



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة ديالى  
كلية التربية الأصمعي

# أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية

رسالة مقدمة الى  
مجلس كلية التربية الأصمعي - جامعة ديالى  
وهي جزء من متطلبات نيل درجة ماجستير في  
التربية / توجيهه و إرشاد

من قبل

سلمى حسين كامل محمد

إشراف

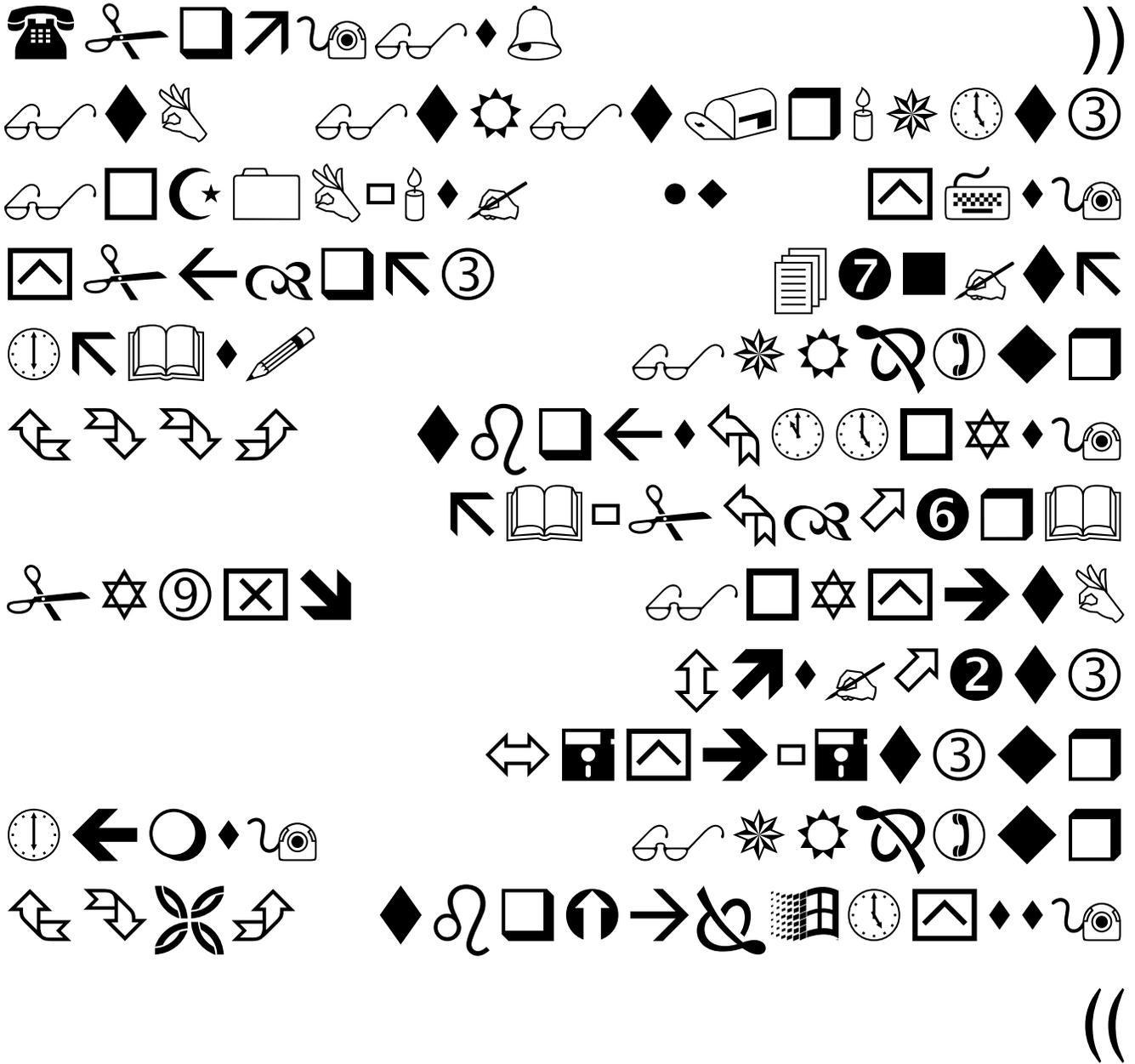
الأستاذ المساعد الدكتور  
إبراهيم جواد كاظم  
المشرف الإحصائي

الأستاذ الدكتور  
سالم نوري صادق  
المشرف التربوي

2011 م

1432 هـ

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



# صدق الله العظيم

سورة يوسف

الآيات ( 11 - 12 )

## الإهداء

الى .....

من علماني حب العلم .... ومنحاني أسباب الحياة  
والدتي الحبيبة وهي ترقد في عليين ...  
والذي الحبيب وهو يطيل لي دعاء المحبين  
عرفاناً ومحبة

الى .....

من كانوا نبراسي في الظلام ....  
وقدوتي على الدوام  
أخوتي .... أخواتي  
حبا واحتراماً

الى .....

رفيق دربي ... وسندي ... وخيمتي  
زوجي الحبيب  
تقديراً ومودة

الى .....

قرة عيني في هذه الحياة  
ولدي الحبيب أحمد  
أهدي هذا الجهد المتواضع

الباحثة

## إقرار المشرفين

أشهد أن إعداد هذه الرسالة الموسومة (( أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية )) التي قدمتها الطالبة ( سلمى حسين كامل ) ، قد جرى تحت إشرافي في كلية التربية الاصمعي - جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات نيل درجة ماجستير في التربية ( توجيه وإرشاد ) .

التوقيع :

التوقيع :

المشرف : الأستاذ المساعد الدكتور إبراهيم جواد كاظم

المشرف : الأستاذ الدكتور سالم نوري صادق

التاريخ : / / 2011 .

التاريخ : / / 2011 .

توصية رئاسة القسم :-

بناءً على التعليمات والتوصيات المتوافرة أرشح هذه الرسالة للمناقشة.

الأستاذ المساعد الدكتور

خالد جمال حمدي

رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية

كلية التربية الأصمعي

2011 / /

## إقرار المقوم اللغوي

أشهد بأني قرأت هذه الرسالة الموسومة (( أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية )) التي قدمتها طالبة الماجستير ( سلمى حسين كامل ) إلى كلية التربية الإصمعي - جامعة ديالى بوصفها جزءاً من متطلبات نيل درجة ماجستير في التربية (توجيه وإرشاد) في العلوم التربوية والنفسية ، وقد وجدتها صالحة من الناحية اللغوية ، ولأجله وقعت .

التوقيع : 

الأسم : أ.د. عبد الرسول سلمان الزيدي

## إقرار الخبير العلمي

أشهد بأني قرأت هذه الرسالة الموسومة (( أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية )) التي قدمتها طالبة الماجستير ( سلمى حسين كامل ) إلى كلية التربية الإصمعي - جامعة ديالى بوصفها جزءاً من متطلبات نيل درجة ماجستير في التربية (توجيه وإرشاد) - العلوم التربوية والنفسية ، وقد وجدتها صالحة من الناحية العلمية .

 التوقيع :

الاسم : أ. د. سامي مهدي العزاوي

## قرار لجنة المناقشة

نشهد نحن أعضاء لجنة المناقشة ، أطلعنا على الرسالة الموسومة (( أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية )) وقد ناقشنا الطالبة ( سلمى حسين كامل ) في محتوياتها وفي كل ما له علاقة بها ، ونعتقد أنها جديرة بالقبول لنيل درجة ماجستير في التربية ( توجيه وإرشاد ) وبتقدير ( أمتياز ) .

الأستاذ المساعد الدكتور

سلمى خليل سعيد  
عضواً

2011 / 7 /

الأستاذ الدكتور

سناء عيسى الداغستاني  
عضواً

2011 / 7 /

الأستاذ المساعد الدكتور

هيثم أحمد علي الزبيدي  
رئيس اللجنة

2011 / 7 /

الأستاذ الدكتور

سالم نوري صادق  
عضواً ومشرفاً

2011 / 7 /

الأستاذ المساعد الدكتور

إبراهيم جواد كاظم  
عضواً ومشرفاً

2011 / 7 /

صدقت الرسالة من قبل مجلس كلية التربية الأصمعي

الأستاذ المساعد الدكتور

نصيف جاسم محمد  
عميد كلية التربية الاصمعي

2011 / 7 /

## المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع	ت
	الآية القرآنية	1
أ	الإهداء	2
ب	إقرار المشرفين	3
ج	إقرار المقوم اللغوي	4
د	إقرار الخبير العلمي	5
هـ	قرار لجنة المناقشة	6
و	شكر وتقدير	7
ز - ح	مستخلص البحث باللغة العربية	8
ط - ك	المحتويات	9
ل	ثبت الجداول	10
م	ثبت الأشكال	11
ن	ثبت الملاحق	12
19 - 2	الفصل الأول :- التعريف بالبحث	13
2	❖ مشكلة البحث	14
4	❖ أهمية البحث	15
13	❖ هدف البحث وفرضياته	16
13	❖ حدود البحث	17
13	❖ تحديد المصطلحات	18
79 - 21	الفصل الثاني : إطار نظري ودراسات سابقة	19
21	أولاً . الإطار النظري	20
21	أ- أدبيات الإرشاد :-	21
21	❖ أهداف الإرشاد .	22
22	❖ أساليب الإرشاد النفسي والتربوي .	23

رقم الصفحة	الموضوع	ت
24	❖ طرق الإرشاد النفسي والتربوي .	24
26	❖ مناهج الإرشاد النفسي والتربوي .	25
27	ب- أدبيات اللعب :-	26
27	❖ مفهوم اللعب.	27
31	❖ الأهمية التربوية والتنموية للعب .	28
33	❖ وظائف اللعب .	29
34	❖ فوائد اللعب .	30
35	❖ العوامل المؤثرة في اللعب .	31
37	❖ النظريات التي فسرت اللعب .	32
55	ج- أدبيات الحرمان العاطفي :-	33
55	❖ مفهوم الحرمان العاطفي .	34
56	❖ أنواع الحرمان العاطفي .	35
56	❖ مصادر الحرمان العاطفي .	36
57	❖ آثار الحرمان العاطفي .	37
58	❖ النظريات التي فسرت الحرمان العاطفي .	38
64	ثانياً:- دراسات سابقة	39
64	أولاً :- دراسات سابقة تناولت اللعب	40
71	❖ موازنة الدراسات السابقة للعب	41
76	ثانياً:- دراسات سابقة تناولت الحرمان العاطفي	42
78	❖ موازنة الدراسات السابقة للحرمان العاطفي	43
109 - 81	الفصل الثالث :- إجراءات البحث	44
81	أولاً :- التصميم التجريبي .	45
82	ثانياً :- مجتمع البحث .	46

رقم الصفحة	الموضوع	ت
84	ثالثاً :- عينة البحث .	47
86	رابعاً :- تكافؤ المجموعات .	48
87	خامساً :- أدوات البحث .	49
109	سادساً :- الوسائل الإحصائية .	50
111 - 119	الفصل الرابع :- عرض النتائج ومناقشتها	51
111	أولاً :- عرض النتائج .	52
117	ثانياً :- مناقشة وتفسير النتائج .	53
121 - 122	الفصل الخامس :- التوصيات والمقترحات	54
121	أولاً :- التوصيات .	55
122	ثانياً :- المقترحات .	56
124	المصادر	57
124	أولاً :- المصادر العربية .	58
134	ثانياً :- المصادر الأجنبية .	59
138 - 194	الملاحق	60
A - B	مستخلص البحث باللغة الإنكليزية .	61

ثبت الجداول

رقم الصفحة	الموضوع	رقم الجدول
82	أسماء المدارس الثانوية للبنات في مركز مدينة بعقوبة – مركز محافظة ديالى للعام الدراسي 2010 – 2011 .	1
83	توزيع مجتمع الطالبات حسب المدرسة والفرع والمرحلة والشعبة	2
85	توزيع عينة البحث على الصفوف الدراسية في ثانوية العدنانية للبنات	3
85	توزيع عينة البحث بين المجموعتين التجريبية والضابطة	4
86	القيم الإحصائية لأختبار مان وتني في التكافؤ بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة	5
108	عناوين الجلسات الإرشادية وتواريخها	6
112	درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي وقيمة المحسوبة والجدولية ( W )	7
114	درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده وقيمة المحسوبة والجدولية ( W )	8
116	درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي وقيمة المحسوبة والجدولية ( W )	9

### ثبت الأشكال

رقم الصفحة	الموضوع	رقم الشكل
81	التصميم التجريبي للمجموعتين والأسلوب الإرشادي المتبع	1

## ثبت الملاحق

رقم الصفحة	الموضوع	رقم الملحق
138	استبيان استطلاعي موجه للمرشدات التربويات	1
139	مقياس الحرمان العاطفي بصيغته النهائية	2
142	أسماء السادة الخبراء مرتبة حسب الحروف الهجائية وألقابهم العلمية	3
143	استبيان استطلاعي لمعرفة المشكلات التي تعاني منها الطالبات ذوات الحرمان العاطفي	4

144	برنامج التدريب الرياضي	5
-----	------------------------	---

## شكر و تقدير

بسم الله ، والصلاة والسلام على رسول الله ، وعلى آله وصحبه ومن والاه .... وبعد .

فأن من واجب العرفان والتقدير أن تتقدم الباحثة بجزيل شكرها وتقديرها إلى المشرفين على هذا البحث الأستاذ الدكتور ( سالم نوري صادق ) لما أبداه من قيم الملاحظات وسديد الآراء التي أوصلت البحث إلى ما بين يدي القارئ الكريم ، وما أحاط به الباحثة من رعاية أبوية في كل مراحل البحث حين تقطعت بها السبل وقل المعين ، فجزاه الله خير ما يجزي به والداً عن ولده ، والأستاذ المساعد الدكتور ( إبراهيم جواد كاظم ) المشرف الإحصائي على البحث ، الذي كان لآرائه وملاحظاته القيمة أثر كبير في دقة نتائج البحث .

كما تتقدم الباحثة بالشكر والتقدير إلى أساتذتها الكرام في قسم العلوم التربوية والنفسية بكلية التربية الأصمعي الذين لم يبخلوا عليها بالعلم والنصيحة ، وتقدم شكرها وتقديرها العالين إلى السادة الخبراء الذين استعانتم بهم لتقييم مقاييس البحث وبرنامجه لما أبدوه من ملاحظات قيمة أسهمت في ترصين هذا البحث .

كما لا يفوت الباحثة أن تتقدم بالشكر الجزيل إلى الفنان المبدع المدرس المساعد ( عماد الجيال ) لمساهمته في رسم أشكال التمرينات الرياضية بطريقة فنية متميزة . والشكر موصول إلى مدرسة التربية الرياضية في ثانوية العدنانية للبنات لمساعدتها في تطبيق البرنامج الرياضي الترويحي .

وأخيراً ، فإن للجهد الكبير الذي قام به زوجي العزيز منذ أن جلست على مقاعد الدراسة وحتى كتابتي لآخر سطور البحث ما لا يسعني إلا أن أفف عاجزة عن وصفه بأبلغ كلمات الشكر والعرفان والتقدير ، فتارة كان يكافح في دراسته للماجستير ، ويعينني في دراستي وبحثي تارة ، ويرعى ولدنا الحبيب ( أحمد ) تارة أخرى ، فجزاه الله عني كل خير ، والعذر كل العذر لمن فاتني أن أذكر أسمه في هذه السطور ، فإله أسأل أن يوفق الجميع لكل خير ، وهو ولي التوفيق .

الباحثة

## مستخلص البحث

تعد مشكلة الحرمان العاطفي التي ظهرت في المجتمع العراقي بسبب الظروف القاهرة التي مرَّ ويمر بها العراق منذ ثلاثة عقود ، حيث الحروب والحصار والإرهاب ، من المشكلات ذات التأثير الكبير على سلوك طالبات المرحلة الثانوية ، حيث تسبب لهن العديد من الاضطرابات النفسية والسلوكية التي تؤثر في تحصيلهن وتوافقهن النفسي والاجتماعي والمدرسي ، وتدفع بهن الى تبني سلوكيات مرفوضة في المجتمع لتعويض ذلك الحرمان الذي يمثل شكلاً من أشكال العلاقات المضطربة بين الآباء والأبناء ، وله من الآثار الخطيرة ما قد يمتد الى مراحل متقدمة من حياة الفرد . ويكتسب البحث الحالي أهميته بعدّه محاولة لاستخدام أساليب إرشادية جديدة لخفض الحرمان العاطفي تتناسب وطبيعة هذه المشكلة وخطورتها ، وتعالج آثارها الخطيرة في حياة طالبات المرحلة الثانوية ، حيث يعد أسلوب اللعب الرياضي الترويحي وسيلة من وسائل التفريغ الانفعالي ، ويسهم في تفريغ الطاقات الانفعالية المشحونة وخفض التوتر ، وهي أبرز مظاهر الحرمان التي يسعى الفرد الى أشباعها لتعويض هذا الحرمان ، فاللعب يساعد الفرد على تشخيص مشكلاته ويوفر له فرصة مثالية للتخلص من هذه المشكلات ، وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والمدرسي .

ويهدف البحث الحالي الى معرفة أثر الإرشاد باللعب الرياضي في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية من خلال التحقق من صحة الفرضيات الآتية :-

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( 0,05 ) بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق أسلوب اللعب وبعده عند تطبيق مقياس الحرمان العاطفي .

2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( 0,05 ) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي عند تطبيق مقياس الحرمان العاطفي .

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( 0,05 ) بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي عند تطبيق مقياس الحرمان العاطفي .

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي للتحقق من صحة هذه الفرضيات ، حيث تكونت عينة بحثها من (20) طالبة من اللواتي تم تشخيصهن على أنهن يعانين من الحرمان العاطفي في ثانوية العدنانية للبنات في مركز مدينة بعقوبة - مركز محافظة ديالى ، تم توزيعهن بطريقة عشوائية بين مجموعتين متساويتين ( تجريبية وضابطة ) وقد خضعت المجموعة التجريبية الى جلسات إرشادية مقدمة عن طريق الإرشاد باللعب وبوسيلة التدريب الرياضي التروبيحي ، فيما لم تخضع المجموعة الضابطة الى أي أسلوب إرشادي .

ولغرض تحقيق هدف البحث ، تبنت الباحثة مقياس الحرمان العاطفي بصيغته النهائية الذي أعدته الباحثة ( الصالحي ، 2005 ) والمكون من (86) فقرة ، حيث تم عرضه على مجموعة من الخبراء والمتخصصين الذين أكدوا مناسبته للبحث الحالي بنسبة (100% ) ، ثم قامت الباحثة باستخراج صدق المقياس بطريقة الصدق الظاهري ، وثباته بطريقة إعادة الاختبار ( Test – Retest ) .

كما قامت الباحثة ببناء برنامج إرشادي من (18) جلسة إرشادية ( وحدة تدريبية ) مقدمة بوسيلة التدريب الرياضي التروبيحي مدة كل منها (45) دقيقة واستمرت لمدة (9) أسابيع ، وللتأكد من صلاحية هذا الأسلوب للبحث الحالي تم عرضه على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في الإرشاد والتدريب الرياضي الذين أكدوا صلاحيته بنسبة (100% ) .

استخدمت الباحثة مجموعة من الوسائل الإحصائية منها اختبار ( ولكوكسن ) لعينتين مترابطتين ، واختبار ( مان وتي ) للعينات المتوسطة ، ومعامل الارتباط ( بيرسون ) ، وبعد معالجة البيانات إحصائياً توصلت الباحثة الى أن نسبة الحرمان العاطفي قد انخفضت لدى الطالبات اللواتي خضعن للبرنامج الإرشادي مقارنة بالطالبات اللواتي لم يخضعن للبرنامج .

# الفصل الأول

## الإطار العام للبحث

- ❖ مشكلة البحث .
- ❖ أهمية البحث .
- ❖ هدف البحث وفرضياته .
- ❖ حدود البحث .
- ❖ تحديد المصطلحات .

# الفصل الثاني

## إطار نظري ودراسات سابقة

أولاً:- إطار نظري

أ. أدبيات الإرشاد :-

- ❖ أهداف الإرشاد .
- ❖ أساليب الارشاد النفسي والتربوي .
- ❖ طرق الارشاد النفسي والتربوي .
- ❖ مناهج الارشاد النفسي والتربوي .

ب. أدبيات اللعب :-

- ❖ مفهوم اللعب .
- ❖ الأهمية التربوية والتنموية للعب .
- ❖ وظائف اللعب .
- ❖ فوائد اللعب .
- ❖ العوامل المؤثرة في اللعب .
- ❖ النظريات التي فسرت اللعب .

ج. أدبيات الحرمان العاطفي :-

- ❖ مفهوم الحرمان العاطفي .
- ❖ أنواع الحرمان العاطفي .
- ❖ مصادر الحرمان العاطفي .
- ❖ آثار الحرمان العاطفي .
- ❖ النظريات التي فسرت الحرمان العاطفي .

ثانياً:- دراسات سابقة .

1. دراسات سابقة تناولت اللعب .
- ❖ موازنة الدراسات السابقة للعب .
2. دراسات سابقة تناولت الحرمان العاطفي .
- ❖ موازنة الدراسات السابقة للحرمان العاطفي .

## الفصل الثالث

## إجراءات البحث

- ❖ التصميم التجريبي .
- ❖ مجتمع البحث .
- ❖ عينة البحث .
- ❖ تكافؤ المجموعات
- ❖ أدوات البحث .
- ❖ الوسائل الإحصائية .

## الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها و تفسيرها

أولاً:- عرض النتائج .

ثانياً:- مناقشة النتائج وتفسيرها .

## الفصل الخامس

التوصيات والمقترحات

❖ التوصيات .

❖ المقترحات .





مشكلة البحث:-

ترى الباحثة أن البيئة العراقية قد لعبت من خلال ما مرَّ به المجتمع العراقي من ظروف قاسية منذ العام 1980 ولحد الآن من حروب خلفت له الدمار من الجانب الوجداني والعاطفي تمثل في فقدان الكثير من أبناء العراق لإبائهم وذويهم وإخوانهم ، و حصار اقتصادي فرض على العراق لثلاثة عشر عاماً نتج عنه فقدان فرص العمل وانخفاض في مستوى المعيشة تسبب في انفصال كثير من العوائل ، فأفرز جيلاً من الشباب نشأ في ظل ظروف صعبة كان قوامها ولغتها العنف والدمار والقتل وكلها مصطلحات تصب في بوتقة الصراع الأعمى الذي تصاعد بوتيرة عالية غزتها سنوات الاحتلال والإرهاب التي يعيشها العراق منذ العام 2003 ولحد الآن ، لعبت دوراً كبيراً في تغيير المعايير والقيم التي كانت سائدة من قبل ، ونتيجة لهذه الأوضاع فقد ظهرت وبصورة جلية مشكلة الحرمان العاطفي.

وتعد مشكلة الحرمان العاطفي من المشاكل التي تؤثر تأثيراً سلبياً في الجانب العقلي والجانب الخلقي والاجتماعي والنفسي للفرد ، حيث تؤثر هذه المشكلة في حياة الإنسان وسلوكه وتصرفاته وصحته النفسية ، وتؤثر في الحياة الاجتماعية للفرد ، وفي العلاقات مع الآخرين ، وتسبب له الاضطرابات النفسية المختلفة . كما يؤدي الحرمان العاطفي إلى تكوين الشخصية اللاسوية ، وبعد أحد أسباب اضطرابات الصحة النفسية ( النوري ، 1998 ، ص 1 ) ، وخاصة لدى طالبات المرحلة الثانوية (المراهقة) لأنها تعد نسبياً من أكثر المراحل التي يتعرض الفرد خلالها للتقلبات الانفعالية والتوتر النفسي والعصبي ، وهذا ناجم عن النمو السريع والتغيرات الجسمية والاضطرابات في الأجهزة الحيوية ، مما يؤدي إلى تغيرات سلوكية واجتماعية تتوقف اتجاهاتها على البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها المراهق ، فكلما كانت البيئة أقل تعاطفاً كانت الآثار النفسية للتغيرات الفسيولوجية والجسمية بالغة ، ويعتمد عمق ومقدار هذه التأثيرات النفسية على سرعة النضج وتأثيره في التكوين الجسمي العام للفرد من ناحية ، وعلى معلوماته السابقة والمتوفرة لديه ، والإعداد النفسي لهذه التغيرات ، هذا كله يوضح أهمية معرفة طبيعة هذه المرحلة بما تتميز به من قدرات واستعدادات . ( صادق ، 1999 ، ص 1 ) .

وقد يحدث أن تتعرض الطالبة للحرمان من احد الوالدين أو كليهما بسبب التفكك أو التصدع الأسري The Broken Family نتيجة الموت أو الطلاق Divorce أو الهجر Desertion أو النزاع العائلي Domestic Discord أو الغياب الطويل لأحد الوالدين أو كليهما فيتترك ذلك أثراً خطيراً في الجانب النفسي لها ، إذ يسبب لها نقصاً في إشباع حاجتها الى الحب والمودة والانتماء ( الصالحي ، 2005 ، ص 24) . كما بينت دراسة ( Baden ) إن الأفراد الذين يعيشون في أسر مفككة يعانون من المشكلات العاطفية والسلوكية والصحية والاجتماعية بدرجة اكبر من أقرانهم الذين يعيشون في أسر اعتيادية ( فهمي ، 1979 ، ص 185 ) . فالفرد الذي يعيش في بيت يتصف بالصراع والمشاجرات والاستياء يفنقر بدرجة كبيرة الى العلاقات الاجتماعية والصحية ، وان مثل هذا البيت يتجاهل جميع اهتماماته ورغباته ( صباح ، 1988 ، ص 160 ) . وعندما يعمل ليؤكد نفسه فانه يقابل بإنكار جائر وبالتالي يصبح فرداً غير متكيف ، وعاجزاً عن التوافق الاجتماعي مع الآخرين ( مصطفى، 1990، ص 22) .

وتتفق دراسة ( الصالحي ، 2005 ) مع ما أكده ( Flack, 1983 ) إن الحرمان العاطفي من الوالدين لا يؤثر في النمو الذهني والنفسي فحسب، وإنما يترك أثراً لا تمحى في التكيف والتوافق الاجتماعي للفرد ، وأن من الصعب أن يصبح المحروم شخصاً راشداً متكيفاً في المستقبل ( الصالحي ، 2005 ، ص 28) .

وبناءً على ذلك فقد حظي موضوع الحرمان العاطفي من الأبوين باهتمام واسع من المتخصصين بعلم النفس في كافة أرجاء العالم ، حيث توالت الدراسات التي تناولت هذا الموضوع من جوانبه المختلفة ، ولعل هذه الأهمية تتأتى من كون الحرمان العاطفي يمثل مفصلاً جوهرياً في حياة الأفراد المراهقين فيدفع بهم الى تبني سلوكيات مرفوضة في المجتمع ، وقد أيدت ذلك كل من دراسة (الجعفري ، 2003) ودراسة (الصالحي ، 2005) .

ولكي تتحقق الباحثة من وجود الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية في مؤسساتنا التربوية والتعليمية في محافظة ديالى ، فقد قامت بتطبيق مقياس الحرمان العاطفي الذي أعدته الباحثة ( الصالحي ، 2005 ) المطلق (2) على عينة بلغت ( 100 ) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية ، وكانت النتائج تؤكد بنسبة ( 60 % ) وجود الحرمان العاطفي لدى الطالبات .

ولم تكتفِ الباحثة بذلك ، بل قامت أيضاً بتوجيه استبيان استطلاعي ، الملحق (1) الى (10) من المرشحات التربويات اللواتي يعملن في المدارس الثانوية في مركز مدينة بعقوبة ، وكانت (90%) من إجابتهن تؤكد وجود الحرمان العاطفي لدى الطالبات .

ومن هنا برزت مشكلة البحث التي سعت الباحثة لدراستها ، والتي تكمن في الإجابة عن السؤال الآتي :-

( هل أن الحرمان العاطفي لدى أفراد العينة ينخفض عن طريق الإرشاد باللعب ؟).

#### أهمية البحث:-

تعد الأسرة الأرض التي ينبت فيها الفرد ، فهي التي تهيب له الجو لانتقاله من مرحلة الى أخرى موفرة له كل الاحتياجات والمتطلبات البيولوجية كالغذاء والملبس وتحصينه ضد الأمراض ، والنفسية كالحاجة الى الأمن، والانتماء ، والحاجة الى الحب، والحاجة الى التعبير عن الذات وتوكيدها ، والحاجة الى النجاح ، والحاجة الى اللعب الذي يشكل أفضل عوامل التوازن النفسي للفرد ، إذ يضمن له قاعدة متينة لشخصيته، ويتطلب إشباع هذه الحاجة إتاحة وقت الفراغ للعب وإفراح المكان ، واختيار الألعاب المتنوعة من اجل توجيه الفرد ذهنياً وتربوياً ( بو جمعة ،2010، ص4) .

وتعرف الأسرة بأنها ضرورة صحية يفرضها الواقع والطبيعة البشرية ، فهي عماد المجتمع وأحد مرتكزاته الأساسية ولها نظام محدد وتتصف بالاستمرارية فلا تنتهي إلا بوفاة جميع أعضائها ( السعدي ،2007 ، ص2) .

وتمثل الأسرة الخلية الأساسية في عملية التنشئة الاجتماعية فهي من المؤسسات الاجتماعية الرئيسية القادرة على التكيف مع التحولات باعتبارها المكان الأول الذي تتبلور فيه ملامح الفرد وشخصيته ، وللأسرة وظائف متعددة تسهم في عملية تنشئة الفرد يشارك فيها الوالدان بالدرجة الأساسية ، وبقية أفراد الأسرة وفقاً لتوزيع الأدوار داخل الأسرة والمجتمع على حد سواء ، فلأم الدور الجوهري في تنشئة الفرد ، إذ تعد الأم أداة الاتصال الإنسانية الأولى ، وهي معلمه النفسي والاجتماعي الأول ، وبذلك تشكل نمط شخصيته وتحدد اتجاهاته ، فهو يتأثر الى

حد كبير بالجو الأسري ، وخاصة باتجاهات الوالدين وما يتبعانه من أساليب في تنشئة الفرد. (بو جمعة ، 2010، ص5) .

والأسرة هي الوحدة الأساسية التي يكتسب الفرد الخبرات المبكرة منها وتقوم هذه الخبرات بدور مهم في تشكيل شخصيته وسلوكه الى حد بعيد. ويرى كل من (Fraud,1939) و(Gold-parb,1988) و(Bowlbey,1952) و(Bandura,1969) إن هناك علاقة مباشرة وواضحة بين أساليب المعاملة الوالدية وسلوك الفرد وشخصيته . وان التنشئة الاجتماعية (Socialization) هي حجر الزاوية في بناء شخصية الفرد ، وان هذه التنشئة التي يتلقاها الفرد عن طريق الوالدين هي عملية تدريب الفرد وإعداده ليكون عضواً فعالاً في المجتمع . (الجعفري ، 2003 ، ص3)

ويمثل الحرمان العاطفي شكلاً من أشكال العلاقة المضطربة بين الآباء والأبناء ، وتختلف الآثار المترتبة عليه باختلاف درجاته ، فالحرمان الجزئي يصحبه القلق والحاجة الملحة للحب ومشاعر الانتقام ، بينما يمثل الحرمان التام للفرد تأثيراً أعمق واشد ، ويتضح ذلك في حالة موت احد الوالدين أو كليهما ، حيث يبقى ذا اثر فعال في نفس الفرد لا تمحوه الأيام وقد يمتد الى ابعد السنين مقررأ بذلك الطريق الخاص لخلق الإحباط عنده ( الزبيدي ، 2008 ، ص 4 ) . ومن النتائج الممكن حدوثها عند الفرد اثر حرمانه من والديه سواء أكان هذا الحرمان مادياً أم معنوياً ، ظهور الصراعات النفسية وإثارة الاضطراب في نفس الفرد والإحساس بانعدام التوازن والطمأنينة بداخله نظراً لاضطراب العلاقة القائمة مع الوالدين مما يؤثر على اضطراب هويته الجنسية ( نصار ، 1993 ، ص 98 ) .

إن للأب دوراً رئيسياً في حياة الفرد سلبياً كان أم ايجابياً ، إذ يشكل وجود الأب ذلك المروض الأساسي للغرائز والنزوات المسيرة لأعماق الفرد ، فبقدر ما يعجب الفرد به ويشعر بالأمان قربة بقدر ما يخشاه أحياناً ، وفي اغلب الأحيان يتزوج الشعور بالحب والكراهية معاً وهذا ما يميز مرحلة من المراحل الهامة في نموه ، المرحلة الأوديبية ، بفقدان الأب يفقد الفرد ذلك المرشد والمروض الذي يساعده على حل صراعه الأوديبية وتحقيق أهم خطوة في مسيرة تحقيقه لهويته الشخصية ، ( الزبيدي ، 2008 ، ص 5 ) ويستطيع الطفل إذ عزّ عليه إيجاد هذه الصفة في أبيه ( إما لأنه ميت أو لأنه ليس الأب المرغوب فيه ) مدّ خياله بحثاً عن

أنموذج أبوي ليسد هذا النقص ، فيجده غالباً في أستاذ المدرسة أو في صديق العائلة أو في أحد أبطال كتب التاريخ ، لكن الشيء الذي يستحيل عليه تحقيقه بفضل هذا الخيال هو الشعور بالأمن والطمأنينة (نصار، 1993، ص21) . إذ إن علاقة الفرد بوالديه وموقفهم تجاهه يؤثر كثيراً في نضجه النفسي ، فالعطف والتقبيل والمداعبة والمحبة يهيئ الطفل الى الشعور بالأمان والطمأنينة ، والى نضج شخصيته بصورة طبيعية ، فالحنان يمنح الحياة وينشطها سواء لمن يمنح الحنان أو يتقبله . ( الدباغ ، 1997، ص 306 )

كما إن العلاقات الحميمة بين الأم والفرد يمكن أن تؤثر تأثيراً كبيراً في شخصية الفرد من جراء علاقته بأمه عبر أساليبها التربوية ، وقد يكون سلوك الأم متسماً بالإسراف في التدليل أو القسوة أو الحرمان أو كثرة استعمال الألفاظ النابية ، فهذا ما يجعل الفرد يجنح الى السلوك العدوانى بتأثير الأم وما يصدر عنها من أنماط سلوكية ( Medinnecs. 1976 .p :144).

إن للحرمان من العطف العائلي آثاره الحادة على نمو الفرد السليم ، حيث يصبح الفرد ساخطاً على العالم ، وبصعب عليه أن يوافق بين حاجاته ومتطلبات المجتمع ، لأن إحساسه بالحرمان يجعله غير مهتم بأحد حيث يتولد لديه إحساس بالضياح النفسي والاجتماعي ( الزبيدي ، 2008 ، ص 6 ) . وقد تخطى الأسرة في اختيار الأسلوب المناسب لتربية أفرادها ، إلا إن هذا الخطأ على إضراره ، إلا انه اقل ضرراً من أن يترك أمر هذه التربية الى مؤثرات أخرى خارج نطاق الأسرة ، خصوصاً وان مجتمعاتنا اليوم تعاني من مظاهر تخلي العائلة عن مهماتها الأساسية في تربية الفرد في الوقت الذي لا يتوفر أي بديل صالح ، إن كان هناك مثل هذه البديل للقيام بهذه المهام ( كمال ، 1983، ص 619).

أن الفرد الذي يأتي من أسرة متصدعة قد يكون غير مرغوب فيه ، ولا يجد الحب والحنان من والديه ، وربما يكون قد وُضع في إحدى المؤسسات ، أو أنه يعاني من السببين معاً. ( الصالحي ، 2005 ، ص 4 ) والفرد الذي لم ينل حب والديه وعطفهما يتصف بسلوك غير سوي وليس لديه أي علاقة عطف أو حب بأحد ، وقد يستطيع أن يعيش وينمو وينضج جسمانياً ، ولكن سلوكه يبقى غير ناضج ، ومثل هذا الفرد يصبح أنانياً ، فهو يستطيع أن يأخذ ولكنه غير قادر أن يعطي ، أي بمعنى آخر ليس لديه علاقة عاطفية مع غيره (عويس ، 1986، ص17).

وعلى هذا الأساس فالحرمان من عطف الأبوين يعطينا مؤشراً إلى إن الفرد سيتعرض إلى الحرمان من الخبرة الاجتماعية أو حدوث نقص فيها ، لأن أساس الصحة النفسية قائم على ما تمنحه الأسرة من إشباع حاجات الفرد من حب وعطف وحماية ، وان الارتباط النفسي المتكون نتيجة علاقة الفرد بوالديه بصورة حميمة ودائمة هي الأساس في إشباع حاجاته النفسية ، لكن إذا ما نشأ الفرد في ظروف يتعرض فيها إلى الحرمان من أحد الوالدين أو كليهما فلا بد أن تتشكل شخصيته على نحو يعكس الأثر الذي يسببه ذلك الغياب ونوع الحرمان .  
( الدباغ، 1997، ص 309 ) .

لقد درس عدد من الباحثين خاصية الارتباط النفسي عند الأفراد ومدى علاقة بيئتهم العائلية بها ، ومنهم ( Province, Emerson , Ainsworth, Spitz, Schaffer, Bowlby ) ليجدوا إن الروابط العائلية السليمة دعمت صفات اجتماعية صحيحة عند الأفراد ، بينما كانت نتائج الحرمان من هذا الارتباط اضطراب الأفراد النفسي وعدم قدرتهم على التعايش الاجتماعي السليم بعد الطفولة . ( رشيد، 1995، ص 17 ) . وان الكثير من سمات شخصية الفرد وثباتها تتوقف إلى حد كبير على طبيعة هذا الارتباط والذي يخبره من أفراد عائلته ( توم، 1979، ص 10).

وتؤكد دراسة (Bowlby) التي أجراها عن اثر الظروف الأسرية ونوع العلاقات العاطفية بين الآباء والأمهات وبين أبنائهم واثـر الخبرات السيئة والنواحي الدراسية في تشكيل شخصية هؤلاء الأفراد على إن الأفراد جوعى إلى شيء آخر غير الخبز ، فهم جوعى إلى الحب والحنان الوالدي وإلى الدفء العاطفي ، فهم أفراد لم يتوفر لهم الحنان أو إنهم لم يعيشوا بصورة طبيعية ، أو لم تشبع كل أو بعض حاجاتهم النفسية كالحاجة إلى الاستجابة العاطفية ، وحاجة القبول والتقدير والمكانة ، والحاجة إلى المغايرة واكتساب الخبرات الجديدة وإلى الانتماء والصداقة وتحمل المسؤولية ، وان افتقار الشخص إلى المحبة يؤدي به أولاً إلى الشعور بالكراهية ، وثانياً إلى السلوك المضاد للمجتمع ، فيحاول أن يرد ما يشعر به من حرمان وما نزل به من المتاعب والآلام بأن يعمل على إيـلام الآخرين والاعتداء عليهم ( الرواحي، 1982، ص 44) .

هذا يعني إن للحرمان العاطفي أخطاراً متشعبة للفرد سواء كان في عائلته ، أو مدرسته ، أو مع أصدقائه ، إن هذا الأمر يدعونا للكشف عن المحددات المهمة للشخصية المتمثلة بالحاجة إلى المحبة والحنان والتي تشكل الجانب العاطفي والانفعالي فيها ، والعمل على ضرورة إشباعها

بوصفها من الحاجات النفسية التي تشكل السلوك الإنساني والتي يؤدي فقدانها كما أشار ( ماسلو Maslow ) الى الإفراط في إشباع الحاجات البيولوجية ( الزيني 1969، ص 262) مما يسبب عدم قدرة الفرد على الصعود نحو تحقيق حاجة أعلى في السلم الهرمي للحاجات ، وهذا بدوره يؤدي الى الإصابة بالاضطراب الانفعالي وعدم الاستقرار العاطفي والقلق ( الزبيدي ، 2008 ، ص3) .

غير إن الحرمان من حب وحنان الوالدين لا يقتصر أثره على جانب واحد من جوانب الشخصية وإنما يتعداه ليشمل الشخصية ، فهو الذي يسبب عدم التوافق الاجتماعي والسلوك غير السوي وعدم إمكانية التفاعل مع البيئة ( الرحو ، 1995 ، ص 10 ) ولاسيما الإهمال للمتطلبات المادية والمعنوية وممارسة القوة الجسدية أو النفسية للفرد ، إذ ينمو في فراغ تربوي وحياة خالية من الحب والحنان والرعاية والتقدير ، ولا يحمل في ذهنه مثلاً أعلى يقتدي به ، ويصبح عاجزاً عن الوصول الى مستوى متكاملٍ من نمو الشخصية بما في ذلك تكوين الضمير الذي يحد من إمكانية تجاوزه على المثل الاجتماعية والأخلاقية في مجتمعه ( كمال ، 1983 ، ص356) .

ونتيجة للأوضاع التي مرّ بها المجتمع العراقي ، وما نتج عنها من آثار على البيئة العراقية بسبب الحروب والحصار والاحتلال والإرهاب ، ترى الباحثة أن الأسرة قد تخلت عن كثير من وظائفها لصالح مؤسسات تربوية واجتماعية واقتصادية وقانونية ، إلا أنها على الرغم من ذلك لازالت تؤثر وتتأثر بهذه المؤسسات ، فهي إن نجحت في إداء رسالتها فإنها ستؤثر بدرجة كبيرة على إداء هذه النظم التي تشكل المكمل لدور الأسرة في تنشئة الفرد وبلورة شخصيته والتأثير في سلوكه ، ومن هذه المؤسسات التربوية ، هي المدرسة .

فالمدرسة هي الأداة التي تعمل مع الأسرة على تربية الطلبة وتنشئتهم التنشئة الاجتماعية ، وهي إحد عوامل التربية المقصودة الناجحة نظراً لما تحويه من لوائح وقوانين ونظم ، وما تخصصه من مربين لهم خبراتهم ومعرفتهم بطبيعة الفرد ، وبما تحويه من وسط مناسب وأدوات ومعلومات وجو يستثير نشاطه ويرغبه في زيادة التعلق ويحبيه بالمدرسة والبقاء فيها ، حيث تجد الطالبة زميلاتها من الطالبات اللواتي تألفهن وتشاركهن ألعابهن وأغانيهن وأناشيدهن وتتعلم منهن وتشعر بعضويتها معهن ( ربيع ، 2008 ، ص 127) .

وتعرف المدرسة بأنها " مؤسسة اجتماعية وتنظيم اجتماعي تؤثر في المجتمع وتتأثر به " . ( العرفي ،1993، ص 66) . كما تعرف بأنها " مؤسسة اجتماعية تسهم مع غيرها من المؤسسات في تربية الإنسان ، أي مساعدته على النمو في جميع جوانب شخصيته الجسمية والعقلية والروحية والاجتماعية الى أقصى درجة ممكنة من النمو ، وفقا لقدراته واستعداداته وميوله واتجاهاته ، مع توجيه هذا النمو وجهة اجتماعية " ( أبو فروة ،1992، ص82).

ولكي تتحقق أهداف المدرسة كان لابد أن يأخذ الإرشاد دوره في عملية بناء شخصية الفرد وتربيته السليمة التي تضمن له شخصية سوية ، فالإرشاد هو " عملية مساعدة الفرد في رسم الخطط التربوية التي تتلاءم مع قدرته وميوله وأهدافه في اختيار المناهج الدراسية والمواد الدراسية التي تساعده في اكتساب الإمكانيات التربوية وتساعدته في النجاح وتشخيص المشكلات التربوية وعلاجها فيما يحقق توافقه التربوي بصفة عامة " . ( زهران ، 1977 ، ص440) . إذ يهتم الإرشاد بمشكلات الطلاب الأسوياء الذين يطلبون المساعدة أو يكونون في حاجة إليها لمعالجة تلك المشكلات وحلها قبل أن تتفاقم وتتحول تدريجياً الى مشكلات اعقد ، فقد تؤثر على جوانب مختلفة من شخصياتهم. ( الحياتي ، 1989 ، ص 76) .

وقد ظهر الإرشاد في بداية القرن الماضي بكونه علماً وخدمة منظمة رسمية ومهنية لها مكانتها، وأصبح الاهتمام به كبيراً نتيجة للتطور الذي حدث في مناحي الحياة (عيسوي ،1990، ص23) ويشير ( shertzer ) الى أن هناك أسساً ، ومفاهيم ، وفلسفات جديدة تسعى الى تحقيق أهداف جديدة منها تنمية التوافق النفسي والاجتماعي الذي هو في الوقت نفسه هدفاً للإرشاد ( الخطيب ،2003، ص13) .

وتتبع أهمية الإرشاد في المدرسة من طبيعة الحياة المعاصرة المعقدة والمتشابكة جراء تراكم المعرفة العلمية وانعكاساتها المتنوعة في مختلف الميادين والتي أفرزت الكثير من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية التي انعكست بدورها على أفراد المجتمع بمختلف الفئات العمرية ومجالات حياتهم ومنها مجال التربية والتعليم (الاسدي ، 2003 ، ص 26 ) ، فضلاً عن ذلك يهدف الإرشاد التربوي الى تحقيق التوافق النفسي ، حيث ان كل قدرات الطالب لا يمكن أن تستغل الاستغلال الأمثل إلا من خلال الراحة النفسية التي يكون للمرشد التربوي دور في إنمائها وتحقيقها ، كما يهدف الإرشاد الى تحقيق التوافق الأكاديمي ، فهو يساعد الطالب على تحقيق

النجاح التربوي من خلال الاختيار السليم الذي يؤدي الى الاستمرار في الدراسة ووضع أهداف مستقبلية تتسجم وقدراته وتكون منطقية ومقبولة ، وأخيراً يعمل الإرشاد على حل المشكلات من خلال مساعدة الطالب على تخطي مشكلاته بأسلوب سليم ومنظم يستطيع من خلاله أن يتعلم كيف يتغلب على مشكلات مستقبلية من خلال تعميم التعلم في حل المشكلات ( الاسدي ، 2003 ، ص 28 ) .

ولما كانت أهداف الإرشاد في المؤسسات التربوية على هذه الدرجة من الأهمية ، كان لابد للمعنيين بالعملية التربوية من الاهتمام بالبرامج الإرشادية التي تسعى الى تحقيق هذه الأهداف ، فالبرنامج الإرشادي " هو مجموعة من الأنشطة المنظمة التي تتضمن خدمة مخططة تهدف إلى تقديم المساعدة المتكاملة للفرد حتى يستطيع حل المشكلات التي يقابلها في حياته أو التوافق معها " ( زهران ، 1990 ، ص 93 ) .

وللبرنامج الإرشادي المدرسي أهمية تتجلى في كونه يقدم المساعدة للمرشد والمسترشد والمدرسة ، فهو يساعد المرشد على معرفة وتشخيص مشكلات المسترشدين النفسية والسلوكية ومعالجتها ، كما يتيح للمسترشد التعرف على احتياجاته وتشخيص مشكلاته ، وبكسبه المهارات اللازمة لحلها أو التوافق معها ، ويوفر للمدرسة والقائمين عليها حلاً موضوعية تسهم في رفع نسب النجاح والتغلب على المشكلات والصعوبات التي تعيق العملية التربوية ، ويوفر المناخ المدرسي الصحي أمام المسترشدين مما ينعكس على حبهم للمدرسة وتحقيق النجاح ( الفحل ، 2007 ، ص 277 ) .

ولكي يحقق البرنامج الإرشادي الأهداف التي وضع من أجلها ، ونتيجة لاختلاف وتنوع المشكلات التي يسعى الى حلها ، كان لابد من الاستعانة بالأساليب الإرشادية التي تيسر عمل المرشد وتساعد في تحقيق أهدافه . والأسلوب الإرشادي هو (( مجموعة من الفنيات والتقنيات التي يستخدمها المرشد لمساعدة المسترشد في التخلص من الاضطرابات التي يعاني منها والمرتبطة بمشكلة ما في حياته )) ( زهران ، 1977 ، ص 447 ) .

ويلعب الأسلوب الإرشادي الذي يستخدمه المرشد التربوي دوراً مهماً في صياغة وبلورة استنتاجات وحلول ناجحة للمشاكل التي اعد من أجلها البرنامج الإرشادي ، وتتميز الأساليب الإرشادية بتنوعها وتعددتها طبقاً لتعدد النظريات الإرشادية ، فهي تقوم على منهج واضح ،

وتختلف وفقا للاختلافات الموجودة لدى الأفراد سواء في الشخصية ، أو الميول والاتجاهات والقدرات المختلفة ، فمثلا يرتبط أسلوب الإرشاد باللعب بنظريات اللعب ، ونجد أيضا من الأساليب ما يوفق بين نظريتين أو أن تجتمع عدة نظريات في أسلوب واحد ( زهران ، 1977، 478 ) .

ويعد الإرشاد بأسلوب اللعب واحدا من الأساليب الإرشادية التي تهتم بمعالجة الاضطرابات السلوكية للفرد كونه يوفر فرصة التشخيص والمعالجة الفاعلة في آن واحد ، ويعرف اللعب بأنه:- (( نشاط سلوكي هام يقوم بدور رئيسي في تكوين شخصية الفرد ، وتأكيد تراث الجماعة أحيانا ، وهو ظاهرة سلوكية في الكائنات الحية وتتميز بها الفقريات العليا ، والإنسان على وجه الخصوص )) ( فرج ، 2005، ص14 ) .

وللإرشاد بأسلوب اللعب مميزات مهمة في تشخيص المشاكل وعلاجها ، حيث يستند الإرشاد باللعب الى أسس نفسية تستخدم أساليب تتفق مع مرحلة النمو التي يميز بها المسترشد وتتناسبها ويفيد في تعليم المسترشد تشخيص مشكلاته وعلاج اضطرابه السلوكي ، فهو يقوم على أسس نفسية لها أصولها في ميادين علم النفس العام وعلم نفس النمو وعلم النفس العلاجي. ويمكن دراسة سلوك الفرد عن طريق ملاحظته أثناء اللعب بهدف تشخيص مشكلاته ، وعلاجها ، من خلال لجوء المرشد الى استخدام اللعب كطريقة هامة لضبط وتوجيه وتصحيح سلوك الفرد ، ودعم نموه الجنسي والعقلي والاجتماعي والانفعالي المتكامل والمتوازن ، فهو يقويه جسديا ويزوده بمعلومات عامه ومعايير اجتماعية ويضبط انفعالاته ( بو ناصر ، 2008، ص2) وهذا يتفق مع دراسة ( السيد ، 1991 ) .

وللإرشاد باللعب فوائد عديدة فهو يساعد المسترشد على الاستبصار بطريقه تناسب عمره ، ويعد مجالا سمحا وواسعا يتيح فرصة التنفيس الانفعالي وتخفيض التوتر الانفعالي للمشاكل والاضطرابات السلوكية التي يعاني منها المسترشد ، كما أنه يوفر للمرشد أمكانية تشخيص وعلاج الاضطرابات السلوكية بذات الأسلوب ( بو ناصر ، 2008، ص3) .

وللعيب دور مهم في مراحل الفرد العمرية المختلفة ، فالمرحلة العمرية المحددة ما بين (12 - 18) عاماً من المراحل المهمة في حياة الإنسان ، فهي تتميز بتغيرات مختلفة (بيولوجية ، نفسية ، اجتماعية ) ( القاضي ، 1981، ص25) . وهي مرحلة صراع نفسي يمر بها الفرد ،

ولكي يجتازها بسلام ويتمكن من تلبية مطالبها ، فهو يحتاج الى الشعور بالأمان من خلال تقبله من الأفراد المحيطين به وان يشعر بأنه فرد مرغوب فيه . ( السلطاني ، 1988 ، ص 12).

واللعب يوفر الفرصة المثالية للطالبة للتنفيس عن اضطراباتها السلوكية والشعور بالأمان من خلال انصهارها وتكيفها مع المجموعة التي تشاركها اللعب ، وتشعر معهن بالأمان والاطمئنان النفسي ، وتشبع حاجاتها النفسية فتشعر بالأمان ، والاجتماعية فتشعر بأنها فرد مرغوب فيه ، وإشباع هذه الحاجات باللعب هي غاية الأسلوب الإرشادي الذي تبنته الباحثة .

أن أهمية البحث تتجلى في الجانبين النظري والتطبيقي :-

### الجانب النظري:

1. تعد الدراسة الحالية أول دراسة تجريبية محلية على حد علم الباحثة تهدف الى خفض مستوى الحرمان العاطفي بأسلوب اللعب .
2. ترفد المكتبة العراقية بدراسة حديثة تتعلق بالحرمان العاطفي .
3. أثارة أهتمام المرشحات التربويات بأهمية الدراسة عن الحرمان العاطفي وما له علاقة بنجاح الطالبة الأكاديمي وتوافقها النفسي والاجتماعي .

### الجانب التطبيقي :

1. تزويد المرشحات التربويات في المدارس الثانوية ببرنامج إرشادي قد يؤدي الى خفض الحرمان العاطفي لدى الطالبات .
2. تنبيه العاملين في وزارة التربية الى ضرورة تدريب المرشحات التربويات على الأساليب الإرشادية التي تهتم بالجوانب العملية التطبيقية في الإرشاد التربوي ، كالإرشاد باللعب .

هدف البحث وفرضياته :

يهدف البحث الحالي الى معرفة أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية من خلال التحقق من صحة الفرضيات الآتية :-

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق أسلوب اللعب وبعده عند تطبيق مقياس الحرمان العاطفي .
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي و البعدي عند تطبيق مقياس الحرمان العاطفي .
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي عند تطبيق مقياس الحرمان العاطفي .

#### حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطالبات المرحلة الثانوية لمدارس مركز مدينة بعقوبة - مركز محافظة ديالى - التابعة للمديرية العامة للتربية في محافظة ديالى - الدراسة النهارية - للعام الدراسي 2010 - 2011 .

#### تحديد المصطلحات :

فيما يأتي تعريف بالمصطلحات التي وردت في البحث الحالي :-

#### 1. الإرشاد :

أطلعت الباحثة على مجموعة من التعاريف التي تناولت مصطلح الإرشاد ومنها :-

• ( Jones,1966 ) :-

عملية يديرها شخص يمتلك المهارة والخبرة لشخص آخر بطرق مناسبة وضمن برنامج توجيهي بهدف مساعدة هذا الشخص (المسترشد) في تلبية احتياجاته ليتمكن من معرفة نفسه وتقبلها ليكون أكثر إدراكاً وواقعية في تحديد أهدافه ( Jones,1966,p,96 ).

• (جونز ، 1970)

"عملية إرشاد الفرد الى الطرق المختلفة التي يستطيع عن طريقها اكتشاف واستخدام إمكاناته وقدراته وتعليمه مما يمكنه من أن يعيش في أسعد حال ممكن بالنسبة لنفسه وللمجتمع الذي يعيش فيه . ( الجعفري ، 2003 ، ص33) .

• (تيلور ، 1971)

"عملية معاونة الفرد في فهم حاضره وأعداده لمستقبله بهدف وضعه في مكانه المناسب وللمجتمع ، ومعاونته في تحقيق التوافق الشخصي والتربوي والنفسي والمهني لتحقيق حياة سعيدة " ( الجعفري ، 2003 ، ص33) .

• (زهران ، 1977) :

" هو عملية مساعدة الفرد في رسم الخطط التربوية التي تتلاءم مع قدراته وميوله وأهدافه في اختيار المناهج المناسبة والمواد الدراسية التي تساعد في اكتشاف الإمكانيات التربوية وتساعد في النجاح وتشخيص المشكلات التربوية وعلاجها بما يحقق توافقه التربوي بصفة عامه". ( زهران ، 1977 ، ص97) .

• (الأميري، 2001):

" مجموعة من الأنشطة المخططة يسودها جو من الاحترام والتقدير تهدف الى مساعدة الطلاب في التعامل الفعال مع مشكلاتهم الأسرية والاجتماعية والاقتصادية والصحية والدراسية والعاطفية لغرض خفض الضغوط النفسية المرتبطة بها ( الأميري، 2001، ص125) .

• ( ملحم، 2007)

" مجموعة الخطوات المهنية التي يسلكها فريق العلاج النفسي في التعامل مع الحالة بهدف استبصار الفرد بنفسه وبمشكلاته وتنمية قدراته واستغلالها بما يمكنه من التوافق السوي مع ذاته ومع العالم الخارجي " . ( ملحم ، 2007 ، ص 51 ) .

#### • التعريف النظري للباحثة :-

تتبنى الباحثة تعريف ( Jones,1966 ) في هذا البحث لأنه ينسجم مع أهداف ومتطلبات البحث .

#### • وتعرفه الباحثة إجرائياً:

" استعمال أسلوب اللعب عن طريق إجراء التمارين الرياضية المعدة من قبل الباحثة والمدعم بالتعزيز اللفظي المباشر باستخدام كلمات مديح وثناء كوسيلة للتخفيف من مستوى الحرمان العاطفي ويقاس بالفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي " .

#### 2 . اللعب:

أطلعت الباحثة على مجموعة من التعريفات التي تناولت مصطلح اللعب ومنها :-

#### • روتر ( Rotter, 1954 )

" استخراج الطاقة النفسية المشحونة والمكبوتة حالياً من خلال استنكارها والمرور بها ثانية أو أدائها بادوار سايكودرامية أو ممارسة الألعاب الرياضية ، فيحدث نتيجة ذلك التعلم الجديد والمدعم بالتعزيز الايجابي من جانب المرشد .

#### • تيلور ( Tylore,1967 ) :

هو " أنفاس الحياة بالنسبة للطفل ، انه حياته ، وليس مجرد طريقة لتمضية الوقت وأشغال الذات ، فاللعب للطفل كما التربية والاستكشاف ، والتعبير عن الذات ، والترويح والعمل للكبار " ( بلقيس ومرعي ، 1982 ، ص 75 ) .

#### • شابلين ( Chaplin,1970 ) :-

" اللعب بمثابة الحياة للطفل ، أنه حياته وليس مجرد طريقة لتمضية الوقت وإشغال الذات ، اللعب للطفل كالتربية والاستكشاف والتعبير الذاتي والترويح والعمل للكبار" ( عبد المجيد ،2005، ص83) .

• إريكسون (Erickson)

" تعبير عن المظهر العقلي للقدرة البشرية ، وذلك لفهم خبرات الحياة ، إذ يمر الطفل في نموه بخبرات يصعب هضمها ، فيخلق في لعبه مواقف نموذجية يسيطر بواسطتها على الواقع بالتجريب والتخطيط " ( مردان ، 2004 ، ص112) .

• جيزل (Geezel) :

" هو حاجات داخلية ملحة تقود الطفل الى الحركة والنشاط ، فالاطفال لا يلعبون لأمر يفرض عليهم من الخارج ، وإنما يلعبون نتيجة حاجات ملحة ومؤثرة في داخلهم " ( مردان ،2004، ص120) .

