رد الفعل تجاه الإجهاد	-العمل الزائد والاستشارة	-القصور أو الكف

-الثبات الإدراكي	-منخفض	-مرتفع
-تقدير الزمن	- أطول	-أقصر
-الاستجابة للعلاج	-جيدة	-ضعيفة
-التخيل البصري	-واضح	-ضعيف
-إدراك البعد العمودي	-دقيق	-غير دقيق
-خطأ الزمن	-صغير	-كبير
-التيقظ	- مرتفع	- منخفض
-التحسن التالي للراحة	-منخفض	-مرتفع
-تناقص الأداء الحركي	-ضئيل	-كبير
- تناقص الأداء في حل المشكلات	- ضئيل	- كبير
-تحمل الألم	- منخفض	- مرتفع
- تحمل الحرمان الحسي	- مرتفع	- منخفض
- تغيير السلوك	- قليل	- كثير
-رد الفعل الغدي	- مرتفع	-منخفض
-- التكيف	-بطيء	- سريع
- النظرة للأمور	-ذاتية	- موضوعية
- النشاط الغالب	- مخي	- سلوكي
- الموسيقى المفضلة	- الكلاسيكية	- الحديثة الساخبة
- الأعمال الفنية المفضلة	- القديمة وقليلة الألوان	- الحديثة والملونة
-الشعر المفضل	- المعقد	- البسيط ذو الوزن البسيط

ويجب أن نلاحظ أن النتائج معتمدة على كل من الاختبارات والعينة ، ولا يتبادر إلى الذهن أن نتائجها تامة ومنطبقة على كل منبسط وكل منطوي على حده بل أن نتائج المنطوين مثلا هي بالمقارنة بالمنبسطين بوجه عام ، كالمثابرة ،مثلا المنطوي أكثر مثابرة بالنسبة للمنبسط ، كذلك فإن المقصود بالمقارنة هو المجموعة ككل بالنسبة للمجموعة الثانية ككل إذ تبين هذه النتائج الاتجاه العام للفئتين ككل على شكل نسب مئوية يجب أن لا نتصور أنها نسب كاملة أوعلي شكل معاملات إرتباط يتعين أيضا ألا نتصور أنها واحد صحيح (عبد الخالق،1992 ص275،276،277) .

– قياس درجة الانطواء الاجتماعي:

تتزايد المشكلات النفسية لدى الأفراد ولاسيما لدى فئة المراهقين الذين يواجهون صعوبات كبيرة في التكيف وإقامة علاقات اجتماعية سليمة ومتوافقة والسبب يعود إلى حساسية هذه المرحلة العمرية كونها مرحلة انتقالية يواجه فيها الفرد تغيرا ت جسمية وعقلية واجتماعية ، وعندما يفشل البعض في تحقيق التوافق والتوازن في هذه المرحلة فإن ذلك يؤدي

إلى التعرض للعديد من المشكلات والأعراض المرضية من أبرزها العزلة والانطواء والانسحاب التي تعد سلوكاً هروبياً انسحابيا بسبب ضعف القدرة على مواجهة الحياة وظروفها المتغيرة ولاسيما في أيامنا هذه (kenwood Solano&، 1994،p 20).

صدرت الصورة المعدلة من اختبار الشخصية المتعدد الأوجه(2) بعد ما يقرب من أربعين عاماً من صدور النسخة الأصلية وأضيفت تعديلات وتحسينات على هذه النسخة، بالإضافة إلى المقاييس الإكلينيكية العشر وأربع مقاييس الصدق ، تضم هذه النسخة عدداً من المقاييس الفرعية الجديدة وعددها 18 اختبار فرعي .وتتكون الصورة المعدلة من(567) عبارة، كما رتبت الفقرات بحيث يمكن أن يستجيب للفقرات الـ (370) الأولى، أن تصحح على أساس هذه الفقرات فقط كل مقاييس الصدق والمقاييس الإكلينيكية، وتشكل الفقرات الـ (370) الصورة المختصرة من اختبار الشخصية ويعتبر هذا الإصدار إضافة ،فضلاً عن استخدامه في التشخيص الإكلينيكي أصبح يستخدم في ميدان السواء، واختيار القادة، وانتقاء الأفراد وتوجيههم في الميدان المدني والعسكري، وفى الميدان الأكاديمي والجنائي وغيرها من الميادين التي تتطلب الفحص النفسي الشامل.

وهذا الإصدار متوفر فقط في برنامج على أسطوانات. (د مريم صالح حسن شبكة الانترانت).

يعتبر الانطواء الاجتماعي أحد المقاييس التي تضمنها اختبار الشخصية المتعدد الأوجه(2) ويعتبر مقياس غير إكلينيكي يستخدم في ميدان السواء ولقد استند إليه الباحث في بناء أداته وتكيفها في المجال التربوي ومنحها درجات لقياس درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط .

***الدرجة في المدى المتوسط** :فتشير إلى شخص عادي يحتفظ بتوازنه بين الانطواء والانبساط في اتجاهاته وسلوكه

***الدرجة في المدى فوق المتوسط** :فتشير إلى أن الشخص يفضل الوحدة على أن يكون مع الآخرين وقد يفضل أن يكون مع جماعة صغيرة من الأصدقاء ولا يرحب بالزحام.

***تشير الدرجة المرتفعة إلى** : أن الشخص يعاني من الانطواء الاجتماعي ولا يرتاح للمواقف الاجتماعية ويشعر بالعزلة والخجل والتحفظ والجبن والتجنب ويفضل الوحدة على أن يكون مع الآخرين وتنقصه الثقة بالنفس ويعاني من الضبط الزائد وتنقصه القدرة على اتخاذ القرارات (د مريم صالح حسن شبكة الانترانت).

من خلال الاطلاع على المفاهيم والمعطيات النظرية والتعاريف والنظريات المتعلقة بالانطواء يتبين لنا أن التلميذ في فترة المراهقة معرض للوقوع في العزلة والانطواء وهذا يتجلى في سلوكه المنطوي الذي يظهر في قلة تفاعله الصفي مع زملائه كما يظهر في عزلته والعيش في أحلام اليقظة كما يظهر أيضا سلوكه المنطوي في قلة الثقة بنفسه في المواقف التي يصادفها في المدرسة وخوفه من المهام القيادية التي قد تسند إليه ، ومن خلال أيضا ميله إلى العمل الفردي خصوصا أثناء حصة التربية البدنية والرياضية فتجده يميل إلى الألعاب الفردية أكثر من الألعاب الجماعية ويعد هذا النوع من الانطواء بالانطواء الاجتماعي ،إذ جل الدراسات تناولت الانطواء كنمط من أنماط الشخصية بينما الدراسة الحالية

تناولت الانطواء كسلوك يظهره تلميذ الطور المتوسط أثناء تفاعله الصفي مع زملائه وعزلته وكذا تفضيل العمل الفردي على الجماعي وإظهار درجة من الخوف وعدم الثقة بالنفس في بعض المواقف التعليمية التي يصادفها أثناء الدراسة وهي مؤشرات توحي بدرجة الانطواء الاجتماعي لدى تلميذ الطور المتوسط .

5– مظاهرو مؤشرات الانطواء الاجتماعي:

حاول الباحث الإلمام بمظاهر مؤشرات الانطواء الاجتماعي من الناحية النظرية على النحو التالي :

5–1– قلة التفاعل الاجتماعي الصفي:

يرى الباحث في مجال علم النفس أن الإنسان ابن بيئته الاجتماعية، وأن ما ينخرط فيه من علاقات اجتماعية يسهم في تكوين شخصيته ، ويحدد مدى قدرته على التعامل مع الآخرين. ويرى اريك فروم(**Fromm, E**) أن الفرد ذو التوافق السليم هو ذلك الشخص الذي يسعى إلى صحبة الناس، ومحبتهم ويستمتع بعلاقته معهم ، ويكون له القدرة على العمل معهم كي يستطيع أن ينشئ علاقات اجتماعية تحقق له الإشباع(نبيه اسماعيل ، 2001 ، ص 133).

كما يرى كارل روجرز(C, Rogers) أن الفرد الذي يعبر عن التوافق النفسي والصحة النفسية يكون تقبله لذاته مرتبط ارتباطا موجبا بتقبل وقبول الآخرين (حامد زهران ، 2002 ،ص99) .

والمدرسة كمؤسسة اجتماعية تربوية هي نقطة التقاء لعدد كبير من العلاقات الاجتماعية المتداخلة والمعقدة، وهذه العلاقات الاجتماعية هي المسالك التي يتخذها التفاعل الاجتماعي والقنوات التي يجري فيها التأثير الاجتماعي ويعتبر التلميذ في علاقته بالمدرسة محور العملية التربوية وحجر الزاوية في بناء المجتمع ويكون البناء الاجتماعي متينا إذا أحيط التلميذ بكامل الرعاية والاهتمام به من جميع النواحي العقلية والجسمية الانفعالية، وذلك من خلال معرفة حاجاته النفسية والاجتماعية والدراسية وغيرها ومحاولة فهم هذه الحاجات وتحقيقها بالطريقة التي تضمن له التوافق والصحة النفسية ،(محمد زيدان ، 1983 ص 164).

إذ يمثل التوافق الجيد مؤشرا ايجابيا يدفع التلاميذ إلى التحصيل من ناحية ، ويرغبهم في المدرسة ويساعدهم على إقامة علاقات متناغمة مع زملائهم ومعلميهم من ناحية أخرى ، ويجعل العملية التعليمية خبرة ممتعة وجذابة وسلوك التلميذ داخل المدرسة و بالتحديد المرحلة المتوسطة، يتأثر بشبكة من العلاقات الشخصية. كعلاقته ، بزملائه ومعلميه وبرامج ومواد دراسته ، وقد تؤثر هذه العلاقات إيجابا أو سلبا على شخصيته خاصة التلميذ في مرحلة المراهقة ، وسوء العلاقة قد يسبب العديد من المشكلات، غير أن هذه المشكلات ليس بالضرورة أن تكون المدرسة عاملا لظهورها لأن المراهق يتأثر سلوكه الاجتماعي بخبرات طفولته الماضية أيضا.

ولأن مرحلة الطفولة كما ذكر أبراهام ماسلو(A, maslow) يحتاج الطفل فيها إلى الحب والانتماء والتفاعل (حامد زهران ، 2002 ،ص 166) .

فقد تكون الظروف الأسرية عاملا مسببا في ظهور السلوك الغير متوافق لدى التلميذ كل هذه العوامل وغيرها تجعل تلميذ المرحلة المتوسطة يعاني من التوتر النفسي، والذي يسببه نقص إشباع الحاجة، أو فقدان ما يمكن أن يحقق التوازن في جانب أو أكثر من جوانب شخصيته سواء أدركها أو لم يدركها، حيث تظهر لأسباب مادية أو معنوية، وتولد لديه رغبة وطاقة لإشباعها وذلك لاستعادة التوازن (Hakins ،1993، P35، P34).

ويعبر عن توتراته النفسية بطرق متعددة ومن بين المشكلات التي يعاني منها مشكلات سلوكية انفعالية، بعضها يتصف بالعنف والعدوانية وبعضها الآخر يتصف بالتمركز حول الذات وفقدان الثقة بالنفس والميول الانسحابي (عبد الحميد شاذلي ، 2001 ص59).

وظهور هذه السلوكيات يتطلب تدخل إنسان متخصص في مجال الإرشاد النفسي المدرسي، يساعد التلميذ على التخلص من هذه السلوكيات، التي تؤثر سلبا على حياته من جميع النواحي، حيث يكون سلوكه الغير مقبول من الجماعة مصدر خطر على مستقبله.

وفي واقع الميدان وداخل غرفة القسم ، يظهر التلميذ امتناعه بفاعلية عن الأنشطة المدرسية وعدم تفاعله مع زملائه مع الصمت الدائم والهدوء التام، الذي لا يسبب أي إزعاج للمعلم، مما يتجاهل هذا السلوك في ظل الأعداد الهائلة والأفواج المكتظة من التلاميذ ، فلا يعطي أهمية للحاجات المتسببة في انسحاب التلميذ ، مما يترتب عليه إن لم يجد من يرشده نفسيا التعمق أكثر في الانسحاب والانعزال ويمكن أن ينتهي به الوضع إلى ترك الدراسة (عبد الحميد شاذلي ، نفس المرجع ، ص59).

5-1-1- تعريف التفاعل الاجتماعي الصفي:

يستند التفاعل الصفي بوصفه ممارسة تربوية يقدرها التربويون إلى فرضية عامة مفادها أن الأفراد إذا ما اجتمعوا في مكان تربطهم صفة ما أو علاقة فإنهم سيميلون إلى أن يتواصلوا بإحدى أدوات التواصل اللفظي أو الجسدي بهدف الوصول إلى حالة تبادل الأفكار والمشاعر(مجدي عزيز،2002، 37،39).

5-1-2-شروط التفاعل الاجتماعي:

التفاعل الاجتماعي هو تفاعل بين أفراد وأفراد وليس بين أفراد وأشياء لأن الأشياء لا تستطيع أن ترد الاستجابة أو أن تتجاوب، ولا يمكن حدوث التفاعل الاجتماعي ما لم يوجد شرطان أساسيان:

-الاتصال الاجتماعي :ويعني أن يقترب فرد أو جماعة من فرد أو جماعة عبر المسافات الطبيعية عن طريق الوسائل التي تحمل الانطباعات المختلفة، وكذلك عن طريق الاختراعات الحديثة كالتلفزيون والتلغراف، ووسائل المواصلات والاتصال المختلفة.

- التواصل :ويعني استمرار الاتصال لفترة طويلة من الزمن (عبد الله الراشدي، 1999 ،ص 169) .

–التفاعل الاجتماعي داخل جماعة الصف: تتنوع وتتعدد مظاهر التفاعل الاجتماعي داخل جماعة القسم حسب نوع النشاط والاتصال ،كما أن هناك تفاعل اجتماعي إيجابي من مظاهر الصداقة والاتحاد القائم على الإخلاص فتكون العلاقة موجودة، وتكون غاية في ذاتها لأنه دليل القوة الاجتماعية فنجد كذلك التفاعل السلبي الذي يقوم على عنصر الاختلاف وعدم التوافق من مظاهر الصراع والمعارضة، وهي من عوامل الهدف ويتميز كل صف مدرسي بخصائص نوعية، تمكّن المربين من الحديث عن شخصية الصف واختلاف هذه الشخصية باختلاف المدرسين أو التلاميذ أو المادة الدراسية أو بعض الشروط التعليمية الأخرى، فشبكات العلاقات المتداخلة الناجمة عن تفاعل التلاميذ كأفراد أو كمجموعات مع مدرسيهم أو فيما بينهم تشكل نوعان من نظام اجتماعي تلتئم فيه النشاطات الصفية المتنوعة ويدرك كل فرد من أفراده الدور الذي يترتب عليه القيام به.

كما أن السياسة التربوية التي يقيمها القائد الأستاذ تساهم ففي مواصلة توطيد العلاقة الصفية وتهديمها، وقد تساعد في تنمية مظهر من مظاهر التفاعل الاجتماعي على مظهر آخر وتطور أساسا على حساب أساس آخر يخلف أحمد، (يخلف أحمد، 2001 ،ص 70) .

لتكامل أي صيانة تكامل الجماعة ويشمل ذلك إظهار التفكك والعدوان والإنقاص من قدر الآخرين وتأكيد الذات أو الدفاع عنها أو إظهار التماسك ورفع مكانة الآخرين وتقدم العون والمساعدة والمكافأة.

5–1–3– أنماط التفاعل الاجتماعي:

قسّم **بيلز** أنماط التفاعل الاجتماعي إلى:

التفاعل الاجتماعي المحايد :ويضم المراحل المتعلقة بالأسئلة وطلب المعلومات والأفراد وكذلك الأجوبة وإعطاء الرأي والإيضاحات والتفسير للتفاعل الاجتماعي السلبي :ويضم المراحل التي تتميز بالاستجابات السلبية والتغيرات الدالة على عدم الموافقة والتوتر والتفكك والانسحاب.

التفاعل الاجتماعي الإيجابي : ويضم المراحل التي تميز بالاستجابات الإيجابية وتقديم المساعدة وتشجيع الأفراد الآخرين وتوطيد التماسك والاتصالات الاجتماعية قد تكون أولية وثانوية، والاتصالات الأولية هي التي تتضمن مواجهة وجها لوجه وفي هذه الحالة يكون التأثير من فرد في آخر أو من جماعة لأخرى أو من فرد على جماعة وفقا للحواس، فالفرد يرى ويسمع ويحس ويشعر ويلمس والاتصالات الاجتماعية أقل أثر واتساعا وعمقا من الاتصالات الأولية(عبد الله الراشدي، 1999، ص 171).

5–1–4– عمليات التفاعل الاجتماعي:

ميز العلماء بين أربع عمليات في التفاعل الاجتماعي، والتي نلاحظها في أغلب الأحيان مختلف الجماعات منها الرياضية بحيث تعمل على استمرارية الجماعة واستمرار العلاقات وتتمثل هذه العمليات في:

– **المنافسة** : هي عملية اجتماعية منشطة للقوى والإمكانيات الإنسانية مادامت الحدود معقولة أي ما لم تتحول إلى حسد وغيرة وحب التملك، وغير ذلك من العادات التي تقضي على التنافس النزيه والنظيف وهو يتولد عادة في إطار التعاون لأن هذه العملية هي محل التنافس وفق الأهداف والاتجاهات التي يصطلح عليها(أحمد حيمود،1997،ص 95).

– **التعاون** : وهو مظهر من مظاهر التفاعل الاجتماعي، ونمط من أنماط السلوك الإنساني وعملية التعاون هي التعبير عن اشتراك شخصين أو أكثر في محاولة لتحقيق هدف مشترك، وبالرغم من أننا ذكرنا أن المنافسة ظاهرة كنمط سلوكي أساسي إلا أن التعاون هو الأصل في التفاعل الاجتماعي، والتعاون عملية تتحقق بها مصالح الجماعة والفرد، فمثال ذلك العمليات التي تتم داخل المؤسسة من أجل تنظيم العلاقات الإنسانية أو تنمية الشعور بالمسؤولية عند التلاميذ، أو تمكنهم من فهم أدوارهم في وسط هذه العلاقات.

– **الصراع** : يمثل الصراع الموقف التنافسي حيث يدرك كل من المتنافس أنه السبيل إلى التوفيق بين مصالحه ومصالح المنافس له، ففي حالة المنافسة قد لا يعلم الفرد من هو منافسه، مثال ذلك حين يتقدم لشغل وظيفة في ذات الوقت الذي يتقدم فيه عشرات آخرون لشغل نفس الوظيفة، فلا تراجع لأي منهم وإذا تمت التصفية وبقي اثنان فالفشل أو النجاح حليف أحدهما أكيد، وهو أخطر العمليات الاجتماعية ومبلغ تصادمها، وهو المظهر المتطرف للمنافسة الحرة، وباعتباره نوعا من التفاعل الاجتماعي يؤثر على اتجاهات الفرد ومدركاته

–**التكييف أو المهادنة** : إن التكييف حسب **مصطفى زيدان** هو عملية اجتماعية على جانب كبير من الأهمية ومؤداها أن يتكيف الإنسان بالبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها وعنصر منسجما مع عناصرها، والمهادنة تعتبر في نظر محي الدين مختار وسيلة من وسائل التفاعل الاجتماعي بل ومظهر من مظاهره حيث يتفق المتصارعون على إخفاء ووفق التنافس بينهم وظهور التعاون مؤقتا ،(يخلف أحمد، 2001،ص 70).

5–1–5–خصائص التفاعل الاجتماعي:

يتميز التفاعل الاجتماعي بعدة خصائص هي:

أ–الاتصال : إن عملية الاتصال عملية اجتماعية بالدرجة الأولى فهي العملية التي يتصل بها الفرد بالآخرين ويقوم العلماء بدراسة الاتصال في الفرد الخصائص التي تمكن الإنسان من القيام بعملية الاتصال، كما يهتمون بنظام الاتصال في مواقف التفاعل الاجتماعي في الجماعات الصغيرة فيعرف بن عامر الاتصال بأنه نشاط أو ظاهرة اجتماعية حركية يؤثر ويتأثر بمكونات السلوك الفردي والعوامل المؤثرة على طرفي عملية الاتصال، ويتم الاتصال إما بطريقة مباشرة أو غير مباشرة،(بن يخلف أحمد ،2001،ص 63 ،62).

ب–التوقع يعرف في علم النفس بأنه الاتجاه العقلي والاستعداد بالاستجابة لمنبه، فتسلك اتجاه الآخرين طبقا لما تتوقعه منهم، فلما يؤدي الفرد عملا ما في محيط الجماعة فإن لهذا الفرد عدة توقعات معينة، وقد يتوقع الرفض أو الاستجابة من بقية أعضاء الجماعة، وهذا التوقع مبني على خبرا ت مسبقة.

ج- **إدراك الدور وتمثيله** :يتم الاتصال والتوقع ولعب الأدوار عن طريق الرموز ذات الدلالة المشتركة لدى أفراد الجماعة كاللغة، وتغيرات الوجه، فحسب" برت روين "في الاتصال والسلوك الإنساني هناك تغيرات غير لفظية تستعمل خلال التفاعل الاجتماعي يتم فيها الاتصال بطريقة مباشرة أو غير مباشرة وتتمثل في :المظهر، الوجه، تحديق العينين واتساعهما كما يعطي اهتماما للأفعال كالإيماءات والإشارات ...إلخ عليها ذات دلالة نلاحظ في الجماعة التفاعل الاجتماعي أثناء درس التربية البدينة والرياضية، وهذه التلميحات قد يلاحظها الأستاذ في صفه وينتبه إلى ذلك بطريقة مباشرة أو غير مباشرة،(خير الدين علي عويس،1997،ص122).

5-1-6- مقتضيات التفاعل الاجتماعي:

يجب أن تتوفر في كل عملية تفاعل اجتماعي إثارة رد فعل اجتماعي اتجاه الطرف المقابل بخصوص مسألة ما بقصد الوصول إلى تفاهم متبادل يرمي إلى تبني موقف أو سلوك مرغوب فيه، ولا يكون التفاعل فعالا وناجعا إلا إذا توصل المستقبل إلى فهم محتوى الرسالة واستيعابه، ولضمان النجاعة يجب توفر بعض المبادئ الأساسية واحترام بعض القواعد للتحكم في عملية التفاعل المباشر والتي يمكن صياغتها كما يلي:

-القابلية إلى تفهّم الآخرين :يرمي التفاعل الاجتماعي إلى تنمية الثقة والمهارات اللازمة على تبني سلوك سليم تجاه المسائل المتعلقة بهدف التفاعل، وكذلك ما يشعر به بالفعل، وليس ما نعتقد أنه الشعور الواجب لديه، ولا يمكن تحقيق هذه الغاية إلا بإدراك مجموعة من العوامل التي تحيط بالمتلقي ومنها الأفكار والمشاعر والمعتقدات المشتركة والتأثير المتبادل بين الأشخاص وتأثير المحيط الاجتماعي والثقافي والمادي على المتلقي وتأثيره على سلوكه.

– القدرة على التخاطب بوضوح :إن هدف التفاعل الجيد هو التأكد من أن الطرف المقابل يسمع ويفهم الرسالة التي يشاركك فيها، لذلك فمن الضروري تبليغ الرسالة بأسلوب واضح بسيط وملائم، ومن بين مهارات التفاعل الأساسية : الإنصات الجيد :باعتباره طريقة للتعبير عن الاهتمام والاحترام بواسطتها يمكنك التعرف على حقيقة شعور الفرد وموقفه وتشجيعه على التعبير عن اهتماماته وأفكاره و توفير الفرصة الملائمة للتعبير دون الانتقال أو التحليل أو التأويل (منيرة حلمي،2006،ص153).

– حسن طرح الأسئلة : للحصول على معلومات دقيقة ومعمقة وجب استخدام طريقة ملائمة لصياغة أسئلة واضحة وسهلة ومفهومة، ترمي هذه التقنية بالخصوص إلى جعل الطرف المقابل يعبر بكل تلقائية وحرية.

-التحكم في التفاعل غير اللفظي : أي ضرورة مراقبة الفرد المتلقي لتصرفاته غير اللفظية أثناء قيامه بعملية التفاعل(الحركات، الابتسامة، تقاسيم الوجه)...والتحكم فيها حتى لا تؤثر سلبا على عمليات التفاعل.

– تجنب التحيز وضرورة الالتزام بموقف منفتح : والذي يتضمن ما يلي:

اعتماد موقف ليّن أي القابلية للحوار مع الطرف الآخر بدون أفكار مسبقة وباعتماد طريقة تعامل تشجع على التعبير بتلقائية اعتماد موقف دون إبداء أحكام أي أن المجال هنا ليس للمحاكمة والحكم على آراء وسلوكيات الطرف المقابل وإنما السعي للحصول على المعلومات أو التفاصيل بدون نقد أو اتهام(منيرة حلمي،2006:ص154).

5-1-7-مستويات التفاعل الاجتماعي:

إن ما نحن بصدد التطرق إليه في دراستنا يستوجب علينا معرفة مستويات التفاعل حتى نعي مستوى التفاعل داخل الهيئة المختارة، ومما سبق يتضح أن للتفاعل الاجتماعي مستويات نلخص أهمها كالآتي:

-التفاعل بين الأفراد : وهو أبسط مظاهر التفاعل الاجتماعي يتم بين الأفراد ، مثال على ذلك الزوج والزوجة، بين الطالب والأستاذ والابن والأب، الرئيس ومرؤوسيه ... أي أن طرفي التفاعل في هذا المجال فردان كل منهما يأخذ سلوك الآخر في اعتباره، وبالتالي فكل منهما يؤثر نفسه في الفرد الآخر، وأول أنواع التفاعل التي يدركها الإنسان هو التفاعل بين الطفل وأمه.

-التفاعل بين الفرد والجماعة :لقد عرفنا أن الجماعة تتكون من اثنين أو أكثر يتفاعلان معا سواء بطريقة فعلية أو محتملة لمدة من الزمن يجمعهم في ذلك هدف واحد، والتفاعل الاجتماعي في هذا المجال قد يحدث بين الفرد من ناحية وجماعة مختلفة من الناس من جهة أخرى، مثال ذلك الأستاذ وجماعة من الطلبة في قاعة المحاضرات ، والمدرب وفريقه حيث أن الفرد في هذا الموقف يؤثر في الجماعة بدرجة أو بأخرى، وفي الوقت ذاته فإنه يستجيب لرد الفعل لديهم.

-التفاعل بين الفرد والثقافة : الثقافة هنا التقاليد وأنماط التفكير والسلوك التي تسود في مجتمع معين، التفاعل بين الفرد والثقافة يتم بطريقة تفاعل الفرد والجماعة، إذ تحدد الثقافة العامة مجموعة توقعات لما يجب أن يكون عليه سلوك الفرد، وبالتالي يعدل سلوكه.

5-2-الوحدة والانعزال

تعتبر الوحدة والانعزال أحد مظاهر الانطواء الاجتماعي وينعزل التلميذ عن زملائه في الصف وأثناء ممارسته للنشاطات البدنية والرياضية إذ يسرح في أحلام اليقظة وقد يبالغ فيها المراهق فتؤثر على سلوكه وطبيعة تفاعله مع زملائه في الصف وقد يصبح هذه السلوك الانعزالي سمة في شخصيته بعد أن كان حالة عابرة تقتضيها مرحلة المراهقة لذا أوجب على الطاقم التربوي تقديم كل المساعدة له حتى يتخطى هذه المرحلة الحساسة بأمان(منيرة حلمي،نفس المرجع، ص154).

إن أراء علماء النفس متفقه على أن الخبرات التي يتعرض لها الطفل في السنوات الأولى من عمره ضمن نطاق الآسرة وما يكتسب فيها يعد من ابرز المؤثرات الأساسية في نمو الاجتماعي والنفسي، وهذا ما يجعل البيئة المحيطة بالطفل بما في ذلك أسلوب المعاملة الو الدية من أهم العوامل المؤثرة في تشكيل شخصيه الطفل وتكوين اتجاهاته ونظرته إلى الحياة فمن الضروري أن ندرك بأن هناك أنواع مختلفة من العلاقات فيما بين الطفل ووالديه، وعلى الرغم من صعوبة قياس

هذه العلاقات بشكل دقيق إلا أن هناك بعدين تتفاوت هذه العلاقة ضوئهما ،النمط الحازم يقابله النمط التسلطي النمط التقبلي يقابله النمط النبذي (اللامي ، 2001 ، ص2).

كما أن أيزنك توصل من خلال دراسته العالمية إلى عاملين رئيسيين للشخصية هما الميل العصابي والانطواء والانبساط ، كما وجد أيزنك أن فقدان الثقة بالنفس هو أحد المظاهر الأساسية للمنطويين العصابيين ، وميز كذلك بين الخجل الاجتماعي الانطوائي ، والخجل الاجتماعي العصابي، فالمنطوي لا يميل للاختلاط ، ولكنه قد يأخذ دورا فعالاً في المواقف الاجتماعية إذا دعت الحاجة ، أما العصابي فينتابه القلق والخوف في المواقف الاجتماعية ، لذلك فهو يحجم عن هذه المواقف هربا من مشاعره السلبية. (العادل أبو علام1978،ص66).

ويتمثل النمط التسلطي في فرض الوالدين رأيهما على الطفل دون أدنى اهتمام برغباته وميوله ، مع إصرارهم على قيمة الطاعة وتفضيلهم العقوبة للتربية بوصفها وسيلة وهذا النمط يحد من تحقيق الفرد لذاته ، فلا يمكنه من إشباع حاجاته كما يحسها بنفسه وغالبا ما يؤدي هذا النمط إلى تشكيل شخصيه فائقة من السلطة خجولة غير واثقة بنفسها ولا بغيرها ،وحين يكبر الطفل لا يعمل إلا بوجود رقابة وسلطة ومثل هذه الشخصية غالبا ما تعتدي على ممتلكات الآخرين وحبه للمخالفة ، ويقابل هذا النمط التسلطي النمط الديمقراطي وهو النموذج الذي يميل فيه الوالدين إلى تقبل سلوك الطفل ودوافعه بقدر كبير من متابعه حثيثة دون إكراه واحترام لشخصية الطفل وإرادته وتوجيه نشاطاته بصوره منطقيه وهما لا يلاحظان في تربيه الطفل مهمة صعبه بل يقيمان علاقات دافئة مع أطفالهم فعن طريق التفاعل اليومي للطفل مع من حوله من أفراد أسرته يمكنه أن يتعلم أنماط السلوك المختلفة والعادات الاجتماعية المقبولة، وعن هذا الطريق أيضا يمكن أن تتكون لديه العواطف والاتجاهات والقيم نحو الذات ونحو الآخرين، وأن تجاربه في المنزل وأسلوب الأبوين في تربيته وطبيعة العلاقة بين أفراد الأسرة قد تؤدي إلى أن يصبح انطوائيا أو اجتماعيا وقد تجعله يحترم ذاته أو يحتقر تلك الذات(عربيات، 2002، ص 85).

5-3-مظاهر ضعف الثقة بالنفس:

يرى (عمرو بدران،1990 ،ص13) أن ضعف الثقة بالنفس هي سلسة مترا بطة تبدأ بانعدام الثقة بالنفس ثم الاعتقاد أن الآخرين يرون عيوبه وسلبياته ، مما يؤدي إلى الشعور بالقلق إزاء ذلك والرهبة من سلوك سلبي ، وهذا يؤدي إلى الإحساس بالخجل ، الأمر الذي يؤدي مرة أخرى إلى ضعف الثقة بالنفس ، مما يعني تدمير حياة الفرد.وذكر(فريح العنزي ،1999،ص418) بعضا من مظاهر ضعف الثقة بالنفس تتمثل فيما يلي:

-الإحساس بالعجز عن مواجهة المشكلات والاعتماد على الغير في الأمور العادية.

- الميل إلى التردد، والتراجع ، والمغالاة في الحرص.

- القلق حول التصرفات ، والصفات الشخصية.

-الحساسية للنقد الاجتماعي، والشك في أقوال الآخرين و أفعالهم.

-الخوف من المنافسة، والاستياء من الهزيمة، والشعور بنقص الجدارة، والمسايرة خوفا من.

- النقد والشعور بالخجل، والارتباك، والخجل في المواقف الجديدة.

كما ذكرت (وداد الوشيلي،2007،ص16)أن جيلفورد حدد مظاهر نقص الثقة بالنفس فيما يلي:

-التمركز حول الذات.

-الشعور بعدم الرضا عن الأحوال والخصائص الشخصية.

-الشعور بالحاجة إلى التحسن.

-الشعور بالذنب ونوبات من البكاء.

كما توجد تسع مظاهر لنقص الثقة بالنفس – ذكرت في بعض المراجع هي ما يلي:

-تقدير الذات بأعلى أو أقل من حقيقتها-تفضيل الفرد الانعزال و الانفراد و الانطواء بنفسه.

-الخوف أو القلق كخوفه من عمل ما يخالف الجماعة

-عدم الاعتماد على النفس وعدم تحمل المسئولية و التخلص منها والهروب من المآزق.

-عد القدرة على اتخاذ القرار وعلى التخطيط للمستقبل وعدم القدرة كذلك على تحديد الأهداف.

ضياع الجهد الشقاء، أن الممارسة الرياضية بشكل عام، فرصة ثمينة لتعديل وتطوير السلوك والسمات الشخصية، عند الممارسين للأنشطة الرياضية، مثل :الثقة بالنفس، والتعاون، واحترام القوانين. وتعتبر الممارسة الرياضية بأنشطتها التي تتميز بالحركة وسيلة من الوسائل المهمة في التفريغ عن الطاقات الزائدة والتعبير عن الذات والوجود، وبناء الشخص المتزنة والمتكاملة من نفوسهم، بالإضافة إلى ما أشار إليه الأدب التربوي وأجمع عليه علماء النفس(ياسين، رمضان، 2008 ، 25).

6- مظاهر و مؤشرات الانطواء لدى تلميذ الطور المتوسط:

من بين مظاهر و مؤشرات الانطواء لدى تلاميذ الطور المتوسط العزلة والشعور بالذنب ، دائم التأمل في ذاته وليس له أفق خارجها ، يحب القيام بالأنشطة التي تكرس الانطواء والوحدة كالقراءة والكتابة ، وكثيرا ما تنتابه مشاعر الحرمان حيث ينسحب المراهق من مجتمع الأسرة ومن مجتمع الأصدقاء، وينطوي على نفسه ويفضل تأمل ذاته ومشكلاته منفردًا ،فالمراهق صورة مكتئبة تميل إلى العزلة والسلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص وعدم التوافق الاجتماعي، فلا يشارك الآخرين اهتماماتهم وأنشطتهم، ويعبر عن آرائه وأفكاره عبر مذكراته الشخصية، ويميل إلى النقد والتهجم على الناس، ويسرف في أحلام اليقظة حيث يحقق أمانيه من خلالها، وتصل به أحلام اليقظة في بعض الحالات إلى حد الأوهام والخيالات المرضية، كما أنه لا يفضل النشاطات الرياضية أو الاجتماعية (محمد رفعت،1989،ص 72).

والاقتصار على أنواع النشاط الانطوائي وكتابة المذكرات التي يدور معظمها حول الاتصالات والنقد والتفكير المتمركز حول الذات ومشكلات الحياة ونقد النظم الاجتماعية والثورة على تربية الوالدين والاستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الحرمان والحاجات الغير مشبعة.

تتأثر بعوامل اضطراب الجو النفسي في الأسرة والأخطاء الأسرية التي منها التسلط والسيطرة الو الدية والحماية الزائدة وما يصاحب ذلك من إنكار لشخصية المراهق (فؤاد البهي السيد ،1975 ،269).

دور المربي اتجاه هذه المشكلة:

– التفهم الكامل لما يعاني منه المراهق من قلق وعصبية وتمرد، وامتصاص غضبه؛ لأن هذه المرحلة هي مرحلة الإحساس المرهف، مما يجعل المراهق شخصاً سهل الاستثارة والغضب، ولذلك على الأهل بث الأمان والاطمئنان في نفس المراهق

– تعليم المراهق الأحكام الشرعية الخاصة بالصيام والصلاة والطهارة والاغتسال، ويكون ذلك مدخلاً لإعطائه الفرصة للتساؤل حول أي شيء يدور حول هذه المسألة، حتى لا يضطر لأن يستقي معلوماته من جهات خارجية يمكن أن تضره أو ترشده إلى خطأ أو حرام

– المراهق يحتاج إلى من يتفهم حالته النفسية ويراعي احتياجاته الجسدية، ولذا فهو بحاجة إلى صديق ناضج يجيب عن تساؤلاته بتفهم وعطف وصراحة، صديق يستمع إليه حتى النهاية دون مقاطعة أو سخرية أو شك

– أن يقوم بتوجيه المراهق بصورة دائمة وغير مباشرة، وإعطاء مساحة كبيرة للنقاش والحوار معه، والتسامح معه في بعض المواقف الاجتماعية، وتشجيعه على التحدث والحوار بطلاقة مع الآخرين، وتعزيز ثقته بنفسه.

– اختيار الوقت المناسب لبدء الحوار مع المراهق.

خلاصه:

من مشكلات النمو في المراهقة السلوك الانطوائي ،فالتلميذ المنطوي لا يثير مشكل للمعلم ومع ذلك لا يجوز إهماله لأن الانطواء دليل على نقص النمو الاجتماعي وهو يعبر عن قصور في الشخصية ،وتتميز المراهقة المنطوية بالخجل والتحفظ والانغلاق ونقص الأصدقاء والقلق ،كما يتميز المراهق المنطوي بكتمان انفعالاته وعدم الصراحة والخوف من المواقف الاجتماعية وأمام هذا الوضع الذي يعاني منه الكثير من تلاميذ الطور المتوسط على الطاقم التربوي أن يتدخل سواء مستشار التوجيه أو المدرس أو المستشار التربوي لتأهيل التلميذ المنطوي ودمجه في الحياة الاجتماعية المدرسية عن طريق تنمية مهاراته الاجتماعية وإقناعه بأن له مكانة في الوسط التربوي، وهذا لا يتأتى إلا بتقديم خدمات إرشادية يساهم فيها الجميع لتعديل سلوك التلميذ المنطوي ،ولقد اختار الباحث النشاط البدني التربوي للمساهمة في هذا التعديل، بمشاركة أستاذ التربية البدنية ومستشار التوجيه من خلال برنامج إرشادي وتطبيقه أثناء حصة التربية البدنية والرياضية وهذا لتخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي لديهم ،كما يجب على الأهل استثمار هذه المرحلة إيجابياً، وذلك بتوظيف وتوجيه طاقات المراهق لصالحه شخصياً ولصالح أهله، وبلده، يجب على الأهل استثمار هذه المرحلة إيجابياً، وذلك بتوظيف وتوجيه طاقات المراهق لصالحه شخصياً ولصالح أهله، وبلده، والمجتمع ككل. وهذا لن يتأتى دون منح المراهق الدعم العاطفي، والحرية ضمن ضوابط الدين والمجتمع، والثقة، وتنمية تفكيره الإبداعي، وتشجيعه على القراءة والاطلاع، وممارسة الرياضة والهوايات المفيدة، وتدريبه على مواجهة التحديات وتحمل المسؤوليات.

الفصل الرابع

حصة التربية البدنية والرياضية

تمهيد :

لقد دلت الدراسات بما لا يدع للشك أن التربية البدنية والرياضية تسهم بشكل كبير في التنمية البشرية التي تمثل حجر الأساس لأي تقدم وازدهار ، لذلك نجد أن كثيرا من الدول ركزت اهتمامها على هذا المجال الحيوي وأدمجته ضمن مناهجها التربوية، وأنشأت لأجل ذلك المعاهد والمخابر التي تعنى بإعداد البحوث والدراسات التي تسهم في رفع مكانة علوم التربية البدنية والرياضية بين باقي العلوم الأخرى ، وتعد مرحلة التعليم المتوسط أهم حلقة من حلقات الدراسة في مسيرة الفرد باعتبار أنها تصادف مرحلة هامة ومصيرية من حياته وهي مرحلة المراهقة ،لذا أوجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يعي بالمسؤولية ويحاول استغلال حصة التربية البدنية والرياضية أحسن استغلال من خلال اختيار المحتوى البيداغوجي الذي يتناسب مع هذه المرحلة الصعبة، والتي قد يصادف فيها جملة من المشاكل النفسية والاجتماعية ،ولقد اختار الباحث أحد مظاهر سوء التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط والذي تجسد في الانطواء الاجتماعي ،تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية مهارات التلاميذ الاجتماعية إذ اختار الأستاذ المحتوى الذي يزيد من تفاعل التلاميذ خلال الأنشطة البدنية والرياضية

1- مفهوم التربية البدنية :

لقد تعددت مفاهيم التربية البدنية عند العلماء وإن نجدها تختلف في شكلها فإن مضمونها لم يتغير ، فالتربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة ، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح أو اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية ، وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني (صالح عبد العزيز، 1984، ص57).

ويعرف " لوبوف J.C Le Beuf "(التربية البدنية بأنها عملية تربوية وتطويرية لوظائف الجسم من أجل وضع الفرد في حالة تكيف حسنة للحالات الممارسة).

ومن فرنسا " روبرت روبين Robert robin " عرف التربية البدنية (على أنها أنشطة بدنية مختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية ، والنفس حركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد).

ومن بريطانيا ذكر " بيتر أرنولد Peter Arnold " تعريف التربية البدنية (تلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي توافق الجوانب البدنية والعقلية ، الاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط البدني)(احمد عبد الرحمان،1994،ص.20.)

ويرى " ويست بوتشر West-Bucher " التربية البدنية :هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك .

وذكر كذلك " لوميكين " أن التربية هي العملية التي يكتسب الفرد من خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية الاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني .

ولذا نحن نتفق مع تعريف " كوبسكي كوزليك Kopseky-Kozlik " الذي يعرف التربية البدنية على أنها جزء من التربية العامة هدفها تكوين المواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق الهدف(أيمن أنور الخولي،1994 ،94 95).

2– فلسفة التربية البدنية والرياضية :

تحدد تنظيم ممارسة النشاطات البدنية و الرياضية في مجتمع ما ،انطلاقا مما يحمله هذا المجتمع من فلسفة وغايات وسياسة لبناء أسسه الثقافية والاجتماعية و الاقتصادية ، فطريقة النشاط البدني تنتج من فلسفة المجتمع وتستلزم قيمة لفكر فلسفي ودراسة تقنية لبنائها العلمي من داخله لاختبار الأفكار والمبادئ التي تقوم عليها.

وتتأسس فلسفة التربية البدنية والرياضية على البنية النظرية لفلسفة التربية ، كما تعد أحد مجالاتها و تجتهد في توضيح طبيعة نظامها وإبراز أهميتها وتبرير وجودها ، وتتناول بالتحليل المعاني و القيم والأهداف المتضمنة فيها لتوائم المجتمعات الإنسانية التي أصبح التغير أهم ميزتها ، وعلى ضوء هذه التغيرات والتطورات السريعة التي نعيشها في مختلف المجالات ، عرفت التربية البدنية تعدد المذاهب والطرق والمفاهيم بين ما هو قديم وما هو حديث ، وتزايدت غموضا في المفاهيم والأهداف لدرجة تخوفها من الغزو من العلوم الأخرى ، وفي هذا المعنى يقول "**الخولي**" ، في عصر الانفجار المعرفي الذي نعيشه اليوم أصبحت العلوم والفنون من التداخل والتشعب بحيث يصعب الفصل القاطع بينهما ، وهو ما يستلزم جهد وتفكير في حدود مجالات التربية البدنية كمهنة و وكنظام تربوي مستقل .

ويضيف قائلا أن الأمر يحتاج قدرا من التأمل والدراسة والتنظير للظواهر المتصلة بالنظام والتي تشكل أساستها (أيمن أنور الخولي.،1996، ص.370).

3– أهداف التربية البدنية والرياضية :

لقد عرفت منذ عصور قديمة أشكال متعددة للرياضة أستعملها الإنسان كتقوية لعضلاته وحفاظا على صحته وبنيته ، أخذها بعدة أشكال كاللعب والمبارزة والفروسية والسباقات وغيرها ، لأنه أدرك أن ثمة منفعة كبيرة تعدت حدود اللياقة والصحة إلى جوانب أخري نفسية لترقيته اجتماعيا وزيادة التواصل بعلاقاته الاجتماعية .

كما تعد الرياضة المدرسية النواة الأساسية لبعث الحركة الرياضية ، لذا يجب الاهتمام أكثر بالتربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية .

