

الفصل الثانى

" الإطار النظرى والدراسات المرتبطة "

- مفهوم الترويج .
- أهمية الترويج .
- أهداف الترويج الرياضى .
- تخطيط البرنامج الترويجى .
- الإنسحابية .
- فاعلية الذات .
- الدراسات المرتبطة .
- التعليق على الدراسات المرتبطة .
- فروض البحث .

الفصل الثانى

" الإطار النظرى و الدراسات المرتبطة "

مقدمة :

تتناول الباحثة فى هذا الفصل بعض القضايا والمبادئ والأنساق الفكرية التى تتصل بالترويح الرياضى وكذلك التى تتصل بفاعلية الذات والسلوك الإنسحابى ، والتى تمثل إطاراً مرجعياً نظرياً لهذه الدراسة .

أولاً . الإطار النظرى :

مفهوم الترويح :

توصل الباحثون فى مجال الترويح الرياضى إلى مجموعة من التعميمات التى تكون أنساقاً فكرية ومبادئ نظرية ، يمكن أن تكون وجهة نظر فى تعريف وطبيعة مفهوم الترويح الرياضى .

فمصطلح الترويح " Recreation " يعنى إعادة الخلق إذ أن المقطع الأول من هذا المصطلح " Re " يعنى إعادة ، بينما المقطع الثانى " creation " يعنى الخلق . (٢٩ : ٤٥)

وتعددت المصطلحات المستخدمة كمفهوم للترويح ، فمنها مصطلح اللعب وعليه وجد من يفسرون اللعب والترويح تفسيراً واحداً ، بينما مصطلح الترويح يكون بنظرياته وتفسيراته أشمل وأعم من مصطلح اللعب . (١٢ : ١٥٧)

ويتصف مفهوم الترويح بأنه رد فعل عاطفى أو حالة نفسية وشعورية للفرد قبل وأثناء ممارسته لنشاط ما ، فهو أفضل استثمار لوقت الفراغ ، كما أنه يمكن الإستفادة من الترويح فى إيجاد الفرصة لتوجيه الأفراد التوجيه السليم والذى يساعدهم على النجاح فى الحياة .

(١٧ : ٤٥)

ويستخدم مصطلح الترويح للإشارة إلى أنواع معينة من الأنشطة لا تأخذ شكل واحد وإنما يجمع بينهما المتعة والحرية كمفاهيم أساسية ملازمة لهذه الأنشطة . (١٦ : ١١٦)

فهو الحالة التى تصاحب الفرد عند ممارسته لنشاط يستمتع به حيث يمكن أن يكون نشاطاً جسمانياً أو عقلياً أو وجدانياً وهو على ذلك حالة نفسية يهيئها أنواع النشاط المختلفة .

(٢٩ : ٣٢)

ولقد تعددت التفسيرات لمعنى الترويح فهناك من يربط معنى الترويح بالغرض الذى يؤديه ، فهو التسرية عن النفس عند بعض الناس وهو الرياضة أو النشاط البدنى عند البعض الآخر ، وهناك من يعتبر الترويح المرادف المضاد للعمل على أساس أن الإنسان قليلاً ما يجد فى عمله نوعاً من الترويح (١٠:١٦)

والترويح عند الطفل هو ميدان تعبيره ومسرح خيالاته وعن طريقة يتصل بما حوله وأن يعبر عما بداخله ، وعن طريق الترويح ينمو الطفل جسمانياً وذهنياً وإجتماعياً كما يجد الكبار الفرصة الذهبية لفهم ودراسة الأطفال ومساعدتهم على أزمتهم النفسية ، فالتأثير التربوى للترويح ينطبق على الكبار كما ينطبق على الصغار سواء بسواء . (١٣ : ٥)

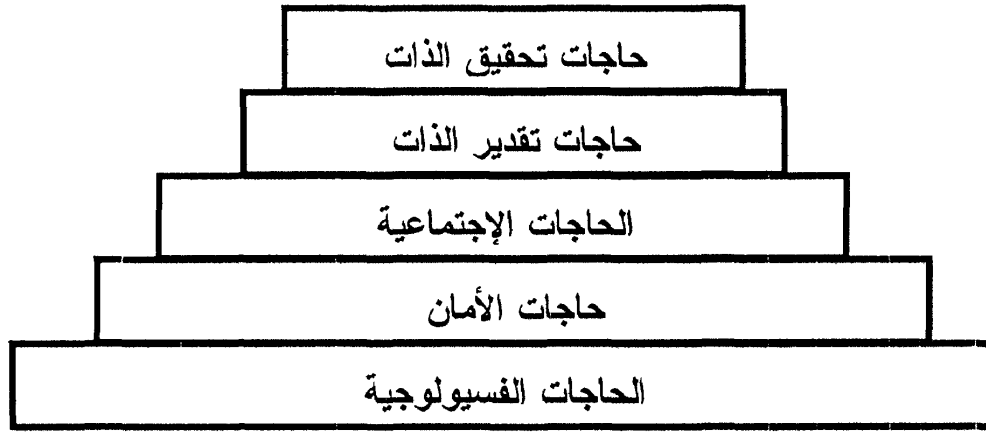
وبالتالى فالترويح هو طريقة حياة تعمل على تنمية الشخصية المتزنة ، فهو الوسيلة الوحيدة التى يهرب بها الإنسان من مشاكله ومن حياته الروتينية ، وفى الوقت نفسه فإن هروبه منها مؤقت ليعود إليها ثانية ولكن يعود الفرد فى هذه الحالة وهو سعيد بعودته إلى الحياة العادية وإلى عمله وإلى مشاكله .

وقد زاد من أهمية الترويح فى حياتنا المعاصرة مجموعة من المتغيرات والإستحداثات التى واكبت عصرنا هذا ، فقد زاد الاهتمام الجاد بالترويح المنظم والمخطط له على أسس علمية وتربوية وسوسولوجية ليصبح الترويح أحد السمات المميزة لهذا العصر .

وعلى هذا فإننا يمكن من خلال هذا العرض لمفاهيم الترويح أن نكشف عن طبيعة الترويح كنشاط رياضى وأداء سلوكى ، فهو يعنى الخلق ويعنى اللعب وهو رد فعل عاطفى ويكشف عن الحالة التى تصاحب الفرد عند ممارسته لنشاط يستمتع به ، كما إنه تعبير عن الإنفعالات الداخلية ومكونات النفس الذاتية ، أى بإختصار طريقة حياة .

أهمية الترويح :

للترويح دوراً هام فى إشباع حاجات الفرد وبخاصة تلك التى لا يمكن إشباعها من خلال العمل أو فى أثناء أوقات الارتباط أو الإلتزام بواجبات ، وذلك حتى يمكن تحقيق أو إعادة التوازن النفسى للفرد المشارك فى النشاط ، وعن الحاجات needs وقد أوضح ماسلو Maslow تسلسلاً للحاجات الإنسانية فى خمسة مستويات وذلك كما هو موضح فى الشكل .



مستويات الحاجات الإنسانية وفقاً لتصنيف ماسلو

وتظهر أهمية الترويح فيما يمكن أن يؤثر به في جوانب الإنسان المختلفة ، فيؤثر الترويح في النواحي النفسية والتربوية ، وكذلك أيضاً في النواحي البدنية للفرد .

أولاً - الترويح والصحة النفسية :

علاقة الترويح بعلم النفس علاقة وثيقة كما أن الترويح من العوامل الهامة للصحة النفسية ، لدرجة جعلت بعض العلماء يعرفون الترويح بأنه حالة نفسية تصاحب الفرد أثناء ممارسته للنشاط الممتع ، ومن أهم الأهداف الأساسية للترويح أنه يسهم في اكتساب الفرد الصحة النفسية عن طريق :

- إكتساب الشعور أو الإحساس الذاتى بالسعادة والأمان والطمأنينة .
- التحرر من القلق والتوتر النفسى وتقريغ الإنفعالات المكبوتة .
- إشباع بعض الحاجات النفسية مثل الحاجة إلى الاجتماعية ، والى إثبات الذات والحاجة للنجاح .

وفى الوقت الحالى أصبح الترويح مجالاً هاماً ليس فقط فى الوقاية من الأمراض النفسية بل أيضاً فى علاجها ، وأصبح الأطباء يعتقدون فى أهمية الأنشطة الترويحية كعلاج مكمل للعلاج النفسى وانتشرت الأنشطة الترويحية على نطاق واسع فى المصحات النفسية والعقلية .