• جيروس (Geroos) :

" أعداد الصغار لحياة الكبار، وتدريب لتنمية الوظائف الجسمية والعقلية والنفسية أو الاجتماعية، وما اللعب إلا طريقة الطبيعة في التربية " ( مردان ،2004، ص 120) .

• جود ( God ، 2005):

" نشاط موجه أو غير موجه يقوم به الأطفال من أجل تحقيق المتعة والتسلية ويستغله الكبار عادة ليساهم في تنمية سلوكهم وشخصياتهم ويمتاز بأبعاده المختلفة الفعلية والجسمية والوجدانية " ( فرج ، 2005، ص 7 ) .

• (ربيع ،2008)

" نشاط يعبر به الطفل عن حالته النفسية والفعالية ، أي عن رغباته وطموحاته وميوله ومستوى ذكائه ، وان هذا النشاط لا يكون بدون هدف بل يهدف من خلاله الطفل الى تأكيد ذاته وتفرغ انفعالاته ، وان هذا النشاط يتطور مع نمو الطفل وزيادة قدراته الفعلية والجسدية وحالته النفسية ، وهو يترك آثاره الواضحة على شخصية الطفل فيما بعد" ( ربيع ، 2008 ، ص40 ) .

#### • بياجيه :-

" عملية تمثل ( Assimilation ) تعمل على تحويل المعلومات الواردة لتلائم حاجات الفرد ، فاللعب والتقليد والمحاكاة جزء لا يتجزأ من عملية النماء العقلي والذكاء " ( عبد الهادي ، 2004 ، ص5 ) .

#### • التعريف النظري للباحثة :-

" نشاط يؤديه الفرد من أجل تحقيق المتعة والتسلية وتفرغ طاقة حركية وجسمية ونفسية ، ويساعد في تعليم وتدريب وتأهيل وتشخيص الفرد وفهمه وإدراكه لما حوله وتنمية شخصيته " .

#### • وتعرفه الباحثة أجرائياً:

" أسلوب إرشادي تستخدمه الباحثة في تجربتها ، وينفذ من خلال اشتراك الطالبات نوات الحرمان العاطفي العالي ، في برنامج التدريب الرياضي القائم على أساس الوحدات التدريبية التروبية والمصاحبة للإرشاد اللفظي المباشر ، والمدعم بالتعزيز اللفظي المباشر ، لاستخراج الطاقة النفسية المشحونة بالانفعالات ، وسعيًا لخفض الحرمان العاطفي لديهن " .

### 3. الحرمان العاطفي :

اطلعت الباحثة على مجموعة من تعاريف الحرمان العاطفي وأهمها :-

• فرويد (1937):

" فقدان الحب والعطف الأسري والإصابة بالاضطراب النفسي للأفراد حيث ينشأ أفراد عديموا العاطفة وغير قادرين على أظهر مشاعر الحياة تجاه الآخرين " (Johnson, 1974: 413) .

• (ماسلو، 1970)

" عدم إشباع الحاجات النفسية الأساسية للفرد من خلال فصله وحرمانه من كنف الأسرة وفقدان الأمن والحب والانتماء الى جماعة تحميه وترعاه مما يجعل منه شخصا قلقا غير متزن يعاني من "الاضطرابات النفسية " ( النوري ، 1998، ص16) .

• سكورد (1976) :

" اضطراب بسبب القلق والاتصال النفسي ما بين الفرد ووالديه والآخرين والإصابة بالاضطرابات النفسية" (Secord, 1976: 413) .

• روجرز (1980):

" تعرض الفرد لمشاعر الرفض والإحباط وفقدان الحب والعطف والاتصال الاجتماعي وفقدان الثقة والرعاية والشعور بالخوف وعدم الأمن النفسي وتكوين نظرة دونية تجاه ذاته" . (Paul, 1980: 2821)

• دولار وميلر (1988):

" ضعف الارتباط النفسي بين الفرد والوالدين والآخرين والنتائج عن عدم الإشباع العاطفي العلائقي مع الأفراد المهمين في حياة الفرد ( الأب ، الأم ) أو الأشخاص الآخرين مما يؤدي الى الشعور بالتهديد وعدم الامان وقلة الشعور بالطمأنينة القاعدية (صباح، 1988، ص32) .

• (جابر وكفافي ، 1992):

" نقص في كفاية الدفء والمودة والاهتمام خاصة من جانب ألام أو من يقوم مقامها أثناء سنوات الطفولة الأولى ، وهي حالة تحدث عند الانفصال عن الأم وحال تجاهل الطفل أو إساءة معاملته أو في حالة إيداع الطفل في مؤسسة لإيواء الأطفال الأيتام " (ربيع، 2008، ص45) .

• قاموس علم النفس Dictionary of psychology

" نقص في الخبرات الشخصية والبيئية الملائمة والمناسبة والتي تحدث عادة في سنوات النمو المبكرة " ( الصالحي ، 2005 ، ص10) .

• التعريف النظري للباحثة :

" فقدان الحب والرعاية الأبوية الذي تتعرض له الطالبة نتيجة لفقدان الأب أو لسوء العلاقة بين أفراد الأسرة ، مما قد يؤدي الى سوء التوافق النفسي والاجتماعي " .

• كما تعرف الباحثة الحرمان العاطفي تعريفاً إجرائياً بأنه:-

" الدرجة الكلية التي تحصل عليها كل طالبة من خلال إجابتها على فقرات مقياس الحرمان العاطفي " لـ ( الصالحي ، 2005 ) .

4. المرحلة الثانوية :

- تعريف ( وزارة التربية العراقية ، 1977 ) :-

" هي مرحلة تعليمية، تقدم فرصاً تعليمية متكافئة ومجانية وليست إلزامية لكلا الجنسين، وتكون على مرحلتين متتابعتين ( متوسطة وإعدادية ) مدة الدراسة في كل منها ثلاث سنوات، وتشمل التعليم بين مرحلتي التعليم الابتدائي والجامعي " .

( وزارة التربية ، نظام المدارس الثانوية رقم 2 لسنة 1977 ) .

أولاً :- إطار نظري :-

أ. أدبيات الإرشاد :-

### مفهوم الإرشاد

يعد الإرشاد بمختلف مجالاته أحد مهن المساعدة التي وجدت لخدمة الأفراد ، فهو أحد المجالات التطبيقية لعلم النفس الحديث تهدف الى تحقيق سعادة الإنسان ، وتطوره ، ويعرف الإرشاد بأنه " تلك العملية التي تساعدنا في الوصول الى أحسن الخيارات المناسبة " ( طاهر والجردي ، 1986 ، ص16) وهو قديم قدم العلاقات الإنسانية ، فمن طبيعة الإنسان أن يحكي مشكلاته الشخصية لأقاربه وأصدقائه فينتلقى منهم مشاركة وجدانية ، وتقديم حلول لهذه المشكلات ، فالإرشاد كان يمارس منذ القدم ولكن بدون المصطلح المستخدم الآن ( زهران ، 1982 ، ص41) ، وهناك العديد ممن اخذ يستخدم المساعدة ليعبر بها عن الإرشاد ، لكي يكون أعم وأشمل منه ( الاسدي ومروان ، 2003 ، ص 16 ) ، فالإرشاد بحسب رأي (Arthur) هو عملية تعلم تنفذ ببساطة في جو اجتماعي متصل بالمرونة (Arthur,1983,p.211) وان أكثر المجالات التي يعمل فيها الإرشاد هي المجال التربوي ، لذا يجب أن يراعى عند استخدامه في المؤسسات التربوية بشكل عام والمدارس بشكل خاص ما يأتي :

- 1- التقدم العلمي والتقني الحديث.
- 2- التطور الحاصل في التعلم وتعدد أساليبه وطرقه ومناهجه.
- 3- التركيز على استثارة اهتمام الطالب وجعله أكثر ايجابية في العملية التربوية والتعليمية .
- 4- التغيرات الحاصلة في المهن من حيث عددها ونوعها .
- 5- التغيرات الحاصلة في كيان الأسرة ( الزيايدي و محمد ، 2001 ، ص21) .

### أهداف الإرشاد

يهدف الإرشاد الى تحقيق مجموعة من الأهداف التربوية المهمة وهي :-

1. تحقيق التوافق النفسي : لدى كل فرد قدرات وإمكانيات ومواهب يشعر الفرد ، عندما يستطيع تحقيقها بالراحة ، والاطمئنان النفسي ، وان كل هذه القدرات لا يمكن

أن تستغل الاستغلال الأمثل إلا من خلال الراحة النفسية التي يكون للمرشد اثر في إنمائها وتحقيقها ( الحياي ، 1989 ، ص 37 ) .

**2. تحقيق الذات :** إن الهدف من عملية الإرشاد ، هو مساعدة الفرد في تحقيق ذاته والعمل معه بحسب حالته سواء كان عادياً ، متفوقاً ، ضعيف العقل ، ومساعدته على تحقيق ذاته الى درجة يستطيع منها ان ينظر الى نفسه فيرضى عما ينظر إليه ( الزياي ومحمد ، 2001 ، ص 37 ) .

**3. تحقيق الصحة النفسية :** إن الفرد يواجه كثيراً من المشكلات خلال حياته ، وهذه المشكلات تبعث في نفسه القلق ، فالإرشاد يرمي الى تبصير الفرد بالمشكلات التي يواجهه والإمكانات المتوفرة لديه لحلها وهذا يساعد على إيجاد الحل الملائم والتمتع بالصحة النفسية ( الدايري ، 1998 ، ص 46 ) .

**4. تحسين العملية التربوية :** إن اكبر المؤسسات التي يعمل فيها الإرشاد التربوي هي المدرسة ، ومن اكبر مجالاتها التربية ، فهي التي تقوم بنقل الثقافة المتطورة ، وتوفير الظروف المناسبة للنمو الجسمي ، والعقلي ، والانفعالي ، وهي أيضا مسؤولة عن النمو النفسي السنوي والتنشئة الاجتماعية السليمة ( الزبون ، 1996 ، ص 36 ) .

### أساليب الإرشاد النفسي والتربوي

هناك أساليب للإرشاد تستخدم برامج عملية لتطبيق النظريات الإرشادية ومنها :-

#### **1. الإرشاد المباشر**

هو الإرشاد الموجه والمركز حول المسترشد ، وفيه يقوم المرشد بدور ايجابي ونشط في توجيه المسترشد نحو السلوك الايجابي المخطط له ، مما يؤدي الى التأثير المباشر في تغير الشخصية والسلوك ( زهران ، 1982 ، ص 311 ) ، إن هذا النوع من الإرشاد هو اتجاه تعليمي لكون المرشد يساعد المسترشدين لتعليمهم كيفية حل مشكلاتهم من خلال مراجعة أنفسهم بنظرة فاحصة لتحديد نقاط الضعف في شخصياتهم والعمل على التخلص منها ( التميمي ، 1997 ، ص 44 ) .

## أسس الإرشاد المباشر

- 1- إن العلاقة بين المرشد والمسترشد تتسم بالتقبل والفهم .
- 2- التخطيط له ببرنامج إرشادي محدد الأهداف .
- 3- تنفيذ خطة البرنامج الإرشادي .
- 4- الاتصال بالأشخاص ذوي التأثير على المسترشد . ( أبو عيطة، 1997، ص 85 ) .

## خطوات الإرشاد المباشر

إن الإرشاد المباشر يهتم بمشكلات محددة إذ يتبع المرشد الخطوات الآتية في حلها وهي :

- 1- **التحليل** : يشمل جمع المعلومات لتحديد جوانب المشكلة .
- 2- **التركيب والتنسيق** : يتضمن ترتيب وتنظيم المعلومات التي تم الحصول عليها من مصادر متعددة.
- 3- **التشخيص** : ويتعلق بالبحث عن الأسباب والعوامل المؤثرة في ظهور الأعراض وإزالتها لغرض تحديد المشكلة وخصائصها .
- 4- **التنبؤ بالنتائج** : يتمثل في دراسة المرشد لحالة المسترشد المستقبلية وما يمكن أن يكون عليه في ظل ظروف معينة .
- 5- **الإرشاد الفردي** : وهي الخطوات التي يتخذها المرشد لتعديل سلوك المسترشد .
- 6- **المتابعة** : متابعة تطور حالة المسترشد بعد الانتهاء من عملية الإرشاد وبعد مرور مدة من الزمن ( المعروف ، 1987، ص 196 ) .

## 2. الإرشاد غير المباشر

هو عبارة عن إقامة علاقة إرشادية وتهيئة جو نفسي يمكن المرشد من أن يحقق أفضل نمو وهو ما يسمى الإرشاد المتمركز حول المسترشد ( Roger ,1967,p:12 ) ، إن هذا النوع من الإرشاد يرتبط بنظرية الذات ، التي تؤكد إن المهمة الأساسية تقع على عاتق المسترشد ، ويتعامل هذا الأسلوب مع الجانب الانفعالي للفرد ، ويستطيع الفرد بذاته أن يصل الى حل للمشكلة ودور المرشد هو المساعد له والموجه ، وان وظيفته الأساسية هي مشاركة وجدانية ، لا يعطي المرشد حلاً جاهزاً لأنه يشعر إن المسترشد له القدرة على الوصول الى الحل السليم

، فوظيفة الإرشاد هو تهيئة الجو النفسي الملائم في الجلسات الإرشادية ( دونالد ،1962، ص138) وقد أكد روجرز في دراسة أجريت على مسترشدي الفصام على مدار خمس سنوات متتالية أن المسترشدين اقبلوا على الأسلوب غير المباشر بصورة أكثر ايجابية من أي أسلوب آخر ، وذلك لان هذا الأسلوب يقوي العلاقات الإنسانية فيما بينهم ( أبو عيطة ،1997، ص139) .  
إن أهم ما يميز هذا النوع هو :

- 1- أن المسترشد يأتي بشكل طوعي طالبا المساعدة من المرشد .
- 2- أن العلاقة بين المرشد والمسترشد تتحدد في ضوء فهم المسترشد لمشكلته .
- 3- يكون المرشد المرآة التي تعكس الصورة الحقيقية للمسترشد ليرى انفعالاته بشكل واضح.
- 4- يهيئ المرشد للمسترشدين فرصة الاختيار وذلك لتنمية الثقة بالنفس لديهم (الإمام ، 1991 ، ص 79).
- 5- لا ينزعج المرشد من المسترشد ولا بد أن يشعر بتحمل المسؤولية عن مشكلاته بنفسه . (جلال ، 1962 ، ص 331) .

### طرائق الإرشاد النفسي والتربوي

إن التنوع في طرق الإرشاد مرده إن الناس يختلفون في نوع المشكلات التي يعانون منها وحدتها ، وقد تابع علماء النفس والمتخصصين بالإرشاد أهم الطرق الحديثة المستخدمة في الإرشاد النفسي ، ومن هذه الطرق :-

#### أ. الإرشاد الفردي

هو علاقة شخصية تتم وجها لوجه بين المرشد والمسترشد فيقوم المرشد بحكم كفاءته وخبرته وتدريبه بتقديم المشورة والمساعدة الى المسترشد لكي يفهم ذاته ويكون قادراً على توظيف إمكانياته وقدرته بطريقة مرضية لنفسه ومجتمعه وقدرته على حل مشكلاته وتحقيق حاجاته ( Tolbert ,1980 :3) إن هذا النوع من الإرشاد يقدم الى مسترشد واحد وجها لوجه في مكان خاص إذ يعمل المرشد على تبادل المعلومات وإثارة الدافعية لدى المسترشد وتفسير المشكلات ووضع خطط العمل لها ( Clanze ,1984 :12) يشترط أن يسود جو المقابلة الثقة المتبادلة له ، ويكون من حق المسترشد التعبير عن جميع مشاعره من دون تردد أو خوف من النقد ( Omer ,1981 :12) .

**ب. الإرشاد الجمعي :-**

هو إرشاد عدد من المسترشدين الذين تتشابه مشكلاتهم في جماعات صغيرة ويتعامل الإرشاد الجمعي مع مشكلات التكيف والتوافق اليومية ( الدوسري ، 1985 ، ص 264 ) وللإرشاد الجمعي فائدة مزدوجة فهو اقتصادي لأن عن طريقه يتم إرشاد عدة مسترشدين في وقت واحد ويكون ذا أهمية اجتماعية كبيرة وهو في حد ذاته أكثر فعالية فيما يخص قسم من المشكلات ( روتر ، 1984، ص167) ، ومن تلك المشكلات التي كان للإرشاد الجمعي أثر في التخفيف من حدتها هي مشكلة التوتر الانفعالي ( الطائي ، 2001، ص86) .

ويقوم الإرشاد الجمعي على مجموعة من الأسس النفسية الاجتماعية أهمها:

1. الأخذ بنظر الاعتبار إشباع حاجات الفرد الثانوية كونه كائنا اجتماعيا ، لذا ينبغي أن تشبع في إطار اجتماعي .
2. أهمية المعايير الاجتماعية في تحديد سلوك الفرد.
3. عد العزلة من أسباب المشكلات والاضطرابات النفسية .
4. تعتمد الحياة في الوقت الحاضر على العمل في جماعات ، مما يتطلب أساليب اجتماعية ، واكتساب مهارات تعامل مع الجماعة ( زهران ، 1981، ص 347 ) .

**فوائد الإرشاد الجمعي**

1. يناسب الأعمار والمراحل الدراسية كافة .
2. يساعد في تنمية مهارات التفاعل الاجتماعي من خلال المؤازرة التي يقدمها أعضاء الجماعة بعضهم مع بعض .(سليمان ، 2000، ص 47) .
3. يقلل من حدة تمركز المسترشد حول ذاته .
4. الاقتصاد في نفقات الإرشاد ، وتوفير الوقت والجهد .
5. تتيح فرصه حقيقية لممارسة المهارات ، وتحسينها ( جودة ، 2004 ، ص69).

**أهداف الإرشاد الجمعي**

1. تحقيق التوافق الاجتماعي ، والتشخيص من خلال الجماعة وسيلة علاجية .
2. مساعدة الفرد في فهم ذاته .
3. اكتساب مهارات حل المشكلات ، واتخاذ القرارات .
4. تحقيق التوافق مع الذات .
5. تنمية الحس الفردي إزاء تقدير حاجات الآخرين ( الرواجفة ، 2004 ، ص 43) .

### مناهج الإرشاد النفسي والتربوي

هناك ثلاثة مناهج لتحقيق أهداف التوجيه والإرشاد :

#### 1. المنهج الإنمائي

يطلق عليه المنهج الإنشائي أو التكويني ويتضمن الإجراءات التي تؤدي الى النمو السوي للأشخاص العاديين وصولاً الى أعلى مستوى من النضج والصحة النفسية ( زهران ، 1982 ، ص 37 ) عن طريق مفهوم موجب للذات ، وتحديد أهداف سليمة للحياة وتوجيه الدوافع للوصول الى النمو السليم المتوازن لدى الفرد .

#### 2. المنهج الوقائي

وهو المنهج الذي يهتم بالأسوياء قبل اهتمامه بالمرضى ليقبهم من حدوث المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية ، وللمنهج الوقائي ثلاثة مستويات :-

أ . **الوقاية الأولية** : وهي محاولة منع حدوث المشكلة أو الاضطراب أو المرض بإزالة مسبباته .

ب. **الوقاية الثانوية** : وهي محاولة الكشف المبكر ، وتشخيص الاضطرابات في مراحلها الأولى بقدر الإمكان والسيطرة عليها ومنع ظهورها .

ج . **الوقاية من الدرجة الثالثة** : وهي محاولة تقليل اثر انتشار الاضطراب أو منع أزمات المرض ( الزيايدي ومحمد، 2001، ص 25 ) ويمكن تحقيق الوقاية الإرشادية من خلال المنهج الوقائي بمساعدة الفرد على تقبل ما هو متعارف عليه بين الجماعات التي يعيش معها ( أبو عيطة ، 1997 ، ص 55) .

### 3. المنهج العلاجي

وهو المنهج الذي يتضمن علاج المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية وصولاً الى حالة التوافق ، والصحة النفسية وذلك لأن هناك كثيراً من المشاكل يصعب التنبؤ بها مما يؤدي الى حدوثها ، ويهتم هذا المنهج بنظريات الاضطرابات النفسية ، ومسبباتها وطرق علاجها فضلاً عن توفير المرشدين والمعالجين والمراكز والعيادات النفسية المتخصصة .

( الزيايدي ومحمد ، 2001 ، ص25 ) .

#### ب - أدبيات اللعب

##### مفهوم اللعب:

يعتبر علماء الاجتماع والانثروبولوجيا أن الإعداد الثقافي والاجتماعي للفرد يحدث من خلال اللعب ، فمنه يتعلم الكثير عن نفسه وعن العالم المحيط به ، فاللعب يصغر هذا العالم الى أجزاء تكون طوع أمره ، فالفرد يولد ولديه غرائز وميول موروثة تدفعه لسلوك معين ، والحركة هي أشد ميول الفرد فطرياً ، وأبقاها في مراحل نموه ، فهي التي تدفع الفرد لاكتشاف بيئته ومعرفة كل ما يدور حولها ( القدومي ، 2007 ، ص2) .

ويعد اللعب مدخلاً وظيفياً لعالم الفرد ويؤثر في تكوين شخصيته ، فمن خلاله يمكن أن يتعلم كثيراً من جوانب الحياة الاجتماعية ، فاللعب يمنح الفرد مواقف حياتية تتيح له الفرصة ليتعلم النموذج الأمثل في تكوين العلاقات المتبادلة كالمشاركة والتعاون (مصلح ، 1990، ص66).  
واللعب يساعد على بناء شخصية سوية ، عن طريق مشاركة الفرد الفاعلة في النشاطات التلقائية الحرة وبصورة ممتعة ومهمة ، فاللعب يشجع على تنمية لغة الحوار والمحادثة ويدعم مهارات ما قبل القراءة كالتطبيق والتمييز البصري ، ويشجع على تنمية التعاون والمشاركة بين الأفراد (خطاب وعرفات ، 1993) . ويرى ( كروس Gross ) أن اللعب بالنسبة للأفراد هو عملية غريزية لاكتساب أنماط من السلوك ترتبط بالمواقف التي تواجهه في مراحل فعلية من العمر ( الجراح ومحمد ، 1989، ص80) .

وتعرف (سوزان ميلر) اللعب على أنه عمل الفرد ، وهو الوسيلة التي ينمو بها ، ويرتقي بواسطتها ، كما اعتبرت نشاط اللعب رمزاً للصحة العقلية ( اللبابيدي والخليلة ، 1990، ص55) وترى(هلدبراند) أن اللعب يعطي للأفراد فرصة لتعلم مفاهيم جديدة (عبد الهادي،1991،ص 72). ويرى (سلاد) أن الفرد يقوم بتكوين علاقات أبداعية تنمو من خلال اللعب ابتداءً من سن السادسة من عمره ، حيث يتجه نحو تكوين إيقاعات العمل (عبد المجيد ، 2005 ، ص210). ويعرف جانبيه اللعب بأنه شكل من أشكال النشاط الذي يمكن تقويته عندما ينشد اللاعب نجاحاً سهلاً ( ملحم ، 2007، ص 299).

ويعد اللعب من وجهة نظر (صوالحة ) بأنه نشاط حر موجه يمارسه الأفراد لغاية التسلية والمتعة ، ويستثمره الكبار عادةً كي يسهم في إنماء شخصيات أطفالهم بأبعادهم العقلية والجسدية والانفعالية والاجتماعية ، ويشكل بالنسبة للطفل مسألة حيوية في غاية الأهمية حيث إن هنالك صلة وثيقة بين عملية نمو الطفل وبين اللعب . ( ربيع ، 2008 ، ص11).

كما أن التعلم عن طريق الاستماع فقط لا يجدي بنفس الدرجة مثل التعلم بالعمل وان الفرد يميل الى اللعب حيث يتيح له الفرصة ليعبر خارجياً عن نزعاته وميوله الداخلية . ( القدومي ، 2007 ، ص4) ، وتؤكد (عبد الكريم ، 1995) أن توفر الألعاب الحركية في بيئة مناسبة تحقق للأفراد مجموعة من الأهداف ، ففي المجال النفسي الحركي سيتم تنمية العضلات من خلال نشاط عضلي قوي ، كما تنمي لدى الأفراد القدرة على الجري والمحاورة والتوقف المنضبط ، ويتعلم الأفراد إدارة الجسم أثناء ضغوط المنافسة ، وفي المجال المعرفي يكتسب الأفراد التيقظ الذهني وهم يستجيبون إستراتيجياً لمواقف الألعاب ، كما يتعلم الأفراد تفهم القوانين وتتابعها ، وينمون القدرة على تطبيق هذه المعلومات تلقائياً أثناء اللعب ، أما في المجال الانفعالي فيتعلم الأفراد اللعب مع الآخرين بأسلوب اجتماعي صحيح ، ويفهم الأفراد الحاجة الى اللعب النظيف وأظهار الروح الرياضية ( القدومي ، 2007 ، ص4) .

والإرشاد باللعب طريقة منظمة للحصول على التبصر والوعي بعالم الطفل ، وقد أهتم علماء الإرشاد النفسي باللعب باعتباره واحداً من أهم الأساليب التي يمكن من خلالها تحقيق النضج الاجتماعي والمساعدة في اكتشاف بيئة الفرد والتفاعل معها ، فهو من الناحية الجسمية أداة تساعد في نمو الجسم وتدريب أعضائه ، وأكسابها مهارات حركية ذات أهداف تربية ، كما تساعد في تطور الجانب الانفعالي للفرد وأتزانه وتخليصه من بعض حالات التوتر والقلق

والاضطرابات والنزعات العدوانية والكبت والحرمان وتبعده عن تمرّكه حول ذاته ( ملحم ، 2007 ، 297 ).

وتؤكد الدراسات النفسية الحديثة كدراسة ( بياجيه وباندورا ) على أهمية اللعب في حياة الأفراد ودوره في بناء شخصية الفرد وتكوين سلوكه ، حيث تركّز هذه الدراسة المستندة على نظرية باندورا في التعلم بالملاحظة أو الاقتداء ، على أن اللعب يزود الأفراد بطريقة أفضل للتفاعل مع البيئة أو التحكم بها ، كما أنه يعطيهم فرصاً أكبر للتفاعل مع الكبار الذين يمثلون اتجاهات مختلفة لديهم ( ملحم ، 2007 ، 299 ) .

وتحدث (أوزوبل) عن الألعاب على أنها تمثل نشاطاً جمعياً يكون فيه الفرد مشتركاً مع الآخرين لإنجاز بعض الأهداف العامة مؤكداً على أهمية استخدام الألعاب التنافسية في البيئة الصفية من أجل تحقيق المهام التربوية المتمثلة في كل من زيادة التفاعل مع المواد الأكاديمية والمهنية واستثارة دافع الطفل نحو التعلم وزيادة قدرته على الانجاز وحثه على استخدام أساليب التعلم طبقاً لخصائص الموقف التعليمي وصفاته ، وزيادة أدراكه ووعيه لجوانب التحصيل والانجاز مما يجعل سلوكه يتخذ شكلاً معيناً نتيجة التعزيز غير المباشر الذي توفره له تلك الألعاب (Ausubel & Robinson,1969,p:420) فهو يتفق بذلك مع وجهة نظر ( بياجيه ) الذي يعتبر اللعب أساس النمو العقلي للفرد ، فعن طريق اللعب يحاول الفرد اكتساب نماذج معينة عن الأشياء والأنماط البيئية في بنيته المعرفية.

ويرى ( بياجيه ) في اللعب تعبيراً عن تطور الفرد ومتطلباً أساسياً له مؤكداً أن اللعب يرتبط بمراحل النمو عند الفرد ، ولكل مرحلة نمائية أنماط لعب خاصة بها وهذه الأنماط تختلف من مجتمع الى آخر ومن فرد الى آخر ، ويمثل اللعب وسطاً بيئياً مناسباً يسهم في تطوير البنية المعرفية للفرد ، وعن طريق اللعب يتفاعل الفرد مع بيئته ويطور لغته وعلاقاته الاجتماعية ، فاللعب إذاً أداة معرفة يمكن أن ينظر إليه على أنه واقعي ، ووسيلة تعلم يقوم على ما لدى الطفل من إمكانيات وقدرات كما يعنى بكل ما في البيئة من عناصر (siegler,1984,p:157-155) .

وأوضحت دراسة (براندز وفيليب) (Brandes and Philips) أن للألعاب دوراً هاماً في تشجيع الاتصال والحوار مع الآخرين ، وبخاصة عند الأشخاص الغريباء والأشخاص الخجولين الذين يحتاجون الى التشجيع والتواصل مع الآخرين . (القدومي ، 2007 ، ص8) وتشير دراسة جونز (Johns) الى أن الألعاب والمحاكاة يمكن أن تسهم أسهاماً خاصاً في التربية لأنها تتصف بالعمل والأسلوب ، ولا تقتصر على تذكر الحقائق ولان الطلبة يشاركون في عملية التعلم برغبة

ونشاط وهمة عالية ، إذ يؤثر ذلك تأثيراً ايجابياً في كل من الطلبة والمعلمين ( القدومي ، 2007، ص8).

ويركز (برونر) (Bruner,1956,p:231) على أهمية تكوين المفاهيم لدى الفرد ، وتكمن أهميتها في أن أغلبية التبادلات الفكرية تتضمن التعامل مع فئات الأشياء أكثر من التعامل مع الأشياء أو الموجودات بمفردها . وشدد ( برونر ) على الخبرة الملموسة للمتعلم وممارسته ولعبه بالمواد التعليمية ، وقدم في ذلك ثلاث مراحل للتعلم باللعب تتمثل في التمثيل العملي ، والتمثيل الصوري ، والتمثيل الرمزي ، والتي تتبع من تفسير ( بياجيه ) لإستراتيجية نمو التفكير عند الفرد باللعب وتعامله مع المواد المحسوبة (خضر ، 1984، ص12).

ويرى علماء علم النفس التكويني أمثال ( جيزل - Geezel ) في اللعب تعبيراً عن نمو الفرد ومتطلباته، فكل نوع من أنواع اللعب يرتبط ارتباطاً وثيقاً بمتطلبات نمو الفرد هذه ، فقد أعتبر ( جيزل Geezel ) أن للعب حاجات داخلية ملحة تقود الفرد الى الحركة والنشاط ، وطالب بضرورة إعطاء الحرية للفرد في أن يلعب حسب رغبته دون أن يكره على ألعاب معينة تفرض عليه فرضاً ، وأعتبر أن الأفراد يظهرون أنفسهم بوضوح أكثر من خلال ألعابهم المشوقة ، وأنهم لا يلعبون لأمر يفرض عليهم من الخارج وإنما يلعبون نتيجة حاجات ملحة ومؤثرة في داخلهم (مردان ، 2004، ص 154).

أما دراسة هات (Hutt) التي نشرت في جامعة أكسفورد حول (الاستكشاف واللعب لدى الأفراد) فقد توصلت الى نتائج قيمة في تفسير ظاهرة اللعب وكيفية حدوثها وأثرها الفعال في قيادة الفرد الى البحث والاستكشاف ، حيث أكدت إن الفرد عندما يحاول أن يتعامل مع أية لعبة جديدة فإنه يحاول أن يستحضر في ذهنه السؤالين التاليين:-

1. ماذا يعمل هذا الشيء (أي اللعبة الجديدة)؟

أو ما هذا الشيء ؟ ثم يحاول الطفل الى الشعور الأكثر حيوية وفاعلية بالنسبة له فيسأل .

2. ماذا أستطيع أن أعمل مع هذا الشيء (اللعبة الجديدة) (مردان ، 2004، ص155).

وتؤكد دراسة (سكارف Scarf) أن اللعب يمتلك كل خصائص العملية التربوية الكاملة ، فهو يوفر التركيز لفترة كبيرة من الوقت ، وينمي المبادرة والمخيلة ، والاهتمام الشديد في خبرة عقلية هائلة ، وانكماش انفعالي كامل ، وما من نشاط آخر يدفع الى التكرار بطريقة عميقة وينمي الشخصية على نحو متميز مثل اللعب ، كما أنه ما من نشاط آخر يستدعي كل الجهد والطاقة

الكامين مثل الصيد ، فاللعب أكثر العمليات التربوية أكتمالاً ، لأنه يؤثر في عقل الفرد وأنفعالاته وجسده (القدومي ، 2007، ص17).

أما دراسة (أريكسون) فأوضحت أن اللعب وبخاصة في فترة الطفولة هو تعبير عن المظهر العقلي للقدرة البشرية ، وذلك لهضم خبرات الحياة ، إذ يمر الطفل في نموه بخبرات يصعب عليه هضمها فيخلق في لعبه مواقف نموذجية يسيطر بواسطتها على الواقع بالتجريب والتخطيط (مردان ، 2004، ص157).

وأخيراً توضح دراسة (تايلور - Taylor) بأن اللعب هو أنفاس الحياة بالنسبة للفرد ، أنه حياته ، وليس مجرد طريقة لتمضية الوقت وإشغال الذات ، فاللعب للطفل كما التربية والاستكشاف والتعبير عن الذات ، والترويح والعمل للكبار (بلكيس ومرعي ، 1982، ص75).

#### الأهمية التربوية والتنموية للعب:-

أولى المتخصصون في التربية وعلم النفس اهتماماً واضحاً باللعب لما يمثله من مكون أساسي من مكونات طرق التدريس المختلفة. فاللعب له من الأهمية التربوية ما يجعله من أهم الوسائل الفعالة في تربية وتنمية الفرد ، فمن خلاله يتم تحقيق إسهامات تربوية وتنموية للفرد كالنمو الحركي الاجتماعي والمعرفي والعقلي ، وتنمية شخصية الفرد وتطوير صحته وتنمية الإبداع والابتكار لديه ، كما أن مواجهة الفرد لبيئته تكون عن طريق اللعب ، فمن خلال تقليده باللعب لما يريده ويسمعه ويختبره ، إنما يكتسب المعرفة المتصلة بالواقع وينمي قدراته الفعلية والبدنية (عبد الحميد ، 2006 ، ص28).

كما يتيح له اللعب فرصاً لتكوين مشاعر ايجابية نحو الآخرين ونتائج تعليمية وتربوية لنشاطه ونمو ذاته ، و النشاط الحركي للفرد يعني الحياة ، إستكشاف الذات ، وإستكشاف البيئة المادية والاجتماعية المحيطة به ، كما يعني له الحرية و الأمان ، والاتصال ، والسرور والمرح ، والقبول الاجتماعي ( الحيلة، 2005، ص29).

كما إن اللعب يعمل على التعرف على التكوين النفسي والعقلي والثقافي لأن اللعب يتفاعل مع كل ما في بيئة الطفل من أشخاص وأشياء وأفعال وأفكار مما يؤدي الى تنمية مفاهيمه عنها ومن ثم يتعرف على ذاته من خلال المفاهيم المتطورة ، كما يتطور اللعب مثل بقية مظاهر النمو ، فهو في البداية يكون نشاطاً غير موجه أو هادف ، ثم يتطور الى خطة سلوكية يمكن أستغلالها لتنمية إمكانات الطفل وتطورها (القدومي ، 2007، ص15).

وترجع أهمية اللعب الى الحقائق الآتية:-

1. الميل الطبيعي الذي يدفع اللاعب ( الفرد ) لمزاولة اللعب .
2. أن الفرد يجد في اللعب فرصة للتعبير عن النفس وهذا يحقق له المرور والاستمتاع ويجلب ما يمكن تسميته بالسعادة .
3. الحاجات الأساسية للإنسان فهو طريق الفرد لأكتساب الخبرة ووسيلة طبيعية لاستنفاد طاقات الشباب الزائدة وحاجة أساسية لا يمكن إغفالها بالنسبة للكبار .
4. أثره في تكوين الشخصية المتزنة وتنميتها :- وهو الغرض الأساسي للعب المنظم ، حيث يعد استخدام اللعب من الأساليب الصحية السليمة سبباً قوياً يساعد على تقوية الجسم وتحسين الصحة والنمو العقلي وخلق الروح وإتاحة الفرصة للتغير الاجتماعي وتقويم الأخلاق .
5. يعمل اللعب على رفاهية المجتمع ، حيث تتيح الشخصية المتزنة المتمتعة بالعلاقات الطيبة مع الغير الفرص الكثيرة التي تولد الاتحاد والانسجام والتميزة عادةً بالروح الطيبة والمشاركة الوجدانية فالسعادة والسرور اللذين ينبثقان من اللعب في جماعات متألفة منسجمة لها الأثر البعيد على المجتمع (عبد الحميد، 2006، ص30-31).

#### وظائف اللعب

يمكن تلخيص ما ينميّه اللعب والنشاط في شخصية الفرد فيما يأتي :-

1. اللعب ينمي المهارات العقلية والمعرفية :-

حيث يؤكد أرنست أن الألعاب تعمل على تحسين إستراتيجية حل المسألة وتعزيزها ، ويؤكد الباحثون أن أسلوب اللعب له علاقة وطيدة بمهارات التعلم في حل المسألة ( ملحم ، 2007 ، ص 301 ) ، وأبرز هذه المهارات هي :-

- أ. مهارات القراءة : حيث يبين لي ( lee,1980,p.4.5,2,8) أن هناك ارتباطاً وثيقاً بين مهارات قراءة المسألة والقدرة على حلها .
- ب. مهارات التفسير :- فالتعرف على المسألة وخصائصها والمعلومات التي تكمن فيها يعتبر ذا أهمية بالغة في الانتقال الى الخطوة التالية .
- ج. مهارات التنظيم :- من حيث تحديد المعلومات اللازمة والمعلومات وثيقة الصلة وتحديد الخطوات الوسيطة
- د. مهارات التفكير في الحل :- من خلال الاستخدام الفعال لأنواع مختلفة من الألعاب والألغاز والأنشطة الأخرى (Johnson,1987,p.15)
- هـ - مهارات اتخاذ القرارات :- وترتبط بعملية حل المسألة حيث تتطلب من اللاعبين اختبار أو اقتراح بديل من بين عدة بدائل متنافسة ، والبديل الأفضل هو القرار .  
(شطي و بلقيس ، 1989 ، ص31).
- و. مهارات التنبؤ :- بعض القواعد والقوانين اللازمة لحل المسألة التي يستعين بها الفرد للقيام بأداء منظم لحل مشكلةٍ ما أو تفسير الظاهرة أو التنبؤ بالسلوك  
( بلقيس و مرعي ، 1987 ، ص6).
- ز. مهارات تقييم الإستراتيجية :-وتساعد الفرد على تعديل الإستراتيجية المستخدمة في حل المسألة المنتظمة في الألعاب فنجاح الفرد أو فشله في حل المسألة يعتمد بالدرجة الأولى على الإستراتيجية المستخدمة ومدى ملائمتها بخصائص الموقف المشكل ( ملحم ، 2007 ، ص 302 ) .

2. تنمية المهارات اللغوية التي تحقق التواصل مع الآخرين ومع اللعبة .

ففي أثناء اللعب يعبر الفرد عن انفعالاته وآرائه من خلال محادثاته للعبه أو للأفراد الآخرين فيعبر عن الغضب والقبول والرفض وينهي ويأمر ,وهذا الاحتكاك يجعله ينقص اللغة ( القدومي ،2007، ص15)

### 3. يتيح اللعب للفرد ممارسة كل العمليات المعرفية والعقلية .

حيث يقوم الفرد بعمليات التجريب ، محاولة وخطأ حتى يصل الى النتائج ، ويتذكر طريقة عمل اللعبة ، وتشغيلها ويجدد ويبتكر ويستحضر الصور الذهنية التي مرت بخبرته ( باظة ، 2002، ص25)

### 4. يساعد الفرد في إحداث تفاعل بينه وبين عناصر البيئة

لغرض تعلم الفرد وإنماء شخصيته وسلوكه وجعله أكثر توافقاً مع متطلبات المحيط الذي يعيش فيه وتخليصه من الأنانية والتمركز حول الذات . ويعد اللعب أداة تعبير وتواصل بين الأفراد بغض النظر عن الاختلافات اللغوية والشفافية فيما بينهم ، كما أنه أداة تواصل بين الكبار والصغار ( الزعبي ،1997، ص 185) .

#### فوائد اللعب :-

للعب فوائد عديدة يمكننا إيجازها بما يأتي :-

1. تنمية خبرة الفرد ونموه الاجتماعي :- ففي سياق اللعب يكون لدى الفرد الفرصة للعب الأدوار ، وفي اللعب الإيهامي يقوم الفرد بأدوار التسلط وأدوار الخضوع كدور الوالد ودور الرضيع مثلاً ، وغير ذلك كدور الأسد ودور الفريسة ، وهم في كل ذلك يجدون ويختبرون ويتعلمون أنواع السلوك الاجتماعي التي تلائم كل موقف (عبد الحميد ، 2006، ص54-55) .

2. يتمكن الفرد من خلال اللعب أن ينمي عضلات جسمه ويزيد في مهاراته الحركية ، من خلال القفز والجري ، والرسم ، كما يستفيد من حواسه المختلفة لمعرفة الأشياء والأحداث ، مما يجعل اللعب بالنسبة له ممتعة ( الزعبي ،1997، 190) .

3. للعب فوائد علاجية :- حيث يعالج الاضطرابات المختلفة لدى الأفراد ، منها القلق والاضطرابات السيكوسوماتية أي تلك الأعراض التي تنشأ من أسباب نفسية وتتخذ أعراضها

شكلاً جسماً ، ومن ذلك السمعة وضغط الدم المرتفع والصداع النصفي ، وكذلك اضطرابات الخلف أو السلوك وفصام الشخصية ( العيسوي ، 1998 ، ص 88 ) .

4. يهيئ اللعب فرصة فريدة للفرد للتحرر من الواقع المليء بالالتزامات والقيود والإحباط والقواعد والأوامر والنواهي لكي يعيش أحداثاً كان يرغب في أن تحدث ولكنها لم تحدث ، أو يعدل من أحداث وقعت له بشكل معين وكان يرغب في أن تحدث له بشكل آخر ، ويمثل اللعب أيضاً انطلاقة للتحرر من قيود وقوانين الطبيعة ، وفرصة للفرد كي يتصرف بحرية دون التقيد بقوانين الواقع المادي والاجتماعي ( حنا، 1999، ص 133).

5. يساعد الفرد على الاستبصار بطريقة تناسب عمره ( زهران ، 1980 ، ص 352 ) .

#### العوامل المؤثرة في اللعب :-

هناك مجموعة من العوامل المختلفة التي تؤثر في اللعب ، فاللعب يتأثر بعدد من العوامل المجتمعة أو المنفردة التي تجعل منه نشاطاً مقيداً بمحددات معينة تقضي الى تباين في أنواعه وكيفيته وأساليبه ، ولعل أبرز هذه العوامل ما يلي:-

1. مراحل النمو :- يتصل اللعب اتصالاً وثيقاً بمراحل نمو الفرد ، فلكل مرحلة عمرية ألعابها الخاصة التي تلبي متطلباتها ، وتتسم مع أمكانية الفرد في تلك المرحلة فما يثير اهتمام الفرد في السنة الأولى من عمره (مرحلة الحضانة) يختلف عما يمكن أن يثيره في عمر الخمس سنوات ، فحتى لو استخدم الفرد البالغ خمس سنوات من العمر الألعاب التي يلعب بها في مرحلته السابقة ، إلا إن تعامله معها يختلف بسبب نمو إمكانياته الجسدية والذهنية والنفسية ( ربيع، 2008، ص 50 ) .

2. عوامل ذاتية:- رغم كون اللعب من سمات الطفولة العامة ، فان للفروق الفردية بين فرد وآخر ، مثل الحالة الانفعالية ، والصحية ، والنفسية ، تأثيرها على اللعب ، فالتوتر الزائد يعيق اللعب ، كما وجد مندل (MENDEL) أن هناك علاقة عكسية بين مستوى القلق وبين اللعب والحالة الانفعالية المعتدلة عند الفرد تعتبر أساساً ضرورياً للعب سعيد فعال ( الدويقي ، 1997 ، ص 50 ) . والفرد الهادئ ذو

الخيال الخصب أقدر على ممارسة اللعب التمثيلي مثلاً ، فقد وجد سنجر (SINGER) على سبيل المثال أن الفرد ذو الخيال الخصب يمكن أن يجلس بهدوء لمدة أطول من تلك التي يمكنها الفرد ذو القدرة الأقل من حيث التخيل ، ولا يخفى أن الفرد المريض يفقد الرغبة في اللعب ، وعلى ذلك يمكن القول إن اللعب يعتبر من هذه الزاوية معياراً للدلالة على سلامة الطفل العقلية ( الخوالدة ، 2003 ، ص16) .

**3. عوامل بيئية اجتماعية:-** وتشمل القيم والمعايير التي تسود المجتمع ، أي النظرة السائدة في البيئة الاجتماعية عن اللعب ودوره في حياة الفرد ، كما تشمل وجود أماكن للعب والساحات الفارغة ، أو عدم وجودها ، ومستوى الأهل الثقافي والاقتصادي لتشجع الفرد على اللعب أو منعه، فهذه الأمور كلها عوامل تؤثر مباشرة على اللعب ( لطيف ، 1984 ، ص51) .

**4. عوامل تقنية :-** هي عوامل مرتبطة بمادة اللعب بحد ذاتها من حيث: تقنياتها، وفائدتها ، وتركيبها، وموضوعها ، أو طريقة استخدامها ، رغم أن التقنية الحديثة أغنت عالم الطفولة بالألعاب ، ووفرت العديد منها لتلبي مختلف النواحي ، لكن يبقى وجود العديد من الألعاب البسيطة المصنوعة أو المركبة من الأدوات البيتية ، أو البيئة المحيطة ذات فائدة مهمة ، والعبرة تكمن في مردود اللعب المعرفي الحركي على الفرد ( ربيع ، 2008 ، ص51) .

نتيجة لاختلاف آراء العلماء والباحثين حول تفسير اللعب وأهميته للمصابين بالاضطرابات النفسية كالمصابين بالحرمان العاطفي ، فقد ظهرت وجهتا نظرٍ مختلفتان في تفسير اللعب لما يمثله اللعب الرياضي من أهمية بوصفه وسيلة للتفريغ الانفعالي ، ونتيجة لاستخدامه من العلماء والباحثين في دراساتهم أمثال ( فرويد ) و ( لورنز ) و ( منغر ) و ( ريتشارد ) ، لذا فان الباحثة ارتأت أن تقدم عرضاً مفصلاً لأهم النظريات التي فسرت اللعب وحسب وجهتي النظر المشار إليهما آنفاً وهما :-

أولاً. وجهة النظر الأولى : وتمثل المنظور الكلاسيكي لتفسير اللعب ، وأهم نظرياتها :-

### 1. نظرية اللعب كوسيلة للاستجمام والراحة بعد العمل :

وتقترن هذه النظرية بأثنين من المفكرين الألمان هما (شيلر - Schaller) و (لازروس) (Lazarus) وحاولا بها تفسير ميل الإنسان الى اللعب ، وكان (شيلر) يرى إن اللعب يهدف أساساً الى التخفيف من توتر العضلات والترويح عن النفس بعد فترة طويلة من التعب والجهد ، واللعب بهذا المفهوم ليس إلا وسيلة لتجديد القوى واستعادة الطاقة للعمل ، وهذا التفسير يجعل من اللعب والعمل جهدين متقابلين ، فلا لعب بدون عمل ولا عمل بدون لعب ، وهما معاً يحققان للفرد قدرًا من التوازن يمكنه من الاستمرار في العمل الذي هو الهدف الرئيسي في حياته. ( الخوالدة ، 2007 ، ص 31 ) .

ومن الواضح إن هذا التفسير البسيط للعب لا يستطيع أن يوضح لنا لماذا يلعب الأطفال وهم لا يعملون أصلاً عملاً معيناً ، بل إننا نجد إن الأطفال يلعبون دون توقف فترات طويلة ، فإذا ما استراحوا من اللعب فترة ما عادوا إليه مرة ثانية ولا يكفون عن اللعب إلا عندما يحل بهم التعب ، فيرتاحون قليلاً ليعودوا إليه مرة أخرى ، وهكذا فان العلاقة بين اللعب والتعب ليست علاقة متناقضة كما يحاول ان يقدمه لنا هذا التفسير ولكن اللعب والتعب متلازمان في الكثير من الأحيان خاصة بين الأطفال في جميع مراحل طفولتهم ( ربيع ، 2008 ، ص 49 ) .

### 2. نظرية اللعب كوسيلة لتصرف الطاقة الزائدة عن الحاجة :

يرى أصحاب هذه النظرية وعلى رأسهم الشاعر الألماني ( فريدريك فون شيلر 1759-1805 ) والفيلسوف الانكليزي (هربرت سبنر - 1820 - 1903 ) إن الفرد يجد في جسمه ونفسه طاقة لا يعرف كيف يصرفها ، أو ماذا يعمل بها فيلجأ الى اللعب الذي لا هدف من ورائه سوى أن يتخلص منها ، وكأن الفرد - من وجهة النظر أصحاب هذه النظرية - أشبه ما يكون بوعاء كبير فوقه غطاء حبس فيه قدر كبير من بخار الماء يحاول أن يجد له متنفساً يخرج منه ، وكلما وجد هذا البخار لنفسه متنفساً كلما قل احتمال انفجار الوعاء ، ومن البديهي أن تبرز هذه النظرية خطر حبس الطاقة الزائدة عند الطفل وتحسب حساب الأضرار النفسية والجسمية التي تنتج عن كبتها وعدم تصريفها فتدعو الى "تفريغ" هذه الطاقة الزائدة ، ونجد في اللعب وسيلة مقبولة لتحقيق هذا الغرض ( سلامة، 2006، ص47-48)

ومن الملاحظ إن هذه النظرية تبدو عكس النظرية السابقة ، فالأولى تجعل من اللعب وسيلة لاستعادة ما يكون قد استنفذه الفرد من طاقة وجهد عن طريق العمل ، بينما ترى النظرية الثانية إن اللعب يخلص الفرد من الطاقة التي يخترنها ولا يجد سبيلاً لتصريفها ، ولكن مع ذلك ومن خلال الملاحظة البسيطة لسلوك الأفراد تنفي هذا التفسير في كثير من الأحوال ، إذ كثيراً ما نرى الصغار يندفعون الى لعبة جديدة يقدمها لهم الكبار رغم إنهم يكونون متعبين أو مرهقين بعد رحلة طويلة مجهدة .

### 3. نظرية اللعب كتلخيص لسير التطور الإنساني:

ويرى أصحاب هذه النظرية إن أشكال اللعب الإنساني وصوره المختلفة تمر بمراحل تشبه مراحل التعاون الإنساني ككائن حي له نشاط خاص يسعى الى كسب قوته والدفاع عن نفسه وحماية حياته ، ومن ابرز أنواع هذا النشاط الإنساني على مختلف أدوار الحياة ، الصيد والقنص وزراعة الأراضي والقتال وبناء المساكن والتعليم .. الخ ، لهذا فان ألعاب الصغار تسير في ذات المسار الذي سار فيه هذا النشاط الإنساني وتلخصه في مراحل الطفولة المختلفة ، أي إن الطفل إنما يلخص عن طريق اللعب بشكل غير جدي تأريخ الحياة الجدية للنوع الإنساني منذ نشأته حتى عصرنا هذا ( ربيع ، 2008، ص61)

ولهذه النظرية جانب تربوي إذ أنها بعد أن أوضحت لماذا يميل الأفراد الى اللعب ولماذا يهتمون به ، طالبت بتخليصهم من هذا الميل الموروث حيث لم يعد يناسب ظروف الحياة

المعاصرة وأصبح واجباً على المربين أن يهتموا بتزويد الأفراد بألعاب تتناسب مع متطلبات العصر وتتفق مع مشاكله واحتياجاته وقد اهتم ستانلي هول المرابي الأمريكي (1846 - 1913) الذي كان أول من عرض هذه النظرية في هذه الصورة بنوع الدمى التي يفضلها الصغار وبمدى سرعتهم في اختيار أسماء لها كوسيلة جيدة لتعليمهم وتربيتهم (ربيع، 2008، ص61)

#### 4. النظرية الإعدادية أو نظرية الإعداد للحياة المستقبلية:

يرى واضح هذه النظرية كارل غروس (Karl Gross) إن اللعب للكائن الحي هو عبارة عن وظيفة بيولوجية هامة ، فاللعب يمرن الأعضاء ، وبذلك يستطيع الفرد أن يسيطر سيطرة تامة عليها وان يستعملها استعمالاً حراً في المستقبل (الغريير والنوايسة ، 2010، ص36) .

فاللعب إذاً إعداد للكائن الحي كي يعمل في المستقبل الأعمال الجادة المفيدة ، ومثالنا على ذلك تتأطح الحملان في لعبها إنما هو تمرين على القيام بالتأطح الجدي في المستقبل والدفاع عن النفس ، وتراكم الجراء وعض بعضها بعضاً كأنها تتدرب على القتال ، وصغار الطير تضرب بأجنحتها بما يشبه حركات الطيران وكذلك القطط التي يطارد بعضها بعضاً في أثناء اللعب فهي تقوم بحركات تشابه الحركات التي تقوم بها بالمستقبل بقصد الحصول على الطعام ومطاردة الفريسة ( عبد الهادي والصاحب ، 2002 ، ص11) .

والطفلة في عامها الثالث تستعد بشكل لاشعوري لتقوم بدور الأم حين تضع لعبتها وتهدهدها كي تمام ، وهكذا فان مصدر اللعب هو الغرائز أي الآليات البيولوجية ، وقد أكد وجهة النظر البيولوجية هذه كثير من العلماء مع إجراء تعديلات طفيفة عليها ( خليفة ، 2003 ، ص16) .

ومما يثبت صحة هذه النظرية من الأدلة ، إن اللعب يأخذ شكلاً خاصاً عند كل نوع من أنواع الحيوانات ، ولو إن اللعب مجرد التخلص من الطاقة الزائدة لجاءت الحركات بصورة عشوائية عند الحيوانات جميعها ولما اختلفت من كائن الى آخر ، وترى هذه النظرية إن الإنسان يحتاج أكثر من غيره الى اللعب لان التركيب الجسمي أكثر تعقيداً وأعماله في المستقبل أكثر أهمية واتساعاً ، ولهذا فهو طيلة فترة طفولته يلعب ويتمرن ، كما ترى إن اللعب من خصائص الحيوان الراقي ، بينما الكائنات الحية غير الراقية تولد غير مكتملة النمو وغير قادرة على مواجهة صعوبات الحياة بنفسها من دون مساعدة كبارها بينما الكائنات الحية الراقية تولد بالغة مكتملة النمو تقريباً وتكون مستقلة عن كبارها وهذا يغنيها عن اللعب ( صوالحة ، 2010 ، ص36) .

وهكذا نرى إن نظرية غروس هذه يصح تطبيقها على الحيوان مع احتفاظنا بالفارق بين حياتي الإنسان والحيوان ، فحياة الإنسان غنية بعناصرها وتفاعلاتها وحاجاتها المختلفة إذا ما قورنت بحياة الحيوان البسيطة والمحدودة.

### 5. النظرية التنفسية :

وهي نظرية التحليل النفسي الفرويدية وتركز على ألعاب الصغار بخاصة ، إذ ترى إن اللعب يساعد الفرد على التخفيف مما يعانيه من القلق الذي يحاول كل إنسان التخلص منه بأي طريقة ، واللعب إحدى هذه الطرق ، وتشبه هذه النظرية الى حد ما نظرية الطاقة الزائدة ( خليفة ، 2003 ، ص 10 ) .

واللعب عند مدرسة التحليل النفسي تعبير رمزي عن رغبات محبطة أو متاعب لاشعورية وهو تعبير يساعد على خفض مستوى التوتر والقلق عند الفرد الذي يكره أباه كراهية لاشعورية قد يختار دمية من الدمى التي يعدها الأب فيفقا عينها أو يدفنها في الأرض وهو بهذه الحالة يعبر عن مشاعره الدفينة بواسطة اللعب ، وترى الولد الذي يغار من أخته التي تقاسمه محبة والديه ، يضمّر لها عداً يعبر عنه دون قصد بالقسوة على دميته التي يتوهم فيها شخص أخته ( شاش ، 2001 ، ص 15 ) .

لذا فالأم تستطيع أن تعرف شيء عن حالة أبنها النفسية من الطريقة التي يعامل بها دميته ، فهو يضرب دميته أو يأمرها بعدم الكلام أو يقذفها من الباب ، وهذه كلها رموز تدل على أشياء تسبب له القلق ، وعن طريق اللعب يصحح الفرد الواقع ويطوعه لرغباته ( إن دميته تنام متى تشاء ) وبواسطته يخفف من أثر التجارب المؤلمة ( عوقبت الدمية إذا أجريت لها عملية اللوزتين ) وبه يكتشف حوادث المستقبل ويتنبأ بها ( ستعاقبين يا دميته لأنك لم تسمعي كلمة ماما ) ( صوالحة ، 2010 ، ص 22 ) .

ورسوم الصغار الحرة هي عبارة عن نوع من اللعب وتؤدي وظيفة للعب نفسها ، فالفرد قد يرسم عقرباً أو يقول هذه ( زوجة أبي ) ، والفرد الذي يشعر بالوحدة يرسم أفراد العائلة كلهم داخل المنزل باستثناء شخص متروك خارجه ، ولاشك إن الفرد يتغلب على مخاوفه عن طريق اللعب ، فالفرد الذي يخاف أطباء الأسنان يكثر من الألعاب التي يمثل بها دور طبيب أسنان إذ إن تكرار الموقف الذي يسبب الخوف من شأنه أن يجعل الفرد يألفه . والمألوف لا يخيفنا لأننا نتصرف

حياله التصرف المناسب ولدينا متسع من الوقت لهذا التصرف بخلاف غير المؤلف ، والأفراد الذين يخافون من الأطباء يعطون لعبة تمثل المريض وسماعته ليفحصوا بها وليمثلوا دور الطبيب بأنفسهم وبذلك يستطيعون التغلب على مخاوفهم من الأطباء بواسطة ألعابهم . ( سلامة ، 2006 ، ص 50 ) .

ولنذكر على سبيل المثال حاله تظهر كيف يكون اللعب مسرحاً يمثل عليه الطفل متاعبه النفسية رمزياً طفلاً في منتصف الثانية من عمره كانت أمه تتركه وحده فترات طويلة فكانت لعبته المحببة هي أن يمسك ببكرة يوجد عليها خيط فيرمي بها تحت السرير حتى تختفي هنا وهناك يصبح منزعاً ثم يجذبها فيفرح بعودتها مرحباً بظهورها ، فالطفل في لعبته المذكورة يمثل رمزياً المأساة والأحزان التي يعاني منها ، ويصور بسلوكه هذا خبرة مؤلمة يكابدها هي مأساة اختفاء أمه وعودتها وبذلك كان يخفف من القلق الذي ينتابه ( سلامة ، 2006 ، ص 51 ) .