ويمكن توضيح الأهداف العامة لتدريس التربية البدنية والرياضية في المجالات الآتية :

3–1– .التنمية من الناحية النفسية :

أما أهمية التربية البدنية والرياضية من الناحية النفسية فلقد بينت الدراسات السيكولوجية أنها تلعب دورا بارزا في الصحة النفسية ، وعنصرا هاما في تكوين الشخصية الناضجة السوية كما أنها تعالج كثيرا من الانحرافات النفسية بغرض تحقيق التوازن النفسي ، كما أنها تربي الطفل على الجرأة والشجاعة والثقة بالنفس والصبر والتحمل ، وعند الانخراط في فريق

رياضي تنمو عنده روح الطاعة والإخلاص للجماعة والعمل داخل الفوج ، وتحارب فيه الأنانية ، وبذلك تكون التمرينات البدنية عاملا فعالا في تربية الشعور الاجتماعي (أنطوان الجوزي، 1980، ص133).

أما الدكتور أمين أنور الخولي ، بين أن اللعب ينمي عند الطفل قابليته بالتدريج نحو التدرج والسيطرة على البيئة المحيطة إن اكتساب الإحساس بالسيادة في اللعب من خلال التعلم ينتج له أن يتوقع نتائج معينة سببها سلوكه في اللعب حيث يتجرد بذاته و يتمنى بسلوكه الحسي الأساسي ويتجرد من القيود المفروضة عليه حيث أنه إذا انخرط في مستوى أرفع من اللعب يحقق ذاته بذاته من خلال الألعاب ، وهكذا تتم نفس الآليات عندما يرقى لعبه إلى مستوى المنافسة الرياضية وأيضا عندما يتخرج من عالمه الصغير (الملعب)إلى عالمه الكبير وهو حياته الاجتماعية.

بعد الثورة التي قامت ضد التربية و مبادئها، أصبح من المسلم به أن الحياة المدرسية ذات أهمية كبرى في صحة الطفل النفسية، واتزان شخصيته في حاضره ومستقبله، لذلك نجد أن كل البرامج الشاملة للمواد والطرق التعليمية في المدرسة الحديثة لها غرض واحد، هو تحقيق نمو الشخصية السليمة الصحيحة للتلاميذ، فمن المعتقدات السائدة اليوم هو أن أحد أسباب الأمراض النفسية للشباب والكبار يرجع إلى أحداث غير سارة مرت بهم في حياتهم المدرسية (فكري حسن زيان،1971،ص.277).

3-2- تنمية القدرات والمهارات الحركية :

يرى عباس أحمد السامرائي **وأحمد بسطوسي** أن أهم أغراض حصة التربية الرياضية تنمية الصفات البدنية الأساسية كالقوة العضلية والسرعة والمطاولة والرشاقة والمرونة والقوة العضلية كأنهم عنصر وصفة بدنية ترتبها بعوامل اجتماعية أو نفسية أو صحية... فتنمية القوة العضلية متطلبة لإعطاء الفرد الشخصية الدفاعية وكذلك القدرة على مواجهة أعباء الحياة فإذا كان للقوة العضلية أهمية خاصة بين العناصر البدنية سواء في المحيط المدرسي أو المجتمع ، فإن بقية العناصر الأخرى كالسرعة ،و المطاولة ، والرشاقة ، والمرونة لها قدرها من الأهلية أيضا وبتنمية مثل هذه الصفات تعمل على تقوية الأجهزة العضوية والوظيفية بالجسم كالقلب والرئتين والدورة الدموية ..الخ ، والتي تساعد الجسم على إمكانية القيام بوظائفه الحيوية وعلى التغلب على بعض المؤثرات الخارجية كمقاومة التعب وبعض الأمراض (أمين أنور الخولي،1996،ص711) .

كما أنها تعطي للجسم نشاطا وحيوية وتبعث في النفس أمل الحياة وللإنسان بهجته وسعادته فأمل الحياة والبهجة والسعادة قد يكون مصدرها راحة و اطمئنان الفرد وقناعته بها وما وصل إليه من مستوى لهذه الصفات أو العناصر والتي تساعد في إعطائه شخصية كاملة ومتزنة ولذلك يجب الاهتمام بكل عنصر من العناصر من جهة ، والعناصر المركبة من جهة أخرى وذلك في مجال الصحة أو خارجها لغرض من الأغراض الهامة للتربية الرياضية دون إهمال إحداهما حتى تنمو هذه الصفات عند التلاميذ نموا متزنا (أمين أنور الخولي،نفس المرجع،ص711) .

لقد تكلمنا عن حصة التربية البدنية لغرض تنمية الصفات البدنية والتي لها ارتباط سواء بالفعاليات أو الألعاب الرياضية المختلفة من جهة وفي المجتمع من جهة أخرى وكما تشكل أساس وقاعدة وأهمية كبيرة لجميع الفعاليات والألعاب فكل فعالية أو لعبة من الألعاب تحتاج إلى صفة بدنية خاصة.

يعتبر الاعتناء بالمهارات الحركية وتطويرها وتحسين الأداء الحركي من خلال التمارين الرياضية المختلفة ، أحد أهم الجوانب التي يوليها مدرس التربية البدنية والرياضية اهتماما بالغا ، فالتنمية الشاملة للقدرات البدنية والحركية ، كالقوة والسرعة الرشاقة والتحمل والمرونة ، وكذلك تحسين المهارات الأساسية وما يترتب عليها من تنمية المهارات والقدرات الرياضية يعتبر المطلب الذي يجب تحقيقه في تدريس التربية البدنية والرياضية.(عفاف عبد الكريم،1993.ص76).

فالتربية البدنية والرياضية تهتم في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال اكتسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكييف الأجهزة البيولوجية للإنسان على القيام بواجباته الحياتية .

ومن خلال الأنشطة الرياضية يكتسب الفرد عناصر اللياقة البدنية بالإضافة إلى تحسين عمل الجهاز العقلي والتنفسي والسعة الحيوية وجميع الأجهزة الوظيفية الأخرى ، وبهذا يستطيع الإنسان القيام بأعماله دون مشاكل صحية .

فمدرس التربية البدنية والرياضية يقترح التمرين والنشاطات التي تتلاءم والقترة النسبية أو المرحلة العملية التي هو بصدد التعامل معها حتى لا يكون لهذه التمارين الأثر العكسي ، فهدفه الأول هو تطوير إمكانات الأجهزة الوظيفية كالقلب والرئتان والعضلات كي يكون جسم التلميذ سليما بشكل ملموس ، ويؤكد حدوث تقدم في القدرات البدنية والحركية فأستاذ التربية البدنية والرياضية يحاول أن يكسب التلميذ سلوكيات حركية منسقة ، وملائمة مع المحيط في كل الوضعيات الطبيعية أو في الوضعيات الأكثر تعقيدات ذات صبغة مفيدة ومسلية (منهاج التعليم الثانوي، 1996.ص7).

3-3- التنمية الاجتماعية والخلقية:

يرى جلال العبادي وآخرون أن الفعاليات الرياضية تتم في مجالات اجتماعية عديدة وبهذا الاتجاه فإنها تظهر واحدة من العناصر الضرورية للتطور الحضاري والاجتماعي في المجتمع مما يؤكد أهمية التربية البدنية والرياضية بصفتها أداة فعالة في عملية الإعداد المتكامل للفرد والمجتمع (جلال العبادي،1989،ص.77)،كما تساهم الممارسة الإيجابية للفرد في تقدم المجتمع وازدهاره ،كما يكون لها أهمية في الاستخدام الأمثل والأفضل لوقت الفراغ ودعم القدرة الصحية لأبناء المجتمع على مقاومة الأمراض المختلفة وكذلك مكانتها في البناء والتنشئة الاجتماعية وأهميتها في مختلف مراحل الحضارات الإنسانية وبتطويرها للعلاقات والروابط الاجتماعية فضلا عن أهميتها النفسية والبدنية (جلال العبادي، نفس المرجع،ص.79).

تعتبر التربية البدنية أسهل وسيط للدعوة إلى الإخاء وأقوى وسيلة ليتعارف الناس على بعضهم ، فمن خلال أوجه نشاطاتها العديدة تساعد على فهم العلاقات الاجتماعية والتكيف معها فمعظم هذه الأنشطة التي تنجز بشكل جماعي تجعلها التربية البدنية أحد أهم المواد التربوية التي يمكن أن تحقق تنشئة سوية للتلميذ ،"فهي تتسم بثراء المناخ الاجتماعي ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها إكساب الممارس للرياضة عددا كبيرا من القيم والخبرات والخصال الاجتماعية المرغوبة ".(أيمن أنور الخولي،مرجع سابق،ص72).

ولعل أهم مظاهر التفاعل الاجتماعي إيجابية والتي يجب الاعتناء بها وتنميتها هي التعاون والمنافسة حيث يعتبران صفات الشخصية الجيدة والمتزنة ، فالرياضة تسهم بشكل واقعي في خلق الشعور بالوحدة الجماعية والشعور بالانتماء.

كما تلعب التربية البدنية دورا فعالا في تسهيل اندماج الفرد بالتالي سرعة تكيفه مع متطلباته وقيمها ، ولعل الوسط الأمثل الذي تتمكن التربية البدنية من خلاله تحقيق ما ذكر سابقا هو الوسط التربوي ، حيث يعتبر أكبر تجمع يلتقي فيه جميع أبناء المجتمع ليكونوا تلاميذ اليوم وطلبة الغد ، ومواطنو المستقبل .

وهي وسيلة تربوية وليست غاية في حد ذاتها ، حيث تسمح بتطوير سلوكيات التلميذ في مظاهره المعرفية ، الحركية والاجتماعية ، وتعتبر الفضاء المبجل للحفاظ على الصحة والوقاية من الأخطار الناجمة من الآفات الاجتماعية ، كما أن هذه النشاطات تمارس بالطرق النشيطة ، فتسمح بالاندماج الاجتماعي وتطوير طاقات التلميذ المخزنة ، وتراعي رغباته المتزايدة ، عملا بمبدأ التعاون والتضامن بين التلاميذ ، وبذلك فهي – التربية البدنية والرياضية – تحفز التلميذ على الشعور بالمسؤولية والتصرفات التي تخدم الصالح العام ، عملا بتطوير السلامة الحركية ، تنمية الذكاء ،وقدرات الإدراك ، ومراقبة نزوته وانفعالاته وتحدي المواجهة بدون تردد كل هذا يؤهله لبناء شخصيته المستقبلية (منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط،2003.ص20)

فكان من الضرورة بما كان إدماج التربية البدنية والرياضية كمادة تربوية لها أهدفها وأسسها وخصائصها باعتبارها مجموعة من التعليمات البيداغوجية لها أبعاد تربوية ، بحيث تؤثر في نمو التلميذ من جوانبه النفسية و الحركية و الوجدانية والمعرفية ،وتتحقق عن طريق النشاطات البدنية والرياضية وكذا الألعاب الهادفة و المتقنة ، وبذلك يكون لها دور تساهمي مثل بقية المواد التعليمية ، حيث تمكن من التعاون في القدرات البدنية والمعرفية والتأكد على الذات في إطار تكوين منسجم وتوازن بين المجالات الحيوية المقترحة .

3-4 –تنمية القدرات المعرفية :

مما لاشك فيه أن النشاط البدني الرياضي يعزز نمو الجانب المعرفي ، فالأنشطة البدنية والرياضية تساعد التلميذ على تحسين قدراته الإدراكية والتفكير التكتيكي خاصة أثناء الألعاب الجماعية(منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي ، 1996 ، ص 8).

فالألعاب الجماعية بتنويع خططها التكتيكية تحفز العمليات الذهنية عند التلميذ من أجل إدراك مكانه في اللعب ومكان زملائه، ما يحتم عليه كذلك وجوب معرفة القوانين والخطط وطرق اللعب وتاريخ اللعبة والأرقام المسجلة ، فهذه الجوانب لها طبيعة معرفية لا تقل أهمية عن الجوانب الحركية والبدنية في النشاط ، فهذه الأبعاد المعرفية للنشاط تنمي الفرد المعرفة والفهم والتخيل والتركيز والقدرات والمهارات الذهنية التي تساعده على التصور والإبداع (عدنان ،1994ص 20).

3-5- التنمية العقلية :

يشير غرض التنمية العقلية إلى تجميع المعارف أو العناية على التفكير وتفسير هذه المعارف وأوجه النشاط البدني يجب أن تعلم وعلى ذلك فهناك حاجة إلى التفكير من جانب الجهاز الذهني وينتج عن ذلك اكتساب المعرفة ، فيلم الشخص بمسائل مثل قوانين وفنون الأداء والإستراتيجية في أوجه النشاط البدني والرياضي ،ويمكن أن نتخذ كرة السلة هنا كنموذج ففي هذه الرياضة يجب على الممارس أن يلم بجوانب عديدة كقانون اللعبة وإستراتيجية الدفاع والهجوم وأنواع التمريرات المختلفة ، وأخيرا لابد أن يعرف الفوائد والقيم المستمدة من ممارسة هذه الرياضة ، والخبرات الفنية التي يتعلمها الشخص بالخبرة ينتج عنها معارف على الفرد أن يكتسبها ، فمثلا يعرف الشخص أن الكرة تسير أسرع وبدقة أكبر ر إذا قام بخطوة عند تمريرها كما يمكن للمرء اكتساب بعض المعارف التي تعتبر غاية في الأهمية مثل التبعية والقيادة والشجاعة والاعتماد على النفس ويجب أن نؤخذ المعرفة الخاصة بالصحة مكانا هاما في البرنامج وحصيلة المعلومات تمد الشخص بخيرات وتساعد على تفهم وتفسير المواقف الجديدة التي تقابلها من يوم إلى آخر، وهذا يعني أنه يملك قدرة أكبر على الوصول إلى قرارات حكيمة، وأنه يستطيع أن يفرق بين الخطأ والصواب فعن طريق خبراته في الألعاب والرياضيات المختلفة يستطيع الشخص أن ينمي إحساسه بالقيم وتنمية اليقظة والمقدرة على شخصية الموقف المشحون بالانفعال (تشارلز أبيوكور، 1964،ص.169).

ونرى أن حصة التربية البدنية والرياضية تهدف إلى تنمية الحواس والمقدرة على التفكير واكتسابهم المعارف والمعلومات عن كيفية أداء الحركات الرياضية والممارسة المنظمة لها وتنمية قابلية القيادة الرشيدة وتدعيم الصفات المعنوية والسمات الإرادية والسلوك .

4- أهمية التربية البدنية والرياضية :

أصبح الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية يزداد يوما بعد يوم سواء من ناحية ممارستها على مستوى الأفراد والجماعات أو من ناحية تطويرها وتنظيمها من الجوانب العلمية و التشريعية وذلك داخل الدول أو على مستوى عالمي ؛ ولأهمية التربية الرياضية المدرسية – التربية البدنية– تم إقرار عشرة مواد للميثاق الدولي للتربية والرياضية وذلك في المؤتمر العام لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة **(UNESCO** ، في نوفمبر 1978).

"و تنص المادة الثالثة من الميثاق على أنه ينبغي أن تلبي برامج التربية البدنية والرياضية احتياجات الأفراد والمجتمع وذلك من خلال التأكيد على أنه :

ينبغي إعداد البرامج وفقا لاحتياجات المشتركين فيها ووفقا لخصائصهم الفردية ، وكذلك بما يتمشي مع الظروف الثقافية والاجتماعية والاقتصادية للمجتمع ، وبما يتلاءم مع الظروف المناخية.

ينبغي لتلك البرامج أن تسهم في إطار التربية الشاملة في تكوين عادات وأنماط من السلوك لتساعد في تطوير شخصية الفرد .

كما تنص المادة الربعة من الميثاق على أن ينبغي أن تتولى القيادات المؤهلة تعليم وتوجيه وإدارة التربية البدنية والرياضية وذلك من خلال التأكيد على أنه :

ينبغي أن تتوافر المؤهلات العلمية والخبرة لدى جميع الأفراد الذين يضطلعون بالمسؤولية المهنية عن التربية البدنية والرياضية وكذلك يجب توفير العدد الكافي منهم .

–ينبغي الاهتمام بتدريب العاملين في التربية البدنية والرياضية وإعطاء العاملين المدربين وضعا يتناسب مع المهام التي يضطلعون بها بينما تنص المادة الخامسة من الميثاق على ضرورة توفير المنشآت والتجهيزات المناسبة للتربية البدنية والرياضية ، وذلك من خلال التأكيد على :

–ينبغي توفير المرافق والتجهيزات الملائمة على نطاق يتيح اشتراك اكبر عدد من الأفراد في برامج التربية البدنية والرياضية بالمدارس وخارجها .

–ينبغي أن تتضمن خطط تنمية المناطق الحضرية والريفية احتياجات التربية البدنية والرياضية في مجال المنشآت والمرافق والتجهيزات،مع مراعاة الانتفاع بما تتيحه البيئة الطبيعية من إمكانات" (المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ،1993،ص212،213).

إن ممارسة التربية البدنية تساعد على تحسن الأداء الجسماني للتلميذ وإكسابه المهارات الأساسية وزيادة قدراته الجسمانية الطبعة كما أنها تساعد على تحسين الجهاز الوظيفي." فالخبرات الأساسية لممارسة الأنشطة الرياضية تمد التلميذ بالمتعة منه خلال الحركات المؤداة في التمرينات والمسابقات التي يتم من خلال تعاون التلميذ مع الأخر أو منفردا (أيمن أنور الخولي،1982،ص.35).

أما المهارات التي يتم التدريب عليها من خلال الدرس بدون استخدام أدوات أو باستخدام أدوات صغيرة بسيطة أو باستخدام الأجهزة الكبيرة تؤدي إلى اكتساب المهارات التي تعمل على شعور التلميذ بقوة الحركة ، " والتربية البدنية والرياضية هي عملية حيوية في المدارس بمراحلها المختلفة ولها دور أساسي في تنمية اللياقة البدنية للتلاميذ" (محمد سعيد عظمي،1996،ص61).

إن التلاميذ ذوي المهارات العالية لهم القدرة على الاندماج في المجتمع بشكل جيد ، وبالتالي فإن قدرتهم أو عدم قدرتهم على عقد صدقات مع زملائهم غالبا ما تتأثر بالمهارات الخاصة لهم ،ومن المهم جدا أن نعمل على إنجاح وزيادة خبرات التلاميذ في التربية البدنية و الرياضية وذلك قصد تنمية مهاراتهم الشخصية .

5– ماهية اللعب في التربية البدنية والرياضية:

يعتبر اللعب فطرة في الإنسان، لذلك نجده منتشرا بين مختلف شرائح المجتمع، ابتداء من الأطفال والشبان، وصولا إلى الكبار ،بل يعتبر ميزة كل الكائنات الحية، وهو ضروري بالنسبة للطفل، فالطفل ليس بحاجة إلى تعلم اللعب ولكنه بحاجة إلى الإشراف والتوجيه، إذ يعمل اللعب على تنمية مختلف الجوانب في شخصية الطفل واكتشاف المواهب .

فلا يمكن الكلام عن النشاط البدني والرياضي في المدرسة وهو خالي من اللعب، لأن الحصة في حد ذاتها مبنية على مجموعة من الألعاب، سواء كانت هذه الألعاب موجهة أو تلقائية، حيث يقول الدكتور محمد رفعت رمضان "اللعب اسبق الأسس التي اتخذتها التربية الحديثة، ومما لا شك فيه أن كل كائن يلعب، وظاهرة اللعب منتشرة بين كل الكائنات الحية، ولكنها أكثر وضوحا عند صغار الحيوانات والإنسان (محمد رفعت،1989،ص 24).

ويواصل شارحا قوله، أنه يرى بعض العلماء " أن الإنسان يلعب عندما يريد أن يستجم وينال قسطا من الراحة، وخاصة بعد العناء العقلي، كما يرى آخرون أن غرض اللعب هو تخليص الجسم من الطاقة الزائدة على الحاجة، بينما يرى آخرون، أن الإنسان عندما يلعب إنما ينفس عن ميوله ورغباته المكبوتة، التي لم تتحقق في الحياة الواقعية، ومن هنا جاءت الألعاب الرمزية أو التمثيلية أو الإيهامية، ويضن البعض أن الإنسان في لعبه إنما يلخص أو يمثل الأدوار التي مرت بالبشرية في مراحل ارتقائها ، وسنشرح كل هذا في نظريات اللعب(محمد رفعت،نفس المرجع،ص 25).

6– .نظريات اللعب :

* **نظرية الترويح :**

يؤكد(**جوتس موتس**)والذي يعتبر رائد التربية البدنية والرياضية في ألمانيا، والذي له باع كبير في هذا المجال وقد ساهم بشكل كبير في تطوير الرياضة العالمية ،حيث كان يشتغل بالتدريس بألمانيا، وترى هذه النظرية " أن الجسم ابشري يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادة حيويته، فاللعب وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات العمل الطويلة، وهو أيضا يساعد على استعادة الطاقة المنفذة في العمل، وهو مصل مضاد لتوتر الأعصاب والإجهاد العقلي والقلق النفسي (حسن أحمد الشافعي،2001 ،ص199).

* **نظرية الطاقة الزائدة :**

وقد نادى بهذه النظرية كل من" فردريك شيلر " و "هربرت سبنسر ".تشير هذه النظرية إلى أن "اللعب هو شكل من أشكال صرف الطاقة الزائدة التي يكون الإنسان في غنى عنها، لعدم استخدامها، وأثناء فترة التعطيل هذه تتراكم الطاقة

في مراكز الأعصاب السليمة النشطة، ويزداد تراكمها، وبالتالي حفظها حتى تصل إلى درجة يتحتم فيها إيجاد منفذا لها، واللعب وسيلة ممتازة للاستفادة من هذه الطاقة الزائدة المتراكمة(حسن أحمد الشافعي،1998،ص19).

*** نظرية الاتصال الجماعي:**

تقول هذه النظرية أن "الإنسان يولد من أبوين، وهذان الأبوان، أعضاء في جماعة معينة، ذات ثقافة معينة، وطابع معين، وعلى هذا فان الكائن البشري يلتقط الأنماط التي يجدها سائدة في مجتمعه وبيئته، ومن الطبيعي أن يمارس الفرد نفس الألعاب التي يمارسها سائر إفراد الجماعة، ففي الولايات المتحدة الأمريكية اللعبة السائدة البسبول، وفي اسبانيا مصارعة الثيران، والنرويج التسلق على الجليد (حسن أحمد الشافعي،نفس المرجع،ص19).

*** نظرية أدلر في اللعب :**

يرى ادلر، أن في لعب الأطفال مرآة لحاجات الطفولة، ويمكن إشباع هذه الحاجات من النشاط الجسمي والتخيلي

*** نظرية التعبير الذاتي :**

وهي احدث نظريات اللعب، وقدمها (برنار دس ماسون) فهو يشير إلى أن الإنسان مخلوق نشط، ومع تكوينه الفيزيولوجي والتشريحي، يفرض بعض القيود على نشاطه، يضاف إلى هذا أن درجة لياقته البدنية، تؤثر كثيرا في أنواع النشاط التي يستطيع ممارستها، وان ميولا ته النفسية، التي هي نتيجة احتياجاته الفيزيولوجية، وعاداته واستجاباته، واتجاهاته، تدفعه إلى أنماط معينة من اللعب .

***نظرية الغريزة : (نظرية جروس):**

تفيد هذه النظرية "بان لدى البشر اتجاها غريزيا نحو النشاط في فترات عديدة من الحياة ، فالطفل يتنفس ويصرخ ويزحف وينصب قامته ويقف ويمشي، ويرمي في فترات متعددة من عمره ،هذه أمور غريزية، وتظهر طبيعته خلال مراحل نموه ولهذا فان اللعب ظاهرة طبيعية للنمو والتطور بلا تخطيط وبلا هدف معين كاستغلال وقت الفراغ أو الوقت الحر مثلا بل ويعتبر جزء من التكوين

***اللعب التعاوني واللعب التنافسي في حصة النشاط البدني والرياضي:**

يمارس التلميذ في المرحلة الثانوية نوعين من اللعب وهما اللعب التعاوني، من خلال الأنشطة الجماعية، واللعب التنافسي في الأنشطة الفردية، وان كان عنصر المنافسة لا يسقط عن الألعاب الجماعية.

7- تعريف اللعب التعاوني واللعب التنافسي :

يقول الدكتور عبد الرزاق السيد "نجد أن جونسون وجونسون (1975)يعرفان التعاون، بأنه العلاقة الايجابية المتبادلة بين الأفراد عند تحقيق الهدف، بمعنى أن الفرد يستطيع تحقيق هدفه في الوقت الذي يحقق فيه الآخرون أهدافهم، كما يسعى الفرد إلى النتائج المفيدة له وللمشاركين معه(خالد عبد الرزاق ،2001،ص 97).

فيما يعرفه حسين الدرين (1987) بأنه"الأسلوب الذي يستخدمه الفرد لتحقيق أهدافه الفردية، وذلك بالعمل المشترك مع زملائه أثناء سعيهم لتحقيق أهدافهم، وبذلك تكون العلاقة بين الفرد وجماعته موجبة .

7-1- خصائص اللعب الجماعي التعاوني:

يمكن تلخيص هذه الخصائص في النقاط التالية:

- جميع الإفراد في موقف اللعب الجماعي التعاوني، يسعون لتحقيق هدف واحد.
- يتسم موقف اللعب الجماعي التعاوني بالاعتماد الايجابي المتبادل بين الأفراد.
- إن موقف العب الجماعي التعاوني يدفع كل طفل إلى بذل أقصى جهد لديه مع أقرانه داخل الجماعة.
- يمارس الأفراد أثناء اللعب التعاوني الجماعي كثيرا من المهارات الاجتماعية الايجابية فيما بينهم داخل الجماعة.
- كل فرد يدرك باقي الأفراد داخل جماعة اللعب الجماعي التعاوني يوصفهم، امتدادا لذاته مدعمين ومساندين لها (خالد عبد الرزاق ،نفس المرجع،ص 97).

7-2- اللعب التنافسي الفردي:

يختلف في شكله ومضمونه عن اللعب التنافسي التعاوني فنجد أن(جونسن وجونسن) يعرفان التنافس الفردي بأنه "هو سعي الفرد إلى تحقيق أهدافه قبل الآخرين، ويؤدي ذالك إلى فشل الآخرين في تحقيق أهدافهم الفردية "

7-3- خصائص اللعب التنافسي الفردي:

يمكن أن نوجز ما قاله الدكتور خالد عبد الرزاق السيد في خصائص اللعب التنافسي الفردي في النقاط التالية :

- يتسم موقف اللعب التنافسي الفردي ببذل كل فرد أقصى جهد لديه لتحقيق هدفه، في الوقت الذي يسعى جاهدا لإفشال الآخرين في الوصول إلى أهدافهم.

-يمتاز اللعب التنافسي الفردي بوجود علاقة سلبية بين الأطفال عند تحقيق أهدافهم الفردية. (أي أن تحرك الفرد اتجاه هدفه ،يعوق تحرك الآخرين نحو أهدافهم) .

-يتسم موقف اللعب التنافسي الفردي في ارتفاع كبير لمشاعر التوتر، والقلق، والتحفز الذي يسيطر على الأداء طول موقف اللعب .

- يتسم اللعب التنافسي الفردي بغياب تقدير الفرد لمشاعر الآخرين، والتمركز الشديد حول الذات .

- إن إدراك الفرد في موقف اللعب التنافسي الفردي للأطفال الآخرين، بوصفهم الأخر المدمر للذات والذي يحمل كل التهديد والإفناء للذات (محمد حسن علاوي، 1992،ص22).

8– درس التربية البدنية والرياضية:

إن درس التربية البدنية كغيره من الدروس المنهجية الأخرى، له دور فعال ومميز في تحقيق الأهداف التربوية، حيث يمثل الجزء الأهم من مجموع أجزاء البرنامج المدرسي للنشاط البدني الرياضي التربوي، ومن خلاله تقدم كافة الخبرات والمواد التعليمية التي تحقق أهداف المنهج، ويفترض أن يستفيد منه كل التلاميذ، ونظرا للطبيعة التعليمية للدرس يجب أن يراعي فيه المدرس كافة الاعتبارات المتعلقة بطرق التدريس والوسائل التعليمية والتدرج التعليمي وطرق التقويم والتقييم.

8–1– تعريف درس التربية البدنية والرياضية:

هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية والرياضية في الخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، وهي تشتمل كل أوجه الأنشطة التي يريد المدرس أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة، بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعلم مباشر وتعليم غير مباشر (محمود عوض بسيوني،1992،ص.94).

ويعتبر درس التربية البدنية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعة، والكيمياء واللغة، ولكنه يختلف عن هذه المواد لكونه يمد التلاميذ ليس فقط بمهارات وخبرات حركية ولكنه يمدهم أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات التي تمس الجوانب الصحية، النفسية والاجتماعية بالإضافة إلى الجوانب العلمية وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة الجماعية والفردية وتتم تحت الإشراف التربوي عن طريق مربين أعدوا لهذا الغرض (حسن معوض،1996،ص.102).

وإذا كانت التربية البدنية والرياضية عرفت بأنها عملية توجيه النمو وقوام الإنسان باستخدام التمارين البدنية والتدابير الصحية وبعض الأساليب الأخرى التي تشترك مع الوسائط التربوية في تنمية النواحي النفسية والاجتماعية والخلقية، فإن بذلك يعني أن درس التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات لها ،تحقق أيضا هذه الأهداف ولكن على مستوى المدرسة فمن النمو الشامل والمتزن للتلاميذ، ويحقق احتياجاتهم البدنية طبقا لمراحلهم السنية وتدرج قدراتهم الحركية، وبهذا الشكل فإن درس التربية البدنية والرياضية لا يعطي مساحة زمنية فقط ولكنه يحقق الأغراض التربوية التي ترسمها السياسة التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ (محمود عوض بسيوني،1992،ص.95).

9– الأستاذ المرشد:

إن الأستاذ المرشد هو التطور الجديد لشخصية الأستاذ التقليدي الذي يهتم فقط بتدريس مادة تخصصه ،وهو دور جديد للأستاذ المتطور الذي يعد إعداد نفسيا ،ومهنيا أثناء فترة التكوين كي يصبح أستاذ مرشدا ، إن وجود الأستاذ المرشد اتجاه له ما يبرره ،وذالك لاعتبارين أساسين:

أولهما: إن التربية الحديثة تتطلب قيام الأستاذ بدور مزدوج (دور الأستاذ \و دور المرشد) باعتباره أقرب الأشخاص في المؤسسات التعليمية التربوية للتلاميذ.

وثانيهما : نقص عدد المرشدين النفسيين في المدارس ،وهى اعتبارات تجعل الأستاذ المرشد محور العملية التربوية الإرشادية، وتجدرا لإشارة هنا إلى أن الأستاذ المرشد هو الأستاذ الحالي نفسه ،ولكنه يقوم إلى جانب التدريس ببعض الخدمات الإرشادية (د.محمد كامل، 2003، ص،52).

9-1- دور الأستاذ المرشد في المؤسسة التعليمية :

الأستاذ هو حلقة الوصل بين التلاميذ وباقي فريق الخدمة النفسية ،كونه أقرب شخص للتلاميذ في المدرسة ،وهو النموذج الذي يقتدي به ،وخاصة إذا اتسمت علاقتهم بالصداقة والمودة والدفء، فان ما يشعر به التلاميذ من سمات تميز شخصية أساتذتهم، تتبلور من خلال التفاعل اليومي بينهم ولذلك فإن الدور الذي يلعبه المدرس في فريق الخدمة النفسية بمثابة الوقود الذي يحرك الخدمة النفسية ويدفعها إلى الأمام والذي بدونه يصعب القيام بها ،والذي لن يتحقق أيضا بدون أن يقوم بالأدوار التالية :

– المساعدة في الكشف عن التلاميذ ذوي المشكلات التربوية والنفسية والسلوكية وإحالتهم إلى الأخصائي النفسي.

– تحفيز التلاميذ على الاتصال بالأخصائي النفسي المدرسي، وتعريفهم بالدور الذي يقوم به للاستفادة من خدمات التوجيه والإرشاد التي يقدمها.

– مساعدة التلاميذ على وضع الأهداف لأنفسهم بما يتفق وقدراتهم واستعداداتهم وميولهم مما يهيئ لهم التوافق السليم

– تنفيذ دوره في إطار ما يسمى ببرنامج رعاية التلاميذ المتأخرين دراسيا وذوي صعوبات في التعلم.

– تقديم الدعم والتعزيز للتلاميذ المتفوقين والموهوبين في إطار البرامج التي تهتم براعيتهم وتنميتهم.

– مساعدة فريق الخدمة النفسية على تنفيذ المقترحات والبرامج التي يتم إعدادها للتلاميذ في إطار الإرشاد الإنمائي الوقائي والعلاجي

– الإستفاده من نتائج البحوث والدراسات التي يقوم بإعدادها الأخصائي النفسي المدرسي عن المشكلات السائدة في المدرسة وكيفية مواجهتها .

– ملاحظة سلوك التلاميذ داخل الفصل ومحاولة تقديم تقارير للأخصائي النفسي عن الحالات التي تتطلب ذلك.(إيهاب الببلاوي ،اشرف محمد عبد المجيد ،2002،ص .16).

– نجاح أستاذ التربية البدنية والرياضية كمرشد نفسي:

يلعب أستاذ التربية البدنية والرياضية دورا هاما في المؤسسة التعليمية لما يمتلكه من صفات القيادة الحكيمة ،كونه من الشخصيات المحبوبة لدى التلاميذ والتي تؤثر عليهم لأنه يتعامل معهم بأسلوب العطف واللين والصبر والحزم والكياسة ،ولقد أكدت الكثير من الدراسات والبحوث أن شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية تلعب دورا هاما بالنسبة

للتلاميذ لما يمتلك من مؤهلات تجعله ملما بطبيعة التلميذ النفسية والاجتماعية وذلك يساعد في تربيتهم من النواحي النفسية والجسمية والعقلية والانفعالية ،وبالتالي ينشأ التلاميذ أصحاء الجسم والنفس ،كما أنه مطالب بأن يحافظ على صحته لأن طبيعة مهنته ومسؤوليته أمام تلاميذه تتطلب منه بأن يكون على درجة عالية من الصحة البدنية والنفسية والعقلية ،وأن يكون رائدا اجتماعيا حيث يستطيع أن يتعامل مع التلاميذ في ضوء المشاكل الاجتماعية ،كما يسهم بمجهوده الشخصي في إرشادهم (د .محمد سعد زغلول ،مصطفى السائح محمد مرجع سابق ،ص17).

وقد تناولت العديد من الدراسات أراء كثير من المربين والمتعلمين حول الصفات الشخصية الضرورية لأستاذ التربية البدنية والرياضية ،حيث أشارت هذه الدراسات أن جل التلاميذ يفضلون الأستاذ الذي تتوفر لديه صفات :الود ،والقدرة على التحمل ،والمرونة ،والمهارة في التخصص ،كذلك فإن قوة كل من المهارات الشخصية ومهارات التدريب العقلي تمدنا بوجهة نظر حيوية وهامة لنجاح الاستشارات النفسية في مجال علم الإرشاد النفسي الرياضي (د، اخلاص محمد عبد الحفيظ،مرجع سابق ،ص133).

ويمكن تلخيص الصفات الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية في النقاط التالية:

9-2- الخصائص الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية المرشد:

يعتبر أستاذ التربية البدنية مربيا وأستاذا ونموذجا يتأثر به التلاميذ وأوجب عليه في عصرنا هذا أن يمتلك الصفات اللازمة التي تمكنه من الوصول إلى هاته المكانة وتقديم ما ينتظر منه من معارف وخبرات، تعود بالنفع والفائدة للتلميذ و للمجتمع وتوجههما الوجهة الصحيحة.

ويؤكد تشارلز ميريل(Charles merri) لا يسمح لأحد بممارسة مهنة التعليم ما يعد إعدادا أكاديميا خاصا بها ،حيث أنها تتطلب من القائمين بها التخصص الدقيق في المادة العلمية ،الإلمام التام بأساليب وطرائق تدريسها ،كما ينبغي أن يكون خبيرا بالأسس النفسية ،والاجتماعية التي تهتم بحاجات التلاميذ ،ودوافعهم وميولهم حتى تتمكن من التعامل معهم وإرشادهم وتوجههم ، ومن أهم الخصائص التي يجب أن يتميز بها أستاذ التربية البدنية والرياضية ما يلي :

9-3- الخصائص الشخصية :

قام مكتب البحوث التربوية في نيويورك بإلقاء الضوء على بعض مستلزمات شخصيه الأستاذ وذلك لمساعدة هذا الأخير على معرفة نفسه بصفة جيده وقد تمحورت هذه الدراسة حول العناصر التالية ،الهيئة الخارجية للأستاذ (هل هو نشيط ،خامل منبسط)علاقته مع التلاميذ ،مع الزملاء ،مع رؤسائه ،مع الأولياء (تركي رابح ،1990، ص426).فمهنة التدريس تحتاج إلى: صفات خاصة حتى يصير هدف التعليم سهل التحقيق ،ويمكن إيجاز هذه الصفات فيما يلي :

***الحزم والمرونة** : فلا يجب عليه أن يكون ضيق الخلق ،قليل التصرف ، سريع الغضب يفقد بذلك إشرافه على التلاميذ واحترامهم له ،لذلك يجب ألا يوجه إلى مهنة التعليم من كان مزاجه قلق غير مستقر .

***الصبر والتحمل** :إن الأستاذ الجيد هو الذي ينظر إلى الحياة بمنظار التفاؤل فيقبل على عمله بنشاط ورغبه ،فالتلاميذ كونهم غير مسئولين هم بحاجه إلى السياسة والمعالجة ولا يجدي فهم الأستاذ سيكولوجيه التلميذ إلا إذا كان صبورا في معاملتهم ،قوي الأمل في نجاحه في مهنته .

***العطف والين مع التلاميذ** :فلا يجبذ أن يكون قاسيا مع التلاميذ فيعزلهم عليه، ويفقدهم الرغبة في اللجوء إليه للاستفادة منه ومن نصائحه ،ولا يكون عطوفا لدرجة الضعف فيفقد احترامهم له ومحا فضتهم على النظام ،أن يكون طبيعيا في سلوكه مع التلاميذ والزملاء.

9-4- الخصائص الجسمية :

لا يستطيع الأستاذ القيام بمهنته على أكمل وجه إلا إذا توفرت فيه خصائص جسميه هي :

*تمتعه بلياقة بدنيه كافيه تمكنه القيام بأي حركه أثناء عمله.

*القوام الجسمي المقبول عند العامة من الأشخاص خاصة التلاميذ ،فالأستاذ يجب أن يراعي دائما صورته المحترمة التي لها أثر اجتماعي كبير .

*أن يكون دائم النشاط ،فالأستاذ الكسول يمهل عمله ولا يجد من الحيوية ما يحركه للقيام بواجبه (صالح عبد العزيز ،عبد العزيز عبد المجيد ،1984،ص.20)

*إن الصحة النفسية والجسدية والحيوية تمثل شروطا هامه في إنتاج تدريس ناجح ومفيد كالصوت الجلي والمسموع والمتغير النبرة حسب متطلبات الموفق التعليمي وطبيعته ،حيث أن وسيلة الاتصال العام في التعليم المدرسي هي الكلمة المسموعة ،فإذا كان صوت الأستاذ غير واضح أو خافت يؤدي بالعملية التعليمية التربوية إلى الفشل

9-5- الخصائص العقلية والعلمية :

إن عملية التربية تقتضي من صاحبها سرعة الفهم وحسن التصرف واللياقة والمرونة ،فالأستاذ لابد أن يصل إلى مستوى عال من التحصيل العلمي وهو مستوى لا يمكن الوصول إليه بدون ذكاء:

*على الأستاذ أن يكون ذا شخصية قوية تمكنه من الفوز بقلوب التلاميذ واحترامهم

*أن يطبق المبادئ التربوية الحديثة في عمله مثل التعاون ،التحية ،العمل برغبة والجمع بين الناحيتين العملية والعلمية في عملية التعليم .

*أن يكون قوي السمع والبصر خاليا من العاهات الجسدية .

*أن يكون رحب الصدر قادرا على التحكم بأعصابه وضبط شعوره.

*أن يتيح فرص العمل والتجارب للتلاميذ حتى يعتمدوا على أنفسهم ويكون لهم تفكيرا حرا مستقلا .

*أن يكون جديرا بأن يكون المثل الأعلى في تصرفاته ومبادئه أمام التلاميذ .

*أن يكون واعيا بالمشاكل النفسية والاجتماعية للتلاميذ ويبين ذلك أمامهم حتى يضعوه موضع ثقة .

*المثابرة دوما للتجديد في العمل نحو الأفضل والأنجع.

*أن يكون قادرا على التحصيل السريع ومصدر للتجديد ،والتفكير العلمي (محمد السباعي، 1985 ،ص 38).

9-6- الخصائص النفسية :

على أستاذ التربية البدنية و الرياضية أن يكون ذا شخصيه رزينة سوية وقويه ،كما يجب إن يدع مشاكله خارج الحصة العملية حتى لا يؤثر في تلاميذه ،فيجب أن يكون سويا متكامل الشخصية ،لا يعاني من متاعب نفسية ،وإلا فان متاعبه وهمومه ستنعكس على حالة تلاميذه ،فقد يقسو عليهم أحيانا دون أن يكون هناك ما يبرر هذه القسوة ،وكل ما في الأمر أن هذا الأستاذ قد حصر في المدرسة ،فلم يجد إلا هؤلاء الصغار كوسيلة لتفريغ توتره بصفة عشوائية كما لو ينتقم في شخصهم (صالح عبد العزيز ،عبد العزيز عبد المجيد .،1984،ص163).

9-7- الخصائص الاجتماعية:

من المعروف على المعلم أو الأستاذ أنه يقضي جزءا كبيرا من وقته في عمله التعليمي والتدريسي وهو يتعامل مع التلاميذ كجماعات ،لذلك فهو بحاجه ماسة إلى فهم مبادئ السلوك الجماعي ليصبح قادرا على التعامل مع العوامل التي تؤثر في الموافق الجماعية والتي تسهل التعلم أو تعطله ،كما أنه بحاجة إلى ما يقدمه علم النفس الاجتماعي من نتائج تزوده بمعلومات تسهل لديناميكية الجماعة وأثرها في سلوك أعضائها .

لذا يعتبر الأستاذ رائدا لتلاميذه ،وقدوة حسنة لهم ،وله القدرة على التأثير في الغير ،كما أن له القدرة على العمل الجماعي ،لذا يجب أن تكون له الرغبة في مساعدة الآخرين وتفهم حاجاتهم ، والعمل على مساعدتهم ، وتهيئة الجو الذي يبعث على الارتياح والطمأنينة في القسم ،كما يجب يكون قدوة لهم في ذلك العمل ،بغرس العادات الصحيحة بين التلاميذ ،وعليه العمل لتوثيق الصلة بين المدرسة والمنزل والمجتمع (محمد مصطفي زيدان ،1973،ص.45).

9-8 – الخصائص الخلقية و السلوكية :

أوجب على الأستاذ مهما كانت طبيعة المادة التي يدرسها التحلي بالأخلاق الكريمة والسلوك الإيجابي كي يؤثر تأثيرا فعالا خلال تدريس مادته أو غيرها ولكي يصل إلى هذا التأثير يجب أن تتوفر فيه الخصائص التالية :

*أن يكون مهتما بحل مشاكل التلاميذ ما أمكنه ذلك من تضحيات.

*يجب أن يكون متقبلا لأفكار التلاميذ متفتحا لهم .

*أن يحكم بإنصاف فيما يختلف فيه التلاميذ ولا يبدي أي ميل لأي تلميذ دون الجماعة ،فهذا يثير الغيرة بين التلاميذ.

*يجب أن يكون محبا لمهنته جادا فيها ومخلصا لها .

*الصبر وطول البال والتحمل في معاملاته للتلاميذ تحتاج إلى السياسة والمعالجة بدون أن يفقد أعصابه ،مع معرفة سيكولوجيتهم التي سوف تساعده في اختيار الطريقة المناسبة في معاملتهم ،فعند فقدان الصبر يغلب عليه طابع القلق وهذا يؤدي به إلى الإخفاق في عملية التدريس (صالح عبد العزيز،عبد العزيز عبد المجيد ،1984 ،ص162،163).