(٣٢ : ٣٩)

كما أن لممارسة أوجه منشاط الترويح العديد من التأثيرات ومن أهمها التأثيرات النفسية . وفيما يلى توضيح لأهم تلك التأثيرات :

- ° — إشباع الميول والدوافع المرتبطة باللعب وبالخوايات مما يسهم فى تحقيق الرضا النفسى للفرد عن مشاركته فى مناشط الترويح .

— تحقيق السرور والسعادة فى الحياة من خلال إقبال الفرد على المشاركة فى مناشط الترويح ، مما يؤدى إلى تخلصه من عناء العمل ومن أعباء الإلتزامات أو التحرر من الإرتباطات الأسرية أو الإجتماعية ومن ثم إحساسه بالسرور والسعادة لذلك ولإستمتاعه بنشاطه .

— تنمية الصحة الانفعالية للفرد وإعادة توازنه النفسى من خلال مشاركته فى مناشط الترويح التى تسهم فى تخلصه أو الإقلال من التوتر النفسى ومن درجة القلق وحدة الإكتئاب لديه ، كما تسهم فى إشباع ميوله وحاجاته وذلك من خلال اللعب والهوايات مما يدخل عليه البهجة والسرور .

— زيادة القدرة على الإنجاز وإثبات الذات وذلك من خلال تحقيق النجاح فى التجارب والمواقف والخبرات التى يواجهها الفرد فى مواقف النشاط مما يؤدى أيضا إلى تنمية مفهوم الذات الإيجابي لديه .

— تنمية الثقة بالنفس والتحرر من الخوف نتيجة للمشاركة الناجحة للفرد فى مناشط الترويح ومن خلال المشاركة فى مناشط المنافسة والمغامرة وإشباع دوافعه نحوها ، مما يشعره أيضا بالاستقرار والأمان .

— التعبير عن الذات من خلال المشاركة فى أداء العديد من مناشط الترويح ، كاللعب أو الرسم أو الكتابة أو التأليف أو فن الأداء التشكيلى مما يسهم فى تقدير الذات وفى تنمية الإبتكار والإبداع لدى الفرد .

— التخلص من الميول العدوانية وذلك من خلال إشباعها عن طريق مناشط الترويح وبخاصة الترويح الرياضى . (٤٥ : ٣٩ ، ٤٠)

كما يرى الباحثون فى مجال الترويح والصحة النفسية أن مناشط الترويح ذات الطابع التنافسى تتيح للفرد التعبير عن الميول والاتجاهات وإشباع حاجاته النفسية ، ومن ثم يمكن التعبير عن ذاته وعن ميوله من خلال مشاركته الإيجابية فى تلك المناشط دون الحاجة إلى كبت ميوله ، وبذلك تقوم مناشط الترويح ذات الطابع التنافسى بدور الوقاية من الملل والقلق والإكتئاب النفسى والإحباط والصراع النفسى والتى تعد من أمراض العصر المرتبطة بالاضطرابات النفسية والعقلية والتى تنتج عن كبت الرغبة فى إشباع بعض الميول . (٣٩ : ٥٧)

ولعل المدخل المناسب لدراسة الجوانب التفسيرية لسيكولوجية الترويح هو دراسة سيكولوجية اللعب ، بعد أن أحاطنا بالفلاسفة وعلماء النفس والاجتماع بأن اللعب هو أصل الترويح ويعتبر اللعب جانبا هاما من جوانب تنمية السلوك الإنسانى وخلال مراحل النمو

المختلفة ، يتعلم الطفل من اللعب أكثر مما يتعلم من أي نشاط آخر ، فهو الطريقة التي يستكشف بها الطفل نفسه ويوجهها نحو العالم والزمان والمكان والمخلوقات والأشياء .

ومن خلال اللعب يتعلم الطفل كيف يعيش في عالمنا الرمزي الحافل بالمعاني والقيم وفي نفس الوقت يساعده اللعب على إختبار وإستكشاف عالمه الخاص بطريقة فردية محضة ، ومن خلال اللعب يمارس الطفل ويتدرب على الأنماط المركبة للحياة . (٣٨ : ١٥٨)

ثانياً . الترويح والجوانب التربوية :

يعد الهدف الأول لأي برنامج للنشاط أو للحركة هو تحقيق النمو للطفل في عدد من المجالات أهمها الجانب الإنفعالي ، حيث أن للترويح تأثيراً إيجابياً في أنماط السلوك وفي شخصية الطفل وكذلك في تقديره لذاته Self Esteem ، وللترويح أهمية في تكوين علاقات وصدقات بين الأطفال وبعضهم ، وفي تنمية الإدراك الإجتماعي وفي إكتسابهم لسمات القيادة والتعاون ، كما أن الطفل من خلال مشاركته في مناشط الترويح الرياضي يتعرف على الكثير من قدراته واستعداداته كما يساعد في تكوين مفهوم واضح عن ذاته self concept .

وللعيب دور هام في تنمية الحركات الأساسية للطفل ، ويتعلم أيضاً كيفية التفاعل والانتماء الجماعي وأنه لكي يتحقق النمو للطفل ولكي يكون في صحة جيدة ، فإنه يحتاج إلى ممارسة النشاط الحركي ، واللعب ضروري للنشاط الاجتماعي وأنه حالة سارة ، فقد أستخدم فرويد freud اللعب لأول مرة مصادفة في العلاج النفسي ، وكان لأرائه عن اللعب في أنواع العلاج المختلفة والمستمدة من نظرية التحليل النفسي أثاراً مباشرة ، وفي علاج الأطفال ذوي الاضطراب النفسي ، ومعظم هذه الأنواع من العلاجات إستخدم فيها اللعب التلقائي واللعب الخيالي وإفترض أن ما يقوم به الطفل خلال اللعب الحر يرمز الى الرغبات والمخاوف والصراعات غير الشعورية . (٤٥ : ٦٠،٦١)

وترجع أهمية اللعب للحقائق الآتية :

- أن الميل الطبيعي وحده هو الذي يدفع الفرد لمزاولة اللعب .
- أن الفرد يجد فيه فرصة للتعبير عن النفس وهذا يحقق السرور والاستمتاع ويجلب له ما يمكن أن نسميه السعادة .
- أن يشبع حاجة أساسية للإنسان ، فهو طريق الطفل لإكتساب الخبرة ، وهو للصبي والشاب وسيلتهم الطبيعية لاستنفاد طاقتهم الزائدة .

— أن له أثراً فى تكوين الشخصية المتزنة وتنميتها ، وهذا غرض أساسى من اللعب المنظم ، فإذا سلك اللعب الطريق الصحيح فإنه يساعد على تقوية الجسم وخلق فرص للتغيير الاجتماعى وتقويم الأخلاق .

— أنه يعمل على رفاهية المجتمع ، فالشخصية المتزنة أساس العلاقات الطيبة مع الغير والمعيشة فى جماعات سر حياة الإنسان ، وجماعات اللعب تتيح الفرص الكثيرة لدعم هذه العلاقات الإنسانية والصداقة القوية الممتعة التى تولد الإتحاد والإنسجام ، وللعيب أثره العظيم فى تنمية الشخصية الإجتماعية التى تعمل بكفاءة فى حياة تعاونية سليمة وتهدف إلى حياة رغده سعيدة . (٢ : ٥٥ ، ٥٦)

الأهمية التربوية للعب :

كلما زاد نشاط الطفل كلما زادت الفرصة المتاحة لنموه ولتعلمه ولإكسابه العديد من الخبرات التربوية ، فالجسم والحركة هما مصدر كل إتصال مع الذات ومع المجتمع ، وسوف يظل اللعب هو الأسلوب الطبيعى الذاتى لتعليم الطفل وتكملة وسائل أخرى تربوية لتحقيق الأهداف الإجتماعية والتربوية التى ينشدها المجتمع الراقى ، لذا يجب أن نولى إهتمامنا للعب الأطفال وأن نقدم لهم كل الخبرات التربوية لإشباع ميولهم ودوافعهم وحاجتهم المختلفة وإتاحة الفرص لهم للتنمية المتكاملة لشخصيتهم وفقاً لإستعدادهم وقدراتهم . (٤٥ : ٦٤)

ثالثاً . الترويح والصحة البدنية :

يلعب الترويح الرياضى دوراً هاماً فى عملية إكتساب الصحة البدنية ، ويسهم فى تنمية أعضاء الجسم وقيامها بوظائفها على أكمل وجه ، كما يعمل على إكساب الفرد القدرات والمهارات الحركية كالقوة والسرعة والتحمل والمرونة والرشاقة والتوازن ، كذلك يكسب الفرد اللياقة البدنية والوظيفية . (٣٢ : ٣٤)

الترويح الرياضى :

تناولت فيما سبق الترويح بصفة عامة وأهميته النفسية والتربوية والبدنية ، وهنا نتناول الترويح الرياضى بإعتبار أنه أحد أنواع الترويح .