وترجع نظرية مدرسة التحليل النفسي الى عهد الفيلسوف اليوناني المشهور أرسطو الذي كان يرى إن وظيفة التمثيليات المحزنة هي مساعدة المشاهدين على تفريغ أحزانهم من خلال مشاهدته ما فيها من أحداث ووقائع ، وقد استخدم ( Eroud ) اللعب لأول مرة مصادفة في العلاج النفسي ، وكان لآرائه عن اللعب في أنواع العلاج المختلفة آثار مباشرة ، فقد طبقت على الأفراد المضطربين نفسياً ، ومعظم أنواع هذا العلاج استخدم فيها اللعب التلقائي واللعب الخيالي ( أبو عيطة ، 1988 ، ص 201 ) .

واستخدمت ( هلموث ) ظاهرة اللعب في علاج الأطفال المضطربين عقلياً بغرض ملاحظتهم وفهمهم ( ميلر ، 1987 ، ص 270 ) .

أما ( ميلان كلاين ) فقد استخدمت اللعب التلقائي في علاج الأفراد المضطربين نفسياً ، وافترضت إن ما يقوم به الصغير خلال اللعب الحر يرمز الى الرغبات المكبوتة والمخاوف والصراعات غير الشعورية ، وبذلك أصبح اللعب التلقائي بديلاً مباشراً عن التداعي الحر اللفظي الذي استخدمه ( فرويد ) في علاج الكبار . ( روتر ، 1984 ، ص 142 ) .

ومن الواضح إن النظرية المذكورة لا تكفي لتفسير اللعب ، فليس مقبولاً أن تكون وظيفة اللعب مقصورة على مجرد التنفيس .

## 6. نظرية النمو الجسمي :

يرى العالم كارت (Cart) الذي تنسب إليه هذه النظرية إن اللعب يساعد على نمو الأعضاء ولاسيما المخ والجهاز العصبي ، فالإنسان عندما يولد لا يكون مخه في حالة متكاملة واستعداد تام للعمل لان معظم أليافه العصبية لا تكون مكسوة بالغشاء الدهني الذي يفصل ألياف المخ العصبية بعضها عن بعض ، وبما إن اللعب يشتمل على حركات تسيطر على تنفيذها كثير من المراكز المخية فمن شأن هذا أن يثير تلك المراكز إثارة يتكون بفضلها تدريجياً ما تحتاج إليه الألياف العصبية من هذه الأغشية الدهنية ( سلامة ، 2006 ، ص52 ) .

هذا ملخص بسيط لأهم النظريات التي حاولت تقديم تفسير منطقي لأسباب اللعب ، وصحة أي واحدة منها أو خطأها إنما يعتمد على الأدلة التي يقدمها مؤيدوها لتفسير ظاهرة اللعب ، غير انه يمكن القول إنه من الممكن أن تشترك أكثر من نظرية في تفسير أسباب اللعب .

ثانياً. أما وجهة النظر الثانية : فتمثل المنظور الحديث لتفسير اللعب ، وأهم نظرياتها :-

### 1. النظرية السلوكية 1878-1938

انبعثت النظرية السلوكية من أعمال سكنر (Skinner) وأتباعه أمثال ثورندايك (Thorndike) وهل (Hull) وقد ركز هؤلاء اهتمامهم على الدور الذي تلعبه البيئة في تشكيل السلوك، وكأنه التركيز الأول الذي يمكن ملاحظته وقياسه (الازيرجاوي ، 1991 ، ص 209) . وأصحاب النظرية السلوكية يؤكدون على دور البيئة في التأثير على الفرد ، أو بالنسبة لهم يمكن النظر الى المميزات الخارجية على إنها مصدر النمو والتعبير (الازيرجاوي،1991، ص 209) . ويقول سكولسكري (Scholskery) إن اللعب يخضع لنفس القواعد الأساسية للتعلم والتي يتم تطبيقها على الفئات الأخرى من السلوك، وبشكل عام فالسلوكيون يعتبرون الدافع للوفاء بالاحتياجات الجسمية هو الدافع القوي والأساسي وراء السلوك الإنساني، فالدوافع تدفع الإنسان الى أن يظل نشيطاً متوتراً حتى تشبع حاجاته ويظل هكذا إذا لم يشبع دوافعه (عبد الباقي ، 2005 ، ص 65-66) .

وقد أكد (باندورا و ولتر) (bandura and Walter) على أهمية دور المحاكاة في اكتساب السلوك الذي لا يمكنه تجاهل دوره في اللعب الرمزي عند الأطفال ( Bandura & Walter, 1963, p.32)

وترى الباحثة إن السلوكيين لا يتعاملون مع مفاهيم مثل التفكير والانفعالات ، لأنهم لا يؤمنون إلا بما هو ظاهر وواضح وجلي، أما التفكير والانفعالات فهي لا تلاحظ بشكل مباشر ، والعقل عندهم يمكن تشبيهه بصندوق العجائب (Bakwin, 1968,p.392) .

## 2. نظرية الجشتالت

نسبت هذه النظرية الى علماء النفس الألمان (فرتهايمر، كوفل، وكوهلر) وتعني (الجشتالت) الهيئة أو الصيغة أو الشكل أو الكل ، وقد توصلت هذه النظرية الى مجموعة من القوانين التي تحدد العلاقات بين الأجزاء والكليات وقد أفضت هذه القوانين الى إن العلاقات القائمة بين مكونات المجال الإدراكي هي التي تحدد الإدراك ، وانصب اهتمام هذه المدرسة على موضوع (الإدراك الحسي) وان الإدراك يكون الكليات أولاً ثم تتميز بعد ذلك الأجزاء (الجزئيات) داخل ذلك الكل، كما إن الكل يختلف عن مجموع الأجزاء، وان خصائص الكليات لا يمكن أن تكون في أجزائها. (Chaplin & oth. , 1974, p.174) .

أما قوانين هذه النظرية فهي عديدة منها قانون التقارب، والتشابه، والاستمرارية، والإغلاق . (Marx & oth., 1973, p.222) ، ففي سنة (1924) قام احدهم (كوفكا) بتطبيق مبادئ هذه النظرية على نمو الأطفال ويشير احد هذه المبادئ الى أن الاستجابة تتأثر لمجرد أن يحدث الإدراك لأن كلاً منها ينتمي الى شكل واحد ، فعلى سبيل المثال إن رؤية البيانو، والضرب على مفاتيحه ينتميان الى شكل واحد (نمط واحد) لهذا فأن الإدراك يثير الاستجابة لأن هناك علاقة ابتدائية مباشرة بين إدراك مخطط معين والفعل الملائم له، وهذا يصلح الى حد كبير في تفسير ما يعرف بـ(المحاكاة) مثل مناغاة الرضيع استجابة لصوت أمه، أما (اللعب التخيلي) فإنه يحدث لان عالم الطفل بطبيعته يكون اقل تمايزاً عن عالم الراشدين، فالطفل لا يرى أي تناقض في أن يهدد على عصار وكأنها طفل رضيع ولا يهم عدم تطابق ملامح هذه الخشبة من الوليد (ميللر، 1987، ص 50-51)

ويلحق بهذه النظرية تفسير عالم النفس الألماني ( كيرت ليفين) الذي كان احد أعضاء (الجشتالت) إذ قام بتوسيع وتنمية كثير من مفاهيم الجشتالت بنظريته، عندما رأى أن سلوك الفرد يعتمد على الموقف الكلي الذي يجد نفسه، ويختلف في استجاباته تبعاً لسنه وشخصيته وحالته الراهنة، فضلا عن جميع العوامل الموجودة في بيئته في لحظة معينة، فعلى سبيل المثال يتوقف

اعتبار (منطاد) على انه دمية مسلية أو شيء ينطوي على خطر تبعا لسن الطفل ودرجة نموه، والسياق الذي يراها فيه ، إذ قد يكون الطفل سلبيًا في موقف، وخجولا في موقف ثانٍ، وعلى سجيته في موقف ثالث، وان اتجاه أفعال الطفل يتحدد بواسطة التكافؤات الايجابية والسلبية في المجال السيكولوجي ، فاللعب التي يكون لها مكافئ ايجابي يقترب منها الطفل . . (Marx & oth. , 1973, p.227) ، أما الشيء ذو القيمة السلبية فهو الذي يكون له مكافئ سلبي ينزع الطفل الى الاستجابات والابتعاد عنه ، الأمر الذي يجعل بعض خصائص لعب الأطفال تنتج من خلط الواقع بالرغبات إذ يكون عندئذٍ معنى الأشياء والأدوار الخاصة للطفل مختلفة، فقطعة من الخشب مثلا يمكن أن يهديها الطفل الى طفل صغير في موقف ثم يلقي بها بعيدا في موقف آخر ( ميللر ، 1987 ، ص51-52) ، (Levin, 1963, p.44)

إن إمعان النظر في نظرية ( ليفين) يؤشر إنها ليست إلا تطويراً لمفاهيم الجشتالت ، الأمر الذي يجعل كثيراً من المصادر تورد النظريتين وكأنهما نظرية واحدة ، وتعتقد الباحثة إن نظرية (ليفني) على الرغم مما احتوته من مفاهيم جشتالتية بقيت مثل نظرية الجشتالت غير متكاملة ولم تقدم تفسيراً علمياً متكاملًا للعب.

### 3. نظرية بياجيه في اللعب

تنسب هذه النظرية الى (بياجيه) وتعد لصيقة بتفسير نمو الذكاء عند الأطفال إذ يسلم بوجود عمليتين اعتقد إنهما أساسيتان لكل نمو عضوي هما التمثل (Assimilation) والموائمة (Accommodation) ، ويقصد بالأولى في ميدان النمو عملية تمثل للمعلومات الجديدة التي يستقبلها الإنسان حتى يستطيع هضمها فتصبح جزءاً من تكوين معرفي لديه، بينما يقصد بالثانية عملية تكيف أو موائمة أو توافق يقوم بها الإنسان كي يتلاءم مع العالم الخارجي ، ويحدث النمو العقلي عند الإنسان نتيجة التبادل المستمر بين هاتين العمليتين ( التمثل و الموائمة) فعندما تتوازن العمليات ينشأ عن ذلك تكيف واتزان لدى الإنسان وعندما تطغى الموائمة على التمثل ينتج عن ذلك ما يعرف بـ (المحاكاة) وهي معكوس اللعب، بينما ينتج طغيان التمثل على الموائمة ما يعرف بـ (اللعب) وبذلك يرى ( بياجيه) اللعب تبعاً لهذا التصور فمثلاً للمعلومات من اجل التلاؤم مع متطلبات الفرد في وضعه الجديد ( ميللر ، 1987 ، ص54) ، (Piaget, 1971, p.27)

إن هذه النظرية ترى إن (اللعب) له وظيفة بيولوجية باعتباره تكراراً نشيطاً وتدريباً لعمل ما يقوم به الإنسان من اجل التلاؤم معه، كما أفرزت هذه النظرية مفاهيم عديدة ألقت الضوء على مفهوم اللعب يمكن إيجازها بالاتي:-

1. يرتبط اللعب بالنمو العقلي والذكائي عند الفرد.
2. اللعب عملية عضوية يهدف الى تكيف الإنسان مع نفسه، وعالمه ويمكن أن يؤدي دورا بارزا في الصحة النفسية عند الإنسان.
3. اللعب عملية تعليمية يمكن الإفادة منها في ميدان التعلم والتعليم.
4. اللعب صورة للحبوية والنشاط لدى الإنسان.
5. اللعب عملية منظمة ومنطقية وليس نشاطا عشوائياً.
6. اللعب عملية حسية حركية ذات بناء نفسي نشيط. (عبد الجبار، 1983، ص 27) .

وترى الباحثة أن نظرية (بياجيه) في اللعب يطغى عليها الجانب البيولوجي إذ إنها فسرت هذه الظاهرة (اللعب) في ضوء حيثيات علوم الحياة الذي طغى على النظرية ولم يكن لعلم النفس فيها نصيب وافر ، الأمر الذي جعلها قاصرة في تفسير (اللعب) عموماً.

#### 4. نظرية التعلم الاجتماعي:-

تعد نظرية التعلم الاجتماعي من النظريات الحديثة التي اهتمت بالاضطرابات النفسية ( كالحرمان العاطفي مثلاً ) ، وان فهم الاضطرابات النفسية يتطلب فهم الشروط المحيطة بالشخص ، وليس بالجوانب الداخلية الموجودة لديه فحسب (Lefkowitz, 1977, p:26) ، وان المثيرات المزعجة تؤدي الى نشاط انفعالي عند الإنسان ، غير إن هذا لا يقود حتماً الى الاضطراب النفسي ، وإنما يسلك الإنسان في مثل هذه الحالة على وفق ما تعلمه من التجارب السابقة ، وهذا ما يسمى بالتعلم الاجتماعي ( عبد السلام ، 1990 ، ص 78 ) .

ويرى أصحاب هذه النظرية إن الفرد لديه استعداد لاكتساب الاضطرابات النفسية ومن ثم ينوع ويطور أساليبها طبقاً لأسس وقواعد التعليم التي تعتمد عليها عناصر التعويض والتكرار والربط والتدعيم . (Toch ,1979, p.174) . ونتيجة لقناعة أصحاب النظرية بان الاضطرابات النفسية مكتسبة . لذلك افترضوا انه من الممكن أن يتعلم المسترشد السلوك غير المضطرب

المباشر من خلال أبراز أنماط هذا السلوك وتعزيزه ، وان تطفئ النتائج التي تعزز الاضطرابات النفسية (عبد السلام ، 1990 ، ص 78 ) .

كما توصل أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي الى إن العلاقة التي تربط بين حدوث الاضطراب النفسي والعوامل الاجتماعية والبيئية من جانب وقواعد التعلم من جانب آخر له أهمية اجتماعية ، ويمكن التحكم بالاضطرابات النفسية من خلال الحياة الاجتماعية ، فضلاً عن توجيه عمليات التعلم الوجهة الصحيحة لكي تمنع حدوث الاضطراب النفسي ، لذا اتفق اصحاب هذه النظرية أنه من الممكن السيطرة على الاضطرابات النفسية والتحكم بها ، وهذا ما أثبتته نتائج بعض الدراسات كدراسة ( Patterson.Litlman and Bricker,1967 ) التي أشارت الى أهمية دور الوالدين ومجموعة الأقران في منع حدوث الاضطراب النفسي ( Hersov,1978,p.118 ) .

ويرى منظرو التعلم الاجتماعي ومنهم ( Rotter,1954 ) أن السلوك المضطرب يخضع لقواعد التعلم الاجتماعي ، ولا يحتاج إلى أسس أخرى معينة لاستيعابه وتفسيره ، و يرى أيضاً أن هذا السلوك قد اكتسبه الفرد من بيئته الاجتماعية وبالاعتماد على الأهداف التي اكتسبت قيمة نتيجة لعلاقتها بالآخرين ( Rotter,1984,p.107 ) .

وعلى الرغم من إن ( Rotter ) استخدم عدداً من قوانين التعلم من النظريات الاشتراكية ، إلا انه جعل مفهوم التوقع ( Expectation ) ينال أهمية مناسبة في تحليله للسلوك الاجتماعي ( باترسون ، 1981 ، ص 387-388 ) .

ويعرف التوقع بأنه :- (( احتمال الفرد الذاتي بأن تعزيزاً معيناً سيحدث نتيجة لسلوك معين من جانبه )) ( صادق ، 1999 ، ص 222 ) . ويعرف التعزيز بأنه :- (( درجة تفضيل الفرد للحافز " التعزيز " إذا كانت احتمالات حدوثها متساوية )) ( باترسون ، 1981 ، ص 391 ) .

لقد افترض ( Rotter ) إن توقع ظهور سلوك معين من فرد ما لا تحدده الأهداف والحوافز بل يتأثر بتوقع الفرد والحصول على الأهداف ، إذ أن حدوث السلوك الإنساني يرجع إلى ما يسمى بالتطبيع الاجتماعي والخبرة الموجودة مع ذلك الفرد أي التعامل مع الموقف ( عبد الخالق ، 1990 ، ص 622 ) . وهذا الافتراض يمثل القاعدة التي تبنى عليها مفاهيم النظرية مثل التوقع

( Expectation ) ، وقيمة التعزيز أو الحافز ( Reinforcement Value ) واحتمال حدوث السلوك أو القوة الكامنة ( Potential Behavior ) والموقف ( Situation ) ( باترسون ، 1981 ، ص 390-391 ) .

وبناء على ذلك فقد افترض (Rotter) إمكانية حدوث سلوك ما أو مجموعة من أنواع السلوك في موقف معين تعتمد على توقعات الفرد بأن السلوك سوف يحقق هدفاً ما أو إشباعاً معيناً ، وعلى قيمة الإشباع بالنسبة له وعلى القوة النسبية لإمكانات السلوك الأخرى في الموقف نفسه ( Levy ,1970 ,p.412 )

وافترض (Rotter) بأن التوقع ( ت ) يتأثر بمفهومين أحدهما التوقع من الموقف (ت) ، والتوقع المعمم ( ت ع ) ويكون التوقع في الموقف نتيجة لجدول التدعيم في الموقف المعين . بينما ينشأ التوقع المعمم في الموقف الآخر من التدعيم في المواقف الأخرى ، والذي يمكن تطبيقه بالمثل على الموقف الحاضر ( باترسون ، 1981 ، ص391)

واستنتج (Rotter) بأن يتمخض عن قيمة التدعيم تعديل في السلوك عند ثبات التوقع ، وكذلك توقع أن التغيير النسبي في قيمة التعزيز قد يحدث تأثيراً نسبياً في تعديل السلوك ، على اعتبار إن سلوك الإنسان يتحدد في ضوء أهدافه ، فالسلوك غالباً ما يتصف بالاتجاهية ، فالفرد يتأثر بالسلوك الذي تعلم انه سوف يحقق له درجة مناسبة من الإشباع في موقف معين . (صادق ،1999، ص227 )

وأضاف (Rotter) بأنه تتشكل لدى الفرد بالتدرج عدد من الحاجات المتميزة تتراوح بين الحاجات النوعية جداً أو الحاجات العامة جداً ، وكلما كانت الأهداف تتضمنها الحاجة النوعية ، أمكن التوقع بقوة أنماط السلوك أو الأهداف الأخرى ، وكلما كان المفهوم يمتاز بالعمومية قلت دقة التوقع بسلوك معين من سلوك آخر . ( روتر ، 1984 ، ص 108 ) .

ومن وجهة نظر هذه النظرية يصبح للحاجة ثلاثة مكونات أساسية هي :-

1. **إمكانية الحاجة** : وهي مجموعة السلوك الموجه نحو نفس الهدف أو أهداف مشابهة أو أهداف ذات صلة .
2. **حرية الحركة** : وهي التوقعات بأن أنواع معينة من السلوك سوف تؤدي الى اشباعات أو أهداف لها قيمتها لدى الفرد .

3. القيمة (قيمة الحاجة) : وهي الدرجة التي يفضل بها فرد من مجموعة من الاشباعات عن المجموعة الأخرى (باترسون ، 1981 ، ص392 - 393 ) .

وأشار ( Rotter ) الى انه ليس من الضروري تقويم سلوك الفرد في التشخيص فقط ، بل لابد من أن نقوم توقعاته والمبادئ التي يضعها للأهداف المختلفة ، ومن الضروري أيضاً أن نفهم كيف تتبدل هذه التوقعات من موقف الى آخر ، وكيف إن الحصول على عدد من الاشباعات لا ينسجم مع الاشباعات الأخرى ، فضلاً عن ذلك فإن من الضروري لأهداف العلاج أن نفهم كيف اكتسبت التوقعات بالمبادئ والأهداف لكي نعرف كيف نعدلها بأنسب الأساليب ، وأخيراً أشار الى إن ليس الحاجات هي الدليل القاطع في الفروق الفردية ، لان الفرد يختلف في ميوله واتجاهاته نحو الأفراد المختلفين ( الاتجاهات الاجتماعية ) وفي أساليب استجاباتهم للتعزيز القوي أو في توقعهم للتعزيز القوي وفي الأساليب التي ينسجمون بها مع مختلف المواقف المتشابهة من وجهة نظر حل المشكلات ، وهذا المفهوم الأخير يطلق عليه التوقع المعمم في نظرية التعلم الاجتماعي( روتر، 1984، ص111-112)

وفي مجال الإرشاد يرى ( روتر ) الى انه يهدف الى تقديم العون للمسترشد لكي يوجه حياته الوجهة الصحيحة ، وان يعيش حياة ايجابية فعالة يفيد بها مجتمعه ، ويرفع من إمكاناته في التفوق ، ويزيد من مشاعر الود والوثام والعون نحو الآخرين ، فضلاً عن مساعدة المسترشد في إبراز السلوك الاجتماعي المرغوب فيه وتعزيزه (صموئيل ، 1976، ص 8 ) .

وقد حدد ( روتر ) القيم التي يجب أن يلتزم بها المرشد أثناء الجلسات الإرشادية وكالاتي :-

1. توقع تأثير سلوكه في سلوك المسترشد وفي قيمه وقواعده الأخلاقية وتحمل بعض المسؤولية في هذه التأثيرات .
2. العمل على توجيه سلوك المسترشد نحو الطموحات التي تتال قيمة ضرورية في ذات المسترشد ، وبالتالي تحقق له أعلى إشباع .
3. الابتعاد على الأهداف التي يشعر بأنها تشكل ضرراً على الآخرين في المجتمع .
4. يضع في حسبانته بان المسترشد يتمكن من أن يقدم بعض العون للمجتمع في مقابل ما يحصل عليه من اشباعات ( باترسون ، 1981 ، ص399 ) .

- كما حدد ( Rotter ) وظيفة المرشد أثناء قيامه بالعملية الإرشادية بالآتي :-
1. أن يزيد من حرية الحركة ، أي نزيد من التوقعات بان أنماطاً معينة من السلوك سوف تحقق اشباعات أو أهدافاً لها قيمتها لدى الفرد .
  2. يقلل من قيمة الحاجة ، وهي الدرجة التي يفضل بها فرد من مجموعة من الاشباعات على مجموعة أخرى.
  3. يقوم بتغيير التوقعات ، وهي بصفة أساسية توقع الإشباع عن طريق السلوك البديل أو الجديد وبصفه ثانوية يعمل على تقليل توقع الإشباع الخاص بالسلوك غير المتوافق .
  4. تغيير قيم التعزيزات ( روتر ، 1984 ، ص 150 - 151 ) .

كما أشار ( Rotter ) الى أن انخفاض حرية الحركة يرجع الى جملة أسباب منها :-

- 1- قلة إمكانية المسترشد على اكتساب طرق السلوك المناسبة لتحقيق أهدافه .
- 2- نتيجة لطبيعة الهدف نفسه الذي يتمخض عنه أحياناً عقوبات قاسية في مجتمع معين .
- 3- ينتج من التقويم الارتجالي الذي لا يستند الى الأسلوب العلمي للحاضر بسبب الخبرات المبكرة ( صادق ، 1999 ، ص 25 )

أما في مجال التنفيذ ( تكنيكات الإرشاد ) أوضح (Rotter) الى إن هناك العديد من التكنيكات العامة التي تستخدم داخل إطار التعلم الاجتماعي ومنها :-

### 1. التنظيم

- ويتضمن قيام المرشد بأداء الفنيات الإرشادية الآتية :-
- يحدد الأهداف والإجراءات المراد تحقيقها ومن ثم مناقشتها لكي يحدد جوانب القوة والضعف فيها قبل القيام بعملية العلاج .
  - يحدد الخطط والأساليب المراد استخدامها في تحقيق الأهداف .
  - يحدد ادوار المرشد والمسترشد أثناء الجلسة الإرشادية .
  - يوضح للمسترشد بأن هدف الإرشاد هو مساعدته في فهم نفسه وأهدافه وردود أفعاله ، وإعطاء البدائل الممكنة للمشكلة .
  - يحدد للمسترشد القيود التي لا تسمح للعلاج ولا للمرشد تجاوزها .

- أن يستمر المرشد في عملية التنظيم طوال مدة العلاج ، لكي يعزز ثقة المسترشد بجدوى العلاج ، ومعالجة الانتكاسات التي قد تظهر على المسترشد بعد التحسن الذي ظهر لديه خلال الجلسات السابقة ( باترسون ، 1981 ، ص 401 - 402 ) .

## 2. التحول (النقل)

- يمكن أن يحدث النقل بحسب نظرية التعلم الاجتماعي من خلال الآتي :-
- أن يشعر المسترشد بالاطمئنان تجاه المرشد ، وان تتكون لديه القناعة بان المرشد يعمل من اجل تقديم العون والمساعدة له .
  - خلق جو من الألفة والمودة بين المرشد والمسترشد الذي ينتج عنه زيادة توقعات المسترشد بأنه سوف يحصل على التعزيز المباشر من قبل المرشد .
  - يعد التحول وظيفة مباشرة لكمية التعزيز التي يحصل عليها المسترشد بالفعل أو يتوقع الحصول عليها من جانب المرشد ( روتر ، 1984 ، ص 157 ) .

## 3. التنفيس

ويقصد به استخراج الطاقة النفسية المشحونة والمكبوتة حالياً من خلال استذكارها والمرور بها ثانية أو أدائها بادوار سايكودرامية أو ممارسة الألعاب الرياضية ، فيحدث نتيجة ذلك التعلم الجديد والمدعم بالتعزيز الايجابي من جانب المرشد ( باترسون،1981، ص405 - 406 )

وأشارت هذه النظرية الى أن التفريغ الانفعالي يمكن أن يحدث من خلال التدريبات الرياضية والأنشطة الجسمية ، وهذا ما سوف تستخدمه الباحثة كوسيلة لإحداث التفريغ الانفعالي لدى المصابات بالحرمان العاطفي ، وكما موضح في الملحق (5) لأن التأثيرات الايجابية للتنفيس في الواقع تأتي نتيجة لحدوث التعلم الجديد القائم على الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي المباشر من جانب المرشد ، وبذلك أشارت هذه النظرية الى إن التفريغ الانفعالي قد يكون ضاراً وقد يكون مفيداً ، ويتوقف ذلك على طبيعته وعلى أنشطة المرشد .

( باترسون ، 1981، ص405 - 406 ) .

## 4. الاستبصار

ترى نظرية التعلم الاجتماعي إن تعبير المسترشد عن مدى فهمه للمبادئ والقوانين التي تمثل خلفية سلوك ما ، سيؤدي الى توقعات جديدة من خلال إعادة تصنيف الخبرات السابقة ، وبشكل عام فان هذا الإجراء سوف يؤدي الى إضعاف توقع الإشباع عن طريق السلوك اللا اجتماعي ، ومن ثم يؤدي الى التقليل من إمكانية حدوث مثل هذا السلوك ، ولا تؤكد هذه النظرية إحداث استبصار في دوافع المسترشد الخاصة فقط ، وإنما استبصاره في دوافع الآخرين ( روتر ، 1984 ، ص 157 ) .

### 5. التفسير

عند استخدام التفسير في تعديل السلوك لابد للمرشد إتباع ما يأتي :-

- أن يقدم العون والمساعدة للمسترشد أثناء قيامه بالتداعي الحر عن خبراته المكبوتة ، كأن يجلب انتباهاً الى بعض الخبرات بصورة مباشرة أو غير مباشرة .
- يكون فعالاً ونشطاً باعتدال ، بحيث يستطيع تقديم الحقائق والأفكار ، وان يبني نوع من العلاقات الاجتماعية الجديدة .
- يقلل من تقديم التفسيرات للمسترشد كلما حقق الأخير تقدماً أثناء الجلسات .
- ينظم التفسيرات بشكل مدرج متسلسل ومتربط .
- يتجنب استخدام العبارات القوية والجازمة .
- يشجع المسترشد على تكوين علاقات جديدة بين الأشياء بنفسه .
- أن يكون واعياً في كيفية التخلص من مشكلة التعارض بين الرغبة في زيادة سرعة العلاج وبين عدم الرغبة في الإسراع .
- يتجنب التفسيرات العميقة لأنها تؤدي الى نوع من الإحباط ومن ثم الى استخدام المسترشد الحيل الدفاعية .
- يتجنب التفسيرات المهددة وخاصة عندما تكون العلاقة ضعيفة بين المرشد والمسترشد لأنها تؤدي الى نوع من اللا توافق .

- أن تكون محتوى التفسيرات عامة لا تتحدد في مجال واحد ( باترسون ، 1981 ، ص 407 )

وترى الباحثة انه من غير الممكن وصف كيفية إحداث هذه التغيرات السلوكية والمتباينة في هذا العرض الموجز ، وذلك لعدم تحقيق التكامل بينها من حيث استخدامها لانجاز التغيير في التوقعات وفي قيم التعزيز المستخدم في الإرشاد ، ولذا تلخص الباحثة الخصائص الأساسية لتطبيق نظرية التعلم الاجتماعي لـ ( Rotter ) في الإرشاد النفسي وكالاتي :-

1. الأسلوب الإرشادي يجب أن يكون ملائماً مع المسترشد ، وهذا يتطلب من المرشد أن يكون مرناً في تجريب أساليب متنوعة في الإرشاد ، إذ لا يتوفر أسلوب محدد يمكن استخدامه في جميع الحالات.

2. لابد للمرشد من أن يعرف بأن مشكلات المسترشد غالباً ما تكون قابلة للحل ، لذا يتوجب عليه استخدام المهارات الخاصة بحل المشكلات لكي يتم معرفة حاجات المسترشد وحاجات الأفراد الآخرين ( روتر ، 1984 ، ص 156-157 ) .

3. دور المرشد يجب أن يكون فعالاً نشطاً ، موجهاً لعملية التعلم ، فمن واجبه تقديم التفسير والنصح والتدعيم المباشر لأنواع السلوك الايجابي الذي يصدر من المسترشد أثناء العلاج ، فضلاً عن تقديم بدائل جديدة لحل المشكلات ، ولكي يتمكن المرشد من تحقيق ذلك لابد من خلق جو يسوده الألفة والمحبة بينه وبين المسترشد ( باترسون ، 1981 ، ص 411 ) .

4. لإحداث تعديل في سلوك المسترشد وأهدافه وقيمه لابد للمرشد من أن يركز على كيفية ربط هذه الأهداف بالاشباع المستقبالية لأنه يحقق مظاهر الاستبصار . ( روتر ، 1984 ، ص 157 ) .

5. لابد للمرشد من أن يضع في حساباته بأن الاستبصار يحدث عند المسترشد في البيئة الواقعية أكثر من غرف العلاج ، لذا عليه أن يستخدم التغيير في البيئة استخداماً واسعاً لكي يحقق فرصاً أكبر لإحداث التغيير في الشخصية ، لذلك على المرشد أن يأخذ بنظر الاعتبار الخبرات الحالية للمسترشد ، فضلاً عن ضبط متغيرات البيئة وتوجيهها توجيهاً صحيحاً لصالح العلاج ( باترسون ، 1981 ، ص 412 ) .

6. من جهة نظر ( Rotter ) أن الإرشاد النفسي هو تفاعل اجتماعي قائم على أساس تبني الأسس والقواعد التي يمكن استخدامها في المواقف التفاعلية المتبادلة ، والتي يكون فيها المرشد فعالاً ونشطاً في العملية الإرشادية ، وان يستخدم قواعد التعلم ليساعد المسترشد على أن ينال أفضل الطرق للتعامل مع مشاكل الحياة ( باترسون ، 1981 ، ص 412 ) .

كذلك أشار ( Rotter ) الى إن المرشد يمكن أن يؤثر في المسترشد في جملة نقاط هي :-

1. يساعده في فهمه لنفسه ولأساليب سلوكه المختلفة وطموحاته الأخلاقية .
2. تغيير سلوك المسترشد من ثم توجيه هذا التغيير والسيطرة عليه .
3. إشباع حاجات المسترشد وأهدافه أو التي تشبعه في حدود إمكاناته .
4. منع المسترشد من اكتساب أنواع من السلوك اللا اجتماعي الذي يضر به .
5. تقديم العون للمسترشد كي يستطيع تحمل مسؤوليته في المجتمع بالدرجة التي تمكنه من تقديم العطاء للآخرين بالقدر الذي يقدمونه له . ( روتر ، 1984 ، ص 158 - 159 ) .

من خلال عرض النظريات التي فسرت اللعب ، تود الباحثة أن تبين إن أخذها بنظرية التعلم الاجتماعي مبني على أساس إن الإرشاد النفسي والتربوي تفاعل اجتماعي ، فالمرشد يساعد المسترشد على أن يحقق تفاعلاً متبادلاً مرضياً وبناءاً مع بيئته الاجتماعية ، وان القوانين والمبادئ التي تحكم السلوك في المواقف القائمة بين الأفراد تنطبق تماماً على موقف العلاج ، علماً إن السلوك ضمن هذه النظرية يعد سلوكاً مكتسباً ، وبما انه مكتسب ، إذاً فهو قابل للتعديل ، وبناءاً على ذلك فإن نظرية التعلم الاجتماعي يمكن أن تكون أكثر فعالية لأنها قائمة على أسس علمية ، وان مفاهيمها قابلة للاختبار والتطبيق ، لذا تبنت الباحثة نظرية التعلم الاجتماعي لـ ( Rotter ) وأسلوبه في التأثير على الاضطرابات النفسية والمقدم بوسيلة التدريب الرياضي .

إن هذا الاختيار يقوم أساساً على ما تتضمنه هذه النظرية من أسلوب لخفض الاضطرابات النفسية الذي ينص بأنه عملية تشجيع المسترشد على إطلاق المشاعر الحبيسة عن طريق اللعب الدرامي أو من خلال الفنون التعبيرية أو من خلال التدريبات الرياضية والأنشطة الجسمية ، وتأتي التأثيرات الايجابية للتفرغ في الواقع نتيجة لحدوث التعلم الجديد الموجه ونتيجة للتعزيز المباشر من جانب المرشد ( باترسون ، 1981 ، ص 406 )

فضلاً عن أن هذا الأسلوب يتناسب تماماً مع أهداف البحث الأساسية ، وإمكانية تطبيق هذه النظرية وأسلوبها في تعديل الاضطرابات النفسية في مدارسنا ، كون إن الاضطرابات النفسية في مؤسستنا التربوية غالباً ما تكون سلوكاً متعلماً قابلاً للتعديل ، بالإضافة الى توفر الكوادر القادرة على تطبيق هذا الأسلوب ، والمقصود بها مدرسو التربية الرياضية والمرشدون التربويون ، مع إمكانية توفير الأدوات والأجهزة المستخدمة في تحقيق الأسلوب الإرشادي الناجح .

ج :- أدبيات الحرمان العاطفي:-

مفهوم الحرمان العاطفي

أن الحرمان العاطفي من الأبوين هو من أهم أسباب الاضطرابات النفسية ، وأن حرمان المراهق من العلاقة الأسرية الدافئة بين أفراد أسرته من أهم عناصر اهتزاز ثقة الفرد بنفسه وبالأخرين ( صباح ، 1988، ص، 161 ) فالحرمان مصطلح يشمل عدداً من حالات اضطرابات التعلق التي تؤثر سلباً في نمو الفرد ومن الضروري أن نميز بين الانفصال، والفقدان ، والحرمان وقد تحدث الحالات بشكل متزامن ، فالانفصال يمكن أن يحدث دون تعرض الطفل للحرمان من العناية والحب ( هانت ، 1988 ، ص 194 ) أما الفقدان فيعني فقدان الفرد احد والديه بسبب الموت مما يجعله يفقد كل عوامل الرعاية والحب فيما إذا لم يكن هناك من ينوب عنهما في تقديم الرعاية والاهتمام اللازم له . أما الحرمان فيعني العيش في بيئة خالية من الرعاية والحب والحنان على الرغم من وجود الوالدين ، مما يجعله يعيش في حالة اضطراب نفسي ، أو في إحدى المؤسسات التي تسودها علاقات تختلف تماماً عن العلاقات القائمة في الأسرة ( Medinnus ,1979 ,p:413 ) أو إن الفرد يعاني من نبذ احد الوالدين وعدم تقديم الرعاية له ، وقد أثبتت دراسات الطب النفسي أنه لكي ينشأ الطفل في صحة نفسية وعقلية سوية ، يجب أن تظل حياته ، علاقة دافئة ، وطيدة ، مستمرة مع والديه (عكاشة، 1984، ص 384) . وأن حرمان الفرد من علاقات الحب والرعاية الوالدية يؤدي الى الشعور بالعجز والخوف وعدم الأمن وتكوين نظرة دونية تجاه ذاته ( الزبيدي ، 2008 ، ص 11) .

وأن حرمان الفرد من الحب والعطف لمدة طويلة وعدم إشباع حاجات الفرد الأساسية والضرورية لمدة طويلة يؤدي به الى كبت هذه الحاجات وبالتالي يؤثر في النمو النفسي السليم . ( مرسي 1986، ص 18 ) ، إذ أن النمو السليم قائم على أساس إشباع هذه الحاجات وهي ( الأمن النفسي ، الحب ، الانتماء ، تقدير الذات )، وان حرمان الفرد منها من خلال فصله وحرمانه من العيش مع أسرته يشكل لديه اضطرابات نفسية وسلوكية مختلفة ( الزبيدي ، 2008 ، ص 11 ) .

فضلاً عن ذلك ، فإن ارتباط الفرد بالمقربين له وخصوصاً الأم والأب هو أساس النمو النفسي السليم ( الزبيدي ، 2008 ، ص 11 ) . وأن أساس النمو النفسي السليم للفرد هو أن يخبر علاقة دافئة حميمة مع الكبار ولاسيما الأم والأب ، وأن إشباع حاجة الارتباط النفسي والعاطفي بالأخرين تتم عن طريق الجو الأسري ، وان الحرمان العاطفي يؤدي الى نقص في جوانب الشخصية ( الزبيدي ، 2008 ، ص 11 ) .

أنواع الحرمان

يقسم علماء النفس الحرمان العاطفي الى قسمين أساسيين هما :-

**1- الحرمان الجزئي :- partial Deprivation**

وهذا النوع يحدث نتيجة الحياة مع الأم والأب أو ( مع بديل لهما ) تتكون علاقة الفرد ودية غير مشبعة تماماً لحاجة نفسية ، كالطفل أو المراهق المنبوذ المهمل من احد الوالدين أو كلاهما ( سمارة ، 1989 ، ص 67 ) .

**2- الحرمان التام :- Complete Deprivation**

ويحدث نتيجة فقدان الأم أو الأب أو ( بدائلهما الدائمين ) بالموت أو الطلاق أو الهجر ، من دون أن يكون للفرد أقارب مألوفين لديه يدعون ( الآلوسي ، 1983 ، ص 91 ) فيودع الفرد الى رعاية غرباء أو الى مؤسسات الأبوية حيث لا يجد الفرد اهتماماً شخصياً من شخص واحد يرعاه بطريقة شخصية يشعره بالأمن أو الطمأنينة ( Freeman ,1984 ,p:28 ) .

مصادر الحرمان

ويقسم ( يارو ) الحرمان العاطفي الى ثلاثة أنواع حسب مصادره :-

1. الحرمان من الأمومة ( Maternal Deprivation ) يرى بعض علماء النفس إن الحرمان من الأم أشد أنواع الحرمان أثراً على الفرد .

2. الحرمان من الأبوية ( Maternal Deprivation ) إن الحرمان من الأب له آثار حادة على نمو الفرد وتبرز أهمية وجود الأب في حياة الفرد وتزداد كلما أصبح قادراً على الاستقلال ( Bowlby ,1952,p:34 ) .

3. الحرمان الأسري ( Family Deprivation ) ويعني بهذا النوع حرمان الفرد من العيش ضمن محيط الأسرة بسبب تفكك الأسرة نتيجة موت احد الوالدين أو كليهما ، وإخضاع الفرد المحروم للعيش في بيئة غريبة لا يوجد فيها الارتباط النفسي والشخصي كما هو الحال في

بيئته المؤسسات أو بيئة الأسرة البديلة ، وبشكل عام فان الأفراد المحرومين من طبيعة العلاقة السائدة في محيط الأسرة يعانون من التأخر في النمو البدني،النفسي والعقلي والاجتماعي (Hurlock,1968,p:263). والحرمان من العطف والرعاية الأسرية له آثاره البيئية التي تختلف تبعاً لدرجة ذلك الحرمان ، فالحرمان الجزئي يؤدي الى القلق والتعطش الى المحبة ، واما الحرمان الكلي فله اثار اشد خطورة على النمو فقد يسبب عجزاً كبيراً في تكيف الفرد .

### آثار الحرمان

- 1- يؤدي الحرمان الى زيادة أعراض القلق وزيادة الخوف ، واضطراب النوم وفقدان الشهية ، وضعف الثقة بالنفس والشعور بالتعاسة .
- 2- يؤدي الحرمان الى اضطراب العلاقات النفسية ويولد الانفعال الوجداني والفقر العاطفي والشعور بفراغ الحياة وعدم أهميتها وضعف التوازن النفسي .
- 3- يشعر الفرد المحروم انه عاجز أو ضعيف أو مهدد ، من قيم تحميه من شرور الدنيا والعالم ولاسيما المثل العليا لم تعد من القوة بحيث تجعل الفرد يشعر بأنه جزء من قوة عظمى تحميه وتوجهه.
- 4- يؤدي الحرمان الى تأخر في السلوك وسوء التوافق وعدم الاكتراث بالناس وضعف القدرة على ضبط النفس .
- 5- تظهر لدى المحرومين علاقات الغضب والأتكالية والتماس والمساعدة غير اللازمة ، والتظاهر بالبلادة الانفعالية ( البياتي ، 1985 ،ص25 ) .

النظريات التي فسرت الحرمان العاطفي

### 1. النظريات التحليلية

أكد فرويد على أهمية الخبرات المبكرة للفرد في السنوات الأولى من حياته وبعدها المحددات الهامة في بناء شخصية الفرد . فالخبرات التي يتعرض لها الفرد كالألم النفسي والحرمان تبرز آثارها على شكل صدمات نفسية تؤدي الى عدم إشباع وإرضاء دوافعه التي تؤثر على النمو النفسي تأثيراً بالغاً ( فرويد ،1967، ص 101) ويرى فرويد إن النمو النفسي السليم هو نتيجة التكامل والانسجام بين الجوانب الثلاثة للنفس والعقل ، وأن هذا الانسجام والتماسك في الأسر الخالية من التفاعل العاطفي بين أفرادها سيجعلهم يجدون صعوبة في إرضاء ( الأنا) ولا يستطيعون إقامة علاقات عاطفية مع الآخرين وهذا يؤدي الى ظهور الاضطرابات السلوكية والنفسية . (Hurlock,1968.p312).

وترى (هورناي 1945, Horney) إن العجز النفسي هو الذي يقود الى القلق الأساسي ( Basic anxiety ) ، فالرضيع يكون بحاجة ماسة الى الدفء والقبول وعلاقة شخصية ثابتة . فإذا لم تشبع حاجاته الى الأمان والرضا فانه سيتعرض الى القلق الأساسي والعصاب وتؤكد الى إن العامل الحاسم في تحديد الشخصية هو الحاجة للامان والتحرير من الخوف أي إن مستقبل شخصية الطفل يتوقف على ما إذا كان قد خير الشعور بالأمان وغياب الخوف أم لا . وهي حالة تتوقف كلياً على طبيعة معاملة الوالدين للطفل وان شعور الرضيع بالعجز هو حالة مشروطة بكيفية معاملة الوالدين له فان كانا يغاليان تدليله فإنه سيتعود على الأتكالية وتتمو مشاعر العجز لديه ، وإذا عاملاه بعفوية غير ضرورية أو استهزأ به أو فضلا طفلها الآخر عليه ، فأنهما يقوضان مشاعر الأمان في داخله ويغرسان الكراهية في أعماقه ( صالح 1988، ص71).

وتشير (آنا فرويد Ann-freud ) الى إن الحرمان إذا حدث في السنوات الأولى في حياة الفرد فسيكون له تأثير مباشر على النمو النفسي السليم للفرد بعكس الحرمان الذي يحدث في السنوات المتأخرة يؤدي الى نكوص الفرد وتعويضه مشاعر الحرمان ( Millon 1974,p:52-58) .

ويشير ( اريكسون Erickson ) الى إن تعرض الفرد للآلام والخبرات المؤلمة والحرمان من الحب والعطف الأسري التي تؤدي الى اضطرابات سلوكية ونفسية تؤثر على الفرد بشكل مباشر

في المستقبل ( فهمي ، 1987 ، ص 116 ) كما يرى اريكسون إن الحرمان من الحب والعطف الأسري يسبب تأخراً في النمو العقلي للفرد ولاسيما في المراحل الثلاثة الأولى من العمر وهي : مرحلة الثقة بالنفس وبالأخرين ومرحلة الإحساس باستقلال الذات ، وتنمية التفاعل . (Holt,1971.p:88)

## 2. النظرية الإنسانية :-

يعد أبراهام ماسلو ( Maslow ) أبرز منظريها حيث يرى إن البيئة التي يشعر فيها الفرد أنها مصدر تهديد له ولا تشبع حاجاته الأساسية بشكل معقول فإنها تعيق نموه ، ولاسيما تكون البيئة التي تسمح للفرد إشباع حاجاته الأساسية مصدر إسناد ودفع له نحو النمو باتجاه تحقيق الذات وطبقاً لنظرية ماسلو ، فان دور البيئة يكون خطيراً في المراحل الأولى للنمو حيث تتركز جهود الفرد على إرضاء حاجاته الأساسية فمن الواضح إن الحاجة الى الأمن والحب والانتماء تتوقف كلياً على التعاون مع الناس لغرض اكفائها ( صالح ، 1988 ، ص 80 ) ويعطي ماسلو أهمية كبيرة للحاجات النفسية ، ويرى إن النمو النفسي السليم للفرد قائم على أساس إشباع هذه الحاجات كالحاجة الى الأمن النفسي والحاجة الى الحب و الانتماء وليس على أساس إشباع الحاجات البيولوجية فقط ( Maslow,1970 ,p:384 ) .

لقد تحدث ماسلو عن أساليب التنشئة الخاطئة للأطفال وتأثيرها على السلوك وأكد على إن خبرات الطفولة لها أهمية خاصة في تسهيل أو تعويق النمو اللاحق . إذ يرى ماسلو إن التسامح والحرية وانعدام النظام تؤدي الى القلق وعدم الطمأنينة لدى الافراد ، وان الحرية يجب أن تمنح لهم ضمن حدود لأن الحرية الزائدة أو السائبة في الطفولة يمكن أن تؤدي بالنتيجة الى إعاقة في النمو اللاحق . ( صالح ، 1988 ، ص 80-81 ) وبشير روجرز ( Rogers ) الى أهمية معاملة الوالدين وتأثيرها الكبير في تكيف الفرد أو تكوين مفهوم ايجابي نحو ذاته ، كما إن مشاعر الرفض والحرمان من العطف والحب والاتصال الاجتماعي يعدان اكبر التهديدات لذات الفرد على وفق آراء روجرز ( Paul,1980,p:282) .

ويقترح (ماسلو) طريقة في تصنيف الدوافع الإنسانية التي يمكن تطويرها بشكل هرمي بحيث تقع في قاعدة الهرم الحاجات الفيزيولوجية الأساسية وفي قمة الحاجات الحضارية العليا ، وقد قسم ماسلو الهرم الى (7) حاجات ، فقد أطلق على الحاجات الأساسية الأربع الأولى بالحاجات

الحرمانية ، وعلى الحاجات المتبقية بالحاجات الإنمائية وان الحرمان الشديد في إشباع بعض الحاجات يؤدي الى أن تطغى هذه الحاجات على سلوك الفرد بغض النظر عن موقعها في الهرم ، لذا سمى ماسلو هذه الحاجات بالحاجات الحرمانية ( توك ،1984، ص145 ) ويؤكد ( ماسلو ) في تصنيفه هذا على أهمية الحاجات الحرمانية في بناء شخصية الفرد ، حيث يقول إن الفرد يتميز بتعدد حاجاته وتنوعها التي تؤثر في سلوكه ، وتعد الأسر السيئة هي الوحيدة غير القادرة على إشباع هذه الحاجات ( Secord,1968,p:233) وإن السمة المهمة في نظرية ماسلو هو تأكيده على إشباع الحاجات النفسية للفرد ، وان تمتع الفرد بالصحة النفسية قائم على أساسها.

### 3. نظرية التعلم الاجتماعي

وهي النظرية التي يمثلها كل من ميلر (miller) ودولارد (Dollard) وسيزر (Seaser) وباندورا ( Bandura ) ، ومن ابرز ما جاء بهذه النظرية هو إن الفرد لا يستطيع أن يكتسب مهارة ما ، إذا لم يكن لديه شعور تجاه من يعلمه هذه المهارة ولم يكن مستعداً لتوحيد نفسه به ، وإن الاتجاه الايجابي نحو الأم ( أو بديلتها ) يكون غير موجود لدى الفرد المحروم أو يكون ممزوجاً بعنف شديد ، وان السنوات الأولى المبكرة للفرد التي يحدث فيها الحرمان مهمة جداً في تفسير هذا الحرمان (Bowlby ,1952,p:11) .

ويدعي كل من دولارد وميلر ( Dollard & Miller ) إن الفرد يكتسب السلوك المرغوب من خلال عملية التنشئة الاجتماعية وأثناء تفاعله مع أسرته التي تضم الأم والأب والإخوة ، ويقوم هؤلاء بتدعيم السلوك الذي يرغبون به ، لقد قام أصحاب هذه النظرية بمحاولات مختلفة في التعليم الاجتماعي الفرد من خلال المواقف الاجتماعية التي يتفاعل معها في البيئة بعد تغييرها ، فتوصلوا الى إن الفرد يصبح مرتبطاً بالأم لأنها هي التي ترعاه وتشبع حاجاته وبذلك تصبح حدثاً معزلاً في حياة الفرد فيتعلم حبها ( الملك ،2000، ص 21 ) .

ويؤكد منظرو التعلم الاجتماعي إن ارتباط الفرد بالآخرين هو هدف بحد ذاته وان تعرض الفرد لمواقف الإحباط والحرمان يوتر سلبياً في سمات شخصيته ويصبح من الصعب تغييره عند بلوغ رشده أي إن للحرمان العاطفي آثاراً خطيرة على جوانب الشخصية ككل وعلى التكيف الاجتماعي بشكل خاص وهذا يوتر في نموه السليم ( Paul ,1980, p:81 ) ومن بين ما ذكره

منظرو التعلم الاجتماعي أن السلوك المرئي والسمعي واللمسي الذي يقدمه الراشدون في تفاعلاتهم اليومية مع الأفراد ، يمد الفرد بالقاعدة لنمو الارتباط الوثيق معهم ، لذلك فإن مجموعة أفراد معينة تقدم هذه التنشئة المشبعة بانتظام سيجعل الفرد يكون لهم أهمية خاصة ويصبحون هدفاً أو مادة للارتباط ، إن السمة المهمة في عملية التعلم للارتباط أنها ليست عملية فكرية أو غريزية ، بل إنها تتطور بمرور الوقت نتيجة التفاعل المشبع مع أناس مهمين في بيئة الفرد ( Hetherington and Pavier ,1986 ,p:246 ) . ويرى أنصار هذه المدرسة إن أساليب التنشئة الاجتماعية تؤدي دوراً مهماً في اكتساب الفرد القدرة على تحقيق توافق جيد ( الشيخ ، 1982 ، ص 39 ) . وقد تبنت الباحثة هذه النظرية لأنها تتسجم مع أهداف ومتطلبات بحثها .

#### 4. النظرية الارتباطية (الايثولوجية)

من أنصار هذه النظرية ومؤسسيها بولبي (Bowlby) وسبيتز (Spitz) وكولد فارب (Gold Farb) الذين درسوا خاصية الارتباط النفسي ATTACHMENT ما بين الفرد وأمه ، ويفترضون إن الارتباط نتيجة للعديد من الاستجابات الغريزية المهمة لحماية النوع من الانقراض وبقاء الأفراد ( صفوت ، 1980 ، ص 70 ) وان فقدان هذا الارتباط والشعور المشترك بالارتياح يؤدي الى آثار سلبية في حياة الفرد ( Hetherington and Pavier ,1986 ,p:246 ) . ويؤكد ( Bowlby ) إن أساس النمو العقلي والنفسي السليم للفرد هو العلاقة الحميمة والدافئة بالأم أو (بديلتها) حيث إن كليهما يحقق الحاجة بالإشباع والخبرات السارة والايجابية . ( Bowlby,1952,p: 167 ) .

أما (كولد فارب) فقد أهتم بدراسة خاصية الارتباط النفسي للفرد حيث توصل من خلال بحثه ودراسته إن إشباع هذا الاتصال والارتباط للفرد يتم أولاً في الأسرة من خلال العلاقات الدافئة والحميمة بينه وبين أفراد أسرته ( Stangner,1977 ,p:192 ) . كما بين إن الحرمان من الحب والعطف يمكن أن يؤدي فيما بعد الى اضطراب الشخصية ، ولاسيما في الجوانب الشعورية والفكرية ، ويكون نمو الفرد المحروم نمواً غير سليم حيث يكون غير ناضج وفاقداً للأمن طوال حياته ( Medinnus ,1968 ,p:73 ) كما إن إشباع حاجة الارتباط أو الاتصال الشخصي والعاطفي ما بين الفرد ووالديه ضرورية لنموه السليم ( Spencer,1970,p:87 ) .

كما اهتم (بولبي) كثيراً بالعمر الذي يحدث فيه الحرمان ، ووجد انه كلما كان العمر الذي يحدث فيه الحرمان متقدماً كان تأثيره أقل، واعتبر العمر المبكر الذي يحدث فيه الحرمان يكون تأثيره أقوى وأشد لأن الفرد بعد سن الخامسة من العمر يحاول إيجاد علاقات بديلة تشبع حاجاته الى الاتصال العاطفي والاجتماعي مما يؤدي الى تجاوز آثار الحرمان والمحافظة على التكيف الاجتماعي ( Bowlby,1952,p: 168 ). وقد وجد (بولبي) إن الحرمان من الأم يؤدي الى النضج الانفعالي وفقدان التعاطف اللذين يؤديان الى عدم الاهتمام بعواقب الاتصال ، وان خبرات الانفصال ينتج عنها اضطرابات الشخصية الذي يتسم بقلة الحنان وعدم الاهتمام بأحد . كما تؤكد هذه النظرية نمو الارتباط المتبادل بين الوالدين وبين الفرد ، وأوضح ( Bowlby ) إن هذه السلوكية تكون مبرمجة بيولوجياً ما بين الأم والطفل في تكوين النمو السليم ( Hetherington and Pavier ,1986 ,p:246 ). وقد ميز ( روبرتسون وبولبي ) بين ثلاث مراحل لأستجابة الطفل من الأم .

وقدم ( بولبي) تفصيلاً نظرياً للتغيرات التلقائية في كل مرحلة من المراحل الآتية :-

### 1- مرحلة الاحتجاج: -

وفيهما ينزعج الطفل بشدة وينشط سلوك الارتباط لديه بشدة ويسعى الى الاستيلاء على أمه بالسبل المتاحة أمامه كإفهامه مثل البكاء ، النداء ، البحث ، وقد تتسم هذه المرحلة بقلق الانفصال Separation Anxiety لكن يبقى الأمل لديه في عودتها ( Lee ,1971,p:51 ) وأنه كلما كانت العلاقة بين الطفل وأمه دافئة زادت مدة طول الاحتياج ( كنجر ، 1998، ص72 )

### 2. مرحلة الحداد: -

وهي مرحلة اليأس ، يوحى سلوك الطفل بالرغم من انه مازال موجهاً نحو أمه المفقودة فيزداد العجز لديه فيكون هابط الهمة انسحابياً ويبدو في حالة من الحداد العميق ، ويشبه بولبي استجابة الفرد هذه باستجابة الحداد عند الراشدين عند فقدانهم شخص يحبونه دون رجعة ( صفوت ، 1980، ص72 ).

### 3. مرحلة الانفصال: -

في هذه المرحلة يتقبل الطفل الأمر الواقع ويتعامل مع بيئته التي يعاني فيها انفصاله ويتقبل الناس الموجودين ، وعلى الأرجح يصبح مرتبطاً بشخصية جديدة تمثل له رمزاً للألم الحقيقية ، لكن إذا حدث انه ليس هناك واحدة بوسعها أن تبادله الارتباط إلا بشكل وقتي فإنه سيتوقف بالتدرج بالارتباط بأي واحد ويفصل عن الآخرين ، ويكون فك الارتباط هذا أول عمليات مراحل عملية الكبت ( Bowlby ,1968 ,p p 105 -106 ) مما يعيق الشعور بالحب والتعاطف مع الآخرين ، فينشأ فرداً يتصف بالجمود والبلادة الانفعالية ، وقد أوضحت دراسات ( Bowlby ) إن نمو الطفل في بيئة طبيعية ( أسرته الأصلية ) يفوق نموه في أسرة بديلة ، وان نموه في أسرة بديلة يفوق نموه في المؤسسات ( مكاربوس ، 1974 ، ص 65 ) .

و درس ( Spitz ) خاصية الارتباط أو الانفصال النفسي واعتبرها عاملاً مهماً في نمو الفرد بصورة طبيعية ودية ودافئة مع أبويه ، ( Benjamin ,1982 ,p:137 ) وقد اهتم Spitz بدراسة الحرمان العاطفي من الأبوين وآثاره السيئة على الفرد ولاسيما إذا حدث هذا الحرمان في السنوات المبكرة من حياة الفرد ، وقد قام بتنفيذ مجموعة من الدراسات على الافراد في السنوات الأولى من أعمارهم المودعين في مؤسسات إيوائية من الذين يعانون من الحرمان بكافة أشكاله ، ومن خلال دراساته العديدة فقد خرج بنتيجة مهمة وهي أن انتظام ظهور الاستجابة الانفعالية وبالتالي تقدم النمو الجسمي والعقلي مرهون بحسن العلاقة ما بين الطفل وأمه أو بديلتها ( Bijnor, 1979, p ,160 ) .

تعتقد الباحثة إن الغرض الأساسي من عرض الدراسات السابقة وتحليلها هو أن يعطي للباحثة رؤية ، وتفيدها في تحديد متغيرات بحثها وتصميم منهجيتها ، وقد قسمت الباحثة الدراسات السابقة الى مجموعتين ، بما يتوافق مع متغيرات موضوع بحثها :-

المجموعة الأولى :- الدراسات التي تناولت اللعب .

المجموعة الثانية :- الدراسات التي تناولت الحرمان العاطفي .