خلاصة:

لم يعد الأستاذ مجرد ملقن للمعلومات التي يحصل عليها التلميذ بالطريقة الكلاسيكية القديمة، بل أن الإرشاد النفسي يفرض الدور الجديد على الأستاذ كمرشد نفسي، أو بالأحرى كأخصائي نفسي كي يتمكن من التعرف على ملابسات المواقف التربوية، وأن يكون قادرا على التعرف على ما يمكن اعتراض العملية التعليمية من عوائق كي يستطيع أن يعالج تلك المشكلات بما يتناسب مع قدرات التلاميذ ،ولا يتأتى ذلك إلا إذا نجح في جذب التلاميذ نحو الممارسة الرياضية الهادفة وهذا باختيار المواقف التعليمية التي تؤثر على سلوكياتهم الانفعالية وعلاقاتهم الاجتماعية ، يعتبر الأستاذ حلقة الوصل بينهم وبين باقي فريق الإرشاد ،لأنه أقرب الأشخاص إلى التلاميذ، وهو الذي يعرفهم عن كثب ،والتلاميذ يحتاجون إلى النمو وتحقيق التوافق والمساعدة في حل المشكلات إلى جانب حاجتهم إلى التعليم والتحصيل ،فالأستاذ أثناء الممارسة التعليمية يحتاج منه تلامذته إلى الإرشاد في كثير من الموافق، ويكون أقدر على مساعدة تلامذته أكثر من الأخصائي النفسي ،حيث التلميذ مجرد شخص غريب بالنسبة لهم قبل جلسات الإرشاد ، لذا أوجب على أساتذة التربية البدنية والرياضية دراسة ومعرفة طبيعة وخصائص هذه المرحلة الحساسة من حياة الفرد.

الفصل الخامس

خصائص المرحلة العمرية

(من 12إلى 15سنة)

تمهيد:

يمر الفرد في حياته بمراحل نمائية متعددة، ومن الثابت علميًا أن كل مرحلة من هذه المراحل تتأثر بما قبلها، وتمهد لما بعدها، أي أن النمو عملية متصلة ومستمرة، والنمو في جوانبه المتعددة سواء كانت بيولوجية، أو معرفية، أو اجتماعية، لا تقف عند مرحلة المراهقة فقط، بل يستمر النمو،فالفرد ينتقل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد مارا بمرحلة المراهقة التي تأخذ شكلا مميزًا لها في جوانب النمو المختلفة.

وتعتبر مرحلة المراهقة المبكرة فترة انتقالية يخضع فيها الفرد لجملة من التغيرات الشاملة التي تهيؤه إلى التحول من طفل غير ناضج إلى بالغ ناضج يستطيع تحمل المسؤولية ، وتسهم هذه المرحلة بشكل كبير في تحديد معالم شخصية الفرد المستقبلية فصلاحها صلاح له وفسادها فساد له .

ويتعرض المراهق خلال هذه المرحلة الهامة إلى كم هائل من الانفعالات والضغوطات التي تكاد في بعض الأحيان أن تعصف به وتحيده عن جادة الصواب ، لذلك يلجأ الكثير من المراهقين إلى القيام بالأنشطة البدنية والرياضية سواء داخل الوسط المدرسي أو خارجه ،والتي يرون فيها ملاذًا آمنا ومتنفسا كبيرا يفرغون من خلاله انفعالاتهم وضغوطاتهم ويستعيدوا من خلالها توازنهم وصحتهم الجسمية والنفسية والعقلية التي تؤهلهم لبناء شخصية قوية تمكنهم من مجابهة مشاق الحياة .

1- المراهقة المبكرة:(12 إلى 15سنة) :

كلمة مراهقة Adolescent مشتقة من الفعل اللاتيني Adolescerie وتعني الاقتراب من النضج بينما يأتي اشتقاقها في العربية من الفعل راهق وهو بقدر ما يعني الحمق والجهل وبقدر ما يعني دخول الوقت والدنو واللحاق والقرب ،ويقال راهق الغلام أي قارب الحلم ولم يحتلم بعد ، فهو مراهق وراهق وهي مراهقة وراهقة" (أحمد رضا،1965،ص 664).

وتعرف (**هيرلوك**) المراهقة في كتابها (**كارمايل**) تعريفا فسيولوجيا نفسيا إذ تقول أن بداية المراهقة تحدد من الناحية الفسيولوجية بينما يتحدد استمرارها وتوقفها من الناحية النفسية إذ يصبح الفرد فتى بمجرد النضج الجنسي والقدرة على إنتاج النوع وتنتهي المراهقة سيكولوجيا وزمنيا ببلوغ مستوى من النضج.

أما (**ستانلي هول**) أحد مؤسسي علم النفس فيرى أن فترة المراهقة هي فترة زوبعة وضغوط ويقول (برنارد) يمكن تعريف المراهقة بفترة بزوغ الاستقلال والتي تمتد حتى وقت تحمل المسؤولية للقيام بالأدوار المختلفة التي يقوم بها البالغون (سعد جلال 1985، ص، 231).

ويعرفها (أحمد زكي صالح) بأنها المرحلة الإنمائية أو الطور الذي يمر فيه الناشئ وهو الفرد غير الناضج جسميا وانفعاليا وعقليا واجتماعيا نحو بدء النضج الجسمي والعقلي والاجتماعي (أحمد زكي صالح، 1973، ص 193).

تعتبر مرحلة المراهقة من أدق وأعقد وأهم المراحل التي يمر بها الإنسان باعتبار أنها تمثل مرحلة انتقالية يتحول فيها الفرد من طفل غير كامل النمو إلى بالغ ناضج ، والتغيرات التي تحدث خلال هذه الفترة لا تقتصر على جانب واحد وإنما هي تغيرات عامة تمس كافة جوانب النمو وتسهم بشكل كبير في بناء الشخصية .

إن هذه التغيرات – الجسمية والعقلية والنفسية والانفعالية والاجتماعية وغيرها – التي يتعرض لها الفرد أثناء هذه الفترة تتطلب توفير رغبات وحاجات يسعى المراهق إلى تحقيقها وإشباعها ، وقد يحدث أن تتنافى هذه الرغبات و الحاجات مع قيم المجتمع وعاداته وتقاليده مما يولد لدى المراهق صراع نفسي مرير بين رغبته في تحقيق لتلك الحاجات وبين قيود المجتمع وحدوده ،أما (**أريكسون**) وهو من المحللين النفسيين فيرى المراهقة (بأنها فترة عملية البحث عن الذاتية) ويأخذ (**فريد نبرج**) نفس الاتجاه إذ يقول أن (المراهقة عملية تزيد على مجرد النضج الجنسي ، فهي في المركز الأول عملية اجتماعية تؤدي إلى تحديد الفرد لذاتيته وهي نوع من الصراع الجدلي مع المجتمع) ، أما (**بلوس**) فيرى أنها (المجموع الكلي لكل محاولات التوافق لمرحلة النضج الجنسي ومجموع الظروف الجيدة الداخلية والخارجية التي يجابهها الفرد) .

ويعتبر التعريف الذي أعطاه (**هولنجز هيد**) في كتاب (**شباب إلمتون**) نموذجا للتعارف الاجتماعية إذ يقول (من وجهة نظر علم الاجتماع ،المراهقة هي فترة العمر في حياة الشخص التي يتوقف عندها المجتمع الذي يعيش فيه الفرد عن النظر إليه كطفل ولا يمنحه فيه المركز الكامل الذي يتمتع به الشخص البالغ أو أدواره ووظائفه) أما (**شلسكي**) يقول

(أنها فترة نمو إنساني لا يلعب فيها الرجل دور الطفل و لا يلعب بعد رغمًا عن ذلك دور البالغ كعضو مكتمل في النظم الاجتماعية).(سعد جلال ،مرجع سابق، ص232) .

تمتد مرحلة المراهقة المبكرة من 12 إلى 15 سنة وهي تقابل في النظام التربوي الطور المتوسط ، كما أنها تتميز بالنمو السريع الذي يصاحب البلوغ ، وفي هذه المرحلة يسعى المراهق إلى الاستقلال ،ويرغب في التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه الإحساس بذاته وكيانه ويصاحبها التفطن الجنسي الناتج عن الاستثارة الجنسية التي تحدث جراء التحولات البيولوجية ونمو الجهاز التناسلي عند المراهق (حامد عبد السلام ،1999،ص263).

تتزامن المراهقة المبكرة مع النمو السريع الذي يصاحب البلوغ، وفي هذه المرحلة يولي المراهق اهتماما كبيرا بمظهر جسمه ، وليس من المستغرب أن تسمع من المراهق تعليقات تدل على أنه يكره نفسه وفي هذا السن يمثل ضغط الأقران أهم ما يشغل بال المراهق (محمد رضا بشير وآخرون، 2004،ص08) .

لذا يلجأ المراهق إلى التشبه بإقرانه وتقليدهم حتى يكون مقبولا منهم وتتميز هذه المرحلة بجملة من الخصائص من أهمها الحساسية المفرطة للمراهق وهذا بسبب التغيرات الفسيولوجية وهي فترة لا تتعدى عامين ، حيث يتجه فيها سلوك المراهق إلى الإعراض عن التفاعل مع الآخرين أي الميول نحو الانطواء ويغيب في هذه الفترة التحكم في سلوكه الانفعالي هذا ما يسبب له صعوبة في التكيف وتقبل القيم والعادات والاتجاهات داخل الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه حيث تبدأ في هذه المرحلة المظاهر الجسمية والعقلية والفسيولوجية والانفعالية والاجتماعية المميزة للمراهقة في الظهور .

من سن الثانية عشرة إلى سن الرابعة عشرة هي المرحلة التي لا يعود فيها الفرد طفلا ولا يمكن أن يكون رشدا ،بل يكون في منتصف الطريق بين الطفولة وتمام النضج وفيها يحن الفرد إلى المرحلة الأولى تارة ،ويتطلع إلى تمام النضج تارة أخرى ومن ثمة كانت من أدق المراحل التي يمر بها الفرد وأشدها عنفا واضطرابا (على فهي ،1985،ص157).

1-2 – أنواع المراهقة المبكرة:

الواقع أنه لا يوجد نوع معين من المراهقة فلكل فرد نوع خاص حسب ظروفه الجسمية والاجتماعية والنفسية والمادية وحسب استعداداته الطبيعية ،فالمراهقة تختلف من فرد إلى آخر ومن بيئة إلى أخرى ومن سلالة إلى سلالة كذلك تختلف باختلاف الأنماط الحضارية التي يتربى في وسطها المراهق فهي في المجتمع البدائي تختلف عنها في المجتمع المتحضر كذلك تختلف في مجتمع المدينة عنها في المجتمع الريفي.(عبد الرحمان العيسوي،1995 ،ص، 85).

وعموما فقد دلت الدراسات على وجود 4 أنواع للمراهقة هي :

1-2-1- المراهقة الانسحابية المنطوية :

من أهم صفات المراهق وفق هذا النوع أنه يكون مكتئب يعاني العزلة والشعور بالذنب ، دائم التأمل في ذاته وليس له أفق خارجها ، يحب القيام بالأنشطة التي تكرس الانطواء والوحدة كالقراءة والكتابة ، وكثيرا ما تنتابه مشاعر الحرمان

حيث ينسحب المراهق من مجتمع الأسرة ومن مجتمع الأصدقاء، وينطوي على نفسه ويفضل تأمل ذاته ومشكلاته منفردًا ،فالمراهق صورة مكتئبة تميل إلى العزلة والسلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص وعدم التوافق الاجتماعي، فلا يشارك الآخرين اهتماماتهم وأنشطتهم، ويعبر عن آرائه وأفكاره عبر مذكراته الشخصية، ويميل إلى النقد والتهجم على الناس، ويسرف في أحلام اليقظة حيث يحقق أمانيه من خلالها، وتصل به أحلام اليقظة في بعض الحالات إلى حد الأوهام والخيالات المرضية، كما أنه لا يفضل النشاطات الرياضية أو الاجتماعية (محمد رفعت،1989،ص 72).

المراهقة الانسحابية المنطوية :تتسم بالانطواء والاكتئاب والعزلة السلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص ونقص المجالات الخارجية والاقتصار على أنواع النشاط الانطوائي وكتابة المذكرات التي يدور معظمها حول الاتصالات والنقد والتفكير المتمركز حول الذات ومشكلات الحياة ونقد النظم الاجتماعية والثورة على تربية الوالدين والاستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الحرمان والحاجات الغير مشبعة.

تتأثر بعوامل اضطراب الجو النفسي في الأسرة والأخطاء الأسرية التي منها التسلط والسيطرة الو الدية والحماية الزائدة وما يصاحب ذلك من إنكار لشخصية المراهق (فؤاد البهي السيد ،1975 ،269).

1-2-2- المراهقة العدوانية المتمردة :

من أهم صفات المراهق وفق هذا النوع أنه يكون عدواني متمرد ويسعى إلى الانتقام، يحاول التشبه بالرجال ويعاند الأب بشكل مباشر ، هذا النمط من المراهقة يتسم سلوك المراهق فيه بالعدوان على نفسه وعلى غيره من الناس والأشياء حيث يكون فيها المراهق ثائرًا على السلطة سواء سلطة الوالدين، أو سلطة المدرسة، أو المجتمع الخارجي والسلوك العدواني عند هذا النمط قد يكون صريحًا مباشرًا يتمثل في الإيذاء، أو قد يكون بصورة غير مباشرة كالعناد، وبعض المراهقين من هذا النوع قد يتعلق بالأوهام والخيال وأحلام اليقظة.(محمد رفعت ،نفس المرجع،ص 72)

1-2-3- المراهقة المنحرفة :

وتأخذ صورة الانحلال الخلقي التام والانهيار النفسي الشامل والانغماس في ألوان من السلوك المنحرف كالإدمان على المخدرات والسرقة وتكوين العصابات والانهيار العصبي، وقد وجد أن بعضهم قد سبق أن تعرض لخبرات شاذة وصدمات مريرة واستسلم لرغباته وحاجاته ،وتدليل زائد وتكاد تكون الصحبة السيئة عاملا مهما في هذا النوع (الأشول عادل عز الدين ،1998ص، 97).

1-2-4- المراهقة المتكيفة :

المراهق المتكيف يميل إلى الهدوء النسبي، والاتزان الانفعالي وعلاقاته طيبة بالآخرين، لا أثر للتمرد على الوالدين والمدرسين، حياته غنية بمجالات الخبرة العلمية والسعي لتحقيق الذات، لا تأخذ الشكوك وموجات التردد صورة حادة عنده، تنحو مراهقته نحو الاعتدال والإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات .(عبد الرحمان العيسوي،نفس المرجع ،ص 85).

1-3 – خصائص مرحلة المراهقة المبكرة :

تتميز مرحلة المراهقة بجملة من الخصائص نوجزها كالآتي :

1-3 -1- النمو الجسمي :

تعتبر فترة المراهقة فترة نمو فجائي ذلك أن جسم المراهق أو المراهقة يشهد خلال هذه الفترة ثورة نمو في جميع أعضائه حيث أن:

-الهيكل العظمي تستطيل عظامه ويأخذ سمكا جديدا وسريعا .

-العضلات تأخذ في النضج والاشتداد.

-الأجهزة التناسلية التي كانت مستكينة في الطفولة تبدأ في النمو غير العادي .

-الغدد التناسلية تبدأ في إفراز الهرمونات في الدم .

-ظهور الشعر في بعض أجزاء الجسم نتيجة الهرمون المفروزة من الغدة الصماء والغدد التناسلية.

-تضخم الصوت بالنسبة للذكور وحدته بالنسبة للإناث.

-بزوغ الثديين للإناث (كلير فهيم، 1987،ص 10 ،11).

-نمو الأجزاء العلوية للجسم قبل الأجزاء السفلية ويتسع الفم وتتصلب الأسنان .

اكتمال نمو الأسنان الدائمة مع نهاية المرحلة ويتم النضج الجسمي نهائيا (عبد الرحمان ، سعيد زيان ،بدون سنة،ص 59) ويتعلق المدى الزمني لسرعة النمو على بدء هذه الظاهرة فالذين يبدأ نموهم الطولي باكرًا ينتهي مبكرا والذين يبدأ نموهم الطولي متأخرا ينتهي متأخرا ،فطول الجسم وقصره يرتبط ارتباطا كبيرا بنمو الجهاز العظمي فهو يختلف باختلاف فترات النمو، ففي الميلاد يتساوى الجنسان الذكور والإناث وفي سن الرابعة تسبقه الأنثى وتصل عظام الفتاة إلى اكتمال نضجها في سن السابعة عشر ويقترب النمو العظمي للفتى من الفتاة في سن الرابعة عشر ثم يسبقها بعد ذلك وتضيف الدكتورة (**سعدية محمد**) عندما تقول أنه خلال هذه المرحلة (يصل الفتيان والفتيات إلى نضجهم البدني الكامل تقريبا إذ تأخذ ملامح الجسم والوجه صورتها الكاملة وتصبح عضلات الفتيان قوية ومتينة في حين تتميز الفتاة بالطراوة والمرونة) (سعدية محمد علي الهادر ،1980، ص141).

1-3 -2- النمو الفيزيولوجي :

إن الكلام عن النمو الفيزيولوجي يجعلنا حتما نتوقف عند نمو الغدد الجنسية واستعدادها للإفراز الهرموني ،حيث تضمر الغدة الصنوبرية والغدة التيموسية في المراهقة نتيجة لنشاط الغدد الجنسية ، ويبقى هرمون النمو الذي تفرزه الغدة النخامية قويا في تأثيره على النمو العظمي خلال المراهقة ،حيث تؤثر عليه هرمونات الغدد الجنسية لتحد من نشاطه وتعوق من عمله وتتأثر أيضا هرمونات الغدة الدرقية بالنضج الجنسي فتزداد في بدء المراهقة ثم تقل بعد ذلك بقرب نهايتها.

كما أن النمو الفيزيولوجي يلاحظ كذلك في التغيرات الحاصلة في الوظائف الحيوية للجسم ومدى قدرتها على تحويل المواد الغذائية إلى طاقة لمواكبة وتيرة النمو المتسارعة خلال هذه الفترة ،كما يمس هذا التغير الجهاز الدوري الدموي حيث تزداد ضربات القلب وتتسارع وتيرتها حتى عندما يقوم المراهق بأدنى نشاط ذلك أن كل الطاقة الناتجة داخل الجسم توجه للنمو .

ويضيف الدكتور (زهران أحمد عبد السلام) حينما يقول : (أن النمو الفيزيولوجي في هذه المرحلة يتابع تقدمه نحو النضج حيث تقل ساعات النمو عن ذي قبل وتزداد الشهية والإقبال على الأكل كما يرتفع الدم تدريجيا وتنقص نبضات القلب) (زهران حامد عبد السلام، 1971 ، ص 374).

وتبدو آثار الجهاز الدوري في نمو القلب والشرايين، ويبدأ مظهر هذا النمو في المراهقة في زيادة سريعة في سعة القلب، تفوق في جوهرها سعة وحجم وقوة الشرايين، حيث يؤثر هذا الضغط على كلا الجنسين، وتبدو أثاره في حالات الإغماء والإعياء، والصداع ،والتوتر والقلق ،ليضيف الدكتور زهران "أن النمو الفيزيولوجي في هذه المرحلة، يتابع تقدمه نحو النضج، حيث تقل ساعات النوم عن ذي قبل، وتزداد الشهية والإقبال على الآكل، كما يرتفع ضغط الدم تدريجيا وتنقص نبضات القلب

1-3 -3- النمو العقلي :

- الذكاء والقدرات الخاصة :

يكتمل في هذه المرحلة التكوين العقلي بصفة عامة كما تظهر خلالها القدرات الخاصة وتتطور بشكل غير مسبوق ، فيمكن ملاحظة أن الذكاء خلال هذه الفترة ينمو نموًا وتسارعا ويتوقف نموه عند سن معين خلال هذه المرحلة .

ويختلف علماء النفس في تحديدهم للسن التي يقف عندها الذكاء فبينما يعتبر (تيرمان) في تقنية لاختبار (بينيه) للذكاء سن 15 سنة هو الحد الأعلى الذي يتوقف عنده الذكاء ،نجد سن 20 سنة هو السن الذي توقفت عنده زيادة الذكاء في الدراسات الخاصة بتقنين اختبار (و**كسلر**) للذكاء ، بيد أن أغلب الدراسات تميل إلى أن الذكاء يتوقف في سن بين السادسة عشر والثامنة عشر وهذا معناه أن الذكاء يصل إلى حده الأعلى خلال مرحلة المراهقة هذا بالإضافة إلى أن هذه النتيجة تدل الأبحاث الخاصة بالذكاء على أن الفروق الفردية في هذه الفترة تظهر بشكل واضح خلال هذه المرحلة فيتميز ذكاء كل فرد عن ذكاء الآخرين، وهذا ما يجب أن ينتبه إليه الآباء والمدرسون (إبراهيم وجيه محمود، 1981،ص 37) .

– الوظائف العقلية العليا :

تكتمل في هذه المرحلة أيضا الوظائف العقلية العليا وتأخذ شكلا يميزها عن المراحل السابقة والانتباه هو أحد هذه الوظائف التي تزداد بشكل واضح خلال هذه المرحلة سواء بالنسبة لفترة الانتباه أو بالنسبة لدرجة صعوبة الموضوع الذي ينتبه إليه الفرد ، فقدرة الأطفال على الانتباه في المراحل السابقة للمراهقة محدودة نسبيا فضلا على أنهم لا يستطيعون الإلمام بالموضوعات التي ينتبهون إليها إلا إذا كانت هذه الموضوعات بسيطة نسبيا وواضحة أما فيما يختص بالمراهق فيلاحظ أن قدرته على الانتباه تزداد فهو يستطيع الاستمرار في الانتباه لموضوع معين (أو مجموعة معينة من الموضوعات وللعلاقات التي بينها فترة زمنية طويلة) (إبراهيم وجيه محمود ، نفس المرجع، ص 37).

كذلك يمكن ملاحظة أن قدرة المراهق على التذكر تزداد خلال هذه المرحلة ونقصد التذكر المرتبط بالفهم للأشياء والأفكار عكس تذكر الأطفال الذي يكون تذكر آلي مبني على الحفظ والتكرار.

فالمراهق لا تقف قدراته العقلية على مجرد الحفظ الآلي، وإنما قدراته تؤهله للفهم والاستدلال المنطقي فهو يقف عند كل كلمة وعند كل فكرة من أجل البحث عن مدلولاتها ومعانيها .

وتزداد أيضا خلال هذه المرحلة القدرة على التخيل والإبداع ويمكن اعتبار أن هاتين القدرتين صفتين مميزتين لمرحلة المراهقة فقط دون باقي المراحل العمرية الأخرى .

وتفكير المراهق بدوره له طابعه الخاصة، ويختلف من حيث النوع على طابع التفكير الذي يمثل الطفل وخاصة في سنوات عمره الأولى فتفكير الطفل في هذه السنوات من النوع الحسي الذي يعتمد على الحواس ،ويتحدد في أغلبه بالعوامل الإدراكية والأشياء التي يشتمل عليها الموقف الذي يفكر فيه ولا يميل إلى استخراج العلاقات التي بينها والنواتج التي يمكن أن تسفر عنها ، أما التفكير المجرد والقدرة على التحليل المنطقي ومعالجة الأشياء الغير موجودة والغير ملموسة أو الملاحظة فيأتي مع المراهقة .

الكلام عن الخصائص العقلية يؤدي بنا إلى الكلام عن الذكاء ،والإدراك، والتذكر والتفكير، والتخيل، بالإضافة إلى التحليل والتركيب، فالمراهق في هذه الفترة يمتاز ب :

– "زيادة القدرة على اكتساب المهارات والمعلومات، وعلى التفكير، والاستنتاج كما تأخذ الفروق الفردية في النواحي العقلية في الوضوح وتبدأ قدرته واستعداداته في الظهور، كما تزداد القدرة على الانتباه والملاحظة ،والنقد والإدراك(حامد عبد السلام زهران،1985 ،ص 143).

1–3–4– النمو الانفعالي :

تتميز هاته المرحلة أيضا بتغيرات انفعالية متعددة وأغلب هذه الانفعالات تكون ذات طابع تجعل صورة المراهق تختلف عن صورة الطفل الهادئ التي كان عليها في المراحل السابقة .

حث يذهب الدكتور (مصطفى فهمي) في شرح النمو الانفعالي بربطه بالضغوط والقيود التي يعاني منها المراهق فحينما تكثر القيود والضغوط والأوامر يعاني المراهق من الصراع وتأخذ استجاباته شكل التمرد والثورة ،وحينما يلقى الفهم لواقعه والتقبل لشخصيته يكون سلوكه متكيفا .(مصطفى فهمي ،1979، ص ،283).

ويضيف الدكتور (عبد الرحمن العيسوي) أن في هذه المرحلة تظهر ثنائية المشاعر أو التناقض الوجداني وتتعدد طرق التعبير عن الانفعالات الشديدة لدى المراهقين ومن هذه الطرق العادات العصبية والانفجارات الانفعالية والعراك وتقلب المزاج واضطراب الشهية (عبد الرحمان العيساوي ، 1999ص، 283).

فانفعالات المراهق تتأثر بالعلاقات الأسرية والتغيرات الجسمية والعقلية والاجتماعية التي يشهدها المراهق خلال هذه المرحلة ،إضافة إلى تأثرها بظهور دوافع جديدة يسعى إلى إشباعها مثل الدافع الجنسي وبطبيعة الحال لا يمكن الفصل بين انفعالات المراهق ومعايير المجتمع وتقاليده وقيمه الدينية فالعلاقات الأسرية تلعب دور كبير في النمو الانفعالي للمراهق فالجو الاجتماعي السائد داخل الأسرة يؤثر على نموه الانفعالي سواء بشكل إيجابي عندما تكون العلاقات الأسرية جيدة أو بشكل سلبي عندما تكون هاته العلاقات متأزمة .

فأي مشاجرة تنشأ بين الوالدين تؤثر في انفعالاته وتكرارها يؤثر على النمو السوي والصحيح ويعوق اتزانه الانفعالي. (فؤاد بهي السيد، 1998، ص 82).

أما فيما يخص التغيرات الجسمية وعلاقتها بالانفعالات عند المراهق فهو يرى أن هذه التغيرات التي تطرأ على جسمه وطبيعتها تسبب له قلقا كبيرا ويشعر كما لو أنه الشخص الوحيد الذي تحدث له هذه التغيرات فهو لا يفهم طبيعتها وما الهدف منها ولماذا بدأت خلال هذه المرحلة بالذات .

أما عندما نتكلم عن القيم الدينية للمراهق ، فنلاحظ أن المراهق في طفولته يؤمن بالشعائر الدينية المختلفة ويصدقها تصديقا كاملا من غير جدل أو محاورة ، ولكنه في مرحلة المراهقة يتجه بفكره نحو مناقشتها وفهمها فيزداد بذلك إيمانه (فؤاد بهي السيد، نفس المرجع، ص 82).

ولا يمكننا بطبيعة الحال إغفال علاقة الدوافع – التي تظهر خلال هذه المرحلة – والانفعالات عند المراهق وأهم هذه الدوافع وأكثرها تأثيرا على الانفعال نجد الدافع الجنسي ، فالدافع الجنسي الذي ظهر بشدة خلال هذه المرحلة هو أحد العوامل التي تسبب للمراهق قلقا شديدا بسبب رغبته في تفهم الأمور الجنسية ورغبته في إشباع هذا الدافع ، تلك الرغبة التي تلقى من المجتمع معارضة شديدة فيضطرب المراهق نتيجة هذا التضارب بين الرغبة الجنسية الملحة وبين مقتضيات المجتمع وتقاليده ،ويزيد المشكلة تعقيدا ما يحاط بالدافع الجنسي والمسائل الجنسية عموما من غموض وتكتم وشعور بالخطيئة والإثم فهنا يقع الصدام بين الرغبة في تفهم المسائل الجنسية وإشباع الدافع الجنسي وبين الموانع التي يضعها المجتمع مما يؤدي بالمراهق إلى أقسى أنواع الصراع النفسي.(إبراهيم وجيه محمود، 1981،ص 49).

1-3-5-النمو الاجتماعي:

يأخذ النمو الاجتماعي خلال هذه المرحلة منحى آخر مغايرا لما كان عليه في مرحلة الطفولة، فيمكننا ملاحظة أن النمو الاجتماعي للطفل يبدأ في التطور منذ ولادته فيرتبط في السنوات الأولى بالأم التي تمثل له جميع مقومات الحياة ،ثم يتسع ليشمل أفراد أسرته ثم أقاربه فالجيران وهكذا ، إذ أن جميع العلاقات الاجتماعية التي يقوم بها الطفل لا تخرج عن الدائرة التي حددت له وهي دائرة الأسرة وارتباطاتها .

ولا تتغير هذه الصورة إلا مع هذه المرحلة عندما تبدأ تتكون علاقات من نوع جديد تربط المراهق بغيره من المراهقين والشبان وعندما يشتد ارتباطه بجماعات معينة منهم ويزداد ولاؤه لهذه الجماعات وتكون هذه العلاقات والارتباطات – في العادة – على حساب ارتباطاته بالأسرة وإحساسه بالأمن والراحة عن طريق انتمائه إليها وإلى الأبوين بالذات وشعوره بالحب والعطف والحنان في المحيط الذي يجمعه بهما ويضمه إلى رحابهما (إبراهيم وجيه محمود ،1981،ص60).

ويميل المراهق خلال هذه المرحلة إلى بناء علاقات إيجابية مع الأفراد الآخرين من نفس السن ومن الجنسين وخصوصا مع الجنس الآخر ،ويحتاج المراهق إلى تأكيد شخصيته وسط زملائه من نفس الجنس والفئة ، وتتميز الصداقة بالعمق والاستمرار والفئة التي يضم المراهق نفسه إلى أعضائها تجمع بينهما رغبات متماثلة وتوجد بينهم اتجاهات مشتركة وتكوين مثل هذه الجماعات ضروري للمراهق فعن طريق الانتماء إلى الجماعة يتعلم المراهق التعاملات الاجتماعية التي ربما افتقدها لعدم اطلاعه عليها من قبل،كما أن الانضمام إلى الجماعة يشعره بروح الطمأنينة ويجعله يشعر كأنه مرغوب فيه من جانب أفراد آخرين من أفراد المجتمع (كلير فهيم،1987، ص 22) .

ويتأثر النمو الاجتماعي للمراهق بالبيئة الاجتماعية والأسرية التي يعيش فيها ،فما يوجد في البيئة الاجتماعية من ثقافة وتقاليد وعادات وعرف واتجاهات وميول يؤثر في المراهق ويوجه سلوكه ويجعل عملية تكيفه سهلة أو صعبة.

و من خلال ما سبق يمكن تلخيص أهم مظاهر النمو الاجتماعي عند المراهق على النحو التالي:

***التآلف:**

"المراهق خلال تطوره الاجتماعي، يسفر عن مظاهر مختلفة للتالف تبدو في ميله إلى الجنس الأخر، وفي ثقته بنفسه وتأكيده لذاته، وفي خضوعه لجماعة النظائر، وفي عمق بصيرته الاجتماعية، واتساع بصيرته الاجتماعية، واتساع ميدانه الاجتماعي(فؤاد البهي السيد، مرجع سابق ، ص 279).

***الميل إلى الجنس الآخر :**

في بداية المراهقة يميل المراهق إلى الجنس الأخر، ويؤثر هذا الميل على نمط سلوكه، فهو يحاول إن يجلب انتباه الجنس الآخر بطرق مختلفة وان كانت عنيفة .

***الثقة وتأكيد الذات :**

حاول المراهق تأكيد ذاته ،من خلال الهروب من سيطرة الأسرة مع محاولة إرغام محيطه بالاعتراف بمكانته، فهو فخور بنفسه ،مبالغ في أحاديثه والفاضة، وكذا العناية الفائقة بمظهره .

***الخضوع لجماعة النظائر :**

المراهق في هذه الفترة يتأثر تأثرا كبيرا بأساليب أصدقائه وخلانه وأترابه، ومسالكهم ومعاييرهم ويصبح عبدا لجماعة النظائر هذه الجماعات التي تؤثر في سلوكه .

***النفور :**

تهدف مظاهر النفور في جوهرها إلى إقامة الحدود بين شخصية المراهق، وبين بعض الأفراد والجماعات، التي كان ينتمي إليها ويتفاعل معها ليقيم بذلك إطار ذاته وأركان تمايزه، ودعائم شخصيته ،ويلخص الدكتور فؤاد بهي السيد أهم هذه المظاهر في تمرد المراهق على الراشدين وسخريته من بعض النظم القائمة وتعصبه لأرائه، وآراء اقرأنه ومنافسيه وأنداده .

***التمرد :**

ويتجسد هذا المظهر، من خلال محاولة المراهق التحرر من سيطرة الأسرة ليشعرها باستقلاليته ونضجه، فيعصي ويتمرد . كما يعتبر (كلاك جرجس)التمرد على انه "احد أوجه الصراع، بين الفرد وبيئته والصراع بين الفرد وذاته، وتشير إلى حالة من سوء التكيف وعدم التوافق، ونعني ثورة الفرد على مجتمعه واتجاهاته السلوكية ،ويدل على عدم قدرة الفرد على حل مشاكله، فهو يجنح إلى أساليب شاذة قد تكون عنيفة، ويتمرد الفرد المتمرد برفضه لقيم الجماعة واتجاهاتها، حيث يكون سلوكه مخالفا لتوقعات الجماعة(كلاك جرجس، 1974 ،ص 76).

***السخرية :**

يعيش المراهق في نوع من الخيال والمثل العليا، التي تسبح به بعيدا عن الواقع مما يولد لديه نوع من السخرية من الواقع الذي يعيش فيه، وتخف هذه السخرية كلما اقترب المراهق من الرشد .

***التعصب :**

"يكون المراهق في هذه المرحلة متعصبا لأرائه والى أفكار رفاقه وأساليبهم، ويقل هذا التعصب كلما اقترب المراهق من الرشد، ويتحدد هذا التعصب حسب عوامل عديدة منها علاقته بالأسرة، والبيئة أللاجتماعية التي ينتمي إليها، وكذا الشعائر الدينية التي يؤمن بها، وقد يتخذ التعصب سلوكا عدوانيا يبدو في الألفاظ النابية، والنقد اللاذع، والنشاط الجامح (فؤاد بهي السيد،مرجع سابق ، ص281).

***المنافسة :**

يؤكد المراهق مكانته بمنافسته أحيانا لزملائه في ألعابهم، وتحصيلهم الدراسي ،والمجالات في المنافسة الفردية تحول بينه وبين الوصول إلى المعايير الصحيحة، للنضج السوي "وخير للمراهق أن يرتفع بأنماط المنافسة وأساليبها، حتى تستقيم أموره مع الأوضاع الاجتماعية والسوية، فيتحول من المنافسة الفردية إلى المنافسة الجماعية، التي تهيمن عليها روح الفريق وما تنطوي عليه هذه الروح من تعاون بين الإفراد (فؤاد بهي السيد، مرجع سابق ، ص281).

1-3-6-النمو الحركي :

يعتبر النمو الحركي عملية متكاملة مع جوانب السلوك المختلفة الأخرى، ونجده يرتبط ارتباطا وثيقا مع جوانب النمو الأخرى الجسمية والعقلية والانفعالية ، ورغم أن النمو الحركي في مرحلة المراهقة يتميز بالاضطراب إلا أنه لا ينبغي أن نطلق على هذه المرحلة مصطلح الأزمة الحركية للمراهقة بل على العكس من ذلك يستطيع الفرد في هذه المرحلة أن يمارس العديد من المهارات الحركية ويقوم بتثبيتها .(بسطويسي أحمد، 1996،ص 185).

ويمكن إيجاز الخصائص الحركية التي يكتسبا المراهق خلال هذه المرحلة على النحو التالي :

-يكتسب المراهق الاتزان التدريجي ، ويبتعد عن الاضطراب الحركي .

-تصبح حركات المراهق أكثر تناسقا بفضل تطور ميزة التوافق العصبي العضلي لديه .

-زيادة الكتلة العضلية للفتى تسمح له بممارسة أنشطة رياضية تمتاز بالقوة العضلية ، كما تستطيع الفتاة ممارسة أنشطة رياضية تمتاز بمرونة عالية كالجمباز نتيجة زيادة عنصر مرونة العضلات

-سرعة تعلم الحركات بفضل القدرات العقلية التي أصبح المراهق يتمتع بها خلال هذه المرحلة .

-تتميز هذه المرحلة بإتقان الحركات الرياضية ، كما تصبح حركات المراهق أكثر توافقا وانسجاما ويزداد نشاطه وقوته والاستفادة من برنامج التربية البدنية والرياضية في مساعدة المراهقين المنطوين مما يزيد في تقبلهم الاجتماعي وتحسين اتجاهاتهم نحو أنفسهم ونحو الآخرين .(عنيات محمد فرج، 1998، ص 70).

2- المظاهر الانفعالية للمراهقة المبكرة:

تتعلق المظاهر الانفعالية للفرد بالطاقة الحيوية النفسية للفرد ،وتتخذ لنفسها ألوانا مختلفة، تتناسب ومراحل النمو التي يمر بها المراهق، وميزتها أنها سريعة الاستجابة تميل إلى الكآبة والانطلاق، وسنذكر ثلاث من هذه المظاهر وهي :

أ- الرهافة:

يتأثر المراهق تأثرا سريعا بالمثيرات الانفعالية المختلفة، وسرعان ما يستجيب لتلك الانفعالات التي تثور في نفسه، ويذهب بهي السيد إلى ذالك في قوله "وهو لهذا مرهف الحس في بعض أمره-المراهق-

تسيل مدامعه سرا وجهرا، ويذوب أسى وحزنا ،حينما يمسه الناس بنقد هادئ بعيد،ولا سرعان ما يشعر بالضيق والحرج، حينما تتلو مقطوعة نثرية على جماعة فصله أو يلقى حديثا أمام مدرسته(فؤاد بهي السيد، مرجع سابق، ص 260).

ب– الكآبة :

كثيرا ما يتردد المراهق في الإفصاح عن انفعالاته، ويكتمها في نفسه خشية أن يثير نقد الآخرين ولومهم له ،ينطوي على ذاته ويبقى حبيس إحزانه حائرا ويبتعد عن صحبة الناس ويضيف بهي السيد"قد يسترسل المراهق في كابته حتى يشعر بضالة أحلامه وآماله في ضوء الحقائق اليومية فيخلد إلى التأمل هروبا من الواقع ، ويضل هكذا حتى تثوب إليه نفسه، حينما يجد في هواياته وميوله ما يملا به فراغه،ويجد من خلانه ورفاقه، ما يخفف عن إلام نفسه وكآبة شعوره"، والنشاط البدني والرياضي يتيح له فرصة الاحتكاك والاقتراب من الرفاق من خلال علاقاته الاجتماعية في حصة النشاط البدني والرياضي وتفريغ بعض مكنوناته.

ج–الانطلاق :

المقصود بالانطلاق هو التصرفات التي تنتج عن المراهق بصفة يغلب عليها التردد والتهور، فهو قد يستجيب لسلوك الجمهرة مما قد يجلب له التهلكة في حين نجده ينطلق في الضحك لأتفه الأسباب وفي غير موضع .

د– الغضب: وهو الحالة النفسية التي تشتمل على مجموعة من الدرجات تبدأ بالغضب البسيط كالغضب البسيط والاستثارة والضيق ثم تنتهي بالغضب الشديد المتمثل بالتمزيق والتدمير والعنف.

هـ– مثيرات الغضب في المراهقة:

إن أهم مثير للغضب عند المراهق هو شعوره بما يحول دون تحقيق رغباته وغاياته، وعندما يشعر بالظلم والحرمان، وعندما يتأثر بالأمور الطبيعية الخارجية ، ويذهب الدكتور حسن مصطفى إلى ذكر أسباب نوبات الغضب ونلخصها في :

– الفشل والإحباط، حيث" ينتج انفعال الغضب عندما يتعرض الطفل لظروف الفشل والإحباط في تحقيق أهدافه، وإشباع حاجاته الأساسية، أو إذا عطل أي ميل من ميولا ته الغريزية فهو يثور عندما يدفعه عامل الجوع ويثور لعدم تلبية رغبته في الاشتراك مع الجماعة في اللعب، ويثور إذا تعرض للإحباط الناتج عن تكليفه بما لا يستطيع، أو تكليفه بأعمال تفوق قدراته، واستعداداته الخاصة، ولا يتفق مع حاجاته وميولا ته، ومثل ذلك يحدث عند إلزام الطفل بمعايير سلوكية لا تتفق مع سنه أو طبيعة نموه (حسن مصطفى عبد المعطي ، 2001 ، ص 461).

و– استجابات الغضب في المراهقة :

تتطور استجابات الغضب في المراهقة عما كانت عليه في الطفولة، وتتخذ إشكالا لفظية وحركية، وقد نلمسها في تعبيرات وجهه .

***المظاهر الحركية** :يقول بهي السيد أنها تظهر عندما يحاول المراهق التنفيس من غضبه بالنشاط الحركي المتباين أو حينما يكون هائما في الطرقات .

***المظاهر اللفظية** :كثيرا ما يخفف المراهق من سلوكه العدواني الحركي، وتتحول استجاباته العصبية إلى مظاهر لغوية لفظية،وذالك من تهديده ووعيده وشتمه لكل ما يراه سببا في غضبه.

* **تعبير الوجه** : يحاول المراهق أحيانا أن يكتم غضبه، مما ينعكس على سمات وجهه من خلال احمراره وتغير لونه، أو من خلال عبوسه .

***اللوم** :كثيرا ما يلوم المراهق نفسه ،وذلك باعتبار أنه ظالم مذنب ويتجه بغضبه نحو ذاته.

3 – حاجات المراهق :

تعبر الحاجة عن الافتقار لشيء معين إذا ما وجد تحقق الإشباع والرضا وفي حقيقة الأمر نجد أن حاجات المراهق كثرة ومتنوعة والتي ينبغي عليه إشباعها وذلك لمواكبة جملة التغيرات الحاصلة خلال هذه المرحلة ومن بين أهم هذه الحاجات

* **الحاجة إلى تحقيق الذات :**

توصف مرحلة المراهقة بأنها مرحلة اكتشاف الذات فنمو الوعي الذاتي أو الشعور بالذات يعتبر أهم خصائص المراهقة من وجهة النظر النفسية ،فلأول مرة يصبح المراهق شديد الاهتمام بنفسه وبالناس حوليه وبآرائهم نحوه فيبدأ يرى العالم كله وخاصة ذاته بعينين جديدتين فيطرح على نفسه جملة من التساؤلات منها على سبيل المثال أي نوع أنا ؟ هل يهتم بي الآخرون ؟ وهل يحبونني ؟ وهل أنا مرغوب بالنسبة إليهم ؟ (عبد العالي الجسماني، 1994ص، 37).

* **الحاجة إلى الاستقلال :**

من أبرز مظاهر الحياة النفسية في فترة المراهقة رغبة المراهق في الاستقلال عن الأسرة وميله نحو الاعتماد على النفس ، فنتيجة التغيرات الجسمية التي تطرأ على المراهق يشعر أنه لم يعد طفلا قاصرا كما أنه لا يحب أن يحاسب على كل صغيرة وكبيرة وأن يخضع سلوكه لرقابة الأسرة ووصايتها فهو لا يحب أن يعامل كطفل ولكنه من الناحية الأخرى مازال يعتمد على الأسرة لقضاء حاجاته الاقتصادية وفي توفير الأمن والطمأنينة له ،فالأسرة تود أن تمارس رقابتها وإشرافها عليه بهدف توفير الحماية له ولكنه لا يقر سياسة الأوامر والنواهي لذلك ينبغي عليه الاستقلال التدريجي والاعتماد على النفس . (عبد الرحمان العيساوي، 1995،ص 41،42).

* **الحاجة إلى التملك والسيطرة :**

في فترة المراهقة تزداد رغبة المراهق في امتلاك الأشياء الخاصة به وأن يسيطر على تلك الأشياء ويفرض على الآخرين أن يحترموا خصوصياته.

* **الحاجة إلى الانتماء :**

تزداد حاجة المراهق إلى الانتماء إلى جماعة يشترك معها في نفس الخصائص والتوجهات والأفكار(كلير فهمي ،1987 ، ص27).

ويسعى أن تكون هذه الجماعة خارج دائرة الأسرة و ارتباطاتها.

* **الحاجة إلى التقدير والاحترام :**

انطلاقا من إحساس المراهق بكونه أصبح فردا راشدا فإنه يتوقع من الآخرين أن يعاملوه وفق هذا الأساس وأن يظهروا له الاحترام والتقدير .