فالمقصود بالترويح الرياضى هو ذلك النوع من الترويح الذى تتضمن برامجه العديد من المناشط البدنية والرياضية ، فهو أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية الفسيولوجية للفرد الممارس لأوجه مناشطه التى تشتمل على الألعاب والرياضات . (٤٥ : ٨٤)

ويعتبر الترويج الرياضى (أو رياضات وقت الفراغ والترويج كما يطلق عليها فى البلدان الإشتراكية) من الأركان الأساسية فى برامج الترويج لما يتميز به من أهمية كبرى فى المتعة الشاملة للفرد بالإضافة الى أهميته فى التنمية الشاملة فى الشخصية من النواحي البدنية والصحية والاجتماعية . (٦٩ : ٣)

وتمثل الرياضات والألعاب الجانب الأعظم من برامج الترويج الرياضى ، كما أنه يمكن تنظيم مناشطها وفقا لأهداف واحتياجات وإهتمامات الأفراد والجماعات ، وفقا لأراء كل من رينولد كارلسون Reynold Carlson ، جانيت ماكلين Janet Macleen ، ثيودور ديب Theoldore Deppe ، جيمس بيترسون James Petrsen ، فإنه يتم تقسيم مناشط الترويج الرياضى إلى المجموعات الرئيسية التالية :

١- الألعاب والمسابقات ذات التنظيم البسيط : Games and contests Low Organized.

تتأثر تلك الألعاب والمسابقات ميول وإهتمامات الأطفال وصغار السن ، ويمكن لمختلف الأعمار الإشتراك فى تلك المناشط وبما يتفق مع مستوى قدراتهم البدنية والعقلية وإهتماماتهم وميولهم .

٢- الألعاب أو الرياضات الفردية : Individual Sports

يفضل العديد من الأفراد ممارسة أوجه النشاط بمفردهم ، وربما يرجع ذلك إلى إستمتاعهم بالإبداء الفردى ، أو لصعوبة الإتفاق مع الأصدقاء أو الزملاء على ممارسة نوع معين من النشاط ، أو لصعوبة الإتفاق على وقت معين للممارسة .

٣- الألعاب أو الرياضات الزوجية : Dual Sport

هناك بعض الألعاب والرياضات التى تستلزم اشتراك فردين على الأقل للعب معاً ، وذلك لنجاح المشاركة فى النشاط ، ويطلق عليها مسمى الألعاب او الرياضات الزوجية

٤- الألعاب أو رياضات الفرق : Team Sport

تعد الألعاب أو الرياضات الجماعية التى تعتمد على تكوين الفرق ذات أهمية للشباب ، ولذا فهى تتوافق مع إهتماماتهم . كما أن الإهتمام فى تلك المناشط يكون على مستوى عال من التنظيم بالمقارنة فى الألعاب والرياضات الأخرى لوجود القواعد والتنظيمات .

— وللترويج الرياضى مميزات أهمها :

- المتعة بغرض المتعة وليس بغرض الوصول إلى مستوى عال أو إتقان فى الأداء .
- المنافسة والرغبة فى المنافسة تزيد من الحماس للإشتراك فى الأنشطة الترويحية .
- التخلص من الضغط العصبى الداخلى الموجود لدى الفرد ، وذلك من خلال ممارسة الرياضة .
- المحافظة على اللياقة البدنية . (٤٥ : ٣٥٠)

أهداف الترويج الرياضى :

- للترويج الرياضى العديد من القيم Values ومن الأهداف التى يسعى إلى تحقيقها للمشاركين فى مناشطه المختلفة والتى من أهمها :
- أولاً — الأهداف الصحية :
وهى الأهداف المرتبطة بوجه عام بصحة الممارس بانتظام لمناشطها .
 - ثانياً — الأهداف البدنية :
وتشمل الأهداف التى تهتم بالحالة البدنية للممارس بانتظام لمناشطها .
 - ثالثاً — الأهداف المهارية :
وهى الأهداف المرتبطة بتعليم وتنمية المهارات الحركية بوجه عام .
 - رابعاً — الأهداف التربوية :
وهى تلك الأهداف التى تهتم بالفرد الممارس لمناشطها من الجانب التربوى .
 - خامساً — الأهداف الإجتماعية :
وهى تلك الأهداف التى تهتم بالجانب الاجتماعى للفرد الممارس بانتظام لمناشطها .
 - سادساً — الأهداف الإقتصادية :
وهى تعبر عن الأهداف التى ترتبط بإنتاجية الأفراد والجماعات الممارسين لمناشطها كبرامج الرياضة للجميع .
 - سابعاً — الأهداف الثقافية :
وتشمل الأهداف المرتبطة بتزويد الفرد بالعديد من أنواع المعرفة .
 - ثامناً — الأهداف النفسية :
وهى الأهداف التى تهتم بالفرد الممارس لمناشطها من الجانب النفسى ، وتحتوى على أهم الأهداف التالية :
 - تنمية الرغبة واستثارة دافعية الفرد نحو ممارسة النشاط الحركى .
 - تحقيق السعادة لحياة الفرد والترويج عن ذاته .

- إشباع الميل للحركة أو للعب أو لهواية الرياضة .
- التعبير عن الذات وتفرغ الإنفعالات المكبوتة .
- الحد من التوتر النفسى والعصبى الناتج عن ظروف الحياة فى المجتمعات المعاصرة
- تحقيق الاسترخاء والتوازن النفسى للفرد .
- تنمية مفهوم الذات .
- إشباع الدافع للمغامرة .
- إشباع الدافع للمنافسة . (٤٥ : ٩٠ — ٩٣)

نُخطيط البرنامج الترويحى :

عند تخطيط وتنظيم محتوى البرنامج هناك أسلوبان لترتيب محتوى المنهج إحداهما يتعلق بالترتيب المنطقى للنشاط ، والثانى يتعلق بالترتيب النفسى السيكولوجى - وهو يؤكد فى الترتيب المنطقى أهمية النشاط بصرف النظر عن خبرات المتعلم ، وتقديم النشاط بطريقة منطقية على أساس الإتساق الداخلى للأفكار ، والوحدة الداخلية للنشاط فى تركيبها وترتيبها الكلى ، أما بالنسبة للترتيب النفسى فهو يقوم على أساس ربط النشاط باهتمامات المتعلم وخبراته بمعنى انه يبدأ أولاً بخبرة المتعلم ، حيث يقوم المعلم بإستثارة إهتماماته وقدراته التفكيرية والتأملية بصورة تدفعه إلى التفاعل مع النشاط المقدم . (١٣ : ٦٤)

أهم معايير التخطيط العلمى لبرنامج الترويح الرياضى :

إن التطور الهائل الذى لحق بمجال الترويح لم يكن وليد الصدفة بل كان تطوراً مبنياً على الدارسة والتخطيط العلمى ، ولذا فإن برنامج الترويح الجيد يجب أن يخطط له فى ضوء بعض المعايير العلمية والتى من أهمها ما يلى :

- مقابلة إحتياجات وميول الأفراد المشاركين فى البرنامج .
- يجب تنوع المناشط التى يحتوى عليها البرنامج .
- تكافؤ الفرص :
- يجب أن يسمح البرنامج بتوفير الفرص المتكافئة لجميع الأفراد للمشاركة فى مناشطه المتعددة الأوجه .
- الاستفادة من الإمكانيات المحلية :
- يجب ان يستغل البرنامج الإمكانيات المتوفرة فى البيئة المحيطة .
- توفر الدعم المالى :

يجب، أن يتوفر للبرنامج الدعم المالى الذى يسمح بتوفير إمكانيات البرنامج وتنفيذه لتحقيق أهدافه .

— الأمان والسلام :

أى تأمين عوامل الأمان والسلامة للمشاركين فى البرنامج وذلك بالاختيار المناسب لأوجه النشاط .

