



Doi: <https://doi.org/10.54702/msj.2021.20.1.0143>

## فاعلية برنامج نفسي - رياضي لخفض العدوان والغضب والعدا لى تلاميذ المرحلة الابتدائية

عكلة سليمان علي الحوري

عاصم امير فاضل الحيا لى

### الملخص:

تكم ن مشكلة البحث في وجود حالة مؤثره وهي ان بعض التلاميذ لديهم اضطرابات سلوكية انفعاليه لذا يلجؤون للعدوان والغضب والعدا لى وغيرها من الاضطرابات السلوكية والانفعالية على زملائهم والمعلمين داخل وخارج الصف واثناء اوقات الفرص وجود الفراغ في الحصص الدراسية من هنا جاءت فكره البحث في بناء برنامج رياضي يتلاءم مع امكانيات المدرسة الابتدائية وتطبيقه ولاسيما على التلاميذ المضطربين سلوكياً وانفعالياً ومحاولة تعديل السلوك لديهم. وهدف البحث الى التعرف على مستوى (العدوان و الغضب و العناد ) لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. اعداد برنامج نفسي رياضي لخفض ( العدوان والغضب والعدا لى ) لتلاميذ المرحلة الابتدائية. الكش ف عن فاعلية البرنامج النفسي - الرياضي على خفض العدوان والغضب والعدا لى للتلاميذ في المرحلة الابتدائية. لذا فقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي Experiment Research لملاءمته وطبيعة البحث وبلغت عينة البحث (30) تلميذاً قسما الى مجموعتين ضابطة وتجريبية وتوصل الباحثان الى عدد من الاستنتاجات اهمها فاعلية مقاييس العدوان والغضب والعدا لى التي استخدمها الباحثان في بحثهما الحالي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، للبرنامج التدريبي النفسي- الرياضي فاعلية في خفض العدوان والغضب والعدا لى لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى تلاميذ المجموعة التجريبية في مقاييس (العدوان , الغضب , العناد) ولصالح الاختبار البعدي.

الكلمات المفتاحية: برنامج نفسي ، خفض العدوان والغضب والعدا لى ، مرحلة ابتدائية

### The effectiveness of a psychological-sports program to reduce aggression, anger and stubbornness among primary school students

Asim Ameer Fadel Al-Hayal

Ukla Sulaiman Ali Al-Houri

#### Abstract

The research problem lies in the presence of a group of pupils, which is a group of them have behavioral and emotional disorders for aggression, anger and stubbornness inside and outside the classroom, break times, therefore the idea of a sports program that is compatible with the capabilities of the primary school and on the behavioral and emotional disturbed pupils during the physical education lesson and trying to change behavior. The goal of the research is to: Identify the level of behavioral and emotional disorders (aggression, anger, stubbornness) among primary school pupils. Preparing a sports psychological program to reduce behavioral and emotional disturbances for elementary school pupils. Exposing the effect of the psychological - sports program on the behavioral and emotional disorders of primary school pupils. Therefore, the two researchers used the Experiment Research for its convenience and the nature of the research. The research sample reached (30) students who were divided into two control and experimental groups. The two researchers reached a number of conclusions, the most important of which are:



The effectiveness of the behavioral disorders scale that the researchers used in their current research among primary school pupils. The psychological-sports training program affects the reduction of behavioral and emotional disorders among primary school pupils. The presence of significant differences between the pre and post tests among the experimental group pupils in the area of behavioral and emotional disorders (aggression, anger, stubbornness) and in favor of the post test.

**Key words: psychological program, reduction of aggression, anger and stubbornness, elementary stage**

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 المقدمة

من الضروري تحديد الخط الفاصل بين الصحة العقلية والمرض وخصوصاً في مرحلة الطفولة حيث أن ذلك الخط الفاصل أصعب ما يمكن اكتشافه في مرحلة الطفولة مقارنة بالمراحل اللاحقة , و تعتبر مرحلة الطفولة اهم مرحلة في حياة الفرد إذ لها دور اساس في بلورة شخصي الطفل منذ الصغر، حيث ان الطفل ينمو في مختلف النواحي سواء الجسمية او النفسية او الانفعالية او المعرفية كما انه يعيش في وسط تتفاعل في ظروف الحياه المنزلية والمشكلات الأسرية والتي تتداخل فيه ظروف الحياه والمشكلات الحياه المدرسية ذلك نجد الطفل لا يخلو من مشكله اخرى مما يؤثر على نفسيته ومن هذه المشكلات التي يواجهها التلاميذ في المدرسة هي المشكلات السلوكية والانفعالية التي لا تقف عند عمر وجنس محددًا ومجتمع معين بل هي موجوده في كل الاعمار وعند كلا الجنسين وفي كل المجتمعات مهما اختلفت ثقافتها وعاداتها وهذه المشكلات متعددة الاسباب والاعراض ايضاً وانواعها كثيرة فبالنسبة للمشكلات الشائعة التي يمر فيها الطفل وخاصة مرحلة الطفولة الوسطية في الوسط المدرسي نجد السلوكية منها مثلاً (الغضب والعناد والعدوان والخوف والقلق). وفي كل الاحوال مهما درجة التعقيد لهذه المشكلات فإنها تتمثل اذى يصيب الصحة النفسية حيث يواجه التلاميذ في المرحلة الابتدائية هذه المشكلات السلوكية والانفعالية مما يجعلها تؤثر على تحصيلهم الدراسي وتوعيتهم عن التفاعل الخاصة مع اقرانهم العاديين وقد تكون سبب ظهور صعوبات التعلم المدرسية (والاكاديمية) او تظهر تعرض لهذه الصعوبات عند التلاميذ في المرحلة الابتدائية فالتلاميذ قد يواجهون صعوبات التعلم المدرسية كصعوبة القراءة والكتابة والحساب , ومن هنا تكمن اهمية البحث وفكرته التي اقترحت برنامج نفسي - رياضي يعمل على خفض و تعديل السلوك العدواني وخفض وتعديل الغضب وخفض وتعديل العناد للتلاميذ بالمدارس الابتدائية أعمار (11-12) سنة ، لتصبح المدرسة ليس مؤسسة تعليمية تربية فحسب بل مؤسسة قادرة على تعديل السلوك غير المرغوب وبذلك تكون صانعة رجال تؤدي وظيفتها كما اراد لهما المجتمع. تكمن مشكلة البحث في وجود حالات مؤثره وهي ان بعض التلاميذ لديهم اضطرابات سلوكية انفعالية لذا يلجؤون للعدوان والغضب والعناد وغيرها من الاضطرابات السلوكية والانفعالية على زملائهم والمعلمين داخل وخارج الصف واثناء اوقات الفاسدة وجود الفراغ في الحصص الدراسية من هنا جاءت فكره البحث بمعرفة فاعلية برنامج رياضي يتلاءم مع امكانيات المدرسة الابتدائية وتطبيقه ولاسيما على التلاميذ المضطربين سلوكياً وانفعالياً ومحاولة تعديل السلوك لديهم.