* **الحاجة إلى التفهم والدعم** : عندما يدرك المراهق بأنه يمر بمرحلة إنتقالية قد ينتج عنها انفعالات سلبية فإنه يكون بحاجة إلى التفهم من طرف الآخرين خاصة أفراد أسرته، كما أنه يحتاج إلى دعمهم لكي يتجاوز هاته المرحلة.

***الحاجة الفيزيولوجية** : هذه الحاجات التي من خلالها يسعى المراهق إلى تحقيق التوازن الوظيفي، والعضوي في جسم المراهق، ونذكر من بينها

-الحاجة إلى الطعام والشراب .

- الحاجة إلى الهواء والنوم والراحة .

-الحاجة إلى النشاط والحركة واللعب والجنس.

* **الحاجات النفسية والوجدانية** :وهي تسعى إلى تحقيق التوازن النفسي لدى الفرد الذي يرتبط بالتوازن العضوي ونذكر منها

* **الحاجة إلى الحب والإحساس بالحرية** :وفي هذا الإطار يقول الدكتور بهي السيد "الحب اتجاه نفسي يكتسب بتكامل الخبرة وبالتقليد ويغير ذالك من العوامل التي تؤدي إلى تكوين الاتجاهات ،ويسفر عن ميل الشخص نحو ما يحب ومن يهوى ويقوم في جوهره حول تناسق بعض الانفعالات وتمركزها حول موضوعه وهدفه (فؤاد بهي السيد، مرجع سابق ،ص 267.)

فالمراهق بحاجة غالى من يقف بجانبه، ويحسسه بأنه قادر على أن يفعل أشياء، كثيرة فالفهم الجيد لشخصية المراهق تعالج كثير من المشاكل، كما أنها تتيح للمراهق الفرصة بان يعبر عن ذاته-" الحاجة إلى الأمن والطمأنينة، والحاجة إلى الحماية عند الحرمان من إشباع الدوافع والحاجة على المساعدة في حل المشكلات الشخصية (حامد عبد السلام ،1985، ص 401)

3-1 - تأثير عدم إشباع حاجات المراهق :

عندما يكون الوسط المحيط بالمراهق غير مناسب لإشباع حاجاته الجسمية أو النفسية فإنه يأخذ في الإحساس بالحرمان أو الخطر أو بعدم الانتماء أو بالنبذ أو بأي إحساس من تلك الأحاسيس التي تبدأ في التضخم والاستفحال والتي تنعكس بالتالي على سلوك المراهق وتصرفاته ومواقفه مع الآخرين والواقع أن المراهق لا يستطيع أن يقف مكتوف اليدين بإزاء ما يجده من تقصير للوسط الاجتماعي في حقه ولابد له من اتخاذ موقف والموقف الذي يتخذه أو الدور الذي يلعبه هو موقف أو دور تعويض إذ لابد أن يعوض الحرمان الذي فقده أو يؤكد انتصاره على الخطر الذي يشعر أنه

محدق به أو لا بد له من البحث عن جماعة أخرى جديدة ينتمي إليها تكون مستعدة لتقبله (سعد جلال، 1992، ص 260).

3-2- العمليات الارتقائية لمرحلة المراهقة :

تؤدي العمليات الارتقائية التي يتعرض لها المراهق إلى إكسابه جملة من الخصائص نوجزها على النحو التالي :

*التوصل إلى علاقات جديدة وأكثر نضجا مع القرناء من الجنسين.

*لعب الدور المناسب للجنس .

*تقبل الفرد لجسمه واستخدامه بكفاءة.(يصبح فخورا بجسمه أو على الأقل متقبلا له مع استخدامه بكفاءة وحرصه على سلامته).

*التوصل إلى الاستقلال العاطفي من الأبوين والبالغين.(التحرر من التعلق بالوالدين ، تنمية حبه لوالديه دون الاعتماد عليهما وتكوين الاحترام اللازم للكبار دون اعتماده عليهم ، محاولة الاستقلال الاقتصادي .

(الشعور بالقدرة على كسب العيش إذا أراد أو اضطرته الظروف وهذه مهمة بالنسبة للولد وبدأت أهميتها للفتاة).

*اختيار المهنة والاستعداد لها .(اختيار المهنة التي يشعر أنها تناسب قدراته و الاستعداد لها) .

*الاستعداد للزواج وتكوين الأسرة .

(تكوين اتجاه إيجابي نحو الحياة الأسرية وإنجاب الأطفال ، وفيما يتعلق بالبنات الحصول على المعلومات الضرورية الخاصة بالشؤون المنزلية وتربية الأطفال) .

*تكوين المهارات الضرورية والمفاهيم المتعلقة بالمواطنة والواجبات أو الحقوق المدنية .

(تكوين مفاهيم عن القانون والحكومة والاقتصاد والسياسة والجغرافيا والطبيعة البشرية والنظم الاجتماعية التي تناسب المجتمع الحديث و تكوين المهارات اللغوية) .

*تكوين السلوك الاجتماعي المناسب .(المساهمة كعضو بالغ في حل مشاكل بيئته ومجتمعه ووطنه مع مراعاة القيم السائدة في المجتمع).

*تكوين مجموعة من القيم والاتجاهات الخلقية التي يهتدي بها في سلوكه .(سعد جلال ،مرجع سابق ،ص 261).

4 – دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في إرشاد مراهقي الطور المتوسط:

تعتبر فترة المراهقة من أصعب المراحل التي يمر بها التلميذ أثناء مساره الدراسي وتقع مسؤولية توجهه و إرشاده على عاتق الطاقم التربوي برمته ، وفي كثير من الأحيان يجد المراهق صعوبة كبيرة في الوثوق من الأخصائي النفسي المدرسي، وذالك في طلب الدعم العاطفي و الانفعالي كونه قريبا من الإدارة المدرسية بسبب ما يتعرض له التلميذ من اللوم والتأنيب والتوبيخ لما يعترضه من مشكلات سواء كان في محيط المدرسة ،أو المجتمع أو الأسرة ، حيث يكون دائما مترددا في طلب الاستشارة النفسية وهنا يتعاظم دور الأستاذ في التعامل مع المراهقين كونه الشخص الأقرب إليهم ،

ولهذا فالأستاذ يلعب الدور الهام في هذه المرحلة من خلال الفهم الدقيق لمتطلباتها وقد حددها ممدوحة محمد سلامة في النقاط التالية :

* قد يواجه أستاذ التربية البدنية والرياضية أحد التلاميذ الذين يتميزون بالسلوك العدواني وعدم النظام أثناء حصة التربية البدنية والرياضية .

وفي هذه الحالة يجب على المدرس أن يقوم بملاحظة التلميذ ملاحظة موضوعية أثناء الحصة من حيث أنماط السلوك ، ومدى اشتراكه وفعاليته أثناء الحصة ، والأنشطة التي يشترك فيها ، وبذلك يتمكن المدرس من تحديد الخط القاعدي لسلوك التلميذ ولمساعدة هذا التلميذ لكي يغير من سلوكه غير المرغوب فيه (السلوك العدواني ، وعدم النظام)

فان المدرس يمكنه توجيه اهتمامه لتلميذ وتشجيعه والثناء عليه عندما يكف عن المظاهر السلبية لسلوكه والاشتراك بفعالية في الدرس، أي أن المدرس يقوم بعملية تعزيز لسلوك التلميذ ، كذالك يقوم المدرس بتجاهل التلميذ في حالة قيامه بالسلوك غير المرغوب فيه ، وعدم مشاركته بفعالية في درس التربية البدنية والرياضية ، ويقوم المدرس بتكرار تلك العملية ، فإذا حدث تحسن في سلوك التلميذ فيستطيع المدرس أن يتأكد من أن هذا التحسن في السلوك يرجع إلى قيامه بتعزيز سلوك التلميذ أم يرجع إلى أسباب أخرى وللتحقق من ذالك يقوم المدرس بالتوقف عن تعزيز سلوك التلميذ كما يقوم بتجاهله ، ويتم ملاحظة أنماط سلوكه مرة أخرى فإذا ظهر سلوك التلميذ يتميز بالعدوانية وعدم النظام أي وصل إلى الخط القاعدي ، فان ذلك يدل أن استخدام أسلوب التعزيز من جانب المدرس في ضبط سلوك التلميذ.(إخلاص محمد عبد الحفيظ،نفس المرجع،ص64).

قد يكتشف أستاذ التربية البدنية والرياضية تلميذ غير متعاون مع زملائه في حصة التربية البدنية ففي هذه الحالة يهتم المدرس بالعمل على مساعدته في التعرف على أهمية التفاعل والتعاون مع الآخرين وعليه أن يخلق المواقف التعليمية التي تتطلب التعاون مثل الألعاب الجماعية ، الألعاب الصغيرة والألعاب الترويحية ، وأنشطة التنافس وغيرها من الأنشطة التي تتطلب عملا جماعيا فعند تفاعل التلميذ مع تلك المجموعات واندماجه معها فأنه يلقى تعزيزا من المدرس ، ويجب على المدرس مراعاة أن يكون التعاون في البداية مع مجموعات قليلة العدد ثم زيادة العدد بعد ذالك في ضوء تحسن السلوك ، بمعنى آخرا عند وصول التلميذ إلى درجة مناسبة من التعاون داخل الجماعة صغيرة العدد فان التلميذ يوضع في موقف تعاوني مع مجموعة أكبر في العدد من المجموعة الأولى ، وهكذا حتى يصل إلى درجة مناسبة من التفاعل والتعاون مع جميع التلاميذ بالفصل.

4-1- الخدمات الإرشادية التي يقدمها أستاذ التربية البدنية والرياضية للتلاميذ الطور المتوسط:

يلعب أستاذ التربية البدنية والرياضية دورا هاما بالمؤسسة التعليمية ولا يقتصر هذا على التدريس حصص التربية البدنية فقط بل يتعدى إلى أكثر من ذالك إلى خدمات مختلفة أهمها مايلي:

*** خدمات إرشاديه في مجال الصحة النفسية:**

بعد الثورة التي قامت ضد التربية و مبادئها، أصبح من المسلم به أن الحياة المدرسية ذات أهمية كبرى في صحة الطفل النفسية، واتزان شخصيته في حاضره ومستقبله، لذلك نجد أن كل البرامج الشاملة للمواد والطرق التعليمية في المدرسة الحديثة لها غرض واحد، هو تحقيق نمو الشخصية السليمة الصحيحة للتلاميذ فمن المعتقدات السائدة اليوم هو أن أحد أسباب الأمراض النفسية للشباب والكبار يرجع إلى أحداث غير سارة مرت بهم في حياتهم المدرسية (فكري حسن زيان،1971،ص277).

التربية الحديثة تفرض على الأستاذ الدور الجديد الذي يتعدى نطاق المادة التعليمية، إلى حل مشاكل التلاميذ، كمشاكل الصحبة، والمشاكل الاجتماعية، ومشاكل التوجيه التعليمي، واختيار المهنة، ونشاط أوقات الفراغ؛ و كل ذلك يتطلب منه أن يكون مُعداً إعداداً خاصاً لها، فالأستاذ المرشد والموجه الفعال يجب أن يكون دارساً للطفولة ومشاكلها، و لبرامج الإرشاد النفسي وأساليبه، ولاستعدادات الفرد و اهتماماته، وكل الجوانب الشخصية التي يُوكَّل له أمر توجي.

***الإرشاد لتحسين الأداء :**

من أهم الخدمات التي يقدمها أستاذ التربية البدنية والرياضية للتلاميذ ،الخدمات النفسية الإرشادية من أجل مساعدتهم على تطوير مهاراتهم واستخدام المهارات التي يمتلكونها بشكل أكثر فاعلية كذلك يتضمن تلك الخدمات تدريب المهارات النفسية مثل استرخاء العضلات ،التخيل ،التدريب العقلي ،طرق التحكم المعرفية ،وضع الأهداف ،ويستطيع المساعد من خلال تقديم الإرشادات النفسية التربوية لفريق التلاميذ ككل ،أو عقد جلسات فردية للتلاميذ في حالة الاحتياج .

*** تحسين العلاقة :**

إن الحفاظ على العلاقة المناسبة مع التلاميذ يعتبر امرأ حيويا وبالغ الأهمية بالنسبة لعمل المربي الرياضي ويستطيع الأستاذ الاستعانة بالأخصائي النفسي لزيادة الفهم الكامل بسلوك التلاميذ اليومي ،هذه المعلومات تتيح الفرصة للاهتمام بالعلاقة مع التلاميذ ،كما تساعد التلاميذ على تجنب الأخطاء والتصدي لها ،ومن هذا المنظور فان الأستاذ يستخدم المعلومات النفسية التي تساعد في تحسين قدرته على الاتصال الفعال مع التلاميذ ، بالمثل فان شخصية التلميذ تتيح الفرصة لأستاذ التربية البدنية والرياضية لتقديم الاستشارة المناسبة للتلاميذ بلباقة وبشكل مناسب لتنمية الاتصال الفعال والمناسب والمؤثر في

جهاز الصف الدراسي ،ويمكن أن يكون له دور نشط في تشجيع فريق التلاميذ وتحفيزهم للاتصال الفعال ،بالإضافة إلى توضيح الأفكار والمشاعر ومساعدة التلاميذ على إنشاء خطوط واضحة الاتصال ،عن طريق المساعدة على الفهم

المتبادل بينهما ،وهذا ليس بالدور السهل والأمر الهين ،ولكنه مشحون بالعديد من العقبات ،ولذ وجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية الاستمرار في التعرف على حدود أدواره . (فكري حسن زيان،نفس المرجع،ص279).

من المستحب في العملية التربوية أن يكون الأستاذ مشاركا في نوع من أنواع النشاط المدرسي، كرئاسة جمعية من جمعيات النشاط، أو رئاسة فصل، أي أن يكون رائدا له، وهذا النشاط كثيرا ما يكون خبرة سارة تتطلب جهدا ومهارة وتفكيرا تربويا سليما، وهذه التجربة والمبادرة الجميلة تسمح للتلاميذ من اكتشاف جوانب عديدة من حياة الأستاذ كان يخبأها أثناء القيام بالدروس، كما يمكن لهذا الأخير أن يكتشف جوانب عديدة من حياة تلاميذه.

***الخدمات العلمية:**

يستطيع أستاذ التربية البدنية والرياضية التحقق عن قرب من الخدمات العلمية ،فموضوعات الصحة العقلية مثل :القلق، الاكتئاب والاضطرابات الأسرية ،تحتاج من الأستاذ العزم والتصميم للمساهمة في تقديم الاستشارة النفسية المناسبة ، وقد يواجه الأستاذ بعض الموافق التي تتميز بشدتها وتحتاج إلى المساعدة والاهتمام لفترة معينة مثل :التسرب المدرسي العدوانية، تعاطي المخدرات ،حيث يحتاج الأستاذ إلى التنسيق مع جهات أخرى كالأخصائي النفسي وأولياء الأمور والإدارة ،وهذا كله من أجل المساهمة في التوجيه والإرشاد النفسي وهى خدمات تتعدى نطاق التخصص وتنحصر في ما يلي :

- تقدير الحالة النفسية – أساليب التحكم في الأ لم – أساليب التدخل السلوكية المعرفية .
- إدارة الضغوط والإرشاد النفسي .– التدريب على التخيل والتدريب العقلي والانضباط السلوكي .
- تسهيل الدعم الاجتماعي للفريق(د،محمد عبد الحفيظ ،2002 ،ص141).

خلاصة :

من خلال ما سبق تتضح لنا أهمية التربية البدنية والرياضية التي تهدف إلى إكساب الفرد السلوك السوي خصوصا في مرحلة التعليم الثانوي نضرا لتصادفها مع مرحلة المراهقة والتي تعتبر أهم وأعقد مرحلة في حياة الفرد نتيجة للتغيرات السريعة والمفاجئة والتي تخلق له انفعالات سلبية تؤثر في سلوكه كما يسعى المراهق في هذه المرحلة إلى إشباع حاجاته النفسية العقلية البدنية والاجتماعية، حيث تعتبر التربية البدنية والرياضية من أنجع الوسائل لإشباع هذه الحاجات من خلال مجموعة من الخصائص البدنية والعقلية والنفسية والانفعالية التي تؤهله للتحول إلى بالغ يمكنه تحمل المسؤولية لذا أوجب الاهتمام بالمراهقين وتفهمهم ودعمهم من أجل تجاوز هذه المرحلة ولا يتأتى ذلك إلا بفهم طبيعة هذه المرحلة من جهة ومن جهة أخرى التعرف على الطرق الحديثة التي تمكن الأستاذ من التغلب على الصعوبات والمشاكل التي قد تواجهه أثناء تعامله مع هذه الفئة خلال الموافق التعليمية وزيادة الاهتمام بالتلميذ كمحور للعملية التعليمية كل هذا فرض على الأستاذ التوجه نحو مجال الإرشاد النفسي لاكتساب التقنيات اللازمة،التي من شانها خلق تفاعل ايجابي وفعال بين التلميذ والأستاذ يمكن الأستاذ من تقديم الأفضل و يعطي التلميذ حقه في التربية والتعليم والإرشاد، فحصة النشاط البدني والرياضي بمنظورها العلمي تحقق مجموعة من المتطلبات التي تمكنه من معرفة ذاته وتفجير قدراته، والاندماج الاجتماعي مع رفاقه وزملائه، والتنفيس عن مكبوتا ته ورغباته بالإضافة إلى زيادة ترابط العلاقة بين التلميذ والمدرس التي يمكن استغلالها في المساهمة في عملية الإرشاد والتوجيه .

الباب الثاني

الدراسة التطبيقية

الفصل الأول
الإجراءات المنهجية للبحث

تمهيد:

يرجع مصطلح: منهجية (Méthodologie) إلى أصل يوناني تحت مصطلح (Logos) ويعني علم طريقة البحث ويرجع مصطلح: منهج (Méthode) أيضا إلى أصل يوناني تحت مصطلح: Odos، ويعني الطريقة التي تحتوي على مجموعة القواعد العلمية الموصلة إلى هدف البحث (Modeleine GRAWITZ, 1994, p.265)،وعليه فان منهجية البحث تعني مجموعة المناهج والطرق التي تواجه الباحث في بحثه، وبالتالي فان وظيفة المنهجية هي جمع المعلومات، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة الاجتماعية المدروسة (فريديريك معتوق، 1998،ص.231).

1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية مرحلة هامة من مراحل البحث العلمي، فبناء على التجربة الاستطلاعية وعلى ضوء ما يصادف الباحث من صعوبات وما يظهر من نقائص تستوجب التغيير يقوم بالمراجعة النهائية لخطوات البحث التطبيقية قبل أن يخرج إلى الميدان حتى يكون مطمئنا لسلامة التنفيذ، وبالتالي ينظر إلى الدراسة على أنها فرصة للتعديل، إذ لا يتسنى للباحث التراجع بعد تطبيق أداة القياس والحصول على النتائج ولذلك حاولنا استغلال الدراسة الاستطلاعية والاستفادة منها كخطوة منهجية علمية لا بد من التوقف عندها ومراجعة المعطيات الميدانية و الخلفية والرصيد النظري الذي سمح لنا بالجمع والاطلاع على دراسات انتمت إلى نفس السياق و تخص المشكلات النفسية للمراهق و التي من بينها الانطواء الاجتماعي أو حاجات المراهق كحاجته للتفاعل الاجتماعي والثقة بالنفس التي تجعله يساير متطلبات العصر وتجعله عنصرا فعالا في المجتمع.

كما قادتنا الدراسة الاستطلاعية إلى (05)متوسطات موزعة عبر تراب ولاية المسيلة وهم متوسطة عبد الرحمان ابن عوف، متوسطة سحوان بن عزوز ،متوسطة العقيد محمد شعباني ،متوسطة عز الدين بالحاج، ومتوسطة العقيد الحواس حيث أجرى الباحث لقاء مع أساتذة التربية البدنية والرياضية العاملين بهذه المؤسسات والبالغ عددهم (07 أساتذة) وهذا لتقرب منهم أكثر واستماع وأخذ وتسجيل آراءهم حول مساهمتهم في عملية الإرشاد النفسي في الوسط المدرسي والمشاكل التي يعاني منها التلاميذ على غرار الانطواء الاجتماعي ، وطبيعة التفاعل بين التلميذ والأستاذ وبين التلميذ والتلميذ ومدى حاجة التلاميذ للتفاعل الاجتماعي من خلال استجوابهم، ، وكذا معرفة الصعوبات التي يواجهنها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، والتعرف على مدى التنسيق وطبيعته مع مستشاري التوجيه ، كذلك تم استجواب بعض مستشاري التوجيه حول الانطواء الاجتماعي لدى التلاميذ التربية البدنية والرياضية من خدمات تساهم في عملهم الإرشادي للحد أو التخفيف منه وكذا الاطلاع على محتوى برامج الإرشاد النفسي المدرسي بهذه المؤسسات، ومدى

مشاركة أساتذة التربية البدنية والرياضية في إنشاء ومتابعة وتنفيذ هذه البرامج ،وكانت عملية الاستطلاع تتم إما عن طريق طرح الأسئلة المباشرة ،وإما عن طريق الإطلاع المباشر للوسائل والطرق المستخدمة كما تهدف أيضا إلى معرفة مدى حاجة التلاميذ للخدمات الإرشادية وبالخصوص من طرف أساتذة التربية البدنية والرياضية، وكذا طبيعة العلاقة التي تسود بينهما ،علما أنه كلما كانت هذه العلاقة إيجابية كانت المساهمة في عملية الإرشاد النفسي والتخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي فعالة وناجعة.

ولقد حضي الباحث بلقاء مع مفتش مادة التربية البدنية والرياضية لطور المتوسط ،وهذا من أجل أخد المزيد من المعلومات حول ما يمكن أن يقدمونه أساتذة التربية البدنية والرياضية للتخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي في الوسط المدرسي، ولقد أبدى مفتش المادة بعض النقائص التي تعيق هذه العملية والتي من بينها طبيعة تكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية وقلة الدورات التكوينية في مجال علم النفس التربوي ،ولم يتردد الكثير من الأساتذة ممن التقى بهم الباحث سواء أثناء الدراسة الاستطلاعية أو خارجها من بروز الانطواء الاجتماعي من خلال مؤشراته كقلة التفاعل الاجتماعي،والوحدة والانعزال وقلة الثقة بالنفس والميل إلى العمل الفردي، ولقياس هذه المؤشرات قام الباحث ببناء استمارة استبيانيه وتجريبها على عينة استطلاعية اختيرت بطريقة عشوائية قوامها (60) بين تلميذ وتلميذة للسنة الثالثة متوسط هذا لتجريب الأداة وحساب الصدق والثبات ،وفيما يتعلق بالبرنامج الإرشادي أظهر مفتش مادة التربية البدنية قناعته بالفكرة شريطة أن لا يعيق البرنامج الإرشادي سير الحصص وأهدافها .

1-1-عينة الدراسة الاستطلاعية: اختيرت العينة الاستطلاعية بطريقة عشوائية من جميع أقسام السنة الثالثة وقوامها (60) وكانت (30)تلميذ و(30) تلميذة حيث أختير (09)تلاميذ من كل فوج ويتعلق الأمر بالفوج (01) (02) (03) (04) و (08)تلاميذ من كل فوج ويتعلق الآمر بالفوج(05) (06) (07) هذا لتجريب الأداة وحساب الصدق والثبات.

2- منهج الدراسة:

المنهج في البحث العلمي يختلف باختلاف المواضيع، لذلك توجد أنواع عديدة من المناهج العلمية حيث أن طبيعة الدراسة ونوع المشكلة هي التي تحدد المنهج المتبع في الدراسة،إن الهدف من الدراسة الحالية هو معرفة مدى تأثير برنامج إرشادي نفسي مدرسي خلال حصص التربية البدنية والرياضية في التخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط وكذا محاولة استغلال حصص التربية البدنية والرياضية في هذا،وعليه يستخدم الباحث المنهج التجريبي القياس وإعادة القياس بأسلوب المقارن في هذه الدراسة .

2-1-التصميم التجريبي: وقد استخدم الباحث في دراسته التصميم التجريبي الآتي :القياس القبلي والبعدي لنفس المجموعة والمتمثل في المقارنة بين المجموعة التجريبية قبل البرنامج وذات المجموعة بعد تطبيق البرنامج وفي فترة المتابعة وذلك من أجل التأكد من استمرار تأثير البرنامج المستخدم مع مجموعة الدراسة وطبقا لهذا التصميم تم إجراء القياسات الآتية للمجموعة التجريبية :* القياس القبلي للمجموعة التجريبية قبل التطبيق * القياس البعدي للمجموعة التجريبية بعد الانتهاء من البرنامج .

الجداول رقم (03) :يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس

	ذكور	اناث	المجموع
عدد التلاميذ	103	127	230
النسبة المئوية	44.6%	56.4%	100%

3-العينة التجريبية للدراسة :

تعتبر العينة من الأدوات الأساسية في البحوث العلمية والهدف الأساسي منها الحصول على معلومات وبيانات على المجتمع الأصلي للبحث تتكون عينة الدراسة التجريبية من **تلاميذ متوسطة سحوان بن عزوز بدائرة أمجدل** ولاية المسيلة **السنة الثالثة متوسط** والبالغ عددهم (**230**)تلميذ وتلميذة، موزعين على (**07**)أفواج يتراوح سنهم من (14إلى 15سنة)كما هو مبين في الجدول رقم (**03**)،والجدول (**04**) ولقد قصد الباحث مستوى السنة الثالثة عوضا عن السنة الأولى اعتقادا منه بعدم تأقلم تلاميذ هذا المستوى مع البيئة المدرسية الجديدة عليهم وتجنب الباحث الأقسام النهائية لانشغالهم بمتطلبات امتحان شهادة التعليم المتوسط لمادة التربية البدنية والرياضية أي أنها عينة غرضيه قصدية .

الجداول رقم (04) :يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس على الأقسام

الجنس	الفوج (01)	الفوج (02)	الفوج (03)	الفوج (04)	الفوج (05)	الفوج (06)	الفوج (07)	المجموع
ذكور	15	14	15	15	14	16	14	103
إناث	19	19	18	17	18	17	19	127

4- مجالات الدراسة:

***المجال المكاني** : أجريت هذه الدراسة في **متوسطة سحوان بن عزوز بدائرة أمجدل** لولاية المسيلة .

***المجال الزماني:** امتدت هذه الدراسة خلال الموسمين 2013/2012 أجريت فيه الدراسة الاستطلاعية والموسم الدراسي 2014/2013، حيث بدأ تطبيق البرنامج الإرشادي منذ شهر أكتوبر حتى أواخر شهر ديسمبر 2013 .

5 – ضبط متغيرات الدراسة:

–المتغير المستقل : البرنامج الإرشادي.

–المتغير التابع : الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط

وقد قام الباحث بضبط المتغيرات التي قد يكون لها تأثير على المتغير التابع في الدراسة الحالية بهدف تثبيتها لدى أفراد المجموعة التجريبية للارتقاء بمستوى الدقة في التجربة و لضمان الحصول على نتائج تعزى للبرنامج الإرشادي ، مما يحقق الصدق الداخلي والخارجي للتجربة ، وقد اعتمد الباحث بالضبط الانتقائي في تحديده للمتغيرات التالية :(المستوى الدراسي ،العمر ،بيئة التجربة ،عدد الحصص،كفاءة الأستاذ،الوسائل المستخدمة).

استخدم الباحث الضبط البيئي لبعض المتغيرات المادية و المكانية أثناء القياس القبلي و البعدي وعزل الضوضاء ،عزل عوامل المشتتة للانتباه،شرح العبارات الغامضة ،منح الوقت الكافي

6–وصف أداة الدراسة:

تعتبر أدوات الدراسة المحور الأساسي الذي يستند عليه الباحث ويوظفه في كشف الحقيقة عن مشكلة الدراسة ولتحقيق ذلك وظف الباحث أدوات عديدة نذكر منها :

أ–مقياس الانطواء الاجتماعي ولقد وظف الباحث **مقياس الانطواء الاجتماعي** لقياس درجة الانطواء الاجتماعي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعد تطبيقه وهذا لمعرفة مدى نجاعة البرنامج وقياس درجة تأثيره في خفض درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط ، ويتألف من (40) عبارة يجيب عنها تلاميذ الطور المتوسط ، وتحدد الإجابة على كل عبارة وفقا للتدرج الخماسي التالي (أوافق بشدة – أوافق –غير متأكد– لا وافق– لا أوافق بشدة).

ثم يطلب من الشخص المستجوب أن يضع علامة (X) على الإجابة التي تعبر عن حالته بالنسبة لكل عبارة من العبارات التي تتضمنها مقياس الانطواء الاجتماعي ، حسب الجدول الموضح أسفله حيث قام الباحث بعد البحث والاطلاع على مظاهر وعلامات ومؤشرات الانطواء الاجتماعي والاطلاع على العديد من المقاييس التي تخص هذه المؤشرات كمقياس العزلة الاجتماعية الذي أعده دي يونج جيرفيلد وفان تيلبورج **De Jong & Van Tilburg Gierveld** ومقياس الوحدة النفسية ،أعد هذا المقياس في الأصل راسل **russel** (1996م) كأداة سيكومترية سهلة التطبيق في الأبحاث التجريبية لقياس الشعور بالوحدة النفسية ، وهذا المقياس هو النسخة الثالثة المنقحة لمقياس كاليفورنيا – لوس انجلوس للشعور بالوحدة النفسية ،ولقد قام الدسوقي (1998) بترجمة المقياس وتطبيقه على عينة قوامها (1220) فرداً من الجنسين من مستويات عمرية مختلفة ومقياس الثقة بالنفس المطبق من طرف الدكتورة لمياء ياسين كلية الآداب قسم علم النفس ،قمنا بتصميم الأداة وتم تصميمها وفق أربع محاور، وتم تحكيم الأداة من طرف مجموعة من الأساتذة.

وكانت طبيعة الأسئلة مغلقة (أنظر الملحق03).

ب–مفتاح الأداة:كان من الضروري على الباحث استخدام مفتاح للأداة الدراسة وهذا لدراسة الجانب الإحصائي وفقا للجدول التالي:الجدول :رقم(05) يوضح مفتاح درجة **مقياس الانطواء الاجتماعي**

العبارة	أوافق بشدة	أوافق	غير متأكد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
الدرجة	5	4	3	2	1

ج- **الملاحظة الطبيعية** : وتتمتع هذه الطريقة بالصدق الظاهري ، حيث أنها تتضمن ملاحظة أنماط تفاعل الطفل في المواقف الطبيعية بشكل مباشر ، وكذلك تمكن هذه الطريقة الباحثين من قياس سلوك الطفل بشكل متكرر ، ودراسة المثيرات القبلية والمثيرات البعدية المرتبطة بسلوكه ، وهذا له أهمية كبيرة في تحليل السلوك وبالتالي وضع الخطط العلاجية المناسبة.

على ضوء أهداف البحث وطبيعة الدراسة، ولأجل اختبار فرضيات البحث والوقوف على مدى تحققها قمنا باستعمال د-**مقياس الانطواء الاجتماعي** لقياس درجة الانطواء الاجتماعي وفيما يلي نبين الخطوات التي مربها الباحث في بناء الأداة :

- المسح المكتبي ومراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة المتعلقة بالإرشاد النفسي المدرسي في مجال علم النفس وعلم النفس التربوي الرياضي.

-مراجعة العديد من المقاييس المتعلقة بالانطواء والعزلة والتفاعل الاجتماعي والوحدة النفسية والثقة بالنفس.

-الوقوف على مدى استيعاب التلاميذ للعبارات الموجودة في أداة القياس.

هـ–محاور مقياس الانطواء الاجتماعي:

- المحور الأول: قلة التفاعل الاجتماعي

أصحاب الدرجات المرتفعة على هذا البعد يتميزون بقلة التواصل مع الآخرين وقلة السلوك التعاوني وضعف في التوقع والذي له دورا أساسيا في عملية التفاعل الاجتماعي حيث يصاغ سلوك الإنسان وفق ما يتوقعه من رد فعل الآخرين فهو عندما يقوم بأداء معين يضع في اعتباره عدة توقعات لاستجابات الآخرين كالرفض أو القبول والثواب والعقاب ثم يقيم تصرفاته ويكيف سلوكه طبقا لهذه التوقعات ،كما يتميزون بعدم إدراك الدور وإجادة الفرد لدوره ويعجز توقع أفعال الآخرين لعجزه عن إدراك أدوارهم وعلاقة دوره بدورهم يعتبر انخفاض مستوى التفاعل الاجتماعي مؤشر من

مؤشرات الانطواء الاجتماعي ،كما يتميز أصحاب الدرجات المرتفعة في هذا البعد بقلة النشاط لعدم مشاركتهم الفعالة في المواقف الاجتماعية على غرار الألعاب الجماعية .

- المحور الثاني :ا لوحدة والانعزال

أن الشعور بالوحدة النفسية عبارة عن شعور الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين أشخاص وموضوعات مجاله النفسي لدرجة يشعر معها الفرد بافتقاد التقبل والحب من جانب الآخرين أو يترتب على ذلك عدم قدرته على تكوين علاقات مثمرة ومشبعة مع الآخرين ، وهذا الشعور تتباين أنواعه وأعراضه من النفور النفسي والبعد عن الآخرين والشعور بالخجل والانطواء وعدم مقدرة الفرد في المشاركة في الأحداث الاجتماعية ، وتمركزه حول ذاته والبعد والنفور عن الآخرين وهي مؤشر من مؤشرات الانطواء الاجتماعي(قشقوش، 1979 ،ص19) ، وتظهر في عدم مشاركة الفرد أقرانه بالنشاطات الاجتماعية أو الألعاب أو غير ذلك كما تظهر عند التلميذ الذي سبق أن أقام تفاعلات مع الآخرين في المجتمع، لكن تم تجاهله أو معاملته بطريقة سيئة، مما أدى إلى انسحابه وانعزاله.

المحور الثالث : ضعف الثقة بالنفس أصحاب الدرجات المرتفعة على هذا البعد يتميزون بالخوف من إبداء الرأي أو التصرف في موقف ما ،وكذا تجنب بعض الأدوار القيادية كرئيس الفوج مثلا وتجنب المواقف التي يكونون فيها محور انتباه الآخرين، فتظهر عليهم ملامح التوتر والخوف وعدم المواجهة، وعادة ما يكونون في هامش المواقف الاجتماعية ولا يبادرون في العمل الجماعي بالفعالية المطلوبة وهى إحدى مؤشرات الانطواء الاجتماعي.

كما أنهم يميلون إلى جعل مسافة بينهم وبين الآخرين، ولهذا فهم لا يشاركون في أي نشاط إلا إذا بدا لهم الوضع آمنا وليس لهم روح المبادرة لذلك فهم نادرا ما يطرحون الأسئلة، أما مع الزملاء فإنهم يجدون صعوبة في التبادل والمشاركة.(مريم سليم ، 2003،ص 11).

المحور الرابع: تفضيل النشاطات الانفرادية على الجماعية أصحاب الدرجات المرتفعة على هذا البعد يتميزون بتفضيل النشاطات الانفرادية على الجماعية كما يتجنبون المواقف الاجتماعية كثيرة العدد فتجدهم فعالين منفردين في أداء اتهم ومرتبكين في مواقف ونشطات جماعية أي يفضلون العمل الفردي على العمل الجماعي .

وعبارات بعد **قلة التفاعل الاجتماعي** كما يلي :

العبارات الموجبة في اتجاه البعد هي أرقام العبارات التالية : 1، 13 ،17، 25، 33، 37 .

العبارات السالبة في عكس اتجاه البعد هي أرقام العبارات التالية.: 5، 9 ، 21 ،29.

وعبارات بعد **ا لوحدة والانعزال** كما يلي :

العبارات الموجبة في اتجاه البعد هي أرقام العبارات التالية :6، 10، 14 ، 22 ، 30 ، 38 .

العبارات السالبة في عكس اتجاه البعد هي أرقام العبارات التالية :2 ، 18 ، 26 ، 34 .

وعبارات بعد **ضعف الثقة بالنفس** كما يلي :

العبارات الموجبة في اتجاه البعد هي أرقام العبارات التالية:3 ، 11 ، 19 ، 23 ، 27 ، 35 .

العبارات السالبة في عكس اتجاه البعد هي أرقام العبارات التالية :7 ، 15 ، 31 ، 39 .

وعبارات **تفضيل النشاطات الانفرادية على الجماعية** كما يلي :

العبارات الموجبة في اتجاه البعد هي أرقام العبارات التالية :8 ،12، 20، 28، 32، 40 .

العبارات السالبة في عكس اتجاه البعد هي أرقام العبارات التالية :4 ، 16 ، 24 ، 36.

ى-التصحيح :

العبارات الموجبة في جميع الأبعاد يتم تصحيحها كما يلي :

أوافق بشدة =5 درجات ، أوافق = 4 درجات ، محايد=3 درجات ، لا أوافق = درجتان، لا أوافق بشدة= درجة واحدة .

والعبارات السالبة في جميع الأبعاد يتم تصحيحها كما يلي :

أوافق بشدة = درجة واحدة ، أوافق = درجتان ، محايد=3 درجات ، لا أوافق =4درجات،لا أوافق بشدة= 5درجات

7-الخصائص السيكومترية للأداة

7-1 الخصائص الإحصائية **لمقياس الانطواء الاجتماعي** قياس قبلي

الجدول: رقم(06)يبين الخصائص الإحصائية **لمقياس الانطواء الاجتماعي** قياس قبلي

المحاور	محور قلة التفاعل الاجتماعي	محور الوحدة لانعزال قبلي	محور ضعف الثقة بالنفس قبلي	محور تفضيل النشاطات الانفرادية على الجماعية قبلي	استمارة الانطواء الاجتماعي قبلي
المتوسط الحسابي	2.75	2.48	3.15	2.25	2.45
الوسيط	2.70	2.55	2.30	2.15	2.30
المنوال	3.15	2.40	2.35	2.35	2.25
الانحراف المعياري	0.59	0.68	0.68	0.67	0.51
الالتواء	-0.01-	0.22	0.38	0.36	0.18
التفلطح	-0.08-	0.11	0.41	0.00	1.17

التحليل :

من خلال الجدول رقم(06) يتبين أن المتوسط الحسابي لمحور التفاعل الاجتماعي وقلة النشاط.في القياس القبلي بلغ2.75 والوسيط بلغت قيمته 2.70 ،كما كانت قيمة المنوال 3.15 ،في حين بلغ الانحراف المعياري 0.59 ،و بلغت قيمة الالتواء 0.01 والتفلطح 0.08، أما ما تعلق بالمحور الثاني المتعلق الوحدة والانعزال فالقيم كانت على التوالي 2.48 للمتوسط الحسابي ،2.55 للوسيط ، 2.40 للمنوال ،0.68 للانحراف المعياري و0.22 للالتواء ،كما بلغت 0.11 للتفلطح ،أما إذا نظرنا إلى محور الثالث عدم الثقةبالنفس فإننا نجد القيم كالتالي، 3.15 للمتوسط الحسابي، 2.30 للوسيط ،و2.35 للمنوال ،و0.68للانحراف المعياري ،وكانت قيمة التفلطح مساوية إلى 0.41 وبلغت القيم بالنسبة للمحور الرابع تفضيل النشطات الفردية على الجماعية المتوسط الحسابي2.25 والوسيط بلغت قيمته 2.15. كما كانت قيمة المنوال2.35 في حين بلغ الانحراف المعياري 0.67للالتواء 0.36 ولمقياس الانطواء الاجتماعي ككل القيم التالية، بالنسبة للمتوسط الحسابي2.45،الوسيط ،2.30، المنوال2.25 الانحراف المعياري 0.51،الالتواء،0.18.والتفلتح1.17.

2-7 الخصائص الإحصائية **لمقياس الانطواء الاجتماعي** قياس بعدي

الجدول رقم(07) يبين الخصائص الإحصائية قياس بعدي:

المحاور	محور قلة التفاعل الاجتماعي	محور الوحدة لانعزال بعدي	محور ضعف الثقة بالنفس بعدي	محور تفضيل النشاطات الانفرادية على الجماعية بعدي	استمارة الانطواء الاجتماعي بعدي
المتوسط الحسابي	1.73	1.60	1.45	1.50	1.55
الوسيط	1.80	1.65	1.45	1.40	1.40
المنوال	2.00	1.60	1.35	1.00	1.00
الانحراف المعياري	0.34	0.45	0.43	0.39	0.25
الالتواء	0.15	0.93	0.84	0.38	0.30
التفلطح	0.09	2.18	0.50	-0.81-	0.36

التحليل :

من خلال الجدول رقم: (07) يتبين أن المتوسط الحسابي لمحور التفاعل الاجتماعي في القياس البعدي بلغ1.73 والوسيط بلغت قيمته 1.80 كما كانت قيمة المنوال 2.00في حين بلغ الانحراف المعياري 0.34 كما بلغت قيمة الالتواء 0.15 والتفلطح 0.09 أما ما تعلق بالمحور الثاني المتعلق الوحدة والانعزال فالقيم كانت على التوالي 1.60 للمتوسط الحسابي 1.65للوسيط ،1.60 للمنوال ، 0.45 للانحراف المعياري و0.93 للالتواء كما بلغت 2.18 للتفلطح ،أما إذا نظرنا إلى محور قلة الثقة بالنفس فإننا نجد القيم كالتالي1.45للمتوسط الحسابي للوسيط1.45،و1.35للمنوال و0.43للانحراف المعياري0.84 للالتواء وكانت قيمة التفلطح مساوية إلى 0.50وبلغت قيم المحور الرابع تفضيل النشاط الفردي على الجماعي1.50 للمتوسط الحسابي ،1.40 للوسيط و1.00 ،للمنوال وبلغ الانحراف المعياري 0.39 كما بلغ الالتواء 0.38 والتفلطح 0.81-وبلغت القيم لمقياس الانطواء الاجتماعي ككل والقيم التالية بالنسبة للمتوسط الحسابي 1.55، الوسيط ،1.40، المنوال1.00، الانحراف المعياري0.25أما قيمة الالتواء 0.30 وبلغ التفلطح 0.36 .

الجدول رقم:(08).يبين درجة ارتباط المحاور ومستوى الدلالة بين القياسين القبلي والبعدي :

المحاور	القياس القبلي والبعدي	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المحور الأول	بعدي & قبلي	**0,640**	**0,000**
المحور الثاني	بعدي & قبلي	**0,685**	**0,000**
المحور الثالث	بعدي & ا قبلي	**0,615**	**0,000**
المحور الرابع	بعدي & قبلي	**0,579**	**0,000**
الكلي	الكلي بعدي & الكلي قبلي	**0,696**	**0,000**

التحليل :

من الجدول رقم :(08) يتبين أن معامل الارتباط بين القياس القبلي والبعدي للمحور الأول المتعلق التفاعل الاجتماعي بلغ 0.64 في حين بلغ 0.68 في المحور الثاني المتعلق الوحدة والانعزال وهي أكبر قيمة، وكانت قيمته في المحور الثالث المتعلق بالثقة بالنفس0.61 أما المحور الرابع فكان معامل الارتباط 0.57 عند مستوى دلالة 0.01 لكل المحاور ،أما إذا نظرنا إلى القياس الكلي فان معامل الارتباط بين القياسين القبلي والبعدي بلغ 0.69 عند مستوى دلالة 0.00

8-دراسة الصدق والثبات ن=60

الجدول رقم(09): يبين ارتباط عبارات محور التفاعل الاجتماعي قبلي

أ- الصدق:ارتباط كل عبارة مع المحور الذي يمثلها:

ارتباط عبارات محور التفاعل الاجتماعي:

يتضح من الجدول(09): أن معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المحور الأول (**التفاعل الاجتماعي**)بالدرجة الكلية للمحور ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 حيث بلغ أقصى معامل ارتباط 0.61 عند العبارة13" أفضل أن أتجاهل أصدقاء المدرسة أو المعارف الذين لم أرهم منذ مدة طويلة" وبلغ أدنى معامل ارتباط 0.44 عند العبارة رقم 40 "أشعر بالتوتر عندما لا أشارك الآخرين في لعبهم".