— التقويم المستمر للبرنامج :

وذلك للتأكد من مدى تحقيق البرنامج للأهداف التى يسعى إلى بلوغها وللكشف عن جوانب القصور فى عناصره المختلفة . (٣٩ : ١٦١ ، ١٦٢)

ويشتمل البرنامج الترويجى على الجوانب التالية :

— أهداف إجرائية واضحة ومفهومة ، تتفق مع الواقع الاجتماعى والمادى وتلبى حاجات ورغبات المشاركين فى البرنامج .

— محتوى من الأنشطة المختلفة الكثيرة حتى تتيح فرص الاختيار المناسبة للمشاركين مع وجود تتابع أو تسلسل متدرج مبسط لهذه الخبرات للإرتقاء بها .

— طرق وأساليب إدارية وتعليمية حتى يمكن إخراج هذه الأنشطة وتقديمها للمشاركين بطريقة تكفل أفضل نتائج ترويجية ممكنة .

— قيادة ترويجية مؤهلة واعية بقيم وأهداف الترويج ، وبإحتياجات سن وجنس المشاركين . (٤٥ : ٣٥٥)

أولاً . الانسحابية :

يمكن تصنيف تعريفات الانسحابية إلى تصنيفين هما الانسحاب الفيزيقي والانسحاب النفسى . (٦٨ : ٢٨٠)

— الانسحاب النفسى :

السلوك الانسحابى أحد ميكانزمات الدفاع الأساسية التى تظهر لدى الطفل ، وهذا الميكانزم غالبا ما يميز الطفل الذى يرفض الخوض فى المواقف الضاغطة والمخيفة بالنسبة له ، ويمكن التعرف على هذا الطفل من خلال إبتعاده عن الآخرين أو التفاعل معهم ، ورفضه مشاركة الأطفال على الرغم من شوقه للعب معهم وخجله من القيام بفعل ما فى المواقف الإجتماعية . (٦٧ : ٣٥٥)

كما أن الانسحابية ميكانزم دفاعى شائع لدى الأطفال الصغار ، يظهر لديهم إذا بدا الموقف صعباً بحيث يؤدى بالطفل إلى الهروب من مواقف التفاعل مع الآخرين إما فيزيقياً أو عقلياً . (١٨ : ١١٥)

والسلوك الانسحابى أحد ردود أفعال الطفل فى المواقف الصعبة ، ومن خلال هذا السلوك يتحاشى الطفل الإتصال الوثيق بالآخرين أو محاولة إشباع دوافعه ، وبدلاً من أن يحاول التأقلم بشكل مقبول مع مشكلاته فإنه يفضل الهروب بتضييق أفاق حياته ، وبذلك يلجأ الطفل المنسحب إلى اللامبالاة عندما يشعر بالإحباط فى المواقف الاجتماعية . (٤٧ : ٤٤٩)

١. الانسحاب الفيزيقي :

هو إبتعاد الشخص عن المواقف التى يحتمل أن تثير فى نفسه القلق خاصة مع الناس ومن صور الانسحاب الإزعان والإمتثال وإنخفاض مستوى الطموح ، والكف عن محاولة التكيف مع المواقف المثيرة للإحباط فيكون هذا بمثابة إعتراف من الفرد بإستحالة الوصول إلى حل الأزمة ، وغالباً يقترن الانسحاب بالتبدل ، واللامبالاة . (٣١ : ٥)

وينظر الكثيرون إلى الانسحابية على إنها النفور من الاشتراك أو التفاعل مع الآخرين كما أن الطفل المنسحب هو ذلك الطفل المنعزل عن الآخرين ، ولديه عدد قليل من الأصدقاء ونادراً اللعب مع أقرانه من نفس عمره ، ولديه نقص كبير فى المهارات الاجتماعية كما أن بعض هؤلاء الأطفال يعيشون فى أحلام اليقظة ، ويتصف هؤلاء بإظهار مخاوف لا تتناسب مع أسبابها بالإضافة إلى مشاعر الحزن والخجل التى تصاحبهم . (٦٤ : ٤٢)

والطفل المنسحب يفشل فى إستخدام ألفاظه فى تفاعلاته مع الآخرين ، ويقوم بتكرار الجمل التى يسمعها من المحيطين دون أن يفهم معناها . (٦٧ : ٤٠٧)

كما يؤدى السلوك الانسحابى إلى إنتهاك حقوق الفرد وذلك نظراً لعدم مقدرته على الدفاع عن حاجاته مما ينتج عنه تجاهل الآخرين له ، وعدم الاهتمام بمشاعره ، كما أن الاستجابات الانسحابية تحدث إنحرافاً فى المشاعر ، وعدم الكفاءة والاكتئاب ، والضعف العام فى مستوى التفاعل الاجتماعى . (٧١ : ٣٧٠)

والفرد المنسحب ليس لديه القدرة على التعبير عن حقوقه الشخصية ، كالحق فى إشباع حاجاته ، أو التعبير عن انفعالاته ويرجع ذلك إلى إعتقاد الفرد بأن إظهار هذه القدرات يؤدي إلى التجاهل أو الغضب من قبل الآخرين (١٨ : ١٣٤)

أهمية النشاط الترويحي بالنسبة للأطفال المنسحبين :

حين يمارس الطفل نشاط ترويحي هادف محبب إلى نفسه يتعلم من خلاله أشياء من الصعب تعلمها فى الحياة العادية عن طريق التقليد ، وتقول فى ذلك ليلى يوسف " أن الطفل عندما يلعب مع جماعة من الأطفال يتعلم الحق والاعتدال وضبط النفس والإخلاص والاخوة والمحبة والشجاعة والثبات والحظر ، كذلك يتعود العطف والتسامح " . (٤٠ : ١٩)

وفكرة الفرد عن نفسه ورؤيته لنفسه تمثل محور شخصيته ، فالطفل يتوارث الشكل والبنيان ولكن لا يتوارث شعوره نحو نفسه أو الفكرة التى يكونها عن نفسه ، والترويح بصفة عامة والنشاط الترويحي الرياضى بصفة خاصة يفتح أبواباً عديدة تساعد فى تنمية الشخصية ، والنشاط الترويحي يؤثر تأثيراً إيجابياً فى أنماط السلوك وفى شخصية الطفل وكذلك فى تقديره لذاته ، وعليه فإن لمهارات اللعب أهمية فى تكوين علاقات وصدقات بين الأطفال وبعضهم ، وفى تنمية الإدراك الاجتماعى لديهم وإكتساب سمات القيادة والتعاون . (٤٥ : ٦٠)

ويعد اللعب وسيلة أكثر شيوعاً للاستخدام كعلاج للطفل الانسحابى ، لأن هذا الطفل غالباً ما يستخدم الدمى والعرائس ليعبر بها عن قلقه ومشاكله وإنفعالاته بسهولة ، كما يقوى من دفاعاته ضد القلق ، وهذا يتيح للطفل الوصول إلى حل مشاكله ، مما يعطى فرصة التغيير بالإضافة إلى بعض الفاعلية ليتعامل بطرق بناءة . (١٥ : ٢٢٨)

ومن هنا يتضح لنا أن النشاط الترويحي الرياضى يعد أسلوباً مناسباً فى خفض السلوك الانسحابى لدى الأطفال .

ثانياً . فاعلية الذات :

يشير هذا المفهوم إلى إعتقاد أو إدراك الفرد لمستوى أو كفاءة أو فاعلية إمكاناته أو قدراته الذاتية ، وما تنطوى عليه من مقومات عقلية معرفية ، وإنفعالية دافعية ، لمعالجة المواقف أو المهام أو المشكلات والتأثير فى الأحداث لتحقيق إنجاز ما ، ويرتبط هذا المفهوم

على نحو موجب بوجهة الضبط الداخلية لروتر Rotter ، والعزو أو التفسير السببي للنجاح والفشل لـ Weiner . (٢٩ : ٣٨٢)

وقد كان ظهور هذا المفهوم على يد ألبرت باندورا Alprt Bandura عندما نشر مقالة له بعنوان كفاءة او فاعلية الذات : نحو نظرية أحادية لتعديل السلوك ، حيث خضع هذا المفهوم للعديد من الدراسات عبر مختلف المجالات والمواقف ، وباتت فاعلية الذات بؤرة إهتمام الدراسات التي تتناول المشكلات النفسية . (٥٤ : ٨٣)

وفاعلية الذات هي مجموعة متميزة من المعتقدات أو الإدراكات المترابطة أو المتداخلة لتنتج مجموعة من الوظائف المتعلقة ب :

— الضبط الذاتي لعمليات التفكير . Self Regulation Of thought Processes .
— الدافعية .