### 1-2 اهداف البحث:-

- 1- التعرف على مستوى (العدوان الغضب العناد) لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- 2- اعداد برنامج نفسي لخفض (العدوان الغضب العناد) لتلاميذ المرحلة الابتدائية .
- 3- الكشف عن فاعلية البرنامج النفسي - الرياضي على (العدوان الغضب العناد) لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.



### 3-1 فروض البحث:-

- 1- للبرنامج النفسي - الرياضي فاعلية في حفظ (العدوان الغضب العناد) للمجموعة التجريبية لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
- 2- تتفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في خفض (العدوان الغضب العناد) في الاختبارات البعيدة لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

### 4-1 مقاييس البحث:-

- 1- المقاييس البشري:- تلاميذ الصف الخامس والرابع والسادس (10- 12).
- 2- المقاييس المكاني:- ابنية وساحة مدرسة اسامة بن زيد ومدرسه المعالي للبنين في الساحل الايسر من محافظة نينوى.
- 3- المقاييس الزمني:- للفترة من (2019/11/3) لغاية (2020/3/1).

### 5-1 المصطلحات الواردة في البحث:-

المشكلات السلوكية والانفعالية :- هو مصطلح يصف للأطفال غير القادرين على التوافق والتكيف مع المعايير الاجتماعية المحددة للسلوك المقبول وبناءً عليه سيتأثر تعليم الاطفال وكذلك علاقتهم الشخصية مع المعلمين والزملاء في الصف ولديهم مشكلات تتعلق بالصراعات النفسية كذلك التعلم الاجتماعي.

### 2 إجراءات البحث

#### 1-2 منهج البحث

المنهج "هو الطريقة التي يسلكها الباحثان للوصول إلى نتيجة معينة". (الحوري وعلي ، 2016، 192) لذا فقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي Experiment Research لملاءمته وطبيعة البحث إذ يعد من أكفأ المناهج لاختبار صدق الفروض وتحديد العلاقات بين المتغيرات ويعد هذا المنهج أفضل ما يمكن إتباعه للوصول إلى نتائج دقيقة فهو(المنهج الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب والآخر.

#### 2-2 مجتمع البحث وعينته :

##### 1-2-2 مجتمع البحث:

حدد مجتمع البحث عمداً بتلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر (11 - 12) السنة الدراسية (2019 - 2020) للمديرية العامة لتربية نينوى والبالغ عددهم (1550) تلميذ ، موزعين كما يلي مدارس (اسامة بن زيد - 740 - طالب و مدرسة المعالي للبنين - 810 - طالب) .

##### 2-2-2 عينة البحث:

بلغ مجموع طلاب المدرستين ممن يعانون من (العدوان الغضب العناد) و عددهم (53) طالب موزعين كما يأتي (23) تلميذ من مدرسة اسامة بن زيد و (30) تلميذ من مدرسة المعالي , وجرى عن طريق القرعة مجموعتين الاولى (15) تلميذ مثلت المجموعة التجريبية من مدرسة اسامة بن زيد ، واختير بنفس الطريقة (15) تلميذ من مدرسة المعالي للمجموعة الضابطة .

#### 3-2 التصميم التجريبي:

يذكر (فان دالين ، 1984) أنّ من الأمور التي ينبغي للباحث القيام بها قبل إجراء بحثه اختيار التصميم التجريبي المناسب لاختبار النتائج المستنبطة من فرضيات البحث. (فان دالين، 1984، 17) , وإن التصميم هو خطة وهيكل واستراتيجية البحث التي يمكن بواسطته التوصل إلى إجابات لأسئلة البحث وضبط المتغيرات ، ينبغي على الباحثان اختيار التصميم التجريبي المناسب لاختبار صحة النتائج المستنبطة من الفروض ويتوقف اختيار التصميم التجريبي على طبيعة الدراسة والشروط أو الظروف التي تجري فيها، لذلك استخدم الباحثان التصميم التجريبي ولمعرفة أثر المتغير المستقل على المتغير التابع ، تم تجريب التصميم التجريبي (تصميم المجموعتين المتكافئة ذات الاختبارات القبليّة والبعدية)



حيث تم اجراء الاختبارات القبلية على المجموعتين التجريبية والضابطة ومن ثم تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية فقط وبعدها تم اجراء الاختبارات البعدية لمعرفة اثر البرنامج ، والجدول (1) يبين ذلك .

### الجدول (1)

يبين عدد افراد عينة البحث والبرنامج المستخدم لكل مجموعة وعدد الطلاب المستبعدين

رقم القاعة	المجموعة	البرنامج المستخدم	عدد أفراد العينة
1	تجريبية	البرنامج نفسي رياضي	15
2	تجريبية ضابطة	-----	15
	المجموع		30

### 2-4 تحديد متغيرات البحث وسلامة تصميمه التجريبي

تتميز البحوث التجريبية بوجود المتغيرات المستقلة والمتغيرات التابعة فضلا عن المتغيرات الدخيلة ، فلا بد من ضبط هذه المتغيرات والعوامل وإتاحة المقاييس للمتغيرات المستقلة وحدها للتأثير في المتغيرات التابعة وفيما يأتي توضيح لهذه المتغيرات:

- تم ضبط السلامة الداخلية والخارجية للبحث.

- تضمن البحث متغيراً مستقلاً واحداً هو (البرنامج النفسي الرياضي).

- مكان أداء التجربة : طبق البرنامج النفسي الرياضي في ساحة مدرسة اسامة بن زيد.

- زمن أداء التجربة : لقد كان الزمن المحدد للتجربة (8) أسبوع حيث بدأ في الفترة الزمنية من يوم الاحد المصادف 2019/11/17 وانتهى يوم الاثنين المصادف 2019/12/23 وبواقع جلسة كل اثنين الساعة (الثامنة والنصف) والخميس الساعة (العاشرة صباحا) أسبوعيا وبزمن (40 د) للجلسة الواحدة.

- تضمن البحث ثلاثة متغيرات تابعة هي (العنوان الغضب العناد)

- إدارة الجلسات : تمت إدارة الجلسة المخصصة للبرنامج النفسي الرياضي من قبل الباحثان ومعلمي التربية الرياضية في المدرسة.

### 2-5 وسائل وأدوات جمع البيانات:

استخدم الباحثان عدة وسائل بحثية لجمع المعلومات لغرض التوصل إلى البيانات والنتائج المطلوبة وهي:-

- المصادر العلمية والأجنبية المتعلقة بموضوع البحث الحالي.

- الدراسات السابقة.

- استبيان آراء الخبراء.

- المقابلة.

- البرنامج النفسي - الرياضي.

- مقاييس الاضطرابات السلوكية الانفعالية.