س1	0.46**
س13	0.61**
س17	0.49**
س25	0.55**
س33	0.45**
س37	0.50**
س40	0.44**
س9	0.46**
س21	0.47**
س29	0.46**
محور التفاعل الاجتماعي	1

الجدول رقم (**10**)

0.49**	س6
0.49**	س10
0.60**	س14
0.39**	س22
0.43**	س30
0.65**	س38
0.49**	س2
0.38**	س18
0.22**	س26
0.51**	س34
1.00	**محور الوحدة والانعزال قبلي**

***ارتباط عبارات محور الوحدة والانعزال :**

الجدول رقم (10):يبين ارتباط عبارات محور: **الوحدة والانعزال** قبلي يتضح من الجدول (10) أن معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المحور الثاني (**الوحدة والانعزال**) بالدرجة الكلية للمحور ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 حيث بلغ أقصى معامل ارتباط 0.65 عند العبارة38:" نادرا ما أحكي نكت لأصدقائي "وبلغ أدنى معامل ارتباط 0.22 عند العبارة رقم 26" أشعر بأني أستطيع أن أعثر عن الأصدقاء عندما أحتاج إليهم "

الجدول رقم :(**11**)

0.57**	س3
0.50**	س11
0.45**	س19
0.50**	س23
0.52**	س27
0.57**	س35
0.32**	س7
0.30**	س15
0.39**	س31
0.45**	س39
1.00	**محور الثقة بالنفس**

* **الجدول رقم(11): يبين ارتباط عبارات محور الثقة بالنفس قبلي**

ارتباط عبارات محور الثقة بالنفس:

يتضح من الجدول (11): أن معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المحور الثالث (**قلةالثقة بالنفس**) بالدرجة الكلية للمحور ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 باستثناء العبارة 39 التي لم تكن دالة" أتفاخر بنفسي قليلاً من حين لآخر " حيث بلغ أقصى معامل ارتباط 0.57 عند العبارة3 " لا أحب أن أكون محور الاهتمام ": وبلغ أدنى معامل ارتباط0.30عند العبارة رقم 15.

الجدول رقم : (12):

س8	0.59**
س12	0.58**
س20	0.44**
س28	0.45**
س32	0.41**
س5	0.38**
س4	0.30**
س16	0.54**
س24	0.48**
س36	0.38**
محور تفضيل النشاط الفردي	1.00

* الجدول رقم (12): يبين ارتباط عبارات محور **تفضيل النشاط الفردي على الجماعي قبلي** ارتباط عبارات محور **تفضيل النشاط الفردي على الجماعي** قبلي

يتضح من الجدول (12) أن معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المحور الرابع (تفضيل النشاط الفردي على الجماعي قبلي) بالدرجة الكلية للمحور ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 حيث بلغ أقصى معامل ارتباط 0.59 عند العبارة08 " أتجنب التعاون مع الآخرين ما لم يطلب مني ذلك" وبلغ أدنى معامل ارتباط 0.30 عند العبارة رقم 4" أعتذر عندما أرتكب إي خطأ تجاه الآخرين "

***حساب الاتساق الداخلي بين درجات كل المحاور الأربعة والدرجة لمقياس الانطواء الاجتماعي** : الجدول رقم (13)الاتساق الداخلي بين درجات كل المحاور (04) والدرجة الكلية **لمقياس الانطواء الاجتماعي**

تم حساب قيمة معاملات الارتباط بين محاور **المقياس**: والدرجة الكلية له، و يتبين من الجدول رقم:(13) أن قيمة معامل الارتباط بين محاور **مقياس الانطواء الاجتماعي والدرجة الكلية له** تراوحت مابين 0.83 للمحور الثاني وهي اكبر قيمة عند مستوى دلالة 0.01 في حين بلغ معامل الارتباط للمحور الرابع 0.76 وبلغ معامل الارتباط في المحور الأول والثالث على التوالي0.77و0.73،عند مستوى الدلالة 0.0

الجدول رقم: (13)

محور التفاعل الاجتماعي قبلي	**0.77****
محور الوحدة والانعزال قبلي	**0.83****
محور الثقة بالنفس قبلي	**0.73****
محور تفضيل النشاط الفردي على الجماعي قبلي	**0.76****
استمارة الانطواء الاجتماعي قبلي	**1.00**

ب- الثبات :

جدول رقم (14):.يبين ثبات عبارات محور التفاعل الاجتماعي

ثبات عبارات محور قلة التفاعل الاجتماعي:

يتضح من الجدول رقم (14): أن قيمة الثبات بلغت 0.57 كأدنى قيمة في العبارة رقم 13 " أفضل أن أتجاهل أصدقاء المدرسة أو لمعارف الذين لم أرهم منذ مدة طويلة" في حين بلغت اكبر قيمة لمعامل الثبات ألفا كرونباخ 0.61 عند كل من العبارة رقم 5" والعبارة رقم9 في حين بلغ معامل الثبات للمحور ككل 0.73

عدد العبارات	ألفا كرونباخ
10	0.732

الجدول رقم :(14)

رقم العبارة	ألفا كرونباخ
س1	0.605
س13	0.571
س17	0.598
س25	0.587
س33	0.615
س37	0.601
س5	0.619
س9	0.619
س21	0.611
س29	0.625

*** ثبات عبارات محور الوحدة والانعزال قبلي:**

جدول رقم(15) يبين ثبات عبارات **محور الوحدة والانعزال قبلي**

يتضح من الجدول رقم (15) أن قيمة الثبات بلغت 0.36 كأدنى قيمةفي العبارة رقم 10 و" في حين بلغت أكبر قيمة لمعامل الثبات ألفا كرونباخ 0.52 عند العبارة رقم18 في حين بلغ معامل الثبات للمحور ككل 0.42 وهي قيمة قليلة بالمقارنة مع المحور السابق .

عدد العبارات	ألفا كرونباخ
10	0.420

الجدول رقم :(15)

رقم العبارة	الفا كرونباخ
س06	0.505
س10	0.471
س14	0.490
س22	0.487
س30	0.515
س38	0.501
س02	0.503
س18	0.520
س26	0.611
س34	0.625

*** ثبات عبارات محور الثقة بالنفس:**

جدول رقم(15): يبين ثبات عبارات **محور الثقة بالنفس**

يتضح من الجدول رقم (15) أن قيمة الثبات بلغت 0.36كأدنى قيمةفي العبارة رقم 23 والعبارة رقم 3 " في حين بلغت أكبر قيمة لمعامل الثبات ألفا كرونباخ 0.55 عند العبارة رقم39 في حين بلغ معامل الثبات للمحور ككل 0.46 وهي قيمة قليلة بالمقارنة مع المحور السابق

عدد العبارات	ألفا كرونباخ
10	0.460

جدول رقم:(16)

رقم العبارة	ألفا كرونباخ
س3	0.369
س11	0.397
س19	0.422
س23	0.396
س27	0.391
س35	0.368
س7	0.467
س15	0.474
س31	0.442
س39	0.559

***ثبات عبارات محور تفضيل النشاط الفردي على الجماعي :**

جدول رقم (16)يبين ثبات عبارات محور **تفضيل النشاط الفردي على الجماعي:**

يتضح من الجدول رقم(16) أن قيمة الثبات بلغت 0.48 كأدنى قيمة في العبارة رقم 08 " أتجنب التعاون مع الآخرين ما لم يطلب مني ذلك"في حين بلغت اكبر قيمة لمعامل الثبات ألفا كرونباخ 0.59 عند كل من العبارة رقم4 " أعتذر عندما أرتكب إي خطأ تجاه الآخرين " في حين بلغ معامل الثبات للمحور ككل 0.56.

عدد العبارات	ألفا كرونباخ
10	.5600

جدول رقم :(17)

رقم العبارة	ألفا كرونباخ
س8	.4870
س12	.4910
س20	.5360
س28	.5280
س32	.5330
س40	.5620
س4	.5900
س16	.5070
س24	.5250
س36	0.571

ثبات عبارات المقياس ككل:

من الجدول يتضح أن معامل الثبات لمقياس الانطواء الاجتماعي ككل بلغ 0.81 وهي قيمة تعكس درجة صدق الأداة وملاءتها للدراسة،واستنتاجا من دراسة معاملي الصدق والثبات نستطيع القول أن هناك دلالة إحصائية بين كل عبارات المحور والدرجة الكلية للمحور الذي يمثلها، كما أن كل محاور المقياس الأربعة مرتبطة مع الدرجة الكلية له، كما يتميز المقياس بدرجة مقبولة من الثبات، وبالتالي نستطيع الحكم على أن الأداة تتمتع بدرجة مقبولة من الصدق والثبات، مما يفيد بإمكانية الاعتماد عليها لقياس درجة الانطواء الاجتماعي للتلاميذ.

مجموع العبارات	ألفا كرونباخ
40	0.817

9-البرنامج الإرشادي:

9-1-الإطار النظري للبرنامج:

تعتبر مرحلة المراهقة المبكرة المتزامنة مع مرحلة الطور المتوسط من المراحل الهامة في حياة الإنسان لما يعتريها من تغيرات عديدة وأهمها السرعة في النمو في كافة المظاهر الجسمية والفسيولوجية والعقلية... الخ، فالمراهق ينمو وتنطلق قواه الكامنة محققاً انجازات كثيرة ،ويتعلم مهارات عديدة وما دامت شخصيته في نمو فإن عملية التعديل والتغير والتعليم تكون أسهل في مرحلة الطور المتوسط عنها في المراحل التالية .

أن سلوك تلميذ الطور المتوسط يصاب بكثير من مظاهر الاضطراب والتأزم من تلك الثورة والتهيج والغضب وحده الانفعال والتمرد والعصيان ورفض كل ما يطلب منه، وحتى لا يصاب التلميذ المراهق بأي من هذه الاضطرابات ويظل سلوكه سوياً ويظل متمتعاً بالصحة النفسية الجيدة، هناك بعض الأمور التي يتعين مراعاتها في التعامل معه سواء من قبل الأم والأب والأخوة والأخوات في دائرة الأسرة أو كان ذلك في المدرسة على يد معلميه والحقيقة أن هناك أنماط إيجابية في التعامل مع التلميذ المراهق وأخرى سلبية وكذلك هناك مناهج إيجابية في عملية التنشئة الاجتماعية وأخرى سلبية وبطبيعة الحال تؤدي الأساليب السلبية إلى نتائج ضارة بشخصية التلميذ ،كما تؤدي الأساليب الإيجابية إلى نتائج حسنه بشخصيته (زهران،1986، ص212،213).

يعتبر الإرشاد الجماعي عملية تربوية يقوم أساسا على موقف تربوي و هنا تكمن أهميته حيث يقدم للجماعات و ليس للأفراد، فينصب على مجموعة أو صف بأكمله و هو أوفر من ناحية الجهد والوقت، ويهدف هذا الأسلوب في الإرشاد لمعالجة مشكلة مشتركة بين أفراد الجماعة قد تكون في طرق دراستهم أو استعدادهم للامتحان أو عدم القدرة على التعبير أو الخجل... الخ ، شريطة أن تكون الجماعة متجانسة فيما بينها(حامد زهران ،1987 ص322).

أ- النظريات المدعمة للبرنامج الإرشادي:

يبنى البرنامج الإرشادي في الغالب على أساس نظري ، وذلك لمساعدة المرشد على تقويم وتقييم النتائج التي توصل إليها البرنامج في أثناء وبعد الانتهاء من تطبيقه، ويقول مصممو البرامج الإرشادية :أن البرنامج يجب أن يكون مبنياً على أسس ونظريات علمية ، فبعضهم يركز على مفاهيم نظرية التعلم وتعديل السلوك، وبعضهم الآخر يركز على تعليم المهارات الاجتماعية... وبعضهم يركز على نظريات اللعب والرسم والتلوين... إلخ.أما البرنامج الحالي فقد ارتكز على النظريات التالية :

*** النظرية السلوكية:**

تساهم النظرية السلوكية بنصيب وافر في دعم البرنامج الإرشادي حيث ترى هذه النظرية أن معظم السلوك الإنساني متعلم وبالتالي يمكن تعديله نحو الأفضل يستفيد البرنامج من النظرية السلوكية من خلال الآتي:

*التعلم بالنمذجة * .التعلم بالملاحظة. *التعليم بالتقليد (المحاكاة)

-التعلم بالنمذجة:

وأكد **باندورا** على أنه يجب أن يتوفر في النموذج مجموعة من العوامل التي تساعد عملية التعلم بالنمذجة وهي:

أ .خصائص النموذج. ب .التعزيز. ج .الدافعية لدى الملاحظ.

-التعليم بالملاحظة:

وقد حدد " باندورا " أربع عمليات معرفية مترابطة للتعلم بالملاحظة لكل منها محدداتها الخاصة هم:

الانتباه – التذكير – إعادة إصدار المعلومات – الدافعية.

ونستخلص أخيراً أن نظرية باندورا للتعليم الاجتماعي تقوم على أساس إكساب الطلاب مفاهيم ومهارات اجتماعية جديدة.

-التعلم بالمحاكاة

فيرى **القاضي** أن التعلم من خلال المحاكاة هو العملية التي يتعلم الملاحظ فيها استجابة معينة عن طريق مشاهدة شخص آخر في البيئة، يتخذه مثالا له يقوم بها ولقد سمى دولارد ميللر تلك العملية بأنها سلوك معتمد مقارن ففي رأيهما أن الفرد لا يتعلم إلا الاستجابة التي تماثل سلوك المثال ، أما العالم ماوررMowerer فيرى أن استجابة المثال يمكن للملاحظ تعلمها بأن تكافأ أو تثاب استجابة المثال نفسه لا الملاحظ(سهير، 2001 ، ص 212 ،214).

***نظرية الذات عند كارل روجرز:**

صاحب هذه النظرية كارل روجرز فنظريته تقر أن البشر عقلانيون اجتماعيون، يتحركون للأمام وواقعيون، إن الانفعالات المضادة للمجتمع والغيرة والعدوانية ليست انفعالات تلقائية ينبغي ضبطها، وإنما هي ردود فعل ناتجة عن إحباط دوافع أكثر أهمية منها وهي دوافع الحب والانتماء والأمن وغيرها، فحينما يتخلص الناس من الدفاعية فإن استجاباتهم تكون إيجابية ومتقدمة للأمام وبناءة، وحينئذ لا تكون حاجة للانشغال بضبط دوافعهم العدوانية لأنها سوف تنظم ذاتيا محدثة توازنا للحاجات في مقابل بعضها البعض، والأفراد لديهم القدرة على فهم العوامل التي تساهم في عدم توافقهم،إن الميل إلى التوافق هو الميل نحو تحقيق الذات، وكما يقول روجرز"إن الفرد لديه الطاقة أن يوجه وينظم ويضبط ذاته بشرط أن تتوافر شروطا معينة، وفي غياب مثل هذه الظروف يصبح الفرد في حاجة إلى أن يكون هناك ضبط وتنظيم من خارجه "ويشبه روجرز تنمية الفرد طاقته في هذه الحالة بنمو البذرة عندما تهيأ لها الظروف المناسبة حيث تزود نفسها بالطاقة الضرورية، وهي بمثابة صورة يكونها الفرد عن نفسه وتعكس الذات العالم الداخلي للفرد وتتكون من:

أ/الذات الحقيقية :تعتبر الذات الحقيقية هي مركز مفهوم الذات، وهي تعني ما يكونه الفرد فعلا، وبصفة عامة فإن الأفراد يشوهون الواقع الحقيقي فيصبح من المستحيل أن نزيح الغطاء عن الذات الحقيقية، ومن ثم فهذه الأخيرة من علم الله وحده.

ب/الذات المدركة:إن هذا الجانب ينمو من خلال التفاعلات مع أناس آخرين ومع البيئة، فإذا كان الفرد محبوبا ومقبولا فإن الذات ترى كذلك، وإذا تعلم فردا أنه لا أهمية أو لا قيمة له فإنه سيرى ذاته على أنه لا قيمة له.

ج /الذات الاجتماعية :يدرك الفرد على أن الآخرين يفكرون فيه بطريقة خاصة، وفي معظم الأحيان فإن الفرد يحاول أن يعيش إلى مستوى هذه التوقعات من جانب الآخرين .وتنشأ الصراعات الداخلية عندما تكون هناك فجوة بين الذات المدركة والذات الاجتماعية.

د/**الذات المثالية** :إن الأفراد لهم طموحات يتطلعون إلى تحقيقها، وهذا هو الجانب المثالي من الذات .وتعكس الذات المثالية ما يود المرء أن يعمله ويقول هافجورست **havgurst** إن الذات المثالية تبدأ في الطفولة وتستمر في التطور حتى المراهقة المتأخر(الشناوي،1994،235).

يتضمن البرنامج الإرشادي للدراسة الحالية مجموعة من الخدمات الإرشادية من خلال عملية تربوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في إطار برنامج إرشادي محدد أنجز من طرف الباحث بمساعدة مستشار التوجيه .

بعد إدراك أن هناك حاجة ملحة إلى البرامج الإرشادية في الميدان التربوي، وعلى الطاقم التربوي المشاركة فيها بشكل فعال ولا يتأتى ذلك إلا باكتساب الخبرات والمعلومات في مجال الإرشاد، ولقد حاول الباحث في دراسته هذه تقديم نموذج لبرنامج إرشادي مكيف خلال حصة التربية البدنية والرياضية والذي يتوافق مع أهداف الحصة ومحاولة تطبيقه على عينة من التلاميذ وإشراك أستاذ التربية البدنية بالتنسيق مع مستشار التوجيه في هذه العملية الإرشادية بصفته المرشد والتلميذ بصفته المسترشد وهذا للتخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي لدى التلاميذ.

وخطة البرنامج الإرشادي تتضمن مجموعة من الطرق والأساليب والفنيات التي يطبقها الأستاذ مستشار التوجيه أثناء حصة التربية البدنية تدخل في إطار الإرشاد الجماعي الذي يعتبر إحدى طرق الإرشاد النفسي من منطلق أن الفرد كائن اجتماعي بطبعه فهو لا يعيش بمنعزل عن الجماعة بل يشترك مع الجماعة في كثير من الخصائص والأنماط السلوكية

تتم عملية الإرشاد مع الجماعة كوحدة لذلك يجب أن يعرف كل فرد في الجماعة أهداف العملية الإرشادية وأسلوب العمل ومسئوليات كل فرد منهم (إخلاص محمد ،2002:ص112،111) .

وعليه يسعى الأستاذ في إطار البرنامج الإرشادي تهيئة المجال للتفاعل الاجتماعي بين أعضاء الجماعة (القسم أوالفوج)وعليه مراعاة عدم احتكار المناقشة ،بل يجب عليه تشجيع الأعضاء على النشاط والمشاركة الإيجابية ، وأن يكون على علم ودراية بسيكولوجية الجماعة(القسم أو الفوج)وديناميكيتها .

ومن بين الطرق المستخدمة في البرنامج الإرشادي **الإرشاد الموجه** ويستخدم هذا النوع من الإرشاد مع الأفراد الذين تنقصهم المعلومات ويطلبونها لاحتياجهم إليها، ويقوم الأستاذ في الإرشاد الموجه بتحمل جانب كبير من المسؤولية الإرشادية على أساس افتراض أن لديه خبرة واسعة ومعلومات وافية وقدرة على كشف الصراعات وتفسير السلوك(إخلاصمحمد2002:ص112،111). .

على الأستاذ في إطار البرنامج أن يقوم بدور إيجابي في عملية الإرشاد ويقدم للتلميذ المعلومات التي يحتاج إليها بمساعدة مستشار التوجيه، كما أنه يستثير حاجاته ودوافعه ،ويقدم له الحلول والنصائح المباشرة ويضع له الخطط ويناقشه في القرارات الخاصة به ويقوم بذلك مستخدما خبراته وعلمه .

يعتقد البعض أن الإرشاد النفسي خدمات أو عملية لابد أن تتم في مراكز إرشادية ....أو في عيادة نفسية وهو اعتقاد خاطئ صوابه أن الإرشاد النفسي خدمات أو عملية تقدم في أي مكان مناسب ويضمن نجاحها سوءا كان مركز إرشاد أو عيادة نفسية أو مدرسية ،وذلك من أجل مساعدة الفرد على تعديل وتغير وضبط سلوكه لكي يصبح سلوكه فعالا يعتقد البعض أن الإرشاد خدمات أو عملية تقدم إلى المرضى وأصحاب المشكلات فحسب ، وهو اعتقاد خاطئ صوابه أن الإرشاد النفسي خدمات أو عملية تقدم إلى العاديين أيضا، يعتقد البعض أن الإرشاد قاصرا على الحياة

الانفعالية للفرد فحسب وهو اعتقاد خاطئ صوابه أن الإرشاد النفسي ليس على الحياة الانفعالية للعميل فحسب ولكنه يتناول جميع جوانب شخصيته ككل جسميا عقليا واجتماعيا وانفعاليا(محمد علي كامل ، 2003، ص 46، 47).

ب- البرنامج الإرشادي من الناحية العملية

هو مجموعة من حصص التربية البدنية والرياضية تتضمن:

***الألعاب الاجتماعية** :هي مجموعة من الألعاب تزيد من التفاعل الاجتماعي بين التلاميذ وتقلل من درجة الوحدة والانعزال و تجعل التلميذ يندمج في اللعب الجماعي.

***الألعاب الحركية** :وهي ألعاب تعمل على تنشيط أجهزة الجسم المختلفة وتزيد من مهاراتهم الفنية وقدراتهم البدنية مع تنمية مهاراتهم الاجتماعية والخلقية.

***التدخلات الإرشادية** :تكون من طرف الأستاذ ومستشار التوجيه والقيام بجلسات إرشادية جماعية في زمن قصير أثناء حصة التربية البدنية والرياضية وتزويد التلميذ بالتغذية الراجعة الفورية بشأن صحة أو خطأ السلوك الذي يظهره ومحاولة تثبيت السلوك الاجتماعي المرغوب فيه و على الأستاذ توزيع الأدوار بين تلاميذ المجموعة الواحدة، لكي يضمن أن يقوموا بالعمل سوياً و يسهم كل طالب بدوره كأن يكون قارئاً أو مسجلاً أو مسئولا وهكذا ، فتعّيين الأدوار بين أفراد المجموعة الواحدة يعزز الاعتماد المتبادل الإيجابي بينهم.ويقسم الأستاذ التلاميذ وينظمهم في فرق غير متجانسة غالباً،يجب أن يلتزم كل تلميذ في المجموعة بتقديم المساعدة والتفاعل الإيجابي مع زملائه في نفس المجموعة، والاشتراك في استخدام مصادر التعلم، وتشجيع كل فرد للأخر، وتقديم المساعدة والدعم لبعضهم البعض لتحقيق الهدف المشترك و تشجيع التلاميذ على نقد الأفكار وليس الأشخاص. والاستماع جيداً لبقية أفراد المجموعة.

9-2- خطوات تنفيذ البرنامج الإرشادي

أ- تحديد أهداف البرنامج:

تعتبر خطوة مهمة من خطوات بناء البرنامج الإرشادي تتضمن وضع تخطيط مكتوب للبرنامج، ويتم فيه تقديم الخبرات النظرية والخلفيات العلمية لخدمة أهداف البرنامج، بحيث يتم ذلك من خلال ترجمة الأهداف العامة إلى أهداف إجرائية، واختيار الأساليب المناسبة الملائمة وهذه الأهداف هي التي توجه المرشد أو الأستاذ المشارك في البرنامج في اختيار الأساليب الإرشادية والاستراتيجيات التي تساعدهم على تحقيق الأهداف.

ويمكن تلخيص أهداف البرنامج الإرشادي في النقاط التالية:

- التخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط
- مساعدة التلميذ المنسحب والمنطوي اجتماعيا في النضج بشكل سليم وإزالة العوائق أمام تحقيق الذات.
- تحرير التلميذ من جميع أنماط السلوك الخاطئة التي تعلمها سابقاً.
- جعل التلميذ المنطوي اجتماعيا و أكثر تقبلاً لذاته وللآخرين.

- إعطاء أهمية لكل نشاط يقوم به التلميذ المراهق .
- إسناد أدوار وتكليف التلاميذ بمهام أثناء العمل تزيد من تفاعلهم الاجتماعي.
- إعلام التلاميذ بمحتوى التعلم بإنشاء عقد معنوي بينهم و بين الأستاذ. ومستشار التوجيه.
- انتهاج العمل بالأفواج واختيار الطريقة النشيطة و التعاونية التي تسمح بتجنب العمل الفردي.
- اختيار وضعيات تعليمية تقتضي التعاون ، التشاور ، التضامن و الإدماج عن طريق التوجيه و الإرشاد التدخل الذكي المباشر أو الغير المباشر.
- التنويع في الوضعيات التعلمية ، منطلقها الأساسي الحركة الطبيعية والتقليل من الفروقات الفردية.
- تنمية الثقة بالنفس وتدعيم الذات وتحسين صورتها لدى الطلاب.
- خلق جو من التعاون والتنسيق بين أستاذ التربية البدنية والرياضية ومستشار التوجيه و تشكيل فريق تربوي فعال لمجابهة المشاكل النفسية والاجتماعية التي يعاني منها التلميذ المراهق.

ب- رأي السادة الخبراء وتحكيم البرنامج وتقويمه:

بعد إعداد البرنامج الإرشادي بصورته الأولية، أرسل الباحث نسخة منه إلى جهات عدة من أجل التأكد من مصداقيته وقدرته على إحداث التغير المطلوب، ومناسبته للفئة المستفيدة منه، وعمرهم وجنسهم ومستواهم التعليمي ، والأساليب والمقاييس النفسية المستخدمة فيه، وإجراءات تنفيذه والظروف البيئية المناسبة للتطبيق، وخبرة القائمين على العملية الإرشادية.وأهم هذه الجهات القادرة على عملية التقويم وخصوصا الذين تكون خلفيتهم العلمية متفقة مع الإطار العام للبرنامج وقد عرض محتوى البرنامج على مجموعة من الأساتذة الجامعين والخبراء المختصون في بناء البرامج الإرشادية وفي ضوء ما سبق يقوم مُعد البرنامج بإجراء التعديلات المناسبة على البرنامج بناء على توصيات الأساتذة المحكمين وتطبيقه على عينة تجريبية أولية تتشابه مع عينة الهدف من حيث العمر والمشكلة للتأكد من صدقه ومناسبته للعينة التي سوف يطبق عليها وشروط التطبيق، والمشكلات التي تحول دون تطبيقه بطريقة ناجحة، وبعد إجراء التعديلات على البرنامج نتيجة لهذه الخطوة والخطوة السابقة يصبح البرنامج جاهزاً للاستخدام.

ج-الأساليب و الفنيات الإرشادية المستخدمة في البرنامج الإرشادي:

أغلب الفنيات الإرشادية المستخدمة في البرنامج الإرشادي تتم من طرف الأستاذ ومستشار التوجيه و تتضمن الفنيات السلوكية:

***النمذجة** :يستخدم مصطلح النمذجة لإشارة إلى سلوك الفرد الذي نلاحظه ، أي الذي يعمل كنموذج ، ويرتبط مصطلح النمذجة بمصطلح التقليد وهو مصطلح يطلق للدلالة على سلوك المتعلم الذي يلاحظ سلوك معينا ويقوم

بتقليده وهو يعكس الأداء ، كما يرتبط أيضا بمصطلح التعلم بالملاحظة والذي يطلق للدلالة على التعلم الذي يحدث من ملاحظة الآخرين ،وقد يكون الأداء في هذه الحالة لاحقا ولا يشتمل على التقليد الفوري .

***لعب الدور** :يقوم الأستاذ بقلب الدور أو تبادل الأدوار فمن قام بدور القائد يقوم بدور المقاد وهكذا حتى يتمكن الباحث من التركيز على السلوك المطلوب ،ولتوجيه أنظار التلاميذ إلى أهميته.

وقد استخدم الباحث هذا الأسلوب مع التلاميذ أثناء أداء الأنشطة الرياضية ، وذلك من خلال قيام التلاميذ بهذه الأدوار وصولا لتحقيق السلوك الاجتماعي التواصلي المنشود، وتعليم المهارات الاجتماعية، التعزيز الموجب ، ،وتشكيل السلوك الإيجابي .

***الحث**:عن طريق مساعدة التلميذ على أداء سلوك ثم محاولة تدعيمه بحيث يصبح أكثرا عزما على محاولة الفعل نفسه وقد تم تطبيق أنواع من الحث منها :

*الحث الفزيقي : وفيه يتم توجيه التلميذ باستخدام الأيدي لتحريك أطرافه أو للقيام بالفعل الذي نريد منه أن يقوم به أو تعلمه .

*الحث من خلال الإيماءات :تساعد الإيماءات التلميذ على فهم ما نريد عمله ، وغالبا ما تستخدم الإيماءات مع الكلمات لتوضيح المعاني ويجب الحذر من استخدام إيماءات كثيرة قبل أن نتأكد أن التلميذ يفهم هذه إيماءات.

*الحث اللفظي :استخدم الباحث ومستشار التوجيه هذه الفنية أثناء الجلسات لحثهم وتشجيعهم على الاندماج والتفاعل مع أقرانهم وحتى يتكون انطباع حسن عن أعضاء البرنامج الإرشادي .

د–زمن ومكان تنفيذ البرنامج:

استغرق تطبيق البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية مدة شهرين ونصف اعتبارا من الفصل الدراسي الأول أي من بداية أكتوبر (2013)إلى غاية ديسمبر (2013)بواقع حصة في الأسبوع مدتها ساعتان وطبق البرنامج في متوسطة سحوان بن عزوز بدائرة أمجدل ولاية المسيلة.

هـ– أسس التي وضعها الباحث لبناء البرنامج

يقوم بناء البرنامج الإرشادي الحالي على الأسس الآتية:

* توفير بيئة مليئة بالمثيرات السمعية والبصرية واللمسية واستخدامها بأسلوب جيد يتناسب مع سن وقدرات التلاميذ .

* أن يتناسب البرنامج مع الأنشطة الممارسة خلال حصص التربية البدنية والرياضية.

* مراعاة التنوع في طرق التدريس والأدوات والوسائل المستخدمة في الشكل واللون والحجم.

* العمل على إيجاد المواقف التعليمية التي تضيف عنصر المرح والسرور لدى التلاميذ والاستفادة من المواد المتاحة والمتوفرة في البيئة المحيطة

* أن يتسم البرنامج بالمرونة، حيث يسمح بإدخال التعديلات إذا لزم الأمر

* مراعاة التدرج بالتمرينات والأنشطة من السهل إلي الصعب ومن البسيط إلي المركب

* اختيار الألعاب والمهارات التي تتحدى قدرات الطفل والتي تحرره من الوحدة والانعزال و الخوف من اللعب مع إعطائه الفرصة للنجاح في هذه الألعاب وخلق التفاعل بين التلميذ.

* يجب التحلي بالصبر والمثابرة واستخدام أسلوب المرح والتشجيع لزيادة الثقة بالنفس لدى التلاميذ خصوصا المنطوين منهم.

* يجب استعمال النموذج الجيد لأداء المهارات المختلفة، نظراً لأنهم يتعلموا من خلال تقليد المعلم أو الأستاذ وتعلم السلوك الإيجابي أثناء التفاعل بين التلاميذ.

* يجب الاهتمام بفترات الراحة أثناء تنفيذ البرنامج واستغلالها في تقديم الإرشادات حول التواصل وحول مهارات الاتصال.

* أن يتضمن البرنامج تدخلات إرشادية من طرف الأستاذ ومستشار التوجيه وتساهم وتزيد من تفاعل التلاميذ وتخفف من درجة الانطواء الاجتماعي لديهم.

9-3-محتوى البرنامج الإرشادي:

يتضمن محتوى البرنامج الإرشادي مجموعة من حصص التربية البدنية والرياضية والمقدر عددها (09)حصص تتضمن مجموعة الألعاب الاجتماعية والحركية والتي تزيد من التفاعل الاجتماعي بين التلاميذ ،وتقلل من درجة الانطواء الاجتماعي ، وتجعل التلميذ يندمج في اللعب الجماعي والألعاب الحركية وهي ألعاب تعمل على تنشيط أجهزة الجسم المختلفة وتزيد من مهاراتهم الفنية وقدراتهم البدنية مع تنمية مهاراتهم الاجتماعية والخلقية وثباتها عن طريق التدخلات الإرشادية واستخدام الأساليب والفنيات الإرشادية من طرف الأستاذ ومستشار التوجيه كما هو موضح في برنامج الحصص المقترحة .

قبل البدء في تنفيذ البرنامج والحصص التطبيقية للبرنامج ، تم برمجة جلسة مع التلاميذ من طرف الأستاذ ومستشار التوجيه هذا لتوطيد العلاقة بينه وبين التلاميذ و بهدف تعريفهم بأساليب التعامل والتفاعل فيما بينهم ومحاولة تجسيدها خلال الأنشطة الرياضية المدرجة ضمن حصص التربية البدنية والرياضية، وكان محتوى الحصص على الشكل التالي:

البطاقة الفنية(01)

المستوى: السنة الثانية متوسط	النشاط البدني: فردي وجماعي	مدة الإنجاز: ساعتان	التاريخ:	عدد لتلاميذ :	مكان العمل :متوسطة سحوان بن عزوز
الكفاءة المرحلية	المشاركة النشيطة ضمن الفوج و قدرة التعبير الحركي واللفظي أمام الغير				
الهدف التعلمي	القدرة على توظيف المهارات الحركيةو الإجتماعية في حالات تقتضي التعاون والمواجهة				

المراحل	ظروف الإنجاز	شروط النجاح	التدخلات الإرشادية والأساليب والفنيات المستخدمة
المرحلة التحضيرية	*التحية والمناداة (04د)* التذكير بهدف البرنامج الإرشادي (05د) *التحفيز على العمل الجماعي. * تسخين عام ثم تسخين خاص عن طريق ألعاب شبه رياضية (15د) أثناء هذه المرحلة يدون ويسجل مستشار التوجيه كل ما يتعلق بالسلوك الاجتماعي وطبيعة التفاعل بين التلاميذ أثناء هذه المرحلة ومحاولة وتصنيف مشكلات التلاميذ من خلال تشخيص طبيعة السلوك وتصنيفه .	*الاستعداد الكامل للأداء والرغبة في العمل والتركيز على التدخلات الإرشادية لمستشارا لتوجيه والشرح الموجز والمبسط	*يقسم المعلم، التلاميذ وينظمهم في فرق غير متجانسة غالباً. *الحث: على العمل لجماعي والتعاون تعليم المهارات الاجتماعية وتعزيزها *إثراء المشاركة الاجتماعية بين التلاميذ في الألعاب والأنشطة، وتنمية المسئولية الاجتماعية، وتنمية الحوار بين التلاميذ أنفسهم ، وبينهم وبين أفراد آخرين خارج الفصل وخارج المدرسة ، وتنمية الرغبة في مشاركة الآخرين من خلال دور القيادة داخل الفصل أو أثناء أداء نشاط ما *مناداة كل تلميذ باسمه والبعد عن مناداة التلميذ بالألقاب ، خاصة التي تشعر التلميذ بالنقص أو الخزي ... الخ يحاول كل تلميذ أن ينادي زميله باسمه وليس بلقبه فقط *لعب الدور :محاولة تشجيع التلاميذ أثناء المنافسة وقيادة فريق التشجيع ومحاولة كذلك دمج التلاميذ المنعزلين في هذه المنافسة . *النمذجة :بعد تشخيص سلوكيات التلاميذ أثناء المنافسة وقيادة فريق التشجيع ومحاولة دمج التلاميذ في هذه المنافسة، يقوم الأستاذ بإظهار التلاميذ اللذين أظهروا سلوكا اجتماعيا إيجابيا أثناء الحصة ،وكذا تشجيع باقي التلاميذ على الاندماج في محتواها وعدم الخوف والتردد في إنجاز كل المهام المدرجة في المواقف التعليمية. *تقييم التفاعل بين أعضاء كل فوج من ناحية التواصل والتفاعل وردود الفعل أثناء الفوز أو الخسارة *تقييم سلوكيات و تصرفات التلاميذ خلال عملية التعلم وتقيم مدى فهم واستيعاب و تجاوب التلاميذ مع إرشادات مستشار التوجيه وتدخلاته الإرشادية .
المرحلة الرئيسية	**الحالة التعلمية(01)** :(لعبة حركية الأرنب والثعلب):يقف كل فريق خلف الخط المحدد له تتقدم الأرانب بالقرب من خط الثعالب وعندما ينادي الأستاذ إحري يا أرنب تجري الأرانب محاولة تجاوز الخط المحدد لها وعندما تمسك الأرنب تصبح ثعلب وتستمر اللعبة حتى لا يبقى أي أرنب تعاد اللعبة بتبديل الأفواج، **تنويع** الأداء باستخدام الكرة(12د) **الحالة التعلمية(02)**:(لعبة حركية كرة النداء يقف التلاميذ في دائرة ويقف الرامي في وسطها حيث يرمي الكرة لأعلى وينادي أسم أحد التلاميذ يحاول الطفل صاحب الاسم أن يمسك الكرة بعد ارتدادها مرة واحدة على الأرض ثم الزيادة في صعوبة التمرين وهذا بمسك الكرة وهي في الهواء بمسك كرتين أو ثلاث(15د) **حالة التعلمية(03)**: لعبة الجري والتنطيط يقف كل فريق خلف الخط المحدد له وعند الإشارة يحاول كل عنصر من الفوج تنطيط الكرة ووضعها في حلقة تبعد خط الانطلاق مسافة 10إلى 12متر المتنافس الذي يضع الكرة أولا تحسب نقطة لفوجه(15د) **التنويع**: في زيادة المسافة، تمرير الكرة واستقبالها وضع أقماع ،حواجز، في مسار الجري **لحالة التعلمية(04)**:منافسة رياضية بين الأفواج في كرة اليد فوجين يتنافسون والفوجين الآخرين يشجعون الأفواج المنافسة بعدها يتبادل الأفواج الأدوار فيصبح الأفواج المتنافسون مشجعون يعين الأستاذ حكام ولجنة لتسيير وتنظيم المنافسة من التلاميذ (20د) . ومحاولة لفت التلاميذ لسلوك الإيجابي والسلبي، مع تثمين الإيجابي منه واستبدال السلبي تدريجيا. (10د)	*أن يتفاعل التلميذ بالكامل مع الأخرين أثناء الأداء ويرغب في تكرار التمرين *أن يظهر الرغبة في المشاركة والعمل على حفظ أسماء الفوج * أن يتمكن من تحدي الصعوبات خلال المنافسة. *أن يظهر صوت مسموع وواضح *إظهار سلوكيات إيجابية سواء أثناء الفوز أو الخسارة وتقبل الهزيمة احترام الخصم * الدافعية و الرغبة في التحكيم والانضمام إلى لجنة التنظيم دون تردد	
المرحلة الختامية	*بعد الانتهاء من المنافسة و بعد تمارين الاسترخاء والرجوع إلى الحالة الطبيعة خلال(05د) ومن خلال جلسة إرشادية مع مستشار التوجيه يقدم ملاحظات حول السلوك الاجتماعي الإيجابي أثناء المواقف التعليمية وأثناء المنافسة وتقديم النموذج الإيجابي وتنبيه التلاميذ لإعادة تكراره في الحصص الأخرى. (15د) .*تقييم الأداء من طرف الأستاذ من الناحية السلوكية والفنية وتقديم النصائح. *تحضير التلاميذ للحصة القادمة(05د)	*الثقة و الاحترام المتبادل لتعلم مهارات جديدة *القدرة على تقييم المعارف و القدرات والمهارات الموظفة من أجل تنميتها لاحقا. *تكييف الوضع والوسائل والمهارات الحركية المهارية والاجتماعية	

البطاقة الفنية(02)

مستوى السنة الثانية متوسط	النشاط البدني: فردي وجماعي	مدة الإنجاز: ساعتان	مكان العمل :متوسطة سحوان بن عزوز	عدد تلاميذ:	التاريخ:
الكفاءة المرحلية	**المشاركة النشيطة ضمن الفوج و قدرة التعبير الحركي واللفظي أمام الغير**				
الهدف التعلمي	**تدعيم قدرات الاتصال و التكيف الجماعي ، التوازن ، احترام الغير ، التضامن و التعاون وروح المسؤولية و المبادرة**				

المراحل	ظروف الإنجاز	شروط النجاح	التدخلات الإرشادية والأساليب والفنيات المستخدمة
المرحلة التحضيرية	*التحية والمناداة (04د) *شرح هدف الحصة(03د) *التحفيز على العمل الجماعي ،بعد ذلك يتدخل مستشار التوجيه استنادا عن لملاحظات التي دونها سابقا وإعطاء فرصة لتلاميذ في التعبير عن مشكلاتكم من ناحية التواصل والمبادرة و التفاعل فيما بينهم وإعطائه الحلول المناسبة لحلها استنادا على الملاحظات التي دونها خلال الحصص السابقة (10 د) (*تسخين عام ثم تسخين خاص عن طريق ألعاب شبه رياضية (15د)	*ومساعدة التلاميذ على تحقيق الذات وتقوية الشعور بالانتماء للفصل والمدرسة، وحل مشكلات اجتماعية مثل الانطواء والعزلة الاجتماعية	*يقرر المعلم عدد الطلاب في المجموعة الواحدة، ويفضل أن يبدأ بتكوين مجموعات صغيرة من طالبين أو ثلاثة، ثم يبدأ بزيادة العدد حين يتدرب الطلاب على مهارات التعاون إلى أن يصل العدد ستة طلاب في المجموعة الواحدة. *إثراء المشاركة الاجتماعية بين التلاميذ في الألعاب والأنشطة، وتنمية المسئولية الاجتماعية، وتنمية الحوار بين التلاميذ أنفسهم ، **وبينهم وبين أفراد آخرين خارج الفصل وخارج المدرسة** ، وتنمية الرغبة في مشاركة الآخرين من خلال دور القيادة داخل الفصل أو أثناء أداء نشاط ما *تزويد التلميذ بالتغذية الراجعة الفورية بشأن صحة أو خطأ السلوك الذي يظهره التلميذ أثناء الحصة من طرف الأستاذ أو مستشار التوجيه فيما يخص السلوك المنطوي *منح فرص للتلاميذ لتعليق عن المباريات أثناء المنافسة*تشجيع التلاميذ المنعزلين والخجولين في الانضمام إلى لجنة التحكيم أو التنظيم * تسجيل الملاحظات حول تجاوب التلاميذ مع المواقف التعلمية والمهام المسندة إليهم ومدى فعالتها في تعديل السلوكيات التلاميذ من ناحية السلوك المنطوي ودمجهم في النشاطات *تقييم مدى تقدم مستوى التلاميذ من الناحية الفنية والحركية ومن ناحية المهارات الاجتماعية مقارنة بالحصة الماضية .
المرحلة الرئيسية	**الحالةالتعلمية01**:(العبة الحركية الضابط واللصوص) يمثل تلميذ دور الضابط ومعه ثلاث عساكر وباقي التلاميذ لصوص يتمركزون في دوائر أو خلف خطوط وعندما ينادي الضابط لصوص يخرجون من دوائرهم للدخول في دوائر أخرى وفي هذا الوقت يحاول العساكر القبض عليهم ووضعهم في السجن ، أخر لص يقبض عليه يصبح ضابط ويختار ثلاث عساكر معه **التنويع**:جعل حواجز أو أقماع او حلقات في مسار الجري قبل الوصول إلى الدوائر .(12د) **الحالةالتعلمية02**:لعبة جمع الكنوز يقسم الفوج إلى قسمين أحدهما يسمى حراس البحر والأخر يسمى القراصنة يتمركز كل منهما في منطقة معينة توضع بينهما كرات (كنوز) عندا سماع السافرة يحاول القراصنة أخد الكرات ويحاول حراس البحر لمسهم ومن يلمس يصبح من الحراس يمكن للقراصنة تحرير الأسرى بتقديم كنوز لحراس البحر **التنويع**: استخدام الأقماع ككنوز و قذف الكرات نحو القراصنة لحراسة الكنوز (12د) **الحالةالتعلمية03**:(لعبة البولين) وضع أقماع مقابل كل فوج ومحاولة إسقاطها قبل الفوج الأخر ترد الكرة عن طريق التمرير من طرف الزميل **التنويع** :في التمرير في زيادة المسافة وفي عدد الأقماع أو جعل حاجز بشري بين الرامي والأقماع(20د) **الحالة التعلمية(04)**:منافسة رياضية بين الأفواج في كرة اليد يعين الأستاذ حكام ولجنة لتسيير وتنظيم المنافسة من التلاميذ آخرون(20د)	*إشراكه في حل المسائل و إعطائه فرص المحاولة ، مع إثارة انتباهه قبل البدء وتبصيره بأهمية السلوك الاجتماعي ، ثم البدء بالمسائل التي يستطيع حلها ليكتسب ثقة بنفسه بالتدرج نصل إلى المسائل الصعبة التي يجد فيها التحدي والتفكير. *إظهار سلوكيات إيجابية سواء أثناء الفوز أو الخسارة وتقبل الهزيمة احترام الخصم * الدافعية و الرغبة في التحكيم والانضمام إلى لجنة التنظيم دون تردد * انضمام تلاميذ جدد للجنة التنظيم مع رغبة في ذلك	
المرحلة الختامية	*بعد تمارين الاسترخاء والرجوع إلى الحالة الطبيعية (05د) ومن خلال جلسة إرشادية مع مستشار التوجيه يقدم ملاحظات حول السلوك الاجتماعي في المواقف التعليمية وأثناء المنافسة وتصحيح الأخطاء السلوكية التي ارتكبت وتقديم النموذج السليم والإيجابي ، (15د) *تقييم الأداء من الناحية الفنية والسلوكية من طرف الأستاذ (05د) .	*القدرة على تقييم المعارف و القدرات والمهارات الموظفة من أجل تنميتها وإدراك النقائص *إدراك مستوى رضا التلاميذ نحو محتوى المواقف و التدخلات	