— الحالات الفسيولوجية . Affective & Physiologual states . (٢٩ : ٣٩٠)

كما إن فاعلية الذات تعد أهم الأسس التي يقوم عليها العلاج العقلاني والإنفعالي والإكلينيكي لمشكلات الخوف والإحباط والمهارات الإجتماعية ومشكلات الضبط الذاتي للسلوك وإنخفاض الأداء الإنساني بوجه عام . (٢٩ : ٣٨٠)

وفاعلية الذات هي إعتقاد الفرد في قدراته وإستطاعاته على أداء نوعى معين ، أى إعتقاد أو إدراك الفرد بأنه فعال وكفاء ويستطيع النجاح فى أداء سلوك نوعى معين ، كما أنها عملية معرفية ، وفيها يشكل الفرد حكماً أو إدراكاً ذاتياً بالنسبة لقدراته لمواجهه متطلبات معينة كما أنها تؤثر على كل من دافعية الإنجاز للفرد وكذلك على مستوى أدائه العقلى . (٤٤ : ٣٩)

وتعد فاعلية الذات من المفاهيم التى يمكن أن يكون لها دور فعال فى مظاهر التفاعل السلوكى ، وأن هذا الدور يتبدى فى إمكانية التأثير فى هذه المظاهر ، وفى إمكانية التنبؤ بها فقد إرتبط مفهوم فاعلية الذات بكل ما يتعلق بالحكم على قدرة الفرد على أداء كافى . (٥٣ : ٢٠)

وتساعد فاعلية الذات على تحمل الألم والتحكم فى الألم المزمن كما تعمل على المثابرة فى أداء العمل حتى يتحقق النجاح ، بينما تؤدي عدم الفاعلية إلى عدم المثابرة والإبتسار . (٥٥ : ٤٣)

ثالثا . طفل الحلقة الأولى من التعليم الأساسى :

أصبحت مرحلة الحلقة الأولى من التعليم الأساسى ضرورة تربوية نتيجة لإقتناع نفسى ، وإدراك لأهميتها فهى مرحلة تعليم إلزامية يلتزم فيها جميع الأطفال بالإلتحاق بالمدرسة لذا فهى مرحلة هامة لتربية النشئ ، حيث أنها الفترة التى يتم فيها وضع البذور الأولى للشخصية التى تتبلور وتظهر ملامحها فى مستقبل حياة الطفل ، وهى الفترة التى يكون فيها الطفل فكرة واضحة وسليمة عن نفسه ومفهوما محدداً لذاته الجسمية والنفسية والاجتماعية ، مما يساعده على الحياة فى المجتمع والتكيف السليم مع ذاته .

كما أن مرحلة الحلقة الأولى من التعليم الأساسى تعتبر مرحلة حاسمة فى حياة الطفل بل ومن أهم المراحل بالنسبة لنموه ، وذلك لما يحدث فيها من نمو يصعب تقويمه أو تعديله فى مستقبل حياة الطفل . (١٥ : ٢٦)

ويتطور الطفل فى مرحلة الطفولة المتأخرة فى تكوينه الإجتماعى تطوراً ملحوظاً يظهر فى تكوين علاقات إجتماعية خارج نطاق الأسرة ، فيها نشاط تعاونى إجتماعى وإستقلال ذاتى فى نفس الوقت ، كما يبدأ الطفل تدريجياً فى تكوين معايير الإجتماعية الخاصة ، ويتميز الطفل فى هذه المرحلة بوضوح الذات فيزيد إدراكه لذاته وإدراكه لغيره وضوحاً . (٩ : ١٨٥)

وتبدأ ميول الطفل فى هذه المرحلة فى التفتح والتعبير عن نفسها إذ يبدعون فى جمع طوابع البريد والنقود وكل ما يستهويهم فى بيئتهم كما يبدعون فى الحديث عن مستقبلهم وأمانهم فى الحياة ، وتتميز هذه المرحلة بالقدرة على الإبتكار ، ويساعد إكتساب اللغة كثير من الأطفال على محاولة كتابة الشعر والزجل والنثر والقصص كما تظهر مواهب الأطفال فى الرسم والنحت والتصوير والتمثيل . (١٢ : ٣٧ ، ٣٨)

كما يمتاز طفل هذه المرحلة بالقدرات العقلية كالليقظة والجرأة والدقة والتفكير السريع وممارسة الأنشطة الترويحية يساعد الطفل فى التغلب على مخاوفه ويتعود على إتخاذ القرارات وكثير من السمات الشخصية كالثقة بالنفس والمثابرة وضبط النفس ، كما أنها تعطى فرصاً عديدة غير محددة لإثارة قدرة الطفل على الإبتكار والمتعة والسرور عند ممارسة هذه الأنشطة . (١٣ : ٦٥)

وهكذا فإنه يتضح أننا سوف نقوم بدراسة متغيرين سيكولوجيين هامين لدى طفل يقع في مرحلة الطفولة المتأخرة يكون مهتما بتكوين علاقات إجتماعية خارج نطاق أسرته ، ويتسم سلوكه بالتعاون والرضا في الرغبة في الإستقلال الذاتى في ضوء المعايير الإجتماعية ، وتزيد رغبته في إدراكه لذاته ونمو مفهوم الأنا والأنا الأعلى ، كما تزيد رغبته في أن يكون مؤثرا فى بيئته والمتغيرات الكائنة فيه .

هذه هي الصورة العادية التى أشارت إليها معظم الدراسات والأبحاث والتي يكون عليها طفل هذه المرحلة ، وما عدا ذلك فيكون الإنحراف عن المعيار العادى الذى يظهر فى إتيان السلوك الإنسحابى وإستخدامه كميكانيزم دفاعى والإنسحاب والنفور والإشتراك مع الآخرين ونقص فى المهارات الإجتماعية وأيضا الهروب إلى أحلام اليقظة .

كما يظهر فى إنخفاض فاعلية ذات الطفل التى تكون فى إعتقاد وإدراك مستوى كفاءته وتدنى ضبطه لذاته وضعف قدرته على تحمل الألم والتحكم فيه ، وأن لا يكون مثابراً ضعيف التفكير فى بيئته بصفة عامة ، وهذا ينقلنا إلى محور آخر إلى محاور هذا الفصل وهو عرض الدراسات السابقة والتعليق عليها .

الدراسات المرتبطة :

لقد صنفت الباحثة الدراسات المرتبطة إلى التصنيفات الآتية :

أولاً — الدراسات التى تناولت برامج الترويح الرياضى :

١ — أجرت سلوى رشدى (١٩٧٩) (٢١) دراسة موضوعها :

" أثر برنامج النشاط الحركى على السلوك العدوانى للأطفال فى المرحلة الابتدائية " .

— حيث تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :

تأثير برنامج النشاط الحركى على السلوك العدوانى للأطفال من المرحلة الابتدائية .

— وقد استخدمت الباحثة :

المنهج التجريبى ، وأجريت الدراسة على عينة من (٦٢) تلميذة واستخدمت الباحثة الانحراف المعيارى ، اختبار (ت) ، المتوسط الحسابى .

— وكانت أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة :

البرنامج ذو تأثير إيجابى على السلوك العدوانى للبنات والبنين أفراد المجموعة التجريبية بينما ظل السلوك العدوانى ثابت فى المجموعة الضابطة .

٢ — أجرت تهناني عبد الباقي (١٩٨٢) (١٤) دراسة موضوعها :

" أثر الترويح الرياضى على بعض عناصر اللياقة البدنية عند المسنين " .

— حيث تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :

أثر الترويح الرياضى على عناصر اللياقة البدنية والفسولوجية عند المسنين .

— وقد إستخدمت الباحثة :

المنهج التجريبي ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٥٠) فرداً ، وكان متوسط الأعمار

٦٥ عاماً ، وقد استخدمت الباحثة الانحراف المعياري ، المتوسط الحسابي ، إختبار (ت) .

— وكانت أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة :

— زيادة قوة القبضة اليمنى واليسرى وتنمية السرعة الانتقالية وتنمية تحمل القوة ، كما أظهرت

النتائج زيادة السعة الحيوية وبطئ سرعة النبض واتزان ضغط الدم .

٣ — أجرت آمال خيرى (١٩٨٤) (٨) دراسة موضوعها :

" أثر برنامج ترويحى رياضى على تنمية إتجاهات تلميذات المرحلة الإعدادية نحو التربية الرياضية " .