### 2-6 مقاييس الاضطرابات السلوكية للأطفال :

استخدمت الدراسة الحالية مقاييس (الداود ، 2000) والذي يشمل (3) مقاييس الاول هو : العناد والذي يتكون من 21 فقرة والثاني هو : الغضب الذي يتكون من 13 فقرة والثالث هو : العناد الذي يتكون من 19 وبمجموع كلي (53) فقرة , علما ان هذه المقاييس معدة لمجتمع الاطفال بالأصل, وللتأكد من صلاحية تم عرضه على السادة الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي والقياس والتقويم



و طلب منهم إبداء آراءهم ومقترحاتهم في مدى صلاحية الفقرات ومدى ملائمتها لمستوى عينة البحث وكذلك اخذ آراءهم حول بدائل الإجابة وتبين إن الفقرات جميعها مقبولة للمجتمع الجديد . تتألف المقاييس من (53) فقرة تقيس ثلاثة متغيرات أساسية هي العدوان والغضب والعناد ، وتعد المقاييس مناسبة للتلاميذ كون الفقرات بشكل عام تخاطب الاطفال ويعبر عنها اولياء امور الطلبة ومعلميهم حول عاداتهم وسلوكياتهم وتصرفاتهم بشكل عام ، وقد تأكد الباحثان ، من صدق المقاييس باستخدام صدق التكوين الفرضي ، كما تأكد من ثبات الاختبار باستخدام طريقة إعادة الاختبار إذ بلغت قيمة معامل الارتباط للأداة ككل (0.89).

## 2\_6\_1 صدق المقاييس:

اعتمد الباحثان على استخدام الصدق الظاهري كوسيلة للتأكد من صدق المقاييس ، إذ قام الباحثان بعرضه على عدد من السادة ذوي الخبرة و الاختصاص في مجال العلوم التربوية والنفسية ، وعلم النفس الرياضي ، لغرض تقويمها والحكم على مدى صلاحيتها وملاءمتها للمجال الذي خصصت له ، وإجراء التعديلات المناسبة ان وجدت من خلال (حذف أو إعادة صياغة أو إضافة عدد من الفقرات)، وبما يتلاءم و مجتمع البحث ، فضلاً عن ذكر صلاحية بدائل الإجابة ، إذ يعد هذا الإجراء وسيلة مناسبة للتأكد من صدق المقاييس، و يبين ذلك، وبعد تحليل استجابات و ملاحظات السادة الخبراء تم استخراج صدق الخبراء من خلال النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول صلاحية فقرات المقاييس، إذ تم قبول الفقرات التي اتفق عليها (88.23%) فأكثر من آراء الخبراء.

## 2\_6\_2 التجربة الاستطلاعية لمقاييس الاضطرابات السلوكية والانفعالية :

تم تطبيق المقاييس على عينة قوامها (6) طلاب وواقع 3 طلاب من كل مدرسة " تعد التجربة الاستطلاعية تدريباً علمياً للباحث للوقوف على السلبيات والإيجابيات التي تقابله أثناء إجراء الاختبارات لتفاديها " .

وكان الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية ما يأتي:

- مدى وضوح الفقرات و درجة استجابتهم لها.
  - التأكد من مدى وضوح تعليمات المقاييس.
  - الإجابة عن التساؤلات و الاستفسارات.
  - مدى ملاءمة بدائل الإجابة للمقاييس.
  - احتساب زمن الإجابة و الوقت الذي يستغرقه المختبر في الإجابة على المقاييس.
- وقد أظهرت نتيجة التجربة الاستطلاعية عدم وجود أي غموض حول فقرات المقاييس ، وقد بلغ معدل الوقت المحدد للإجابة على فقرات المقاييس بين (21 – 27) دقيقة و بمعدل (24) دقيقة.

## 2\_6\_3 ثبات المقاييس:

لغرض الحصول على الثبات استخدم الباحثان طريقتي التجزئة النصفية ، ومعامل اختبار ألفا كرونباخ.

## 2\_6\_3\_1 طريقة التجزئة النصفية

لغرض الحصول على ثبات المقاييس استخدم الباحثان طريقة التجزئة النصفية بأسلوب الفقرات (الفردية والزوجية) ، إذ تم تصحيح (30) استمارة ، إذ قسمت إلى نصفين : النصف الأول يمثل الفقرات ذات التسلسلات الفردية ، والنصف الثاني يمثل الفقرات ذات التسلسلات الزوجية، بحيث أصبح لكل طالب درجتان (فردية وزوجية)، وتم استخدام معامل الارتباط البسيط بين درجات نصفي المقاييس، فظهرت قيمة (ر) المحسوبة تساوي (0.891, 0.882, 0.869) ( إذ يشير (سمارة وآخرون، 1989) " أن معامل الثبات إذا بلغ (0.75) فأكثر فإنه يعد ثباتاً عالياً " (سمارة وآخرون، 1989، 120)، ولكي نحصل على تقدير غير متحيز لثبات المقاييس بكامله تم استخدام معادلة (سييرمان-براون) ، إذ بلغت قيمة معامل الثبات الكلي (90%) وهو دال إحصائياً مما يدل على أن المقاييس يتمتع بدرجة عالية من الثبات ، إذ يطمئن الباحثان إلى تطبيقه على عينة البحث.



## 2\_3\_6\_2 طريقة ألفا كرونباخ

قد أجرى الباحثان اختبار الثبات من خلال احتساب معامل ارتباط ألفا كرونباخ وبلغت قيمة معامل ثبات ألفا (0.871, 0.885, 0.876) ، وهي تعد نسبة أعلى بكثير من النسبة المقبولة والمقترحة من قبل الباحثان ، وهذا يدل على ثبات المقاييس.

## 2\_6\_4 وصف المقاييس وتصحيحها:

مقاييس الاضطرابات السلوكية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، تهدف إلى توفير أداة قياس صادقة وثابتة لقياس الاضطرابات السلوكية (العدوان الغضب العناد) ، و تألف المقاييس بصورتها النهائية من (53) فقرة ، موزعة على (ثلاثة) متغيرات ، وتتم الإجابة على فقرات المقاييس من خلال ثلاثة بدائل مرتبة تنازلياً ( دائماً ، أحياناً ، نادراً ) ، وتكون الأوزان تبعاً لمضمون الفقرة (3-2-1) درجة ، وتكون الدرجة الكلية العليا للمقاييس هي (159) درجة ، أما الدرجة الكلية الدنيا للمقاييس فهي (53) درجة أما مقاييس المقاييس فيمكن وصفها كما يأتي:

اولا. (العدوان) : الدرجة الكلية (63) والمتوسط الفرضي (42) والدرجة الدنيا (21).

ثانيا. (الغضب) : الدرجة الكلية (39) والمتوسط الفرضي (26) والدرجة الدنيا (13).

ثالثا. (العناد) : الدرجة الكلية (57) والمتوسط الفرضي (38) والدرجة الدنيا (19).