البطاقة الفنية(03)

مستوى السنة الثانية متوسط	النشاط البدني: فردي وجماعي	مدة الإنجاز: ساعتان	مكان العمل:متوسطة سحوان بن عزوز	عدد لتلاميذ:	التاريخ:
الكفاءة المرحلية	المشاركة النشيطة ضمن الفوج و قدرة التعبير الحركي واللفظي أمام الغير				
الهدف التعلمي	تنمية استعداد التلميذ لأداء مهام قيادية بممارسات سلوكية فعلية والنجاح في ذلك				

المراحل	ظروف الإنجاز	شروط النجاح	التدخلات الإرشادية والأساليب والفنيات المستخدمة
المرحلة التحضيرية	*التحية والمناداة (04د) *شرح هدف الحصة(03د) *التحفيز على العمل الجماعي (15د) *قبل الشروع في المرحلة التحضيرية يتدخل مستشار التوجيه استنادا عن الملاحظات التي دونها سابقا وإعطاء فرصة لتلاميذ في التعبير عن مشكلاتكم من ناحية التواصل والمبادرة و التفاعل فيما بينهم وإعطائه الحلول المناسبة لحلها استنادا على الملاحظات التي دونها خلال الحصص لسابقة*تسخين عام ثم تسخين خاص عن طريق ألعاب شبه رياضية (15د)	*ومساعدة التلاميذ على تحقيق الذات وتقوية الشعور بالانتماء للفصل والمدرسة، وحل مشكلات اجتماعية مثل العزلة الاجتماعية	*زيادة ثقة التلميذ بنفسه والتخلص من الشعور بالنقص أو العجز*اكتشاف استعداد التلميذ لأن يكون قائداً، ثم تنمية ذلك الاستعداد بممارسات سلوكية فعلية *يقرر المعلم عدد الطلاب في المجموعة الواحدة، ويفضل أن يبدأ بتكوين مجموعات صغيرة من طالبين أو ثلاثة، ثم يبدأ بزيادة العدد حين يتدرب الطلاب على مهارات التعاون إلى أن يصل العدد ستة طلاب في المجموعة الواحدة.
المرحلة الرئيسية	**الحالةالتعلمية01**: (اللعبة الحركية الراعي والذئب)يختار الأستاذ تلميذ ليمثل دور الذئب وأخر ليمثل الراعي والباقي يمثلون الأغنام ويمسك كل طفل زميله من وسطه مشكلين قاطرة يحاول الذئب لمس أول أو أخر تلميذ في القاطرة بينما الراعي يحاول منعه بلمسه ،عندما يلمس الذئب أحد الأغنام يصبح هو الراعي والراعي ينضم إلى الأغنام والذي لمسه الذئب يصبح هو الراعي وعندما يلمس ا لراعي الذئب يصبح أحد الأغنام ويبقى الراعي في مكانه. (12 د) **الحالةالتعلمية02**:(لعبة البولين والتسديد) وضع أقماع مقابل كل فوج ومحاولة إسقاطها قبل الفوج الأخر ترد الكرة عن طريق التمرير من طرف الزميل بعد إسقاط قمع بعدها يحاول التسديد نحو السلة **التنويع** :في التمرير ،في زيادة المسافة وفي عدد الأقماع أو جعل حاجز بشري بين الرامي والأقماع ،التسديد بعد إسقاط قمع أو أكثر(20د) **الحالةالتعلمية03**:(سرعة التسديد) يتقابل فوجان نحو السلة وعند الإشارة يحاول كل عنصر من الفوج تسجيل أكبر عدد من السلات مدة دقيقة استخدام السبورة لتسجيل عدد السلات لكل فوج **التنويع**: زيادة مسافة التسديد ،التسديد من الثبات ، من الحركة من الارتقاء (20د) **الحالة التعلمية(04)**:منافسة رياضية بين الأفواج في كرة السلة فوجين يتنافسون والفوجين الآخرين يشجعون الأفواج المنافسة بعدها يتبادل الأفواج الأدوار فيصبح الأفواج المتنافسون مشجعون (20د)	*إشراكه في حل المسائل عطائه فرص المحاولة ، مع إثارة تباهه قبل البدء وتبصيره بأهمية السلوك الاجتماعي ، ثم البدء بالمسائل التي يستطيع حلها ليكتسب ثقة بنفسه بالتدرج نصل إلى المسائل الصعبة التي يجد فيها التحدي والتفكير *إظهار سلوكيات إيجابية سواء أثناء الفوز أو الخسارة وتقبل الهزيمة احترام الخصم * الدافعية و الرغبة في التحكيم والانضمام إلى لجنة التنظيم دون تردد *انضمام تلاميذ جدد لجنة التنظيم التحكيم أثناء المنافسة مع الرغبة في ذلك	*إثراء المشاركة الاجتماعية بين التلاميذ في الألعاب والأنشطة، وتنمية المسئولية الاجتماعية، وتنمية الحوار بين التلاميذ أنفسهم ، وبينهم وبين أفراد آخرين خارج الفصل وخارج المدرسة ، وتنمية الرغبة في مشاركة الآخرين من خلال دور القيادة داخل الفصل أو أثناء أداء نشاط ما *تزويد التلميذ بالتغذية الراجعة الفورية بشأن صحة أو خطأ السلوك الذي يظهره التلميذ أثناء الحصة من طرف الأستاذ أو مستشار التوجيه *منح فرص للتلاميذ لتعليق عن المباريات أثناء المنافسة خصوصا للذين لم يعلقوا في الحصص الماضية *تقييم التفاعل بين أعضاء كل فوج من ناحية التواصل والتفاعل وردود الفعل أثناء الفوز أو الخسارة
المرحلة الختامية	*بعد تمارين الاسترخاء والرجوع إلى الحالة الطبيعية ومن خلال جلسة إرشادية مع مستشار التوجيه يقدم ملاحظات حول السلوك الاجتماعي في المواقف التعليمية وأثناء المنافسة وتصحيح الأخطاء السلوكية التي ارتكبت وتقديم النموذج السليم والإيجابي ، (15د) *تقييم الأداء من الناحية الفنية والسلوكية من طرف الأستاذ (05د	*تكييف الوضع والوسائل والمهارات الحركية المهارية والاجتماعية *إدراك مستوى رضا التلاميذ نحو محتوى المواقف و التدخلات	*تقييم سلوكيات و تصرفات التلاميذ خلال عملية التعلم وتقييم مدى فهم واستيعاب وتجاوب التلاميذ مع إرشادات وتدخلات مستشار التلاميذ

البطاقة الفنية(04)

الثانية متوسط	النشاط البدني: فردي وجماعي	مدة الإنجاز: ساعتان	مكان العمل: متوسطة سحوان بن عزوز	عدد لتلاميذ:	التاريخ:
الكفاءة المرحلية	المشاركة النشيطة ضمن الفوج و قدرة التعبير الحر كي واللفظي أمام الغير				
الهدف التعلمي	تنمية مهارات التلميذ في قيادة وتوجيه الفوج نحو الفوز				

المراحل	ظروف الإنجاز	شروط النجاح	التدخلات الإرشادية والأساليب والفنيات المستخدمة
المرحلة التحضيرية	*التحية والمناداة (**05د**) *شرح هدف الحصة(**03د**) *التحفيز على العمل الجماعي. *قبل الشروع في المرحلة التحضيرية يتدخل مستشار التوجيه استنادا عن لملاحظات التي دونها سابقا وإعطاء فرصة لتلاميذ في التعبير عن مشكلاتكم من ناحية التواصل والمبادرة و التفاعل فيما بينهم وإعطائه الحلول المناسبة لحلها استنادا على الملاحظات التي دونها خلال الحصص السابقة(**15 د**)*تسخين عام ثم تسخين خاص عن طريق ألعاب شبه رياضية (15د)	*ومساعدة التلاميذ على تحقيق الذات وتقوية الشعور بالانتماء للفصل والمدرسة، وحل مشكلات اجتماعية مثل الانطواء الخوف التردد والعزلة الاجتماعية حب العمل الفردي	*اكتشاف استعداد التلميذ لأن يكون قائداً، ثم تنمية ذلك الاستعداد بممارسات سلوكية فعلية.*تدريب التلميذ على كيفية التصرف في المواقف والبحث عن بدائل أخرى.*تصحيح الأخطاء أولا بأول.*علاج بعض المشكلات السلوكية مثل السلوك العدواني والاضطرابات الانفعالية مثل الخوف والتردد وتجنب الآخرين
المرحلة الرئيسية	**الحالةالتعلمية01**:(اللعبة الحركية الثعلب والدجاجة)يجري الثعلب خلف الدجاجة محاولا مسكها بينما يقف باقي التلاميذ في دائرتين متداخلتين وكل طفل خلف زميل له بينهما مسافة متر ونصف في الدائرة ويكونون باتجاه مركز الدائرة يقف التلميذ (الدجاجة) فجأة أمام الطفل الأمامي لأي زوج وفي تلك اللحظة يترك التلميذ الخلفي مكانه ليصبح (دجاجة)الجديدة بينما التلميذ الأمامي يصبح الثعلب يجري الثعلب والدجاجة بحرية داخل وخارج الدائرة 10د **الحالة التعلمية:2**(اللعبة الاجتماعية):ينقسم الفوج إلى فريقين ويحاول كل فريق البحث وجلب أكبر عدد من الكرات ووضعها في حلقة دائرية الخاصة به خلال زمن محدد مسبقا **التنويع** :تنطيط الكرة ، القفز في حلقات ،حواجز ،(15د) **الحالةالتعلمية03**: لعبة التمرير فوق الرأس)ينقسم تلاميذ القسم إلى أفواج متساوية العدد على شكل قاطرة يقوم قائد كل قاطرة بتمرير الكرة إلى زميله الذي خلفه ويترك مكانه ليتمركز خلف القاطرة ولم تصل إليه الكره يجري بها ويضعها في حلقة دائرية ، الفوج الذي يضع الكرة أولا هو الفائز **التنويع** :تبديل القائد ،الجري نحو الحلقة بتنطيط الكرة ،تنطيط الكرة قبل التمرير الخلفي الجري والتسديد(18د) **الحالةالتعلمية04**: منافسة رياضية بين الأفواج في كرة السلة فوجين يتنافسون والفوجين الآخرين يشجعون الأفواج المنافسة بعدها يتبادل الأفواج الأدوار فيصبح الأفواج المتنافسون مشجعون (20د).	*إشراكه في حل المسائل عطائه فرص المحاولة ، مع إثارة تباهه قبل البدء وتبصيره بأهمية السلوك الاجتماعي ، ثم البدء بالمسائل التي يستطيع حلها ليكتسب ثقة بنفسه بالتدرج نصل إلى المسائل الصعبة التي يجد فيها التحدي والتفكير *التأكيد على أهمية الأداء الجماعي وتنمية روح المنافسة الشريفة *إظهار دافعية و رغبة في قيادة الفوج *انضمام تلاميذ جدد للجنة التنظيم والتحكيم أثناء المنافسة مع الرغبة في ذلك *إظهار مهارات اجتماعية في التواصل والحوار مع الفائز والخاسر وأثناء فترات التوتر والقلق والمشاحنة	*إثراء المشاركة الاجتماعية بين التلاميذ في الألعاب والأنشطة، وتنمية المسئولية الاجتماعية، وتنمية الحوار بين التلاميذ أنفسهم، وبينهم وبين أفراد آخرين خارج الفصل وخارج المدرسة ، وتنمية الرغبة في مشاركة الآخرين من خلال دور القيادة داخل الفصل أو أثناء أداء نشاط ما *تزويد التلميذ بالتغذية الراجعة الفورية بشأن صحة أو خطأ السلوك الذي يظهره التلميذ أثناء الحصة من طرف الأستاذ أو مستشار التوجيه *منح فرص للتلاميذ لتعليق عن المباريات أثناء المنافسة خصوصا للذين لم يعلقوا في الحصص الماضية
المرحلة الختامية	*بعد تمارين الاسترخاء والرجوع إلى الحالة الطبيعية ومن خلال جلسة إرشادية مع مستشار التوجيه يقدم ملاحظات حول السلوك الاجتماعي في المواقف التعليمية وأثناء المنافسة وتصحيح الأخطاء السلوكية التي ارتكبت وتقديم النموذج السليم والإيجابي ، (15د) *تقييم الأداء من الناحية الفنية والسلوكية من طرف الأستاذ وتعيين التلاميذ الأكثر استعداد والجاهزين لقيادة الفوج وتشجيع التلاميذ الأكثر خوفا وترددا(05د) .	*إظهار الرغبة في قيادة الفوج أو في تنظيم وتسيير المنافسات وطلب النصح والإرشاد في ذلك * انخفاض درجة الخوف والتردد والخجل من طرف التلاميذ المنعزلين والمبادرة في تنشيط الحصة	*تقييم المهارات القيادية و التصرفات خلال عملية التعلم وتقييم مدى فهم واستيعاب وتجاوب التلاميذ مع إرشادات وتدخلات مستشار التلاميذ

البطاقة الفنية(05)

الثانية متوسط	النشاط البدني: فردي وجماعي	مدة الإنجاز : ساعتان	مكان العمل:متوسطة سحوان بن عزوز	عدد التلاميذ: / التاريخ:
الكفاءة المرحلية	المشاركة النشيطة ضمن الفوج و قدرة التعبير الحركي واللفظي أمام الغير			
الهدف التعلمي	تنمية كفاءة وخبرات التلاميذ في تسير وتنشيط الفوج وعرض الأفكار حول ذلك			

المراحل	ظروف الإنجاز	شروط النجاح	التدخلات الإرشادية والأساليب والفنيات المستخدمة
المرحلة التحضيرية	*التحية والمناداة (04د) *شرح هدف الحصة(03د) *التحفيز على العمل الجماعي *قبل الشروع في المرحلة التحضيرية يتدخل مستشار التوجيه استنادا عن لملاحظات التي دونها سابقا وإعطاء فرصة لتلاميذ في التعبير عن مشكلاتكم من ناحية التواصل والمبادرة و التفاعل فيما بينهم وإعطائه الحلول المناسبة لحلها استنادا على الملاحظات التي دونها خلال الحصص 15د*تسخين عام ثم تسخين خاص عن طريق ألعاب شبه رياضية (15د).	*ومساعدة التلاميذ على تحقيق الذات وتقوية الشعور بالانتماء للفصل والمدرسة، * الاستعداد الكامل للأداء والرغبة في العمل والتركيز على التدخلات الإرشادية لمستشار لتوجيه	*اكتشاف استعداد التلميذ لأن يكون قائداً، ثم تنمية ذلك الاستعداد بممارسات سلوكية فعلية.*تدريب التلميذ على كيفية التصرف في المواقف والبحث عن بدائل أخرى.*تصحيح الأخطاء أولا بأول.*علاج بعض المشكلات السلوكية مثل السلوك العدواني والاضطرابات الانفعالية مثل الخوف والخجل والتردد وتجنب الآخرين *إثراء المشاركة الاجتماعية بين التلاميذ في الألعاب والأنشطة، وتنمية المسئولية الاجتماعية، وتنمية الحوار بين التلاميذ أنفسهم، وبينهم وبين أفراد آخرين خارج الفصل وخارج المدرسة ، وتنمية الرغبة في مشاركة الآخرين من خلال دور القيادة داخل الفصل أو أثناء أداء نشاط ما *تزويد التلميذ بالتغذية الراجعة الفورية بشأن صحة أو خطأ السلوك الذي يظهره التلميذ أثناء الحصة من طرف الأستاذ أو مستشار التوجيه *منح فرص للتلاميذ لتعليق عن المباريات أثناء المنافسة خصوصا للذين لم يعلقوا في الحصص الماضية.*تقييم المهارات القيادية و التصرفات خلال عملية التعلم وتقييم مدى فهم واستيعاب وتجاوب التلاميذ مع إرشادات وتدخلات مستشار التلاميذ *منح فرص للتلاميذ لتعليق عن المباريات أثناء المنافسة خصوصا للذين لم يعلقوا في الحصص الماضية
المرحلة الرئيسية	**الحالةالتعلمية(01)**: اللعبة الحركية المطاردة الثنائية ينقسم التلاميذ إلى زوجين ويحاول زوجين من التلاميذ مسك أو لمس الأزواج الأخرى وزوج الذي يخرج أحد أفراده خارج الحدود أو يفلت أحدهما الأخر هم اللذين يطاردون البقية (10د) **الحالة التعلمية:(02)**(اللعبة الاجتماعية) يشكل الفوج دائرة يقف أحدهم وسط الدائرة ويطلب من أحد التلاميذ أن يتقدم نحوه ببطء ويطلب منه أداء حركات معينة أو إجراء عمليات حسابية ،فإذا أخطأ يرجع إلى مكانه وإذا وصل إلى منتصف الدائرة ولم يخطأ يحل مكان زميله (12د) **لحالة التعلمية:(03)** اللعبة الحركية المنطقة المحرمة):يرسم الأستاذ دائرتين إحداهما داخل الأخرى واحدة قطرها ثلاث أمتار والأخرى قطرها ست أمتار يدخل التلاميذ الدائرة الخارجية متشابك الأيدي ويحاول كل واحد جر وإدخال زميله داخل الدائرة المحرمة (10د) **لحالة التعلمية:(04)**ينقسم الفوج إلى قسمين متساوين كل منهما في صف مواجها الأخر وتوضع سلتان متباعدتان تحوي كل منهما كرة وتعطى أسماء متناقضة لكل عنصر من الفوج ك ورقة /قلم ،ليل /نهار .....إلخ وعندما ينادي القائد قلم يجري المسمى قلم وورقة إلى السلة ويأخذ الكرة ويضعوها في السلة المقابلة من يضعها أولا يتحصل على نقطة لفوجه (15د) **الحالة التعلمية (05)**:منافسة رياضية بين الأفواج في كرة السلة وإنشاء لجنة تنظميه لتسير المنافسة من طرف التلاميذ بعدها يتبادل الأفواج الأدوار المتنافسون مشجعون (20	*إشراكه في حل المسائل عطائه فرص المحاولة ، مع إثارة انتباهه قبل البدء وتبصيره بأهمية السلوك الاجتماعي ، ثم البدء بالمسائل التي يستطيع حلها ليكتسب ثقة بنفسه بالتدرج نصل إلى المسائل الصعبة التي يجد فيها التحدي والتفكير *التأكيد على أهمية الأداء الجماعي وتنمية روح المنافسة الشريفة * الدافعية و الرغبة في التحكيم والانضمام إلى لجنة التنظيم دون تردد * انضمام تلاميذ جدد للجنة التنظيم مع رغبة في ذلك	
المرحلة الختامية	*بعد تمارين الاسترخاء والرجوع إلى الحالة الطبيعية ومن خلال جلسة إرشادية مع مستشار التوجيه يقدم ملاحظات حول السلوك الاجتماعي في المواقف التعليمية وأثناء المنافسة وتصحيح الأخطاء السلوكية التي ارتكبت وتقديم النموذج السليم والإيجابي(15د) *تقييم الأداء من الناحية الفنية والسلوكية من طرف الأستاذ (05د) .	*إظهار الرغبة في قيادة الفوج أو في تنظيم وتسيير المنافسات وطلب النصح والإرشاد في ذلك * انخفاض درجة الخوف والتردد والخجل من طرف التلاميذ المنعزلين	

بطاقة رقم : (06)

السنة الثانية متوسط	النشاط البدني: فردي وجماعي:	مدة الإنجاز ساعتان	مكان العمل: متوسطة سحوان بن عزوز	عدد لتلاميذ:	التاريخ:
الكفاءة المرحلية	المشاركة النشيطة ضمن الفوج و قدرة التعبير الحركي واللفظي أمام الغير				
الهدف التعلمي	تقدير أهمية الحركات والمهام المنجزة و عدم التردد في التعبير عنها.				

المراحل	ظروف الإنجاز	شروط النجاح	التدخلات الإرشادية والأساليب والفنيات المستخدمة
المرحلة التحضيرية	*التحية والمناداة (04د) *شرح هدف الحصة(03د)*التحفيز على العمل الجماعي. *قبل الشروع في المرحلة التحضيرية يتدخل مستشار التوجيه استنادا عن الملاحظات التي دونها سابقا وإعطائه الحلول المناسبة لحلها استنادا على الملاحظات التي دونها خلال الحصص السابقة(15د)*تسخين عام ثم تسخين خاص عن طريق ألعاب شبه رياضية مكيفة حسب متطلبات وحاجات التلاميذ(15د) .	*ومساعدة التلاميذ على تحقيق الذات وتقوية الشعور بالانتماء للفصل والمدرسة، * الاستعداد الكامل للأداء والرغبة في العمل والتركيز على التدخلات الإرشادية لمستشار لتوجيه	*على المعلم أن يتأكد من أنماط التفاعل والتبادل اللفظي وجهاً لوجه بين التلاميذ من خلال ملاحظته للتفاعل اللفظي الذي يحدث بين أفراد المجموعة من تبادل للشرح والتوضيح *يتفقد المعلم عمل المجموعات من خلال التجوال بين الو رشات أثناء انشغالهم بأداء مهامهم وملاحظة سلوكهم وتفاعلهم مع بعضهم البعض، وفيما إذا كانوا قد فهموا ما أوكل لهم من مهام، وكيفية تنفيذها
المرحلة الرئيسية	**الحالةالتعلمية(01)**تقوم هذه اللعبة على أساس اختيار آلة تتكون من التلاميذ أنفسهم وعند تشغيل هذه الآلة تسمع أصوات أجزائها المختلفة من طرف التلاميذ أي كانت الآلة **التنويع**: تكوين أرقام ،أشكال هندسية، (15د) **الحالةالتعلمية(02)**: لعبة الأرقام يقسم الفوج إلى مجموعتين ويقوم القائد بإعطاء رقم لكل تلميذ من كل فوج وعند ذكر أحد الأرقام ينطلق التلميذان في سباق نحو خط النهاية **التنويع**: وضع أقماع ،حواجز ، التسديد نحو السلة (12د) **الحالة التعلمية(03)**:لعبة قبض العصا ينقسم التلاميذ إلى فوجين متساوين يقفان في صفين متقابلين بينهما مسافة أربع أمتار ويقف الرائد في وسط المسافة بين الصفين وبيده عصا تبدأ اللعبة بأن يذكر الرائد رقما ثم يترك العصا رأسية ويبتعد عنها على صاحب هذا الرقم الجري نحو العصا ليلتقطها قبل سقوطها على الأرض تمنح نقطة لتلميذ الذي يلتقطها قبل سقوطها **التنويع** :استخدام الكرة بعد ارتدادها أو كرتين .استقبال الكرة من الثبات ومن القفز برجلين (12د) **الحالة التعلمية(04)**: يقسم الفوج إلى قاطرتين متساويتين تبدأ اللعبة بأن يقوم الأول بالجري بالكرة نحو خط النهاية ثم يمرر الكرة إلى الزميل الذي كان خلفه وهكذا حتى تنتقل الكرة إلى خط النهاية **التنويع** :التنطيط ، تجاوز الحاجز ،تسديد نحو السلة ،تجاوز الحلقات .(12د). **الحالة التعلمية (05)**: منافسة رياضية بين الأفواج في كرة السلة وإنشاء لجنة لتسير المنافسة من طرف التلاميذ بعدها يتبادل الأفواج الأدوار.	*إشراكه في حل المسائل وإعطائه فرص المحاولة ، مع إثارة انتباهه قبل البدء وتبصيره بأهمية السلوك الاجتماعي ، ثم البدء بالمسائل التي يستطيع حلها ليكتسب الثقة بنفسه وبالتدرج نصل إلى المسائل الصعبة التي يجد فيها التحدي والمواجهة والتفكير والإبداع *يتحدى الخجل ويتوصل إلى التظاهر أمام الآخرين . * الدافعية و الرغبة في التحكيم والانضمام إلى لجنة التنظيم دون تردد * انضمام تلاميذ جدد للجنة التنظيم مع رغبة في ذلك.	*التأثير الفعلي في هذا الفضاء بفضل الأساليب الشخصية استجابة لرغبة بلوغ مسعى فردي أو جماعي *إكساب الأطفال مهارات اتخاذ القرار والتصرف في المواقف *تقييم المهارات القيادية و التصرفات خلال عملية التعلم وتقييم مدى فهم واستيعاب وتجاوب التلاميذ مع إرشادات وتدخلات مستشار التلاميذ *منح فرص للتلاميذ لتعبير عن أفكارهم وكل ما يجول في ذهنهم أثناء المواقف التعليمية وأثناء المنافسة *وتقييم مدى فهم واستيعاب وتجاوب التلاميذ مع إرشادات وتدخلات مستشار التلاميذ *تقييم مدى تقدم مستوى التلاميذ من الناحية الفنية والحركية ومن ناحية المهارات الاجتماعية مقارنة بالحصص الماضية
المرحلة الختامية	*بعد تمارين الاسترخاء والرجوع إلى الحالة الطبيعية ومن خلال جلسة إرشادية مع مستشار التوجيه يقدم ملاحظات حول السلوك الاجتماعي الذي أبداه التلاميذ في المواقف التعليمية وأثناء المنافسة وتصحيح الأخطاء السلوكية التي ارتكبت وتقديم النموذج السليم والإيجابي ، (15د) *تقييم الأداء من الناحية الفنية والسلوكية من طرف الأستاذ (05د).	إظهار وإبداء الرأي في ما احتوي عليه برنامج الحصة من ناحية المواقف والتدخلات والرضا عنها * إظهار القدرة على النقد والتعبير عن الرأي والأفكار التي تجول في ذهن التلميذ.	

البطاقة الفنية(07)

السنة الثانية متوسط	النشاط البدني: فردي وجماعي	مدة الإنجاز: ساعتان	مكان العمل:متوسطة سحوان بن عزوز	عدد لتلاميذ:	التاريخ:
الكفاءة المرحلية	المشاركة النشيطة ضمن الفوج و قدرة التعبير الحركي واللفظي أمام الغير				
الهدف التعلمي	تنمية استعداد التلميذ لأداء مهام قيادية بممارسات سلوكية فعلية تستدعي التفاعل والتواصل				

المراحل	ظروف الإنجاز	شروط النجاح	التدخلات الإرشادية والأساليب والفنيات المستخدمة
المرحلة التحضيرية	*التحية والمناداة (04د) *شرح هدف الحصة(03د) *التحفيز على العمل الجماعي) *قبل الشروع في المرحلة التحضيرية يتدخل مستشار التوجيه استنادا عن الملاحظات التي دونها سابقا والتركيز على التلاميذ اللذين ليس لديهم استعداد كاف لأداء مهام قيادية ولديهم نقص في التفاعل والتواصل (15 د) *تسخين عام ثم تسخين خاص عن طريق ألعاب شبه رياضية (15د)	*ومساعدة التلاميذ على تحقيق الذات وتحضير التلاميذ المترددين واللذين لديهم نقص في مهارات التواصل والتفاعل والتخفيف من درجة خوفهم وقلقهم	*تحليل تصرفات أفر ا د المجموعة أثناء أداء مهمات العمل بأن يتخذ أفراد المجموعة قرا رتهم حول بقاء واستمرار التصرفات المفيدة وتعديل التصرفات التي تحتاج إلى تعديل لتحسين عملية التعلم. *تغيير صورة التوقعات التي تجول في ذهن التلاميذ المترددين والخجولين
المرحلة الرئيسية	**الحالة التعلمية(01)** :لعبة العشر تمريرات يحاول كل فوج تمرير عشر تمريرات متواصلة دون قطعها أو لمسها من طرف الخصم ،يعد كل من استقبل الكرة **التنويع** : القفز ثم التمرير التنطيط مرة أو مرتين ثم التمرير ، التسديد في المكان نحو المرمى(15)د. **الحالةالتعلمية(02)**: يتقابل الفوجين وبينهما شبكة كرة الطائرة ويحاول كل عنصر من الفوج تمرير الكرة من فوق الشبكة وإسقاطها في منطقة الخصم وإذ سقطت يخرج التلميذ ويأتي أخر إذا خرج كل عناصر الفوج تمنح نقطة للفوج وتعاد اللعبة **التنويع** :التمرير بالذراعين ،مراقبة الكرة ثم التمرير ،إسقاط الكرة في منطقة الثلاث أمتار ثم الست أمتار.(15 د) **الحالة التعلمية (03)**:يقسم ميدان كرة الطائرة إلى أربع مناطق في كل منطقة ثلاث تلاميذ يمثلون الفوج ويحاولون إرجاع الكرة و إسقاطها في منطقة الخصم **التنويع**: إرجاع الكرة إلى منطقة الخصم بتمريرة واحدة ،بتمريرتين ،بثلاث تمريرات ،اللعب في منطقة الثلاث أمتار، واللعب في منطقة الستة أمتار(15 د)ا **الحالة التعلمية(04)**: منافسة رياضية بين الأفواج في كرة الطائرة وإنشاء لجنة تنظيمه لتسير المنافسة من طرف التلاميذ بإشراف الأستاذ مع إعطاء فرصة للتلاميذ الذين لم يسبق لهم أن قاموا بذلك في التحكيم والتسيير والتنظيم والتدوين.(20 د)	*خلق روح التنافس والاجتهاد من أجل الفوز و تقمص مختلف الأدوار (الملاحظة ، التنظيم ، التسيير). *التضامن الفعلي مع الزملاء داخل وخارج الفوج *إشراكه في حل المسائل عطائه فرص المحاولة ، مع إثارة انتباهه قبل البدء وتبصيره بأهمية السلوك الاجتماعي . *البدء بالمسائل التي يستطيع حلها ليكتسب ثقة بنفسه بالتدرج نصل إلى المسائل الصعبة التي يجد فيها التحدي والتفكير*	*رسم نمط معين للتلاميذ الآخرين حول تقبل حالة زملائهم سواء في النجاح أو الفشل والتعاون على تحسين مستوى التواصل والتفاعل لتقليل من الفروقات الفردية وزيادة الثقة بأنفسهم . *إتاحة الحرية الفكرية لكل تلميذ والثقة فيهم وفي قدراتهم *العمل على ترقية مفهوم العضوية الإيجابية الفوج بواسطة التضامن والتعاون وتقلد الأدوار والمسؤوليات في الجماعة والاتفاق مع الآخرين . *إكساب الأطفال مهارات اتخاذ القرار والتصرف في المواقف *وتقييم مدى فهم واستيعاب وتجاوب التلاميذ مع إرشادات وتدخلات مستشار التلاميذ*تقييم مدى تقدم مستوى التلاميذ من الناحية الفنية والحركية ومن ناحية المهارات الاجتماعية مقارنة بي الحصص الماضية
المرحلة الختامية	*بعد تمارين الاسترخاء والرجوع إلى الحالة الطبيعية ومن خلال جلسة إرشادية مع مستشار التوجيه يقدم ملاحظات حول السلوك الاجتماعي في المواقف التعليمية وأثناء المنافسة وتصحيح الأخطاء السلوكية التي ارتكبت وتقديم النموذج السليم والإيجابي ، (15) *تقييم الأداء من الناحية الفنية والسلوكية من طرف الأستاذ (05د)	*إظهار وإبداء الرأي في ما احتوي عليه برنامج الحصة من ناحية المواقف والتدخلات والرضا عنه	*تقييم مدى تقدم مستوى التلاميذ من الناحية الفنية والحركية ومن ناحية المهارات الاجتماعية مقارنة بالحصص الماضي.

البطاقة الفنية(08)

السنة الثانية متوسط	النشاط البدني: فردي وجماعي	مدة الإنجاز: ساعة ونصف	مكان العمل:متوسطة سحوان بن عزوز	عدد لتلاميذ:	التاريخ:
الكفاءة المرحلية	المشاركة النشيطة ضمن الفوج و قدرة التعبير الحركي واللفظي أمام الغير				
الهدف التعلمي	دارك المهارات الاجتماعية (الإصغاء ، تبادل الآراء والأفكار ، تشجيع الآخرين و، الانسجام بين أعضاء الفوج الواحد				

المراحل	ظروف الإنجاز	شروط النجاح	التدخلات الإرشادية والأساليب والفنيات المستخدمة
المرحلة التحضيرية	*التحية والمناداة (04د)*شرح هدف الحصة(03د) *التحفيز على العمل الجماعي. *قبل الشروع في المرحلة الرئيسية يتدخل مستشار التوجيه استنادا عن الملاحظات التي دونها سابقا وإعطائه الحلول المناسبة لحلها (15 د)*تسخين عام ثم تسخين خاص عن طريق ألعاب شبه رياضية يحاول الأستاذ تحضير التلاميذ من الناحية البدنية والنفسية للمرحلة الرئيسية (15د).	*استعداد التلميذ لأداء مهام قيادية بممارسات سلوكية فعلية تستدعي التفاعل و التواصل	*تفضيل العلاقات الاجتماعية التحكم في الانفعالات والأنانية *إتاحة الحرية الفكرية لكل تلميذ والثقة فيهم وفي قدراتهم
المرحلة الرئيسية	**الحالة التعلمية(01)** : يتمركز فوج في نصف الملعب الأول وفوج في الثاني من ملعب الكرة الطائرة يحاول الفوج منهما تمرير أربع أو خمس كرت فوق الشبكة نحو الفوج الأخر إذا لمست الكرة أحد عناصر الفوج ينسحب منه التنويع :الفوج الذي يمرر الكرة يحاول تحاشيها بعد رجوعها من الفوج الأخر (12د) **الحالةالتعلمية(02)**: يتمركز الأفواج في نصف الملعب الأول من ملعب الكرة الطائرة و يتم وضع أقماع موزعة في المنتصف الثاني يحاول كل فوج إسقاطها عن طريق التمرير من فوق الرأس على مستوى الذراعين من خط الثلاث أمتار و عن طريق الإرسال يمكن استبدال الأقماع بحلقات (15د) **الحالة التعلمية(03)**: يتمركز الأفواج في نصف الملعب الأول من ملعب الكرة وتقسيم نصف الملعب بين الفوجين كل فوج يضع موزع لتمرير الكرة نحو الساحق مع تغير المراكز بعد كل محاولة **التنويع**: في التمرير والاستقبال في توجيه الكرة نحو الأقماع أو نحو منطقة معينة. **الحالة التعلمية(04)**: منافسة رياضية بين الأفواج في كرة الطائرة وإنشاء لجنة تنظميه لتسير المنافسة من طرف التلاميذ بإشراف الأستاذ مع إعطاء فرصة للتلاميذ الذين لم يسبق لهم أن قاموا بذلك في التحكيم والتسيير والتنظيم والتدوين.	*إشراكه في حل المسائل عطائه فرص المحاولة ، مع إثارة تباهه قبل البدء وتبصيره بأهمية السلوك الاجتماعي . * ثم البدء بالمسائل التي يستطيع حلها ليكتسب ثقة بنفسه بالتدرج نصل إلى المسائل الصعبة التي يجد فيها التحدي والتفكير . *التواصل أو التفاهم: سواء أكان لفظيًا أو غير لفظيًا، فأي حوار بين أعضاء الجماعة يستلزم قدرة إنسانية فرديه على فهم الفرد لمشاعر الآخرين.	* والتعاون وتقلد الأدوار والمسؤوليات في الجماعة العمل على ترقية مفهوم العضوية الإيجابية الفوج بواسطة التضامن والاتفاق مع الآخرين . *إكساب الأطفال مهارات اتخاذ القرار والتصرف في المواقف *وتقييم مدى فهم واستيعاب وتجاوب التلاميذ مع إرشادات وتدخلات مستشار التلاميذ*تقييم مدى تقدم مستوى التلاميذ من الناحية الفنية والحركية ومن ناحية المهارات الاجتماعية مقارنة بي الحصص الماضية *تقييم مدى تقدم مستوى التلاميذ من الناحية الفنية والحركية ومن ناحية المهارات الاجتماعية مقارنة بي الحصص الماضي *تقييم التفاعل بين أعضاء كل فوج من ناحية التواصل والتفاعل وردود الفعل أثناء الفوز أو الخسارة *تقييم سلوكيات و تصرفات التلاميذ خلال عملية التعلم وتقييم مدى فهم واستيعاب و تجاوب التلاميذ مع إرشادات مستشار التوجيه وتدخلاته الإرشادية
المرحلة الختامية	*بعد تمارين الاسترخاء والرجوع إلى الحالة الطبيعية ومن خلال جلسة إرشادية مع مستشار التوجيه يقدم ملاحظات حول السلوك الاجتماعي في المواقف التعليمية وأثناء المنافسة وتصحيح الأخطاء السلوكية التي ارتكبت وتقديم النموذج السليم والإيجابي ، (08د) *تقييم الأداء من الناحية الفنية والسلوكية من طرف الأستاذ (05د).	*إظهار وإبداء الرأي في ما احتوي عليه برنامج الحصة من ناحية المواقف والتدخلات والرضا عنه	

البطاقة الفنية(09)

السنة الثانية متوسط	النشاط البدني: فردي وجماعي	مدة الإنجاز: ساعة ونصف	مكان العمل:متوسطة سحوان بن عزوز	عدد لتلاميذ:	التاريخ:
الكفاءة المرحلية	المشاركة النشيطة ضمن الفوج و قدرة التعبير الحر كي واللفظي أمام الغير				
الهدف التعلمي	تدارك المهارات الاجتماعية (الإصغاء ، تبادل الآراء والأفكار ، تشجيع الآخرين و، الانسجام بين أعضاء الفوج الواحد				

المراحل	ظروف الإنجاز	شروط النجاح	التدخلات الإرشادية والأساليب والفنيات المستخدمة
المرحلة التحضيرية	*التحية والمناداة (04د)*شرح هدف الحصة(03د) *التحفيز على العمل الجماعي. *قبل الشروع في المرحلة الرئيسية يتدخل مستشار التوجيه استنادا عن الملاحظات التي دونها سابقا وإعطائه الحلول المناسبة لحلها (15 د)*تسخين عام ثم تسخين خاص عن طريق ألعاب شبه رياضية يحاول الأستاذ تحضير التلاميذ من الناحية البدنية والنفسية للمرحلة الرئيسية (15د).	*اقتراح بعض الحلول، وتزويد التلاميذ بمعطيات إضافية *الاستعداد الكامل للأداء والرغبة في العمل والتركيز على التدخلات الإرشادية لمستشار التوجيه.	* مساعدة التلاميذ على ممارسة النقد الذاتي وتقبل نقد الآخرين *التركيز على المشاركة والتعاون بدلا من السيطرة والسلطة . * التوسع في ممارسة أساليب التعلم الذاتي .
المرحلة الرئيسية	**الحالةالتعلمية01**:اللعبة الحركية شمس وقمر):يقف كل فريق خلف خطين أحدهما يسمى شمس والثاني يسمى قمر عندما يذكر الأستاذ شمس يركض شمس عكس اتجاه قمر ويحاول قمر مسك شمس قبل وصوله للخط المحدد له والعكس عندما يذكر قمر (زمن اللعبة 10د) **الحالة التعلمية02**:(اللعبة الحركية صيد السمك) يقوم تلميذان بدور الصيادان بمسك طرفي الحبل ويحاولان الجري وراء باقي التلاميذ وحصرهما من يقبض عليه يصبح صيادا ويمسك بيد الصياد ليزيد من طول الحبل(8د) **الحالة التعلمية(03)**:(اللعبة الحركية الكرة المتنقلة يتمركز التلاميذ في شكل دائرة يبعد كل زميل عن زميله مسافة 4إلى 5أمتار وعندما يعطي الأستاذ الإشارة فإن التلميذ الذي بيده الكرة يمررها إلى زميله حتى تصل إلى أخر واحد في الفوج الذي يجري بالكرة ويضعها في الحلقة قبل الفوج الأخر **التنويع** :التمرير الجانبي ،باليدين، التمرير الارتدادي والتمرير من الارتقاء بكرة اليد ثم بكرة السلة(20د) **الحالة التعلمية(04)**:منافسة رياضية بين الأفواج في كرة اليد فوجين يتنافسون والفوجين الآخرين يشجعون الأفواج المنافسة بعدها يتبادل الأفواج الأدوار فيصبح الأفواج المتنافسون مشجعون (20د).	* التنقّل بين الورشات ومراقبة الأعمال . *التصحيح الفردي أثناء الممارسة *توقيف العمل لإعادة الشّرح أو للتصحيح الجماعي *إ اقتراح بعض الحلول وتزويد التلاميذ بمعطيات إضافية إذا اقتضت الحاجة. * استعمال إشارات مركّبة (بين الصوت و الحركة *إظهار سلوكيات إيجابية سوء أثناء الفوز أو الخسارة وتقبل الهزيمة احترام الخصم	* إتاحة فرص للتلاميذ المنعزلين للمساهمة والمبادرة في إنجاز المهام بالقدر الذي يتناسب مع قدرات التلاميذ * اكتشاف وتنمية الإبداع والابتكار لدى التلاميذ *إثارة الدافعية وحب الاستطلاع لدى التلاميذ *تزويد التلميذ بالتغذية الراجعة الفورية بشأن صحة أو خطأ السلوك الذي يظهره التلميذ أثناء الحصة من طرف الأستاذ أو مستشار التوجيه *وتقييم مدى فهم واستيعاب وتجاوب التلاميذ مع إرشادات وتدخلات مستشار التلاميذ*تقييم مدى تقدم مستوى التلاميذ من الناحية الفنية والحركية ومن ناحية المهارات الاجتماعية مقارنة بي الحصص الماضية *تقييم مدى تقدم مستوى التلاميذ من الناحية الفنية والحركية ومن ناحية المهارات الاجتماعية مقارنة بي الحصص الماضي
المرحلة الختامية	*بعد تمارين الاسترخاء والرجوع إلى الحالة الطبيعية ومن خلال جلسة إرشادية مع مستشار التوجيه يقدم ملاحظات حول السلوك الاجتماعي في المواقف التعليمية وأثناء المنافسة وتصحيح الأخطاء السلوكية التي ارتكبت وتقديم النموذج السليم والإيجابي ، (08د) *تقييم الأداء من الناحية الفنية والسلوكية من طرف الأستاذ (05د).	*إظهار وإبداء الرأي في ما احتوي عليه برنامج الحصة من ناحية المواقف والتدخلات والرضا عنه.	

10- أدوا ت المعالجة الإحصائية

*استخدم في هذه الدراسة مجموعة من العمليات الإحصائية بهدف الإجابة على تساؤلات الدراسة وهذه العمليات الإحصائية هي:

-المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

-اختبار T- test .

-معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient)لقياس درجة الارتباط .

-اختبار ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)لمعرفة ثبات فقرات المقياس

الفصل الثاني

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد:

إن المعطيات المنهجية تقتضي عرض وتحليل النتائج التي كشفت عنها الدراسة و أفرزتها المعالجة الإحصائية للبيانات المحصل عليها حيث قمنا في هذا الفصل بعرض وتحليل النتائج والتعقيب عنها واستعراض خصائص كل متغير لعينة الدراسة للتحقق من صحة الفرضيات المطروحة في البحث .

1. عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها:

للتحقق من دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل محور من محاور أداة الدراسة، تم استخدام اختبار "**ت**" .

يكون الحكم على دلالة قيم اختبار "ت" من عدمها اعتمادا على مستوى الدلالة، فإذا كان مستوى الدلالة أصغر من 0.05فقيمة "ت" دالة إحصائيا، أما إذا كان أكبر من 0.05 فقيمة "ت" غير دالة إحصائيا.

1-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى :

تنص الفرضية الأولى على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة التفاعل الاجتماعي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي".