— حيث تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :

تأثير البرنامج الترويحى الرياضى على تنمية إتجاهات تلميذات المرحلة الإعدادية نحو التربية الرياضية .

— وقد إستخدمت الباحثة :

المنهج التجريبي ، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (٨٠) تلميذة ، وإستخدمت الباحثة

المتوسط الحسابي ، الإنحراف المعياري ، إختبار (ت) .

— وكانت من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة :

البرنامج الترويحى الرياضى له تأثير إيجابى فى تنمية اتجاهات تلميذات المرحلة الإعدادية .

٤ — أجرت سهير المهندس (١٩٨٤) (٢٢) دراسة موضوعها :

" أثر برنامج ترويحى رياضى على بعض الأجهزة الحيوية للمسنين " .

— حيث تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :

أثر البرنامج المقترح على الأجهزة الحيوية .

— وقد استخدمت الباحثة :

المنهج شبه التجريبي ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٨٩) مسنا من أعضاء أندية مصر الجديدة بمتوسط سن ٦٠ الى ٧٧ سنة ، وقد استخدمت الباحثة المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، إختبار (ت) .

— وكانت من أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة :

البرنامج أدى إلى انخفاض معدل سرعة النبض وضغط الدم ، كما أدى البرنامج إلى زيادة في قوة عضلات الظهر والرجلين في المدى الحركي ، وكذلك التوافق العضلي العصبي .

٥ — أجرت كل من عايذة عبد العزيز مصطفى ، سـهير لبيب (١٩٨٥) (٢٧) دراسة موضوعها :

" أثر ممارسة الأنشطة الترويحية على مفهوم الذات للممارسين وغير الممارسين لدى طلاب المرحلة الجامعية "

— حيث تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :

تأثير ممارسة الأنشطة الترويحية على مفهوم الذات للممارسين وغير الممارسين لدى طلاب المرحلة الجامعية .

— وقد استخدمت الباحثة :

المنهج الوصفي ، وإشتملت عينة البحث على (٣٠٠) طالب ، تم تصنيفهم إلى مجموعتين قوام كل منهما على (١٥٠) طالب ، وهما مجموعة الممارسين للمناشط الترويحية الرياضية ، ومجموعة غير الممارسين لهذه المناشط ، كما قامت الباحثتان بتصميم برنامج إرشادي تروحي رياضي لتنمية مفهوم الذات الإيجابية لدى الطلاب غير الممارسين للمناشط الترويحية الرياضية — وكانت من أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مفهوم الذات ، وذلك بين الممارسين وغير الممارسين للمناشط الترويحية الرياضية لصالح الممارسين ، وذلك وفقاً لمقياس تنسى لمفهوم الذات Tennessee Self – Concept Scal الذي أعد صورته العربية محمد حسن علاوي ، ومحمد العربي شمعون (١٩٧٨) .

توجد علاقة ارتباط إيجابية بين الذات الجسمية وبعض أبعاد مفهوم الذات ، وذلك لدى الممارسين للمناشط الترويحية .

٦ — أجرى إسماعيل حسن حسين (١٩٨٥) (٤) دراسة موضوعها :
" أثر برنامج ترويحى رياضى على السلوك العدوانى للجانحين بمؤسسات الأحداث " .
— حيث تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :
أثر برنامج ترويحى رياضى على السلوك العدوانى للأحداث المودعين لمؤسسة دور التربية
الاجتماعية .
— وقد إستخدم الباحث :

المنهج التجريبي لمناسبة لطبيعة الدراسة ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٩٠) حدثاً
تتراوح أعمارهم من ١٥ : ١٨ عاماً ، وقد إستخدم الباحث الملاحظة فى تحليل
الوثائق ، المقابلة الشخصية ، كما إستخدم مقياس السلوك العدوانى والتقدير الذاتى ، المتوسط
الحسابى ، الإنحراف المعيارى ، تحليل التباين ، إختبار (ت) .
— وكانت من أهم النتائج التى توصل إليها الباحث :
أن القائمين على تنفيذ البرامج الترويحية والرياضية غير متخصصين وخبراتهم قليلة فى المجال
وأن البرنامج التقليدى المتبع بالمؤسسة ليس له تأثير إيجابى واضح على السلوك المتبع .

٧ — أجرت صفاء محمد الغرباوى (١٩٨٦) (٢٦) دراسة موضوعها :
" أثر برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على سمة الإنطواء لدى تلميذات مرحلة التعليم الأساسى "
— تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :
أثر برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على تخفيف سمة الإنطواء لدى تلميذات مرحلة التعليم
الأساسى .
— وقد إستخدمت الباحثة :

المنهج التجريبي ، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (٦٩) ، وقد استخدمت المتوسط
الحسابى ، الإنحراف المعيارى ، إختبار (ت) .
— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة :
برنامج الألعاب الصغيرة له تأثير فى تخفيف سمة الإنطواء لدى تلميذات مرحلة التعليم
الأساسى .

٨ — أجرت فائق زكريا النمر (١٩٨٧) (٣٣) دراسة موضوعها :
" أثر برنامج ترويحى رياضى مقترح على بعض المتغيرات الفسيولوجية لربات البيوت " .
— حيث تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :
أثر برنامج مقترح للترويح الرياضى على بعض المتغيرات الفسيولوجية لربات البيوت .

— وقد استخدمت الباحثة :

المنهج التجريبي للمجموعة الواحدة ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٢٥) سيدة من المترددات على نادى الزمالك بمتوسط سن من (٣٥ : ٤٠ سنة)
— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها هذه الدراسة :
أن البرنامج يؤدى إلى إنخفاض وزن الجسم خلال ثلاث شهور .
البرنامج يعمل على تحسين وظائف الجهاز التنفسى وإنخفاض معدل ضربات القلب فى الدقيقة وزيادة الكفاءة البدنية .

٩ — أجرى إسماعيل أحمد حسن (١٩٨٨) (٣) دراسة موضوعها :
" أثر برنامج ترويحى رياضى مقترح على السلوك العدوانى للجانحين بمؤسسة دور التربية الإجتماعية بالجيزة " .

— تهدف هذه الدراسة الى التعرف على :

· أثر برنامج ترويحى مقترح على السلوك العدوانى .

— وقد استخدم الباحث :

المنهج التجريبي ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٦٠) حدثاً تراوح أعمارهم (١٥ : ١٨) ، وقد استخدم الباحث المتوسط الحسابى ، إختبار (ت) ، الإنحراف المعيارى .
— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة :
يؤثر البرنامج إيجابيا على السلوك العدوانى .

١٠ — أجرى ماهر موسى الشريف (١٩٨٨) (٤٢) دراسة موضوعها :

" أثر برنامج رياضى مقترح على تعديل سلوك الأحداث الجانحين المودعين بدور التربية بالجيزة " .

— تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :

تأثير البرنامج على سلوك الأحداث الجانحين .

— وقد استخدم الباحث :

المنهج التجريبي ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها ٦٠ من الأحداث (١٢ إلى ١٥) سنة ، وإستخدم الباحث الإنحراف المعيارى ، المتوسط الحسابى ، إختبار (ت) .
— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة :
أن ممارسة النشاط الرياضى يؤثر تأثيرا إيجابيا فى تعديل سلوك الجانح بدنياً ونفسياً واجتماعياً.

- ١١ — أجرت صديقة أحمد يوسف (١٩٨٩) (٢٤) دراسة موضوعها :
" أثر برنامج الترويح الرياضى على بعض المتغيرات النفسية للشباب الجامعى "
— حيث تهدف هذه الدراسة الى التعرف على :
أثر الترويح الرياضى على بعض المتغيرات النفسية للشباب الجامعى .
— وقد استخدمت الباحثة :
المنهج الوصفى ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٨٠٠) طالب وطالبة تتراوح
أعمارهم ٢٥ سنة ، وأستخدمت الباحثة المتوسط الحسابى ، الانحراف المعياري ، اختبار (ت)
— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة :
وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعات الطلبة والطالبات فى بعض المتغيرات النفسية .
- ١٢ — أجرت آمال محمد فوزى (١٩٩٠) (٧) دراسة موضوعها :
" تأثير برنامج ترويحى رياضى مقترح على بعض النواحي البدنية والنفسية للصم والبكم " .
— حيث تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :
أثر برنامج ترويحى رياضى للصم والبكم على بعض النواحي البدنية والنفسية .
— وقد استخدمت الباحثة :
المنهج التجريبي ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٤٢) طالبة من الصم والبكم وقد
استخدمت الباحثة ، المتوسط الحسابى ، الانحراف المعياري ، اختبار (ت) ، الفروق بين
المتوسطين .
— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة .
البرنامج يؤثر تأثير إيجابياً على تحسين اللياقة البدنية .
البرنامج يؤثر إيجابياً على تحسين السمات العصبية والعذوانية والاكتئاب والإستثارة
الإجتماعية .
- ١٣ — أجرت سهير مصطفى المهندس (١٩٩٠) (٢٣) دراسة موضوعها :
" تأثير برنامج ترويحى رياضى مقترح على القلق وبعض مكونات الأداء الحركى لدى التلاميذ
مكفوفى البصر " .
— تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :
المقارنة بين برنامج مقترح للترويح الرياضى والبرنامج المتبع وأثرهما على مستوى
القلق لدى التلاميذ مكفوفى البصر .