## 2-7 تجانس وتكافؤ أفراد مجاميع البحث (التجريبية، والضابطة):

### جدول (2)

المعالم الإحصائية وقيم (ت) المحسوبة لتكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
العمر	شهر	5.38	137.80	5.25	138.33	.0250
الطول	سم	4.62	135.13	5.65	135.93	.0458
الوزن	كغم	3.20	33.20	2.26	32.96	.0184
تحصيل الأب	درجة	3.64	8.33	4.26	8.40	.0034
تحصيل الأم	درجة	3.79	6.060	3.83	6.046	.0378
تسلسل الطفل بين الاخوة	درجة	1.89	3.50	1.49	3.66	.0204

باستخدام الاختبار التائي بين مجموعتين مستقلتين بمقارنة قيمة (ت) المحسوبة لكل متغير من المتغيرات مع قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05) وبدرجة حرية (28) التي تبلغ (2.05) وتبين إن قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات جميعها أصغر من قيمة (ت) الجدولية وهذا يعني انه لا توجد فروق دالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ومن ثم فان المجموعتين متكافئتين في متغيرات العمر والطول والوزن وتحصيل الاب وتحصيل الام وتسلسل الطفل جميعها.

## 2-7-1 التكافؤ في العدوان والغضب والعناد والقياس القبلي :

### جدول (4)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للتكافؤ في الاختبارات بين المجموعة التجريبية والضابطة

ت	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) * المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	الدلالة المعنوية
			س <sup>-</sup>	ع ±	س <sup>-</sup>	ع ±			



غير معنوي		0,534	3,08	51,71	3,76	52,45	درجة	العدوان	1
غير معنوي	2,05	0,721	2,47	31,85	2,89	32,27	درجة	الغضب	2
غير معنوي		0,699	3,49	45,96	3,13	47,44	درجة	العناد	3

\*معنوي عند درجة حرية (28=2-30) ونسبة خطأ  $\geq (0,05)$

يتبين من الجداول (2) إن قيمة (ت) المحسوبة في الاختبارات هي اصغر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2,05) أمام درجة حرية ( 28 ) ونسبة خطأ  $\geq 0,05$  مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين في مقاييس الاضطرابات السلوكية والانفعالية.

## 2-8 البرنامج النفسي – الرياضي:

" البرنامج بمفهومه العام يعني خطة يلزم إتباعها ، وبرنامج التربية الرياضية هو مجموعة خبرات مخططة يمارسها المشتركون فيه من خلال الفعاليات الرياضية ". (صالح والتكريتي ، 1981 ، 199 ) بعد اطلاع الباحثان على عدد من الأدبيات والمراجع العلمية التي تناولت الألعاب بصورة خاصة ومن هذه المراجع (صالح والتكريتي 1981) و (علاوي 1986) و (عبد اللطيف 1987) و (السيد 2003) و (الخالدة 2003) و (يموفا 2008) ومن خلال خبرة الباحثان المتواضعة في مجال التعليم الابتدائي كونه معلم تربية رياضية في احد المدارس الابتدائية ، تم اعداد برنامج نفسي رياضي مكون من (64) لعبة وضع في استبيان تضمن بيان رأي حول مدى ملائمة هذه الالعاب للفئة العمرية ، عرض على عدد من الخبراء من ذوي الخبرة والاختصاص ملحق ، وبعد الأخذ برأي الخبراء حصلت على نسبة اتفاق 100% ، ومقسمة على (8) اسابيع و(16) وحدة نفسية رياضية بالصيغة النهائية تحوي على دليل للبرنامج النفسي الرياضي يشرح كيفية أداء وحدات البرنامج، وكان الاتفاق بالإجماع على استخدام هذا البرنامج.

## 2-8-1 التجربة الاستطلاعية للبرنامج النفسي الرياضي

" تعد التجربة الاستطلاعية تجربة مصغرة للتجربة الأساسية ويجب أن تتوفر فيها الشروط نفسها والظروف التي تكون فيها التجربة الرئيسية ما أمكن ذلك حتى يمكن الأخذ بنتائجها ". (ناجي وبسطويسي ، 1984 ، 95 ) قام الباحثان بتطبيق البرنامج بتطبيق الوحدة السادسة على عينة مكونة من (6) افراد حيث تم استبعادها من التجربة الرئيسية وقد كانت التجربة الاستطلاعية يوم الاحد المصادف 2020/11/8 وكان الهدف منها :-

- التأكد من صلاحية الالعاب من الناحية التطبيقية.

- التأكد من ملائمة اوقات لقسام الوحدات النفسية الرياضية.

- اختبار صلاحية الادوات المستخدمة في البحث وكفايتها ومدى ملائمتها لعينة البحث.

- اختبار صلاحية الساحة لتنفيذ البرنامج.

## 2-9 التجربة الرئيسية للبحث :

تضمن البرنامج (16) وحدة نفسية رياضية يعطى في الأسبوع الواحد وحدتين، وتتكون كل وحدة من ألعاب متنوعة من ضمنها الاحماء لإبعاد الملل والضجر عند الاطفال وتكوين عنصر مفاجأة للطفل . أن



الألعاب المتمثلة في الجزء الرئيسي جميعها غير مكررة، بينما اللعبة المتمثلة في الجزء الاعداي (الاحماء) تكررت في اكثر من وحدة وذلك تنفيذا لرغبة الاطفال في لعبها، إذ يشير (صالح والتكريتي 1981) " إلى أن ممارسة الأفراد للعبة معروفة مما يبعث على السرور والمرح ، وإن تكرارها لفترة مناسبة يسهم في تحقيق الأهداف التربوية والبيولوجية " (صالح والتكريتي ، 1981 ، 64) . وقد استغرق البرنامج الرياضي (8) أسابيع وزعت خلالها الوحدات الرياضية الترويحية بواقع (2) وحدتين في الأسبوع الواحد ، تنفذ أيام الأثنين والأربعاء، وبما ان الاطفال ملتزمون في الدوام في المدرسة الابتدائية، بناءً على ذلك قد حرص الباحثان على تنظيم جدول الوحدات الأسبوعي لإعطاء البرنامج في اليوم والساعة.

## 2\_10 التطبيق النهائي لمقاييس العدوان والغضب والعناد :

تم تطبيق المقاييس على عينة التطبيق البالغة (30) تلميذ من خلال ملء ولي امر الطالب الاستمارة والمعلم المشرف استمارة مستقلة اخرى وذلك يوم 30 / 12 / 2019 وبأسلوب المستخدم نفسه في الاختبار القبلي ، ودون تحديد وقت ثابت للإجابة على المقاييس ، وزعت عليهم كراسات المقاييس ، وتم شرح طريقة الإجابة على المقاييس ، وذلك بوضع علامة ( √ ) أمام كل فقرة وتحت البديل الذي تراه مناسباً ، وتم التأكيد عليهم للإجابة على جميع فقرات المقاييس بكل دقة وأمانة ، ثم تم جمع كراسات المقاييس من المختبرين.

## 2-11 الوسائل الإحصائية المستخدمة :

تحقيقاً لأغراض البحث الحالي استخدمت الوسائل الإحصائية الملائمة وتم حسابها باستخدام برنامج الحاسوب الآلي (SPSS).