جدول رقم (18): اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي القياسين: القبلي و البعدي لدرجة التفاعل الاجتماعي:

المحور	القياس	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار	لصالح
قلة التفاعل الاجتماعي	القبلي	3.76231	39.4957	40.043	229	,0000	دال	البعدي
	البعدي	3.74019	25.4913					

يتضح من خلال الجدول رقم (17): أن قيمة (ت) تساوي 40.043عند درجة الحرية 229، أما مستوى الدلالة فيساوي 0.000 و هو أصغر من قيمة مستوى الدلالة 0.05، ومنه فإن قيمة (ت) دالة إحصائيا، و هذا يعني أنه توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسين: القياس القبلي و القياس البعدي في درجة التفاعل الاجتماعي، كما نلاحظ أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي يساوي 39.4957 أما البعدي فيساوي 25.4913 مما يدل على انخفاض قيم و درجات محور قلة التفاعل الاجتماعي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

الاستنتاج الخاص بالفرضية الأولى:

نصت الفرضية الأولى على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة قلة التفاعل الاجتماعي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي "، و انطلاقا من النتائج المتحصل عليها و جدنا أن هناك فروق بين القياسين و لصالح القياس البعدي مما يدل على انخفاض قيم و درجات محور قلة التفاعل الاجتماعي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وهذا الانخفاض يدل على تحسن نتائج أفراد عينة البحث في التفاعل الاجتماعي، مما يدل على أن البرنامج الإرشادي المطبق كان له تأثير إيجابي،و منه فإن الفرضية قد تحققت.

تحليل ومناقشة :

إن الأطفال عندما يأتون إلى المدرسة يكون لديهم معارف وخبرات ومهارات واتجاهات تترجم في أنماط سلوكية ، قد تكون هذه الأنماط مقبولة أو غير مقبولة ، ولما كان الطفل في حالة نمو مستمر فإن حاجاته للمعرفة والخبرة والمهارة مستمرة أيضا ، كما أن الحاجة إلى تعديل الأنماط السلوكية غير المقبولة على غرار الانطواء الاجتماعي و الذي يظهر في قلة التفاعل ،وتعزيز الأنماط السلوكية المقبولة ، وإكسابه أنماطا سلوكية جديدة أمر ضروري ، في ضوء ما سبق يتضح أهمية الإرشاد النفسي في المدرسة بجانب التربية ،وقد سعى البرنامج الإرشادي لتبصير المعلم بأهمية إثراء المشاركة الاجتماعية بين التلاميذ في الألعاب والأنشطة وتنمية المسئولية الاجتماعية ، وتنمية الحوار بين التلاميذ أنفسهم ، وبينهم وبين أفراد آخرين خارج الفصل وخارج المدرسة ، وتنمية الرغبة في مشاركة الآخرين من خلال دور القيادة داخل الفصل أو أثناء أداء نشاط ما ، ومن خلال المشروعات التي تتم داخل الفصل والمدرسة .

والمدرسة كمؤسسة اجتماعية تربوية هي نقطة التقاء لعدد كبير من العلاقات الاجتماعية المتداخلة والمعقدة وهذه العلاقات الاجتماعية هي المسالك التي يتخذها التفاعل الاجتماعي، والقنوات التي يجري فيها التأثير الاجتماعي ويعتبر التلميذ في بالمدرسة محور العملية التربوية وحجر الزاوية في بناء المجتمع ،ويكون البناء الاجتماعي متينا إذ أحيط التلميذ بكامل الرعاية والاهتمام من جميع النواحي العقلية والجسمية والنفسية ،وذلك من خلال معرفة حجاته النفسية والاجتماعية والدراسية وغيرها ومحاولة فهم هذه الحاجات وتحقيقها بالطريقة التي تضمن له التوافق والصحة النفسية ،إذ يمثل التوافق الجيد مِؤشرا إيجابيا يدفع التلاميذ إلى التحصيل من الناحية ،ويرغبهم في المدرسة ويساعدهم على إقامة علاقات متناغمة مع زملائهم ومعلميهم من ناحية أخرى ويجعل العملية التعليمية خبرة ممتعة وجذابة وسلوك التلميذ داخل المدرسة وبالتحديد المرحلة المتوسطة يتأثر بشبكة من العلاقات الشخصية كعلاقته بزملائه ومعلميه وبرامجه الدراسية ،وقد تأثر هذه العلاقات إيجابا أو سلبا على شخصيته خاصة التلميذ في مرحلة المراهقة.

وسوء العلاقة قد يتسبب في العديد من المشكلات ، غير أن هذه المشكلات ليس بالضرورة أن تكون المدرسة عاملا لظهورها لأن المراهق يتأثر سلوكه الاجتماعي بخبرات طفولته الماضية (محمد زيدان ،1983،،ص164).

وقد تكون الظروف الأسرية عاملا مسببا في ظهور السلوك الغير متوافق لدى تلاميذ ، كل هذا العوامل وغيرها تجعل تلميذ المرحلة المتوسطة يعاني من التوتر النفسي ، الذي يسببه نقص إشباع الحاجة ، أو فقدان ما يمكن أن يحقق التوازن في جانب أو أكثر من جوانب شخصيته ، سواء أدركها أو لم يدركها ، حيث تظهر للأسباب مادية ومعنوية ، وتولد لديه رغبة وطاقة لإشباعها وذلك لاستعادة التوازن (HAKIN BAILEY 1993 P34.35).

ومن بين المشكلات التي يعاني منها التلاميذ المشكلات السلوكية والانفعالية ، بعضها يتصف بالعنف والعدوانية وبعضها الأخر يتصف بالتمركز نحو الذات وفقدان الثقة بالنفس والميول اللانسحابية والانطواء (عبد الحميد الشاذلي ،2001،ص59).

وظهور هذه السلوكيات يتطلب التدخل عن طريق الإرشاد النفسي المدرسي سواء من المرشد أو الأستاذ لمساعدة التلميذ في التخلص من هذه السلوكيات ، التي تؤثر سلبا على حياته من جميع النواحي ، حيث يكون سلوكه الغير مقبول من الجماعة مصدر خطر على مستقبله .

وفي واقع الميدان داخل غرفة القسم ، يظهر التلميذ امتناعه بفعالية عن الأنشطة المدرسية وعدم تفاعله مع زملائه مع الصمت الدائم والهدوء التام ، الذي لا يسبب إي إزعاج للمعلم ، مما يجعله يتجاهل هذا السلوك في ضل الأعداد الهائلة والأفواج المكتظة من التلاميذ ،مما يترتب عليه إن لم يجد من يرشده نفسيا التعمق أكثر في الانطواء والانسحاب والانعزال ويمكن أن ينتهي به الوضع إلى ترك المدرسة .

إن نقص البرامج الإرشادية التربوية زاد من المشاكل النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط في ظل نقص المرشدين النفسين وكذا الصعوبات التي يواجهها المدرسين في التعامل مع هذه المشاكل أدى إلى عدم نجاعة الطرق والأساليب التعليمية في الوصول إلى الغاية المنشودة وهى تربية وتعليم التلميذ وتكوين شخصية متزنة ذات توافق نفسي واجتماعي ، سعى الباحث من خلال هذا البحث تقديم نموذج يبين فيه إمكانية استغلال الوسط المدرسي في تطبيق فنيات وأساليب الإرشاد النفسي وتمكين المعلم من تطبيق هذه الأساليب والفنيات الإرشادية لتخفيف من هذه المشاكل والتي تعيق العملية التعليمية برمتها ، كما أختار الباحث مناخ النشاط البدني التربوي لفاعليته في تشخيص و تعديل السلوك من خلال الأنشطة البدنية والرياضية واستغلال علاقة وتفاعل الأستاذ بالتلميذ واستغلال بيئة اللعب في توظيف الأساليب والفنيات الإرشادية من خلال برنامج إرشادي يشارك فيه مستشار التوجيه والأستاذ كطرفين في معادلة العمل الإرشادي للتخفيف من مظاهر الانطواء الاجتماعي على غرار قلة التفاعل الاجتماعي ،إذ أثبتت النتائج الإحصائية للبرنامج الإرشادي المطبق في حصة التربية البدنية والرياضية نجا عته في زيادة تفاعل التلاميذ أثناء الحصة ومنه التخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي لدى العينة التي طبق عليها البرنامج الإرشادي .

1-2-عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية على أنه:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة الوحدة والانعزال أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي".

جدول رقم (19): اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي القياسين: القبلي و البعدي لدرجة الوحدة والانعزال:

المحور	القياس	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار	لصالح
الوحدة و الانعزال	القبلي	3.76231	33.4957	31.553	229	,0000	دال	البعدي
	البعدي	3.73536	22.4652					

يتضح من خلال الجدول رقم (18): أن قيمة (ت) تساوي 31.553عند درجة الحرية 229، أما مستوى الدلالة فيساوي 0.000 و هو أصغر من قيمة مستوى الدلالة 0.05، ومنه فإن قيمة (ت) دالة إحصائيا، و هذا يعني أنه توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسين: القياس القبلي و القياس البعدي في درجة الوحدة والانعزال، كما نلاحظ أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي يساوي 33.4957 أما البعدي فيساوي22.4652 مما يدل على انخفاض قيم و درجات محور الوحدة والانعزال بعد تطبيق البرنامج الإرشادي .

الاستنتاج الخاص بالفرضية الثانية :

نصت الفرضية الثانية على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة الوحدة والانعزال أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي "، و انطلاقا من النتائج المتحصل عليها و جدنا أن هناك فروق بين القياسين و لصالح القياس البعدي مما يدل على انخفاض قيم و درجات الوحدة والانعزال بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وهذا الانخفاض يدل على تحسن نتائج أفراد عينة البحث في تجنب سلوك الوحدة والانعزال ، مما يدل على أن البرنامج الإرشادي المطبق كان له تأثير إيجابي،و منه فإن الفرضية قد تحققت.

تحليل ومناقشة :

يؤدي المعلم وظيفة التدريس ويكون تركيزه في المقام الأول على التحصيل الدراسي ، وهذا ما يُعرفْ بالدور الأكاديمي للمعلم ، وبجانب الدور الأكاديمي توجد أدوار أخرى يمكن للمعلم أن يؤديها ومنها الدور الإرشادي ، وفي هذا الاتجاه وجدت آراء تنادي بضرورة إعادة تأهيل المعلم لأداء دور المرشد النفسي في المدرسة ، حيث يتلقى المعلم دراسة نظرية في الإرشاد النفسي ، ثم يتم تدريبه على أدوات ووسائل وطرق الإرشاد ، ومن خلال أدوار المعلم الإضافية يمكن تحقيق برامج التربية وبرامج الإرشاد معاً ، طالما أن الهدف النهائي تحقيق النمو المتكامل للتلميذ وتحسين العملية التعليمية وتحقيق التوافق والصحة النفسية ، وفي ضوء ما عرضناه سابقا عن أدوار المرشد النفسي المدرسي ، ومستويات الإرشاد النفسي المدرسي ، نؤكد مرة أخرى أن إعداد المعلم لا يؤهله لأن يخطط ويؤدي أدوار إرشادية بمفرده ، ولكن لابد وأن يؤدي المعلم هذه الأدوار في ضوء توجيهات المرشد النفسي أو في ضوء برنامج إرشادي مخطط من قبل المرشد النفسي المدرسي.

بحكم واقع المعلم في العملية التعليمية ، وتفاعله المباشر مع التلاميذ ، يستطيع التعرف على التلاميذ من حيث خصائصهم واستعداداتهم واتجاهاتهم وآمالهم ، كما أنه يستطيع التمييز بين السلوك العادي والسلوك غير العادي والقدرات المتميزة والقدرات العادية والقدرات المنخفضة، ومن أمثلة ذلك: يستطيع المعلم في مجال التحصيل الدراسي التمييز بين التلميذ المتأخر دراسيا والتلميذ العادي والتلميذ المتفوق دراسيا ، وفي مجال الحركة والنشاط يستطيع المعلم التمييز بين التلميذ المتبلد، والتلميذ النشيط والتلميذ مفرط الحركة والنشاط ، وفي مجال التوافق النفسي يستطيع المعلم التمييز بين التلميذ المنطوي والتلميذ المتعاون والتلميذ العدواني والتلميذ الذي يعاني الوحدة والانعزال كمؤشر من مؤشرات الانطواء الاجتماعي .

ويعبر المراهقين عن شعورهم بالعزلة بأساليب مختلفة مثل القلق والاكتئاب أو استخدام المهدئات أو الانحرافات أو الانتحار ،كما يرتبط الشعور بالعزلة بسلوكيات عديدة منها الخجل والحزن والغضب والعدوانية وغيرها كلها سلوكيات يمكن ملاحضتها مباشرة في بيئة اللعب ، ويعد سلوك العزلة الاجتماعية بأنه حالة مرضية تحدث عند بعض الأفراد حينما يكون محط أنضار وتركيز الآخرين مثل عدم القدرة على التحدث في المناسبات الاجتماعية ، في أي مناسبة يكون فيها الفرد محط تركيز نظر الآخرين (الحمد،2003، ص34).

ومن بين مؤشرات وأعراض الوحدة والانعزال اللعثمة في الكلام أو عدم القدرة على الكلام أحيانا واحمرار الوجه والرعشة في الأطراف وخفقان القلب،التعرق والجفاف،والشعور بعدم القدرة على الاستمرار واقفا (إبراهيم ،2006،ص27).ويتركز خوف الفرد من الوقوع في الخطأ أمام الآخرين ، كما يزداد خوفه كلما ازداد عدد الآخرين وليست كثرة الناس شرطا لحدوث العزلة الاجتماعية إذ أنه يحدث الرهاب للمراهق المنعزل عند مواجهة شخص واحد فقط، تزداد شدة الخوف

كلما ازدادت أهمية ذلك الشخص مثلما يحدث حوار الشخص المنعزل مع مدير المدرسة على سبيل المثال ، وتمثل العزلة الاجتماعية خبرة غير سارة أو مؤلمة للفرد تنتج عن عدم إشباع الحاجة إلى الألفة والارتباط الوثيق بالآخرين ، والافتقار إلى الدعم الاجتماعي وإقامة العلاقات الوثيقة معهم .

تتسم العلاقات الاجتماعية في ضل العزلة بالفتور مع الشعور باليأس والخوف والنبذ ويحس التلميذ الذي يشعر بالعزلة أنه بعيد عن الآخرين وأنهم لا يتفاعلون معه ولا يشبعون له حاجاته المختلفة إذ يفشل في لفت انتباه الآخرين بأي صورة كانت ، نظرا لوجود ضعف في مهارة الاتصال بهم ،وعجز في علاقات التلميذ الاجتماعية التي يمكن أن يقمها معهم ،ولا يقتصر الاضطراب في العلاقة بالآخرين على علاقات الاتصال والتواصل فحسب ، بل يمتد ليطال المشاعر نحوهم والاهتمام بهم وسلوكهم وردود أفعالهم وبمشكلاتهم وهم ما يؤدي إلى اضطراب في شخصية التلميذ وإلى انحسار شبكة العلاقات الاجتماعية لديه وضعفها وتدني مستوى الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه من أعضائها وإلى عدم الشعور بالانتماء لتلك الجماعة وبالتالي أن هذه المشكلة أثرها السلبي على التوافق النفسي للفرد وكما تعد مؤشرا للمعاناة النفسية التي قد تؤثر في تشكيل شخصيته وسلوكه (محمد ،2000،ص191).

كما أشار **راسل(russel)** إلى أن المراهقين الذين يعانون العزلة هم أكثر قلقا ولديهم تقدير منخفض ونظرة سلبية تجاه الحياة بشكل عام ، وأشار جونز (jones)أن المراهقين المنعزلين يعانون من الخجل ويميلون لتجنب المشاركة في المناقشة الصفية ولا يطلبون المساعدة من قبل المعلمين ،حتى وإن واجهتهم مشكلة ، كما أشار هانسن جونز(**hansson jones**)أن الأفراد الذين يعانون من العزلة يكونون أقل ثقة في معتمداتهم وأرائهم ،وكذلك يجد المنعزلون صعوبة في تقديم أنفسهم للآخرين وفي المشاركة في مجموعات وتعوزهم المهارة في تفسير الاتصالات غير اللفظية للآخرين ...فالمنعزلون لا يتعلمون قيم الآخرين ولا يكونون قادرين على مشاركتهم بآرائهم وتعوزهم باستمرار الخبرات والممارسات المتعلقة بالاتصال بالآخرين أو تكوين علاقة إيجابية قائمة على الأخذ والعطاء ، ويميل المراهقون المنعزلون لقضاء الوقت في التسلية الفردية أو ممارسة النشاط الفردي كمشاهدة التلفاز أو القراءة (الشناوي ،1994،ص34) .

حاول الباحث من خلال البرنامج الإرشادي الذي يضم مجموعة من الحصص التخفيف من درجة الوحدة والانعزال لدى تلاميذ الطور المتوسط، من خلال المواقف التعليمية التي تجعل التلميذ أكثر إقبالا على المشاركة والمساهمة في إنجاز المهام الموكلة إليه وتقلده أدوار قيادية ومحاولة جلبه نحو التفاعل الاجتماعي الذي يعود علية باكتساب مهارات وخبرات اجتماعية تزيد من ثقته بنفسه وتخفف من درجة الوحدة والانعزال اللذان يعتبران مؤشرين من مؤشرات الانطواء الاجتماعي .

.1-3-عرض و تحليل نتائج الفرضية الثالثة :

تنص الفرضية الثالثة على أنه:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة الثقة بالنفس أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي".

جدول رقم (20): اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي القياسين: القبلي و البعدي لدرجة الثقة بالنفس:

المحور	القياس	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار	لصالح
ضعف الثقة بالنفس	القبلي	3.76231	29.4957	25.835	229	,0000	دال	البعدي
	البعدي	3.73072	20.4696					

يتضح من خلال الجدول رقم (19): أن قيمة (ت) تساوي 25.835عند درجة الحرية 229، أما مستوى الدلالة فيساوي 0.000 و هو أصغر من قيمة مستوى الدلالة 0.05، ومنه فإن قيمة (ت) دالة إحصائيا، و هذا يعني أنه توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسين: القياس القبلي و القياس البعدي في درجة الثقة بالنفس ،كما نلاحظ أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي يساوي 29.4957 أما البعدي فيساوي 20.4696 مما يدل على انخفاض قيم و درجات محور ضعف الثقة بالنفس بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

الاستنتاج الخاص بالفرضية الثالثة :

نصت الفرضية الثالثة على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة الثقة بالنفس أثناء حصة التربية البدنية تعزى للبرنامج الإرشادي "، و انطلاقا من النتائج المتحصل عليها و جدنا أن هناك فروق بين القياسين و لصالح القياس البعدي مما يدل على انخفاض قيم و درجات محور ضعف الثقة بالنفس بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وهذا الانخفاض يدل على تحسن نتائج أفراد عينة البحث في درجة الثقة بالنفس، مما يدل على أن البرنامج الإرشادي المطبق كان له تأثير إيجابي،و منه فإن الفرضية قد تحققت.

تحليل ومناقشة :

إن حياة الطالب المدرسي لا تقتصر على عملية التعلم والتعليم التي تجري داخل الصفوف بهدف تحقيق الغايات والأغراض الأكاديمية إنما تمتد لتشمل جوانب أخري لها من الأهمية والضرورة قسط كبير، وذلك بهدف بناء شخصية متكاملة الأبعاد في جوانبها الجسمية النفسية والاجتماعية والثقافية والدينية التربوية والعقلية ، من هنا أصبح الإرشاد التربوي يحضى بأهمية كبيرة تمثلت في اهتمام مؤسسات التربية والتعليم بهذه الخدمة والسعي إلى توفيرها في كل مؤسسة تربوية، باعتبار الإرشاد سبيلا لتوفير الجهد على المتعلم والمعلم والمجتمع عامة ،وينير الطريق للطلبة ويخفف عنهم أعباء الدراسة وضغوطها ، ومراحل القلق التي قد يتعرض لها الطالب مما يؤدي إلى نقص الثقة لديه .

ينمو مفهوم الذات من خلال الخبرات التي يمر بها الفرد أثناء محاولته التكيف مع البيئة ، فهو يمر بمواقف بعضها يثير التوتر وبعضها يخفف منه إي أن الفرد في علاقته الديناميكية بالبيئة المحيطة يحصل على خبرات بعضها مريح وبعضها مؤلم مثل هذه الخبرات هي التي يترتب عنها نمو التنظيمات السلوكية المختلفة بناءا على عملية التعلم غير أن هذه الخبرات لا تقف عند هذا الحد إي مجرد تنظيمات سلوكية خاصة أو دافع فردي منعزل ، بل قد يؤدي أيضا إلى نمو مفهمو عام عن الذات.

أن الفرد بدون الثقة بالنفس يمكن أن يفقد الكثير من الفرص بسبب الخوف من المخاطر أو الخوف من العواقب التي قد تحدث ومن بين الحقائق التي يمكن رصدها عن الثقة بالنفس أنها ليس فطرية بل مكتسبة .

ويأخذ التفكير في الذات في مرحلة المراهقة ،خاصة حسب بعض المفكرين شكل المواجهة بين الصورة الذاتية للذات أو الذات المدركة والصورة الاجتماعية للذات إي الذات الاجتماعية ،تظهر خاصة هذه المواجهة على مستوى الأدوار الأدوار الاجتماعية في هذه المرحلة العمرية (كمال الدسوقي ،1979،ص293).

كلما يزداد الطفل تزداد حاجته إلي التقدير ممن حوله في المدرسة ، من أقرانه ومدرسيه ليحضى بهذا التقدير فيعمل وينشط في مجالات كثيرة في المدرسة ،وفي أوجه النشاط المدرسي حيث يلفت إليه الأنظار ويحضى بالتقدير الاجتماعي المرغوب وقد يتمثل تقدير الفرد من الآخرين بمدحه أو الثناء عليه ....ونجد كذلك عند البالغين حيث يميل الفرد إلى أن يثاب على عمل أجاده أو مشروع قام به إثابة مادية كالحصول على علاوة من رئيسه أو على درجة أو على تشجيع (كمال الدسوقي ، نفس المرجع، ص 293).

يمكن للمدرس أن يعمل بشكل إيجابي على تطوير تقدير الذات للمراهق وذلك عن طريق إدراكه بأنه إنسان نافع وجدير بالتقدير ،وهذا التطوير يمكن أن يتحقق من خلال السلوك العملي من جانب المدرس ، الذي يثبت من خلال ثقته واحترامه التلميذ المراهق ،إلى جانب هذا يعتبر التفكير والعمل الإيجابيان عاملين فاعلين ،وهما يحققان الغاية منها عندما يكونان فقط متطابقان مع الصورة التي يراها الفرد عن نفسه وعندما تكون صورة النفس إيجابية تزداد ثقة الفرد بنفسه ،إن تقدير الذات لا يتغير بالكلام وحده أو بالمعرفة العقلية بل يتغير عن طريق الخبرة من الناحية الاجتماعية يرى

روزبورغRosenberg وشوتز shutz إن الأفراد ذوي التقدير المنخفض للذات يفضلون الابتعاد عن النشطات الاجتماعية ولا يتقلدون مناصب ريادية ، ويظهرون أحيانا الميل إلى أن يكونوا خاضعين ومسيرين إلى جانب أنهم يتميزون بالخجل والحساسية المفرطة والميل إلى العزلة والوحدة (مجموعة من الباحثين ،2001،ص172) .

سعى الباحث من خلال البرنامج الإرشادي المقترح تطوير تقدير الذات لدى التلاميذ وهذا بمنحهم أدوار اجتماعية وقيادية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية وتشجيعهم للقيام بذلك من خلال تحليل تصرفات أفراد المجموعة أثناء المواقف التعليمية والعمل بأن يتخذ أفراد المجموعة قراراتهم حول بقاء واستمرار التصرفات المفيدة وتعديل التصرفات التي تحتاج إلى تعديل ، وهذا لتحسين عملية التعلم،و تغيير صورة التوقعات التي تحول في ذهن التلاميذ المترددين والخجولين ورسم نمط معين للتلاميذ الآخرين حول تقبل حالة زملائهم سواء في النجاح أو الفشل ،والتعاون على تحسين مستوى التواصل والتفاعل لتقليل من الفر وقات الفردية وزيادة الثقة بأنفسهم ،وإتاحة الحرية الفكرية لكل تلميذ والثقة فيهم وفي قدراتهم ،والعمل على ترقية مفهوم العضوية الإيجابية للفوج بواسطة التضامن والتعاون وتقلد الأدوار والمسؤوليات في الجماعة والاتفاق مع الآخرين، كل هذا يساهم في زيادة الثقة بالنفس لدى التلميذ المنطوي ويجعله أكثر توافقا واتزانا.

4.1. عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة :

تنص الفرضية الرابعة على أنه:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة تفضيل العمل الفردي على الجماعي تعزى للبرنامج الإرشادي ".

جدول رقم (21): اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي القياسين: القبلي والبعدي لدرجة تفضيل العمل الفردي على الجماعي:

المحور	القياس	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار	لصالح
تفضيل العمل الفردي على الجماعي	القبلي	3.76231	27.4957	22.959	229	,0000	دال	البعدي
	البعدي	3.72727	19.4783					

يتضح من خلال الجدول رقم (20): أن قيمة (ت) تساوي 22.959عند درجة الحرية 229، أما مستوى الدلالة فيساوي 0.000 و هو أصغر من قيمة مستوى الدلالة 0.05، ومنه فإن قيمة (ت) دالة إحصائيا، و هذا يعني أنه توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسين: القياس القبلي و القياس البعدي في درجة تفضيل العمل الفردي على

الجماعي كما نلاحظ أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي يساوي 27.4957 أما البعدي فيساوي 19.4783 مما يدل على انخفاض قيم و درجات محور تفضيل العمل الفردي على الجماعي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي .

الاستنتاج الخاص بالفرضية الرابعة:

نصت الفرضية الرابعة على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة تفضيل العمل الفردي على الجماعي أثناء حصة التربية البدنية تعزى للبرنامج الإرشادي "، و انطلاقا من النتائج المتحصل عليها و جدنا أن هناك فروق بين القياسين و لصالح القياس القبلي مما يدل على انخفاض قيم و درجات لدرجة تفضيل العمل الفردي على الجماعي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وهذا الانخفاض يدل على تحسن نتائج أفراد عينة البحث في درجة تفضيل العمل الفردي على الجماعي، مما يدل على أن البرنامج الإرشادي المطبق كان له تأثير إيجابي. و منه فإن الفرضية قد تحققت.

تحليل ومناقشة:

يرى الباحث في مجال علم النفس أن الإنسان ابن بيئته الاجتماعية وأن ما ينخرط فيه من علاقات اجتماعية يسهم في تكوين شخصيته ويحدد مدى قدرته على التعامل مع الآخرين ، ويرى **إريك فروم** (frome) أن الفرد ذو التوافق السليم هو الشخص الذي يسعى إلى صحبة الناس ومحبتهم ويستمتع بعلاقته معهم ويكون له القدرة على العمل معهم كي يستطيع أن ينشئ علاقات اجتماعية تحقق له الإشباع (نبيه إسماعيل،2001 ، ص 133)

كما تعتبر المدرسة حيزا معقدا أكثر من الأسرة وتترك أثرها على اتجاهات الناشئة وعاداتهم وآرائهم ، حيث نجد المراهق يتأثر تأثيرا قويا بالخبرات المكتسبة التي يتعرض لها في المدرسة كما يتأثر بالعلاقات السائدة فيها والمدرسة توفر للمراهق حياة اجتماعية التي يصعب له أن يجدها في الأسرة لاختلاف نوع التفاعل وشكل العلاقات بداخلها ، وهى بذلك تؤثر في تغيير اتجاهات المراهق ، حيث يوجد الجو الاجتماعي الذي يؤدي به إلى اكتساب مهارات اجتماعية(إنتصار يونس ،2001 ، ص 392).يميل الكثير من التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية إلى اللعب منفردين كما يفضلون النشاطات الفردية على الجماعية و يتحسن أدائهم منفردين بينما يضطرب أدائهم وهم وسط جماعة الفوج ،كما يتجنبون الأنشطة التنافسية خصوصا التي تستدعي التعاون والتحدي والمواجهة .

1-5-عرض و تحليل نتائج الفرضية الخامسة :

تنص الفرضية الخامسة على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية على درجة الانطواء الاجتماعي لتلاميذ الطور المتوسط في القياس البعدي للبرنامج الإرشادي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور" .

جدول رقم :(22) يبين نتائج القياس القبلي و البعدي حسب الجنس.

المحـــاور	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	لصالح
المحور الأول "قلة التفاعل الاجتماعي "	إناث	127	25.8268	3.80704	1.515	228	.131	البعدي
	ذكور	103	25.0777	3.63180				
المحور الثاني " الوحدة والانعزال"	إناث	127	22.7795	3.80249	1.420	228	.157	البعدي
	ذكور	103	22.0777	3.63180				
المحور الثالث " الثقة بالنفس "	إناث	127	20.7874	3.79354	1.438	228	.152	البعدي
	ذكور	103	20.0777	3.63180				
المحور الرابع " تفضيل النشاط الفردي "	إناث	127	19.8031	3.78602	1.472	228	.143	البعدي
	ذكور	103	19.0777	3.63180				
الكلـــــي	إناث	127	89.1969	15.1704	1.462	228	.145	البعدي
	ذكور	103	86.3107	14.5272				

يتضح من خلال الجدول رقم (21): أن كل قيم (ت) عند درجة الحرية 228، غير دالة إحصائيا لأن مستويات الدلالة الموافقة لها أكبر من مستوى الدلالة 0.05، و هذا يعني أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج الجنسين في القياس البعدي في درجة الانطواء الاجتماعي.

الاستنتاج الخاص بالفرضية الخامسة :

نصت الفرضية الخامسة على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية على درجة الانطواء الاجتماعي لتلاميذ الطور المتوسط في القياس البعدي للبرنامج الإرشاديتعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور" ، و انطلاقا من النتائج المتحصل عليها و جدنا أن ليس هناك فروق بين نتائج الجنسين في القياس البعدي في درجة الانطواء الاجتماعي، و منه فإن الفرضية لم تتحقق.

التحليل

من الجدول رقم :(**21**) يتبين لنا أن المتوسط الحسابي للمحور الأول حسب الجنس قد بلغ في القياس البعدي**25.077** للذكور أما بالنسبة للإناث فقد بلغ**25.826**كما بلغت قيمة الانحراف المعياري **3.631** لنفس الفئة من الذكور، أما بالنسبة للإناث فقد بلغ**3.807**في حين بلغ الانحراف

أما فيما يخص محور **الوحدة والانعزال** فقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي في القياس البعدي بالنسبة للذكور **22.077**وبلغت قيمة الانحراف المعياري **3.631**في حين نجد أن هذه القيمة بلغت بالنسبة للإناث في نفس المحور **22.779** فيما يتعلق بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري **3.802**.

أما فيما تعلق بالمحور الثالث المتعلق بضعف الثقة بالنفس فقد بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للذكور في القياس البعدي**20.07** وقيمة الانحراف المعياري **3.631** أما بالنسبة للإناث فقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي **20.78** وبانحراف معياري يساوي **3.793**، يبقى المحور الأخير تفضيل العمل الفردي فقد بلغ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري في القياس البعدي بالنسبة للذكور على التوالي **19.07**. و**3.631** أما بالنسبة للإناث فقد كان المتوسط الحسابي **19.803.786** للانحراف المعياري

أما إذا نظرنا إلى الدرجة الكلية لمقياس الإنطواءالإجتماعي فأننا نجد في القياس البعدي للذكور بلغ المتوسط الحسابي **86.3107** وانحراف معياري **14.527** ، أما بالنسبة للإناث فقد كان المتوسط الحسابي **89.19**و**15.17** للانحراف المعياري

مناقشة وتحليل :

بعد عرض النتائج والمعطيات الإحصائية تبين أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية على درجة الانطواء الاجتماعي لتلاميذ الطور المتوسط في القياس البعدي للبرنامج الإرشادي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور كما هو موضح في الجدول رقم:(19) وكما هو مبين في تحليل المعطيات الإحصائية.

يتحدث **جولمان** عن الفروق بين الجنسين في المهارات الاجتماعية، فالبنات يتعلمن اللغة بسهولة وسرعة عن الأولاد وقد يشترك البنات والأولاد في السن العاشرة في العدوان الصريح والمواجهة المفتوحة في حالة الغضب ، والبنات عندما يلعبون

معا يحرصن عل اللعب في مجموعات قليلة العدد، مع التركيز على التقليل في الخلافات ، وزيادة التعاون فيما بينهن إلى أقصى درجة، وعندما يلعب الأولاد في مجموعة أكبر مع التركيز على المنافسة ، وقد نجد البنات خبيرات في قراءة الإشارات العاطفية اللفظية وغير اللفظية وفي التعبير عن مشاعرهن وتوصيلها للآخرين ، أما الأولاد فيصبحون خبراء في الحد من الانفعالات التي تعترض الانتقاد وانفعالات الشعور بالذنب أو الخوف (جولمان،2000،ص191،190).

وبناء على هذا يمكن أن نقول انه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية على درجة الانطواء الاجتماعي لتلاميذ الطور المتوسط في القياس البعدي للبرنامج الإرشادي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

1-6- عرض و تحليل نتائج الفرضية العامة :

تنص الفرضية العامة على أنه:" يؤثر البرنامج الإرشادي النفسي المقترح أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في خفض درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط." .

الجدول رقم:(23)يبين نتائج القياس القبلي و البعدي لمجموع المحاور

المحور	القياس	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار	لصالح
الكلـــي	القبلي	3.76231	129.98	30.110	229	,0000	دال	البعدي
	البعدي	3.72727	87.9043					

يتضح من خلال الجدول رقم (22): أن قيمة (ت) تساوي 30.110عند درجة الحرية 229، أما مستوى الدلالة فيساوي 0.000 و هو أصغر من قيمة مستوى الدلالة 0.05، ومنه فإن قيمة (ت) دالة إحصائيا، و هذا يعني أنه توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسين: القياس القبلي و القياس البعدي في درجة الانطواء الاجتماعي ، كما نلاحظ أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي يساوي 129.98 أما البعدي فيساوي 87.9043 مما يدل على انخفاض قيم و درجات الانطواء الاجتماعي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

الاستنتاج الخاص بالفرضية العامة:

تنص الفرضية العامة على أنه:" يؤثر البرنامج الإرشادي النفسي المقترح أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في خفض درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط.

أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة الانطواء الاجتماعي تعزى للبرنامج الإرشادي "، و انطلاقا من النتائج المتحصل عليها و جدنا أن هناك فروق بين القياسين و لصالح القياس البعدي مما يدل على انخفاض قيم و درجات الانطواء الاجتماعي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وهذا الانخفاض يدل على تحسن نتائج أفراد عينة البحث في خفض درجة الانطواء الاجتماعي ، مما يدل على أن البرنامج الإرشادي المطبق كان له تأثير إيجابي، و منه فإن الفرضية العامة قد تحققت.

التحليل :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية للدرجة الكلية للاستمارة المقياس في التطبيق القبلي والبعدي للبرنامج الإرشادي على تلاميذ الطور المتوسط لصالح التطبيق البعدي.

ولاختبار هذه الفرضية قام الباحث باستخدام المتوسطات الحسابية و الانحراف المعياري والترتيب بين القياس القبلي و البعدي مع اختبار "ت" لدلالة الفروق حيث كانت النتائج حسب الجدول(17) ،يتبين لنا أن المتوسط الحسابي في القياس القبلي بالنسبة لمحور التفاعل الاجتماعي بلغ 39.4957في حين بلغ الانحراف المعياري 3.76231 في ما كانت القيم في القياس البعدي لنفس المحور على التوالي 25.4913 للمتوسط الحسابي و3.74019للانحراف المعياري .

بالنسبة للمحور الثاني المتعلق بالوحدة والانعزال فقد كان المتوسط الحسابي 33.4957 والانحراف المعياري مساويا 3.76231 في القياس القبلي أما في القياس البعدي فكانت القيم على التوالي 22.4652 للمتوسط الحسابي و3.73536بالنسبة للانحراف المعياري .

-المحور الثالث المتعلق بضعف الثقة بالنفس فكان المتوسط الحسابي 29.4957 والانحراف المعياري 3.76231 في القياس القبلي وكانت القيم في القياس البعدي على التوالي 20.4696و3.73072.

بالنسبة لمحور تفضيل النشاط الفردي على الجماعي فالمتوسط الحسابي كان مساويا 27.4957و3.76231 للانحراف المعياري في القياس القبلي أما القياس البعدي فكانت القيم على التوالي 19.4783 و3.72727.و البعدي أما ما تعلق بالدرجة الكلية للمقياس فقد كان المتوسط الحسابي مساويا إلى 129.98 والانحراف المعياري 3.76231 في حين بلغت نفس القيم في القياس البعدي 87.9043 للمتوسط الحسابي و 3.72727 للانحراف المعياري .

جدول رقم (24) يبين قيمة ت لدلالة الفروق بين القياس القبلي و البعدي حسب كل محور:

.

المحـــــــــاور	القياسين	قيمة " ت "	درجة الحرية	مستوى الدلالة	
المحور الأول "قلة التفاعل الاجتماعي"	**القبلي مع البعدي**	40.034	229	,0000	دال
المحور الثاني " الوحدة و الانعزال "	**القبلي مع البعدي**	31.553	229	,0000	دال
المحور الثالث "ضعف الثقة بالنفس "	**القبلي مع البعدي**	25.835	229	,0000	دال
المحور الرابع " تفضيل النشاط الفردي على الجماعي "	**القبلي مع البعدي**	22.959	229	,0000	دال

التحليل :يبين الجدول رقم:(24) لحساب قيمة "ت" لدلالة الفروق الإحصائية أن جميع القيم بالنسبة لكل المحاور دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0000, عند درجة حرية 229 في حين بلغت قيمة **ت** لمقياس الانطواء الاجتماعي ككل بالنسبة للقياس البعدي مقارنة بالقبلي تساوي 30.110 عند مستوى دلالة 0000 .

مناقشة وتحليل :

والملاحظ في كل القيم بالنسبة لجميع المحاور بالنسبة للمتوسط الحسابي قد انخفضت مما يدل على المنحى الايجابي في التقليل من درجة الانطواء الاجتماعي، وبناء على هذا يمكن أن نقول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي ،وهو ما يحقق الفرضية الأولى القائمة على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لدرجة الانطواء الاجتماعي بين التطبيق القبلي والبعدي للبرنامج الإرشادي على تلاميذ الطور المتوسط لصالح التطبيق البعدي ، ومن المنظور النظري يتضح أنه بإمكان العملية التعليمية أن تتوافق مع العملية الإرشادية واستغلال المناخ التربوي في تطبيق فنيات وأساليب إرشادية تمكن الأستاذ أو المعلم من حل الكثير من المشاكل النفسية التي يعاني منها التلاميذ خصوصا في الطور المتوسط من الوظائف المتفق عليها للمعلم أنه ناقل المعرفة للتلاميذ وناقل الثقافة العامة والقيم والأنماط السلوكية المقبولة، ويقوم المعلم بهذه الوظائف من خلال الممارسات اليومية المهنية التي تتم من خلال علاقة إنسانية مهنية مع التلاميذ.

وبجانب الأدوار الأكاديمية السابقة، وبحكم موقع المعلم الحساس والمهم يمكن للمعلم أن يؤدي أدواراً أخرى إضافية وهي التي تميز المعلم المتطور بجانب الاهتمام بالتحصيل الدراسي، يهتم المعلم أيضا بشخصية التلميذ ويحدد جوانب التميز لديه ويدعمها وجوانب القصور فيعالجها ،كما يسعى إلى تحقيق التوافق الشامل،لأن مفهوم التوافق لديه يشمل التوافق التحصيلي والتوافق النفسي والاجتماعي.

إن العملية التربوية في أمس الحاجة إلى خدمات التوجيه والإرشاد وذلك بسبب الفروق الفردية بين الطلاب وازدياد أعداد الطلبة يؤدي إلى زيادة المشاكل الإجتماعية كما وكيفا والإرشاد يحاول إيجاد جو نفسي صحي وودي في المدرسة بين التلميذ والمعلم لبتعد عن الفشل ويتمكن من الإنجاز الناجح (منذر الصامن ،2003،ص21).

إن العومل المدرسية لها دورأساسي في حياة التلميذ الدراسية ، سنحاول أن نفصل في تأثير المدرسة على النمو الإجتماعي للتلميذ ، بحكم أن الإنسحاب الإجتماعي له علاقة بنمو العلاقات الإجتماعية للتلميذ والعلاقات الإجتماعية المقصودة هى علاقة التلميذ بمعلميه ، وعلاقته برفاق الدارسة ،وعلاقته بمواد دراسته وموضوعاتها ،ففي المدرسة يواجه التلميذ جانبا مهما من الحياة الإجتماعة ، عن طريق علاقته بمدرسيه سواءا كانت تلك العلاقة إيجابية

أم سلبية ، ففي الحالة السلبية مثلا : نجد أن المعلم الذي يبني علاقته مع التلاميذ بالسيطرة والعنف والنهي ، يبتعد تلاميذه عن إحترامه وصداقته ، والعلاقة بين المعلم والتلميذ تلعب دورا أساسيا في بناء شخصيته ، فالتلميذ في عمر المراهقة يتأثر بمثله الأعلى ، الذي قد يكون الأب أو المعلم قبل اللآحرين فإن أظهر المثل الأعلى سلوكا متزنا وإيجابيا فإن التلميذيميل إلى إستعابه وتمثيله ،وإن سلك المثل الأعلى مسلك اللامبالاة في الأمور التي تتعلق في مظهرها دون جوهرها ، فإن المراهق يقدم على هذا السلوك دون تردد والمعلم الذي إضطربت نفسيته ، وإختل وجدانه وتصارعت انفعالاته ، فإنه يقدم للمجتمع شخصيات مضطربة ومنحرفة ، والمعلم العدواني يتخرج على يده تلاميذ جبناء يميلون إلى الإنسحاب من المواقف العامة ويشعرون بالضيق في الحياة (صالح الداهري،2005،ص256،257).

كذلك القيادة التسلطية للمعلم والقيادة الغير حكيمة ، وتقلب قيادة المعلم وإنعدام التخطيط ، وحساسية المعلم الفردية والشخصية وردود فعله للمحافظة على كرامته ، وعدم الثبات في الإستجابات وإعطاء الوعود والتهديدات وإستعمال العقاب بشكل خاطئ ، كذلك صعوبة لغة المعلم المستخدمة وكثرة الوضائف التي يحددهاالمعلم لتلاميذه وإقتصار النشاطات الصفية على الجوانب اللفظية ، وتكرار النشاطات التعليمية ورتابتها وعدم ملائمة النشاطات لمستوى التلاميذ كلها عوامل تؤدي للإنطواء التمليذ (خولة يحي ،2000،ص163،164).

إن النظام المدرسي الذي يجبر التلاميذ على تعلم مقررات دراسية ومواضيع معينة ومحددة لاتعني لهم شيئ في كثير من الحالات ربما قد تؤثر في سلوك التلميذ داخل القسم وأثناء تفاعله مع التلاميذ والمعلم ،لأن مايتعلمه لايثير لديه الرغبة في التعلم الجاد ذلك أنه خال من المثيرات الإيجابية وبعيد عن إمكانية إشباع الحاجات النفسية للتلميذ ،أسلوب وطريقة

تقسيم التلاميذ في الأقسام وعملية تصنيفهم حسب قدراتهم التحصيلية (ضعاف ،متوسطون ،متفوقون)، تعد طريقة إيجابية وسلبية في الوقت نفسه ، إيجابية لأنه تعطي كل تلميذ حقه من إمكانية التعلم حسب قدراته ، وسلبية لأنها تضع مجموعة الضعفاء في خانة لايرغب أن يكونوا فيها ، زيادة عدد التلاميذ تؤدي إلى نقص فرص وصول المعلم لكل تلميذ وإعطائه الإهتمام المناسب الذي يجعله يشعر بنوع من المكانة والقيمة والثقة بالنفس (عمر نصر الله ،2004،ص156،157).

ترك التلميذ ينعزل وينسحب من المواقف الصفية ، تكون لديه بعض المشاعر السلبية مما يؤثر على قدرته وقابليته للتعلم أما عن علاقة التلميذ بزملائه ، فقد يكون موضع سخرية من زملائه لفقره أو عيب في خلقه أمر قد يثير الحقد والصراع وقد يكون المخرج منه الإنسحاب والإنطواء عن الذات (محمود عكاشة ،ومحمد زكي ،ص61).