المجموعة الأولى:- دراسات سابقة تناولت اللعب

أ. دراسات محلية :-

▪ دراسة ( الكردي ، 1988 ) :-

(( أثر برنامج ترويحي رياضي مقترح في تحسين القابلية للتعلم الحركي ومفهوم الذات الجسمية ))

هدفت الدراسة إلى وضع برنامج ترويحي رياضي لطالبات المرحلة الإعدادية ، وقد بلغ حجم العينة (50) طالبة في إحدى مدارس الأردن، تم تقسيمهم على مجموعتين أحدهما تجريبية والثانية ضابطة0

قام الباحث ببناء برنامج ترويحي ، واستخدام اختبار الذكاء المصور ، واستبيان خاص للتعرف على الميول فضلاً عن اختباري القدرة على التعلم ومفهوم الذات الجسمية ، وقد تم التأكد من صدقه ، ومن ثم ثباته باستخدام معامل الارتباط ، وبعد استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة ، ومنها ( ولكوكسن ومان وتتي ) أظهرت النتائج وجود فروق دالة معنوياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية في كل من القدرة على التعلم الحركي ومفهوم الذات الجسمية ( الكردي ، 1988 ، ص 339-370 ) .

▪ دراسة ( التكريتي ، 1990 ) :-

(( اثر ممارسة الأنشطة الرياضية في تحقيق الحياة المتزنة في الوسط الجامعي ))

هدف البحث إلى تحديد :-

1. بعض المشكلات التي يكون لممارسة الأنشطة الرياضية دور في الحد منها 0
  2. مدى فاعلية ممارسة الأنشطة الرياضية في تكوين الحياة المتزنة وتجنب ما يشكو منه الشباب من مشكلات نفسية واجتماعية وترويحية وقوامية وصحية 0
- استخدم الباحثون المنهج الوصفي في بحثهم ، أما عينة البحث فقد تكونت من (400) طالب من طلاب جامعة الموصل ، وقد تم تقسيم العينة الى مجموعتين :-
- المجموعة الأولى : تمارس الألعاب الرياضية وبلغ عددها ( 200 ) طالب .
  - المجموعة الثانية : لم تمارس الألعاب الرياضية وبلغ عددها ( 200 ) طالب .
- وقد تم اختيارهم عشوائياً من بين الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية وغير الممارسين بالطريقة العشوائية المنظمة .
- استخدم الباحثون الاستبيان كأداة للبحث ، وقد تم التأكد من صدقه ، ومن ثم ثباته باستخدام معامل الارتباط ، حيث بلغ معامل الثبات (0,70) وبعد استخدام الوسائل الإحصائية كالمتوسط الحسابي والاختبار التائي للنسب ومعاملات الارتباط البسيط ، أظهرت النتائج :-
- أن لممارسة الأنشطة الرياضية أثراً إيجابياً في التصدي للمشكلات الاجتماعية والنفسية والصحية والقوامية والترويحية والجنسية ، والتقليل منها ، وتحقيق الحياة المتزنة للشباب الجامعي ( وهنا تحقق الغرض الأول ) .
  - وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة ( 0,05 ) بين ممارسي الأنشطة الرياضية وغير الممارسين في جميع المشكلات التي طرقتها البحث . ( وهذا يحقق الغرض الثاني ) . ( التكريتي ، 1990 ، ص 115 - ص 128 ) .

▪ دراسة ( صادق ، 1999 ) :-

(( أثر أسلوب التفريغ الانفعالي في تعديل السلوك العدوانى لدى طلاب المرحلة المتوسطة ))

هدفت الدراسة الى معرفة أثر أسلوب التفريغ الانفعالي في تعديل السلوك العدوانى لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي للتحقق من فرضيات البحث ، حيث تكونت عينة البحث من (24) طالباً من الطلاب الذين تم تشخيصهم على أنهم ذوو سلوك عدواني والذين اختيروا من متوسطة حي المعلمين في مدينة بعقوبة مركز محافظة ديالى ، تم توزيعهم عشوائياً بين مجموعتين متساويتين واستخدم مع المجموعة التجريبية أسلوب التفريغ الانفعالي المقدم بوسيلة التدريب الرياضى ولم تتعرض المجموعة الضابطة الى أي أسلوب إرشادي . كما قام البحث ببناء مقياسين هما :-

1. مقياس السلوك العدوانى وفق تقديرات المدرسين ، وتكون من (26) فقرة .
2. مقياس السلوك العدوانى وفق تقديرات الطلاب لأنفسهم ، وتكون من (60) فقرة على وفق طريقة ليكرت .

وقد تم استخراج صدق المقياسين باستخدام طريقتي الصدق الظاهري والثبات ، أما ثبات المقياسين فقد تم استخراجهما باستخدام طريقتي اعادة الاختبار والاتساق الداخلى ، وقد استخدم الباحث استراتيجيات التفريغ الانفعالي والمصممة لغرض تعديل السلوك العدوانى لدى طلاب المرحلة المتوسطة وبوسيلة التدريب الرياضى ، وقد بلغ عدد الجلسات ( وحدات تدريبية ) (32) جلسة ( وحدة ) مدة كل منها (60) دقيقة واستمرت (11) أسبوعاً . وتم عرض هذه الجلسات على مجموعة من الخبراء المتخصصين للتأكد من صلاحيتها في تعديل السلوك العدوانى في البيئة المدرسية وأكدوا جميعاً صلاحيتها . بعدها شرع الباحث بتطبيق هذه الجلسات على عينة البحث .

استخدم الباحث عدداً من الوسائل الإحصائية منها ( الاختبار التائي T-Test ) و( مربع كاي ) و ( معامل الفاكرونباخ ) ، واختبار ( مان - وتني ) للمقارنات المتعددة ، واختبار ( ولكوكسن ) لعينتين مترابطتين . وقد توصل الباحث الى النتائج الآتية :-

1. وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى ( 0,01 ) بين الاختبارين القبلي والبعدي عند المجموعة التجريبية على وفق تقديرات المدرسين ولصالح الاختبار البعدي .
2. وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى ( 0,01 ) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على وفق تقديرات المدرسين ولصالح المجموعة التجريبية .

3. وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى ( 0,01 ) بين الاختبارين القبلي والبعدي عند المجموعة التجريبية على وفق تقديرات الطلاب لأنفسهم ولصالح الاختبار البعدي .
4. وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى ( 0,01 ) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على وفق تقديرات الطلاب لأنفسهم ولصالح المجموعة التجريبية .
5. وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى ( 0,01 ) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار المؤجل على وفق تقديرات المدرسين ولصالح المجموعة التجريبية .
6. وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى ( 0,01 ) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار المؤجل على وفق تقديرات الطلاب لأنفسهم ولصالح المجموعة التجريبية .  
( صادق ، 1999 ، ص - ث )

ب . دراسات عربية :-

▪ دراسة ( عبد الغني ، 1991 ) :-

(( أثر برنامج اللعب على بعض جوانب النمو اللغوي لدى عينة من الأطفال في عمر ست سنوات ))

وقد هدفت الدراسة الى :-

- وضع برنامج اللعب اللغوي يمكن من خلاله الارتقاء ببعض جوانب النمو اللغوي ( الإدراك السمعي ، والتعبير اللغوي ) لدى طفل السادسة من العمر .
- وضع برنامج اللعب التمثيلي يمكن من خلاله الارتقاء ببعض جوانب النمو اللغوي ( الإدراك السمعي ، والتعبير اللغوي ) لدى طفل السادسة من العمر .

وكانت عينة الدراسة ( 60 ) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الصف الأول الابتدائي ممن تتراوح أعمارهم بين ( 6-7 ) سنوات ، واستخدم الباحث بطارية القدرات النفسية واللغوية التي أعدها الباحثان ( هدى برادة و فاروق صادق ) ، كما قام الباحث بأعداد برنامج اللعب التمثيلي واستخدمه في البحث ، وبعد تطبيق هذه البرامج على عينة البحث ومعالجة البيانات احصائياً توصل الباحث الى النتائج التالية :-

- وجود فروق ذات دلالة احصائية عند (10) بين متوسطات درجات تلاميذ مجموعة اللعب اللغوي ومتوسطات درجات تلاميذ المجموعة الضابطة في أبعاد النمو اللغوي المقاسة .
  - وجود فروق ذات دلالة احصائية عند (10) بين متوسطات درجات تلاميذ مجموعة اللعب التمثيلي ومتوسطات درجات تلاميذ المجموعة الضابطة في أبعاد النمو اللغوي المقاسة بعد تطبيق برنامج اللعب التمثيلي مباشرة وذلك لصالح تلاميذ مجموعة اللعب التمثيلي .
- ( ربيع ، 2007 ، ص 143 - 144 ) .

ج . دراسات أجنبية :-

▪ دراسة ( Rost & Bruyn, 2002 ) :-

قام (روست و بروين) ( Rost , & Bruyn ) بدراسة هدفت إلى معرفة فاعلية استخدام أنواع من اللعب في خفض الاكتئاب لدى مجموعة من أطفال الروضة تتراوح أعمارهم ما بين ( 3- 6 ) سنوات ، وتكونت عينة الدراسة من ( 21 ) طفلاً قسموا إلى ثلاث مجموعات ، قدم للمجموعة الأولى اللعب الحر الفردي ، وقدم للثانية اللعب الحر الجماعي ، بينما قدم للمجموعة الثالثة اللعب الدرامي ، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التي قدم لها اللعب الحر الفردي ، وذلك نتيجة لعجز الأطفال المكتئبين عن الاشتراك والدخول في الألعاب الجماعية ، أما بالنسبة لمجموعة اللعب الدرامي فلم يكن لعبها مفهوماً ، واتسم بالغرابة الشديدة . ( السعدي ، 2007 ، ص 33 ) .

▪ دراسة ( Ivory & McCollum, 1999 ) :-

هدفت دراسة (ايفوري وماكولوم) ( Ivory & McCollum, 1999 ) إلى معرفة اثر أنواع من اللعب على مستوى التفاعل في اللعب لدى مجموعة من الأطفال يعانون من صعوبة التعلم ، وتكونت عينة الدراسة من 8 أطفال ، مقسمين إلى مجموعتين : احدهما استخدم معها اللعب الفردي والثانية استخدم معها اللعب الجماعي ، وذلك لمدة أربع أسابيع كاملة ، وقد أشارت النتائج إلى أن استخدام اللعب في حد ذاته قد أدى إلى تحسن في تفاعلات الأطفال أثناء اللعب .

( السعدي ، 2007 ، ص 33 ) .

### ▪ دراسة كويلهو (Coelho,1986) :-

#### (( أثر برنامج تروحي في مفهوم الذات لدى الكبار في السن ))

هدفت هذه الدراسة إلى التأكد من أن برنامج التروحي المنظم سيؤدي إلى تغيير في مؤشرات مفهوم الذات لأشخاص تزيد أعمارهم عن (60) عاما ، وتحديد الأنشطة التي يحبها أفراد هذه المجموعة العمرية ، أما عينة البحث فقد بلغت (214) مبحوثا ، تم اختيارهم عشوائيا ، قسموا على مجموعتين :-

- المجموعة التجريبية (112) مبحوثاً.

- المجموعة الضابطة (102) مبحوثاً .

أما الأدوات التي استخدمها الباحث فهي استبيان مفهوم الذات، واستبانة تفضيل النشاطات أثناء وقت الفراغ وممارسة الأنشطة التروحية ، ودامت التجربة لمدة ثلاثة أشهر ، وبعد استخدام الوسائل الإحصائية لمعادلة ( ألفا ) لاختبار ست فرضيات وهي:-

1. ستقدم المجموعة التجريبية درجات وبدلالة معنوية على استبانة مفهوم الذات مع المجموعة الضابطة ( علما أن الفرضية قد تم قبولها ) .
2. سيكون للمجموعة التجريبية درجات أعلى وبدلالة معنوية في الاختبار البعدي لاستبانة تفضيل النشاط أثناء وقت الفراغ وممارسة الأنشطة التروحية ، ( وتم أيضا قبول هذه الفرضية ) .
3. سيحصل الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين الستين والسبعين على درجات أعلى وبدلالة معنوية على استبانة مفهوم الذات من الأفراد الذين تتجاوز أعمارهم الـ(71) سنة فما فوق ، ( وتم أيضا قبول هذه الفرضية ) .
4. ستحصل الإناث المبحوثات على درجات أعلى على استبانة مفهوم الذات من المبحوثين الذكور ، ( وقد تم رفض هذه الفرضية ) .
5. سيحصل المبحوث من أصحاب الدخل العالي على درجات أعلى في استبانة مفهوم الذات من المبحوثين من أصحاب الدخل الواطئ ، ( وقد رفضت هذه الفرضية )0
6. سيحصل المبحوثون الذين يعيشون في بيئة اجتماعية نشطة على درجات أعلى من المبحوثين الذين لا يندمجون في مثل هذه البيئات ، ( وتم أيضا رفض هذه الفرضية ) .

( Coelho,1986 ,p 207)

▪ دراسة فيشر ( Ficher , 1987 ) :-

(( أثر الترويح البدني والتربية الصحية في مركز السيطرة والرضا عن الحياة وأعراض الصحة النفسية والسلوكية وتعاطي العقاقير ذات التأثير النفسي لدى مرضى يخضعون إلى عناية طويلة الأجل ))

أجريت هذه الدراسة في ولاية ( فيلادلفيا ) الأمريكية ، وتألقت عينة الدراسة من (123) مبحوثاً تم توزيعهم بين أربع مجموعات وكالاتي :-

1. المجموعة التجريبية الأولى: تمارس الترويح البدني بعدد (33) مبحوثاً .
2. المجموعة التجريبية الثانية: تتلقى تربية صحية وبعدد (29) مبحوثاً.
3. المجموعة التجريبية الثالثة: تتلقى الترويح البدني والتربية الصحية وبعدد (26) مبحوثاً .
4. المجموعة الضابطة : لم تتلق أي متغير وبعدد (35) مبحوثاً .

وقد استخدم الباحث مقياساً للرضا عن الحياة ، ومقياس للسلوك ومقياس للأعراض النفسية وجميعها مقاييس جاهزة0وقد دامت التجربة مدة (8) أسابيع وبواقع ساعتين في الأسبوع ، وبعد استخدام الوسائل الإحصائية كالمتوسط الحسابي وتحليل التباين ، أظهرت النتائج :-

- أن جميع درجات معاملات الارتباط للمجموعات التجريبية الثلاث كانت دالة على :-
- زيادتها لدرجات مركز السيطرة الداخلي للمجموعتين.
  - زيادتها لدرجات الرضا عن الحياة .
  - تأثيرها في تقليل أعراض الصحة السلوكية، على انه لم يحدث تغيير في تعاطي العقاقير ذات التأثير النفسي ( Ficher,1987,p.310 )

موازنة الدراسات السابقة للعب :-

من خلال اطلاع الباحثة على الأدبيات والدراسات السابقة للعب فقد تم موازنتها من حيث أهدافها ، واختيار العينة ، والادوات المستخدمة ، وعدد الجلسات ، والوسائل الإحصائية المعتمدة في تحليل بياناتها ، والنتائج التي تم التوصل إليها .

### الأهداف :-

هدفت دراسة ( الكردى ، 1988 ) الى وضع برنامج ترويجي رياضي لطالبات المرحلة الإعدادية ، فيما هدفت دراسة ( التكريتي ، 1990 ) الى تحديد بعض المشكلات التي يكون لممارسة النشاط الرياضي دور في الحد منها ، وبيان مدى فاعلية الانشطة الرياضية في تكوين الحياة المتزنة وتجنيد الشباب مشاكل نفسية واجتماعية وقوامية وصحية . فيما هدفت دراسة ( صادق ، 1999 ) الى معرفة أثر أسلوب التفرغ الانفعالي في تعديل السلوك العدوانى لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، أما دراسة ( عبد الغنى ، 1991 ) فقد هدفت الى وضع برنامج للعب اللغوي و التمثيلي يرتقي بجوانب النمو اللغوي ( الإدراك السمعي ، التعبير اللغوي ) لدى أطفال السادسة من العمر ، أما دراسة ( Rost & Bruyn,2002 ) فقد هدفت الى معرفة فاعلية استخدام نوع من اللعب في خفض الاكتئاب لدى أطفال الروضة في عمر ( 3 - 6 ) سنوات ، أما دراسة ( Ivory & McCollum, 1999 ) فقد هدفت الى معرفة أثر أنواع من اللعب على مستوى التفاعل لدى الأطفال الذين يعانون من صعوبات التعلم ، أما دراسة ( Coehlo,1986 ) فقد هدفت الى التأكد من أن برنامج الترويج المنظم سيؤدي الى تغيير في مؤشرات مفهوم الذات لأشخاص تزيد أعمارهم عن ( 60 ) سنة وتحديد الأنشطة التي يحبها هؤلاء الأشخاص في هذه الفئة العمرية . بينما هدفت دراسة ( Ficher,1987 ) الى معرفة آثار الترويج البدني والتربية الصحية في مركب السيطرة والرضا عن الحياة وأعراض الصحة النفسية والسلوكية وتعاطي العقاقير ذات التأثير النفسي لدى مرضى يخضعون الى عناية طويلة الأجل .

أما الدراسة الحالية ، فقد هدفت الى معرفة أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية

### العينة :-

بلغ مجموع عينة دراسة ( الكردى ، 1988 ) ( 50 ) طالبة في إحدى مدارس الأردن قسمت الى مجموعتين متساويتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة ، فيما بلغ مجموع عينة دراسة ( التكريتي ، 1990 ) ( 400 ) طالب من طلبة جامعة الموصل قسمت الى مجموعتين متساويتين تجريبية وضابطة ، أما دراسة ( صادق ، 1999 ) فقد بلغ مجموع عينتها ( 24 ) طالب من الذين تم تشخيصهم على أنهم ذوو سلوك عدواني في متوسطة حي المعلمين في مدينة بعقوبة في العراق . فيما بلغ مجموع عينة دراسة ( عبد الغني ، 1991 ) ( 60 ) تلميذاً من تلاميذ الصف الأول الابتدائي بعمر ( 6-7 ) سنوات ، بينما تألفت عينة دراسة ( Rost & Bruyn,2002 ) من (21) طفلاً قسموا الى ثلاث مجموعات متساوية ، فيما تألفت عينة دراسة ( Ivory & McCollum, 1999 ) من (8) أطفال فقط قسمت الى مجموعتين متساويتين . بينما بلغ مجموع عينة دراسة ( Coehlo,1986 ) من ( 214 ) مبحثاً اختيروا عشوائياً وقسموا الى مجموعتين غير متساويتين ضمت الأولى (112) مبحثاً ، فيما ضمت الثانية (102) مائة ومبحثين، أما دراسة ( Ficher,1987 ) فقد بلغ مجموع عينتها ( 123 ) مبحثاً قسمت الى أربع مجموعات غير متساوية ، ثلاث منها تجريبية ضمت الأولى (33) مبحثاً والثانية (29) مبحثاً والثالثة (26) مبحثاً ، أما المجموعة الرابعة فكانت مجموعة ضابطة وضمت (35) مبحثاً . أما الدراسة الحالية فقد تألفت عينتها من (20) طالبة من اللواتي يعانين من الحرمان العاطفي من طالبات الصف الأول المتوسط في ثانوية العدنانية للبنات في مدينة بعقوبة مركز محافظة ديالى .

### الأدوات المستخدمة :-

تباينت الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة التي تناولت اللعب ، فقد استخدم ( الكردى ، 1988 ) في دراسته برنامجاً ترويحياً قام ببنائه لاستخدامه في تحقيق هدف البحث ، بالإضافة الى اختبار الذكاء المصور واستبيان خاص للتعرف على الميول واختباري القدرة على التعلم ومفهوم الذات الجسمية . أما دراسة ( التكريتي ، 1990 ) فقد استخدم فيها استبياناً خاصاً بلغ معامل ثباته ( 0,07 ) . أما دراسة ( صادق ، 1999 ) فقد قام الباحث ببناء مقياسين هما مقياس السلوك العدواني وفق تقديرات المدرسين لأنفسهم وتكون من (26) فقرة ، ومقياس السلوك العدواني وفق تقديرات الطلاب لأنفسهم وتكون من ( 60 ) فقرة على وفق طريقة ( ليكرت ) ، بالإضافة الى استخدام استراتيجيات التفريغ الانفعالي المصممة لتعديل السلوك الانفعالي لدى

طلاب المرحلة المتوسطة بوسيلة التدريب الرياضي . واستخدمت دراسة ( عبد الغني ، 1991 ) بطارية القدرات النفسية واللغوية التي أعدها الباحثان ( هدى برادة وفارق صادق ) كما قام الباحث بأعداد برنامج اللعب التمثيلي لتحقيق هدف البحث .

أما دراسة ( Rost & Bruyn,2002 ) فقد استخدم فيها الباحثان ثلاثة أساليب من اللعب هي اللعب الحر الفردي واللعب الحر الجماعي واللعب الدرامي ، أما دراسة ( Ivory & McCollum, 1999 ) فقد استخدمت أسلوب اللعب الحر الفردي وأسلوب اللعب الحر الجماعي ، واستخدمت دراسة ( Coehlo,1986 ) استبيان مفهوم الذات ، واستبانة تفضيل النشاطات أثناء وقت الفراغ وممارسة الأنشطة الترويحية ، أما دراسة ( Ficher,1987 ) فقد استخدم فيها الباحث مقياس الرضا عن الحياة ، ومقياس السلوك ، ومقياس الأعراض النفسية وجميعها مقاييس جاهزة تبناها الباحث .

أما الدراسة الحالية فقد استخدمت فيها الباحثة مقياس الحرمان العاطفي الذي أعدته الباحثة ( نهلة الصالحي ، 2005 ) كما قامت ببناء برنامج اللعب الترويحي المقدم بوسيلة التدريب الرياضي لتحقيق هدف البحث .

#### عدد الجلسات :-

لم تشر دراسة ( الكردي ، 1988 ) ودراسة ( التكريتي ، 1990 ) ودراسة ( عبد الغني ، 1991 ) ودراسة ( Rost & Bruyn,2002 ) الى مدة الدراسة أو عدد الجلسات التي تخللتها ، فيما كان عدد الجلسات الإرشادية لدراسة ( صادق ، 1999 ) ( 32 ) جلسة ( وحدة تدريبية ) استمرت لمدة ( 11 ) أسبوعاً وبواقع ( 60 ) دقيقة لكل جلسة ( وحدة ) . أما دراسة ( Ivory & McCollum, 1999 ) فقد استمرت لمدة أربعة أسابيع كاملة ، بينما استمرت دراسة ( Coehlo,1986 ) لمدة ( 3 ) أشهر ، ودامت تجربة دراسة ( Ficher,1987 ) لمدة ( 8 ) أسابيع بواقع ساعتين في الأسبوع ، أما الدراسة الحالية فقد بلغ مجموع جلساتها ( 18 ) جلسة ( وحدة تدريبية ) استمرت لمدة ( 9 ) أسابيع وبواقع جلستين في الأسبوع .

**الوسائل الإحصائية :-**

أختلفت الوسائل الإحصائية وتعددت في الدراسات السابقة بحسب طبيعة الأدوات المستخدمة وحجم العينة وتقسيمها ، فقد استخدمت دراسة ( الكردى ، 1988 ) اختبار ( مان وتتي ) واختبار ( ولكوكسن ) ، واستخدمت دراسة ( التكريتي ، 1990 ) المتوسط الحسابي والاختبار التائي للنسب ومعاملات الارتباط البسيط ، بينما استخدمت دراسة ( صادق ، 1999 ) عدداً من الوسائل الإحصائية منها ( اختبار التائي T-Test ) و ( مربع كاي ) و ( معامل الفاكرونباخ ) واختبار ( مان وتتي ) للمقارنات التعددة و اختبار ( ولكوكسن ) لعينتين مترابطتين . ولم تشر دراسة ( عبد الغني ، 1991 ) و دراسة ( Ivory & McCollum, 1999 ) ودراسة ( Rost & Bruyn, 2002 ) الى الوسائل الإحصائية المستخدمة ، فيما استخدمت دراسة ( Coehlo, 1986 ) معادلة ( ألفا ) لأختبار فرضيات البحث الستة ، فيما استخدمت دراسة ( Ficher, 1987 ) المتوسط الحسابي وتحليل التباين . أما الدراسة الحالية فقد استخدمت معامل الارتباط ( بيرسون ) واختبار ( مان وتتي ) للمقارنات المتعددة ، واختبار ( ولكوكسن ) لعينتين مترابطتين ، وهي بذلك تتفق مع دراسة ( صادق ، 1999 ) ودراسة ( الكردى ، 1988 ) في الوسائل الإحصائية المستخدمة .

**النتائج :-**

أظهرت دراسة ( الكردى ، 1988 ) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية في كل من القدرة على التعلم الحركي ومفهوم الذات الجسمية ، بينما أظهرت دراسة ( التكريتي ، 1990 ) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ( 0,05 ) بين ممارسي الانشطة الرياضية وغير الممارسين في جميع المشكلات التي طرقها البحث ، وأن لممارسة الانشطة الرياضية أثر إيجابي في التصدي للمشكلات الاجتماعية والنفسية والصحية والقوامية والترويحية والتقليل منها ، وتحقيق الحياة المتزنة للشباب الجامعي ، وأظهرت دراسة ( صادق ، 1999 ) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ( 0,01 ) بين المجموعتين التجريبية والضابطة على وفق تقديرات المدرسين والطلاب لأنفسهم ولصالح المجموعة التجريبية ، أما دراسة ( عبد الغني ، 1991 ) فقد أظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ( 0,01 ) بين متوسطات درجات تلاميذ

مجموعة اللعب اللغوي والتمثيلي ومتوسطات درجات تلاميذ المجموعة الضابطة في أبعاد النمو اللغوي المقاسة . فيما أظهرت دراسة ( Rost & Bruyn,2002 ) وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح المجموعة التي قدم لها اللعب الحر الفردي وذلك لعجز الأطفال المكتئبين عن الدخول والمشاركة في الالعاب الجماعية ، أما مجموعة اللعب الدرامي فقد أتم لعبها بالغرابة الشديدة ولم يكن مفهوماً .

أما دراسة ( Ivory & McCollum, 1999 ) فقد توصلت الى أن استخدام اللعب بحد ذاته قد أدى الى تحسن في تفاعلات الأطفال أثناء اللعب ، وتوصلت دراسة ( Coehlo,1986 ) الى أن المجموعة التجريبية حصلت على درجات أعلى في استبانة تفضيل النشاطات أثناء وقت الفراغ وممارسة الأنشطة الترويحية واستبانة مفهوم الذات ، وأن الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين ( 60 - 70 ) سنة حصلوا على درجات أعلى من أقرانهم ممن تزيد أعمارهم عن ( 71 ) سنة ، فيما حصلت الإناث على درجات اعلى من الذكور في استبانة مفهوم الذات . وأظهرت دراسة ( Ficher,1987 ) أن جميع معاملات الارتباط للمجموعات التجريبية الثلاث كانت دالة على زيادة درجات مركز السيطرة الداخلي للمجموعتين ، وزيادة درجات الرضا عن الحياة ، وان الالعاب الرياضية تؤثر في تقليل أعراض الصحة السلوكية .

أما نتائج الدراسة الحالية فسوف تعرضها الباحثة في الفصل الرابع ، ثم تقوم بمناقشتها في ضوء نتائج الدراسات السابقة .

المجموعة الثانية :- دراسات سابقة تناولت الحرمان العاطفي :-

▪ دراسة الصالحي ( العراق - 2005 ) :-

(( أثر التحليل التفاعلي في خفض مستوى الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة ))

أجريت هذه الدراسة في مدينة بغداد ، وهدفت الى :-

1. التعرف على الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة .
2. بناء برنامج إرشادي على وفق أسلوب التحليل التفاعلي لخفض مستوى الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة .
3. التعرف على أثر استخدام أسلوب التحليل التفاعلي في خفض مستوى الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة .

عينة الدراسة :-

شملت عينة الدراسة المدارس المتوسطة في مديريات تربية بغداد الأربعة ( الكرخ الأولى والثانية ) و( الرصافة الأولى والثانية ) للعام الدراسي 2004-2005 ، وقامت الباحثة باختيار عينة الدراسة البالغة (400) طالبة بطريقة عشوائية ، قسمت الى أربعة مجاميع :-

- مجموعتين تجريبيتين بواقع (10) طالبات لكل مجموعة .

- مجموعتين ضابطين بواقع ( 10 ) طالبات لكل مجموعة .

وقد خضعت مجموعة تجريبية واحدة وأخرى ضابطة لأسلوب الكرسي الخالي ، فيما كانت هناك مجموعة تجريبية واحدة وأخرى ضابطة لأسلوب الشرح والتفسير .

أدوات الدراسة :-

- استخدمت الباحثة مقياس الحرمان العاطفي الذي قامت ببنائه واشتمل على (86) فقرة بعدما تحققت من صدقه وثباته.

- قامت الباحثة ببناء برنامج إرشادي أشتمل على (26) جلسة إرشادية استخدمت فيها كل الأساليب الإرشادية والنشاطات المختلفة .
  - استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية المناسبة للدراسة ومنها الاختبار التائي ( T-Test ) ومعامل ارتباط بيرسون ، ونسبة الاتفاق ( Percentage ) ، واختبار مان - وتني ( u )
- وبعد معالجة البيانات إحصائياً ، توصلت الدراسة الى أن الطالبات اللواتي تعرضن للبرنامج الإرشادي قد انخفض لديهن مستوى الحرمان العاطفي بدلالة إحصائية مقارنة بالطالبات اللواتي لم يتعرضن للبرنامج الإرشادي ( الصالحي ، 2005 ، ص- ك )

#### ▪ دراسة ( Middleton,et al ,1997 ) :-

استهدفت هذه الدراسة العلاقة بين القلق النفسي والحرمان ، إذ اختار الباحثون (115) فرداً ، (43) منهم أقران و(39) من الأطفال و(33) من الآباء ، وقد تمت متابعتهم خلال سنة كاملة لمتابعة ما يعانون من الحرمان عبر مراحل زمنية ، وقد طبقت عليهم عدة مقاييس نفسية منها مقياس الكآبة لـ ( Zung ) ومقياس ( Speil Berger ) لقياس حالة القلق وسمته وقائمة ( Eysenk ) للشخصية وغيرها ، وبعد المقارنة بين المجموع الثلاثة للعينة فقد توصلت الدراسة للنتائج الآتية:-

- عدم وجود فروق بين المجموعات الثلاثة في ضوء المتغيرات النفسية التي تم قياسها .
- إن العمليات الإحصائية على مقياس الكآبة لـ ( Zung ) ومقياس حالة القلق وسمته والعصابية ترتبط ارتباطاً معنوياً مع مقياس ظاهرة الحرمان ، وفقرات الحرمان في كل مرحلة زمنية لكل مجموعة (Middleton,et al \_1997: -445).

موازنة الدراسات السابقة للحرمان العاطفي :-

من خلال اطلاع الباحثة على الأدبيات والدراسات السابقة للحرمان العاطفي فقد تم موازنتها من حيث أهدافها ، واختيار العينة ، والأدوات المستخدمة ، وعدد الجلسات ، والوسائل الإحصائية المعتمدة في تحليل بياناتها ، والنتائج التي تم التوصل إليها .

الأهداف :-

هدفت دراسة ( الصالحي ، 2005 ) الى معرفة أثر برنامج إرشادي على وفق أسلوب التحليل التفاعلي في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة ( الصالحي ، 2005 ) في هدفها ، وفي البيئة المحلية للبحث ، والفئة العمرية المستهدفة ، حيث تهدف الدراسة الحالية الى معرفة أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية ، وتختلف عنها في الأسلوب المستخدم لتحقيق هدف البحث . أما دراسة ( Middleton,et al ,1997 ) فقد هدفت الى قياس أثر القلق النفسي وارتباطه بظاهرة الحرمان العاطفي ، وهي تختلف عن هدف الدراسة الحالية وبيئتها الفئة العمرية لعينتها .

العينة :-

تألفت عينة دراسة ( الصالحي ، 2005 ) من ( 40 ) طالبة أخترن بطريقة عشوائية وقسمن الى أربعة مجاميع ، اثنتين تجريبيتين وأثنتين ضابطين ، وهو ضعف عدد مجاميع الدراسة الحالية التي بلغ مجموع عينتها (20) طالبة وقسمت الى مجموعتين تجريبية وضابطة ، أما دراسة ( Middleton,et al ,1997 ) فقد كان مجموع عينتها (115) فرداً ، (43) منهم أقران و (39) منهم من الأطفال و (33) من الآباء ، وهي تختلف عن عينة دراسة ( الصالحي ، 2005 ) وعينة الدراسة الحالية في عدد أفرادها والفئة العمرية ، وعن البيئة الاجتماعية للدراسيتين .

الأدوات المستخدمة :-

استخدمت دراسة ( الصالحي ، 2005 ) مقياس الحرمان العاطفي المؤلف من (86) فقرة والذي قامت الباحثة ببنائه لتحقيق هدف البحث ، وهو ذات المقياس المستخدم في الدراسة الحالية ، حيث تبنته الباحثة بصيغته النهائية بعد عرضه على مجموعة من الخبراء والمتخصصين الذين أكدوا مناسبته للدراسة الحالية ، حيث سيطبق على ذات الفئة العمرية وفي ظروف مشابهة تماماً للبيئة الاجتماعية لدراسة ( الصالحي ، 2005 ) ، واستخدمت الدراستان برنامجاً إرشادياً لتحقيق

هدف البحث ، حيث تضمن برنامج دراسة (الصالحى) أسلوب التحليل التفاعلي ، فيما تضمن برنامج الدراسة الحالية أسلوب اللعب بوسيلة التدريب الرياضي الترويحي . أما الأدوات المستخدمة في دراسة (Middleton,et al ,1997) فتختلف عن أدوات دراسة ( الصالحى ، 2005 ) وأدوات الدراسة الحالية ، حيث كانت عبارة عن مقاييس جاهزة تبناها الباحثون مثل مقياس الكآبة لـ ( Zung ) ومقياس حالة القلق وسماته العصائية لـ ( Eysenk ) وغيرها .

### عدد الجلسات :-

تألف البرنامج الإرشادي لدراسة ( الصالحى ، 2005 ) من (26) جلسة إرشادية استخدمت الأساليب الإرشادية والنشاطات المختلفة ، واستمرت متابعة عينة دراسة ( Middleton,et al ,1997) لمدة عام كامل قبل تحليل النتائج ، أما الدراسة الحالية ، فقد بلغ عدد جلسات برنامجها الإرشادي (18) جلسة (وحدة تدريبية) استمرت لمدة (9) أسابيع ، وبواقع (45) دقيقة للجلسة الواحدة .

### الوسائل الإحصائية :-

أستخدمت دراسة ( الصالحى ، 2005 ) عدداً من الوسائل الإحصائية المناسبة للدراسة ، مثل اختبار ( مان وتي ) و معامل الارتباط ( بيرسون ) والذين أستخدمنا في الدراسة الحالية أيضاً ، بالإضافة الى نسبة الاتفاق ( Percentage ) والاختبار التائي ( T-Test ) والذين لم يستخدمنا في الدراسة الحالية واستخدمت الباحثة بدلها اختبار ( ولكوكسن ) لعينتين مترابطتين ، أما دراسة (Middleton,et al ,1997) فقد استخدمت أسلوب المقارنة بين المجاميع الثلاث للتوصل الى نتائج البحث .

### النتائج :-

أظهرت دراسة ( الصالحى ، 2005 ) أن الطالبات اللواتي تعرضن للبرنامج الإرشادي ، قد أنخفض لديهن مستوى الحرمان العاطفي مقارنة بالطالبات اللواتي لم يتعرضن للبرنامج الإرشادي ، أما نتائج دراسة (Middleton,et al ,1997) فقد أظهرت وجود ارتباط معنوي بين حالة القلق وبين الحرمان العاطفي ، وعدم وجود فروق بين المجموعات الثلاث في ضوء المتغيرات النفسية التي تم قياسها . أما نتائج الدراسة الحالية فسوف تعرضها الباحثة في الفصل الرابع ، ثم تقوم بمناقشتها في ضوء نتائج الدراسات السابقة .

أولاً - التصميم التجريبي

لغرض اختبار فرضيات البحث تم استخدام تصميم ذي ضبط محكم يلائم طبيعة البحث، حيث استخدم تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذي الاختبار القبلي والبعدى (فان دالين، 1985، ص 369) وفقاً للخطوات الآتية :-

- 1- توزيع أفراد عينة البحث عشوائياً بين مجموعتين ، الأولى تجريبية والثانية ضابطة.
  - 2- إجراء اختبار قبلي على المجموعتين لقياس مستوى الحرمان العاطفي لغرض الحصول على مجموعات متكافئة .
  - 3- استخدام أسلوب الإرشاد باللعب مع المجموعة التجريبية ، في حين لم تتعرض المجموعة الثانية ( الضابطة ) إلى أي أسلوب إرشادي.
  - 4- تم تطبيق مقياس الحرمان العاطفي على المجموعتين لمعرفة مدى فاعلية أسلوب اللعب في خفض الحرمان العاطفي ( الزوبعي ، 1989 ، ص 112-113 ) .
- والشكل الآتي يبين خطوات هذا التصميم :-

اختبار بعدي	متغير مستقل (أسلوب اللعب)	اختبار قبلي	المجموعة التجريبية
	---		المجموعة الضابطة

**شكل (1)****التصميم التجريبي للمجموعتين والأسلوب الإرشادي المتبع**

- اعتمدت الباحثة هذا التصميم لأسباب الآتية :-
1. يشكل هذا النوع من التصميم نواة التصاميم التجريبية الأخرى .
  2. أنه من التصميمات التجريبية ذات الضبط المحكم .
  3. يوفر الكثير من الوقت والجهد ( الزوبعي ، 1989 ، ص 112 ) .
  4. كونه يفسر الفروق الحاصلة بين المجموعتين التجريبية والضابطة على أنها نتيجة للمعالجة التجريبية . (الزوبعي ، 1989 ، ص 112) .
  5. أنه يعتمد على التوزيع العشوائي مما يحقق التكافؤ بين المجاميع (الزوبعي، 1989، ص 112)

يقصد بالمجتمع ، هو المجموعة الكلية من العناصر التي تسعى الباحثة إلى أن تعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة (عودة وملكاوي،1992، ص106) . ويشمل مجتمع البحث ما يأتي:-

### 1. مجتمع المدارس:

بلغ مجموع المدارس الثانوية للبنات للدراسة النهارية في مركز مدينة بعقوبة التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى خلال العام الدراسي 2010 -2011 (9) مدارس ، والجدول (1) يوضح ذلك .

#### جدول (1)

أسماء المدارس الثانوية للبنات في مركز مدينة بعقوبة - مركز محافظة ديالى  
للعام الدراسي 2010-2011

ت	أسم المدرسة
1	ثانوية الفراق
2	ثانوية العدنانية
3	ثانوية المؤمنة
4	ثانوية جمانة
5	ثانوية عائشة
6	ثانوية أمينة بنت وهب
7	ثانوية فاطمة
8	ثانوية الآمال
9	ثانوية الحرية

### 2. مجتمع الطالبات :-

يشتمل مجتمع البحث على طالبات المرحلة الثانوية في مركز مدينة بعقوبة - مركز محافظة ديالى - للعام الدراسي 2010-2011 والبالغ عددهن(4441) طالبة توزعن على المدارس المذكورة في الجدول (2) الذي تم الحصول على بياناته من قسم الإحصاء في المديرية العامة للتربية في محافظة ديالى .

#### جدول (2)

## توزيع مجتمع الطالبات حسب المدرسة والفرع والصف

ت	المدرسة الصف	1 ث. الفراقد	2 ث. العدنانية	3 ث. مؤمنة	4 ث. جمانة	5 ث. عائشة	6 ث. الآمال	7 ث. آمنة	8 ث. فاطمة	9 ث. الحرية
1	الأول	31	50	32	33	55	57	33	40	33
		30	50	33	32	52	58	32	43	33
		-	50	33	33	53	56	35	37	33
		-	-	-	-	-	50	-	-	-
2	الثاني	25	51	33	34	57	57	30	42	31
		25	50	33	34	58	59	30	42	30
		-	50	-	-	56	58	-	41	-
		-	-	-	-	-	50	-	-	-
3	الثالث	28	45	34	34	38	36	25	33	30
		32	46	32	34	38	36	26	34	31
4	الرابع العلمي	24	32	42	27	19	42	30	9	25
		-	-	-	-	-	-	-	-	25
5	الرابع الأدبي	-	33	28	15	44	46	47	36	-
		-	33	28	-	-	-	-	-	-
6	الخامس العلمي	15	26	-	35	25	30	27	19	30
		-	26	-	-	24	-	-	-	30
7	الخامس الأدبي	-	24	-	26	-	28	38	23	-
		-	25	-	-	-	29	-	-	-
8	السادس العلمي	16	52	-	40	17	-	28	20	65
		-	51	-	-	-	-	29	20	65
9	السادس الأدبي	-	39	-	39	35	-	46	37	-
		-	38	-	-	34	-	-	-	-
المجموع		226	771	328	426	605	692	456	476	461
عدد الطالبات الكلي		( 4441 ) طالبة								

ثالثاً- عينة البحث

يقصد بالعيينة (sample) :- جزء من مجتمع معني يمثل في خصائصه ذلك المجتمع ، وتستخدم اختصاراً للوقت ، والمال ، والجهد (داوود وعبد الرحمن ، 1990، ص 87) .

وقد تكونت عينة البحث الحالي من :-

أ. عينة المدارس :-

استخدمت الباحثة أسلوب العينة العشوائية في اختيار عينة هذا البحث ، وقد تم اختيار ثانوية (العدنانية) للبنات التابعة للمديرية العامة للتربية في محافظة ديالى بصورة عشوائية .

ب. عينة الطالبات :-

اختارت الباحثة طالبات ثانوية العدنانية للبنات لجميع الصفوف الدراسية كعينة للبحث ، وقد بلغ مجموعهن ( 771 ) طالبة .

ج . عينة البرنامج :-

قامت الباحثة بالخطوات الآتية لاختيار عينة الأسلوب الإرشادي وهي :-

أ- عقدت الباحثة اجتماعاً مع مديرة المدرسة ومعاونتيها ( الإدارية وشؤون الطالبات ) والمرشدة التربوية للمدرسة لتوضيح أهداف البحث أولاً ، ومن ثم اطلعاهن على التعريف الإجرائي للحرمان العاطفي . وفي نهاية الاجتماع طلبت الباحثة من معاونة شؤون الطالبات تزويدها بقوائم أسماء طالبات الصفوف الدراسية في المدرسة ، ثم قامت بتزويد كل طالبة بنسخة من مقياس الحرمان العاطفي ، وطلبت منهن الإجابة عن فقرات المقياس في الاستمارة المخصصة ، ثم وضع رقم معين خاص بكل طالبة .

ب- تم تصحيح استمارات إجابات الطالبات حيث تم الإبقاء على الطالبة التي حصلت على درجة الوسط الفرضي البالغة (43) درجة فأكثر على مقياس الحرمان العاطفي ، الملحق (2) ، وقد تراوحت حدود درجات المجموعة العليا على مقياس الحرمان العاطفي ما بين (54-69) وبذلك أصبح عدد الطالبات ( 209 ) طالبة ، توزعن على صفوف المراحل الدراسية الستة في المدرسة ، والجدول (3) يوضح ذلك .

## توزيع عينة البحث على الصفوف الدراسية في ثانوية العدنانية للبنات

ت	الصفوف	عدد الطالبات	عدد الطالبات ذوات الحرمان العاطفي	النسبة المئوية
1	الأول	150	60	%41,6
2	الثاني	151	43	%35,1
3	الثالث	91	27	%33,7
4	الرابع بفرعيه العلمي والأدبي	98	22	%37,2
5	الخامس بفرعيه العلمي والأدبي	101	27	%37,4
6	السادس بفرعيه العلمي والأدبي	180	30	%20
	<b>المجموع</b>	<b>771</b>	<b>209</b>	<b>%100</b>

ومن خلال الجدول (3) يتضح أن طالبات الصف الأول حصلن على أعلى الدرجات على مقياس الحرمان العاطفي ، وبذلك وقع اختيار الباحثة على الصف الأول عينة للبرنامج .

هـ- اختارت الباحثة (20) طالبة من طالبات الصف الأول من اللواتي حصلن على أعلى الدرجات على مقياس الحرمان العاطفي ، وزعن عشوائيا على مجموعتين هما المجموعة التجريبية (التي تدرت على أسلوب اللعب) والمجموعة الضابطة ( لم تتلق أي تدريب ) وبواقع (10) طالبات في كل مجموعة . والجدول (4) يوضح ذلك .

## جدول (4)

## توزيع عينة البحث بين المجموعتين التجريبية والضابطة

المجموع	المرحلة الأولى			المرحلة المجموعة
	الشعبة ( ج )	الشعبة ( ب )	الشعبة ( أ )	
10	5	3	2	التجريبية
10	3	5	2	الضابطة
<b>20</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>المجموع</b>

تكافؤ

رابعاً -

المجموعات

على الرغم من أتباع الباحثة الطريقة العشوائية في توزيع أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، إلا أنها حرصت على تكافؤ المجموعتين في متغير واحد فقط وهو ما يأتي:-  
- درجات الطالبات على مقياس الحرمان العاطفي قبل بدء التجربة.

للتأكد من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في هذا المتغير ، تم استخدام اختبار ( مان وتتي) (Man -Whitney) إذ كانت القيمة المحسوبة (100) والقيمة الجدولية (23) عند مستوى دلالة (0,05) وهي غير دالة إحصائياً مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذا المتغير والجدول (5) يوضح ذلك .

### جدول (5)

القيم الإحصائية لتكافؤ درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي

دلالة الفروق	مستوى الدلالة	قيمة U		المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		تسلسل الطالبة
		الجدولية	المحسوبة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	الدرجة	
غير دالة إحصائياً	0,05	23	100	10	61	19,5	69	1
				9	60	19,5	69	2
				8	58	17,5	68	3
				7	57	17,5	68	4
				5,5	56	16	66	5
				5,5	56	14,5	65	6
				3	55	14,5	65	7
				3	55	12,5	64	8
				3	55	12,5	64	9
				1	54	11	62	10
55		155	المجموع					

خامساً - أدوات البحث :-

بما أن إجراءات البحث تتطلب قياس الحرمان العاطفي وبناء الأسلوب الإرشادي ، فقد قامت الباحثة لتحقيق هدف البحث بالاعتماد على :-

#### 1- مقياس الحرمان العاطفي :-

تبنّت الباحثة مقياس الحرمان العاطفي الذي قامت بأعداده ( الصالحي ، 2005) لقياس الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية وكما موضح في الملحق (2) ، وقامت باستخراج صدقه ، إذ عرضت الباحثة هذا المقياس على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس واختصاص في الإرشاد النفسي، ملحق ( 3/أ ) ، وفي ضوء آراء الخبراء والمناقشات التي أجريت معهم حصلت نسبة اتفاق (100 %) على استخدام المقياس ، أصبح المقياس بشكله النهائي كما موضح في الملحق (2).

وقد تبنّت الباحثة هذا المقياس للأسباب الآتية:-

أ. إن هذا المقياس يعد الوحيد الذي يقيس الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية على حد علم الباحثة .

ب. يعد من المقاييس الحديثة ، إذ تم بناؤه عام 2005 .

ج. إن هذا المقياس تم بناؤه على البيئة العراقية ، وهي البيئة نفسها التي سيطبق عليها البحث الحالي مما يسهل تطبيقه لنتشابه الأفكار والسلوكيات .

د . موافقة الخبراء عليه .

#### وصف مقياس الحرمان العاطفي :-

أعدت الباحثة الصالحي هذا المقياس في عام (2005) في دراسة دكتوراه ، يتكون هذا المقياس من (86) فقرة يجاب عنها بأختيار أحد البدائل الموجودة أمام كل فقرة وهي ( نعم ) و ( لا ) وتحسب الدرجة عن كل فقرات المقياس ، لذلك فإن أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (86) ، وأقل درجة هي (صفر) ، هذا وبلغ المتوسط النظري للمقياس (43) . إذ عدّ هذا الوسط نقطة القطع عند موازنة الوسط التطبيقي مع المتوسط الفرضي للحكم على عينة البحث إذا كانت تتمتع بسلوك الحرمان العاطفي أم لا .

واستكمالاً لمتطلبات الخصائص السايكومترية لفقرات المقياس ، قامت معدة المقياس باستخراجها للتأكد من صحة المقياس وهي :-

أ. استخراج القوة التمييزية للمقياس بطريقة علاقة الفقرة بالدرجة الكلية .

ب. صدق الأداة : تم استخراج الصدق بأكثر من طريقة وهي صدق المحتوى وصدق البناء .  
ج. ثبات المقياس : تم أستخراج ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار وكان معامل الثبات (0,79)

د . مفتاح تصحيح المقياس : لقد أعطيت الدرجة (1) للبديل نعم و(صفر) للبديل لا .

### إجراءات الباحثة في التحقق من صدق وثبات مقياس الحرمان العاطفي :

بما أن الأداة التي تم أعدادها لقياس الحرمان العاطفي كانت معدة لطالبات المرحلة الثانوية ، لذا قامت الباحثة بأستخراج الصدق والثبات وكالآتي :-

#### أ . الصدق الظاهري

يعد الصدق من المقومات الأساسية التي ينبغي أن تتوفر في أداة البحث كونه يعد المحدد الأساسي لعملية القياس اللاحقة بأكملها ، فأداتا البحث تعد صادقة عندما تقيس ما وضعت لقياسه (الزوبعي ، 1981 ، ص39) فقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي وذلك عندما عرضت الباحثة فقراته على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس إذ حصلت على نسبة (100%) على استخدامه وكما موضح في ملحق ( 3 ) .

#### ب . الثبات

تعتمد صحة المقياس على مدى ثبات نتائجه ( السيد ، 1971 ، ص413) إذ كان يراد بثبات المقياس مدى الدقة ، والاتساق في أداء الأفراد ، والاستقرار في النتائج إذا ما تم تطبيقه مرتين (Barron,1981,p.418) ، وأن الثبات يعني أيضاً الاختبار موثوق به ونعتمد عليه (الطاهر ، 1999 ، ص64) فالهدف من حساب الثبات هو تحديد أخطاء المقياس ، وإيجاد طرق تقلل من هذه الأخطاء (Murphy,1988,p.63) ، فهو يعطي الاتساق في فقرات المقياس في قياس ما وضعت لقياسه بصورة منتظمة (الخطيب ، 1987 ، ص50) .

وقد قامت الباحثة بإيجاد الثبات عن طريق :-

#### إعادة الاختبار :

قامت الباحثة بأستخراج ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة تطبيق المقياس لمرة ثانية على عينة البحث ، إذ إن الثبات يعني درجة الفرد سوف تكون نفسها في ظل ظروف مختلفة تماماً .

(Mehrens,1984,p.267) وكانت المدة بين التطبيق الأول والثاني (14) يوماً ، حيث أشار (آدمز) (Adams) إلى أن طول المدة بين التطبيق الأول للأداة والتطبيق الثاني لها يجب أن لا يكون أكثر من أسبوعين (Adams,1964,p.85) .

حيث تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (50) طالبة أختبروا عشوائياً من ثانوية ( فاطمة) للبنات ، ثم أعيد تطبيق المقياس على العينة ذاتها بعد مرور أسبوعين ، واستخدم معامل ارتباط بيرسون بين مجموعتين درجات التطبيق الأول والثاني ، أتضح أن معامل ثبات المقياس كانت (0,88) ويمكن القول أن قيمة معامل الثبات هذه تعد جيدة بالمنظور العام للتقويم ودلالات معامل الارتباط (جابر ،1973، ص311) (عيسوي ،1974، ص58) ، كما إن معامل الارتباط العالي بطريقة إعادة الاختبار يعطينا دلالة على استقرار إجابة الأفراد (داود ، 1990 ، ص124) .

## 2. بناء الأسلوب الإرشادي :-

لتحقيق هدف البحث المتمثل بالتعرف على أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية ، لابد من بناء أسلوب إرشادي قائم على اللعب والذي قدم بوسيلة التدريب الرياضي ، وقد أتمدت الباحثة إستراتيجية الأسلوب الإرشادي التي وضعها (روتر ، 1954) ، وبحسب ما تطرقت لها الباحثة في الإطار النظري . وقد تحدد البرنامج بالمكونات الآتية:-

### أولاً: خطوات بناء برنامج التدريب الرياضي

أتبعت الباحثة في بناء برنامج التدريب الرياضي الخطوات الآتية :-

#### 1. تحديد حاجات الطالبات :-

تعد الخطوة الأساسية في عملية التخطيط ، فعند التخطيط لتدريب أفراد المجموعة الإرشادية لابد من مراعاة حاجاتهن وميولهن وقدراتهن (Harold,1969,p.593) لان فهم حاجات أفراد المجموعة الإرشادية تساعد المرشدة على أستغلالها في تصميم برنامج التدريب الرياضي الناجح (السيد،1989، ص 159) وبناءً على تلك الحاجات سيتم تحديد الاتجاه الذي سيتبعه البرنامج ونوع الخدمات المطلوبة ، والاستفادة من ذلك في عملية التقويم ( الدوسري ،1984، ص243) . لذا قامت الباحثة بتحديد حاجات الطالبات ذوات الحرمان العاطفي عن طريق جمع المعلومات كالاتي :-

أ. توجيه أستيبيان أستطلاعي إلى عينة من المرشحات التربويات في المدارس الثانوية تكونت من (9) مرشحات يعملن في المدارس الثانوية المشمولة بالإرشاد التربوي في مركز محافظة ديالى لغرض تحديد المشكلات التي تعاني منها الطالبات ذوات الحرمان العاطفي في البيئة المدرسية ، ملحق (4) لغرض تحديد ما يقابلها من حاجات إرشادية سيضطلع بها الأسلوب الإرشادي ، وفي ضوء ذلك تم اختيار المشكلات التي أتفق (90%) من المرشحات على أنها مشكلات حادة ، وهذه المشكلات هي:-

1- الاضطراب الانفعالي.

2- عدم الثقة بالنفس.

3- عدم التوافق الاجتماعي والنفسي.

4- ضعف الأهتمام بالدراسة .

5- قلة المشاركة في الأنشطة المدرسية غير الصفية .

6- العلاقات السلبية مع الأقران .

7- قلة الالتزام بالتعليمات والأنظمة المدرسية .

8- عدم وضوح أهداف الحياة .

9- الشعور بالإحباط .

10- ضعف الانتظام في الدوام .

11- ضعف اتخاذ القرارات .

12- عدم أستخدام التفكير العلمي في حل المشكلات.

ب . قامت الباحثة بالاتصال بالمصادر الأخرى للتعرف على حاجات أفراد المجموعة الارشادية مثل الأشخاص ( كإدارة المدرسة، والمدرسات) .

ج . قامت الباحثة بأعداد قائمة بالحاجات الإرشادية التي تم الحصول عليها من الأدبيات والدراسات السابقة كدراسة ( الصالحي ، 2005 ) ، فضلاً عن تحليل فقرات مقياس الحرمان العاطفي في المقياس إلى عناصرها ، وقد تم عرض قائمة الحاجات التي بلغ عددها (16) حاجة ، ملحق ( 5 ) على نخبة من الخبراء المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية والتربية الرياضية ، ملحق (3/ب).

## 2. رسم وتحديد الأهداف العامة للبرنامج: - Program Goals

قامت الباحثة في ضوء الحاجات التي توصلت إليها بتحديد الأهداف العامة المراد تحقيقها في البرنامج ، وقد أخذت الباحثة بنظر الاعتبار بعض الأسس المهمة عند صياغة الأهداف العامة للبرنامج وكآلاتي :-

أ. أرتباطها بأهداف البرنامج وبإشباع حاجات الطالبات ذوات الحرمان العاطفي اللواتي سيتم التعامل معهن .

ب. مراعاة سن المجموعة المراد التعامل معهن.

ج. الميزانية (الإمكانات المادية المتاحة لتحقيق الأهداف) .

د . درجة التنظيم.

هـ . توفير المدربة الكفاء.

وفي ضوء الأسس التي تبنتها الباحثة في تحديد الأهداف العامة، قامت الباحثة بصياغة الأهداف العامة للبرنامج والبالغ عددها (18) هدفا تم عرضها على نخبة من الخبراء المتخصصين في هذا المجال ، ملحق (3/ ب) وقد بلغ عدد الأهداف العامة في صورتها النهائية (18) هدفا، ملحق ( 5 ) .

### 3. رسم وتحديد الأهداف الخاصة والسلوكية للبرنامج

قامت الباحثة بترجمة الأهداف العامة إلى أغراض خاصة وسلوكية تم تحديدها على وفق المشكلات والسلوكيات التي سيضطلع بمعالجتها بالأسلوب الإرشادي وفق وسيلة التدريب الرياضي المتبعة في البحث. وقد أحتوى برنامج التدريب الرياضي على مجموعة من الأهداف الرياضية والتي تهدف إلى تنظيم اللعبة فقط دون التركيز على اكساب الطالبات ذوات الحرمان العاطفي إتقان لعبة ما ، ملحق ( 5 ) .

### 4. تشكيل برنامج التدريب الرياضي

أن الغرض من هذه المرحلة هو جمع كل الأفكار السابقة المتعلقة بالحاجات والخبرات والأهداف والأنشطة المتنوعة ضمن إطار موحد تحدد بموجبه الخطوات العملية الواجب أتباعها ، وقد أخذت الباحثة بنظر الاعتبار عند وضع البرنامج للطالبات أموراً مهمة منها ملائمة البرنامج

للمرحلة العمرية وميول الطالبات ، وتوفر الإمكانيات المادية والبشرية المتاحة في المدرسة ، وبعد إطلاع الباحثة على الأدبيات والدراسات السابقة في هذا المجال كدراسة (Violak,1978) ودراسة (Charles,1974) ودراسة ( صادق ، 1999 ) وفي ضوء ذلك تم تحديد محتويات برنامج التدريب الرياضي وقد أشتمل على النواحي الآتية:-

أ. الوحدة التدريبية.

ب. الحاجات.

ت. الأهداف العامة.

ث. الأهداف الخاصة .

ج . الأهداف السلوكية.

ح . الأدوات.

خ . طريقة التنفيذ ( التطبيق ) . ملحق ( 5 ) .

د . التقويم البنائي .

ولغرض تحقيق أهداف برنامج التدريب الرياضي ، قامت الباحثة ببناء مجموعة من الوحدات التدريبية الترويحية بلغ عددها (16) وحدة تدريبية موزعة على (9) أسابيع وبمعدل (2) وحدة في الأسبوع ، وبلغت مدة الوحدة التدريبية الواحدة (45) دقيقة ، امتدت للفترة من ( 9 / 11 / 2010 ولغاية 15 / 1 / 2011 ) ، واشتملت الوحدة التدريبية على الأجزاء الآتية :-

❖ الجزء التمهيدي :- ويتكون من :-

أ . الإحماء العام .

ب. الإحماء الخاص.

❖ الجزء الرئيسي :- ويتكون من :-

أ. النشاط التعليمي .

ب. النشاط التطبيقي .

❖ الجزء الختامي :- ويتكون من تمارين الاسترخاء . والملحق ( 5 ) يوضح ذلك .