## 3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

من أجل تحقيق أهداف البحث ، تم تطبيق أداة البحث الحالي وهي مقاييس (العدوان ، الغضب ، العناد) على عينة المجموعة التجريبية من تلاميذ مدرسة وإجراء التحليلات الإحصائية للبيانات التي تم الحصول عليها، والوصول الى النتائج التي سيتم عرضها ومناقشتها وفقاً لأهداف البحث وفرضياته على النحو الآتي:

### 3-1 الهدف الأول

" التعرف على مستوى (العدوان ، الغضب ، العناد) لدى التلاميذ في المرحلة الابتدائية " : وتم تحقيق الهدف الأول بوصفه هدفاً إجرائياً من خلال الخطوات التي تم توضيحها في الفصل الثالث.

### 3-2 الهدف الثاني

" اعداد برنامج نفسي - رياضي لخفض العدوان والغضب والعناد للتلاميذ في المرحلة الابتدائية " : تم تحقيق الهدف الثاني بوصفه هدفاً إجرائياً من خلال مجموع الخطوات التي تم توضيحها في الفصل الثالث.

### 3-3 الهدف الثالث

" الكشف عن فاعلية البرنامج النفسي - الرياضي على العدوان والغضب والعناد للتلاميذ في المرحلة الابتدائية " .

### جدول رقم (6)

القيم الإحصائية لمقاييس العدوان والغضب والعناد للاختبار القبلي- البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

المقاييس	المجموعة	الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(T) المحتسبة	الاحتمالية Sig	مستوى الدلالة
العدوان	التجريبية	قبلي	52,45	3,76	7,63	0,000	معنوي*



			2,85	39,42	بعدي		
غير معنوي	0,098	1,02	3,08	51,71	قبلي	الضابطة	
			2,81	49,38	بعدي		
معنوي*	0,000	5,81	2,89	32,27	قبلي	التجريبية	الغضب
			2,55	23,62	بعدي		
غير معنوي	0,144	0,76	2,47	31,85	قبلي	الضابطة	
			2,37	30,54	بعدي		
معنوي*	0,000	5,05	3,13	47,44	قبلي	التجريبية	العناد
			2,93	35,11	بعدي		
غير معنوي	0,123	1,45	3,49	45,96	قبلي	الضابطة	
			3,43	44,21	بعدي		

\*معنوي عند مستوى معنوية  $> (0,05)$

يتضح من الجدول رقم (6) أن متوسط الدرجات للمقياس الأول في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية بلغ (52,45) بانحراف معياري قدره (3,76) ، وفي الاختبار البعدي بلغ متوسط الدرجات (39,42) بانحراف معياري قدره (2,85) ، وأن متوسط الدرجات للمقياس الثاني في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية بلغ (32,27) بانحراف معياري قدره (2,89) ، وفي الاختبار البعدي بلغ متوسط الدرجات (23,62) بانحراف معياري قدره (2,55) ، وأن متوسط الدرجات للمقياس الثالث في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية بلغ (47,44) بانحراف معياري قدره (3,13) ، وفي الاختبار البعدي بلغ متوسط الدرجات (35,11) بانحراف معياري قدره (2,93). ويتضح من الجدول اعلاه (6) أن متوسط الدرجات للمقياس الأول في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة بلغ (51,71) بانحراف معياري قدره (3,08) ، وفي الاختبار البعدي بلغ متوسط الدرجات (49,38) بانحراف معياري قدره (2,81) ، وأن متوسط الدرجات للمقياس الثاني في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة بلغ (31,85) بانحراف معياري قدره (2,47) ، وفي الاختبار البعدي بلغ متوسط الدرجات (30,54) بانحراف معياري قدره (2,37) ، وأن متوسط الدرجات للمقياس الثالث في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة بلغ (45,96) بانحراف معياري قدره (3,49) وفي الاختبار البعدي بلغ متوسط الدرجات (44,21) بانحراف معياري قدره (3,43) ، وتم استخدام الاختبار التائي (t-test) ومستوى الاحتمالية لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والضابطة في محاور المقاييس بعد تطبيق البرنامج النفسي- الرياضي في خفض الاضطرابات السلوكية والانفعالية لدى التلاميذ ، وأظهرت نتائج الاختبار أن القيمة التائية المحسوبة لمحاور المقاييس الثلاثة (المجموعة التجريبية) بلغت على التوالي (7,63 - 5,81 - 5,05) ، أما بالنسبة لنتائج مستوى الاحتمالية للمحاور الثلاثة للمجموعة التجريبية بلغت على التوالي (0,000 - 0,000 - 0,000) وهي قيم اصغر من قيمة مستوى الدلالة البالغة (0,05) ، اذ يدل أن هناك فروقاً ذات دلالة معنوية في محاور المقاييس الثلاثة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي.

أظهرت نتائج اختبارات المجموعة الضابطة القيمة التائية المحسوبة لمحاور المقاييس الثلاثة، بلغت على التوالي (1,02 - 0,76 - 1,45) ، أما بالنسبة لنتائج مستوى



الاحتمالية للمحاور الأربعة للمجموعة الضابطة بلغت على التوالي (0,98- 0,144- 0,123) وهي قيم أكبر من قيمة مستوى الدلالة البالغة (0,05), إذ يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في محاور المقاييس الثلاثة للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي , ويعزو الباحثان سبب هذا الانخفاض في درجة (العدوان) للتلاميذ في المجموعة التجريبية وهم الممارسين للبرنامج النفسي - الرياضي المقترح إلى ما أشار إليه (يعقوب 1989) أن تعديل سلوك التلميذ من حيث قدرته على حسن التصرف من خلال الاتصال بالغير وإتاحة الفرص له لهذا الاتصال وتعدد المواقف التي يمارس فيها مع الغير دون إيذاء واستمتاع الطفل باللعب للنوع الحر إذ يؤدي كل ذلك إلى التقليل من مظاهر السلوك العدواني غير مرغوب فيه. (يعقوب ، 1989 ، 151) وهذا ما أكده (راتب 1995) " أن بعض العلماء يرون أن ممارسة النشاط البدني وتطوير اللياقة البدنية للفرد يؤثران في تحسين مفهوم الذات وتقديراتها ويساعد على التخلص من بعض الأمراض النفسية وان ممارسة الأنشطة الرياضية والترويحية والألعاب الصغيرة واللعب الحر تؤدي إلى خفض السلوك العدواني بوصفه وسيلة لتنفيس الطاقة " (راتب ، 1995 ، 197) ويذكر (محمد 2007) أن الرياضة بكل شمولية انشطتها أطار يضم الموجهات السليمة كافة التي ترتقي بالفرد نحو الايجابية وتسمو بذاته ، ومن ثم يصبح عضواً صالحاً يسهم في بناء مجتمعه. (محمد ، 2007 ، 121)