2– استنتاجات عامة:

حاول الباحث من خلال هذه الدراسة اقتراح وتجريب برنامج إرشادي نفسي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية للتخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط واستغلال بيئة اللعب، وعلاقة التلاميذ بأستاذ مادة التربية البدنية والرياضة والتنسيق مع مستشار التوجيه للتحقيق الأهداف المرجوة من البرنامج ،وهذا من خلال مواقف تعليمية تتضمن تمارين وألعاب حركية واجتماعية ،تساهم في زيادة درجة التفاعل الاجتماعي لدى التلاميذ وتقلل من الوحدة والانعزال ،وهذا لزيادة الثقة بأنفسهم والابتعاد عن العمل الفردي ،واكتساب مهارات اجتماعية وقيادية ،وقد تضمن البرنامج مجموعة من الأساليب والفنيات والتدخلات الإرشادية، ساهمت في التخفيف من مظاهر الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور ،بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا، وإعداد البرنامج الإرشادي ، وتطبيقه على عينة من تلاميذ الطور المتوسط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائيا وعرضها وتحليلها وتفسيرها ومناقشتها بالاعتماد على التناول النظري وعلى ما توفر من دراسات سابقة أو مشابهة، توصلت نتائج الدراسة إلى مايلي:

أولا: أكدت نتائج الدراسة الحالية على:

*نجاعة البرنامج الإرشادي في التخفيف من مظاهر الانطواء الاجتماعي لدى عينة من تلاميذ الطور المتوسط.

*فعالية البرنامج الإرشادي في الرفع من درجة التفاعل الاجتماعي الصفي لدى عينة الدراسة.

*التقليل من الوحدة والانعزال لدى عينة الدراسة وإدماجهم في العمل الجماعي و التعاوني .

* زيادة ثقة التلاميذ بأنفسهم من خلال نجاحهم في المواقف التعليمية وإنجاز المهام القيادية من خلال تنظيم وتسيير وتنشيط الفوج .

* فعالية التدخلات الإرشادية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية من طرف أستاذ المادة ومستشار التوجيه.

*صعوبة تطبيق المعلومات النفسية أثناء العمل الميداني لأساتذة التربية البدنية والرياضية.

*عدم اعتماد أساتذة التربية البدنية والرياضية على نظريات الإرشاد النفسي في مواجهة مشاكل التلاميذ النفسية داخل أو خارج نطاق الحصة .

* عدم استخدام بطاقة المعلومات العامة حول التلميذ أو السجل القصصي أو المجمع من طرف أساتذة التربية البدنية والرياضية، وهذا ما يفسر عدم اهتمامهم بالمتابعة المستمرة للتلاميذ .

* أغلب أساتذة التربية البدنية والرياضية يعتمدون علي أداة واحدة في جمع معلومات حول التلاميذ وهي الملاحظة الميدانية وإهمال الأدوات الأخرى كالاختبارات والمقاييس الجلسات الإرشادية وغيرها.

* أغلب أساتذة التربية البدنية لا يقومون بدورات تكوينية في مجال الإرشاد النفسي التربوي وهذا ما يؤكد حاجة التلاميذ للإرشاد النفسي وحاجة أستاذ التربية البدنية والرياضية لتطبيقات هذا الأخير .

ثانيا: أظهرت نتائج الدراسة أن أساتذة التربية البدنية والرياضية لا يستغلون حصة التربية البدنية والرياضية الاستغلال الأمثل لتفعيل عملية الإرشاد النفسي في الوسط المدرسي لأسباب عدة من بينها :

* نقص الإمكانات و الوسائل البيداغوجية أثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي داخل الوسط المدرسي.

*كثرة ساعات العمل الأسبوعية لأستاذ التربية البدنية والرياضية مما يسبب له الإجهاد البدني والذي يحد من مساهمته في العمل الإرشادي عموما وفي التخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي خصوصا

*زيادة عدد التلاميذ في القسم و الذي قد يصل إلى خمسون تلميذا مما يزيد من صعوبة متابعته التلاميذ من طرف الأستاذ والاهتمام بالتلاميذ اللذين هم بأمس الحاجة لعملية الإرشاد النفسي التربوي خصوصا التلاميذ الذين يعانون من الانطواء الاجتماعي.

* أسفرت نتائج الدراسة الحالية عن معاناة الكثير من التلاميذ من مشاكل نفسية تؤثر في مسارهم الدراسي وتجعلهم في أمس الحاجة لإرشاد النفسي المدرسي على غرار الانطواء الاجتماعي.

*أظهرت نتائج الدراسة أن اغلب أساتذة التربية البدنية والرياضية لا يقومون بعمل تنسيقي مع مستشاري التوجيه لتفعيل عملية الإرشاد النفسي المدرسي وهذا ما أثبتته النتائج التالية : * أظهرت نتائج الدراسة الحالية أن اغلب المؤسسات التربوية بالولاية ليس لديهم برامج إرشادية لتقديم خدمات لصالح التلاميذ قد يساهم فيها أستاذ التربية البدنية بشكل كبير ويقرب وجهات النظر بين العاملين في الميدان التربوي.

3- اقتراحات:

لقد زاد الاهتمام بمجال علم النفس وعلوم التربية في حصرنا الحالي نتيجة الضغوطات والأزمات التي يواجهها الفرد داخل المجتمع الجزائري والذي انعكس على مؤسستنا التربوية وأصبحت تعاني الكثير، وأصبح تلاميذ الجيل الحالي يعانون من ضغطات ومشاكل نفسية وانفعالية أثرت ومازالت تؤثر على مسارهم الدراسي كالعنف المدرسي والتخريب والتسرب والعدوانية والانطواء وغيرها من المشاكل ،وأمام تفاقمها أصبح الطاقم التربوي كالمتفرج العاجز على مواجهتها ، ولقد حاولنا من خلال بحثنا المتواضع إنشاء نموذجا من نماذج برامج الإرشاد النفسي التربوي ، والذي نري أن بإمكانه تقديم الكثير والكثير من خلال مساهمته في عملية الإرشاد النفسي في الوسط المدرسي لمواجهة ما يعاني منه التلاميذ من مشاكل نفسية وانفعالية على غرار الانطواء الاجتماعي الذي يعكر صفو مشوارهم الدراسي ويجعلهم بعيدين عن المطلوب، ومن هذا المنظور يقترح الباحث مجموعة من الاقتراحات التالية:

* وضع برامج إرشادية يتبعها الجميع كل حسب مجاله ،وإعطاء الأهمية اللازمة للتربية البدنية والرياضية في إنشاء وتحضير هذه البرامج .
* نشر ثقافة الإرشاد النفسي المدرسي في أواسط التلاميذ ومساعدتهم في حل المشاكل التي يواجهنها بالطرق التي تتناسب مع ميولاتهم ورغباتهم ولعل أهم هذه الطرق النشاط البدني والرياضي .
* توفير الإمكانات والوسائل اللازمة التي من شأنها تفعيل العمل الإرشادي داخل الوسط المدرسي خصوصا في المجال الرياضي للتخفيف من مظاهر الانطواء الاجتماعي .
* على أساتذة التربية البدنية والرياضية استغلال حصة التربية البدنية والرياضية الاستغلال الأمثل في توجيه سلوكيات التلاميذ نحو الأفضل والتحلي بروح المسؤولية تجاههم وتجاه المهنة باكتساب المعارف والخبرات الإرشادية حتى يتمكنوا من حل ما أمكن من المشاكل النفسية التي يعاني منها التلاميذ في هذه المرحلة الحساسة ،وجعل النشاط البدني والرياضي وسيلة تشخيص وعلاج في نفس الوقت .
*على أساتذة التربية البدنية الرياضية المبادرة في إنشاء هذه البرامج عن طريق التنسيق مع مستشاري التوجيه والإرشاد لأن باستطاعتهم تكوين طاقم إرشادي مميز، لما يحملوه من مميزات وخصوصيات تمكنهم من تفعيل العمل الإرشادي وتوفير قدر كبير من الخدمات الإرشادية .
* إجراء المزيد من الدراسات حول نفس الموضوع باستخدام متغيرات أخرى لم تتناولها الدراسة الحالية
* العمل على نشر الوعي الإرشادي لإفراد المجتمع وخاصة الآباء والأمهات لتعديل وتصحيح المفاهيم والاتجاهات السالبة تجاه العملية الإرشادية وتجاه القائمين بها .
* وفي هذا الصدد يقول " **ميالارية** "لم يعد الحق أن نسلم لأساتذة غير أكفاء وبلا إعداد تربوي نفسي أجيالا من التلاميذ علينا أن نعدهم في أفضل الظروف الممكنة وهذا من أجل مواجهة مشاكل تطرح عليهم من قبل مجتمع الغد.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1.أبو أسعد أحمد وعربيات : نظريات الإرشاد النفسي و التربوي ط 1،الأردن، عمان دار المسيرة للنشر و التوزيع والطباعة ، 2009 .

2. أديب الخالدي:الصحة النفسية ، ط1، دار العربية للنشر والتوزيع ، مصر، 2000.

3. أحمد عزت رابح : أصول علم النفس الطبعة الحادية عشر ،دار المعارف ،القاهرة ،1999.

4. أحمد عبد الرحمان : لغة حية والتشريع ، العدد الأول ، مؤسسة شباب جامعة الإسكندرية، 1994.

5. العادل محمد أبو علام: قياس الثقة بالنفس لدى الطالبات ، الكويت ، مؤسسة علي جراح 1978.

6. أمين أنور الحولي: الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني الثقافي للأدب والفنون، سلسلة عالم المعرفة ،الكويت، 1996.

7. أنطوان الجوزي : طالب الكفاءة التربوية ، المؤسسة الكبرى للطباعة بيروت ، ط1 ، 1980.

8. الأشول عادل عز الدين : علم نفس النمو ، ط02 ، مكتبة لأنجلو مصرية ، القاهرة ، 1998.

9. أحمد رضا: متن اللغة العربية، ط1 ، مكتبة الحياة، بيروت،1965.

10. أحمد عبد اللطيف أبو أسعد :علم النفس الإرشادي ،دار النشر والتوزيع والطباعة جامعة الموتة، ط 1عمان،.2011

11. الخطيب ،صالح أحمد : الإرشاد النفسي في المدرسة و,أسسه و,نظرياته و تطبيقاته،ط1 الإمارات العربية المتحدة، دار الكتاب الجامعي للطباعة و النشر و التوزيع ،2007 .

12.أحمد عبد اللطيف أبو أسعد ،علم النفس الإرشادي ،دار النشر والتوزيع والطباعة جامعة الموتة، ط1 ،عمان،2011.

13. الشناوي،محمد محروس: نظريات الإرشاد و العلاج النفسي.مصر،القاهرة ، دار غريب للطباعة و النشر والتوزيع 1994 .

14. العزة ، سعيد حسني ، وعبد الهادي ، جودت عزت : الإرشاد النفسي وأساليبه وفنياته، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع دار الثقافة للنشر والتوزيع ، الطبعة السادسة ، عمان 2001.

15.الأنصاري ، بدر محمد : قياس الشخصية ، دار الكتاب الجامعي. 2000.

16. القرني، محمد وعبد المنصف رشوان: المداخل العلاجية المعاصرة في الأفراد والأسر.السعودية،الرياض :مكتبة الرشد للنشر والتوزيع2004 .

17. إخلاص محمد عبد الحفيظ ومصطفى حسين باهي :طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضي، ط2 ، مصر، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ،2002 .

18. إبراهيم محمد السرخي: السلوك و بناء الشخصية بين النظريات الغربية و بين المنظور الإسلامي، ط2 ،القاهرة : دار الفكر العربي ، 2002.

19. إبراهيم رجب :الوحدة الاجتماعية ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان ،2006.

20. إبراهيم وجيه محمود : المراهقة خصائصها ومشكلاتها ، دار المعارف ، الإسكندرية ، 1981.

21. إيهاب الببلاوي ، اشرف محمد عبد المجيد : الإرشاد النفسي المدرسي ، 2002.

22. أحمد محمد عبد الخالق:الأبعاد الأساسية للشخصية ،1992دار المعرفة الجمعية، 1992.

23. : إنتصار يونس: الانحراف والضبط الاجتماعي ، مركز الإسكندرية للكتاب ، ط1،مصر 2001.

24 الحمد إسماعيل : العزلة الاجتماعية ، دار الشرق للنشر والتوزيع ، عمان ،الأردن.
25 إخلاص محمد عبد الحفيظ : التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي ،مركز الكتاب للنشر ،ط 1،ا لقاهرة، مصر العربية. 2007.
26 إبراهيم قشقوش: دافعية التعلم وقياسها مكتبة الآنجلو مصرية ،1989.
27بن يخلف أحمد: ظاهرة التفاعل الاجتماعي الصفي وانعكاساتها على طرق التدريب في التعليم الثانوي، دار النشر، القاهرة. 2011
28 بسطويسي أحمد : أسس ونظريات الحركة ، ط01 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ،1996
29. تشارلز أبيوكور: أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض وكمال صالح، فرنكلين للطباعة والنشر القاهرة، مصر العربية،.1964
30.جولمان دانييل: الذكاء العاطفي ترجمة : ليلى الجبالي ، سلسلة عالم المعرفة ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب ، الكويت 2000
31 . جلال العبادي وآخرون: علم الاجتماع الرياضي، مطبعة الموصل، بغداد، 1989.
32. حامد عبد السلام زهران: التوجيه والإرشاد النفسي ، ط3 ، مصر :عالم الكتب، القاهرة2002 .
33. حامد عبد السلام زهران: دراسات في الصحة النفسية و الإرشاد النفسي ، عالم الكتب ، ط1 .
34 . حامد عبد السلام زهران: علم النفس الاجتماعي، ط5 ،عالم الكتب،القاهرة، سنة 1985 .
35. حامد عبد السلام ، علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة) ، عالم الكتب ، القاهرة .1999 .
36. حسن مصطفى عبد المعطي :الاضطرابات النفسية في الطفولة والمراهقة، دار القاهرة ،ط1 سنة ،2001.
37. حسن احمد الشافعي: التربية الرياضية والعولمة ظاهرة العصر، ط1 ،مطبعة الإشعاع الفنية ،مصر، سنة 2001
38. خير الدين عويس وعصام هلال: علم الاجتماع الرياضي، الطباعة والنشر القاهرة، 1997
39. خولة أحمد يحي :الاضطرابات السلوكية والانفعالية1 ، الأردن، دار الفكر، عمان،2000 .
40. خالد عبد الرزاق:من مقال "فاعلية استخدام انواع مختلفة من اللعب في تعديل بعض اضطرابات السلوك 2001م
41 رشاد عبد العزيز موسى ومحمد يوسف محمد محمود :العلاج الديني للأمراض النفسية وأثر الدعاء كأسلوب إرشادي، نفسي في تخفيف بعض الاضطرابات السيكوسوماتية ، ط 1 ، مصر :الفاروق الحديثة، القاهرة، 2000 .
42 رابح تركي : أصول التربية والتعليم ، المؤسسة الوطنية للكتاب ، ديوان المطبوعات الجامعية ،الجزائر، 1990.
43 . رمضان محمد القذافي، التوجيه والإرشاد النفسي، ط3 ، مصر، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية2001 .
44. سعدية محمد علي الهادر :سيكولوجية المراهقة ، ط01 ، دار البحوث العلمية ،1980 .
45. سهير كامل أحمد: الصحة النفسية للاطفال ، دار النشر مركز الإسكندرية ،مصر ،2001.
46 سعد جلال : الطفولة والمراهقة ، ط02 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ،1985.
47. سعد جلال : التوجيه النفسي و التربوي و المهني ، ط 2 دار الفكر العربي ، القاهرة ،1992.
48. سلامة ممدوحة : الإرشاد النفسي منظور نهائي ،القاهرة الأنجلو مصرية ، 1991.
49. سعيد عبد العزيز، جودت عزت عطيوي: التوجيه المدرسي ، دار الثقافة ، الأردن ، ط2004.

50 سامي محمد ملحم ، الإرشاد والعلاج النفسي الأسس النظرية والتطبيقية ، ط1 دار المسيرة للنشر والتوزيع ، الأردن .2001
51 سهام محمد أبو عيطة : مبادئ الإرشاد النفسي، ط 2 ،الأردن :دار الفكر، عمان2002 .
52. سعيد حسن العزة ، دليل المرشد في المدرسة ، دار الثقافة للنشر التوزيع ،ط 1، .2005
53. صالح أبو جادو: سيكولوجية التنشئة الاجتماعية، ط1 ، العيدلي، عمان، 2006.
54. صالح بن عبد الله أبو عباة وعبد المجيد بن طاش نيازي :الإرشاد النفسي والاجتماعي ،ط1 ، المملكة العربية السعودية :مكتبة العبيكات، الرياض2001.
55. صالح عبد العزيز.عبد العزيز عبد المجيد التربية وطرق التدريس، طبعة أولى، دار المعارف، مصر، .1984
56. صالح حسن أحمد الداهري، مبادئ الصحة النفسية، ط1 ، الأردن :دار وائل للنشر عمان ،2005.
57. صالح أحمد الخطيب :الإرشاد النفسي في المدرسة ، ط1 ، الإمارات العربية المتحدة،.2003
58ضمرة،جلال كايد :*الاتجاهات النظرية في الإرشاد*.1 الأردن عمان، دار صفاء للطباعة والنشر والتوزيع، 2008 .
59 طه عبد العظيم حسين :الإرشاد النفسي –النظرية التطبيق – التكنولوجيا ،دار الفكر ،ط 2 عمان 2011.
60. طه عبد العظيم حسين، الإرشاد النفسي بين النظرية والتطبيق، دارا لفكر(عمان الأردن) ط 1 ،.2004
61. عمر عبد الرحيم نصر الله :تدني مستوى التحصيل والإنجاز المدرسي، ط1 ، الأردن دار وائل ، عمان2004 .
62. عمرو حسن بد ران : كيف تبني ثقتك بنفسك ، مكتبة جزيرة الورد ، القاهرة1990.
63. عبد الرحمن العيسوي : النمو النفسي ومشكلات الطفولة ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ،1998.
64. عبد الرحمن العيسوي : أصول علم النفس الحديث ، المكتب العربي الحديث ، الإسكندرية ، 1999 .
65. عادل عز الدين الأشول :موسوعة التربية الخاصة مكتبة الأنجلو المصرية ،.1987
66. عادل عز الدين الأشول علم النفس النمو من الجنين إلى الشيخوخة دار الحسام القاهرة .1998
67. عبد الفتاح محمد سعيد الخواجا: الإرشاد النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق ط 1، 2002 .
68. عبد الله، محمد قاسم: نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ،ط 1 الأردن،عمان :دارا لفكر للطباعة والنشر والتوزيع2012
69. عبدالله هشام إبراهيم : العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي ، الأسس وتطبيقات، الجزائر:دار الكتاب الحديث للطباعة والنشر . 2009
70. عبدا للطيف دبور، عبد الحكيم الصافي :الإرشاد المدرسي بين النظرية والتطبيق ، دار الفكر، ط1، .2007
71. عبد الحميد محمد شاذلي: الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية،ط1، الإسكندرية: المكتبة الجامعية ،.2001
72.عبد العالي الجسماني ، سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية ، ط01 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، .1994
73. عبد الرحمن العيسوي : علم نفس النمو ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، .1995
74. عبد الله الرا شدي: علم الاجتماع والتربية، دار الشروق، عمان1999.
75. عنايات محمد فرج : مناهج وطرق تدريس التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1998.
76. عدنان درويش ، أمين أنور الخولي: محمد عبد الفتاح عدنان ، التربية الرياضية المدرسية ، دليل المعلم والطالب، التربية العملية ، دار الفكر ط 3 ،1994 .

77. عفاف عبد الكريم ، طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، منشاة المعارف ، الإسكندرية 1993 .
على فهمي إسماعيل :مدخل إلى علم النفس ، ط1 1985، ص
78. فريح عويد العنزي :الثقة بالنفس وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية ، 1999 .
79. فكري حسن زيان : التدريس ، ط1، علم الكتب القاهرة ،1971.
80 . فؤاد البهي السيد : الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، ط02 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ،.1998
81 .فؤاد البهي السيد الأسس النفسية لنمو ،دار الفكر العربي ، القاهرة 1975.
82 .كلير فهيم : المشاكل النفسية للمراهق ، ط02 ، دار الثقافة ، القاهرة ، 1987.
83.كلاك جرجس:"تمرد الشباب أسبابه وعلاجه مجلة العربي ،وزارة الإعلام في الكويت، الكويت سنة 1974 .
84. كمال الدسوقي: النمو التربوي للطفل والمراهق دار النهضة العربية، ط1 ،1979.
85. كاملة الفرخ شعبان عبد الجابر تيم: مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي، دار الصفاء ،عمان، ط1، 1999 .
86. محمد أحمد سعفان ، سعيد طه محمود : المعلم ب س، ب ط، مصر، دار الكتاب الحديث القاهرة ، 2005 .
87. محمد عادل عبد الله، العلاج المعرفي السلوكي,أسس وتطبيقات ط.1 مصر القاهرة: دار الرشاد للطباعة والنشر والتوزيع2000 .
88. مأمون صالح : الشخصية بناؤها، تكوينها، أنماطها، اضطراباتها، دار أسامة للنشر والتوزيع ، الأردن،.2008
89. محمد رفعت:المراهقة وسن البلوغ . بيروت(لبنان): دار المعرفة، 1989م.
90. محمد مصطفى زيدان : دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام، ط 2 ، المملكة العربية السعودية :دار الشروق1983
91. محروس الشناوي: نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، دار غريب للطباعة، القاهرة، 1994 .
92. محمد علي كامل : الأخصائي النفسي المدرسي ودوره في تقديم الخدمات النفسية،ط1 ، إبن سينا ،القاهرة،2003.
93. محمد محمود الجبوري: الشخصية في ضوء علم النفس ،مطبعة دار الحكمة ،بغداد،1990 .
94. محمود عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطئي :نظريات وطرق تدريس التربية البدنية– ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر. 1992.
95. محمد أحمد خدام مشاقبه :مبادئ الإرشاد النفسي للمرشدين والأخصائيين النفسيين، دار المناهج للفكر والتوزيع، .2008
96. محمد عادل عبد الله: دارسات في الصحة النفسية الهوية والاغتراب ، الاضطرابات النفسية، ط 1، العربية للطباعة والنشر ، القاهرة ، مصر. 2000.
97. محمد مصطفى زيدان: الكفاية الإنتاجية للمدرس، طبعة أول، دار الشروق، بيروت، لبنان، .1973
98 . مريم سليم:علم النفس النمو، دار النهضة العربية ، بيروت، ط1،2003.
99. محمد حسن علاوي :سيكولوجية التدريب والمنافسات دار المعارف كلية التربة البدنية والرياضية جامعة حلوان حسن سنة 1992
100 . مطاوع، إبراهيم عصمت: علم النفس وأهميته في حياتنا، القاهرة، دار المعارف ،.1981
101. منيرة حلمي: التفاعل الاجتماعي، الانجلو المصرية، ، القاهرة،2006.
102 . معوض خليل ميخائيل : سيكولوجية النمو (الطفولة والمراهقة) ، ط02 ، دار الفكر الجامعي ، الإسكندرية ،.1994
103 . منذر الضامن: الإرشاد النفسي أسسه الفنية والنظرية، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ط1،.2003

104 . محمد سعيد عظمي : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية، منشاة المعارف ،1996.
105 . محمد السباعي:معلم الغد ودوره، طبعة أولى، دار المعارف. م ، القاهرة1985.
106.محمد علي كامل: عمل النفس المدرسي ، مكتبة إبن سينا القاهرة 2003
107. محمد عوض بسيوني وآخرون : نظريات وطرق التربية البدنية ، ط02 ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1992.
108.محمد رضا بشير. وآخرون تربية الناشئ المسلم بين المخاطر والآمال ، القاهرة ط1، 2004،
109 .محي الدين مختار. محاضرات في علم النفس الاجتماعي ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر ،1982،ص
110 . مصطفى فهمي : سيكولوجية الطفولة والمراهقة ، مكتبة مصر ، القاهرة ،1979.
111 . مجدي عزيز إبرا هيم و محمد عبد الحليم :التفاعل الاجتماعي مفهومه و تحليله و مهارته ط 1 دار علم الكتب قاهرة،2002
112. مجموعة من الباحثين: موسوعة علم النفس والتربية، الجزء الثاني،دار النش كريس،2001،2002.
113. محمود فتحي عكاشة: محمد شفيق زكي، مدخل إلى علم النفس الاجتماعي ،ب س، ب ط مصر :المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية
114. ناصر الدين أبو حماد: دليل المرشد التربوي، عالم الكتب الحديث ،اربد،2006 .
115. نبيه إبراهيم إسماعيل:عوامل الصحة النفسية إيتراك للنشر والطباعة مصر ط1 ، 2001
116 . يوسف مصطفى القاضي ، لطفي محمد فطيم و محمود عطا حسين ، الإرشاد النفسي و ، التوجيه التربوي ، الرياض ، ط1. 1981.
117 .ياسين رمضان :علم النفس الرياضي، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان الأردن ،2008 .

الأطروحات والرسائل العلمية:

1- أحمد حيمود، التفاعل الاجتماعي للتلاميذ أثناء النشاط البدني وعلاقته بعملية التعلم الحركي رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، دالي إبراهيم،1997.
2- اللامي، ابتسام لعيبي 2001 : أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالتمرد النفسي لدى الشباب ، رسالة ماجستير ،آداب/ المستنصرية .
3- سليمة سايحي 2004 : فعالية برنامج إرشادي لخفض مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة ورقلة، الجزائر .
4- .علي قاسم الرفاعي: مدى فعالية برنامج إرشادي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى عينة من الأطفال المعاقين عقلياً رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية جامعة عين شمس
5- وداد أحمد الوشيلي2007 : الثقة بالنفس وبعض سمات الشخصية لدى عينة من الطالبات المتفوقات دراسيا والعاديات في المرحلة الثانوية بمدينة مكة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة أم القرى.
6- . دارسات نفسية ، م9 ، ع 3 ، القاهرة ، تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسية المصرية.

المجلات العلمية:

1- .إسماعيل دياب ،استخدام الحاسوب الآلي في تطوير بعض جوانب الإرشاد الأكاديمي في نظام الساعات المعتمدة، مجلة دراسات تربوية مصر ، العدد 18 ، القاهرة1998 .

القواميس والمعاجم:

1-معجم علم النفس والتربية ،1984ص،7

2-منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط،2003

3-جابر عبد الحميد وعلاء الدين الكفافي معجم علم النفس والطب النفسي الجزء الرابع ، دار النهضة العربية ، القاهرة1991.

4-فريد يريك معتوق: معجم العلوم الاجتماعية : انكليزي – فرنسي – عربي، أكاديميا، بيروت،لبنان ، 1998.

المراجع باللغة الأجنبية:

1. *Modeleine GRAWITZ(1994): lexique des sciences sociales, , 6eme édition, paris*

2. mourice ANGERS (1996): initiation pratique a la méthodologie des sciences

3Hankins, n & Bailey ,r : psychology of effective living (1993) brooks

4 Hen wood, P. & Solano , C. (1994) : Loneliness in young children

الملاحق

جامعة مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

إسم الأستاذ الفاضل:..... الوظيفة:.....

ملحق رقم (01)استمارة استطلاع أراء السادة الخبراء

السيد:الأستاذ الدكتور /الدكتور

تحية طيبة وبعد

الاستمارة المعروضة على سيادتكم بشان رأيكم في بناء مقياس لقياس درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط ،المشرف والباحث يشكران مسبقا تفضلكم بالتعاون العلمي في بناء القائمة المنشودة وإثراء البحث في مجال الإرشاد النفسي التربوي .

العنوان:برنامج إرشادي نفسي مقترح أثناء حصة التربية البدنية والرياضية للتخفيف من مظاهرا لانطواء الاجتماعي في الوسط المدرسي.

المستوى العلمي :درجة دكتوراه.

المشرف: الأستاذ الدكتور / بومسجد عبد القادر.

ويأمل الباحث من سيادتكم التفضل بالمساعدة في استكمال خطوات وإجراءات بناء القائمة المنشودة من حيث :

أولا : مدى مناسبة الفرضيات المقترحة للقائمة

ثانيا : إضافة أو حذف أو تعديل الفرضيات التي من شانها إثراء القائمة .

ثالثا: مدى سلامة العبارات المقترحة .

رابعا: مدى مناسبة العبارات لكل فرضية

خامسا: مدى ارتباط كل عبارة بالفرضية نفسها (انتماء العبارة للفرضية)

سادسا: حذف أو تعديل أو إضافة عبارات أخرى

إشكالية البحث :تتلخص إشكالية البحث حول اقتراح برنامج نفسي إرشادي أثناء حصة التربية البدنية لتخفيف من درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط ؟

فرضيات البحث :

الفرضية العامة: هل يؤثر البرنامج الإرشادي النفسي المقترح أثناء حصة التربية البدنية والرياضية على درجة الانطواء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط.

الفرضيات الجزئية:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة قلة التفاعل الاجتماعي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة الوحدة والانعزال أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي".

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة الثقة بالنفس أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي".

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدرجة تفضيل العمل الفردي على الجماعي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تعزى للبرنامج الإرشادي.

5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية على درجة الانطواء الاجتماعي لتلاميذ الطور المتوسط في القياس البعدي للبرنامج الإرشادي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور"

استمارة المقياس خماسية التدرج وعباراتها :أوافق بشدة /أوافق /غير متأكد/لا أوافق /لا أوافق بشدة

محور قلة التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط	أوافق بشدة /أوافق /غير متأكد/لا أوافق/لا أوافق بشدة				
	مناسبة	غـــــير مناسبة	أرى التعديل	مرتبط	غير مرتبطة
1-ليس لي أصدقاء كثيرون					
1-					
2-أفضل أن أتجاهل أصدقاء المدرسة أو المعارف الذين لم أرهم منذ مدة طويلة					
2-					
3- يصعب علي إقامة صدقات جديدة					
3					
4- هناك أشخاص كثيرون حريصون على أنهم يتجنبونني					
-4					
5- من الصعب بناء علاقة مع أحد					
-5					
6- لا أتهرب من الحوار مع أقراني					
6					
7-لا أحب الاختلاط بالناس					
-7					
8- أشعر أني جزء من مجموعة من الأصدقاء					
8					
9- أستمتع بلقاء أشخاص لم أكن أعرفهم من قبل					
9-					
10- أحب الاختلاط بالناس					
10-					

الملاحظات

-

-

-

-

-

محور الوحدة الانعزال لدى تلاميذ الطور المتوسط	أوافق بشدة /أوافق /غير متأكد/لا أوافق/لا أوافق بشدة				
	مناسبة	غـــــير مناسبة	أرى التعديل	مرتبط	غير مرتبطة
1-أتخوف من بناء علاقات مع الآخرين					
1-					
2-أشعر بأن هناك أناس يفهمونني					
2-					
3- نادرا ما أحكي نكت لأصدقائي					
3					
4- أفضل أن أكون بمفردي معظم الوقت					
4-					
5- أشعر بالود والصداقة مع الآخرين					
5-					
6-أشعر بأني لم أعد قريبا من أي شخص					
6					
7-يغلب علي الشعور بالوحدة					
7-					
8- أشعر بأن الآخرين يهملونني					
8					
9- أشعر بأني أستطيع أن أعثر عن الأصدقاء عندما أحتاج إليهم					
9-					
10- ا أشعر بأني قريب من الناس					
10-					
الملاحظات - - - - - - - -					

محور ضعف الثقة بالنفس لدى تلاميذ الطور المتوسط	أوافق بشدة /أوافق /غير متأكد/لا أوافق/لا أوافق بشدة				
	مناسبة	غـــــير مناسبة	أرى التعديل	مرتبط	غير مرتبطة
1-لا أحب أن أكون محور الاهتمام					
1-					
2-أعتقد أني شخص مهم					
2-					
3- من السهل أن أهزم في المناقشة					
3					
4- أتفاخر بنفسي قليلاً من حين لآخر					
4-					
5- ليسلدي القدرة على إبداء الرأي					
5-					
6-أستمتع عندما أكون محور الاهتمام					
6					
7- لا أحب لفت النظر إلى نفسي					
7-					
8- أحب أن أواجه الناس بما يفعلون					
8					
9- ليس لدي القدرة على اتخاذ القرارات					
9-					
10- من المؤكد أني قليل الثقة بنفسي					
10-					
الملاحظات - - - - - -					

محور تفضيل النشاطات الانفرادية على الجماعية	أوافق بشدة /أوافق /غير متأكد/لا أوافق/لا أوافق بشدة				
	مناسبة	غـــــير مناسبة	أرى التعديل	مرتبط	غير مرتبطة
1-أتجنب التعاون مع الآخرين ما لم يطلب مني ذلك					
1-					
2-حركة ونشاط الآخرين تشعرني بالانزعاج					
2-					
3- أحبذ الألعاب الفردية على الجماعية					
3					
4- أفضل ممارسة النشاط الرياضي بعيدا عن المجموعة					
4-					
5- يزعجوني كثرة العدد أثناء اللعب					
5-					
6-أعتذر عندما أرتكب إي خطأ تجاه الآخرين					
6-					
7-أحب العمل بمفردي					
7-					
8- أشعر بالراحة وأنا بين زملائي أثناء اللعب					
8					
9- أ شترك مع أقراني في اللعب والأنشطة المختلفة					
9-					
10- أشعر بالتوتر عندما لا أشارك الآخرين في لعبهم					
10-					
الملاحظات: - - - - - - - - - -					

ملحق رقم (02):

جامعة عبد الحميد بن باديس *مستغانم*

معهد التربية البدنية والرياضية.

قائمة بأسماء السادة المحكمين لمقياس الانطواء الاجتماعي

في إطار انجاز أطروحة الدكتوراه والمتمثلة في دراسة أثر برنامج إرشادي نفسي مقترح أثناء حصة التربية البدنية والرياضية للتخفيف من مظاهر الانطواء الاجتماعي في الوسط المدرسي، وذلك ضمن متطلبات الحصول على شهادة دكتوراه علوم في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، قمنا بالاعتماد في تحكيم مقياس الانطواء الاجتماعي على صدق السادة المحكمين وأسمائهم كالأتي:

الرقم	الاسم واللقب	الرتبة العلمية	الجامعة
01	بن دقفل رشيد	أستاذ محاضر " أ "	جامعة المسيلة
02	أوشن بوزيد	أستاذ محاضر " أ "	جامعة المسيلة
03	حشايشي عبد الوهاب	أستاذ محاضر " أ "	جامعة المسيلة
04	سعد سعود فؤاد	أستاذ محاضر " أ "	جامعة المسيلة
05	زهوي ناصر	أستاذ محاضر " أ "	جامعة المسيلة
06	بكة فارس	أستاذ محاضر " أ "	جامعة المسيلة
07	قيال مراد	أستاذ محاضر " أ "	جامعة المسيلة

ملحق رقم (03) : **الصيغة النهائية لاستمارة المقياس**

	أوافق بشدة	أوافق	غير متأكد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
1-ليس لي أصدقاء كثيرون					
2-أشعر بأن هناك أناس يفهمونني					
3- لا أحب أن أكون محور الاهتمام					
4- أعتذر عندما أرتكب إي خطأ تجاه الآخرين					
5-.أحب الاختلاط بالناس					
6- أتخوف من بناء علاقات مع الآخرين					
7- أحب أن أواجه الناس بما يفعلون					
8- أتجنب التعاون مع الآخرين ما لم يطلب مني ذلك					
9-لا أتهرب من الحوار مع أقراني					
10-أفضل أن أكون بمفردي معظم الوقت					
11- ليس لدي القدرة على إبداء الرأي					
12- حركة ونشاط الآخرين تشعرني بالانزعاج					
13-أفضل أن أتجاهل أصدقاء المدرسة أو المعارف الذين لم أرهم منذ مدة طويلة					
14- أشعر بأني لم أعد قريبا من أي شخص					
15-أستمتع عندما أكون محور الاهتمام					
16-أشعر بالراحة وأنا بين زملائي أثناء اللعب					
17- يصعب علي إقامة صدقات جديدة					
18- أشعر بأني قريب من الناس					
19- ليس لدي القدرة على اتخاذ القرارات					
20-أحبذ الألعاب الفردية على الجماعية					
21- أشعر أني جزء من مجموعة من الأصدقاء					
22- يغلب علي الشعور بالوحدة					
23- لا أحب لفت النظر إلي نفسي					
24-أحب العمل بمفردي					
25-هناك أشخاص كثيرون يتجنبونني					
26- أشعر بأني أستطيع أن أعثر عن الأصدقاء عندما أحتاج إليه					
27- من السهل أن أهزم في المناقشة					
28- أفضل ممارسة النشاط الرياضي بعيدا عن المجموعة					
29- أستمتع بلقاء أشخاص لم أكن أعرفهم من قبل					
30- أشعر بأن الآخرين يهملونني					
31- أعتقد أني شخص مهم					
32- يزعجوني كثرة العدد أثناء اللعب					
33 -من الصعب بناء علاقة مع أحد					

34– أشعر بالود والصداقة مع الآخرين					
35 – من المؤكد أني قليل الثقة بنفسي					
36– أ شترك مع أقراني في اللعب والأنشطة المختلفة					
37–لا أحب الاختلاط بالناس					
38– نادرا ما أحكي نكت لأصدقائي					
39– أتفاخر بنفسي قليلاً من حين لآخر					
40–أشعر بالتوتر عندما لا أشارك الآخرين في لعبهم					

الملحق رقم (04):

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	المحور1 قبلي	39.4957	230	3.76231	.24808
	المحور 1بعدي	25.4913	230	3.74019	.24662

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	المحور1قبلي & المحور1بعدي	230	1.000	.000

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower	Upper			
المحور1قبلي - المحور1بعدي	1.40043E1	.11437	.00754	13.98949	14.01921	1.857E3	229	.000

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	المحور2 قبلي	33.4957	230	3.76231	.24808
	المحور 2بعدي	22.4652	230	3.73536	.24630

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	المحور2قبلي & المحور2بعدي	230	.998	.000

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
المحور2قبلي - المحور2بعدي	1.10304E1	.25411	.01676	10.99742	11.06345	658.317	229	.000

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
المحور قبلي	29.4957	230	3.76231	.24808
المحور بعدي	20.4696	230	3.73072	.24600

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 المحور3قبلي & المحور3بعدي	230	.998	.000

Paired Samples Statistics

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
المحور3قبلي – المحور3بعدي	9.02609	.22742	.01500	8.99654	9.05563	601.924	229	.000

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	المحور4قبلي & المحور4بعدي	230	.999	.000

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	المحور 4قبلي	27.4957	230	3.76231	.24808
	المحور 4بعدي	19.4783	230	3.72727	.24577

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower	Upper			
المحور4قبلي - المحور4بعدي	8.01739	.16093	.01061	7.99648	8.03830	755.564	229	.000

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	الكلي قبلي	1.2998E2	230	15.04925	.99232
	الكلي بعدي	87.9043	230	14.92308	.98400

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	الكلي قبلي & الكلي بعدي	230	.999	.000

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 الكلي قبلي - الكلي بعدي	4.20783E1	.55521	.03661	42.00613	42.15040	1.149E3	229	.000

Group Statistics

الجنس		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
المحور1بعدي	إناث	127	25.8268	3.80704	.33782
	ذكور	103	25.0777	3.63180	.35785
المحور2بعدي	إناث	127	22.7795	3.80249	.33742
	ذكور	103	22.0777	3.63180	.35785
المحور3بعدي	إناث	127	20.7874	3.79354	.33662
	ذكور	103	20.0777	3.63180	.35785
المحور4بعدي	إناث	127	19.8031	3.78602	.33596
	ذكور	103	19.0777	3.63180	.35785
الكلي بعدي	إناث	127	89.1969	15.17048	1.34616
	ذكور	103	86.3107	14.52721	1.43141

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
المحور 1بعدي	Equal variances assumed	.503	.479	1.515	228	.131	.74910	.49455	-.22538	1.72358
	Equal variances not assumed			1.522	222.049	.129	.74910	.49212	-.22072	1.71892
المحور 2بعدي	Equal variances assumed	.483	.488	1.420	228	.157	.70186	.49421	-.27195	1.67567
	Equal variances not assumed			1.427	221.963	.155	.70186	.49184	-.26742	1.67113
المحور3 بعدي	Equal variances assumed	.380	.538	1.438	228	.152	.70973	.49354	-.26276	1.68222
	Equal variances not assumed			1.445	221.794	.150	.70973	.49130	-.25848	1.67794
المحور4 بعدي	Equal variances assumed	.468	.495	1.472	228	.143	.72548	.49298	-.24590	1.69686
	Equal variances not assumed			1.478	221.650	.141	.72548	.49084	-.24183	1.69279
الكلي بعدي	Equal variances assumed	.447	.505	1.462	228	.145	2.88617	1.97390	-1.00325	6.77559
	Equal variances not assumed			1.469	221.776	.143	2.88617	1.96496	-.98622	6.75856

Résume

Titre de l'étude:
L'impact d'un programme de counseling proposé au cours de la séance d'éducation physique et de sports pour atténuer le phénomène de l'introversion dans le milieu scolaire

Problématique de l'étude
L'étude reflète le problème dans l'application du programme de soutien psychologique au la séance d 'éducation physique et de sports pour atténuer le degré de l' Introversion chez les élèves de moyen cycle le programme comprend un ensemble de jeux sociaux et certaines techniques et des méthodes de consultation psychologique.

L'hypothèse principal
Le programme de counseling applique au cours de la séance d'éducation physique et de sports Influence sur le degré de l' Introversion chez les élèves de moyen cycle

L'hypothèses partielle
1-Il existerait des différences qui auraient des signification statistiques entre le pre et post mesure dans Le manque d'interaction sociale attribue au facture la programme de counseling appliqué au cours de la séance d'éducation physique et de sports.
2- Il existerait des différences qui auraient des signification statistiques entre le pre et post mesure dans le degré de l' isolement attribue au facture la programme de counseling appliqué au cours de la séance d'éducation physique et de sports
3- Il existerait des différences qui auraient des signification statistiques entre le pre et post mesure dans le degré de Sûr de soi attribue au programme de counsling applique au cours de la séance d'éducation physique et de sports
4-Il existerait des différences qui auraient des signification statistiques entre le pre et post mesure dans le degré de préférence pour l'action individuelle et collective sportive attribue au facture le programme de counseling appliqué au cours de la séance d'éducation physique et de sports
5-Il existerait des différences qui auraient des signification statistiques entre le post mesure Dans le degré de l' Introversion sociale chez les élèves masculins de moyen cycle attribue au facture le programme de counseling.

La méthode et les outils utilises dans l'étude:
Dans notre étude nous avons basé sur la méthode expérimentale test et ré-test avec un style comparatif.

L' échantillon de l'étude: un échantillon ciblé.qui compte 270 élèves de moyen cycle

Les résultants obtenus:
-L' efficacité du programme de counseling sur la diminution de degré de l'introversion sociale chez les élèves de moyen cycle.
-L' efficacité du programme de counseling sur l'augmentation de degré de l'introversion sociale chez les élèves de moyen cycle
-L' efficacité du programme de counseling sur l'augmentation de degré de sûr de soi chez les élèves de moyen cycle.

- L'efficacité des interventions de part indicative cours d'éducation physique et des sports par le professeur et conseiller d'orientation

- La difficulté d'appliquer d' informations psychologique pendant le travail de terrain pour les enseignants d'éducation physique et des sports

- Professeurs d'éducation physique et sportive ne reposent pas sur des théories de consultation psychologique face à des problèmes psychologiques des étudiants à l'intérieur ou à l'extérieur du champ d'application du contingent.
- Les résultats de l'étude ont montré que la plupart des enseignants d'éducation physique ne coordonner leur travail avec les conseillers d'orientation pour activer le processus de l'école de soutien psychologique.
- les résultats de la présente étude a montré que la plupart des établissements d'enseignement ne disposent pas des programmes de counseling.

proposition et recommandations :

-la coordination entre les autorités concernées et le ministère de l'Éducation et le ministère de l'enseignement supérieur afin d'enrichir les travaux d'extension en établissant des programmes de sensibilisation concernant le domaine de counseling.
- le déploiement de l'aide psychologique dans la culture de l'école chez les élèves et les aider à résoudre les problèmes auxquels ils sont confrontés.
- Fournir les ressources et les moyens nécessaires pour activer les travaux d'extension au sein de l'environnement de l'école, en particulier dans le domaine du sport pour atténuer les aspects sociaux de l'introversion.
- Les enseignement d'éducation physique et de sport initiative dans la création de ces programmes grâce à une coordination avec la direction et les conseillers en orientation.