ويتخلل هذه الإجراءات بعض الحركات المفاجئة ، وهي ( حركات حرة بسيطة وسريعة ، وتروح النفس والجسم من عناء العمل الشكلي أو العمل العضلي العنيف ) ( صالح ، 1971 ، ص54 ) ، فضلاً عن احتوائها على بعض الألعاب الصغيرة ، وهي مجموعات متعددة من ألعاب

الجري والأدوات وألعاب اللياقة البدنية ، وتتميز بطابع السرور والتنافس مع مرونة في قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها وتكرارها عقب بعض الإيضاحات البسيطة ، كما في ألعاب الجري كالسباقات وألعاب الكرات كما في الرمي والقذف والتصويب وألعاب القوة والشد مثل الدفع والسحب ، وبذلك عدت الألعاب الصغيرة وسيلة تربوية وتعليمية وترويحية تهدف الى تنمية وتطوير قدرات الفرد الوظيفية والبدنية والنفسية ( خطاب ، ب ت ، ص 137 ) .

كما تخللت أجزاء الوحدة التدريبية بعض الألعاب الكبيرة ، وهي تلك الأنشطة الحركية التي تتميز بالطابع التنافسي الذي يرتبط بارتفاع مستوى الأداء ، وبذلك يتدرج برنامج التدريب الرياضي التروحي من السهل الى الصعب ، وتمارس هذه الألعاب على شكل منافسات لكي تسهم في إشغال وقت الفراغ وفي تكوين شخصية الطالبة ( خطاب ، ب ت ، ص 139 ) . وكذلك يحتوي تصميم الوحدة التدريبية على توزيع الوقت بين أجزاء الوحدة ، والشرح ، والأدوات المستخدمة والتشكيلات . وكما موضح في مثال الجلسة الثانية ووحدتها التدريبية الأولى .

مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الجلسة (2) ( الوحدة التدريبية الأولى )

الموضوع :- الإتزان الانفعالي .

الهدف العام :- تنمية الاتزان الانفعالي وتدريب أفراد المجموعة الإرشادية على ضبط أنفسهن من خلال

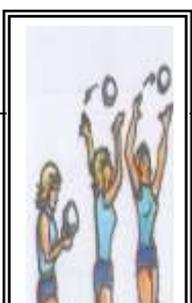
تطبيق برنامج التدريب الرياضي .

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
الأول	<p>1. مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية في السيطرة على انفعالاتهم والتحكم بها.</p> <p>2. الموائمة بين الاستجابات الانفعالية ومواقف الحياة.</p>	<p>1. التخلص من الحساسية الانفعالية الزائدة لدى أفراد المجموعة الإرشادية من خلال تعزيز الثقة بأنفسهم .</p> <p>2. تحقيق النمو الانفعالي لدى أفراد المجموعة الإرشادية عن طريق الالعاب الرياضية والنشاطات المختلفة وتنمية الميول والهوايات وتنظيم الوقت .</p> <p>3. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على ضبط أنفسهم أثناء التدريب الرياضي وخلال مواقف الحياة الأخرى لتحقيق نضجهم الانفعالي</p>	<p>1- أن تضبط الطالبة نفسها في أثناء التدريب الرياضي .</p> <p>2- أن تطور الطالبة قدراتها على تهدئة النفس من خلال الأنشطة البدنية كاللعب .</p> <p>3- أن تسترخي الطالبة بمصاحبة الموسيقى للتخلص من التوتر العصبي في أثناء اللعب الرياضي .</p> <p>4- أن تحدد الطالبة طبيعة مشاعرها وأحاسيسها وتعبر عنها بطريقة مقبولة اجتماعيا في أثناء التدريب الرياضي .</p> <p>5- أن تشعر الطالبة بالتوافق الاجتماعي المدرسي والنفسي ضمن المجموعة في أثناء الجلسة الإرشادية ( الألعاب الترويحية ) .</p> <p>6- أن تتقبل الخسارة بروح رياضية .</p> <p>7- أن ترمي وتلقف الكرة بشكل جيد .</p>	كرة يد عصا	<p>استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب</p>	<p>1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم وقدراتهم ؟</p> <p>2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات اساسية مثل المتعة وخلق الاتزان الانفعالي ؟</p> <p>3. تحديد الإيجابيات والسلبيات في الجلسة</p> <p>4. تطلب المرشدة من أفراد المجموعة الإرشادية تقييم أنفسهم ومدى استفادتهم من الجلسة</p> <p>5. توجيه سؤال الى أفراد المجموعة الإرشادية عن مفهوم الانفعال والأساليب التي تؤدي الى خفض مستوى الانفعال</p>

(( نموذج لوحة تدريبية تروحية ))

الشهر الأول  
الوحدة التدريبية الأولى

أجزاء الوحدة	الوقت	الشرح	الأدوات	التشكيلات	الملاحظات
--------------	-------	-------	---------	-----------	-----------

<p>يتم التأكيد على :- 1- رمي الكرة باليدين للأعلى أمام الجسم واللقف باليدين ( شكل 1 )</p> 	<p>نسق xxx نسق xxx نسق xxx نسق xxx</p>	<p>حر</p>	<p>وقوف -- &lt; سير -- &lt; هرولة -- &lt; دوران الذراعين -- &lt; ضرب القدمين بالورك -- &lt; السير -- &lt; ضغط الجذع أماما مع لمس الأرض -- &lt; هرولة -- &lt; مرجحة الذراعين خلفا وثني الركبتين وثني الجذع للخلف 0 -- &lt; السير -- &lt; الهرولة -- &lt; القفز على الأمشاط -- &lt; تمارين تنفسية 0 - ( وقوف , فتحا ) ثني الذراعين مع قتل الجذع للجانب 0 - ( وقوف , فتحا ) ثني الذراعين ومدّها عاليًا وثني الركبتين 0 - ( وقوف ) قتل الرقبة يمين - امام ثم يسار وامام . - ( الانبطاح مع تشابك اليدين خلف الظهر ) ضغط الجذع خلفا - قلب الفرقة : عند الإشارة تدور المدربة بقفزة للخلف وتهول الباقيات للوقوف خلفها 0</p>	<p>5 د 5 د 5 د</p>	<p>الجزء التمهيدي الإحماء العام الإحماء الخاص تمارين بدنية حركة مفاجأة</p>
<p>2- رمي الكرة باليدين للأعلى أمام الجسم واللقف بيد واحدة ( شكل 2 )</p> 	<p>xxxxx x x x x</p>	<p>كرة يد عصا كرات اليد</p>	<p>- تعليم لعبة ( رمي ولقف الكرة ) 0 سباق التتابع بين المجموعتين وذلك باستخدام العصا 1. فرقة تمارس اللعبة التعليمية ( رمي ولقف الكرة ) 0 2. فرقة اخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (ثني الذراعين ( ..... ) 3. فرقة تمارس لعبة سابقة. ( قلب الفرقة ) ( عند الإشارة ( ..... ) 4. فرقة تمارس نشاط ترويحي او فعالية سابقة. ( سباق التتابع ..... )</p>	<p>10 د 5 د 5 د</p>	<p>الجزء رئيسي نشاط تعليمي لعبة صغيرة النشاط التطبيقي</p>
<p>3- رمي الكرة بيد واحدة للأعلى أمام الجسم واللقف باليد الأخرى ( شكل 3 )</p> 	<p>○</p>	<p>كرة يد</p>	<p>لعبة صيد الحمام : نطلب من أفراد المجموعة الارشادية تشكيل دائرة ثم ادخال طالبة او طالبتين داخل الدائرة لغرض صيدهن بالكرة او الكرات ، شرط ان يكون الضرب اسفل الحزام ومن وراء خط الدائرة</p>	<p>5 د</p>	<p>لعبة صغيرة</p>

<p>4- رمي الكرة من المرجحة البندولية بالذراع خلفا ( شكل 4 )</p> 	<p>حر</p>		<p>تمارين الاسترخاء :- الاستلقاء على الظهر - اغماض العينين - التنفس العميق ثم الزفير العميق - مع استرخاء عضلات الجسم ثم أداء تحية الانصراف .</p>	<p>5 د</p>	<p>الجزء الختامي</p>
--	-----------	--	--	------------	----------------------

### إدارة الجلسات الإرشادية :-

نموذج الجلسة السابقة ( الوحدة التدريبية ) :-

في هذه الجلسة حدد التفكير في حل مشكلة ( الاتزان الانفعالي ) استهدفت تدريب أفراد

المجموعة الإرشادية على تنمية الاتزان الانفعالي من خلال تطبيق برنامج التدريب الرياضي .

تم تدريب أفراد المجموعة على وفق الخطوات الآتية :-

**أفراد المجموعة الإرشادية** :- يجلسن في غرفة ( قاعة دراسية ) قبل بدء الجلسة لعقد لقاء مع المرشدة .

**المرشدة** :- أهلاً وسهلاً بكم في هذه الجلسة .

1. تقدم التعليمات ، يقصد بها وصف اللعبة للمتدربة وكيفية أداءها فضلاً عن أهمية اكتسابها والنتائج الايجابية المترتبة على إتقانها .

2. سبق أن تحدثنا أليكم حول الجلسات الإرشادية الأخرى ، واليوم سوف نبدأ بموضوع جديد ، حيث سنتحدث عن الوحدة التدريبية السابقة ، وقبل ذهابكن الى ساحة التدريب ، نود أن نعلمكن بأنه لا بد من مراعاة ما يأتي :-

أ. الالتزام بالتعليمات والأنظمة ، وخاصة قوانين التدريب الرياضي والألعاب التي سوف تمارسناها.

ب. الانطلاق والعفوية في أداء التدريبات أمر مستحسن .

3. أن الهدف من الجلسة الحالية هو تنمية الاتزان الانفعالي لديكن من خلال تطبيق برنامج التدريب الرياضي ، ويحدث ذلك من خلال تدريبكن على ضبط أنفسكن أثناء التدريب الرياضي وخلال مواقف الحياة المختلفة ، فضلاً عن تخليصكن من الحساسية الانفعالية الزائدة باستخدام تعزيز الثقة بأنفسكن ، كما تهدف الجلسة الى تحقيق النمو الانفعالي عن طريق الألعاب الرياضية والنشاطات المختلفة وتنمية الهوايات وتنظيم الوقت ، فضلاً عن ذلك أن الأنشطة الرياضية توفر لكن العديد من المواقف التي تساعد على الاتزان الانفعالي وخلق سلوكيات اجتماعية مرغوبة ، كأحترام شخصية الطالبة في أثناء اللعب ، وأن تستخدم لغة مهذبة في كل المواقف ، وأن تتقبل نقد المدربة أو المدرسة ، وأن تحترم الأنظمة والتعليمات وقوانين اللعبة والمدرسة ، وأن تشعر بالتوافق النفسي والمدرسي ضمن المجموعة الإرشادية أو في الجو المدرسي ، وهذا لا يعني إن لديكن سلوكاً خاطئاً ، بل هناك بعض الأمور التي تستدعي تنمية الاتزان الانفعالي من أجل التوافق النفسي والسلوكي .

4. يتم التدريب على فقرة التعليمات لأنه لا يجوز إعطاء التفاصيل أثناء التدريب ، سوى إعطاء بعض الفقرات أو الكلمات المتفق عليها ، مثل ( التعليمات ) أو ( السلوك الخاطئ ) أو ( انتباه ) .

5. سوف احضر الى ساحة التدريب لملاحظة أداءك وعند قيامك بفعل مخالف للتعليمات سوف أنبهك بكلمة واحدة لكل مرة تقومون بالخطأ ، مثلاً :-

**الطالبة ( سوزان ) :-** تضرب كرة اليد بقدمها في ساحة الخصم لتسجيل هدف بدلاً من يدها .  
**المرشدة - تنادي ( التعليمات ) .**

6. سوف يكون هناك تعزيز ايجابي يقدم للطالبة فيما اذا حصل انخفاض في الحرمان العاطفي ، فالمرشدة تقدم تعزيزاً ايجابياً ذو قيمة معنوية لدى أفراد المجموعة الارشادية ، حيث تحقق لهم هدفاً أو تشبع حاجة ما ، فكلما قامت الطالبة بأداء سلوك مناسب أو عدلت سلوكها الخاطئ تقدم لها المرشدة التعزيز اللفظي المباشر والمناسب لهذا السلوك .

7. سوف يحصل لدى الطالبة تقدم ملحوظ ، وفي حالة بقاء بعض الأخطاء يتم إعادة التدريب مرة أخرى .

8. عليكم أن تأخذوا بنظر الاعتبار بعض الأمور ، منها الجانب الإنساني بغض النظر عن علاقتك بذلك الشخص وكرهيتك له ، يجب ( تجنب إيذاء الآخرين ) و ( الابتعاد عن التمرد ) و ( الابتعاد عن السلوك الخاطئ ) ، ولا بد أن تكوني محبوبة من قبل الجماعة التي قامت بتكليفك بأداء هذه المهمة ، علماً إن هناك العديد من المتفرجين بإمكانهم أن يرصدوا السلوك الخاطئ . لذا لا بد من العمل بدقة على وفق التعليمات لأن الدرجات تعطى على حسن تطبيقك للتعليمات ، لذا يرجى ملاحظة ذلك ، والآن نذهب معاً الى ساحة التدريب الرياضي لتطبيق الوحدة التدريبية ( الجلسة الإرشادية ) .

وفيما يأتي وصفاً لأحدى الجلسات موضعاً فيها كيفية استخدام الأسلوب الذي تم استعراضه سابقاً :-

- أفراد المجموعة الارشادية :- يشكلون صفّاً واحداً وبشكل نسق أمام المدربة .

- المرشدة :- تستفسر عن صحة أفراد المجموعة الارشادية في حالة المرض أو الغياب .

- أفراد المجموعة الارشادية :- نحن بحالة جيدة ولا يوجد غائب .

- المرشدة :- تقف في إحدى جوانب ساحة التدريب الرياضي لملاحظة سلوك أفراد المجموعة الارشادية بصورة مباشرة ، ثم تطلب من المدربة المباشرة في تنفيذ أجزاء الوحدة التدريبية .

- المدربة :- تنفذ ( الجزء التمهيدي ) من الوحدة التدريبية والذي يتكون من جزأين هما :-

## 1. الأحماء العام :- ويتضمن (سير -- < هرولة -- < دوران الذراعين -- <

ضرب القدمين بالورك -- < السير -- < ضغط الجذع أماما

مع لمس الأرض -- < هرولة -- < مرجحة الذراعين خلفا

وثني الركبتين وثني الجذع للخلف -- < السير -- < الهرولة

القفز على الامشاط -- < تمارين تنفسية.

- أفراد المجموعة الإرشادية :- ينفذ الإحماء العام مع إيعازات المدربة وحركاتها أظهرت أفراد

المجموعة الإرشادية التزاماً عالياً في أداء الحركات ، باستثناء الطالبة ( سوزان )

حيث أظهرت تكراراً في السلوك الخاطئ عندما قامت بأداء حركات ( ضرب

القدمين بالورك ) حيث قامت بركل زميلتها التي إمامها بقدمها .

- المرشدة :- تنادي ( التعليمات ) .

- المدربة :- تعيد التمرين .

- أفراد المجموعة الإرشادية :- ينفذ الحركات حسب التعليمات وطبقاً لإيعازات المدربة

وحركاتها .

- المرشدة :- تنادي ( أحسنن جميعاً لحسن أدائكن للتمرين ) .

- المدربة :- تنفذ الجزء الثاني من الجزء التمهيدي وهو :-

## 2. الأحماء الخاص ( تمارين بدنية ) وتتضمن :-

أ. (وقوف , فتحاً ) ثني الذراعين مع فتل الجذع للجانب 0

ب. (وقوف , فتحاً ) ثني الذراعين ومدّها عالياً وثني

الركبتين 0

ج. (وقوف ) دوران الرقبة يمين أمام – ثم يسار أمام

د. (الانبطاح مع تشابك اليدين خلف الظهر ) ضغط الجذع

خلفاً.

قامت المدربة بتطبيق الفقرة ( أ ) من التمارين البدنية أمام أفراد المجموعة الإرشادية ، ثم طلبت

تنفيذها من قبلهن .

- أفراد المجموعة الإرشادية :- ينفذ تمارين الفقرة ( أ ) بدقة والتزام عالي وبحسب إيعازات

المدربة .

- المرشدة :- تنادي ( أشكرن جميعاً لأداءكن العالي للتمرين ) .
- المدربة :- تنفذ الفقرة (ب) من التمارين البدنية أمام أفراد المجموعة الارشادية ، ثم تخرج ( اثنتين ) من أفراد المجموعة الارشادية ( كأنموذج ) لتطبيق التمرين أمام المجموعة ، وخلال تطبيق النموذج للتمرين أظهرت الطالبة ( سوزان ) تكراراً في السلوك الخاطئ ، حيث أظهرت السخرية من أداء الأنموذج وذلك بإطلاق عبارات تدل على السخرية .
- المرشدة :- تنادي ( التعليمات ) .
- المدربة :- تعيد التمرين .
- أفراد المجموعة الارشادية :- ينفذن تمارين الفقرة (ب) بدقة مع ضبط عالي للتعليمات .
- المرشدة :- تصفق بيديها ، وتنادي ( أحسننن يا عزيزاتي ) .
- المدربة :- تنفذ تمارين الفقرة (ج) من التمارين البدنية أمام أفراد المجموعة الارشادية ، ثم تطلب منهن تنفيذها .
- أفراد المجموعة الارشادية :- ينفذن تمارين الفقرة (ج) بدقة وبألتزام عالي وبحسب إيعازات المدربة .
- المرشدة :- تنادي ( سددت أفعالكن جميعاً لأداءكن الجيد و ألتزامكن العالي ) .
- المدربة :- تنفذ تمارين الفقرة ( د ) من التمارين البدنية أمام أفراد المجموعة الارشادية ، وخلال شرح المدربة للتمرين أبدت المسترشدتين ( يارا ) و ( سارة ) تكراراً في السلوك الخاطئ ، حيث قمن بالضرب فيما بينهن بالأيدي أثناء ضغط الجذع للخلف .
- المرشدة :- تنادي ( التعليمات ) .
- المدربة :- تعيد التمرين ( شرحاً وحركة ) ، ثم تطلب تنفيذها من أفراد المجموعة الارشادية .
- أفراد المجموعة الارشادية :- ينفذن تمارين الفقرة ( د ) بفاعلية وبنجاح مع ألتزام عالي بالتعليمات .
- المرشدة : تنادي ( أشكرن جميعاً لحسن إصغائكن للمدربة ولأدائكن العالي للتمرين ) . ثم تطلب منهن أن يصفقن لأنفسهن .
- المدربة :- تنفذ الحركة المفاجأة وهي :- قلب الفرقة : عند الإشارة تدور المدربة بقفزة للخلف وتهرول الباقيات للوقوف خلفها0

- أفراد المجموعة الارشادية :- ينفذن اللعبة ، مع ظهور تكرار السلوك الخاطيء ، حيث ظهرت حالات الدفع والاحتكاك والاعاقة فيما بين أفراد المجموعة الارشادية ، عند تشكيلهن صفاً واحداً خلف المدربة.

- المرشدة :- تنادي ( التعليمات ) .

- المدربة :- تعيد الحركة .

- أفراد المجموعة الارشادية :- ينفذن اللعبة بدافعية عالية ، باستثناء الطالبتين ( يارا ) و ( سوزان ) حيث أظهرتا سلوكاً خاطئاً كالدفع والاحتكاك والاعاقة .

- المرشدة :- تنادي ( التعليمات ) .

- المدربة :- تعيد اللعبة .

- أفراد المجموعة الارشادية :- ينفذن اللعبة ، مع ظهور سلوك خاطيء من قبل الطالبة ( سارة ) حيث تلفظت بكلام بذيء .

- المرشدة :- تنادي ( التعليمات ) .

- المدربة :- تعيد اللعبة .

- أفراد المجموعة الارشادية :- ينفذن اللعبة بالتزام عالي جميعهن .

- المرشدة :- تنادي ( بارك الله فيكن جميعكن لحسن تصرفكن في اللعبة ) .

- المدربة :- تنفذ ( الجزء الرئيسي ) والذي يتكون من جزأين هما :-

1. النشاط التعليمي :- ويتضمن :- شرح وتوضيح تعليمات لعبة ( رمي ولقف

الكرة ) ، ثم تقوم المدربة بتطبيق اللعبة بنفسها أمام أفراد

المجموعة الارشادية ، وخلال شرح المدربة للعبة ، أظهرت

الطالبة ( وفاء ) سلوكاً خاطئاً ، حيث كانت تضرب زميلتها

التي بجانبها .

- المرشدة :- تنادي ( التعليمات ) .

- المدربة :- تعيد شرح اللعبة ، ثم تخرج ( أثنين ) من أفراد المجموعة الارشادية كأنموذج لتطبيق اللعبة أمام المجموعة ، ثم تطلب من الجميع تنفيذها .

- أفراد المجموعة الارشادية :- يصغين باهتمام الى شرح المدربة ، ويلاحظن عن كثب تطبيق

اللعبة من قبل ( الأنموذج ) .

- **المرشدة :-** تطلب من أفراد المجموعة الإرشادية أن يصفقن بقوة لأداء ( الأنموذج ) ، كما تتادي ( وفتن للخير لحسن إصغاءك للمدربة ولمتابعتك باهتمام لأداء الأنموذج ).

- **المدربة :-** تنفذ الجزء الثاني من الجزء الرئيسي وهو :-

**2. النشاط التطبيقي :-** حيث تقسم أفراد المجموعة الإرشادية على أربع مجموعات

حسب ميولهن ورغباتهن لتطبيق المهارات ويشكل حر ،

والمجموعات هي :-

أ. فرقة تمارس اللعبة التعليمية ( رمي ولقف الكرة ).

ب. فرقة اخرى تمارس تطوير لياقة بدنية ( ضغط الجذع

خلفاً بوضع الانبطاح مع تشابك اليدين خلف الظهر ) .

ج. فرقة تمارس لعبة سابقة ( عند الإشارة تدور الطالبة

بقفزة للخلف وتهول الباقيات للوقوف خلفها ) .

د . فرقة تمارس نشاط ترويحي او فعالية سابقة ( سباق

التتابع بين طالبتين باستخدام العصا)

- **المرشدة :-** تلاحظ أداء المجموعات الأربع لرصد السلوك الخاطئ الذي قد يظهر لدى أي

فرقة عند أدائهن للعبة التي يزاولنها ، ومن خلال ملاحظاتها ترصد المرشدة سلوكاً

خاطئاً عند الفرقة ( الثانية ) والتي كانت تمارس تمارين تطوير اللياقة البدنية

( القوة ) ، حيث خالفت الطالبتين ( سلوى ) و ( ناهدة ) شروط تطبيق التمارين

من خلال مخالفتها لتوجيهات أفراد المجموعة ، حيث قامت بالانبطاح بدون تشابك

اليدين خلف الظهر .

- **المرشدة :-** تتادي ( الفرقة الثانية - التعليمات ) أما المجموعات الثلاث الباقية ( أحسنتن

جميعاً لأدائكن الناجح للتمرين ) .

- **المدربة :-** تطلب من المجموعة ( الثالثة ) إعادة تطبيق اللعبة مع الالتزام العالي بالتعليمات .

- **المرشدة :-** تتادي ( المجموعة الثالثة - أشركن لحسن تصرفاتكن أثناء اللعبة ) .

- **المدربة :-** تقوم بتنفيذ الجزء الثاني من النشاط التطبيقي وهو لعبة صغيرة ( سباق التتابع ) ،

حيث تقوم المدربة بشرح تعليمات اللعبة ( السباق ) وتوزع ( عصا ) على كل

مجموعة من المجموعات الأربع ، وتقوم أفراد المجموعة الإرشادية بالانطلاق من

خط البداية والدوران حول ساحة التدريب الرياضي وتسليم ( العصا ) الى طالبة أخرى وهكذا الى أن ينتهي السباق .

- أفراد المجموعة الإرشادية :- ينفذن السباق بدافعية عالية . باستثناء ( الفرقة الأولى )
- المرشدة :- تلاحظ أداء المجموعات الاربع لرصد السلوك الخاطئ الذي قد يظهر لدى أي فرقة عند أداءهن للمهارات التي يزلولنها ، ومن خلال ملاحظاتها ترصد المرشدة سلوكاً خاطئاً عند الفرقة ( الأولى ) حيث أظهرت الطالبة ( سوزان ) سلوكاً خاطئاً بدفعها لزميلتها من ( الفرقة الثانية ) .
- المرشدة :- تنادي ( الفرقة الأولى - التعليمات ) أما المجموعات الثلاثة الباقية ( أحسنتن جميعاً لأدائكن الناجح للتمرين ) .
- المدربة :- تطلب من المجموعة ( الأولى ) اعادة تطبيق اللعبة مع الالتزام العالي بالتعليمات .
- المرشدة :- تنادي ( المجموعة الأولى - اشكرن لحسن تصرفاتكن اثناء اللعبة ) .
- المدربة :- تنفذ ( الجزء الختامي ) ويتضمن :-

أ. اللعبة الصغيرة :- وهي ( صيد الحمام ) :-

تقوم المدربة بتوضيح شروط اللعبة ، وهي وضع طالبة او طالبتين في وسط الدائرة لأصطيادهن من قبل أعضاء المجموعة اللاتي يقفن خارج محيط الدائرة ، وأكدت المدربة على الالتزام بشروط اللعبة وهي ان يكون الضرب من اسفل الحزام باتجاه القدمين ، وأن يكون الضرب من خارج محيط الدائرة ، ومن خلال شروط المدربة لوحظ ان الطالبة ( سعاد ) تتوعد بأذى رفقاتها أثناء صيدهن .

- المرشدة :- تنادي ( التعليمات ) .
- المدربة :- تعيد شرح اللعبة مؤكدة شروطها ، ثم تطلب تنفيذها .
- أفراد المجموعة الإرشادية :- ينفذن اللعبة بالالتزام عالي باستثناء الطالبة ( لين ) حيث قامت بسلوك خاطئ ارتسم على وجهها ، أذ بدأت بضرب رفقاتها بقوة من داخل الدائرة متجاوزة الخط عدة أمتار ، والضرب بقوة باتجاه منطقة رأس زميلتها عند صيدها .
- المرشدة :- تنادي ( التعليمات ) .
- المدربة :- تعيد اللعبة مؤكدة على شروطها .
- أفراد المجموعة الإرشادية :- طبقن اللعبة بطريقة تدل على الدافعية في انجاز اللعبة .

- **المرشدة :-** تتادي ( أشكركن جميعاً لحسن تصرفاتكن خلال اللعبة ) .
- **المدرية :-** تنفذ الجزء الثاني من الجزء الختامي ( تمارين الاسترخاء – تمارين تنفسية ) للتقليل من عناء التمارين والألعاب التي قاموا بها ، ثم تقوم بجمع أفراد المجموعة الارشادية صفاً واحداً وبشكل نسق .
- **المرشدة :-** تدخل الى ساحة التدريب الرياضي وتلتقي بأفراد المجموعة الارشادية قائلة :-  
 أشكركن جميعاً وبارك الله فيكن أذ أدبتن الوحدة التدريبية ( الجلسة الإرشادية ) بنجاح وفاعلية ، وبأقل احتمالات الوقوع بالخطأ ( السلوك الخاطئ ) ، ولكن هذا لا يعني انكن كنتن بنفس الدرجة من الالتزام بالتعليمات ، لذا سوف أرتبكن ترتيباً تنازلياً بحسب الدرجات التي حصلتن عليها ، ثم اعلق الأسماء في لوحة الإعلانات تكريماً لكن وبحسب درجاتكن ، لذا نأمل من الأخريات ( اللاتي ارتبكن سلوكاً خاطئاً ) أن يحذون حذو المتفوقات ضمن مجموعاتهن ، أن يظهرن سلوكاً معتدلاً خالياً من الخطأ في الجلسات القادمة لكي ينلن أنواع أخرى من التكريم ( التدعيم ) كجعلهن معاونات لقائد التدريب ( المدرية ) ، أو تعليق أسمائهن في لوحة الإعلانات ، أو يحصلن على شكر وتقدير من إدارة المدرسة .. والى الملتقى في الجلسة القادمة أن شاء الله .
- **أفراد المجموعة الارشادية :-** يؤدين تحية الانصراف .

## 5. تطبيق البرنامج :-

من الضروري أن يتم تطبيق البرنامج وتنفيذه من قبل القائم على البرنامج ، إلا أن عدم أملاك الباحثة خبرة في مجال التدريب الرياضي ، جعلها تعتمد في تنفيذ البرنامج على مدرسة التربية الرياضية في المدرسة التي تم اختيارها لتطبيق البرنامج للوصول إلى تحقيق هدف البحث ، علما انه تم عرض البرنامج على المدرية وتمت مناقشة خطواته ووحداته التدريبية وبذلك توضحت الفكرة لديها .

**6. تجريب البرنامج :-**

قامت الباحثة بتجربة استطلاعية لتنفيذ برنامج التدريب الرياضي ولوحدة تدريبية واحدة على مجموعة من الطالبات ذوات الحرمان العاطفي بلغ عددهن (10) طالبات لمعرفة مدى مناسبة البرنامج لهن وإمكانية تنفيذه ، إضافة إلى معرفة مدى ملائمة المدة التي يستغرقها تنفيذ الوحدة ، وقد أثبتت التجربة الاستطلاعية صلاحية برنامج التدريب الرياضي ووحداته ، وبذلك أطمأنت الباحثة على تطبيقه بصيغته النهائية على عينة البحث الأساسية .

**ثانياً. تقويم البرنامج :-**

عملية التقويم عملية حيوية تلازم كل مرحلة من المراحل السابقة لبناء البرنامج ، إلا أن أهميتها تتركز في المرحلة الأخيرة من مراحل التخطيط ، وذلك من أجل التحقق من سلامة وفعالية البرنامج ، لذا حاولت الباحثة تقويم البرنامج من خلال الإجابة عن الأسئلة الآتية :-

أ . هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم وقدراتهم ؟

ب . هل درست بعناية وبدقة القابليات الفسلجية والنفسجسمية لأفراد المجموعة الإرشادية ؟

ج . هل البرنامج والنشاط يحزر رغبات أساسية مثل المتعة أو البهجة الاجتماعية ؟ أي القدرة على الاختلاط والتفاعل والتفريغ البدني والانفعالي والإبداع والتعبير عن الذات والانجاز

(Harold,1969,p.324)

وتمكنك الباحثة من التحقق من سلامة وفعالية البرنامج من خلال ما قامت به إدارة المدرسة والمدرسات والمرشدة التربوية ، حيث أرسلت الطالبات ذوات الحرمان العاطفي إلى مستوصف الطبابة ( الصحة المدرسية ) في مركز مدينة بعقوبة لمعرفة القابليات الفسلجية لكل طالبة ، كما تم تحليل المعلومات الواردة من إدارة المدرسة وترجمتها إلى تقارير مكتوبة لكي يمكن الاطلاع عليها والحكم على البرنامج بموجبها ، ومن ثم التحكم في نوعية الخبرات والنشاطات المقدمة من خلال برنامج التدريب الرياضي ، وغالبا ما أعتمدت الباحثة على التقارير التقييمية في توسيع البرنامج وإلغاءه أو تعديله بما يتناسب مع الأهداف الموضوعية ، إضافة إلى مقابلة الباحثة ومناقشتها مع إدارة المدرسة والمدرسات والمرشدة التربوية والطالبات .

وبذلك فأن الباحثة استخدمت ثلاثة أنواع من التقويم وكآلاتي:-

**(1) التقويم التمهيدي**

ويتمثل بالاختبار القبلي الذي أعدته الباحثة.

**(2) التقويم البنائي**

ويتمثل بأجراء عملية تقويم عند نهاية كل جلسة من خلال توجيه الأسئلة لطالبات المجموعة ، ومتابعة التدريبات في بداية كل جلسة .

**(3) التقويم النهائي**

ويتمثل ذلك الاختبار البعدي لمقياس الحرمان العاطفي لطالبات المجموعة التجريبية لتحديد مستوى التغير الحاصل فيه .

**ثالثاً : صدق البرنامج**

بعد تصميم برنامج التدريب الرياضي ووحداته التدريبية ، قامت الباحثة بعرضه على مجموعة من الخبراء المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية وكذلك في مجال التربية الرياضية ، ملحق ( 3 / ب ) .

لإبداء آرائهم بمدى:-

1. مناسبة برنامج التدريب الرياضي للهدف الرئيسي للبحث الخاص في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية .
2. مناسبة الأهداف التي ينبغي تحقيقها.
3. مناسبة الوقت الذي تحتاجه المدربة لتدريب كل وحدة تدريبية .
4. مناسبة الأنشطة التي تستخدمها المدربة لتحقيق أهداف برنامج التدريب الرياضي.
5. ملائمة الحاجة وتسلسلها حسب أهميتها.
6. ما يرونه مهما للإضافة.

وقد أجمع الخبراء على أن وحدات التدريب الخاصة ببرنامج التدريب الرياضي بكل عناصرها مناسبة مع هدف البحث الرئيسي .

**رابعاً:- إجراءات تطبيق البرنامج**

لغرض خفض الحرمان العاطفي لدى الطالبات ، قامت الباحثة بالإجراءات الآتية :-

1. عقد اجتماع مع إدارة المدرسة والمدرسات والمرشدة التربوية لتوضيح هدف الدراسة وكيفية سير برنامج التدريب الرياضي.
2. عرض برنامج التدريب الرياضي ووحداته التدريبية على المدربة ( مدرسة التربية الرياضية في المدرسة) ومناقشة خطواته ووحداته ، ومن خلال ذلك توضحت الفكرة للمدربة ، كما تم تعريف المدربة والمرشدة التربوية بواجباتهن وطرق استخدام هذا البرنامج بإتقان ، كما دربوا على طريقة تسجيل ومتابعة مقدار التحسن عند أفراد عينة البحث وتأكيد دقة هذا التسجيل لتكرار سلوك الحرمان العاطفي .
3. عقد اجتماع مع عينة البحث لتوضيح كيفية سير البرنامج .
4. قامت الباحثة بالقياس القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة ، ورصد درجات عينة البرنامج على مقياس الحرمان العاطفي والتي تم الحصول عليها عند اختيار عينة البرنامج خلال شهر تشرين الثاني 2010 إذ عدت هذه الدرجات اختبارا قبليا.
5. تنفيذ برنامج التدريب الرياضي المقترح خلال الدوام الرسمي لمدة (45) دقيقة للجلسة الواحدة وبواقع جلستين في الأسبوع ( الأحد ، الثلاثاء ) وكان إجمالي عدد الجلسات في البرنامج المقترح ( 18 ) جلسة في المدة من 2010/11/9 إلى 2011/1/15 م . والجدول ( 6 ) يوضح ذلك .

### جدول (6)

عناوين الجلسات الإرشادية وتواريخها .

ت	رقم الجلسة الإرشادية	تاريخ انعقادها	الموضوع
1	1	2010 / 11 / 9	الافتتاحية
2	2	2010 / 11 / 14	الاتزان الانفعالي
3	-	2010 / 11 / 16	عطلة رسمية ( عيد الأضحى )

الاتزان الانفعالي	2010 / 11 / 21	3	4
فهم الذات والثقة بالنفس	2010 / 11 / 23	4	5
فهم الذات والثقة بالنفس	2010 / 11 / 28	5	6
تكوين علاقات اجتماعية مع الاقران	2010 / 11 / 30	6	7
الاسترخاء وهدوء الأعصاب	2010 / 12 / 5	7	8
النضج الاجتماعي	2010 / 12 / 7	8	9
النضج الاجتماعي	2010 / 12 / 12	9	10
التفريغ الانفعالي	2010 / 12 / 14	10	11
تأكيد الذات	2010 / 12 / 19	11	12
الآثار النفسجسمية من جراء الحرمان العاطفي	2010 / 12 / 21	12	13
المشاركة في الأنشطة المدرسية اللاصفية	2010 / 12 / 26	13	14
اتخاذ القرار المناسب باستخدام تبادل الآراء	2010 / 12 / 28	14	15
القدرة على تشخيص المشكلات وحلها بأسلوب علمي	2011 / 1 / 4	15	16
تحقيق أهداف الحياة والشعور بالنجاح	2011 / 1 / 7	16	17
الاهتمام بالدراسة والمواد الدراسية	2011 / 1 / 12	17	18
الختامية	2011/1/15	18	19

6. تم إجراء القياسات البعدية على مجموعتي البحث بعد انقضاء الجلسة (18) مباشرة ، وقد كان ذلك في 2011/1/15 م .

7. قامت الباحثة باستخراج قيم درجات (ولكوكسن) لأفراد عينة البحث لكل مجموعة من المجموعتين على مقياس الحرمان العاطفي في الاختبارات القبليّة والبعدية .

8. قامت الباحثة باستخراج درجات (مان وتتي ) لإفراد عينة البحث من المجموعتين التجريبية والضابطة ، على مقياس الحرمان العاطفي في الاختبارات القبليّة والبعدية.

سادساً:- الوسائل الاحصائية :-

1. معامل الارتباط بيرسون

$$r = \frac{n \sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2][n \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

وقد استعمل في استخراج الثبات بطريقة اعادة الاختبار ( Test – Retest ) .  
( فيركسون ، 1991 ، ص 145 ) .

2. اختبار ( مان – وتني ) Man-Whitney لعينتين مستقلتين :

$$U_1 = N_1 N_2 + \frac{N_1(N_1+1)}{2} - R_1$$

وقد استعمل للتأكد من تكافؤ المجموعتين ( التجريبية والضابطة ) في متغير درجات الاختبار القبلي والبعدي على مقياس الحرمان العاطفي ، واستعمل كذلك لمعرفة دلالة الفروق في الحرمان العاطفي للمجموعتين ( التجريبية والضابطة ) بعد تطبيق الجلسات الإرشادية . ( بست ، 1988 ، ص 351 ) .

3. اختبار ولكوكسن ( اختبار إشارة الرتب ) لعينتين مترابطتين Wilcoxon Test

لأيجاد الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ضمن المجموعة الواحدة .

( البياتي ، 1985 ، ص 106-107 ) .

أولاً:- عرض النتائج :-

سيتم عرض النتائج التي توصل إليها البحث وعلى وفق فرضياته ، وتفسيرها في ضوء الإطار النظري ، ومناقشتها على وفق الدراسات السابقة وكما يلي :-

الفرضية الأولى :- نصت الفرضية الأولى على ما يأتي :-

(( لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( 0,05 ) بين رتب درجات المجموعة

التجريبية قبل تطبيق أسلوب اللعب وبعده عند تطبيق مقياس الحرمان العاطفي )) .

ولاختبار صحة هذه الفرضية استخدمت الباحثة اختبار ( ولكوكسن ) ( Wilcoxin Test ) لعينتين مترابطتين لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ، إذ ظهر أن القيمة المحسوبة والتي تساوي ( صفرًا ) هي دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية التي تساوي ( 8 ) وعند مستوى دلالة ( 0,05 ) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة التي هي (( توجد فروق بين المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الارشادي وبعده )) والجدول (7) يوضح ذلك .

جدول ( 7 )

درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده وقيمة ( w ) المحسوبة والجدولية

دلالة الفروق	مستوى الدلالة	قيمة W		الرتب السالبة	الرتب الموجبة	رتبة الفروق	ف بعدي - قبلي	المجموعة التجريبية		ت
		الجدولية	المحسوبة					درجات الاختبار البعدي	درجات الاختبار القبلي	
				-	3	3	34	35	69	1
				-	6	6	38	31	69	2
				-	4	4	36	32	68	3
				-	10	10	43	25	68	4
دالة احصائياً	0,05	8	صفر	-	1	1	30	36	66	5
				-	7	7	39	26	65	6
				-	5	5	37	28	65	7
				-	2	2	31	33	64	8
				-	8	8	40	24	64	9
				-	9	9	41	21	62	10
				- صفر	55+	المجموع				

الفرضية الثانية :- نصت الفرضية الثانية على ما يأتي :-

(( لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( 0,05 ) بين رتب درجات المجموعة

الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي عند تطبيق مقياس الحرمان العاطفي )) .

ولاختبار صحة هذه الفرضية استخدمت الباحثة اختبار ( ولكوكسن ) ( Wilcoxin Test )

لعينتين مترابطتين لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ، إذ تبين أن القيمة

المحسوبة التي تساوي ( 26 ) غير دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية التي تساوي

( 8 ) عند مستوى دلالة ( 0,05 ) وهذا يعني قبول الفرضية الصفرية التي هي (( لا توجد

فروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة )) والجدول ( 8 ) يوضح ذلك .

جدول ( 8 )

درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي وقيمة ( w ) المحسوبة والجدولية

دلالة الفروق	مستوى الدلالة	قيمة W		الرتب السالبة	الرتب الموجبة	رتبة الفروق	ف بعدي - قبلي	المجموعة الضابطة		ت
		الجدولية	المحسوبة					درجات الاختبار البعدي	درجات الاختبار القبلي	
				3,5-		3,5	2-	63	61	1
					6,5	6,5	3	57	60	2
				9-		9	4-	62	58	3
					3,5	3,5	2	55	57	4
غير دالة	0,05	8	26	1-		1	1-	57	56	5
					6,5	6,5	3	53	56	6
					9	9	4	51	55	7
				3,5-	3,5	3,5	2-	57	55	8
					3,5	3,5	2	53	55	9
				9-		9	4-	58	54	10
				26 -	32,5+	المجموع				

الفرضية الثالثة :- نصت الفرضية الثالثة على ما يأتي :-

(( لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( 0,05 ) بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي عند تطبيق مقياس الحرمان العاطفي )) .

ولأختبار صحة هذه الفرضية استخدمت الباحثة اختبار (مان - وتتي) ( Man-Witny Test ) للعينات متوسطة الحجم لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي ، إذ تبين أن القيمة المحسوبة التي تساوي ( صفرًا ) هي دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية التي تساوي ( 23 ) عند مستوى دلالة ( 0,05 ) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة التي هي (( توجد فروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج ولصالح المجموعة التجريبية )) والجدول ( 9 ) يوضح ذلك .

### جدول ( 9 )

درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي وقيمة ( U ) المحسوبة والجدولية

ت	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة U		مستوى الدلالة	دلالة الفروق
	الدرجة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	المحسوبة	الجدولية		
1	63	20	35	9				
2	57	16	31	6				
3	62	19	32	7				
4	55	14	25	3				
5	57	16	36	10	صفر	23	0,05	دالة احصائياً
6	53	12,5	26	4				
7	51	11	28	5				
8	57	16	33	8				
9	53	12,5	24	2				
10	58	18	21	1				
	المجموع	$155 = R^1$		$55 = R^2$				

ثانياً :- مناقشة النتائج وتفسيرها :-

أشارت نتائج البحث الحالي عند تطبيق مقياس الحرمان العاطفي على طالبات المرحلة الثانوية الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية مقارنة بالدرجات التي حصلن عليها في الاختبار البعدي ، كما هو مبين في الجدول (7) .

كما أظهرت نتائج البحث الحالي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة عند تطبيق مقياس الحرمان العاطفي ، كما هو مبين في الجدول (9) .

ويمكننا أن نعزو هاتين النتيجتين الى :-

1. أن موضوعات الأسلوب الإرشادي والفنيات المستخدمة في جلساته كانت ملائمة لخفض الحرمان العاطفي ، مما أدى الى خلق تفاعل ايجابي بين الطالبات والأسلوب الإرشادي ، وهذا ما يتفق مع دراسة ( الصالحي ، 2005 ) .

2. إن استخدام المناقشات العلمية والتدعيم والتعزيز الاجتماعي والتقويم ، وإعطاء التدريب البدني أثناء الجلسات الإرشادية كان له أثر واضح في نجاح الأسلوب الإرشادي .

3. إن التدريب بشكل جماعي ساعد في قيام حوار بين طالبات المجموعة ، وما تضمن من مناقشات على طرح الأفكار ، من دون خجل أو خوف أو تردد .

4. إن وضع الخطة الإرشادية من الباحثة بشكل يتناسب مع الحاجات الإرشادية للمسترشدات والمرحلة العمرية ، فضلاً عن قيام الباحثة بتطبيق البرنامج الإرشادي بنفسها وبمساعدة مدرسة الرياضة المتخصصة في مجال الألعاب ، والذي اعتمد في بناء استراتيجياته على أسس علمية ، تضمن أسلوب اللعب ، كان له أثر واضح في نجاح البرنامج القائم على أسلوب اللعب ، وهذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسات تجريبية سابقة كدراسة ( الكردي ، 1988 ) ودراسة ( التكريتي ، 1990 ) ودراسة ( صادق ، 1999 ) ودراسة ( عبد الغني ، 1991 ) .

5. كذلك إن أتباع النظريات الإرشادية ومضامينها وأساليبها الإرشادية بطريقة علمية كان له الأثر الواضح في نجاح العملية الإرشادية التي اتبعتها المرشدة .

فالإرشاد باللعب ، الذي جاء به أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي ( روتر ) التي انطلقت منها هذه الدراسة هو وسيلة للتفريغ الانفعالي من خلال التدريبات الرياضية والأنشطة الجسمية ، وأن من نتائج اللعب هو إحداث تعلم جديد قائم على أساس الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز الايجابي ( باترسون ، 1981 ، ص 406 ) . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ( Young,1973 ) ، حيث أشار الى أن برنامج التدريب البدني ساهم في تعديل الخصائص النفسية للمراهقين ولاسيما في استقرارهم العاطفي ( سلسلة العلوم ، 1986 ، ص 103 ) .

6. فضلاً عن ذلك ، فإن الإرشاد باللعب وفر وسيلة تربوية مناسبة متمثلة بالتدريب الرياضي لأستخرج هذه الطاقة النفسية المشحونة من خلال إسقاطها في أثناء التدريب الرياضي أو إظهارها لغرض مواجهتها والتحكم فيها ، مما يخلف لدى المسترشدة نوعاً من الاستبصار ، أن هذه النتيجة جاءت متفقة مع دراسة ( Varma,1979 ) والذي أشار الى أن ما تمتلكه الألعاب الرياضية من نشاط مسلي ، وفضائل تربوية تثير لدى الأفراد ميلاً الى السمو من خلال توجيه انفعالاتهم المكبوتة نحو أنشطة معترف بها من المجتمع ( سلسلة العلوم ، 1986 ، ص 103 ) .

7. كذلك فإن الأسلوب الذي أتبعته الباحثة في العلاج أمتاز بكونه حراً وغير رسمي أو إلزامي ، مع خلق جو من الألفة والطمأنينة ، إذ استطاعت المسترشدة في ضوءه أن تروح عن نفسها وأن تتوافق مع مشكلاتها ، حيث تمتع البرنامج بالحرية والانطلاق الكامل تقريباً لاختيار ما تمارسه من أنشطة أثناء اللعب ، ويسمح لها بأخذ زمام المبادرة ، وبذلك استطاعت المسترشدة أن تخرج من خلال تدريبها الرياضي صراعاتها واندفاعاتها غير المقبولة اجتماعياً ، وأصبح التدريب بمثابة الأداة المفرغة للضغوط التي تملأ النفس الإنسانية بلا تعجل وبتدرج يتفق مع الطبيعة الإنسانية والاجتماعية وبما يجعلها تتكيف مع مجتمعها راضية عن نفسها وعن القيم التي تسوده .

وتؤيد نتيجة البحث الحالي الافتراضات النظرية التي قدمها كل من ( Freud ) و ( K.Lornes ) و ( Milan Clain ) والتي أشارت الى أن اللعب الحر يرمز الى الرغبات المكبوتة والمخاوف والصراعات غير الشعورية ، وأنه من الممكن ان يكون اللعب التلقائي الحر بديلاً عن التداعي الحر الذي استخدم في علاج الكبار ( روتر ، 1984 ، ص 142 ) .

وتتفق نتائج البحث الحالي مع نتائج الدراسات الأخرى كدراسة ( Young,1973 ) ودراسة ( Varma,1997 ) والدراسات التي قامت بها بعض الجامعات العالمية ومنها جامعة ( Wisconsin ) وجامعة ( Virginia ) ، إذ أشارت جميع هذه الدراسات الى أن برنامج التدريب البدني ( اللعب ) أثر في خفض القلق والاكتئاب النفسي لدى المسترشدين ( الحماحمي ، 1986 ، ص77 ) .

أولاً :- التوصيات :-

في ضوء نتائج البحث ، توصي الباحثة بما يأتي :-

1. إمكانية الاستفادة من الأسلوب الإرشادي القائم على أسلوب اللعب المعد في هذه الدراسة من قبل المرشدين التربويين في المدارس المتوسطة والإعدادية لخفض الحرمان العاطفي .
2. اهتمام إدارات المدارس والمرشدين التربويين في المدارس الثانوية بمشكلات الطالبات ذوات الحرمان العاطفي وخصوصاً تلك التي تتعلق بالاضطرابات النفسية من اجل تهيئة الحلول المناسبة لإشباع حاجاتهم النفسية والاجتماعية ، وبالتالي تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي .
3. فتح دورات تأهيلية من قبل الباحثة للمرشدين التربويين العاملين في المدارس الثانوية لتدريبهم على أسلوب الإرشاد باللعب ، ولاسيما وسيلة التدريب الرياضي الترويحي .
4. على المرشدين التربويين في المدارس الثانوية توعية أولياء أمور الطالبات بكيفية التعامل مع الطالبة ذات الحرمان العاطفي العالي لمساعدتها على التوافق النفسي والاجتماعي والأسري .
5. ضرورة اهتمام مدرسات المرحلة الثانوية ومرشدات الصفوف وإدارات المدارس بالطالبات ذوات الحرمان العاطفي ، من خلال تشجيعهن على إقامة علاقات اجتماعية بناءة مع الطالبات ، وتوفير فرص الاندماج مع الطالبات من خلال الأنشطة الصفية واللاصفية ، كالمشاركة في النشاطات الرياضية داخل المدرسة وخارجها .

ثانياً:- المقترحات :-

استكمالاً للدراسة الحالية ، تقترح الباحثة القيام بالدراسات التالية :-

1. إجراء دراسة لمعرفة أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية بوسائل أخرى مثل السايكودراما ( الترويح الفني ) .

2. إجراء دراسة مماثلة للتعرف على أثر الإرشاد باللعب المستخدم في البحث الحالي في خفض الحرمان العاطفي لدى طلاب المراحل الدراسية الأخرى .

3. إجراء دراسة مماثلة لمعرفة أثر الإرشاد باللعب المستخدم في البحث الحالي على أنماط سلوكية أخرى عند الطالبات ( كالأنطواء ، القلق ، التعب النفسي ) .

## أولاً: - المصادر العربية :-

## القرآن الكريم .

1. إبراهيم ، احمد عبد الغني (1991) : اثر برنامج اللعب على بعض جوانب النمو اللغوي لدى عينة من الاطفال في عمر ست سنوات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، مصر.
2. أبو عيطة ، سهام درويش (1997) : مبادئ الإرشاد والتوجيه ، دار الفكر للطباعة ، عمان ، الأردن .
3. أبو فروة ، إبراهيم (1992) : الإدارة المدرسية ، منشورات الجامعة المفتوحة ، طرابلس ، ليبيا .
4. إحسان ، عبد الرحيم فهمي (2001) : فاعلية استخدام لعب الدور في تحصيل تلاميذ الصف الثالث الإعدادي للقواعد النحوية واتجاهاتهم نحوها ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الملك عبد العزيز ، المملكة العربية السعودية .
5. احمد ، سهير كامل (1999) : أساليب تربية الطفل بين النظرية والتطبيق ، دار مركز الإسكندرية مشرقة ، الإسكندرية ، مصر .
6. الأزيرجاوي ، فاضل محسن ( 1991 ) : أسس علم النفس التربوي ، دار الكتاب للطباعة والنشر ، الموصل ، العراق.
7. الأسدي ، سعيد جاسم ومروان عبد المجيد (2001) : الإرشاد التربوي ، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
8. ----- (2003) : الإرشاد التربوي ، مفهومه - خصائصه - ماهيته ، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن
9. الألوسي ، جمال حسين وأميمة ، علي خان (1983) : علم النفس الطفولة والمراهقة ، بلا ، بغداد.
10. الإمام ، مصطفى محمود (1991) : الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي ، جامعة البصرة ، دار الحكمة .
11. الأميري ، احمد علي محمد ناجي (2001) : فعالية برنامج إرشادي في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في تعز ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية .
12. باترسون ، س.هـ (1981) : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي ، ط 1 ، دار القلم ، الكويت .
13. باظة ، آمال عبد السميع مليجي (2002) : النمو النفسي للأطفال والمراهقين ، المكتبة الانجلو المصرية

، القاهرة ، مصر .

14. بدير ، كريمان(2004) : استراتيجيات تعليم اللغة برياضة الأطفال ، عالم الكتب ، القاهرة ، مصر .
15. بست، جون (1988): مناهج البحث التربوي ، ترجمة عبد العزيز الغنام، مؤسسة الكويت للتقديم العلمي، الكويت.
16. بلقيس ، احمد ومرعي، توفيق (1982) : سيكولوجية اللعب ، دار الفرقان للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن.
17. بو جمعة ، كوسة (2010) : الحرمان الجزئي من الأم العاملة وعلاقته بالعنف ، جامعة جيجل ، الجزائر.
18. بولبي ، جون (1959) : رعاية الطفل وتطور الحب ، اختصار مايدز فراي ، ترجمة ، السيد محمد الخيري ، دار المعارف، مصر .
19. بو ناصر ، أساليب التوجيه والإرشاد ، الموسوعة العربية للإرشاد والعلاج النفسي ، انترنت ، [www.awraq.com](http://www.awraq.com) .
20. البياتي ، محمد سليمان إبراهيم (1985) : بعض جوانب الشخصية لدى الحدث فاقد الوالدين دراسة مقارنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية ، جامعة بغداد.
21. التكريتي ، وديع ياسين (1990) : أثر ممارسة الأنشطة الرياضية في تحقيق الحياة المتزنة في الوسط الجامعي ، مجلة اتحاد الجامعات العربية ، العدد الخامس والعشرون ، كانون الثاني .
22. التل، سعيد (1993) : مرجع في مبادئ التربية ، دار الشروق ، عمان ، الأردن .
23. التميمي ، عدنان حسين خضر (1997) : بناء برنامج في الإرشاد الجمعي لتنمية التفكير الاستدلالي لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، العراق .
24. توك ، محي الدين ، وعلي عباس ( 1981 ) : أنماط رعاية اليتيم وتأثيرها على مفهوم الذات في عينة من الأطفال في الأردن ، مجلة العلوم الاجتماعية ، العدد الثالث ، السنة التاسعة ، جامعة الكويت .
25. توم ، دوجلاس ، (1979) : مشكلات الاطفال اليومية ، ترجمة أسحق رمزي ، دار المعارف ، مصر .

26. جابر، عبد الحميد جابر وكاظم، احمد خيرى (1973): مناهج البحث فى التربية وعلم النفس ، دار النهضة العربية، القاهرة.
27. الجراح ، كمال ومحمد ، فائزة (1989) : الطفل واللعب مداخل نظرية تطبيقات تربوية ، مكتب التربية ، لدول الخليج العربي ، الرياض ، المملكة العربية السعودية .
28. الجعفري ، فاطمة احمد سليمان (2003) : الحرمان العاطفي من الابوين وعلاقته بمفهوم الذات والتوافق الاجتماعي ، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية للبنات ، جامعة بغداد .
29. جلال ، سعد (1962) : المرجع فى علم النفس ، دار المعارف ، القاهرة ، مصر .
30. جودة ، سعد عزيز (2004) : اثر برامج إرشادي فى تنمية السلوك الاستقلالى لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، رسالة الماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية .
31. الحماحي ، محمد محمد ( 1986 ) : أصول اللعب والتربية الرياضية والرياضة ، ط1 ، مطبعة نادي مكة الثقافي ، مكة المكرمة ، العزيزية .
32. حنا ، فاضل (1999) : اللعب عند الأطفال ، دار مشرق – مغرب ، دمشق ، سورية .
33. الحيايى ، عاصم محمود (1989) : الإرشاد التربوي والنفسى ، مطبعة وزارة التعليم العالي ، الموصل ، العراق .
34. الحيلة ، محمد محمود (2005) : الألعاب التربوية وتقنيات انتاجها سيكولوجيا وتعليميا وعمليا ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
35. خضر ، نائلة حسن (1984) : دراسات تربوية رائدة فى الرياضيات ، القاهرة ، عالم الكتب .
36. خطاب ، محمد صالح ، وعرفات ، ميرفت عبد القدوس (1993) : رياض الأطفال والأهداف والأنشطة التعليمية ، مكتبة الفلاح ، الكويت .
37. خطاب، محمد عادل (ب.ت): النشاط الترويحي وبرامجه ، مكتبة القاهرة الحديثة، القاهرة.
38. الخطيب، جمال (1987): تعديل السلوك، القوانين والإجراءات ، ط1، كلية التربية ، الجامعة الأردنية ، الأردن.
39. خليفة ، إيناس (2003) : رياض الأطفال - الكتاب الشامل ، دار المناهج للنشر والتوزيع ، ط1 ، عمان ، الأردن .
40. الخوالدة ، محمد (2003) : إدارة رياض الأطفال ، دار الكتب الجامعي ، عمان ،الأردن .

41. ----- ( 2007 ) : اللعب الشعبي عند الأطفال ودلالاته التربوية في إنماء شخصياتهم ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، ط2 ، الأردن .
42. الداهري ، صالح حسن احمد ( 1998 ) : مبادئ الإرشاد والنفسي والتربوي ، وزارة التعليم العالي ، العراق .
43. الدباغ ، كفاح شبيب ( 1997 ) : مفهوم الذات وعلاقته بمركز السيطرة لدى أطفال دور الدولة وأقرانهم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة بغداد .
44. داود، عزيز حنا وعبد الرحمن ، انور حسين ( 1990 ) : مناهج البحث التربوي ، ط1، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد، العراق .
45. الدوسري ، صالح جاسم ( 1984 ) : الاتجاهات العلمية في تخطيط برامج التوجيه والإرشاد ، الحلقة الدراسية للعاملين في مجال التوجيه والإرشاد الطلابي، مكتبة التربية العربية لدول الخليج، البحرين، من (8-20) شعبان .
46. ----- ، صالح جاسم ( 1985 ) : الاتجاهات العلمية في تخطيط البرامج التوجيه والإرشاد ، مجلة رسالة الخليج ، العدد (15) السنة (5) ، الرياض ، السعودية .
47. دونالد ، شطي ، وأحمد بلقيس ( 1989 ) : القائد التربوي وأغناء المنهج ، الاونروا – اليونسكو ، الأردن .
48. دونالد ، مورتنسن وآلن شمولر ( 1962 ) : التوجيه في الإرشاد ، ترجمة حافظ إبراهيم خليل ، مكتبة التحرير .
49. الدويقي ، عبد السلام بشير ( 1997 ) : أراء في تربية الطفولة تأصيل عربي إسلامي وعالمي ، دار المدينة القديمة للكتب ، سبها .
50. ربيع ، هادي مشعان ( 2008 ) : اللعب والطفولة ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن.
51. رشيد ، أزهار هادي ( 1995 ) : دور الدولة والأسر البديلة وأثرهما على الصحة النفسية للأيتام ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية .
52. الرحو ، جنان سعيد ( 1994 ) : قياس الأمن النفسي عند المراهقين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة بغداد .