وفي ضوء النتائج الحالية فيما يتعلق (بالغضب) فيعزو الباحثان النتائج الحالية إلى أن البرنامج التدريبي النفسي – الرياضي الذي اعده واعتمده في مواجهة الغضب كان فعالاً ومؤثراً في ما وصلت إليه المجموعة التجريبية في درجة المقاييس الثاني الذي تبناه الباحثان في مواجهة الاضطرابات السلوكية , والذي أشار إلى وجود فروق ذات دلالة معنوية في مجال الغضب ، ويشير ذلك إلى فاعلية البرنامج المستخدم في رفع قدرات التلاميذ على مواجهة الغضب من خلال تغيير وتنظيم وتوجيه سلوكهم السلبي الى شكل ايجابي، وذلك عن طريق الفنيات والأساليب التي تضمنها البرنامج الحالي والتي شملت (المراقبة ، والتعزيز الذاتي للأداء ، وتحديد المشكلة وإيجاد الحلول المناسبة لها ، وتوكيد الذات الايجابي)، وهذه النتائج تتفق مع رأي (سيد عيسى، 2012) في نجاح البرنامج التدريبي باستخدام اسلوب يلائم الخصائص والامكانيات و القائم على أسس علمية ومنهجية يتم المراعاة فيها الاختيار المناسب للمهارات التي تتلاءم مع القدرات والامكانيات المحدودة للتلاميذ، والتي تناسب خصائصهم وإكسابهم تلك المهارات (Jaussi , 2014, 400). ويفسر الباحثان هذه النتائج في إطار الاعتماد على البرنامج المستخدم الذي يستند إلى اسلوب تفريغ الطاقة الزائدة وامتصاص الغضب وعلى قدرة التلميذ في فهم ما يحدث له من مواقف ضاغطة وما يعانیه من تحديات أثناء التدريب والمنافسة مع الآخرين ، وان هذه المواقف يمكن السيطرة عليها من خلال تفسيره لأسبابها وتأويله لما يحدث له من خلال تبني استراتيجيات ايجابية اساسها الألعاب الصغيرة واللعب الحر والترويح ، والتي تضمنها البرنامج التدريبي المعتمد في وحداته التدريبية النفسية – الرياضية ، وقد اتجه البرنامج الحالي إلى التركيز على خفض الاضطرابات السلوكية والانفعالية وبالتالي خفض الغضب ، إذ كان لتنوع الفنيات والأساليب التي اتبعها الباحثان في البرنامج التدريبي ولنوع التعامل مع التلاميذ دور مهم في تغيير بعض الجوانب السلوكية والمعرفية من خلال اعداد صيغة جديدة من التفاعل والتماثل بين التلاميذ بشكل يزيد لديهم القدرة على ضبط الانفعالات والسيطرة على سلوكهم بطريقة ايجابية تمكنهم من النجاح وتحقيق الأهداف المرجوة من البرنامج , ويمكن تأكيد ما ورد سابقاً من خلال جانب تطبيقي مهم اعتمده الباحثان في دراسته الحالية , وهذا يتفق مع رأي (أبو سليمان، 2002) بأن لها أهمية بالغة في تحقيق أهدافه واستمراريتها، ومساعدة التلاميذ على تطبيق الإجراءات المطلوبة في الجلسات المعتمدة حتى يتسنى لهم مواجهة أية اضطرابات انفعالية او مواقف ضاغطة في المستقبل، لذا فان كثيراً من الممارسات السلوكية



التي يتم التدريب على تطبيقها ومحاولة اكتسابها، تفقد خاصيتها في التأثير إذا لم يتم التدريب عليها. (أبو سليمان, 2002, 73)

ويرى (الخيكاني والشمري, 2007) ان التلاميذ في اعمار 11- 12 سنة يميلون الى الممارسة الرياضية الفعلية بكل اشكالها وصورها وخاصة اذ شملت الالعاب الصغير واللعب الحر والترويح ليتمكن من تقييم ادائه والشعور به , ومن ثم يكون هو بمثابة مركز السيطرة والتوجيه الذاتي لنفسه. (الخيكاني والشمري, 2007, 6) وفي ضوء النتائج الحالية فيما يتعلق (بالعناد) والذي اظهر تفوق المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي ويعزو الباحثان ذلك الى التأثير الكبير للمحتوى الذي تضمنه تطبيق البرنامج من خلال اللعب والترويح والتوجيه والدعم المعنوي من قبل الكادر التدريبي والمحاضر النفسي اذ كان لهم الدور الكبير في تعديل سلوك التلاميذ لكي يرتقي الى المستوى الذي يطمح اليه وهذا لا يتم إلا من خلال الدعم والتشجيع والتقدير الذي تضمنه فنيات البرنامج النفسي – الرياضي وهذا يتفق مع رأي (ابوت , 2010) ان الاضطرابات السلوكية والانفعالية عندما تنخفض ينخفض معها العناد في المواقف الاجتماعية المختلفة (العاطفية, الوجدانية, النفسية, المادية) وغيرها ولها الأثر البالغ في تحفيز العينة على مواجهة مواقف الشدة والضغط النفسي. (Abbott, 2010, 104)

اذ يرى (السامرائي, 2010) ان الأنشطة الرياضية الجماعية تنسم بالمواجهة العالية للضغوط والاضطرابات النفسية والانفعالية وخاصة في المنافسات الرياضية بين التلاميذ التي تلقى اهتمام الاسرة والمدرسة والمؤسسات التربوية , وتحقيق أفضل النتائج في تحسين مستوى السلوك. (السامرائي, 2010, 195)

ويعزو الباحثان هذا الانخفاض الطفيف في مقاييس الاضطرابات السلوكية والانفعالية الثلاثة (العنوان , الغضب , العناد) في المجموعة الضابطة إلى أن هذه المجموعة لم تأخذ البرنامج النفسي – الرياضي وكانت تأخذ درس التربية الرياضية الاعتيادي بحسب المنهج المقرر للمدارس الابتدائية وتوجيهات مديرية النشاط الرياضي والكشفي التابعة لمديرية التربية الذي يتضمن بعض التمارين البدنية فضلاً عن شرح مهارة للعبة معينة وتطبيقها , وهذا ما أكد عليه (سوليفان 2008) الذي يقول " لا بد من عدم الاعتماد كلياً على ممارسة الأطفال للأنشطة المنظمة , فعلى الرغم من أنها تزيد من لياقة الأطفال البدنية , الا إنها لا تتمكن من إخراج الطاقات الكامنة التي بداخلهم كلها , ففي بعض الأحيان يحتاج الأطفال إلى الجري واللعب الحر والأنشطة الترويحية من دون أي نوع من الإرشادات أو التوجيهات الصارمة. (سوليفان , 2008 , 241) .

#### جدول رقم (8)

القيم الإحصائية لمقاييس مقاييس الاضطرابات السلوكية والانفعالية للاختبار البعدي - البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

المقاييس	المجموعة	الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(T) المحتسبة	الاحتمالية Sig	مستوى الدلالة
العنوان	التجريبية	بعدي	39,42	2,85	6,63	0,000	معنوي*
	الضابطة	بعدي	49,38	2,81			
الغضب	التجريبية	بعدي	23,62	2,55	5,55	0,000	معنوي*
	الضابطة	بعدي	30,45	2,37			
	التجريبية	بعدي	35,11	2,93			



العناد	الضابطة	بعدي	44,21	2,43	7,05	0,000	معنوي*
--------	---------	------	-------	------	------	-------	--------

\*معنوي عند مستوى معنوية  $(0,05) >$

يتضح من الجدول رقم (8) أن متوسط الدرجات للمقياس الاول في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية بلغ (39,42) بانحراف معياري قدره (2,85) ، وفي الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة بلغ متوسط الدرجات (49,38) بانحراف معياري قدره (2,81).

وأن متوسط الدرجات للمقياس الثاني في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية بلغ (23,27) بانحراف معياري قدره (2,55) ، وفي الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة بلغ متوسط الدرجات (30,45) بانحراف معياري قدره (2,37).

أن متوسط الدرجات للمقياس الثالث في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية بلغ (35,11) بانحراف معياري قدره (2,93) ، وفي الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة بلغ متوسط الدرجات (44,21) بانحراف معياري قدره (2,43) ، وتم استخدام الاختبار التائي (t-test) ومستوى الاحتمالية لمعرفة

دلالة الفروق بين الاختبار البعدي - البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة في محاور المقاييس بعد تطبيق البرنامج النفسي- الرياضي في خفض الاضطرابات السلوكية والانفعالية لدى التلاميذ ، وأظهرت نتائج الاختبار أن القيمة التائية المحسوبة لمحاور المقاييس الثلاثة (المجموعة التجريبية) بلغت على التوالي (6,63 - 5,55 - 7,05) ، اما بالنسبة لنتائج مستوى الاحتمالية للمحاور الثلاثة للمجموعتين فبلغت على التوالي (0,000 - 0,000 - 0,000) وهي قيم اصغر من قيمة مستوى الدلالة البالغة

(0,05) ، اذ يدل أن هناك فروقاً ذات دلالة معنوية في محاور المقاييس الثلاثة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارين البعدي - البعدي ولمصلحة المجموعة التجريبية. واما فيما يتعلق بالاختبارات البعدية - البعدية لمقاييس الاضطرابات السلوكية - النفسية ( العدوان ، الغضب ، العناد ) والذي اظهر

تفوق المجموعة التجريبية فيها جميعا ، فيعزو الباحثان نتيجة العدوان الى ان هذا العدوان يمكن امتصاصه من خلال تنظيم فترات اللعب وزيادة وقتها وبرمجتها وهدايتها التي تمكن من اعداد التلاميذ بشكل شامل ومتزن ومتكامل بغية تحقيق الاهداف من العملية التدريبية النفسية الرياضية والوصول الى

المستويات الطبيعية بعيدا عن الاضطرابات العالية ، وهذا لا يتم الا من خلال التخطيط المسبق والمتدرج لبرامج الاعداد النفسي- الرياضي واعطاء فترات راحة تمكن التلاميذ من الاستشفاء والاستعداد للتدريبات اللاحقة وهذا يتفق مع رأي (السامرائي، 2010) في ان الباحثان الجيد هو الذي يلعب الدور

الكبير في تنظيم البرنامج (التدريب، الراحة) اضافة لتجاوزه المواقف الضاغطة التي يتعرض لها التلاميذ من خلال التواصل والاستمرار والتحفيز وتحديد هدف لهم يسعون من خلاله تحقيق الاشباع الذي يخفض على اثره العدوان. (السامرائي، 2010، 191) واما فيما يتعلق بالغضب والذي اظهر تفوق

المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي - البعدي ، فيعزو الباحثان هذه النتيجة الى ان التعامل مع هذا المقاييس يكون من خلال التخطيط والتفكير في كيفية مواجهة الاضطرابات السلوكية والمواقف الضاغطة والتفكير بالخطوات اللازمة اتخاذها ، وان افضل الخطوات

التي اتبعها الباحثان فهي التعامل والحد من تلك الاضطرابات من خلال تعزيز القدرات الادراكية والمعرفية التي يتمتع بها التلاميذ والتي يتعرض لها اثناء الممارسة الرياضية ، ومحاولة تجنبها والابتعاد عنها من اجل وضع الحلول المرنة والمنطقية للتعامل معها وفق متطلبات الواقع.

(Beghetto,2006,447). ويعزو الباحثان الفروق في الاختبارات البعدية - البعدية في العناد ولصالح المجموعة التجريبية الى ان المدة الزمنية التي استغرقها البرنامج التدريبي النفسي قد اسهم في استفادة المجموعة التجريبية من البرنامج بشكل ايجابي لاحتوائه على اساليب سلوكية ومعرفية سهلة التطبيق ولها الاثر في اكتساب هذه المهارات بشكل معرفي وسلوكي يعمل على خفض العناد ، فضلا عما تضمنه البرنامج من المناقشات والعديد من الامثلة والتجارب الواقعية والتي اسهمت بشكل فعال في خفض



الاضطرابات السلوكية والانفعالية بشكل عام وهذا يؤدي الى امتلاكهم الاتزان المطلوب وينقلهم للعمل بدقة وعناية وثقة بأنفسهم من خلال حرصهم على الوصول الى المستويات الافضل وهذا ما تضمنته اهداف البرنامج النفسي الرياضي , الذي سعى لخفض العناد , وهذا يتفق ايضا مع دراسة كل من (باكير, 2001) و(منصور, 2007) و(الروسان, 2010) ان التلاميذ الذين تعتدل سلوكياتهم وانفعالاتهم يخفض بشكل طبيعي عندهم العدوان والغضب والعناد ويتحسن اسلوب ضبطهم ويظهرون مستويات افضل في الاداء , وبالتالي هذا فالضبط الجيد تمكن التلاميذ من تجاوز الحواجز التي تقف عائق في طريقهم. (هنداوي, 2012, 5) ويعزو الباحثان عدم انخفاض الاضطرابات السلوكية والانفعالية للمجموعة الضابطة الى عدم خضوع هذه المجموعة الى البرنامج النفسي – الرياضي كما هو الحال مع المجموعة التجريبية, وان نقص خبرة الاسرة والمدرسة في مساعدة التلاميذ للتخلص من المواقف الضاغطة التي يتعرض لها والاضطرابات السلوكية والانفعالية , كما ان عدم وجود المرشد النفسي للمجموعة الضابطة الذي يساعد في كيفية مواجهة الاضطرابات النفسية والتوتر النفسي الذي يعاني منه التلاميذ, حيث ان المرشد النفسي الرياضي يضيف خبرات ومعارف نظرية, فضلا عن الخبرة العلمية التي يتعرض اليها التلاميذ في عملية التدريب على البرنامج , اذ يرى (الزبيدي, 2000) " اهمية دور المرشد النفسي الرياضي الى جانب المنظور السلوكي باعتباره مدخلا مهما في تفسير وتوضيح العمليات المستخدمة لخفض الاضطرابات من اهم العوامل المساعد لمواجهة الاضطرابات السلوكية والنفسية. (الزبيدي, 2000, 36).