53. الرواجفة ، عبد الله علي (2004) : اثر برنامج إرشادي جمعي في تخفيف الشعور بالعزلة لدى طلاب الصف الأول في المرحلة الثانوية في الأردن ، رسالة ماجستير غير منشورة ، مكتبة التربية ، جامعة بغداد .
54. الرواحي ، مازن بشير (1982) : عوامل الجناح والظلال عند الأحداث والأطفال ، مجلة قوى الأمن الداخلي ، العدد 47 ، مطبعة كلية الشرطة ، بغداد .
55. روتر، جوليان (1984) : علم النفس الإكلينيكي ، ترجمة محمود عطية ، ط2، دار الشروق ، بيروت .
56. روث.م.بيرد ، (1977) : جان بياجيه وسيكولوجية نمو الأطفال ، ترجمة فيولا البيلاني ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
57. الزبون ، سليم عودة (1996) : المرشد النفسي التربوي ومسؤولياته وواجباته ، مطبوعات الجامعة الأردنية عمان ، الأردن .
58. الزبيدي ، هيثم احمد علي ( 2008 ) : الحرمان العاطفي وعلاقته باضطراب الشخصية المضادة للمجتمع ، دراسة ميدانية ، مجلة كلية الآداب ، العدد 23، بغداد ، العراق .
59. الزعبي ، احمد محمد (1997) : اللعب عند الأطفال أهميته التربوية والنفسية ، مجلة التربية العدد 26 ، فلسطين .
60. زهران ، حامد عبد السلام (1977) : علم نفس النمو ( الطفولة والمراهقة )، ط2، عالم الكتب ، القاهرة
61. ----- ، ( 1981 ) : الإرشاد والتوجيه ، عالم الكتب ، القاهرة .
62. ----- ، (1982) : الإرشاد والتوجيه التربوي ، ط 2 ، عالم الكتب .
63. -----، (1986) : علم النفس الاجتماعي،عالم الكتب ، القاهرة .
64. ----- ، (1990) : علم نفس النمو ، ط 5، عالم الكتب ، القاهرة .
65. الزوبعي، عبد الجليل (1981) : الاختبارات والمقاييس النفسية ، جامعة الموصل، العراق .
66. الزيايدي احمد ومحمد الخطيب هشام (2001) : مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي ، الدار العلمية للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
67. الزيني ، محمود محمد (1969) : سايكولوجية النمو والدافعية ، دار الكتب الجامعية ، مصر.
68. السعدي ، رحاب (2007) : الأسرة والعنف لدى الشباب ، بحث منشور ، جنين ، فلسطين .
69. سلامة ، فضل ( 2006 ) : سيكولوجية اللعب عند الاطفال ، دار أسامة للنشر والتوزيع ، ط1، عمان ،

الأردن .

70. سلسلة العلوم الاجتماعية (1986) : الرياضة مظاهرها السياسية والاجتماعية والتربوية ، اشراف عبد الوهاب أبو حديبة ، تعريب عبد الحميد سلامة ، الدار العربية للكتاب ، طرابلس .
71. السلطاني ، ناجح كريم (1988) : الثقة بالنفس لدى المراهقين وعلاقتها بمعادلة الوالدين هم كما يرونهم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة بغداد .
72. سليمان ، عبدالله محمد (2000) : برامج الإرشاد النفسي وأثرها في رعاية طلبة الجامعة ومؤسساتها ، مجلة دراسة نفسية ، المجلد العاشر ، العدد (1) ، القاهرة .
73. سمارة ، عزيز (1989) : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، دار الفكر ، عمان .
74. السيد ، حسين محمد (1991) : دور اللعب التربوي في تنمية القيم الجمالية برياض الأطفال ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة المنصورة ، مصر .
75. السيد، تهاني عبد السلام محمد (1989) : أسس الترويح والتربية والتروحية ، دار المعارف ، القاهرة.
76. السيد، فؤاد البهي (1971) : علم النفس الإحصائي ، دار الفكر العربي، القاهرة.
77. شاش ، سهير محمد (2001) : اللعب وتنمية اللغة لدى الأطفال ذوي الإعاقات العقلية ، دار القاهرة للكتاب ، القاهرة .
78. الشيخ ، سليمان الخصري ( 1982) : البحوث النفسية في التفكير الخلفي ، حولية كلية التربية ، جامعة قطر ، السنة الأولى ، العدد الأول .
79. صادق ، سالم نوري (1999) : اثر أسلوب التفرغ الانفعالي في تعديل السلوك العدوانى لدى طلبة المرحلة المتوسطة ، أطروحة دكتوراه ( غير منشورة ) ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، العراق .
80. ----- ، (2002) : اثر برنامج الترويح الفنى في خفض القلق المدرسى لدى طالبات السادس العلمى الإعدادى ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، العدد 46 ، كانون الأول ، بغداد .
81. صالح ، قاسم حسين (1988) : الشخصية بين التنظير والقياس ، مطبعة جامعة بغداد .
82. ----- ، (2002) : علم نفس الشواذ ، مطبعة جامعة بغداد .
83. صالح، نوري احمد (1971) : التمارين البدنية ، ط1، مطبعة العاني، بغداد .
84. الصالحي ، نهلة عبودي (2005) : اثر التحليل التفاعلى في خفض الحرمان العاطفى لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية.

85. صباح ، حنا هرmez ، وإبراهيم يوسف حنا ، (1988) : علم النفس التكويني (الطفولة والمراهقة) ، دار الكتاب ، الموصل .
87. صموئيل ، أوزيباو ، والش بروسي ( 1976 ) : استراتيجيات الإرشاد النفسي لتعديل السلوك الانساني ، ط1 ، دار المطبوعات الجديدة ، مصر .
88. صوالحة ، محمد أحمد (2010) : علم نفس اللعب ، دار المسيرة للنشر ، ط1 ، عمان ، الأردن .
89. الطائي ، عبد الكريم محمود (2001) : أثر أسلوب التدريب على المهارات الاجتماعية في خفض التوتر الانفعالي لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية .
90. طاهر ، حسين محمد علي والجردي ، محي الدين يوسف (1986) : الإرشاد النفسي والتربوي بين الأصالة والتجديد ، مكتبة التربية ، جامعة الكويت .
91. الطاهر، زكريا محمد (1999) : مبادئ القياس والتقويم في التربية، مكتبة دار الثقافة للنشر، عمان .
92. عارف عدنان مصلح (1990) : التربية في رياض الأطفال ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
93. عبد الباقي ، سلوى محمد (2005) : اللعب بين النظرية والتطبيق، مركز الإسكندرية للكتاب، القاهرة.
94. عبد الجبار، محمد (1983) : سيكولوجية اللعب والترويح عند الطفل العادي والمعوق، ط1، دار العدوي للطباعة والنشر، عمان.
95. عبد الحميد ، هبة محمد (2006) : العاب الأطفال الغنائية ، الحركية ، الثقافية ، الإيهامية ، الشعبية ، التربوية التمثيلية ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
96. عبد الخالق ، احمد محمود (1990) : أسس علم النفس ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية ، مصر .
97. عبد السلام ، فاروق السيد (1990) : ظاهرة العدوان عند الأطفال ، مجلة الفيصل ، العدد(156) جمادي الآخر ، السنة الثالثة عشر ، كانون الثاني ، جدة ، المملكة العربية السعودية .
98. عبد الكريم ، عفاف ( 1995 ) : البرامج الحركية والتدريبية للصغار ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، مصر.
99. عبد المجيد ، جميل طارق ، (2005) : لعب الأطفال من الخامات البينية ، دار صفاء ، عمان ، الأردن .
100. عبد المجيد ، مروان ، (2003) : الإرشاد التربوي مفهومه ، خصائصه ، ماهيته ، الدار العلمية ، عمان.

101. عبد الهادي ، نبيل ، صاحب ، فاتن ( 2002 ) : سيكولوجية الطفولة والحضانات ورياض الأطفال ، بيت المقدس للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
102. ----- (2004) : سيكولوجية اللعب وأثرها في التعلم ، دار وائل للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
103. عبد الهادي ، وسام (1991) : المنهاج التعليمي لروضة الأطفال ، نابلس ، فلسطين .
104. العتبي ، طالب ناصر حسين (1994) : العلاقة بين مفهوم الذات وبعض سمات الشخصية عند المراهقين المحرومين وغير المحرومين من الآباء ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة بغداد .
105. العربي ، بدرية محمد (1994) : اثر الحرمان من الوالدين على شخصية الطفل ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الجزائر .
106. العرفي ، عبد الله بلقاسم (1993) : الإدارة المدرسية : أصولها وتطبيقاتها ، منشورات جامعة قار يونس بنغازي ، ليبيا .
107. عفانة ، الانتصار ، (2005) : اثر استخدام الألعاب التعليمية في التحصيل الفوري والتحليل في الرياضيات لدى طلبة الصفين الثاني والثالث في مدارس ضواحي القدس ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة القدس ، فلسطين .
108. عكاشة ، احمد (1984) : الطب النفسي المعاصر ، الطبعة الخامسة ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
109. عودة، احمد سليمان وملكاوي، فتحي حسن (1992): أساسيات المبحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية ، ط2، جامعة اليرموك، مكتبة الكتاب ، الاردن.
110. عويس ، سيد ،(1986) : الأسرة المتصدعة وصلتها بجرح الأحداث ، الحلقة الأولى لمكافحة الجريمة ، دار الكتب ، القاهرة .
111. عيسوي، عبد الرحمن محمد(1974) : القياس والتجريب في علم النفس، دار النهضة، بيروت.
112. العيسوي ، عبد الفتاح محمد (1998) : سايكولوجية اللعب ودوره التربوي ، مجلة التربية الاعداد 27، 142.
113. الغرير ، أحمد نايل ، والنوايسة (2010) : اللعب وتربية الطفل ، دار النشر والتوزيع ، ط1، الأردن.

114. فان دالين ، ديوبولد، (1985) : مفاهيم البحث فى التربية وعلم النفس، ترجمة محمد نبيل نوفل ، مراجعة سيد احمد عثمان ، ط3، مكتبة الانجلو المصرية.
115. صفوت ، فرج (1980) : القياس النفسى ، ط1، دار الفكر العربي ، مصر .
116. فرج ، عبد اللطيف بن حسين ( 2005 ) : تعليم الأطفال فى الصفوف الأولية ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان الأردن .
117. فرويد ، سيجموند (1967) : دراسات فى سايكولوجية النمو ، ط1 ، دار العلم ، الكويت .
118. فهمي ، مصطفى (1978) : الصحة النفسية - دراسات فى سايكولوجية التكيف ، مكتبة الخانجي ، القاهرة.
119. ----- ، (1979) : التوافق الشخصى والاجتماعى ، مطبعة الخانجي ، القاهرة .
120. فيركسون، جورج(1991) : التحليل الإحصائى فى التربية وعلم النفس، ترجمة هناء العكيدي، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد.
121. القاضي ، يوسف (1981) : التوجيه والإرشاد النفسى ، ط1 ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة .
122. القدومي ، تغريد عبد الرحيم (2007) : اثر التعليم عن طريق اللعب فى التحصيل الدراسى والاحتفاظ فى مادة اللغة الانكليزية لدى طلبة الصف الرابع الأساسى فى مدارس مدينة نابلس الحكومية ، رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة النجاح الوطنية ، فلسطين .
123. كافي ، جميل (1991) : سايكولوجية الطفل للروضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
124. الكردي ، عصمت ، والموجبي ، كوثر العيد(1988) : اثر برنامج ترويحى رياضى مقترح فى تحسين القابلية للتعليم الحركى ومفهوم الذات الجسمية ، مجلة دراسات ، المجلد 15 ، العدد 8 ، آب ، عمان ، الأردن .
125. كفاي ، علاء الدين ، وجابر ، جابر عبد الحميد (1992) : معجم علم النفس والطب النفسى ، ط3 دار النهضة ، القاهرة .
126. كمال ، علي (1983) : النفس – انفعالاتها وامراضها وعلاجها ، بلا .
127. كونجر، جون وآخرون ( 1970 ) : سيكولوجية الطفولة والشخصية ، ترجمة أحمد عبد العزيز سلامة ، دار النهضة العربية ، القاهرة .

128. اللبابيدي، عفاف، والخلايلة ، عبد الكريم (1990): سيكولوجية اللعب ، دار الفكر ، عمان ، الأردن
129. لطيف ، كمال ناصر ، علي ، برلنتة إبراهيم (1984): التربية ، الجهاز المركزي للكتب الجامعية والمدارس والوسائل التعليمية ، القاهرة .
130. مردان ، نجم الدين علي (2004): سيكولوجية اللعب في مرحلة الطفولة المبكرة مرحلة الحضانه ورياض الأطفال ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، الكويت .
131. مرسي ، محمد منير (1989): التعليم في الوطن العربي ، عالم الكتب ، القاهرة .
132. المريدي ، عمر علي سليمان (1986): اثر اليتيم على السلوك التكيفي للطلبة في المرحلة الإعدادية بمحافظة عمان ، مجلة الدراسات العلوم التربوية ، المجلد الثالث عشر ، العدد السادس .
133. مسلم ، إبراهيم احمد (1993): الجديد في أساليب التدريس، دار البشير للنشر ، عمان ، الأردن.
134. مصطفى ، يوسف احمد صالح (1990): معاملة الوالدين وعلاقتها بتقدير الذات لدى المراهقين من أبناء الشهداء وأقرانها الآخرين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة بغداد .
135. مصلح ، عارف عدنان ( 1990 ): التربية في رياض الاطفال ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
136. المعروف ، صبحي عبد اللطيف (1987): أهمية البرنامج الإرشادي في إرشاد طلبة المدرسة الثانوية ، العراق
137. مكاربوس ، صموئيل ( 1984 ): الصحة النفسية والعمل المدرسي ، القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية.
138. ملحم ، سامي محمد (2007): مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي ، ط 2، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الأردن .
138. الملك ، حاجة حسن احمد (2000): أثر الحرمان من الوالدين في تطور التعاطف عند الطفل السوداني ، أطروحة دكتوراه ( غير منشورة ) ، جامعة بغداد ، كلية التربية – ابن رشد .
139. ميلر ، سوزان (1987): سيكولوجية اللعب ، ترجمة هنري حكيم ، المكتبة العربية ، القاهرة .
140. نصار ، كريستين (1993): عد يا أبي ، ج7 ، ط11 ، طرابلس، لبنان .
141. النوري ، أمل مهدي صالح (1998): الحرمان العاطفي وعلاقته بالعدوان لدى المراهقين ، رسالة ماجستير غير منشورة ،العراق .
142. هال كلفن (1970): أصول علم النفس الفرويدي ، دار النهضة العربية ، بيروت .

143. هانت ، سونيا وهيلين (1988) : نمو شخصية الفرد والخبرة الاجتماعية ، ترجمة قيس النوري ، دار الشؤون الثقافية العامة ، بغداد .
144. وزارة التربية : نظام المدارس الثانوية رقم 2 لسنة 1977 ، العراق .

ثانياً :- المصادر الانكليزية :-

145. Adams, Gloriasachs (1964), Measurement and Evaluation in Education Psychology and Guidance , New York.
146. Arthur .J.J John(1983) Principles of Guidance ,new York, Nc Grow hill book Company.
147. Ausubel&D,P,Robinson,F.G ; School Learning, An Introduction to Educational

- 
- Psychological** . New York,Holt-Rinehhort and Winston, Inc.1969.
148. Bakwin,H.&Bakwin,R. **Clinical management of behavior disorder in children**, London: Saunders,Co,1968.
149. Bandura, A & Walters, R. H. (1963) **Social Learning and Personality development**, N. Y.
150. Benjamin ,b ,Wolman and others (1982) **Hand Book of Developmental Psychology** , New Jersey : prentice Hall,Inc
151. Bijnor, J.J, (1979) **Parent-Child Relation : An Introduction to Parenting** , New York.
152. Bowlby,(1952) **Child care and the Growth of cove** .Geneva world Health organization
153. Bruner,J.S; **A Study of Thinking** , London, Chapman and Halt,1956.
154. Chaplin, J. & oth. (1974) **Psychology** Holt Rinehat & Winston Inc. Winston.
155. Clanze you (1984) **Foundations and Principles of Guidance** , Boston Angn and Bacon .
156. Coelho ,yara Beduschi (1986) 66<sup>th</sup> **Effects of a Recreational program upon the self – concept individuals over sixty years of age** DAL,vol47,no6
157. Ficher ,Luanner Breuer (1987) 66<sup>th</sup> **Effects of physical satisfaction ,Behavioral and health symptoms and psychotropic** **Dissertation Abstracts international**
158. Freeman, L. H. (1984) , **Mental Health and the Environment** , London. Churchill Livingston.
159. Good,C.V.; **Dictionary of Education**.(13<sup>th</sup> ed) . New York, McGraw-Hill Book Co.N.Y.1975.
160. Harold,D,Meyer,charies ,K. Brightbill & H, Douglas sessoms , (1969) **The rqpueitic Recreation : the ill and Disabled , A guide to its Organization Pretice** – Hall. Ine Engle Wood . New Jersy.
161. Hersov , L. A, Berger, M. and Shaffer ,D.(1978) **Aggression and Anti-Social Behavior in Childhood and Adolescence** , Pergaman press , Oxford.

- 
- 
162. Hetherington, E. Maris and Parke , Ross, D. (1986) **Child Psychology**, 3<sup>rd</sup> ed , McGraw-Hill Book Company, New York.
163. Holt(1971) ,**The child and Family** ,new York , Michael .Binyamin Press.
164. Hurlock (1968) **On Aggression** , London .methurw
165. Johnson, D.W.;& Johnson .R.T.; **Learning and Alone: Cooperative, and individuals Learning**. (4<sup>th</sup> ed ) . Boston: Allyn and Bacon.1974.
166. -----, **Learning & Education** (4<sup>th</sup> ed ) . Boston: Allyn and Bacon.1987.
167. Jones, A.J.C.(1966) . **Principles of Guidance**, 5<sup>th</sup> ed . me Craw-hill, book comp. Inc . New York.
168. Kerlinger, fred. N. (1973)" **Foundations of behavioral research, Education and Psychological Injury** – Holt, Rinehart and Winston ", New York.
169. Lee,W.M.; **A Comparison of Verbal Problem Solving in Arithmetic of Learning Disabled and Non-Learning Disabled Seventh Grade Male**. Doctoral Dissertation , Univ. of Kansas . Dissertation Abstract International, Vol.40,1980.
170. Lefkowitz,m,m,e. I,d,Walder. L.O. **Violent** , Pergamon Press.1977.
171. Levin, K. (1963) **A Dynamic Theries of Personality** (5th Ed.) McGraw – Hill, New York.
172. Levy,L,H(1970) , **Conception of Personality Theories and Research** , New York, Random House.
173. Marx, M. & oth. (1973) **System and Theories In Psychology** Mc Grew – Hill, New York.
174. Maslow, A.H. (1970) , **Motivation and Personality** , New York , Mc Millon.
175. Medinnees, R,G and Johns on C.R (1976) **Child and Adolescent psychology** , New Jersey : prentice -Hall
176. Middleton, W, Raphael, B.Burnett.P. Martenik , N, 1997 , **Psychological Distress and Bravement** , The journal of Nervous & mental Disease . Vol.185,No7.
177. Millon, T. (1974) , **Abnormal Behavior and Personality** . New York. Mc Millon.
178. Murphy, R. K. (1988): **Psychological testing principles and Application**, New

- 
- York, Hill International, Jon.
179. Omer Mahmood , Ph.p (1981) : **The Guidance need of the secondary school Student in state of Kuwait**, The University of Michigan Disserting Abstract international vol.44.10.
180. Paul,A.L. (1980) , **Fatherless Children Wiley Series in Child Mental Health**, New York.
181. Piaget, J. (1971) **Playing, Dreams and limitation in childhood** trans. By K. Portman (2nd Ed.) Academic presses New York.
182. Roger Carl(1967) **Phenomenological. Theory of Personality**, in Hjelle, Larrya .8c Pineal Ziegler Personality Theories New York ,McGraw- Hill.
183. Secord,P.F.& Backman (1968) **Social Philosophy** , new York , K, McGraw Hill.
184. -----, & others(1976) **Understanding Social Life** , New York , K, McGraw Hill.
185. Spencer, Thomas (1970) **Perspectives in Child Psychology**, New York, Mc Graw – Hill.
186. Stangner,Ross, **Psychology of Personality**, New York , Mc Graw – Hill.1974.
187. Touch .H.(1979) **Psychology of Crime and Criminal** .NY: Holt ,Rinehart and Winston
188. Tolbert ,E,L(1980) **Introduction to Counseling for Career Development** , Houghton Miffing Company.

## ملحق (1)

جامعة ديالى  
كلية التربية الأصمعي  
قسم العلوم التربوية والنفسية  
الدراسات العليا / الماجستير  
التوجيه و الإرشاد

استبيان استطلاعي موجه للمرشحات التربويات

عزيزتي المرشدة التربوية :-

تروم الباحثة إجراء بحثها الموسوم ( أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية ) وقد عرّف الحرمان العاطفي بأنه :-  
( ( فقدان الحب والرعاية الأبوية الذي تتعرض له الطالبة نتيجة لفقدان أحد الأبوين أو لسوء العلاقة بين أفراد الأسرة مما قد يؤدي الى سوء التوافق النفسي والاجتماعي والإصابة بالاضطرابات النفسية ) ) .

ترجو منك الباحثة من خلال خبرتك في المدارس الثانوية ومن خلال اطلاعك على هذا التعريف للحرمان العاطفي التأشير أسفل الاستمارة فيما إذا كانت طالبات المرحلة الثانوية يعانين من الحرمان العاطفي أم لا .

ولك جزيل الشكر

ملاحظة :- يرجى التأشير بعلامة ( ✓ ) أمام الخيار المناسب .

لا	نعم

طالبة الماجستير  
سلمى حسين كامل  
تخصص توجيه وإرشاد

## ملحق (2)

جامعة ديالى  
كلية التربية الأصمعي  
قسم العلوم التربوية والنفسية  
الدراسات العليا / الماجستير  
التوجيه و الإرشاد

مقياس الحرمان العاطفي بصيغته النهائية

## عزيتي الطالبة :-

تروم الباحثة القيام بدراسة للتعرف على أثر الارشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية ، وقد وضعت أمامك مجموعة من الفقرات تقيس الحرمان العاطفي ، يرجى التفضل بقراءتها بشكل دقيق والاجابة عنها للتعبير عن موقفك منها . علماً أن أجاباتكن تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط ولا حاجة لذكر الاسم .

## مع فائق شكرنا وتقديرنا

طالبة الماجستير  
سلمى حسين كامل  
تخصص توجيه وإرشاد

تعليمات تطبيق الاستبيان :-

- هل الأب على قيد الحياة ؟

- هل الأب غير موجود بسبب ( الوفاة - الطلاق - الهجرة ) ؟

الاجابة على فقرات الاستبيان بوضع علامة ( × ) بجانب كل فقرة وتحت المستوى الذي ينطبق عليك ، فإذا كان مضمون الفقرة ينطبق عليك ضع علامة ( × ) تحت مستوى ( نعم ) ، أما إذا كان مضمون الفقرة لا ينطبق عليك ضع علامة ( × ) تحت مستوى ( لا ) وكما هو موضح في المثال التالي :-

رقم الفقرة	الفقرة	نعم	لا
1.	أنا خجولة	×	

مقياس الحرمان العاطفي بصيغته النهائية

ت	الفقرات	نعم	لا
1	أنا إنسانة سعيدة في المجتمع		

		تسيطر علي خيالات أحلام اليقظة	2
		أتأمل كثيرا	3
		يصعب علي أن احتفظ بمزاج مرح في البيت	4
		تتشبت أفكارى بسهولة	5
		تنتابني الهموم قبل وقوعها	6
		أندفع للقيام ببعض الاعمال ثم تضعف همتي	7
		يعجبني الكلام عن أحوالي الشخصية	8
		غير مستقرة أثناء جلوسى	9
		أشعر بأنى متوترة	10
		تجرح مشاعرى بسهولة	11
		أنا خجولة	12
		أرتبك بسهولة	13
		اشعر بالخوف عندما يرن جرس الهاتف	14
		تزداد دقات قلبى عندما أدخل قاعة الامتحان	15
		أحزن عندما يواجهنى حادث غير متوقع	16
		أبكى بسرعة	17
		أعصابى متعبة	18
		أهتم بمظهري	19
		لا أستطيع أن أجابه مشكلة صعبة	20
		أتمنى أن أكون أكثر جاذبية مما أنا عليه الآن	21
		أتردد فى اتخاذ القرارات	22
		أشعر بأنى أكثر سعادة من زميلاتي الأخريات	23
		أحس بأن شخصيتى واضحة فى ذهنى	24
		اعتمد على نفسى كى أدرس وأنجح وليس لإرضاء الآخرين	25
		أشعر بانى أستطيع تحقيق رغباتى	26
		قدراتى بمستوى زميلاتي أو أفضل	27
		اعتز بنفسى	28
		أؤمن بالأخذ والعطاء بينى وبين الآخرين	29
		اشعر بان بعض الأمور ضدى	30
		يتعمد الآخرون إزعاجى	31
		أفسح المجال للآخرين لاستغلالى	32
		أزج نفسى فى مشاكل أنا فى غنى عنها	33
		أعاني من سوء فهم الناس لى	34
		أبادر فى عقد صداقات مع زميلاتي	35
		اشعر بالزهو فى تعرفى على شخصية مهمة	36
		أميل لأخذ دور فى النشاطات الاجتماعية	37
		ينتقدنى الآخرون بلا حق	38
		أتأثر عندما ينتقد أحد الأفراد شخصيتى	39
لا	نعم	الفقرات	ت
		اشعر بانى احمل هموم البشر جميعا	40
		لدى القدرة على إلقاء كلمة فى مكان عام	41
		أميل للتعرف على الغرباء	42
		صديقاتى قلة مختارة	43
		استمتع بحضورى فى الحفلات	44

45	اشعر بالتردد عند مقابلة ناس مهمين
46	اخجل من الاختلاط بالجنس الآخر
47	أتردد في طلب المساعدة
48	أفضل الجانب العلمي على الجانب الرياضي في المدرسة
49	أحب تبادل الزيارات مع صديقاتي
50	صداقاتي مع زميلاتي تمتاز بالود
51	أقارن أفكارني بالأفكار الجديدة
52	ينظر الآخرون إلى ذاتي على أنها جيدة
53	أفكر بدراستي أكثر من اللازم
54	أعيش من أجل تحقيق هدفي
55	أتمتع باكتشافي للحقائق
56	أفكر في المشكلة حتى أجد حلا معقولا لها
57	الدراسة عندي شيء مهم
58	اعتبر المناقشة وسيلة للوصول إلى أفكار ناضجة
59	استطيع القيام بالعمل الرتيب لفترة طويلة
60	لا أطيع تحليل أفكارني ومشاعري
61	أتضايق عندما أستمع إلى مناقشة الآخرين في موضوع معين
62	اشعر بالراحة في المنزل أكثر من المدرسة
63	علاقاتي طيبة مع عائلتي على الدوام
64	اغضب إذا أيقظني احد بسرعة
65	عائلتي تطلب الطاعة العمياء مني
66	يزعجني كثرة المشاجرات بين أفراد عائلتي
67	يسرني إعطاء عائلتي لكامل حقوقي
68	أنا عصبية مع أفراد أسرتي
69	أفكر بالخروج من المنزل حين ( ازعل )
70	الحنان مفقود بين أفراد أسرتي
71	أحب أن أقدم كل شيء لعائلتي
72	تقدر عائلتي نصحي
73	أشعر بالانتماء الحقيقي لأسرتي
74	أفتخر بأسرتي
75	أتمنى أن استبدل أسرتي بأسرة أخرى
76	اشعر بضيق في الصدر
77	اشعر غالبا بالغثيان (تلعب نفسي)
78	اشعر أحيانا بالخدر أو وخزات في جسمي و أطرافي
79	أعاني من قلة شهيتي للطعام
80	اشعر بالتعب و الإرهاق بدون سبب
81	استسلم للنوم سريعا
82	أشكو غالبا من التعرق الشديد
83	ينتابني أحيانا خفقان متزايد في القلب
84	كثيرا ما أتعرض لاضطرابات في أمعاني
85	أشكو من دوام (دوخة) في بعض الأحيان
86	ينتابني أحيانا تحول في جسمي

## ملحق (3)

أسماء السادة الخبراء مرتبة حسب الحروف الهجائية ودرجاتهم العلمية

ت	اللقب العلمي	الاسم الكامل	الاختصاص	مكان العمل	أ	ب
1	أستاذ دكتور	أروى محمد ربيع	علم نفس	آداب – بغداد	-	
2	أستاذ دكتور	بثينة منصور الحلو	علم نفس	آداب – بغداد	-	
3	أستاذ دكتور	خليل إبراهيم رسول	قياس وتقويم	آداب – بغداد	-	
4	أستاذ دكتور	سامي مهدي العزاوي	توجيه وأرشاد	كلية التربية الأساسية جامعة ديالى	-	-
5	أستاذ دكتور	صاحب عبد مرزوك	توجيه وأرشاد	كلية التربية – ابن رشد – جامعة بغداد	-	
6	أستاذ دكتور	صالح مهدي صالح	توجيه وأرشاد	كلية التربية – الجامعة المستنصرية	-	
7	أستاذ دكتور	عدنان محمود عباس	أرشاد وتوجيه	كلية التربية الأصمعي جامعة ديالى	-	-
8	أستاذ دكتور	علي إبراهيم محمد الأوسي	توجيه وأرشاد	كلية التربية الأساسية جامعة ديالى	-	-
9	أستاذ دكتور	فرات جبار سعد الله	تربية رياضية	كلية التربية الرياضية	-	
10	أستاذ دكتور	ليث كريم حمد	أرشاد وتوجيه	كلية التربية الأساسية	-	
11	أستاذ دكتور	محمود كاظم محمود	توجيه وأرشاد	كلية التربية – الجامعة المستنصرية	-	
12	أستاذ دكتور	نادية شعبان مصطفى	تربية خاصة	كلية التربية – الجامعة المستنصرية	-	
13	أستاذ دكتور	نبيل محمود شاكر	تربية رياضية	كلية التربية الأساسية جامعة ديالى	-	
14	أ. م. د	أحمد رمضان الداغستاني	علم نفس رياضي	كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	-	
15	أ. م. د	بشرى عناد مبارك	علم نفس	كلية التربية الأساسية جامعة ديالى	-	
16	أ. م. د	سناء عيسى الداغستاني	علم نفس	آداب – بغداد	-	
17	أ. م. د	سناء مجول الهزاع	علم نفس	آداب – بغداد	-	
18	أ. م. د	عبد الستار جاسم محمود	تربية رياضية	كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	-	
19	أ. م. د	نصير صفاء عبد الوهاب	تربية رياضية	كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	-	
20	أ. م. د	هناء محمود المشهداني	توجيه وأرشاد	كلية التربية – الجامعة المستنصرية	-	
21	أ. م. د	هيثم أحمد علي الزبيدي	علم نفس	كلية التربية الأصمعي جامعة ديالى	-	

## ملحق (4)

جامعة ديالى  
كلية التربية الأصمعي  
قسم العلوم التربوية والنفسية  
الدراسات العليا / الماجستير  
التوجيه و الإرشاد

استبيان استطلاعي لمعرفة المشكلات التي تعاني منها الطالبات ذوات الحرمان العاطفي

أختي المرشدة ... بعد التحية ...

أن الهدف من هذا الاستبانة هو التعرف على مدى وجود المشكلات التي تعاني منها الطالبات ذوات الحرمان العاطفي في البيئة المدرسية ، لذا ترحو الباحثة تعاونك في تعبئة المعلومات الواردة في هذه الاستبانة من خلال الإجابة عن السؤال الوارد في الاستبانة ، علماً بأن جميع المعلومات التي ستدلين بها لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي .

طالبة الماجستير  
سلمى حسين كامل  
تخصص توجيه وإرشاد

تعليمات تطبيق الاستبيان:-

أن هذه الاستبانة مصممة للكشف عن مدى وجود المشكلات التي تظهر داخل الصف والبيئة المدرسية عند الطالبات ذوات الحرمان العاطفي ، وهي موجهة للمرشحات لمراقبة وتسجيل أشكال السلوك التي تظهرها الطالبة ، لذا يرجى من الأخوات المرشحات مراعاة ما يأتي :-

\* مراقبة الصف والبيئة المدرسية مراقبة دقيقة لرصد أشكال المشكلات التي تظهرها الطالبة لمدة أسبوع خلال سير الحصص داخل الصف وأثناء الفرض في ساحة المدرسة.

س1:- هل توجد مشكلات لدى الطالبات ذوات الحرمان العاطفي في البيئة المدرسية ؟

س2:- ما هي مظاهر المشكلات التي يزداد توافرها في البيئة المدرسية ؟

## ملحق (5)

جامعة ديالى  
كلية التربية الأصمعي  
قسم العلوم التربوية والنفسية  
الدراسات العليا / الماجستير

(( برنامج التدريب الرياضي ))

م /استبانة آراء الخبراء حول صلاحية الأسلوب الإرشادي

الأستاذ الفاضل الدكتور ..... المحترم .

تقوم الباحثة بدراسة (( أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية )) . ولغرض تحقيق أهداف دراستها ، قامت الباحثة بأعداد (16) وحدة من وحدات التدريب الرياضي موزعة على (9) أسابيع وبواقع (45) دقيقة لكل وحدة تدريبية ، وموضح فيها الأنشطة المناسبة لكل منها .

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال ، تود الباحثة أخذ رأيكم في هذه

النماذج من حيث :-

1. مناسبة الأهداف التي ينبغي تحقيقها .
2. الوقت المناسب .
3. الأنشطة التي تحقق الأهداف .
4. تسلسل الحاجات حسب أهميتها .
5. ما ترونه مهماً للإضافة .

ملاحظة :-

أن وضع الجزء التعليمي للمهارة ( اللعبة التعليمية ) هو لغرض تنظيم اللعب في الوحدة التدريبية .

مع فائق الشكر والتقدير

طالبة الماجستير  
سلمى حسين كامل  
تخصص توجيه وإرشاد

## برنامج التدريب الرياضي

## الجلسة ( الافتتاحية ) :- تهيئة أفراد المجموعة الإرشادية لبرنامج التدريب الرياضي .

## مدة الجلسة : ( 45 ) دقيقة

التقويم البنائي	الأنشطة المقدمة	الأهداف السلوكية	الأهداف الخاصة	الهدف العام	الحاجة
1. توجيه سؤال الى أفراد المجموعة الإرشادية عن رأيهم في البرنامج وتوقعاتهم عنه .	1. تقوم المرشدة بتعريف اسمها وان عملها مختص بالإرشاد. 2. تقوم كل فرد من أفراد المجموعة الإرشادية بذكر اسمها حيث يتم تعرف أسماء أفراد المجموعة الإرشادية والترحيب بهم . 3. تقوم المرشدة بتقديم الحلوى لأفراد المجموعة الإرشادية بجو المرح والألفة .	1. أن تتعرف أفراد المجموعة الإرشادية بالمرشدة. 2. أن تتعرف أفراد المجموعة الإرشادية على أهداف البرنامج.	1. تهيئة أفراد المجموعة الإرشادية للتعامل مع البرنامج. 2. تعريف أفراد المجموعة الإرشادية بمفهوم الحرمان العاطفي . 3. تعريف أفراد المجموعة الإرشادية بالضوابط والتعليمات الخاصة بجلسات البرنامج .	تهيئة أفراد المجموعة الإرشادية للتعامل مع برنامج التدريب الرياضي وتعريفهم بمفهوم الحرمان العاطفي .	1. التهيؤ للبرنامج الإرشادي. 2. التعرف بين أفراد المجموعة الإرشادية والمرشدة ( الباحثة ) وبناء علاقات ايجابية بينهم يسودها جو من الألفة والثقة المتبادلة .
2. توجيه سؤال الى أفراد المجموعة الإرشادية عن مفهوم الحرمان العاطفي وأثره على شخصية الفرد وسماته الشخصية .	4. تقوم المرشدة بتعريف أفراد المجموعة الإرشادية بأهداف البرنامج الرياضي. 5. تقوم المرشدة بتعريف أفراد المجموعة الإرشادية بالإجراءات المطلوبة منهن في البرنامج الرياضي . 6. تقوم المرشدة بتعريف أفراد المجموعة الإرشادية بمفهوم الحرمان العاطفي وأبعاده .	3. أن تتعرف أفراد المجموعة الإرشادية على الإجراءات المطلوبة منهن في البرنامج . 4. أن تتعرف الباحثة على توقعات المجموعة الإرشادية من هذه اللقاءات لتصحيح التوقعات الخاطئة وتثبيت الصحيحة .			
3. تكليف أفراد المجموعة الإرشادية بأعداد ورقة لكتابة عن الأنماط السلبية التي تحول دون مشاركتهم في الأنشطة الرياضية .	7. تقوم المرشدة بتحديد مكان الجلسات والتي ستكون في ساحة المدرسة والوقت المختصر للجلسات سيكون في تمام الساعة ( 8,15 ) . 8. تطلب المرشدة من أفراد المجموعة الإرشادية الالتزام بالوقت المخصص للجلسات وعدم التأخير عن الحضور. 9. فتح باب الحوار والنقاش مع أفراد المجموعة الإرشادية بجو من الاحترام والثقة المتبادلة والاهتمام بالآراء التي تطرح حول مكان وزمان المخصص للبرنامج . 10. تزود المرشدة كل فرد من أفراد المجموعة الإرشادية بكراس لتدوين المعلومات والتعليمات لأداء التدريبات البيتية0				

## الجلسة (2) ( الوحدة التدريبية الأولى ) :- الموضوع :- الإلتزان الأنفعالي .

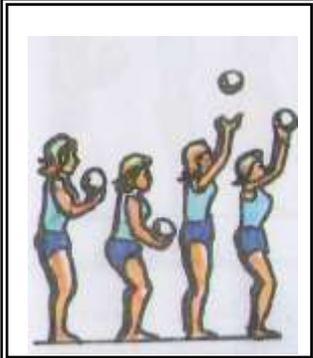
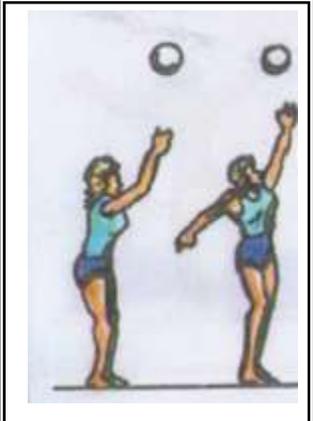
مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
الأول	1. مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية في السيطرة على انفعالاتهم والتحكم بها. 2. الموائمة بين الاستجابات الانفعالية ومواقف الحياة.	تنمية الإلتزان الانفعالي وتدريب أفراد المجموعة الإرشادية على ضبط أنفسهم من خلال تطبيق برنامج التدريب الرياضي .	1. التخلص من الحساسية الانفعالية الزائدة لدى أفراد المجموعة الإرشادية من خلال تعزيز الثقة بأنفسهم . 2. تحقيق النمو الانفعالي لدى أفراد المجموعة الإرشادية عن طريق الألعاب الرياضية والنشاطات المختلفة وتنمية الميول والهوايات وتنظيم الوقت . 3. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على ضبط أنفسهم أثناء التدريب الرياضي وخلال مواقف الحياة الأخرى لتحقيق نضجهم الانفعالي	1- أن تضبط الطالبة نفسها في أثناء التدريب الرياضي . 2- أن تطور الطالبة قدراتها على تهدئة النفس من خلال الأنشطة البدنية كالعاب . 3- أن تسترخي الطالبة بمصاحبة الموسيقى للتخلص من التوتر العصبي في أثناء اللعب الرياضي . 4- أن تحدد الطالبة طبيعة مشاعرها وأحاسيسها وتعبّر عنها بطريقة مقبولة اجتماعيا في أثناء التدريب الرياضي. 5- أن تشعر الطالبة بالتوافق الاجتماعي المدرسي والنفسي ضمن المجموعة في أثناء الجلسة الإرشادية ( الألعاب الترويحية ) . 6- أن تتقبل الخسارة بروح رياضية. 7- أن ترمي وتلقف الكرة بشكل جيد.	كرة يد عصا	استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب	1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم وقدراتهم ؟ 2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات أساسية مثل المتعة وخلق الإلتزان الانفعالي ؟ 3. تحديد الإيجابيات والسلبيات في الجلسة . 4. تطلب المرشدة من أفراد المجموعة الإرشادية تقييم أنفسهم ومدى استفادتهم من الجلسة . 5. توجيه سؤال الى أفراد المجموعة الإرشادية عن مفهوم الانفعال والأساليب التي تؤدي الى خفض

مستوى الانفعال							
----------------	--	--	--	--	--	--	--

الشهر الأول - الوحدة رقم ( 1 )

الملاحظات	التشكيلات	الأدوات	الشرح	الوقت	أجزاء الوحدة
-----------	-----------	---------	-------	-------	--------------

<p>يتم التأكيد على :- 1- رمي الكرة باليدين للأعلى أمام الجسم واللقف باليدين ( شكل 1 )</p> 	<p>نسق XXX نسق XXX نسق XXX نسق XXX حر</p>		<p>وقوف -- &lt; سير -- &lt; هرولة -- &lt; دوران الذراعين -- &lt; ضرب القدمين بالورك -- &lt; السير -- &lt; ضغط الجذع أماما مع لمس الأرض -- &lt; هرولة -- &lt; مرحة الذراعين خلفا وثني الركبتين وثني الجذع للخلف 0 -- &lt; السير -- &lt; الهرولة -- &lt; القفز على الأمشاط -- &lt; تمارين تنفسية 0 - ( وقوف , فتحا ) ثني الذراعين مع قتل الجذع للجانبين 0 - ( وقوف , فتحا ) ثني الذراعين ومدّها عاليًا وثني الركبتين 0 - ( وقوف ) قتل الرقبة يمين أمام ثم يسار أمام . - ( الانبطاح مع تشابك اليدين خلف الظهر ) ضغط الجذع خلفا 0 - قلب الفرقة : عند الإشارة تدور المدربة بقفزة للخلف وتهول الباقيات للوقوف خلفها 0</p>	<p>5 د 5 د 5 د</p>	<p>الجزء التمهيدي الإحماء العام الإحماء الخاص تمارين بدنية حركة مفاجأة</p>
<p>2- رمي الكرة باليدين للأعلى أمام الجسم واللقف بيد واحدة ( شكل 2 )</p> 	<p>x x x x x x حر حر</p>	<p>كرة يد عصا كرات</p>	<p>- تعليم لعبة ( رمي ولقف الكرة ) كما موضح في حقل الملاحظات . - سباق التتابع بين المجموعتين وذلك باستخدام العصا 1- فرقة تمارس اللعبة التعليمية ( رمي ولقف الكرة ) . 2- فرقة أخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (ثني الذراعين مع قتل الجذع للجانبين) 3- فرقة تمارس لعبة سابقة . ( قلب الفرقة ) عند الإشارة تدور الطالبة بقفزة للخلف وتهول الباقيات للوقوف خلفها . 4- فرقة تمارس نشاط ترويجي او فعالية سابقة. ( سباق التتابع بين طالبتين</p>	<p>10 د 10 د</p>	<p>الجزء الرئيسي نشاط تعليمي لعبة صغيرة النشاط التطبيقي</p>
<p>3- رمي الكرة بيد واحدة للأعلى أمام الجسم واللقف باليد الأخرى ( شكل 3 )</p>					

	<p>○ حر</p>	<p>كرة يد</p>	<p>باستخدام العصا ). لعبة صيد الحمام : نطلب من أفراد المجموعة الإرشادية تشكيل دائرة ثم ادخال طالبة او طالبتين داخل الدائرة لغرض صيدهن بالكرة او الكرات ، شرط ان يكون الضرب اسفل الحزام ومن وراء خط الدائرة</p>	<p>5 د</p>	<p>لعبة صغيرة</p>
<p>4- رمي الكرة من المرجحة البنولية بالذراع خلفا ( شكل 4 )</p> 	<p>حر</p>		<p>تمارين الاسترخاء :- الاستلقاء على الظهر ، ثم اغماض العينين ، مع التنفس العميق ثم الزفير العميق ، مع استرخاء عضلات الجسم ، تكرر (4) مرات ، ثم أداء تحية الانصراف .</p>	<p>5 د</p>	<p>الجزء الختامي</p>

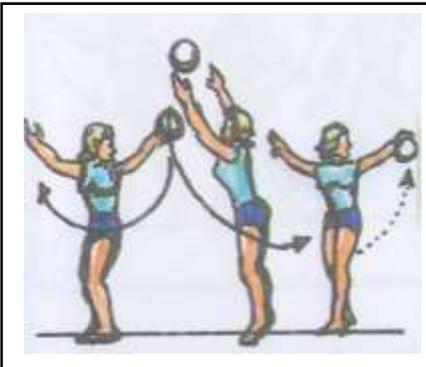
مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

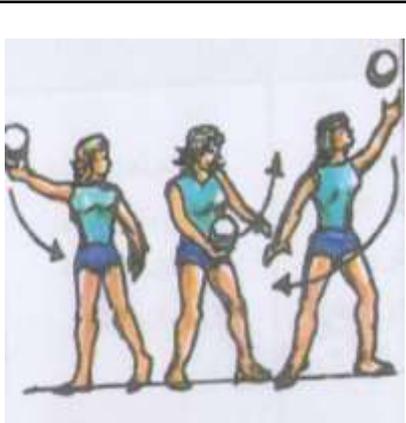
الجلسة (3) ( الوحدة التدريبية الثانية ) :- الموضوع :- الإتزان الأنفعالي .

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
الأول	1. مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية في السيطرة على انفعالاتهم والتحكم بها. 2. الموائمة بين الاستجابات الانفعالية ومواقف الحياة.	تنمية الاتزان الانفعالي وتدريب أفراد المجموعة الإرشادية على ضبط أنفسهم من خلال تطبيق برنامج التدريب الرياضي .	1. التخلص من الحساسية الانفعالية الزائدة لدى أفراد المجموعة الإرشادية من خلال تعزيز الثقة بأنفسهم . 2. تحقيق النمو الانفعالي لدى أفراد المجموعة الإرشادية عن طريق الالعاب الرياضية والنشاطات المختلفة وتنمية الميول والهوايات وتنظيم الوقت . 3. تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على ضبط أنفسهم أثناء التدريب الرياضي وخلال مواقف الحياة الأخرى لتنمية نضجهم الانفعالي	1. أن تحترم شخصية الخصم في أثناء التدريب الرياضي . 2. أن تشعر الطالبة بالتوافق الاجتماعي والمدرسي والنفسي ضمن المجموعة في أثناء الجلسة الإرشادية. 3. أن تستخدم لغة مهذبة في كل المواقف في أثناء اللعب الرياضي . 4. أن تتقبل نقد المدربة في راحة واطمئنان عند ارتكابها لخطأ ما في أثناء اللعب الرياضي. 5. أن تتحمل المسؤولية إزاء سلوكياتها الخاصة التي تظهر في أثناء اللعب الرياضي . 6. أن تتحلى بالصبر مهما كانت نتيجة المباراة. 7. أن تتقبل قرارات المدربة مهما كانت النتائج. 8. أن ترمي وتلقف الكرة بشكل جيد.	كرة يد عصا	استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب	1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم وقدراتهم ؟ 2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات اساسية مثل المتعة وخلق الاتزان الانفعالي ؟ 3. تحديد الاجابيات والسلبيات في الجلسة . 4. تطلب المرشدة من أفراد المجموعة الإرشادية تقييم أنفسهم ومدى استفادتهم من الجلسة . 5. توجيه سؤال الى أفراد المجموعة الإرشادية عن مفهوم الانفعال والأساليب التي تؤدي الى خفض مستوى الانفعال في مواقف الحياة اليومية

## الشهر الأول - الوحدة رقم ( 2 )

أجزاء الوحدة	الوقت	الشرح	الأدوات	التشكيلات	الملاحظات
--------------	-------	-------	---------	-----------	-----------

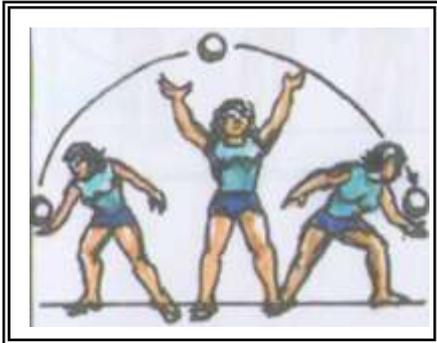
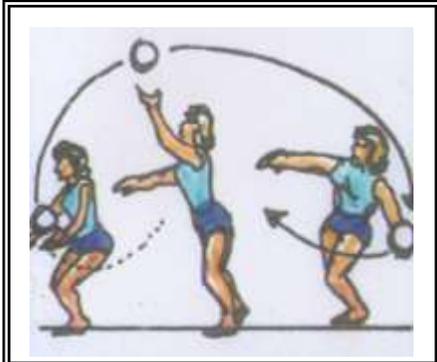
<p>يتم التأكيد على:-</p> <p>1- رمي الكرة من المرجحة البندولية أماماً بالذراع مع لقف الكرة باليد الأخرى ( شكل 1 )</p> 	<p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p> <p>حر</p>		<p>وقوف -- &lt; سير -- &lt; هرولة -- &lt; دوران الذراعين -- &lt; ضرب القدمين بالورك -- &lt; السير -- &lt; ضغط الجذع أماماً مع لمس الأرض -- &lt; هرولة -- &lt; مرجحة الذراعين خلفاً وثني الركبتين وثني الجذع للخلف 0 -- &lt; السير -- &lt; الهرولة -- &lt; القفز على الأمشاط -- &lt; تمارين تنفسية 0 -- ( وقوف , فتحا ) ثني الذراعين مع فتل الجذع للجانبين 0 -- ( وقوف , فتحا ) ثني الذراعين ومدّها عاليًا وثني الركبتين 0 -- ( وقوف ) فتل الرقبة يمين أمام ثم يسار أمام . -- ( الانبطاح مع تشابك اليدين خلف الظهر ) ضغط الجذع خلفاً 0 -- قلب الفرقة : عند الإشارة تدور المدربة بقفزة للخلف وتهول الباقيات للوقوف خلفها 0</p>	<p>5 د</p> <p>5 د</p> <p>5 د</p>	<p>الجزء التمهيدي الإحماء العام الإحماء الخاص تمارين بدنية حركة مفاجأة</p>
<p>2- رمي الكرة من المرجحة البندولية بالذراع خلفاً ( شكل 2 )</p> 	<p>x x x</p> <p>x x</p> <p>x</p> <p>حر</p> <p>حر</p>	<p>كرة يد</p> <p>عصا</p> <p>كرات</p>	<p>- تعليم لعبة ( رمي ولقف الكرة ) كما موضح في حقل الملاحظات .</p> <p>- سباق التتابع بين المجموعتين وذلك باستخدام العصا 0</p> <p>5- فرقة تمارس اللعبة التعليمية ( رمي ولقف الكرة ) .</p> <p>6- فرقة أخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (ثني الذراعين مع فتل الجذع للجانبين)</p> <p>7- فرقة تمارس لعبة سابقة . ( قلب الفرقة ) عند الإشارة تدور الطالبة بقفزة للخلف وتهول الباقيات للوقوف خلفها .</p> <p>8- فرقة تمارس نشاط ترويحي او فعالية سابقة. ( سباق التتابع بين طالبتين</p>	<p>10 د</p> <p>10 د</p>	<p>الجزء رئيسي نشاط تعليمي لعبة صغيرة النشاط التطبيقي</p>
<p>3- رمي الكرة من المرجحة البندولية بالذراع جانبياً ولقف الكرة باليد الأخرى ( شكل 3 )</p>					

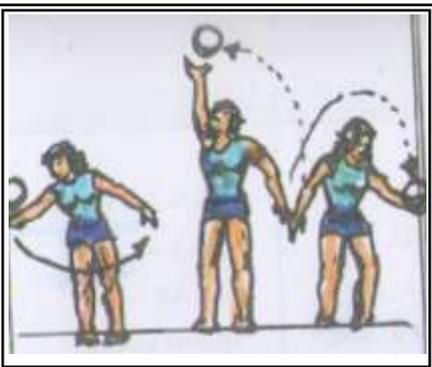
	<p>○ حر</p> <p>○ حر</p>	<p>كرة يد</p>	<p>باستخدام العصا).</p> <p>لعبة صيد الحمام : نطلب من أفراد المجموعة الإرشادية تشكيل دائرة ثم ادخال طالبة او طالبتين داخل الدائرة لغرض صيدهن بالكرة او الكرات ، شرط ان يكون الضرب اسفل الحزام ومن وراء خط الدائرة .</p> <p>تمارين الاسترخاء :- الاستلقاء على الظهر ، ثم اغماض العينين ، مع التنفس العميق ثم الزفير العميق ، مع استرخاء عضلات الجسم ، تكرر (4) مرات ، ثم أداء تحية الانصراف .</p>	<p>5 د</p> <p>5 د</p>	<p>لعبة صغيرة</p> <p>الجزء الختامي</p>
--	-------------------------	---------------	---	-----------------------	--

مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الجلسة (4) ( الوحدة التدريبية الثالثة ) :- الموضوع :- فهم الذات والثقة بالنفس

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
الأول	<p>1. تنمية مشاعر الرضى عن النفس عند أفراد المجموعة الإرشادية .</p> <p>2. أكتساب أفراد المجموعة الإرشادية الثقة بأنفسهم وبالأخرين والقدرة على التعامل معها بنجاح .</p>	<p>تنمية مفهوم الذات والثقة بالنفس لدى أفراد المجموعة الإرشادية من خلال تطبيق برنامج التدريب الرياضي .</p>	<p>1. تعريف أفراد المجموعة الإرشادية على اساليب اكتساب الثقة بالنفس والقدرة على التعامل مع الآخرين وأثرها في الحياة العامة .</p> <p>2. تكوين الاتجاهات الايجابية في نفوس أفراد المجموعة الإرشادية نحو ذاتهن وأسرهن ووطنهن ومجتمعهن في اثناء التدريب الرياضي.</p>	<p>1. أن تتعرف أفراد المجموعة الإرشادية على دور الثقة بالنفس في نجاح الفرد في حياته .</p> <p>2. أن تشترك أفراد المجموعة الإرشادية في لعب لها قيمة في نظرهم وفي نظر الآخرين ( كالألعاب الرياضية ) .</p> <p>3. أن تتعرف أفراد المجموعة الإرشادية على الصفات الايجابية التي تتميز بها كل منهن سواء ما تشترك بها مع الآخرين أو ما تنفرد به بشكل خاص .</p> <p>4. أن تظهر ثقة عالية في تحقيق الفوز في اثناء اللعب الرياضي.</p> <p>5. أن تعبر عن نفسها في حالة الرضى والغضب وسط جماعة اللعب الرياضي التي تنتمي إليها .</p> <p>6. أن تبدي استعدادها لتحمل مسؤولية قيادة الفريق ( الكابتن ) .</p> <p>7. أن تجيد تمارين الذراعين في اثناء اللعب الرياضي</p>	كرات مسجل ( موسيقى ) عصا شريط قياس	<p>استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب</p>	<p>1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم وقدراتهن ؟</p> <p>2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات التعبير عن الذات في الحياة اليومية ؟</p> <p>3. تحديد الايجابيات والسلبيات في الجلسة .</p> <p>4. توجيه سؤال الى أفراد المجموعة الإرشادية لمعرفة مدى تفهم أهمية الثقة بالنفس في نجاح الفرد في عمله .</p>

الملاحظات	التشكيلات	الأدوات	الشرح	الوقت	أجزاء الوحدة
<p>يتم التأكيد على:-</p> <p>1- رمي الكرة جانباً في شكل قوس فوق الرأس باليد اليمنى واللفف باليد اليسرى. ( شكل 1 )</p> 	○	كرة يد	<p>لعبة المسك في الدائرة : تهول أفراد المجموعة الإرشادية على محيط دائرة كبيرة بينما تقف إحداهن في مركز الدائرة ويبيدها كرة ، تناول لاعبة المركز الكرة الى أفراد المجموعة الإرشادية كل دورة وعندما تمسك لاعبة المحيط الكرة تتناولها ثانيةً الى لاعبة المركز وهكذا تستمر اللعبة والطالبة التي تفشل بمسك الكرة تخرج من الملعب وإذا فشلت لاعبة المركز تحل محلها الطالبة التي ناولتها الكرة ، وللمدرية ان تغيير نوع المناولة بين حين وآخر .</p>	5 د	الجزء التمهيدي الإحماء العام
<p>2- رمي الكرة أماماً او خلفاً في شكل قوس أثناء دوران الذراع بجانب الجسم واللفف بنفس اليد الرامية . ( شكل 2 )</p> 	<p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p>		<p>- ( الوقوف فتحا ، التخصر ) قتل الجذع للجانب بالتعاقب 0</p> <p>- ( الوقوف فتحا ، الذراعين جانباً ) دوران الذراع أمام الجسم مرتين ثم نثي الجذع للجانب وخلفه في الرفع.</p> <p>- ( الوقوف ) المشي أماماً قتل الجذع للأمام مع المشي ورفع الذراعين جانباً.</p>	5 د	الإحماء الخاص تمارين بدنية
<p>3- رمي الكرة جانباً في شكل قوس أثناء دوران الذراع أمام الجسم واللفف باليد الرامية ( شكل 3 )</p>	○ ○	كرات + مسجل (موسيقى)	<p>- لعبة الأرقام ورسم الدائرة - عندما تنادي المدرية رقما من الأرقام ، تتكون دوائر كل منها عدد من أفراد المجموعة الإرشادية يساوي الرقم الذي نادت المدرية به 0</p> <p>- تعليم الحركات الأساسية لتمارين الذراعين 0 ( كما موضح في حقل الملاحظات)</p>	10 د	لعبة صغيرة الجزء الرئيسي النشاط التعليمي

	حر	عصا	<p>1- فرقة تمارس اللعبة التعليمية ( تمرينات الذراعين ).</p> <p>2- فرقة اخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (سرعة) ( السير والهرولة )</p> <p>3- فرقة تمارس لعبة سابقة ( سباق التتابع بين طالبتين باستخدام العصا ).</p> <p>4- فرقة تمارس نشاط ترويحي او فعالية سابقة ( لعبة الارقام ورسم الدائرة ).</p>	10 د	النشاط التطبيقي
<input type="checkbox"/>	حر	مسجل ( موسيقى )	<p><b>احتلال المعسكر :-</b> يرسم مربع طول ضلعه (5م) يتسع لإحدى الفرق ثم يقسم أفراد المجموعة الإرشادية إلى اربع فرق ان تقف داخل المربع وباقي الفرق تقف خارج المربع ، وعند اشارة اليد تهجم الفرق الواقعة خارج المربع على الفرق الواقعة داخله وتحاول أفراد كل فريق احتلال المعسكر ( المربع ) يطرد من بداخله خلال المدة التي تحددها المدربة وذلك باستخدام الكتف فقط في دفع بعضهن البعض الآخر .</p> <p>تمارين الاسترخاء :- الاستلقاء على الظهر ، ثم اغماض العينين ، مع التنفس العميق ثم الزفير العميق ، ثم تخيل صور جميلة في حياتهن مع أنغام الموسيقى ، ثم أداء تحية الانصراف .</p>	5 د	لعبة صغيرة
				5 د	الجزء الختامي

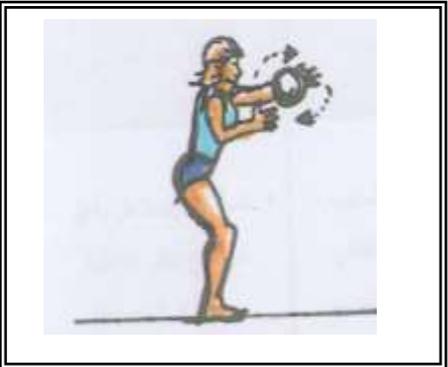
## الجلسة (5) ( الوحدة التدريبية الرابعة ) :- الموضوع :- فهم الذات والثقة بالنفس

مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
الأول	1. تنمية مشاعر الرضى عن النفس عند أفراد المجموعة الإرشادية . 2. اكتساب أفراد المجموعة الإرشادية الثقة بأنفسهم وبالآخرين والقدرة على التعامل معها بنجاح .	تنمية مفهوم الذات والثقة بالنفس لدى أفراد المجموعة الإرشادية من خلال تطبيق برنامج التدريب الرياضي .	1. تعريف أفراد المجموعة الإرشادية على اساليب اكتساب الثقة بالنفس والقدرة على التعامل مع الآخرين وأثرها في الحياة العامة . 2. تكوين الاتجاهات الايجابية في نفوس أفراد المجموعة الإرشادية نحو ذاتهن وأسرهن ووطنهن ومجتمعهن في اثناء التدريب الرياضي.	1. أن تتعرف أفراد المجموعة الإرشادية على دور الثقة بالنفس في نجاح الفرد في حياته . 2. أن تشترك أفراد المجموعة الإرشادية في لعب لها قيمة في نظرهم وفي نظر الآخرين ( كالألعاب الرياضية ) . 3. أن تتعرف أفراد المجموعة الإرشادية على الصفات الايجابية التي تتميز بها كل منهن سواء ما تشترك بها مع الآخرين أو ما تفرد به بشكل خاص . 4. أن تظهر ثقة عالية في تحقيق الفوز في اثناء اللعب الرياضي. 5. أن تعبر عن نفسها في حالة الرضى والغضب وسط جماعة اللعب الرياضي التي تنتمي إليها . 6. أن تبدي استعدادها لتحمل مسؤولية قيادة الفريق ( الكابتن ) . 7. أن تجيد تمارين الذراعين بالكرة في اثناء اللعب الرياضي	كرات مسجل ( موسيقى ) عصا شريط قياس	استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب	1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم وقدراتهن ؟ 2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات التعبير عن الذات في الحياة اليومية؟ 3. تحديد الايجابيات والسلبيات في الجلسة . 4. توجيه سؤال الى أفراد المجموعة الإرشادية لمعرفة مدى تفهم أهمية الثقة بالنفس في نجاح الفرد في عمله .

## الشهر الأول - الوحدة رقم ( 4 )

الملاحظات	التشكيلات	الأدوات	الشرح	الوقت	أجزاء الوحدة
<p>يتم التأكيد على:-</p> <p>1- رمي الكرة في شكل قوس فوق الكتف من الوضع مائلاً خلفاً ويمكن لقف الكرة بيد واحدة أو لقفها باليدين . ( شكل 1 )</p>	○	كرة يد	<p>لعبة المسك في الدائرة : تهرول أفراد المجموعة الإرشادية على محيط دائرة كبيرة بينما تقف إحداهن في مركز الدائرة ويبيدها كرة ، تناول لاعبة المركز الكرة الى أفراد المجموعة الإرشادية كل دورة وعندما تمسك لاعبة المحيط الكرة تناولها ثانيةً الى لاعبة المركز وهكذا تستمر اللعبة والطالبة التي تفشل بمسك الكرة تخرج من الملعب وإذا فشلت لاعبة المركز تحل محلها الطالبة التي ناولتها الكرة ، وللمدرية أن تغير نوع المناولة بين حين وآخر .</p>	5 د	الجزء التمهيدي الإحماء العام
<p>2- دوران الكرة حول اليد من وضع الوقوف مع المد أماماً ثم رميها في اتجاه الدوران ولقفها بنفس اليد . ( شكل 2 )</p>	○ ○	كرات + مسجل	<p>- ( الوقوف فتحا ، التخصر ) فتل الجذع للجانبين بالتعاقب 0</p> <p>- ( الوقوف فتحا ، الذراعين جانباً ) دوران الذراع أمام الجسم مرتين ثم ثني الجذع للجانب وخلفه في الرفع.</p> <p>- ( الوقوف ) المشي أماماً فتل الجذع للأمام مع المشي ورفع الذراعين جانباً.</p>	5 د	الإحماء الخاص تمارين بدنية
<p>3- لعبة الارقام ورسم الدائرة - عندما تتادي المدرية رقما من الأرقام ، تتكون دوائر كل منها عدد من أفراد المجموعة الإرشادية يساوي الرقم الذي نادى المدرية به 0</p>	○ ○		<p>- لعبة الارقام ورسم الدائرة - عندما تتادي المدرية رقما من الأرقام ، تتكون دوائر كل منها عدد من أفراد المجموعة الإرشادية يساوي الرقم الذي نادى المدرية به 0</p>	5 د	لعبة صغيرة
	XXXX		<p>- تعليم الحركات الأساسية لتمارينات الذراعين بالكرة ( كما موضح في حقل الملاحظات ) 0</p>	10 د	الجزء الرئيسي النشاط التعليمي

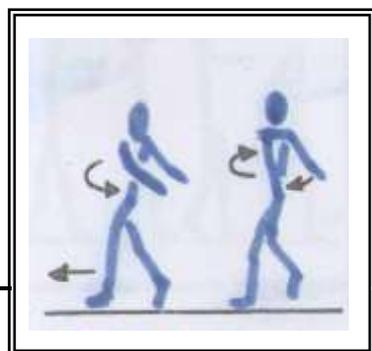
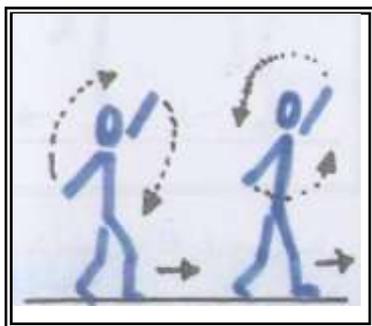
<p>3- دوران الكرة بين اليدين . ( شكل 3 )</p> 	<p>حر حر</p> <p><input type="checkbox"/></p> <p>حر</p>	<p>(موسيقى)</p> <p>عصا</p> <p>كرة يد</p> <p>شريط</p> <p>قياس</p> <p>مسجل</p> <p>(موسيقى)</p>	<p>- فرقة تمارس اللعبة التعليمية ( تمرينات الذراعين بالكرة ).</p> <p>- فرقة أخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (سرعة) ( سباق التتابع ) .</p> <p>- فرقة تمارس لعبة سابقة ( قلب الفرقة ) .</p> <p>- فرقة تمارس نشاط ترويحي او فعالية سابقة ( لعبة صيد الحمام ) .</p> <p><b>احتلال المعسكر :-</b> يرسم مربع طول ضلعه (5م) يتسع لإحدى الفرق ثم يقسم أفراد المجموعة الإرشادية إلى أربع فرق أن تقف داخل المربع وباقي الفرق تقف خارج المربع ، وعند إشارة اليد تهجم الفرق الواقعة خارج المربع على الفرق الواقعة داخله وتحاول أفراد كل فريق احتلال المعسكر ( المربع ) يطرد من بداخله خلال المدة التي تحددها المدربة وذلك باستخدام الكتف فقط في دفع بعضهم البعض الآخر .</p> <p>تمارين الاسترخاء :- الاستلقاء على الظهر ، ثم إغماض العينين ، مع التنفس العميق ثم الزفير العميق ، تكرر(4) مرات ، ثم أداء تحية الانصراف .</p>	<p>10 د</p> <p>5 د</p> <p>5 د</p>	<p>النشاط التطبيقي</p> <p>لعبة صغيرة</p> <p>الجزء الختامي</p>
---	--	--	--	-----------------------------------	---

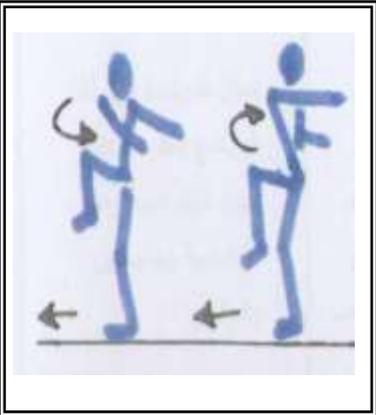
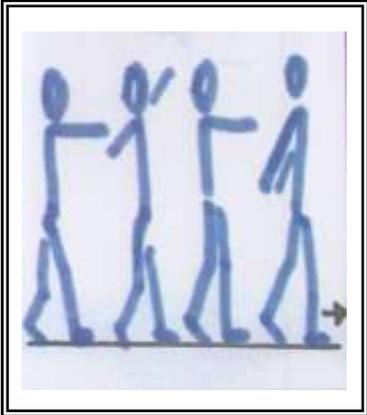
الجلسة (6) ( الوحدة التدريبية الخامسة ) :- الموضوع :- تكوين علاقات اجتماعية مع الأقران مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
الأول	أقامة علاقات جيدة متماسكة مع طالبات المجموعة والاندماج مع الآخرين .	تنمية العلاقات الاجتماعية الطبيعية بين أفراد المجموعة الإرشادية من خلال تطبيق برنامج التدريب الرياضي .	1. تنمية علاقات التعاون والتفاهم والاحترام المتبادل بين أفراد المجموعة الإرشادية 2. تنمية الشعور بأهمية العلاقات الجيدة مع الآخرين .	1. أن تشارك أفراد المجموعة الإرشادية في الالتزام بقواعد السلوك الاجتماعي الجيدة . 2. أن تسعى أفراد المجموعة الإرشادية الى التعاون مع الزميلات الأخريات 3. أن تستفسر من خلال البرامج الرياضية عن صحة زميلاتها في حالة المرض والغياب عن حضور الوحدة التدريبية . 4. أن تستفيد من الأنشطة الدراسية في تعميق الصداقة مع الزميلات . 5. أن تجيد التمرينات بالقناني البلاستيكية أثناء الحركات الإيقاعية ( تمارين المشي ) .	قناني بلاستيكية شريط قياس عصا	استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب	1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم وقدراتهم ؟ 2. هل البرنامج والنشاط يحزر رغبات أساسية مثل البهجة الاجتماعية والقدرة على الاختلاط والتفاعل الاجتماعي في الحياة اليومية سواء في داخل المدرسة أو في خارجها . 3. تحديد الإيجابيات والسلبيات في الجلسة .

## الشهر الأول - الوحدة رقم ( 5 )

الملاحظات	التشكيلات	الأدوات	الشرح	الوقت	أجزاء الوحدة
<p>يتم التأكيد على:-</p> <p>1- تمارين المشي :-</p> <p>أ. المشي مع الدوران الطاحوني للذراعين أماما وخلفا . ( شكل 1 )</p>	نسق xxx		<p>الوقوف --&gt; سير --&gt; هرولة جانبية مع تدوير الذراعين امام الصدر ثم إداء الهرولة الجانبية باتجاه آخر وتدوير الذراعين بالاتجاه المعاكس (مرة باتجاه عقرب الساعة ومرة عكس عقرب الساعة ) --&gt; هرولة --&gt; ضرب العقبين بالورك --&gt; هرولة --&gt; السير .</p>	5 د	الجزء التمهيدي الإحماء العام
<p>ب. المشي مع مرجحة الذراعين على الجانبين بالتبادل . ( شكل 2 )</p>	نسق xxx نسق xxx نسق xxx نسق xxx	قناني بلاستيكية	<p>- ( الوقوف فتحا ) رفع الذراعين جانبا مع رفع إحدى الرجلين عاليا ( وتكرر على الرجل الثانية ) .</p> <p>- ( الوقوف تخلصر ) رفع الذراعين أمام ثني الركبتين .</p> <p>- ( الوقوف ) الوثب على المكان ، الوثب مع جلوس القرفصاء ، مع رفع الذراعين جانبا .</p> <p>- الإسناد الأمامي ( ثني ومد الذراعين )</p>	5 د	الإحماء الخاص تمارين بدنية
	ف1 xxx خط ف2 xxx	شريط قياس + طباشير أو جص أبيض	<p>- سحب السلسلة : يرسم خط طباشيري على الأرض بطول وعرض الملعب تجري اللعبة بين فريقين على أن لا يزيد أعضاء كل فريق عن ثمانية طالبات ، يقف الفريقين متقابلين على جهتي الخط ، يخطو احد الفريقين خطوة قصيرة جانبا بحيث يصبح ترتيب وقوف طالبات كلا الفريقين بصورة متعاقبة بعدها تمسك كل طالبة بيدها اليسرى اليد اليسرى للزميلة التي على يسارها وبنفس الطريقة تمسك كل طالبة</p>	5 د	لعبة صغيرة



<p>ج. المشي العالي ( الحاد ) مع مرجحة الذراعين ودوران الجذع على الجانبين بالتبادل ( شكل 3 )</p> 	<p>حر</p>	<p>عصا</p>	<p>بيدها اليمنى اليد اليمنى للزميلة المقابلة التي على يمينها وتضع كل طالبة إحدى قدميها اليمنى أو اليسرى للخلف عند الإشارة يحاول كل فريق سحب الفريق الآخر من فوق الخط المرسوم على الأرض .</p> <p>- تعليم الحركات الأساسية لتمارين المشي ( كما موضح في حقل الملاحظات ) .</p>	<p>10 د</p>	<p>الجزء الرئيسي النشاط التعليمي</p>
<p>د . المشي مع رفع الذراعين أماماً ثم جانباً ثم أماماً ثم أسفل ( شكل 4 )</p>	<p>حر</p>	<p>شريط قياس</p>	<p>سباق التتابع بين المجموعتين وذلك باستخدام العصا .</p> <p>1- فرقة تمارس اللعبة التعليمية ( تمارين المشي ) . 2- فرقة اخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (رشاقة) ( رفع الذراعين جانباً مع رفع احدى الرجلين عالياً ) ( وتكرر على الرجل الثانية ) . 3- فرقة تمارس لعبة سابقة ( سحب السلسلة ) . 4- فرقة تمارس نشاط ترويحي او فعالية سابقة.( احتلال المعسكر )</p>	<p>5 د</p>	<p>لعبة صغيرة</p>
	<p>حر</p>		<p>- تمارين الاسترخاء :- الوقوف باسترخاء ، ثم رفع اليدين الى الأعلى مع شهيق عميق ، ثم خفض اليدين مع الزفير العميق ، تكرر لعدة مرات ، ثم أداء تحية الانصراف.</p>	<p>5 د</p>	<p>الجزء الختامي</p>

--	--	--	--	--	--

الجلسة (7) ( الوحدة التدريبية السادسة ) :- الموضوع :- الأســـــــــــــــترخاء

مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
-------	---------------------------	-------------	----------------	------------------	---------	---------------------------	-----------------

الأول	توفير فرص التمتع بأكبر قدر ممكن من الترويح النفسي من خلال النشاط الرياضي المصاحب للموسيقى .	تبصير الطالبات بأهمية مزاولة الاسترخاء بمصاحبة الموسيقى في تهدئة الأعصاب .	1. تنمية قدرات أفراد المجموعة الإرشادية على تهدئة النفس من خلال تكييف الأنشطة البدنية والنفسية . 2. أن تمارس أفراد المجموعة الإرشادية تمارين الاسترخاء للتخلص من القلق والتوتر العصبي.	1. أن تتمكن من تطوير قدراتها على تهدئة النفس من خلال تكييف الأنشطة البدنية والنفسية وبمصاحبة الموسيقى. 2. أن تقف أثناء أداء تمارين الاسترخاء بطريقة تجعلها تشعر بالارتياح النفسي والجسمي . 3. أن تؤدي تمارين الاسترخاء للتخلص من القلق والتوتر العصبي. 4. أن تستمع إلى أنواع الموسيقى المصاحبة لتمارين الاسترخاء .	قناني بلاستيكية كرات صافرة مسجل ( موسيقى ) بساط جمباز	استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب	1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم وقدراتهم ؟ 2. هل البرنامج والنشاط يحزر رغبات أساسية مثل المتعة والتفريغ الانفعالي للطاقة الزائدة عن الجسم ؟ 3. تحديد الإيجابيات والسلبيات في الجلسة .
-------	---	--	---	---	---	---	---

## الشهر الأول - رقم الوحدة (6)

أجزاء الوحدة	الوقت	الشرح	الأدوات	التشكيلات	الملاحظات
--------------	-------	-------	---------	-----------	-----------

<p>يتم التأكيد على :-</p> <p>1- الرقود على الارض والذراعين للجانب .</p> <p>2- اغلاق العينين .</p> <p>3- التنفس بعمق خلال الانف والزفير العميق عن طريق الفم .</p> <p>4- تركيز الانتباه على عضلاتها وأفاسها ويجب ان تشعر بأنها كيف ستصبح مرتاحة ومسترخية كل الوقت ، الاستمرار لمدة (3) دقائق .</p> <p>5- يجب أن تتذكر بعض الأماكن المفرحة كحديقة جميلة مليئة بالأزهار والأشجار وفيها أصوات الطيور وخرير الماء والتي زارتها في الماضي ، يجب أن تتخيل إنها جالسة الآن هناك وهي في أتم السعادة والفرح</p>	<p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p> <p>حر</p> <p>مسجل + موسيقى</p> <p>x x</p> <p>x</p> <p>حر</p>	<p>قناني بلاستيكية</p> <p>بساط جمباز</p> <p>كرة يد + صافرة ( منبه )</p> <p>مسجل + موسيقى</p>	<p>5 د</p> <p>5 د</p> <p>5 د</p> <p>10 د</p> <p>10 د</p>	<p>الجزء التمهيدي الإحماء العام</p> <p>الإحماء الخاص تمارين بدنية</p> <p>حركة مفاجئة</p> <p>الجزء الرئيسي نشاط تعليمي</p> <p>النشاط التطبيقي</p>	
				<p>السير &lt;-- هرولة للأمام عند سماع الصافرة &lt;-- لمس الأرض &lt;-- الهرولة مع رفع الذراعين عالياً &lt;-- سير على الأمشاط &lt;-- القفز مع حركة اليدين للجانب &lt;-- الهرولة &lt;-- السير &lt;-- الهرولة مع تدوير الذراعين أمام عاليا خلف &lt;-- القفز على البقع &lt;-- السير .</p> <p>5 د</p> <p>5 د</p> <p>5 د</p> <p>10 د</p> <p>10 د</p>	<p>الجزء التمهيدي الإحماء العام</p> <p>الإحماء الخاص تمارين بدنية</p> <p>حركة مفاجئة</p> <p>الجزء الرئيسي نشاط تعليمي</p> <p>النشاط التطبيقي</p>

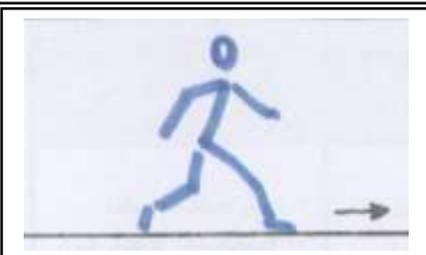
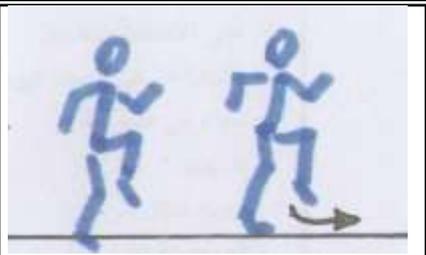
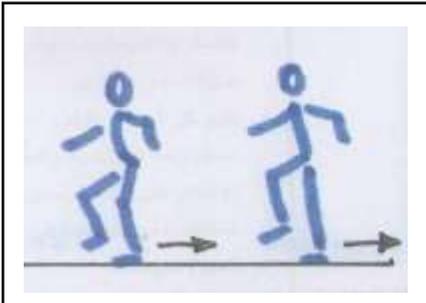
<p>بعيدة عن الاضطرابات النفسية والقلق ، وهنا تقوم المرشدة بإسماع أفراد المجموعة الإرشادية نوع من الموسيقى الطبيعية ( وهي التي تكثر فيها أصوات زقزقة العصافير وخرير الماء وتمتاز بالهدوء ) .</p>	<p>حر</p>		<p>3- فرقة تمارس لعبة سابقة ( لعبة صغيرة - سحب السلسلة ) . 4- فرقة تمارس نشاط ترويحي أو فعالية سابقة ( لعبة الأرقام ورسم الدوائر ) .</p> <p>- يشكل أفراد المجموعة الإرشادية صفا واحد ثم ثني الجذع إلى الأسفل بحيث يكون الجسم موازيا للأرض مع مسك الركبتين باليدين - نطلب من آخر طالبة القفز من فوق ظهور أفراد المجموعة الإرشادية وبوضع اليدين على ظهر كل طالبة بالتتابع</p>	<p>5 د</p>	<p>لعبة صغيرة</p>
<p>6- عندما تتذكر بعض الأفكار القلقة يجب أن نجعلها تدخل وتخرج من أفكار المرشدة دون تعقبها وأنها سوف تشعر بالسعادة .</p>	<p>حر</p>		<p>تمارين الاسترخاء:- الوقوف باسترخاء ، ثم رفع اليدين الى الاعلى مع الشهيق العميق ، ثم خفض الذراعين الى الاسفل مع الزفير العميق . ( تكرر 4 مرات ) ثم السير &lt;--- الهرولة &lt;--- السير ثم أداء تحية الانصراف .</p>	<p>5 د</p>	<p>الجزء الختامي</p>

الجلسة (8) ( الوحدة التدريبية السابعة ) :- الموضوع :- النضج الاجتماعي

مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
الأول	<p>1. التأكيد على أهمية تعاون الناس فيما بينهم باستمرار .</p> <p>2. أهمية العلاقات الاجتماعية الجيدة مع الزملاء والآخرين .</p> <p>3. الحرص على نيل احترام الآخرين .</p> <p>4. تطوير مهارة الحكم الاجتماعي .</p>	<p>تكوين المفاهيم والاتجاهات والقيم الاجتماعية السليمة عند أفراد المجموعة الإرشادية في أثناء التدريب الرياضي لتمكينهم من تحمل مسؤولية المشاركة في شؤون التدريب البدني والأسرة والمجتمع .</p>	<p>1. توعية أفراد المجموعة الإرشادية بمعاني القيم والمعايير السلوكية السليمة وضرورة احترامها .</p> <p>2. مشاركة الآخرين في الخبرات والمشاعر والاتجاهات والأفكار السليمة .</p> <p>3. تنمية التوافق الشخصي الاجتماعي لدى أفراد المجموعة الإرشادية .</p> <p>4. تنمية الشعور لدى أفراد المجموعة والإرشادية بتقدير أهلهم وأصدقائهم ومدرسيهم</p>	<p>1. أن تتحدث مع الأخرى بصوت هادئ في أثناء التدريب الرياضي .</p> <p>2. أن تتمكن من تحديد طبيعة مشاعرها وأحاسيسها بطريقة مقبولة اجتماعياً في أثناء التدريب الرياضي .</p> <p>3. أن تعبر عن أسفها عن الضرر المادي والمعنوي الذي ألحقته بالزميلات في أثناء التدريب الرياضي .</p> <p>4. أن تبدي ميلاً نحو التوسع في علاقاتها الاجتماعية خلال التدريب الرياضي .</p> <p>5. أن تصغي إلى حديث الأخرى بأدب واهتمام في أثناء التدريب الرياضي .</p> <p>6. أن تمارس عادات صحيحة في التعامل مع الأخرى كالتسامح في أثناء التدريب الرياضي .</p> <p>7. أن يدرك أفراد المجموعة الإرشادية الصفات التي ينشدونها في الأصدقاء .</p> <p>8. أن تتقن تمارين الجري ( العادي ، السريع ، الطويل ، العالي ( الحاد ) والجري للخلف ) .</p>	<p>حبل</p> <p>كرات</p> <p>صافرة</p>	<p>استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب</p>	<p>1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم ورغباتهم ؟</p> <p>2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات أساسية مثل القدرة على الاختلاط والتفاعل الاجتماعي في الحياة اليومية سواء في المدرسة أو خارجها ؟</p> <p>3. توجيه سؤال إلى أفراد المجموعة الإرشادية عن مدى فهم واستيعاب أفراد المجموعة للمهارات الاجتماعية ؟</p> <p>4. مناقشة أفراد المجموعة الإرشادية بالطرق الفعالة في إقامة علاقات اجتماعية متوازنة مع الآخرين .</p> <p>5. يقوم كل فرد من أفراد المجموعة الإرشادية بإصدار الأحكام على نفسه ومدى استفادته من الجلسة في الحياة اليومية .</p> <p>6. تحديد الإيجابيات والسلبيات في الجلسة .</p>

الملاحظات	التشكيلات	الأدوات	الشرح	الوقت	أجزاء الوحدة
<p>يتم التأكيد على:- 1- الجري العادي : وهو عبارة عن التحرك أماماً في صورة وثبات متتالية من قدم لأخرى وعلى اطراف الاصابع مع ميل الجذع قليلاً للأمام وتتأرجح الذراعان جانبا وهي منتثية . ( شكل 1 )</p>	<p>نسق xxx</p>	<p>صافرة</p>	<p>السير &lt;--&gt; هرولة--&gt; الحبل على الرجل ايمنى مرة والرجل اليسرى مرة &lt;--&gt; هرولة عند سماع الصافرة ولمس الارض مرة بيد اليمنى ومرة بيد اليسرى &lt;--&gt; الهرولة --&gt; السير .</p>	<p>5 د</p>	<p>الجزء التمهيدي الإحماء العام الإحماء الخاص</p>
<p>نسق xxx</p>	<p>نسق xxx</p>		<p>- ( الوقوف فتحا ) ثني الجذع اماما اسفل ثم فتل جانبا عاليا - الامتداد خلفا - جانبا اسفل .</p>	<p>5 د</p>	<p>تمارين بدنية</p>
<p>نسق xxx</p>	<p>نسق xxx</p>		<p>- ( وقوف الذراعين مائلا خلفا ) الوثب مع تبادل ارجحة الذراعين - اماما خلفا .</p>		
<p>2 ق   1 ق</p>	<p>ق 1   ق 2</p>	<p>حبل</p>	<p>- جر الحبل :- ينقسم أفراد المجموعة الإرشادية الى فريقين ، يوضع حبل طويل ومتين على الارض في وسط الملعب ، يقف الفريقان متقابلين بوضع الوقوف فتحا ولكل منهما نصف الحبل - يعد المدرب كلاً من الفريقين ويطلب من طالبات الفريقين اللواتي يحملن الارقام الفردية للوقوف على احد جانبي الحبل والارقام الزوجية على الجانب الاخر بعده تمسك كل طالبة الحبل بحيث تكون اليد القريبة منها مثنية والآخرى مستقيمة وعند الاشارة للسحب تنثى الساق القريبة من الحبل ويميل الجسم للخلف ويجري السحب بكل قوة على ان يبقى الجسم للامام - يعتبر الفريق فائزاً عندما يجتاز اخر طالبة منه الخط المرسوم وراء فريقه - يكرر التمرين ثانية.</p>	<p>5 د</p>	<p>لعبة صغيرة</p>
<p>x   x</p>	<p>x   x</p>				
<p>x   x</p>	<p>x   x</p>				
<p>x   x</p>	<p>x   x</p>				
<p>3- الجري الطويل :- وهو الجري مع زيادة</p>					الجزء الرئيسي

<p>طول الخطوة وزيادة مرجحة الذراعين (شكل 3)</p> 	<p>XXXXX X X X X X X X X X</p>		<p>- تعليم لعبة الجري العادي والسريع ( كما موضح في حقل الملاحظات ) .</p>	10 د	النشاط تعليمي
<p>4- الجري العالي ( الحاد ) :- وهو الجري مع زيادة رفع الركبتين عالياً . ( شكل 4 )</p> 	<p>حر</p>	<p>حبل صافرة + كرة</p>	<p>1- فرقة تمارس اللعبة التعليمية . ( لعبة الجري العادي والسريع ) 2- فرقة اخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (رشاقة) ( الجري الطويل ) 3- فرقة تمارس لعبة سابقة ( جر الحبل ) . 4- فرقة تمارس نشاط ترويحي او فعالية سابقة ( وضع الكرة وعند سماع الصافرة القفز من فوق الكرة بعدد ( 10 ) مرات.</p>	10 د	النشاط التطبيقي
<p>5- الجري خلفاً : كالجري العادي ولكن مع التحرك خلفاً. ( شكل 5 )</p>	<p>حر</p>	<p>○ ○</p>	<p>الهولة الحرة في الساحة وعندما تتادي المدربة رقما من الأرقام تتكون دوائر كل منها يضم عدداً من أفراد المجموعة الإرشادية يساوي الرقم الذي نادت المدربة به.</p>	5 د	حركة مفاجئة
	<p>حر</p>	<p>مسجل (موسيقى)</p>	<p>تمارين الاسترخاء :- الوقوف باسترخاء ، ثم رفع اليدين الى الأعلى مع الشهيق العميق ، ثم خفض الذراعين الى الأسفل مع الزفير العميق ، تكرر (5) مرات ثم أداء تحية الانصراف .</p>	5 د	الجزء الختامي

## الجلسة (9) ( الوحدة التدريبية الثامنة ) :- الموضوع :- النضج الاجتماعي

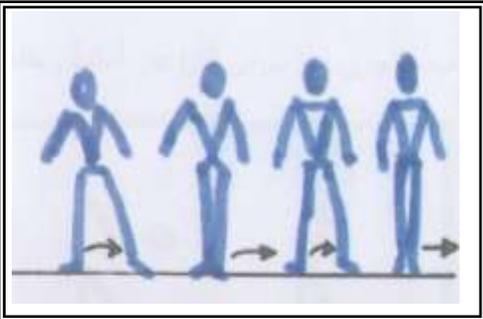
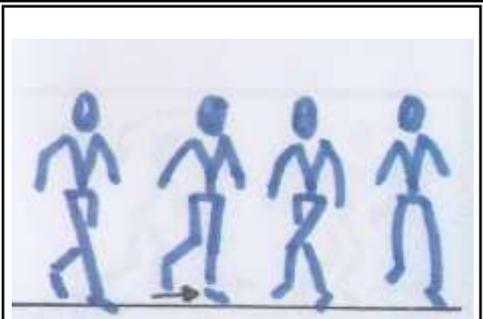
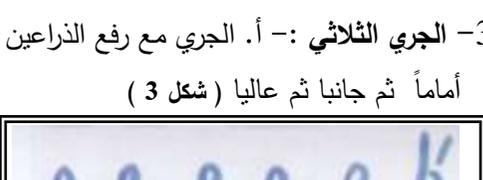
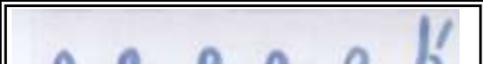
مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

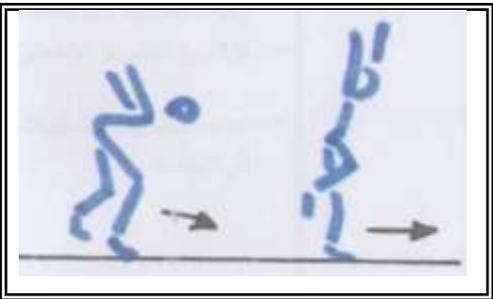
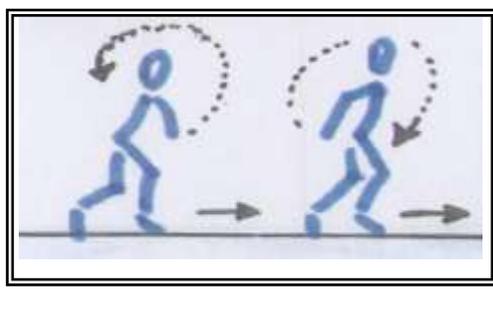
الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
الأول	<p>1. التأكيد على أهمية تعاون الناس فيما بينهم باستمرار .</p> <p>2. أهمية العلاقات الاجتماعية الجيدة مع الزملاء والآخرين .</p> <p>3. الحرص على نيل احترام الآخرين .</p> <p>4. تطوير مهارة الحكم الاجتماعي .</p>	<p>تكوين المفاهيم والاتجاهات والقيم الاجتماعية السليمة عند أفراد المجموعة الإرشادية في أثناء التدريب الرياضي لتمكينهم من تحمل مسؤولية المشاركة في شؤون التدريب البدني والأسرة والمجتمع .</p>	<p>1. توعية أفراد المجموعة الإرشادية بمعاني القيم والمعايير السلوكية السليمة وضرورة احترامها .</p> <p>2. مشاركة الآخرين في الخبرات والمشاعر والاتجاهات والافكار السليمة .</p> <p>3. تنمية التوافق الشخصي الاجتماعي لدى أفراد المجموعة الإرشادية .</p> <p>4. تنمية الشعور لدى أفراد المجموعة الإرشادية بتقدير أهلهم وأصدقائهم ومدرسيهم</p>	<p>1. أن تقوم بتوطيد العلاقات الاجتماعية المرغوبة بين أفراد المجموعة الإرشادية في أثناء التدريب الرياضي .</p> <p>2. أن تستمتع بمساعدة الأخرى كمساعدتهن في نقل الأثاث الرياضية .</p> <p>3. إن تعمل على تعديل السلوك غير السوي الذي يصدر عنها في أثناء اللعب الرياضي.</p> <p>4. أن توجه سلوك أفراد المجموعة الإرشادية الى القيم التربوية والاجتماعية المرغوبة التي أتاحتها لهن برنامج اللعب الترويحي .</p> <p>5. أن تتداول في أثناء اللعب الرياضي بعض الكلمات والعبارات ذوات الدلالة الاجتماعية والتي توحد علاقتها بغيرها (كالسلام عليكم).</p> <p>6. أن تكتسب بعض مهارات التوافق الاجتماعي المدرسي وفرص الاندماج ضمن المجموعة الإرشادية في أثناء اللعب الرياضي .</p> <p>7. أن تسعى أفراد المجموعة الإرشادية الى التعاون مع الزميلات بنقل أثاث اللعب الرياضي .</p> <p>8. ان تتعرف أفراد المجموعة الإرشادية على الطرق والاسباب التي من أجلها يبحث الناس عن الاصدقاء .</p> <p>9. أن تسعى أفراد المجموعة الإرشادية الى التشاور مع الآخرين واحترام آرائهم والمحافظة على وحدتهن .</p> <p>10. أن تتقن تمارين الجري ( الجانبي ، الجانبي المتقطع</p>	<p>حبل</p> <p>كرة يد</p> <p>صافرة</p> <p>شريط قياس</p>	<p>استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب</p>	<p>1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم ورغباتهم ؟</p> <p>2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات أساسية مثل القدرة على الاختلاط والتفاعل الاجتماعي في الحياة اليومية سواء في المدرسة أو خارجها ؟</p> <p>3. توجيه سؤال الى أفراد المجموعة الإرشادية عن مدى فهم واستيعاب أفراد المجموعة للمهارات الاجتماعية ؟</p> <p>4. مناقشة أفراد المجموعة الإرشادية بالطرق الفعالة في إقامة علاقات اجتماعية متوازنة مع الآخرين .</p> <p>5. يقوم كل فرد من أفراد المجموعة الإرشادية بإصدار الاحكام على نفسه ومدى استفادته من الجلسة في الحياة اليومية.</p> <p>6. تحديد الايجابيات والسلبيات</p>

في الجلسة .			، الجري الثلاثي ) .				
-------------	--	--	---------------------	--	--	--	--

الشهر الثاني - رقم الوحدة (8)

الملاحظات	التشكيلات	الأدوات	الشرح	الوقت	أجزاء الوحدة
-----------	-----------	---------	-------	-------	--------------

<p>يتم التأكيد على:- 1- الجري الجانبي : مثل المشي الجانبي ولكن مع إداء خطوات الجري ( شكل 1 )</p> 	<p>نسق xxx</p>	<p>صافرة</p>	<p>السير &lt;-- هرولة--&gt; الحبل على الرجل ايمنى مرة والرجل اليسرى مرة &lt;-- هرولة عند سماع الصافرة ولمس الارض مرة بيد اليمنى ومرة بيد اليسرى &lt;-- الهرولة -- &lt;السير .</p>	<p>5 د</p>	<p>الجزء التمهيدي الإحماء العام</p>
<p>2- الجري الجانبي المتقاطع :- مثل المشي الجانبي المتقطع ولكن مع إداء خطوات الجري ( شكل 2 )</p> 	<p>نسق xxx</p>	<p>حبل</p>	<p>- جر الحبل :- ينقسم أفراد المجموعة الإرشادية الى فريقين ، يوضع حبل طويل ومتين على الارض في وسط الملعب ، يقف الفريقان متقابلين بوضع الوقوف فتحا ولكل منهما نصف الحبل - يعد المدرب كلاً من الفريقين ويطلب من طالبات الفريقين اللواتي يحملن الارقام الفردية للوقوف على احد جانبي الحبل والارقام الزوجية على الجانب الاخر بعده تمسك كل طالبة الحبل بحيث تكون اليد القريبة منها مثنية والآخرى مستقيمة وعند الاشارة للسحب تنثنى الساق القريبة من الحبل ويميل الجسم للخلف ويجري السحب بكل قوة على ان يبقى الجسم للامام - يعتبر الفريق فائزاً عندما تجتاز آخر طالبة منه الخط المرسوم وراء فريقه - يكرر التمرين ثانية.</p>	<p>5 د</p>	<p>الإحماء الخاص تمارين بدنية</p>
<p>3- الجري الثلاثي :- أ. الجري مع رفع الذراعين أماماً ثم جانبا ثم عاليا ( شكل 3 )</p> 	<p>نسق xxx</p>	<p>حبل</p>	<p>- تعليم لعبة الجري الجانبي والجانبي المتقطع والثلاثي ( كما موضح في حقل</p>	<p>10 د</p>	<p>لعبة صغيرة</p>
<p>3- الجري الثلاثي :- أ. الجري مع رفع الذراعين أماماً ثم جانبا ثم عاليا ( شكل 3 )</p> 	<p>نسق xxxxx</p>	<p>حبل</p>	<p>- تعليم لعبة الجري الجانبي والجانبي المتقطع والثلاثي ( كما موضح في حقل</p>	<p>10 د</p>	<p>الجزء الرئيسي النشاط تعليمي</p>

<p>ب. الجري مع دوران الذراعين أماماً وخلفاً ( شكل 4 )</p>	<p>X X X X X X X X X</p>		<p>الملاحظات ( .</p>		
	<p>حر</p>	<p>حبل صافرة + كرة</p>	<p>- فرقة تمارس اللعبة التعليمية . ( لعبة الجري العادي والسريع ) - فرقة اخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (رشاقة) ( الجري الطويل ) - فرقة تمارس لعبة سابقة ( جر الحبل ) . - فرقة تمارس نشاط ترويجي او فعالية سابقة ( وضع الكرة وعند سماع الصافرة القفز من فوق الكرة بعدد ( 10 ) مرات.</p>	<p>10 د</p>	<p>النشاط التطبيقي</p>
<p>ج. الجري مع ميل الجذع أماماً ( شكل 5 )</p>	<p>حر</p>		<p>الهولة الحرة في الساحة وعندما تتنادي المدربة رقما من الارقام تتكون دوائر كل منها يضم عدداً من أفراد المجموعة الإرشادية يساوي الرقم الذي نادت المدربة به.</p>	<p>5 د</p>	<p>حركة مفاجئة</p>
	<p>○ ○ حر</p>	<p>مسجل ( موسيقى )</p>	<p>تمارين الاسترخاء :- الجلوس براحة ، أغماض العينين مع الشهيق العميق ، ثم الزفير العميق ، تكرر (5) مرات ، ثم أداء تحية الانصراف .</p>	<p>5 د</p>	<p>الجزء الختامي</p>

مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الجلسة (10) ( الوحدة التدريبية التاسعة ) :- الموضوع :- التفريغ الانفعالي .

التقويم البنائي	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	الأدوات	الأهداف السلوكية	الأهداف الخاصة	الهدف العام	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الشهر
<p>1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم ورغباتهم ؟</p> <p>2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات أساسية مثل المتعة والتفرغ البدني و الانفعالي .</p> <p>3. تحديد الايجابيات والسلبيات في الجلسة .</p>	<p>استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب</p>	<p>حبل</p> <p>كرات</p> <p>مسجل ( موسيقى )</p>	<p>1. أن تتفاعل أفراد المجموعة الإرشادية مع الأنغام الموسيقية أثناء سماعها خلال التدريب الرياضي .</p> <p>2. أن تتخلص أفراد المجموعة الإرشادية من التوتر الانفعالي عند سماع الموسيقى في أثناء التدريب الرياضي.</p> <p>3. أن تتقن التفرغ الانفعالي بواسطة تمارين الاسترخاء المصاحبة للموسيقى الطبيعية .</p>	<p>مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على القيام بتمارين الاسترخاء لاستخراج الطاقة النفسية والجسمية المشحونة من خلال البرنامج الرياضي .</p>	<p>تبصير الطالبات بأهمية التفرغ الانفعالي في الاسترخاء وتهدئة النفس لدى الفرد .</p>	<p>مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على القيام بأداء بعض الألعاب الرياضية الترويحية والمصاحبة للأنغام الموسيقية لاستنفاذ الطاقة البدنية والنفسية الفائضة عن حاجة الجسم .</p>	الثاني

الملاحظات	التشكيلات	الأدوات	الشرح	الوقت	أجزاء الوحدة
<p>يتم التأكيد على:-</p> <p>1- الرقود على الارض والذراعين للجانب .</p> <p>2- اغلاق العينين .</p> <p>3- التنفس بعمق خلال الانف والزفير العميق عن طريق الفم .</p> <p>4- تركيز الانتباه على عضلاتها وأنفاسها ويجب ان تشعر بأنها كيف ستصبح مرتاحة ومسترخية كل الوقت ، الاستمرار لمدة (3) دقائق .</p> <p>5- يجب أن تتذكر بعض الأماكن المفرحة كحديقة جميلة مليئة بالأزهار والأشجار وفيها أصوات الطيور وخرير الماء والتي زارتها في الماضي ، يجب أن تتخيل إنها جالسة الآن هناك وهي في أتم السعادة والفرح بعيدة عن الاضطرابات النفسية والقلق ، وهنا</p>	<p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p> <p>حر</p>		<p>السير &lt;-- هرولة--&gt; رفع الذراعين عاليا ثم جانبا ثم اماما &lt;--&gt; رفع العقبين --&gt;  &lt;ضرب العقبين بالورك &lt;-- هرولة جانبية &lt;--&gt; سير &lt;--&gt; سير على الامشاط --&gt;  &lt;الهرولة الجانبية &lt;--&gt; السير .</p> <p>- (الوقوف) رفع الرجل جانبا مع رفع الذراعين جانبا وثني نصفي الركبتين .  - (الوقوف) رفع الرجل اماما مع نصفا ثني الركبتين ورفع الذراعين جانبا .  - (الوقوف فتحا ) دوران الذراعين اماما مرتين مع ثني الجذع اماما أسفل وضغطه في الوضع مرتين.</p> <p>- لعبة الزوج المطارد :- تختار المدربة زوجاً من اللاعبات وتطلب تشبيك اليدين الداخليتين ، وعند إشارة بدء اللعبة يطارد الزوج اللاعبات ، فأذا لمست إحداها أي لاعبة تصبح حرة وتحل محلها اللاعبة الملموسة وتشكل زوجاً مطارداً .</p> <p>- القفز عاليا من فوق مانع وهمي .</p>	<p>5 د</p> <p>5 د</p> <p>5 د</p> <p>5 د</p>	<p>الجزء التمهيدي الإحماء العام</p> <p>الإحماء الخاص تمارين بدنية</p> <p>لعبة صغيرة</p> <p>حركة مفاجئة</p>

<p>تقوم المرشدة بإسماع أفراد المجموعة الإرشادية نوع من الموسيقى الطبيعية ( وهي التي تكثر فيها أصوات زقزقة العصافير وخير الماء وتمتاز بالهدوء ) .</p>	<p>XXXXXX X X X X X</p>		<p>- أسلوب التفريغ الانفعالي عن طريق الموسيقى الطبيعية ( كما موضح في حقل الملاحظات ) .</p>	10 د	الجزء الرئيسي النشاط تعليمي
<p>6- عندما تتذكر بعض الأفكار القلقة يجب أن نجعلها تدخل وتخرج من أفكار المرشدة دون تعقبها وأنها سوف تشعر بالسعادة .</p>	<p>○</p>	كرات	<p>- لعبة واحد ضد ثلاثة :- يقسم أفراد المجموعة الإرشادية الى مجموعات صغيرة في أنحاء الملعب تضم كل مجموعة أربع طالبات يشكل ثلاثة منهم دائرة بتشبيك الأيدي ويقف الرابع وسط الدائرة وعند الإشارة تبدأ اللعبة تحاول كل طالبة وسط الدائرة الخروج منها بأي وسيلة ضد مقاومة أفراد المجموعة الإرشادية الثلاثة المكونين للدائرة وذلك خلال وقت محدد وعند الإشارة الثانية تبديل الطالبة التي تمكنت من اختراق الدائرة بأخرى من زميلاتها إذ يبديل جميع أفراد المجموعة الإرشادية الذين كانوا داخل الدائرة سواء نجحوا أو فشلوا في اختراق الدائرة .</p>	5 د	العبة صغيرة
	<p>حر حر حر حر</p>	( موسيقى )  حبل	<p>1- فرقة تمارس اللعبة التعليمية .( تمارين الاسترخاء ) 2- فرقة اخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (رشاقة) ( القفز عالياً من فوق عارض وهمي ) 3- فرقة تمارس لعبة سابقة. ( جر الحبل ) 4- فرقة تمارس نشاط ترويحي او فعالية سابقة.( لعبة صغيرة 1 ضد 3 ) .</p>	5 د	النشاط التطبيقي
	<p>حر</p>	موسيقى	<p>- تمارين الاسترخاء:- الجلوس براحة ، ثم أغماض العينين ، والتنفس العميق ، ثم الزفير العميق ، ثم تخيل صور جميلة من حياتهن ، ثم أداء تحية الانصراف</p>	5 د	الجزء الختامي

--	--	--	--	--	--

الجلسة (11) ( الوحدة التدريبية العاشرة ) :- الموضوع :- تأكيد الذات . مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
-------	---------------------------	-------------	----------------	------------------	---------	---------------------------	-----------------

الثاني	1. تكوين مشاعر ايجابية نحو الذات والتعبير عنها بطريقة مقبولة اجتماعيا ومن دون تردد . 2. تقوية الشعور بالكفاءة. 3. الاتصال المفتوح والتعبير عن الانفعالات. 4. نمو الشعور لدى أفراد المجموعة الإرشادية بفرديتهم المختلفة عن غيرهم .	تنمية المشاعر الايجابية نحو الذات والتعبير عنها بطريقة مقبولة اجتماعياً من خلال تطبيق برنامج التدريب الرياضي .	1. تطوير صورة ايجابية لدى أفراد المجموعة الإرشادية عن طريق تأكيد الذات الفعالة . 2. مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على ان يفكرون بمنطقية وأن يفهمن ذواتهن . 3. اتاحة الفرصة للتعبير عن الذات سواء شفويأ أو بالألعاب الرياضية. 4. تنمية مفهوم توكيد الذات وأهميتها في الصحة النفسية لدى الأفراد .	1. أن تنمي القدرة على مواجهة مشكلات الحياة بثقة عالية لاتخاذ القرارات المناسبة. 2. أن تستفيد من نقاط الضعف والقوة في جوانب الشخصية السلبية والايجابية في أثناء اللعب الرياضي . 3. ان تكتشف ذاتها ( ميولها ، قدراتها ، استعداداتها ) بحيث تتمكن من تكوين مفهوم واقعي واضح عن ذاتها أثناء اللعب الرياضي . 4. أن تكون صورة أولية عن ذواتها كفرد . 5. أن تتحمل مسؤوليات محددة كقيادة مجموعة اللعب . 6. أن تتقن أسلوب توكيد الذات من خلال تمارين الاسترخاء المصحوبة بالموسيقى الهادئة.	صافرة عصا مسجل ( موسيقى )	استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب	1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم ورغباتهن ؟ 2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات أساسية مثل التعبير عن الذات وتوكيدها في الحياة اليومية الواقعية ؟ 3. طرح بعض المواقف ويطلب من أفراد المجموعة الإرشادية كتابة جملة تصف شعور الفرد في هذا الموقف . 3. تحديد الايجابيات والسلبيات في الجلسة .

## الشهر الثاني - رقم الوحدة (10)

أجزاء الوحدة	الوقت	الشرح	الأدوات	التشكيلات	الملاحظات
--------------	-------	-------	---------	-----------	-----------

<p>يتم التأكيد على :- أن تجري تمارين الاسترخاء من خلال ما يأتي :</p> <p>1- الاستلقاء على الارض بطريقة عامودية .</p> <p>2- عدم تشنج الاعصاب</p> <p>3- إغماض العين</p> <p>4- الأستماع الى الموسيقى الهادئه</p> <p>5- ثم طرح المرشدة الاسئلة الاتية : أ- ماهي طموحاتك في المستقبل ؟ وهل أنت جادة في تحقيقها ؟ ب- هل تستطيعين ان تحققي النجاح الدراسي خلال هذا العام ويتفوق ؟ ت- كيف يمكنك التغلب على الصعوبات المدرسية ؟ ث- هل تعانيين من القلق المدرسي؟ ولماذا ؟ وكيف يمكنك التخلص من هذا القلق ؟ 6- يجب أن تتذكر بعض الأماكن</p>	<p>نسق XXXX</p> <p>نسق XXXX</p> <p>نسق XXXX</p> <p>نسق XXXX</p> <p>نسق XXXX</p> <p>ح</p>	<p>صافرة (منبه)</p>	<p>وقوف -- سبر -- هرولة -- ثلاث حجلات على الرجل اليسار وثلاث حجلات على الرجل اليمين -- هرولة عند سماع الصافرة تقوم آخر طالبة بالركض سريعاً ليصبح أول الرتل وهكذا -- السير -- القفز على الأمشاط - - الهرولة -- السير . - (الإسناد الأمامي ) ثني ومد الذراعين . - (الجلوس الطويل فتحا ) ثني الجذع للجانبين بالتعاقب للمس القدم بأصابع اليد . - (الجلوس الطويل) ضغط الجذع للأمام (مرة على الرجل اليمنى ومرة على الرجل اليسرى ) . - (جلوس طويل ) رفع الرجل اليسرى للأعلى بمساعدة اليدين ، ثم ثنيها ومدها ، (يطبق التمرين مع الرجل اليمنى ) .</p> <p>لعبة الزوج المطارد :- تختار المدربة زوج من أفراد المجموعة الإرشادية ويطلب منهما تشبيك اليدين الداخلتين وعند إشارة بدء اللعبة يطارد الزوج أفراد المجموعة الإرشادية ، فإذا لمست إحداها أية لاعبة تصبح حرة وتحل محلها الطالبة الملموسة ويشكل زوجاً مطارداً.</p>	<p>5 د</p> <p>5 د</p> <p>5 د</p>	<p>الجزء التمهيدي الإحماء العام</p> <p>الإحماء الخاص تمارين بدنية</p> <p>لعبة صغيرة</p> <p>الجزء الرئيسي</p>
---	--	---------------------	--	----------------------------------	--

<p>المفرحة كحديقة جميلة مليئة بالأزهار والأشجار وفيها أصوات الطيور وخرير الماء والتي زارتها في الماضي ، يجب أن تتخيل إنها جالسة الآن هناك وهي في أتم السعادة والفرح بعيدة عن الاضطرابات النفسية والقلق ، وهنا تقوم المرشدة بإسماع أفراد المجموعة الإرشادية نوع من الموسيقى الطبيعية ( وهي التي تكثر فيها أصوات زقزقة العصافير وخرير الماء وتمتاز بالهدوء ) .</p>	<p>XXXXXXXX</p> <p>X X</p> <p>X X</p> <p>X X X</p> <p>عصا</p> <p>مسجل</p> <p>عصا</p> <p>حر</p> <p>حر</p>	<p>مسجل</p> <p>عصا</p> <p>مسجل</p> <p>عصا</p>	<p>- تعلم تمارين الاسترخاء المصاحبة للموسيقى الهادئة . ( كما موضح في حقل الملاحظات )</p> <p>- سباق التتابع بين المجموعتين وذلك باستخدام العصا .</p> <p>1- فرقة تمارس اللعبة التعليمية . ( تمارين الاسترخاء )</p> <p>2- فرقة اخرى تمارس تطوير لياقة بدنية ( الهرولة الحرة في ساحة المدرسة )</p> <p>3- فرقة تمارس لعبة سابقة. ( حركة مفاجئة - سباق التتابع بين المجموعتين )</p> <p>4- فرقة تمارس نشاط ترويحي او فعالية سابقة.( لعبة الزوج المطارد ) .</p> <p>سير--&gt;هرولة--&gt; تمارين الاسترخاء --&gt; الرقود على الأرض ، مع الشهيق العميق ، ثم الزفير العميق ، مع تدليك عضلات الوجه واليدين ، تكرر (5) مرات ثم إداء تحية الانصراف</p>	<p>10 د</p> <p>5 د</p> <p>10 د</p> <p>5 د</p>	<p>النشاط تعليمي</p> <p>حركة مفاجئة</p> <p>النشاط التطبيقي</p> <p>الجزء الختامي</p>
--	--	---	---	---	---

مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الجلسة (12) ( الوحدة التدريبية الحادية عشرة ):- الموضوع :- الآثار النفسية الجسمية .