#### 4- الخاتمة

#### استنتاج الباحثان ما يلي

- 1- فاعلية مقاييس العدوان والغضب والعناد الذي استخدمها الباحثان في بحثهم الحالي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- 2- يؤثر البرنامج التدريبي النفسي- الرياضي في خفض العدوان والغضب والعناد لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- 3- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى تلاميذ المجموعة التجريبية في مقاييس (العدوان, الغضب, العناد) ولصالح الاختبار البعدي.
- 4- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مقاييس (العدوان, الغضب, العناد) لدى المجموعة الضابطة.
- 5- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى تلاميذ المجموعة الضابطة في مقاييس (العدوان, الغضب, العناد).
- 6- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين البعديين ولصالح المجموعة التجريبية في مقاييس (العدوان, الغضب, العناد).
- 7- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مقاييس (العدوان, الغضب, العناد) ولصالح المجموعة التجريبية.

#### واوصى الباحثان ب:

- 1- الاستفادة من مقاييس (العدوان, الغضب, العناد) من اجل تطبيقها على ابحاث اخرى للوقوف على مستوى الاضطرابات في فئات عمرية اخرى وبموقع جغرافية اخرى.
- 2- الاستفادة من الدراسة الحالية التي استخدمت البرنامج النفسي – الرياضي في خفض (العدوان, الغضب, العناد) لدى تلاميذ المدارس الاخرى وبنفس المرحلة العمرية.
- 3- تخصيص وقت محدد يتضمن محاضرات وتوجيهات من قبل متخصصين في مجال الارشاد النفسي – الرياضي لزيادة وعي المعلمين في طريقة التعامل مع التلاميذ الذين يعانون من (العدوان, الغضب, العناد).



4- التأكيد على دور المرشد النفسي – الرياضي في الدارس الابتدائية لأهمية دورة في خفض (العدوان, الغضب, العناد) لدى التلاميذ.  
5 - ضرورة اجراء دراسة العلاقة بين متغيرات (العدوان, الغضب, العناد) ومتغيرات نفسية اخرى كالسلوك الاجتماعي, السمات الشخصية, القيم الرياضية, والمزاج للوالدين والتي يرى الباحثان انها تؤثر وتتأثر بالاضطرابات السلوكية والانفعالية.

### References:

- 1- Wadea Yaseen Al-tikrity & Hasan Mohammed Al-ubaidy. (1999). Statistical applications and computer use in physical education research, Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, Mosul, College of Physical Education, University of Mosul.
- 2- Hind Sulaiman, Ukla Sulaiman & Ali Al-houry. (2016). The Guide to Scientific Research, Educational and Human Sciences, 1st edition, Modern Book Center, Cairo, Egypt.
- 3- Ahmed Al-Khateeb. (2003). Scientific Research and Higher Education, Dar Al Masirah Publishing House, 1st edition, Jordan.
- 4- Yousri Ahmed Issa. (2012). The effectiveness of training on a self-control strategy in reducing the level of frustration among a sample of students with learning difficulties, Journal of the College of Education, Issue (36), Part (2), Ain Shams University, Saudi Arabia.
- 5- Aziz Samara et al. (1989). Principles of measurement and evaluation in education, Dar Al-Fikr Library for Culture, Publishing and Distribution, 2nd edition, Amman, Jordan.
- 6- Mohammed Azhar Al-sammak. (2008). Scientific Research Methods (Foundations and Applications), 1st edition, Dar Ibn Al-Atheer for Printing and Publishing, Mosul.
- 7- Mohammed Hasan Allawi & Usama Kamil Ratib. (1999). Scientific research in education and sports psychology, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- 8- Van Dallen & Deo Bold et al. (1984). Research methods in education and psychology, translated by Muhammad Nabil Nofal and others, 3rd edition, Anglo-Egyptian Library, Cairo.
- 9- Ikhlas Mohammed Abdul-hafidh & Mustafa Hussein Bahi. (2000). Scientific research methods and statistical analysis in educational, psychological, and sports standards, Al-Kitab Publishing Center, Cairo, Egypt.
- 10- Kamil Abdul-munim Salih & Wadea Yaseen Al-tikrity. (1981). Small Games, Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, University of Mosul.
- 11- Qais Naji & Ahmed Bastawesi. (1987). Tests, Measurement and Principles of Statistics in Mathematical Metrology, Baghdad University Press, Baghdad, Iraq.



- 12- Usama Kamil Ratib. (1995). Sports Psychology, 1st edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- 13- Amal Ahmed Yaqoub. (1989). Social psychology for the second grades in colleges of education, First College of Education (Ibn Rushd), University of Baghdad.
- 14- Carin Solivan. (2008). Children and ideal upbringing under life pressures, translated by Khaled Al-Amiri, Dar Al-Farouk for Cultural Investments, Giza, Egypt.
- 15- Bahjat Abdul-majeed Mahmoud. (2002). The effectiveness of a self-control training program in reducing psychological stress among a sample of secondary school students,” unpublished master’s thesis, Yarmouk University, College of Education and Arts - Department of Psychological Counseling.
- 16- Amir Saeed Al-khikany & Mohammed Nima Al-Shammary. (2007). The location of control of track and field players in Iraq and its relationship to their motivation for achievement, Journal of Physical Education Sciences, Issue (2), Volume (6), University of Babylon.
- 17- Dhiaa Hmoud Al-Samraay. (2010). Evaluating the psychological stress of advanced players in the Premier League in football, Journal of Sports Sciences, Issue (1), University of Diyala.
- 18- Baraa Mohammed Al-Zaidy. (2000). The relationship of psychological stress to the locus of control, gender, specialization, and stage among students at the University of Baghdad, master’s thesis, Ibn al-Haytham College of Education, University of Baghdad.
- 19- Bou Fatih Mohammed. (2007). Psychological stress and its relationship to the level of professional ambition among third-year students, Master’s thesis, Ouargla University, Algeria.
- 20- Nashwa Sinan Naif. (2012). The relationship between self-concept and motivation for athletic achievement among male and female school team players in the Jenin District, Master’s thesis, College of Graduate Studies, An-Najah National University, Nablus, Palestine.
- 21- Abbott, D. (2010).\_construction a creative self – efficacy inventory: A mixed methods inquiry. Unpublished doctoral thesis, Nebraska University, USA (104)
- 22- Beghetto, R. (2006). Creative self-efficacy: Correlates in middle and Secondary Students. Creativity Research Journal, 18 (4): 447\_457.
- 23- Jaussi, K, Randel, A. (2014). self-efficacy, knowledge retrieval, and incremental and radical Creativity. Creativity Research Journal, 26 (4): 400\_410.