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
الثاني	<p>1. تنمية القدرة على ضبط النفس والتحكم بالصبر وضبط الانفعالات الناتجة عن آثار الحرمان العاطفي .</p> <p>2. التعرف على طرق التوازن السليمة بالعواطف والتحكم بها .</p>	<p>تبصير الطالبات بالآثار النفسية الجسمية على توازن الفرد والتحكم في انفعالاته في مواقف الحياة اليومية الواقعية.</p>	<p>1. تمكين أفراد المجموعة الإرشادية من التحكم بالانفعالات وضبطها .</p> <p>2. توعية أفراد المجموعة الإرشادية ان الاضطراب الانفعالي يؤدي الى سلوكيات خاطئة .</p>	<p>1. أن تتمكن أفراد المجموعة الإرشادية من التحكم بالانفعالات وضبطها أثناء اللعب الرياضي .</p> <p>2. أن تدرك أفراد المجموعة الإرشادية ان الاضطراب الانفعالي يؤدي الى سلوكيات خاطئة.</p> <p>3. أن تتقن تمارين التفريغ الانفعالي بمصاحبة سماع الموسيقى الغربية ( الموسيقى الهادئة ) .</p>	<p>قتاني بلاستيكية</p> <p>صافرة</p> <p>بساط جمباز</p> <p>مسجل ( موسيقى )</p> <p>حبل</p> <p>كرات</p>	<p>استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب</p>	<p>1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم ورغباتهم ؟</p> <p>2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات أساسية مثل البهجة الاجتماعية والتفريغ البدني والانفعالي ؟</p> <p>3. تحديد الايجابيات والسلبيات في الجلسة .</p>

الملاحظات	التشكيلات	الأدوات	الشرح	الوقت	أجزاء الوحدة
يتم التأكيد على :- 1- الرقود على الارض والذراعين للجانب . 2- اغلاق العينين . 3- التنفس بعمق خلال الانف والزفير العميق عن طريق الفم .	نسق xxx		السير --> هرولة جانبية عند سماع الصافرة--> لمس الأرض --> الهرولة مع رفع الذراعين عالياً--> سير على الأمشاط --> القفز مع حركة اليدين للجانب --> الهرولة --> السير --> الهرولة مع تدوير الذراعين أمام عاليا خلف --> القفز على البقع --> السير .	5 د	التمهيدي الإحماء العام
4- تركيز الانتباه على عضلاتها وأنفاسها ويجب ان تشعر بأنها كيف ستصبح مرتاحة ومسترخية كل الوقت ، الاستمرار لمدة (3) دقائق .	نسق xxx نسق xxx نسق xxx نسق xxx	قناني بلاستيكية	- ( البروك ) رفع وخفض الذراعين . - ( الجلوس الطويل ) ثني ومد الجذع الى الأمام . - ( الوقوف فتحا ، الذراعان أماماً ) مرجحة الذراعين جانباً مع ضغطهما خلف - المرجحة للأمام مع التصفيق . - ( الرقود ) الدحرجة جانباً مع ثني وفرد الذراعين والرجلين .	5 د	الإحماء الخاص تمارين بدنية
5- يجب أن تتذكر بعض الأماكن المفرحة كحديقة جميلة مليئة بالأزهار والأشجار وفيها أصوات الطيور وخرير الماء والتي زارتها في الماضي ، يجب	حر xxxxxx x x x x x	كرة يد + صافرة ( منبه ) مسجل + موسيقى	- وضع الكرة على الأرض عند سماع الصافرة - القفز من فوق الكرة بعدد(10)مرات. - تعليم الحركات الأساسية الخاصة بتمارين الاسترخاء . ( كما موضح في حقل الملاحظات ) .	10 د	حركة مفاجئة الجزء الرئيسي نشاط تعليمي

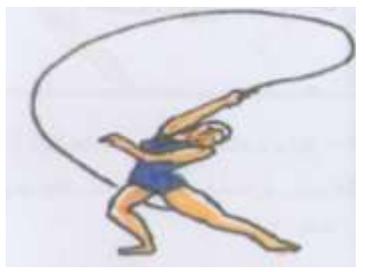
<p>أن تتخيل إنها جالسة الآن هناك وهي في أتم السعادة والفرح بعيدة عن الاضطرابات النفسية والقلق ، وهنا تقوم المرشدة بإسماع أفراد المجموعة الإرشادية نوع من الموسيقى الطبيعية ( وهي التي تكثر فيها أصوات زقزقة العصافير وخزير الماء وتمتاز بالهدوء . )</p> <p>6- عندما تتذكر بعض الأفكار القلقة يجب أن نجعلها تدخل وتخرج من أفكار المرشدة دون تعقبها وأنها سوف تشعر بالسعادة .</p>	<p>حر</p> <p>حر</p> <p>حر</p>	<p>بساط جمباز</p> <p>كرة يد</p> <p>كرة يد</p>	<p>- فرقة تمارس اللعبة التعليمية . ( تمارين الاسترخاء )</p> <p>- فرقة أخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (رشاقة) ( ثني ومد الجذع الى الأمام ) .</p> <p>- فرقة تمارس لعبة سابقة. ( وضع الكرة على الأرض عند سماع الصافرة - القفز من فوق الكرة بعدد(10) مرات ).</p> <p>- فرقة تمارس نشاط ترويحي أو فعالية سابقة.( لعبة صيد الحمام ) .</p> <p>- يشكل أفراد المجموعة الإرشادية صفا واحد ثم ثني الجذع إلى الأسف بحيث يكون الجسم موازيا للأرض مع مسك الركبتين باليدين - نطلب من آخر طالبة القفز من فوق ظهور أفراد المجموعة الإرشادية وبوضع اليدين على ظهر كل طالبة بالتتابع .</p> <p>- تمارين الاسترخاء:- الرقود على الارض والذراعين للجانب ، ثم اغماض العينين والتنفس بعمق خلال الأنف والزفير العميق عن طريق الفم ، التركيز على عضلاتها وانفاسها ويجب أن تشعر بأنها كيف تصبح مرتاحة ومسترخية كل الوقت ، الاستمرار لمدة (3) دقائق ، ثم السير &lt;--- الهرولة &lt;--- السير ، ثم أداء تحية الانصراف.</p>	<p>5 د</p> <p>5 د</p>	<p>النشاط التطبيقي لعبة صغيرة</p> <p>الجزء الختامي</p>
---	-------------------------------	---	--	-----------------------	--

## الجلسة (13) ( الوحدة التدريبية الثانية عشرة ) :- الموضوع :- الأنشطة اللاصفية .

مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
الثاني	1. مشاركة الآخرين في الأنشطة التي تتناسب مع قدراتهم . 2. تعرف أفراد المجموعة الإرشادية على الأنشطة التي تتناسب مع استعدادهم وقابلياتهم .	تنمية وعي الطالبات بأهمية المشاركة في الأنشطة اللاصفية في حياتهن اليومية الواقعية .	1. تهيئة أفراد المجموعة الإرشادية للمشاركة في الأنشطة المختلفة ومنها الألعاب الرياضية . 2. اختيار الوقت المناسب للمشاركة في النشاط . 3. تعريف أفراد المجموعة الإرشادية ببعض قدراتهم وهواياتهم .	1. أن تشجع الطالبة زميلاتها للمشاركة في الأنشطة المدرسية اللاصفية المختلفة كبرنامج التدريب الرياضي . 2. أن تعمل لوحة شرف لأفراد المجموعة الإرشادية المتميزات في الصف في الأنشطة اللاصفية وخاصة في برامج التدريب الرياضي. 3. أن تساهم في تشكيل مختلف الأنشطة المدرسية اللاصفية كالتدريب الرياضي داخل الصف لغرض المشاركة في المسابقات بين الصفوف . 4. أن تساهم في مسابقة لاختبار أفضل رياضية في الصف . 5. أن تتقن لعبة التمارين السويدية .	كرات يد مسجل ( موسيقى ) حبل شرائط قماش شرائط قياس	استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب	1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم ورغباتهم ؟ 2. هل البرنامج والنشاط يحدر رغبات أساسية في خلق دافع الاشتراك في الأنشطة اللاصفية سواء في داخل المدرسة أو في خارجها ؟ 3. توجيه سؤال الى أفراد المجموعة الإرشادية عن مدى استفادتهم من خطة الجلسة التي تدرب عليها في المواقف الحياتية المختلفة . 4. تحديد الايجابيات والسلبيات في الجلسة .

## الشهر الثاني - رقم الوحدة (12)

الملاحظات	التشكيلات	الأدوات	الشرح	الوقت	أجزاء الوحدة
<p>يتم التأكيد على:-</p> <p>1- <b>المرجحات</b> : إداء مختلف المرجحات الدائرية أو البندولية بالشريط في مختلف الاتجاهات ومن مختلف الأوضاع الابتدائية سواء من الثبات أو من الحركة ( شكل 1 )</p>	<p>نسقين</p> <p>ف1xxx</p> <p>ف2xxx</p>	كرة يد	<p>كرة يد بين فريقين ضمن شروط وقواعد معينة مثلاً تكون المناولة بين أفراد المجموعة الإرشادية والكرة متدحرجة على الأرض --&gt;السير--&gt; الهرولة --&gt;القفز على الأمشاط --&gt; الهرولة مع دوران الجسم الى الجهة اليمنى --&gt;السير .</p>	5 د	الجزء التمهيدي الإحماء العام
 <p>( شكل 2 )</p>	<p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p> <p>نسق xxx</p>		<p>- ( الوقوف ) الركض في المحل مع تبادل رفع الركبتين عالياً</p> <p>- ( الوقوف فتحا ، الذراعين جانباً ) ثني الرجلين مع رفع الذراعين عالياً .</p> <p>- (وقوف فتحا ، نصف المد عرضاً ) فتل الرأس يمينا ويساراً بالتبادل .</p> <p>- ( الوقوف فتحاً ) مع رفع الذراع اليسرى جانباً ، فتل الرأس وضغطه (3)مرات يساراً يكرر للجهة اليمنى .</p>	5 د	الإحماء الخاص تمارين بدنية
	<p>حر</p>	حبل	<p>سباق القفز من فوق حبل أو خطوط مرسومة على الأرض .</p>	5 د	لعبة صغيرة
	<p>xxxxxxx</p> <p>x x</p> <p>x x</p>	<p>مسجل +</p> <p>موسيقى +</p> <p>شرائط قماش</p>	<p>تعلم الحركات الاساسية ( التمارين السويدية ) ( المرجحات الثعبانية - الخطوط الثعبانية ) ( كما موضح في حقل الملاحظات ) .</p>	10 د	الجزء الرئيسي النشاط تعليمي

<p>2- الخطوط الشعبانية :- أداء مختلف الخطوط الشعبانية المتعرجة مثل الخطوط العمودية على ارتفاعات مختلفة ( شكل 3 )</p>	<p>X</p>	<p>شريط قياس</p>	<p>1- فرقة تمارس اللعبة التعليمية . ( التمارين السويدية ) . 2- فرقة أخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (رشاقة) ( الركض في المحل مع تبادل رفع الركبتين عالياً ) . 3- فرقة تمارس لعبة سابقة. ( جر الحبل ) 4- فرقة تمارس نشاط ترويحي أو فعالية سابقة. ( سباق القفز من فوق حبل أو خطوط مرسومة ) .</p>	<p>10 د</p>	<p>النشاط التطبيقي</p>
<p>3- إداء مختلف الخطوط الشعبانية الموازية للأرض بواسطة حركة مفصل اليد يمينا ويسارا ( شكل 4 )</p>	<p>حر</p>	<p>حبل</p>	<p>4- فرقة تمارس نشاط ترويحي أو فعالية سابقة. ( سباق القفز من فوق حبل أو خطوط مرسومة ) . - اختراق خط الدفاع :- تقسم أفراد المجموعة الإرشادية الى فريقين متساويين يقفان في نسقين مواجهين بتماسك الأيدي على أن تكون المسافة بين النسقين (4-5م) ويمثل النسقان خط الدفاع . تنادي رئيسة الفريق إحدى لاعبات فريقها فتخرج من النسق وتحاول مهاجمة خط دفاع الفريق الآخر محاولة المرور من بين أيديهن أو تحت أرجلهن وإذا لم تتمكن من ذلك تعطى لكل لاعبة مهاجمة ثلاث محاولات ، فإذا تتمكن من فتح ثغرة في الجدار فإنها تقف مع فريقها لتقويته ، وإذا فشلت في المحاولات فإنها تنضم الى الفريق المدافع .</p>	<p>5 د</p>	<p>لعبة صغيرة</p>
<p>3- إداء مختلف الخطوط الشعبانية الموازية للأرض بواسطة حركة مفصل اليد يمينا ويسارا ( شكل 4 )</p>	<p>حر</p>	<p>حبل</p>	<p>تمارين الاسترخاء :- الرقود على الأرض والذراعين على الجانب ، ثم إغماض العينين والتنفس بعمق خلال الأنف والزفير العميق عن طريق الفم ، التركيز على عضلاتها وأنفاسها ، ويجب أن تشعر بأنها كيف تصبح مرتاحة ومسترخية</p>	<p>5 د</p>	<p>الجزء الختامي</p>

			كل الوقت . ( الاستمرار لمدة (3 دقائق ) ثم السير --> رفع الذراعين مع التنفس العميق ثم خفض الذراعين --> الوقوف ثم إداء تحية الانصراف .		
--	--	--	--	--	--

الجلسة (14) ( الوحدة التدريبية الثالثة عشرة ) :- الموضوع :- اتخاذ القرار .

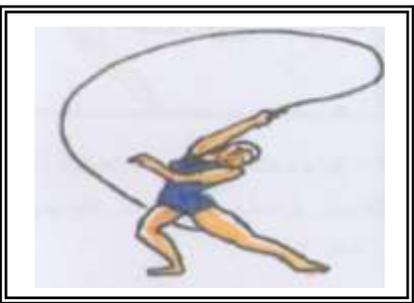
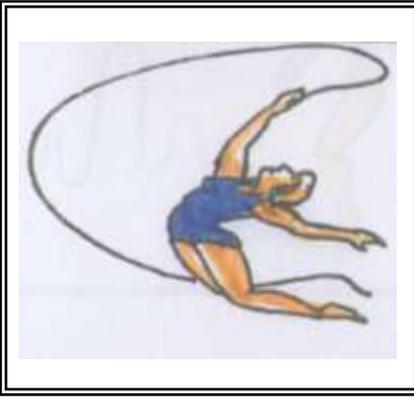
مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
-------	---------------------------	-------------	----------------	------------------	---------	---------------------------	-----------------

الثاني	1. إدراك مفهوم القرار والعوامل المؤثرة فيه . 2. أهمية اتخاذ القرارات وفقاً للموقف المختلفة . 3. تنمية القدرة على اتخاذ القرارات .	تبصير الطالبات في كيفية اكتساب مهارات التحليل وتبادل الآراء للوصول الى قرارات مناسبة في حدود إمكانية الطالبات .	1. تمكين أفراد المجموعة الإرشادية من اختيار بديل من بين عدة بدائل للسلوك . 2. معرفة كيفية اتخاذ البديل المناسب من عدة بدائل في اتخاذ القرار . 3. أن تساهم أفراد المجموعة الإرشادية في اقتراح بدائل مناسبة للمشكلات التي تواجههم وتفسيرها واختيار أفضلها .	1. أن تميز بين اللعب الصحيح عن غيره في أثناء اللعب الرياضي . 2. أن تتخذ أفراد المجموعة الإرشادية قرارات مناسبة سواء في مشاكلهن الخاصة أو مشاكل لها علاقة بمجموعة اللعب الرياضي . 3. أن تتروى في إصدار القرارات التي تخص لعبه ما في أثناء اللعب الرياضي 4. أن تتبادل الآراء حول القرارات التي تتخذها المدربة في أثناء اللعب الرياضي . 5. أن تساهم أفراد المجموعة الإرشادية في اقتراح بدائل مناسبة للمشكلات التي تواجههم أثناء اللعب الرياضي . 6. أن يتشكل عند كل فرد من أفراد المجموعة الإرشادية وعي تام بميوله واهتماماته وحاجاته وأهدافه وما يريد أن يكون عليه في المستقبل . 7. أن تتقن الحركات الإيقاعية .	كرات يد مسجل ( موسيقى ) شرانط قماش	استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب	1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم ورغباتهن ؟ 2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات أساسية مثل التعبير عن الذات واتخاذ القرارات المهمة في حياتهن ؟ 3. توجيه سؤال الى أفراد المجموعة الإرشادية يتضمن تحديد العوامل المؤثرة في اتخاذ القرار في المجالات التالية :- الأسرة - المجتمع - العوامل الاقتصادية - العوامل الفردية 4. توجيه سؤال الى أفراد المجموعة الإرشادية لتحديد الخطوات التي يتبعونها عند اتخاذهم لقرار ما ومقارنته ذلك بالخطوات العملية لاتخاذ القرار . 5. تحديد الايجابيات والسلبيات في الجلسة .
--------	---	---	---	--	--	---	---

الشهر الثاني - رقم الوحدة (13)

أجزاء الوحدة	الوقت	الشرح	الأدوات	التشكيلات	الملاحظات
--------------	-------	-------	---------	-----------	-----------

<p>يتم التأكيد على:-</p> <p>1- <b>المرجحات</b> : إداء مختلف المرجحات الدائرية أو البندولية بالشريط في مختلف الاتجاهات ومن مختلف الأوضاع الابتدائية سواء من الثبات أو من الحركة (شكل 1)</p>	<p>نسق XXX</p> <p>نسق XXX</p> <p>نسق XXX</p> <p>نسق XXX</p>		<p>5 د - (الوقوف) &lt;-- سير &lt;-- هرولة &lt;-- تدوير الذراعين ثم فتل الجذع يمينا ويسارا ثم رفع الركبتين عالياً عند سماع الصافرة أولاً &lt;-- السير .</p> <p>5 د - (الجلوس الطويل) ثني الذراعين مع ثني الركبتين .</p> <p>- (الجلوس الطويل) ثني مود الجذع أماماً .</p> <p>- (وقوف فتحة نصف الحد عرضاً) فتل الرأس يمين ويسار بالتبادل .</p> <p>- (الوقوف فتحاً) مع رفع الذراع اليسرى جانباً ، لفت الرأس وضغطه (3) مرات يسار يكرر للجهة اليمنى .</p>	<p>الجزء التمهيدي الإحماء العام</p> <p>الإحماء الخاص تمارين بدنية</p> <p>5 د حركة مفاجئة</p>
<p>(شكل 2)</p>  <p>(شكل 3)</p> 	<p>○</p> <p>مسجل +</p> <p>موسيقى +</p> <p>شرائط قماش</p> <p>X</p>	<p>شرائط قماش</p>	<p>5 د الدوران حول المدرية والرجوع الى المحل</p> <p>10 د تعلم الحركات الأساسية للحركات الايقاعية (المرجحات والخطوط الثعبانية) (كما موضح في حقل الملاحظات)</p>	<p>الجزء الرئيسي النشاط تعليمي</p>
<p>2- <b>الخطوط الثعبانية</b> :- إداء الخطوط الثعبانية العمودية من أعلى للأسفل وذلك بخفض اليد تدريجياً الى أسفل. (شكل 3)</p>	<p>حـ</p>	<p>شرائط قماش</p>	<p>10 د - فرقة تمارس اللعبة التعليمية . (الحركات الايقاعية)</p>	<p>النشاط التطبيقي</p>

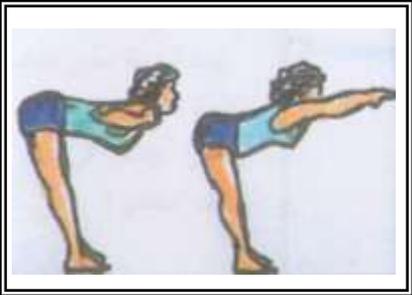
	○ حر	كرة يد	<p>- فرقة أخرى تمارس تطوير لياقة بدنية ( تمارين ثني ومد الجذع أماماً )  - فرقة تمارس لعبة سابقة. ( الدوران حول المدربة والرجوع الى المحل ) .  - فرقة تمارس نشاط ترويحي او فعالية سابقة. ( لعبة اختراق الدفاع ) .</p>	5 د	لعبة صغيرة
	○ حر	كرة يد	<p>صد الكرة : نرسم دائرة كبيرة نصف قطرها ( 7- 10 ) أمتار بحيث تناسب عدد أفراد المجموعة الإرشادية ، تقف طالبات الصف على محيط الدائرة بوضع (الوقوف فتحاً) بحيث تتلاصق أقدام أفراد المجموعة الإرشادية كلهن حول الدائرة وتوضع اليدين على الركبتين وذلك بعد أن تختار المدربة لاعبة واحدة أو أكثر على أن لا يزيد عددهن على أربع لاعبات يقفن وسط الدائرة والكرة معهن وعند الإشارة تبدأ اللعبة وذلك بقيام لاعبات الوسط بلعب الكرة فيما بينهن بالقدمين حتى تحين الفرصة لإحداهن باليدين فقط وإعادتها الى لاعبات الوسط فإذا نجحت مع لاعبات الوسط بإدخال الكرة بين رجلي لاعبة تغير مكانها مع لاعبة الوسط ثم تستمر اللعبة .</p>	5 د	الجزء الختامي
<p>5- أداء التمرينات السابقة باستخدام شريطين مع مراعاة انسيابية الحركة ( شكل 4 )</p>			<p>تمارين الاسترخاء :- الوقوف باسترخاء ، ثم رفع اليدين الى الأعلى مع الشهيق العميق ، ثم خفض الذراعين مع الزفير العميق ( تكرر لمدة (3) دقائق ) ثم أداء تحية الانصراف .</p>		

مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الجلسة (15) ( الوحدة التدريبية الرابعة عشرة ) :- الموضوع :- التفكير العلمي في حل المشكلات .

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
الثالث	معرفة أساليب التفكير العلمي في حل المشكلات المدرسية وفي الحياة اليومية الواقعية .	تبصير الطالبات بأساليب التفكير العلمي والقدرة على تشخيص وحل المشكلات المدرسية وفي الحياة اليومية الواقعية .	تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على ممارسة العمليات العقلية من تذكر وفهم وإدراك وتخيل لتنمية مهاراتهم وقدراتهم في استخدام التفكير العلمي لمواجهة مشكلاتهم اليومية أو المشاكل التي تواجههم في أثناء التدريب الرياضي .	1. أن تتمكن من اشتقاق حلول مناسبة وبديلة للمشكلات التي تواجهها في أثناء اللعب الرياضي . 2. أن تمارس أساليب التفكير العلمي في المشكلات المدرسية والمشكلات اليومية والمشكلات التي تواجهها في أثناء التدريب البدني . 3. أن تخفف من حدة الصراع بين زميلاتها في أثناء اللعب الرياضي بأسلوب علمي . 4. أن تمارس أساليب التفكير العلمي في حل المشكلات التي تواجهها في أثناء التدريب البدني ومن ثم تعميمها على المشاكل المدرسية والمشاكل اليومية التي تواجهها. 5. أن تتقن لعبة ثني ومد الذراعين والجذع	كرات يد حبل صافرة	استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب	1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم ورغباتهم ؟ 2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات أساسية مثل معرفة أساليب التفكير العلمي في حل المشكلات في أثناء اللعب وفي الحياة اليومية الواقعية ؟ 3. تحديد الإيجابيات والسلبيات في الجلسة .

الملاحظات	التشكيلات	الأدوات	الشرح	الوقت	أجزاء الوحدة
<p>يتم التأكيد على :- 1- ثني أو مد الذراعين :- - وقوف ، انثناء عرضاً = رفع الذراعين مائلاً عالياً . - وقوف ، فتحاً = ثني الذراعين عرضاً ثم مدهما جانبا . (شكل 1 - أ -)</p>	<p>نسق xxx نسق xxx نسق xxx</p>		<p>سير--&gt; سير على العقبين--&gt; سير على الأمشاط --&gt; هرولة --&gt; دوران الذراعين أمام الجسم بالتعاقب ثم الى الخلف --&gt; رفع الذراع اليمنى عالياً مع ثني ركبة اليسار بالتبادل مع الرجل والذراع المعاكسة --&gt; السير .</p>	5 د	الجزء التمهيدي الإحماء العام
	<p>نسق xxx نسق xxx</p>		<p>- ( وقوف فتحاً ، تخرصر ) ثني الجذع أماماً أسفل الجذع وضغط في الوضع ثلاث مرات . - ( وقوف فتحاً ، الذراعين عالياً ) دوران الجذع ثلاث مرات دورة كاملة . - ( وقوف فتحاً ، تخرصر ) ثني الركبتين مع رفع الذراعين جانباً</p>	5 د	الإحماء الخاص تمارين بدنية
<p>(شكل 1 - ب -)</p>		صافرة (منبه)	<p>- الهرولة بأي مكان وعند سماع الصافرة القفز عالياً باستمرار للقف كرة وهمية باليد.</p>	5 د	حركة مفاجئة
	<p>ف xxx1 ف xxx1</p>	حبل	<p>جر الحبل حجلاً :- ( نصف الوقوف مزدوجاً وجهاً لوجه تشبيك احد اليدين ) الحجل على قدم واحدة مع محاولة سحب الزميلة لمسافة معينة يجوز تبديل القدمين بسرعة من حين لآخر أثناء السحب .</p>	5 د	لعبة صغيرة

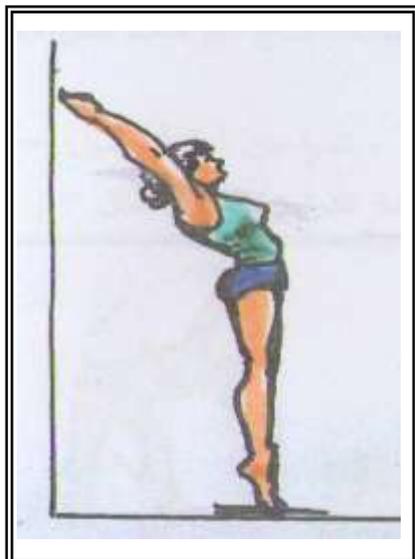
<p>2- تـمـرـيـنـات الجذع :- - وقوف ، فتحا = ميل الجذع أماماً . - وقوف ، الذراعين عالياً = ميل الجذع أماماً - وقوف ، الذراعان عالياً = ميل الجذع أماماً وثني الجذع أماماً أسفل ثم رفع الجذع عالياً ببطء . - وقوف ، انثناء = ميل الجذع أماماً ثم مد الذراعين عالياً . ( شـكـل 2 - أ - )</p> 	<p>XXXXXX X X X X X حر</p>	<p>حبل كرة يد كرة يد</p>	<p>تـعـلـم الحركات الأساسية لتمارين الذراعين والجذع ( كما موضح في حقل الملاحظات ) . 1- فرقة تمارس اللعبة التعليمية . ( تـمـرـيـنـات الذراعين والجذع ) . 2- فرقة اخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (رشاقة) ( دوران الجذع ثلاث مرات دورة كاملة ) . 3- فرقة تمارس لعبة سابقة. ( جر الحبل حجلاً ) . 4- فرقة تمارس نشاط ترويحي او فعالية سابقة. ( لعبة صيد الحمام ) . وضع الكرة على الأرض وعند سماع الصافرة القفز فوق الكرة بعد (10) مرات</p>	<p>10 د 5 د 5 د</p>	<p>الجزء الرئيسي النشاط تعليمي النشاط التطبيقي حركة مفاجئة</p>
<p>( شـكـل 2 - ب - )</p> 	<p>حر</p>	<p>حبل كرة يد كرة يد</p>	<p>تمارين الاسترخاء --&gt; السير --&gt; رفع الذراعين عالياً ( مع الشهيق والزفير العميق ) --&gt; السير - ثم وأداء تحية الانصراف .</p>	<p>5 د</p>	<p>الجزء الختامي</p>

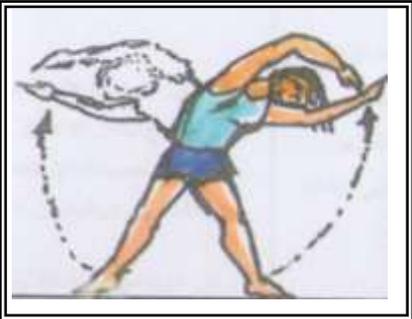
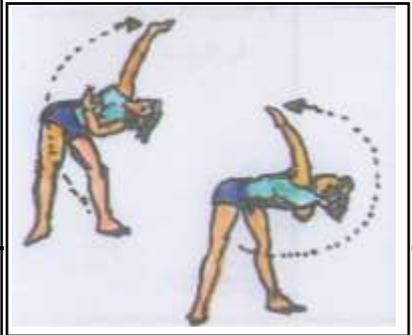
الجلسة (16) ( الوحدة التدريبية الخامسة عشرة ) :- الموضوع :- تحقيق أهداف الحياة . مدة الوحدة : ( 45 ) دقيقة

الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
الثالث	مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على تحديد أهداف واضحة ومحددة لهم في الحياة .	مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية في تحديد أهداف واضحة ومحددة لهم في الحياة سواء كانت على مستوى الدراسة أو الأسرة أو المجتمع	تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على ممارسة العمليات العقلية من تذكر وفهم وإدراك وتخيل لتنمية مهاراتهم وقدراتهم في استخدام التفكير العلمي لمواجهة مشكلاتهم اليومية أو المشاكل التي تواجههم في أثناء التدريب الرياضي .	<p>1. أن تبدي استعدادها للنجاح والفوز في أداء التدريب الرياضي .</p> <p>2. أن تستفيد من الخبرات المدرسية والتدريب الرياضي في تحديد أهدافها في الحياة .</p> <p>3. أن تجعل من التفوق في التدريب الرياضي الطريق الى تحقيق أهدافها في الحياة .</p> <p>4. أن تشعر بالسعادة نتيجة الانجازات التي حققتها في أثناء التدريب الرياضي كلعبة تمارين البطن مثلاً .</p> <p>5. أن تنظر الى نفسها نظرة ايجابية بعد انتهاء التدريب الرياضي .</p> <p>6. أن تظهر وعياً لأهمية النشاط الرياضي والتعليم المدرسي .</p> <p>7. أن تقبل قرارات المدربة مهما كانت النتائج.</p> <p>8. أن تجيد تمارين البطن والجذع .</p>	كرات يد حبل صافرة	استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب	<p>1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم ورغباتهم ؟</p> <p>2. هل البرنامج والنشاط يحرر رغبات أساسية لتحقيق أهداف الحياة كالإبداع والانجاز العلمي ، والانجاز في مجال اللعب الرياضي ؟</p> <p>3. توجه المرشدة سؤالاً الى أفراد المجموعة الإرشادية عن أهمية وضع وتحديد الأهداف لتحقيق الانجاز في المجال الرياضي أو الدراسي أو في الحياة .</p> <p>4. تحديد الايجابيات والسلبيات في الجلسة .</p>

## الشهر الثالث - رقم الوحدة (15)

الملاحظات	التشكيلات	الأدوات	الشرح	الوقت	أجزاء الوحدة
<p>يتم التأكيد على:-</p> <p>1- تمارين البطن :-</p> <p>- ثني الجذع خلفاً من الوقوف :-</p> <p>- وقوف = ثني الجذع خلفاً .</p> <p>- وقوف ، فتحا ، ثبات الوسط .</p> <p>- ثني الجذع خلفاً .</p> <p>- وقوف ، الذراعان عالياً = ثني أعلى الجذع خلفاً مع رفع العقبين .</p> <p>( شكل 1 )</p>	<p>نسق XXX</p> <p>نسق XXX</p> <p>نسق XXX</p> <p>نسق XXX</p>		<p>سير--&gt;سير على العقبين --&gt; سير على الأمشاط --&gt;هرولة --&gt; دوران الذراعين أمام الجسم بالتعاقب ثم الى الخلف --&gt;رفع الذراع اليمنى عالياً مع ثني ركبة اليسار بالتبادل مع الرجل والذراع المعاكسة --&gt;السير .</p> <p>- ( وقوف فتحاً ، تخرصر ) ثني الجذع أماماً أسفل الجذع وضغط في الوضع ثلاث مرات .</p> <p>- ( وقوف فتحا ، الذراعين عالياً ) دوران الجذع ثلاث مرات دورة كاملة .</p> <p>- ( وقوف فتحاً ، تخرصر ) ثني الركبتين مع رفع الذراعين جانباً</p>	5 د	<p>الجزء التمهيدي</p> <p>الإحماء العام</p> <p>الإحماء الخاص</p> <p>تمارين بدنية</p>
		صافرة (منبه)	- الهرولة بأي مكان وعند سماع الصافرة القفز عالياً باستمرار للقف كرة وهمية باليد.	5 د	حركة مفاجئة
		حبل	جر الحبل حجلاً :- ( نصف الوقوف مزدوجاً وجهاً لوجه تشبيك احد اليدين ) الحجل على قدم واحدة مع محاولة سحب الزميل لمسافة معينة يجوز تبديل القدمين بسرعة من حين لآخر أثناء السحب .	5 د	لعبة صغيرة



<p>2- تمارين الجانبين :- أ. ثني الجذع جانباً :</p> <p>- جلوس الجثو ، انثناء = ثني الجذع على الجانبين بالتبادل .</p> <p>- وقوف ، فتحاً ، الذراعان عالياً = ثني الجذع على الجانبين بالتبادل . ( شكل 2 )</p> 	<p>xxxxxx</p> <p>x x</p> <p>x x</p> <p>x</p> <p>حر</p> <p>حر</p>	<p>كرات +</p> <p>صافرة</p> <p>كرة يد</p> <p>صافرة</p> <p>كرة يد</p>	<p>تعلم الحركات الأساسية لتمارين البطن والجذع ( كما موضح في حقل الملاحظات )</p> <p>1. فرقة تمارس اللعبة التعليمية . ( تمارينات البطن والجذع ) .</p> <p>2. فرقة أخرى تمارس تطوير لياقة بدنية (رشاقة) ( وضع الكرة على الأرض عند سماع الصافرة ) .</p> <p>3. فرقة تمارس لعبة سابقة . ( الهرولة بأي مكان عند سماع الصافرة ) .</p> <p>4. فرقة تمارس نشاط ترويجي أو فعالية سابقة . ( لعبة صيد الحمام )</p>	<p>10 د</p> <p>5 د</p>	<p>الجزء الرئيسي النشاط تعليمي</p> <p>النشاط التطبيقي</p>
<p>ب. لف الجذع :-</p> <p>- وقوف ، فتحاً = لف الجذع .</p> <p>- جثو أفقي = لف الجذع مع قذف الذراعين جانباً .</p> <p>- وقوف ، فتحاً ، الذراعين أماماً ، ميل = لف الجذع مع مرجحة الذراع جانباً ( شكل 3 )</p> 	<p>حر</p> <p>حر</p>	<p>كرة يد</p>	<p>وضع الكرة على الأرض وعند سماع الصافرة القفز فوق الكرة بعد (10) مرات</p> <p>تمارين الاسترخاء --&gt; السير --&gt; رفع الذراعين عالياً ( مع الشهيق والزفير العميق ) --&gt; السير ثم وأداء تحية الانصراف .</p>	<p>5 د</p> <p>5 د</p>	<p>حركة مفاجئة</p> <p>الجزء الختامي</p>

--	--	--	--	--	--

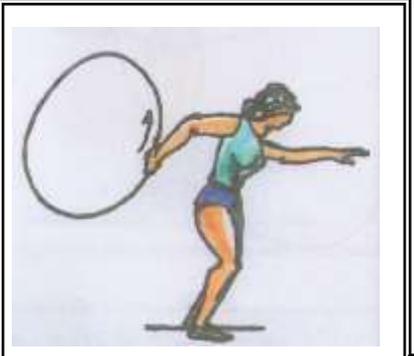
الجلسة (17) ( الوحدة التدريبية السادسة عشرة ):- الموضوع :- الاهتمام بالدراسة والمواد الدراسية . مدة الجلسة : ( 45 ) دقيقة

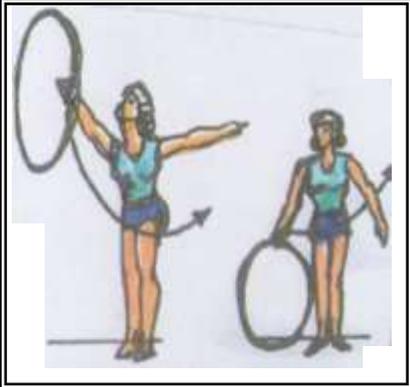
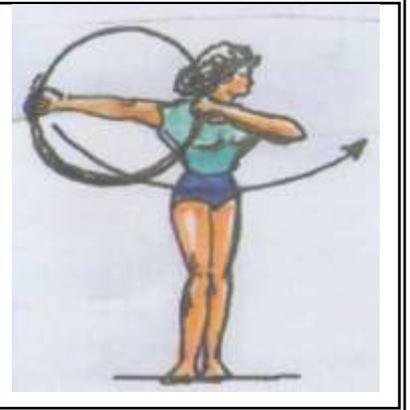
الشهر	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الهدف العام	الأهداف الخاصة	الأهداف السلوكية	الأدوات	طريقة التطبيق ( التنفيذ )	التقويم البنائي
-------	---------------------------	-------------	----------------	------------------	---------	---------------------------	-----------------

الثالث	التزام الطالبات بالتعليمات المدرسية والاهتمام بالدراسة والمواد الدراسية والتدريب الرياضي	تقدير الطالبات لأهمية الدراسة والمواد الدراسية والتدريب في حياتهم المدرسية لغرض النجاح المدرسي .	1. تمكين الطالبات من تجنب الغياب عن المدرسة والتدريب الرياضي . 2. تمكين الطالبات من عمل جدول لتنظيم أوقات الدراسة والتدريب الرياضي . 3. تركيز الطالبات على شرح المدرسة أثناء الدرس وأثناء التدريب الرياضي . 4. تبصير الطالبات بالاستعانة بالمرشدة التربوية لغرض إكسابهن عادات جيدة عن الدراسة والتدريب الرياضي .	1. أن تعد جدولاً لتنظيم أوقات الدراسة والتدريب الرياضي . 2. أن تتجنب الغياب عن الدراسة والتدريب الرياضي . 3. أن تركز على شرح المدرسة أثناء الدرس . 4. أن تستعين بالمرشدة التربوية لغرض إكسابها عادات جيدة عن الدراسة والتدريب الرياضي . 5. أن تتقن لعبة الحركات الإيقاعية والتمرنات بالطوق .	طوق بلاستيكي أو مطاطي.  طبل	استخدام أسلوب الإرشاد اللفظي المباشر والمدعم بالتعزيز اللفظي الإيجابي أثناء اللعب	1. تسأل المرشدة هل يأخذ البرنامج بنظر الاعتبار ميول أفراد المجموعة الإرشادية وحاجاتهم ورغباتهم ؟ 2. هل البرنامج والنشاط يحزر رغبات أساسية مثل المتعة والاسترخاء العضلي ؟ 3. تطلب المرشدة من أفراد المجموعة الإرشادية تقييم أنفسهم وتوضيح مدى استفادتهم من الجلسة 4. تحديد الايجابيات والسلبيات في الجلسة .

الشهر الثالث - رقم الوحدة (16)

أجزاء الوحدة	الوقت	الشرح	الأدوات	التشكيلات	الملاحظات
--------------	-------	-------	---------	-----------	-----------

<p>يتم التأكيد على :-</p> <p>1. المرجحة البندولية بالطوق بجانب الجسم أماماً وخلفاً مثل :- - باليدين مع المسك المتباعد من الخارج ( شكل 1 )</p> 	<p>نسق XXX</p> <p>نسق XXX</p> <p>نسق XXX</p> <p>نسق XXX</p>		<p>5 د - (الوقوف) --سير --هرولة --&gt; تدوير الذراعين ثم فتل الجذع يميناً ويساراً ثم رفع الركبتين عالياً عند سماع الصافرة أولاً --السير .</p> <p>5 د - (الجلوس الطويل) ثني الذراعين مع ثني الركبتين .</p> <p>- (الجلوس الطويل) ثني مود الجذع أماماً .</p> <p>- (وقوف فتحة نصف الحد عرضاً) فتل الرأس يمين ويسار بالتبادل .</p> <p>- (الوقوف فتحة) مع رفع الذراع اليسرى جانباً ، لفت الرأس وضغطه (3) مرات يسار يكرر للجهة اليمنى .</p>	<p>الجزء التمهيدي الإحماء العام</p> <p>الإحماء الخاص تمارين بدنية</p> <p>5 د حركة مفاجئة</p>
<p>2. المرجحة البندولية امام الجسم يساراً ويميناً مثل :- - بيد واحدة مع المسك من الاعلى</p> 	<p>○</p> <p>مسجل +</p> <p>موسيقى +</p> <p>طوق</p> <p>بلاستيكي</p>	<p>XXXXXX</p> <p>x x</p> <p>x x</p> <p>x</p>	<p>5 د الدوران حول المدربة والرجوع الى المحل</p> <p>10 د تعلم الحركات الأساسية للحركات الايقاعية ( تمرينات الطوق ) ( كما موضح في حقل الملاحظات )</p>	<p>الجزء الرئيسي النشاط تعليمي</p> <p>10 د</p>
<p>3. المرجحة البندولية امام الجسم يساراً ويميناً مثل :- - بيد واحدة مع المسك من الاعلى</p>	<p>نسق XXX</p>	<p>طوق</p>	<p>10 د - فرقة تمارس اللعبة التعليمية . ( الحركات الايقاعية )</p>	<p>النشاط التطبيقي</p> <p>10 د</p>

<p>(شكل 3)</p> 	<p>○ حر</p> <p>○</p>	<p>بلاستيكي</p> <p>كرة يد</p> <p>كرة يد</p>	<p>- فرقة أخرى تمارس تطوير لياقة بدنية ( تمارين ثني ومد الجذع أماماً )  - فرقة تمارس لعبة سابقة. ( الدوران حول المدربة والرجوع الى المحل ) .  - فرقة تمارس نشاط ترويجي او فعالية سابقة. ( لعبة اختراق الدفاع ) .</p> <p>صد الكرة : نرسم دائرة كبيرة نصف قطرها ( 7 - 10 ) أمتار بحيث تتناسب عدد أفراد المجموعة الإرشادية ، تقف طالبات الصف على محيط الدائرة بوضع (الوقوف فتحاً) بحيث تتلاصق أقدام أفراد المجموعة الإرشادية كلهن حول الدائرة وتوضع اليدين على الركبتين وذلك بعد أن تختار المدربة لاعبة واحدة أو أكثر على أن لا يزيد عددهن على أربع لاعبات يقفن وسط الدائرة والكرة معهن وعند الإشارة تبدأ اللعبة وذلك بقيام لاعبات الوسط بلعب الكرة فيما بينهن بالقدمين حتى تحين الفرصة لإحداهن باليدين فقط وإعادتها الى لاعبات الوسط فإذا نجحت مع لاعبات الوسط بإدخال الكرة بين رجلي لاعبة تغير مكانها مع لاعبة الوسط ثم تستمر اللعبة .</p> <p>تمارين الاسترخاء :- الوقوف باسترخاء ، ثم رفع اليدين الى الأعلى مع الشهيق العميق ، ثم خفض الذراعين مع الزفير العميق ( تكرر لمدة (3) دقائق ) ثم أداء تحية الانصراف .</p>	<p>5 د</p> <p>5 د</p>	<p>لعبة صغيرة</p> <p>الجزء الختامي</p>
<p>- باليدين مع المسك المتباعد من الخارج ( شكل 4 )</p> 	<p>○ حر</p>				

مدة الجلسة : ( 45 ) دقيقة

الجلسة (18) ( الختامية ) :- الموضوع :- إنهاء البرنامج والمناقشة مع أفراد المجموعة الإرشادية .

التقويم البنائي	الأنشطة المقدمة	الأهداف السلوكية	الأهداف الخاصة	الهدف العام	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الشهر
تحديد موعد الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لتطبيق مقياس الحرمان العاطفي .	<p>1. في بداية الجلسة تقدم الباحثة الشكر لأفراد المجموعة الإرشادية على التزامهن في الحضور ومشاركتهن الفاعلة في البرنامج الرياضي .</p> <p>2. تقديم التغذية الراجعة لأفراد المجموعة الإرشادية لمعرفة مدى تذكر أفراد المجموعة الإرشادية لمحتوى الجلسات الإرشادية .</p> <p>3. الطلب من أفراد المجموعة الإرشادية أن يبين آرائهن في البرنامج بصدق وصراحة.</p>	<p>1. أن تتعرف الباحثة على مدى فاعلية الأسلوب الإرشادي .</p> <p>2. أن تقدم الباحثة التغذية الراجعة لأفراد المجموعة الإرشادية لمعرفة مدى تمثيلهم للحاجات المختلفة التي تضمنها البرنامج الإرشادي.</p> <p>3. أن تتعرف الباحثة على وجهة نظر أفراد المجموعة الإرشادية في البرنامج وجوانب الضعف والقوة فيه.</p>	تقييم فاعلية الأسلوب الإرشادي القائم على أسلوب اللعب الرياضي الترويحي .	تبلغ أفراد المجموعة الإرشادية بانتهاء البرنامج وتقويم الجلسات السابقة .	<p>1. التذكير بما دار في الجلسات السابقة .</p> <p>2. تبليغ أفراد المجموعة الإرشادية بانتهاء البرنامج .</p> <p>3. معرفة الآراء حول البرنامج .</p> <p>4. حث أفراد المجموعة الإرشادية على التدريب المستمر لمواضيع الجلسات السابقة والإفادة منها في المواقف الحياتية اليومية.</p>	الثالث

## برنامج تدريبي

حضرة الأستاذ الفاضل الدكتور ..... المحترم

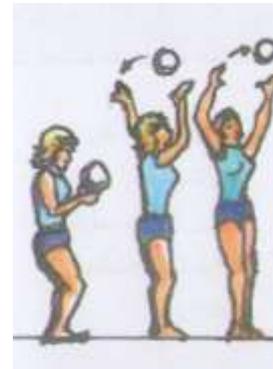
قامت الباحثة بأعداد برنامج تدريب رياضي مكون من وحدات تدريبية رياضية ترويجية لغرض تطبيقه على عينة بحثها الموسوم :-

( أثر الإرشاد باللعب في خفض الحرمان العاطفي لدى طالبات المرحلة الثانوية )

ولغرض الوقوف على مدى صلاحية البرنامج وملائمته للبحث ، ولما عهدناه فيكم من سمعة علمية طيبة ومكانة وخبرة عالية في مجال تخصصكم ، يرجى تفضلكم بالاطلاع على البرنامج وبيان رأيكم في صلاحيته ومدى ملائمته للتطبيق في البحث ، آمليين أن تكون ملاحظاتكم خير عون للباحثة في انجاز بحثها خدمة للمسيرة العلمية .

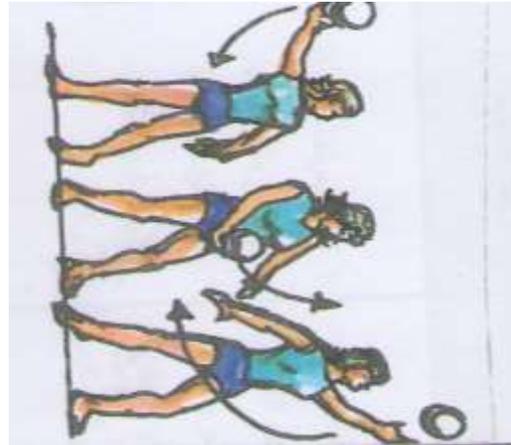
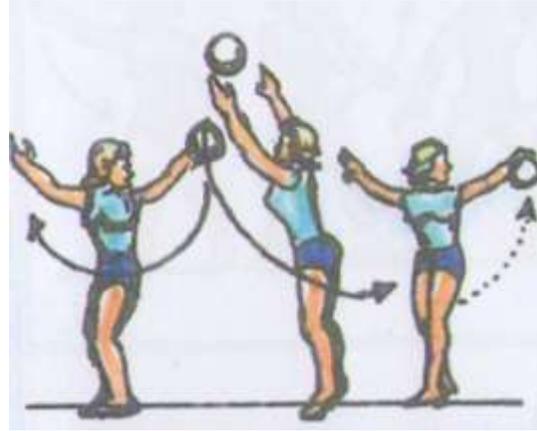
ولكم جزيل الشكر وفائق الاحترام

الباحثة  
سلمى حسين كامل  
طالبة الماجستير  
تخصص الإرشاد التربوي  
2010 /10 /

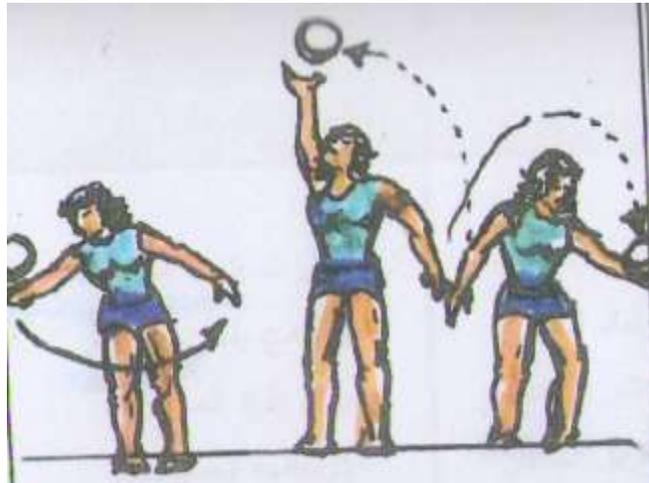
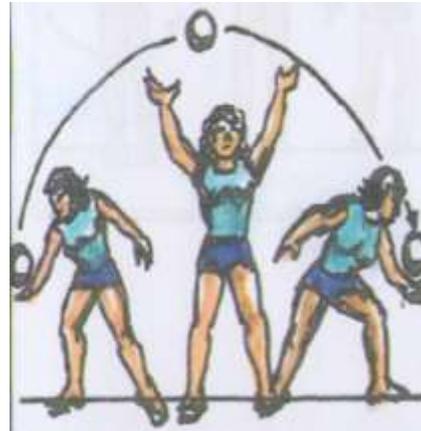
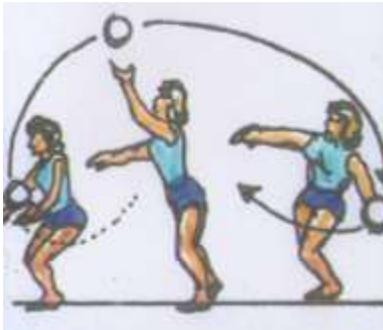


جلسة 1

جلسة 2

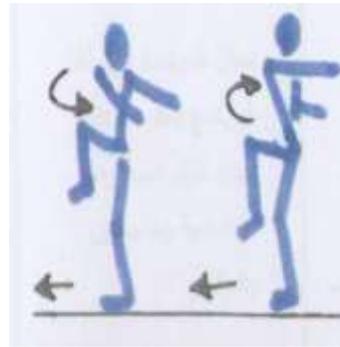
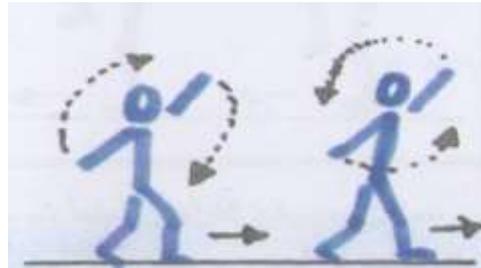
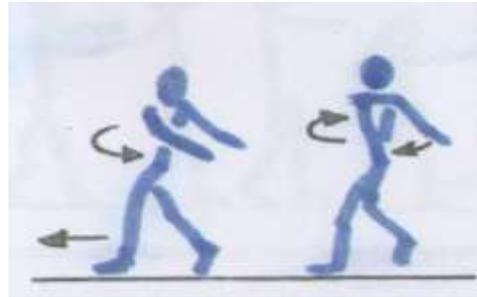


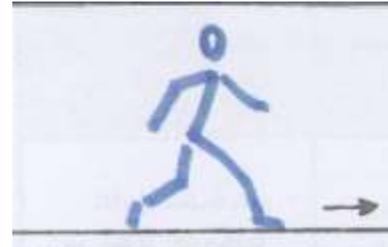
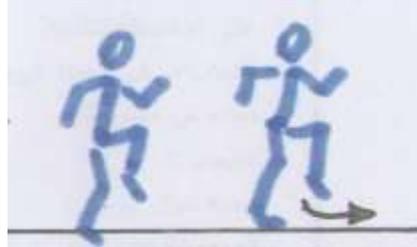
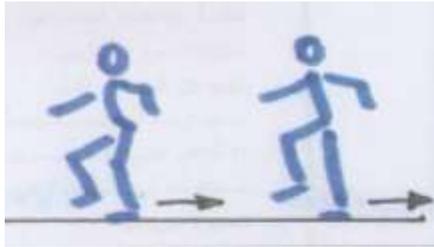
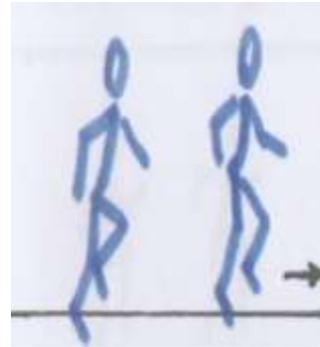
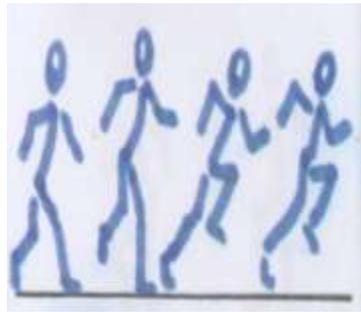
جلسة 3

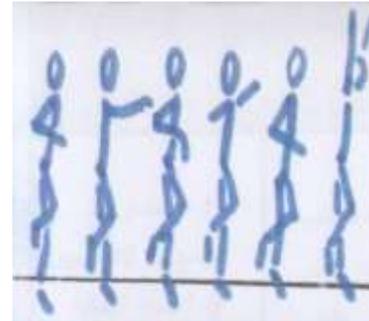
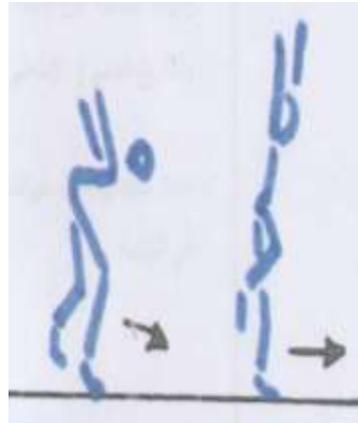
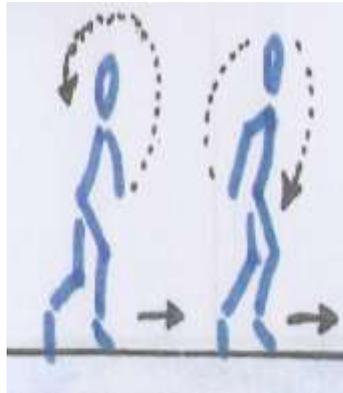
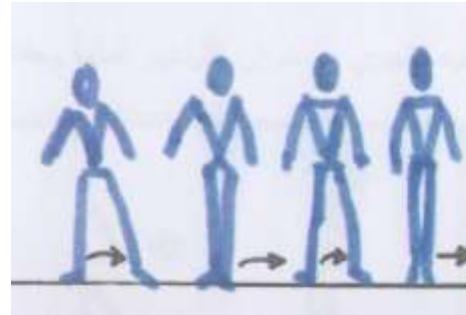
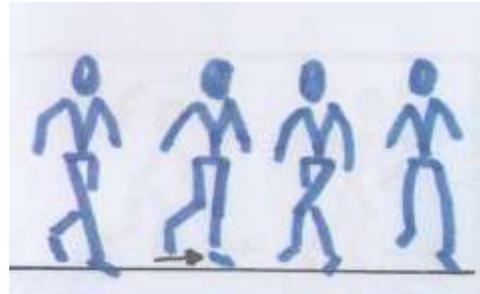


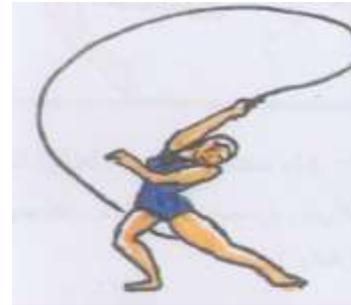


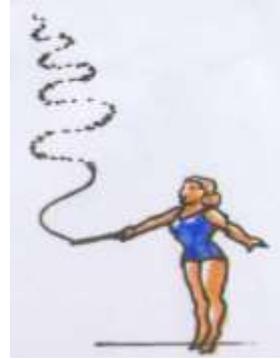
جلسة 5

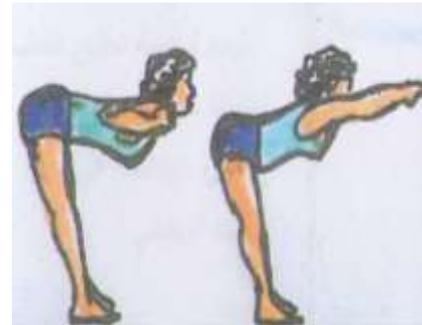
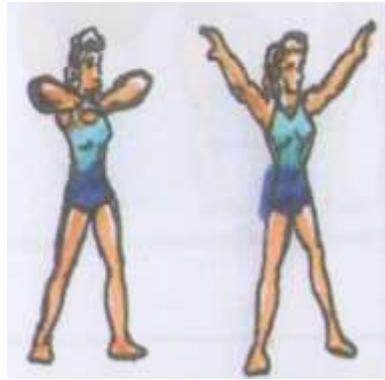


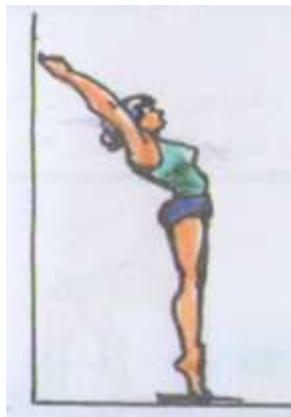




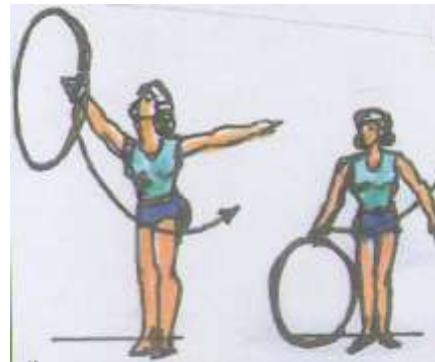
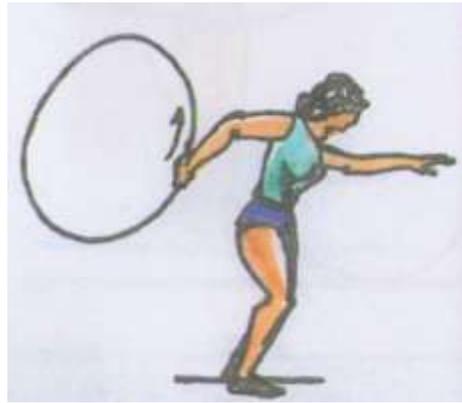








جلسة 17









































































## **Abstract**

Play the problem of emotional deprivation that have emerged in Iraqi society because of force majeure, which is over and Iraq is going through the past three decades, war, blockade and terrorism, an important role in influencing the behavior of high school students, causing them to many of the psychological and behavioral disorders that affect the attainment and Tuagahn psychological and social and school, and pay them to adopt behaviors are unacceptable in the community to compensate for this deprivation is a form of troubled relations between parents and children, with serious implications of what could be extended to the advanced stages of the life of the individual.

And acquire the current research is important as an attempt to use the methods of new guidance to reduce the emotional deprivation commensurate with the nature of this problem and its seriousness, and address the serious consequences in the lives of high school students, as is the playing style sports recreational and a means of unloading emotional, and contributes to the dump energies emotionally charged and reduce tension, which the most prominent manifestations of deprivation and needs which the individual seeks to satisfy them to compensate for this deprivation, Vallab helps the individual to diagnose problems and provide him with an ideal opportunity to get rid of these problems, and achieve psychological adjustment, social and school.

The research aims to investigate the effect of the current guidance to play in reducing the emotional deprivation of Secondary school students by verifying the validity of the following assumptions: -

1. No statistically significant differences at the level (0,05) arranged between the degrees of control group in pre and post tests on a scale of emotional deprivation.
2. No statistically significant differences at the level (0,05) arranged between the degrees of the experimental group before applying the style of play and after the measure of emotional deprivation.
3. No statistically significant differences at the level (0,05) arranged between the degrees of the experimental group and control group in the post test on a scale of emotional deprivation.

The researcher used the experimental method to verify the validity of these hypotheses, where the sample examined from (20) students from the women who were diagnosed as if they were suffering from emotional deprivation in the secondary Adnaniyah for girls at the center of the city of Baquba - capital of Diyala province, has been in their distribution at random between two groups of equal ( experimental and control) were subjected to the experimental group guidance sessions provided through the guidance and means to play recreational sports training, while the control group were not subject to any style of guiding.

For the purpose of achieving the objective of research, has adopted the researcher measure emotional deprivation in final form, prepared by the researcher (Nahla Al-Salhi, 2005) and the component of (86) paragraph, where it was presented to the group of experts and specialists who have confirmed its relevance to the current search by (100%), then the researcher extracted ratified standard way virtual honesty, and persistence in a re-test (Test - Retest).

The researcher has built a program of guidance from (18) will hold a demonstration (training module) provided by means of sports training recreational duration each (45 minutes) and lasted for a period of (9) weeks, and to confirm the validity of this method to the current search was presented to a group of experts and professionals in the guidance and sports training, who assured them that by (100%).

The researcher used a set of statistical tools to test (and Caucasian) for the two samples interrelated, and test (Mann Whitney) for the samples of the medium, and the correlation coefficient (Pearson), after processing the data statistically researcher concluded that the percentage of emotional deprivation has fallen to the students who have undergone the program indicative compared to female students who not subjected to the program

**Ministry of Higher Education  
& Scientific Research  
Diyala University  
College of Education Al-Asma`I**



# **The Impact of Counseling by Play in reducing the Emotional Deprivation Among Female Secondary School Students**

**A letter of introduction**

**To the Board of the Faculty of Education Asma'i - University of Diyala  
It is part of the requirements of Master's degree in education /  
guidance and counseling**

**By**

**Salma Hussein Kamel Mohammed**

**Under the supervision of**

**Prof. Dr.  
Salim Nori Sadiq**

**Assist Prof. Dr.  
Ibrahim Jawad Kadhim**

1432

2011