المقارنة بين برنامج مقترح للترويج الرياضى والبرنامج المتبع وأثرهما على بعض مكونات الأداء الحركى لدى التلاميذ مكفوفى البصر .

— وقد استخدمت الباحثة :

المنهج التجريبي لمناسبة لطبيعة الدراسة ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٨٠) تلميذاً من المكفوفين قُسموا عشوائياً إلى مجموعتين ، وقد استخدمت الباحثة المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى واختبار (ت) .

— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها الباحثة :

توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى لصالح المجموعة التجريبية فى مستوى القلق مما يدل على ممارسة البرنامج الترويجى الرياضى له تأثير إيجابى دال عن انخفاض مستوى القلق لدى تلاميذ المجموعة التجريبية .

١٤ — أجرى يحيى حسن عبده (١٩٩٠) (٥٢) دراسة موضوعها :

" اثر برنامج مقترح للترويج الرياضى على رفع مستوى الإنتاج لعمال صناعة الحديد والصلب بحلولان " .

— تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :

مستوى اللياقة البدنية ومستوى الإنتاج لعمال صناعة الحديد والصلب .

— وقد استخدم الباحث :

المنهج التجريبي للمجموعة الواحدة وقد أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (٢٧) عاملاً ، وقد استخدم الباحث المتوسط الحسابى ، والانحراف المعيارى واختبار (ت) .

— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها هذه الدراسة :

البرنامج الترويجى يؤثر على رفع مستوى اللياقة البدنية كما يؤدى إلى رفع مستوى الإنتاج ، وزيادة ساعات العمل الفعلية .

١٥ — أجرت نبيلة محمد أبو رواش (١٩٩١) (٤٨) دراسة موضوعها :

" تأثير برنامج مقترح للألعاب على سمه الإنطواء وتنمية بعض المهارات الحركية الأساسية (عدو ، وثب ، رمى) لتلميذات المرحلة الثانوية " .

— تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :

تأثير برنامج الألعاب الصغيرة على تخفيف سمه الأنطواء لدى تلميذات المرحلة الثانوية والتعرف على تأثير برنامج الألعاب الصغيرة على تنمية بعض المهارات الحركية (عدو — وثب — رمى) .

— وقد استخدمت الباحثة :

المنهج التجريبي المناسبة لطبيعة الدراسة وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٦٠) تلميذة من تلميذات الصف الأول الثانوى عام دراسى ١٩٩٠ بعد تطبيق مقياس أيزبك للشخصية على جميع تلميذات الصف الأول الثانوى عددهن ٥١٨ تلميذه وقد استخدمت الباحثة المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى واختبار (ت)

— وكان من أهم النتائج التى توصلت إليها هذه الدراسة :

إن برنامج الألعاب الصغيرة له تأثير إيجابى فى تخفيف سمه الإنطواء لدى تلميذات المرحلة الثانوية.

البرنامج له تأثير إيجابى على تنمية المهارات الحركية الأساسية (عدو ، وثب ، رمى) .

١٦ -- أجرت ميرفت عبد الغفار الجوهري (١٩٩٢) (٤٦) دراسة موضوعها :

" تأثير برنامج ترويحى رياضى على السلوك العدوانى لدى تلميذات المرحلة الإعدادية " .

— تهدف هذه الدراسة إلى التعرف :

تأثير البرنامج الترويحى الرياضى على السلوك العدوانى لدى تلميذات المرحلة الإعدادية .

تأثير البرنامج الرياضى المقترح على الصفات البدنية المختارة لدى تلميذات المرحلة الإعدادية .

— وقد استخدمت الباحثة :

المنهج التجريبي وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٩٠) تلميذه وقد استخدمت الباحثة

معامل الارتباط ، والمتوسط الحسابى ، والانحراف المعيارى .

— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة :

تؤثر المشاركة فى البرنامج الترويحى الرياضى على تحسين الصفات النفسية .

تؤثر المشاركة فى تحسين اللياقة البدنية العامة لدى التلميذات.

بالرغم من تعديل السلوك بشكل عام يتطلب التدريب والإرشاد والتوجيه المستمر لفترات طويلة إلا أن نسبة التحسين الحادثة فى السلوك العدوانى أكدت أنه عن طريق الأنشطة الترويحية الموجهة .

١٧ -- أجرت صفاء أحمد عوده (١٩٩٦) (٢٥) دراسة موضوعها :

" أثر برنامج ترويحى رياضى على التوافق النفسى لأطفال دار الرعاية الإجتماعية للبنين بالغربية " .

— تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :

أثر برنامج ترويحى رياضى على التوافق النفسى لأطفال دور الرعاية الإجتماعية.

التعرف على دلالة الفروق بين قياسات كل من القسم التعليمى و القسم المهنى .

— وقد استخدمت الباحثة :

المتوسط الحسابى ، الانحراف المعياري ، إختبار (ت) ، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وقد أجريت الدراسة على عينة من الأطفال المودعين بالمؤسسات الإجتماعية .

— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها الباحثة :

أن البرنامج الترويحى الرياضى له تأثير فى بعد التكيف الذاتى للقسم التعليمى والقسم المهنى .

كما توجد فروق داله إحصاءيه بين القسم التعليمى والقسم المهنى فى التفاعل والتكيف الإجتماعى

١٨ — أجرت فاطمة إبراهيم صقر (١٩٩٩) (٣٥) دراسة موضوعها :

" برنامج ترويحى رياضى لتنمية القدرة على الاسترخاء وتنظيم التنفس وأثره على بعض

المتغيرات الفسيولوجية والبدنية ومفهوم الذات الجسمية لدى المدمنين " .

— تهدف هذه الدراسة الى التعرف على :

التعرف على مستوى القدرة على الاسترخاء لمدمنى المخدرات .

التعرف على بعض المتغيرات الفسيولوجية لمدمنى المخدرات .

التعرف على اثر البرنامج الترويحى الاسترخائى على تحسين الحالة الجسمية لمدمنى

المخدرات .

— وقد استخدمت الباحثة :

المنهج التجريبي نظر لطبيعة الدراسة وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٣٠) من مدمنى

المخدرات الموجودين بمركز علاج الإدمان ويبلغ متوسط العمر (٣٠) وقد استخدم الانحراف

المعياري واختبار (ت) المتوسط الحسابى .

— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها هذه الدراسة :

البرنامج الترويحى الرياضى كان لها أثراً إيجابياً فى تحسين التنفس والقدرة على تنظيمه

والشعور بالنغمة الصحيحة له والتحكم فى عضلات التنفس والاحتفاظ بالشهية ثم

إخراجه بتوقيت معين منظم .

زيادة القدرة على الاسترخاء وتحسين الحالة البدنية للمدمنين .

ثانياً -- دراسات تناولت الأطفال الإنسحابيين :

١ — أجرى كل من جوننت و هاين Ginott, Hain (١٩٦١) (٦١) دراسة موضوعها :

" تأثير العلاج باللعب الجماعى على السلوك الإنسحابى "

— حيث تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :

مدى تأثير العلاج باللعب الجماعى على السلوك الإنسحابى

— حيث إستخدمت الباحثة :

المنهج التجريبي ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٤٦) طفلاً من الإناث والذكور تراوحت أعمارهم (٨:١١) سنة ، ثم قام الباحث بتنظيم عدد من جلسات اللعب الجامعى الحر ، بمعدل جلستين لكل أسبوع ، لمدة (٦) أسابيع وبعد مرور (٤) شهور من إجراء الجلسات ثم إعادة الاختبار .

— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة :

أن هناك إنخفاض دال فى السلوك الإنسحابى لدى الإناث ، إلا أن هذا الانخفاض لم يكن دال بالنسبة للذكور .

٢ — أجرى كل من روس و ألون Roos, Alon (١٩٨٠) (٧٠) :

دراسة أجريت على طفلة فى مدرسة الحضانة ، كانت تقضى معظم أوقاتها بعيدة عن أقرانها ومنعزلة عنهم ، حيث قام الباحث بتعليمها كيفية مشاركتهم فى اللعب وكيفية استخدام الأدوات فى اللعب .

وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها هذه الدراسة الى زيادة قدرة الطفلة على التفاعل والتعاون ومشاركة الآخرين فى اللعب بسرعة وبالتالي انخفاض نسبة الانسحابية .

٣ — أجرى سترين ، جيورلنيش Strain & Guralnich (١٩٨٦) (٧٤) :

دراسة تهدف الى زيادة السلوك الاجتماعى لدى عينة من الأطفال المنسحبين عن طريق إشراكهم فى اللعب مع أطفال عاديين ، ولقد قام الباحثون بإعطاء تعليمات للأطفال العاديين بأن يشجعوا الأطفال المنسحبين على المشاركة فى اللعب عن طريق لفت أنظارهم ، وإعطائهم الأدوات .

وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة الى انخفاض دال فى مستوى الإنسحابيين لدى هؤلاء الأطفال .

٤ — أجرى بيترسون ، ويونج ، ومورجان Peterson , Young and Morgan (١٩٨٨) (٧٦) دراسة تهدف إلى تعليم الأطفال المنسحبين مهارات المحادثة باستخدام مجموعة من شرائط الفيديو ، تشتمل على لعب الدور ، والتغذية الراجعة ، وكيفية بدء الحديث وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٦) أطفال تم توزيعهم إلى مجموعتين متساويتين ، ولقد تم تعيين الملاحظة المباشرة للأطفال في مواقف الحياة العادية كأداة لجمع بيانات الدراسة .
— وكانت من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن تعليم الأطفال مهارات المحادثة يؤدي إلى زيادة تفاعل الأطفال المنسحبين مع أقرانهم .

٥ — أجرى ستيفن Stephen (١٩٨٩) (٧٣) :
دراسة تهدف إلى اختبار أثر التدريبات التوكيدية على السلوك الإنسحابي ، وقد أجريت الدراسة على عينة من طلبة الجامعة .
وقد كان من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن التدريبات التوكيدية تؤدي إلى خفض السلوك الإنسحابي لهؤلاء الطلاب ولكن بشكل غير دال إحصائياً ، كما أشارت إلى أن التدريبات التوكيدية كعلاج للإنسحاب له أثر قصير المدى ، وخاصة لدى طلبة الجامعة .

٦ — أجرى خالد سعد الفخراني (١٩٩٢) (١٨) دراسة موضوعها :
" تعديل درجة توافق التلاميذ المشكلين باستخدام بعض الأساليب العلاجية " — حيث تهدف هذه الدراسة إلى :
إختبار مدى فاعلية العلاج باللعب الجماعي الحر ، والتدريبات التوكيدية في تعديل مستوى توافق الأطفال المشكلين عن طريق التحكم في كل من العدوانية والإنسحابية لدى هؤلاء الأطفال .
— وقد استخدم الباحث :

المنهج التجريبي ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٦٠) طفلاً ، (٣٠) طفل إنسحابي (٣٠) طفل عدواني من أطفال الحضانة من مدينة طنطا ، كما استخدم الباحث المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، وإختبار (ت) .

وكانت من أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة هي :
أن التدريبات التوكيدية قد أدت إلى خفض كل من السلوك العدواني ، والإنسحابي لدى عينة الدراسة ، كما إنها أدت إلى زيادة السلوك التوكيدي .

ثالثاً -- دراسات تناولت فاعلية الذات :

- ١ — أجرى وينبرج وآخرون Weinberg, Et al . (١٩٨٢) (٧٥) :
دراسة حاولت فحص العلاقة بين توقعات فاعلية الذات والأداء الرياضى وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٦٠) رياضى وقد استخدم المنهج التجريبي وقد طلب من أفراد العينة الوقوف على رجل واحدة على متوازي افقى لأطول مدة ممكنة .
— وكانت من أهم النتائج التى توصل إليها هذه الدراسة :
هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠٦) بين مرتفعى ومنخفضى فاعلية الذات فى زمن الاستمرار بثبات على المتوازي ولصالح المرتفعين فى توقعات فاعلية الذات .
- ٢ — أجرى عبد العال حامد عبد العال عجوة (١٩٩٣) (٢٩) دراسة موضوعها :
" فاعلية الذات وعلاقتها بكل من مستوى الطموح ودافعية الإنجاز " .
— تهدف هذه الدراسة الى التعرف على :
علاقة فاعلية الذات بكل من مستوى الطموح ودافعية الإنجاز .
— وقد استخدم الباحث :
المنهج الوصفى وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٩٧) طالبا بالفرقة الرابعة بكلية التربية بجامعة المنصورة ، وقد استخدم الباحث التجزئة النصفية ، معامل ألفا ، معامل الارتباط — وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة :
توجد علاقة موجبة دالة إحصائية بين فاعلية الذات ومستوى الطموح .
كما توجد علاقة موجبة دالة إحصائية بين فاعلية الذات ودافعية الإنجاز .
- ٣ — أجرت راوية محمود دسوقي (١٩٩٥) (١٩) دراسة موضوعها :
" فاعلية الذات وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة وبعض الاضطرابات النفسية لدى المراهقات " .
— تهدف هذه الدراسة الى التعرف على فاعلية الذات وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة وبعض الاضطرابات النفسية .
— وقد استخدم الباحث :
المنهج التجريبي ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٦٠) وقد استخدمت اختبار (ت) المتوسط الحسابى ، الانحراف المعياري .
— وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة :
توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعى ومنخفضى فعالية الذات فى الإحساس بضغوط الحياة لصالح منخفضى الفاعلية الذاتية .

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعى ومنخفضى فاعلية الذات فى القلق والاكنتاب لصالح منخفضى الفاعلية الذاتية .

٤ — أجرى هارون توفيق الرشيدى ، صبحى الكافورى (١٩٩٦) (٥١) دراسة موضوعها :
" دور فاعلية الذات فى مظاهر التفاعل السلوكى فى الفصل المدرسى لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية "

— تهدف هذه الدراسة الى الكشف عن :

دور فاعلية الذات ، تأثير ، تنبؤ ، فى مظاهر التفاعل السلوكى التى تبديها عينة من التلاميذ فى الفصل المدرسى بالمدرسة الابتدائية .

— وقد استخدم الباحث :

المنهج الوصفى ، وقد استخدم أسلوب تحليل التباين ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٢٠ تلميذاً) من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي من مدراس كفر الشيخ وتحليل الانحدار وكانت من أهم النتائج التى توصلت إليها هذه الدراسة :

أن فاعلية الذات مفهوم سيكولوجى له دور فى السلوك وبذلك فان تنمية مفهوم فاعلية الذات لدى التلاميذ نستطيع أن نتعرف من خلاله ببروفيل سلوك التلميذ وتكيفه .

٥ — أجرى فتحى مصطفى الزيات (١٩٩٩) (٣٦) دراسة موضوعها :

" الكفاءة الذاتية الأكاديمية ومحدداتها " .

— تهدف هذه الدراسة الى التعرف على :

النية العاملية للكفاءة او الفاعلية الذاتية الأكاديمية المحددة لاداءات طلاب العينة فى المجالات الأكاديمية .

— التحقق من مدى اتساق تقديرات طلاب العينة ، واحتفاظهم بتقديراتهم ومراكزهم النسبية خلال مستوياتهم الدراسية ، ومع اختلاف تخصصاتهم الأكاديمية .

— التحقق من مدى اختلاف الكفاءة او الفاعلية الذاتية للفرد باختلاف كل من التخصص الأكاديمي ، والمرحلة الدراسية او العمرية ، والجنس .

— وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٦١٢) وقد تم استخدام التحليل العاملى ، معامل الارتباط .

— وكانت أهم النتائج التى توصلت إليها هذه الدراسة :

البنية العاملية لمحددات او متغيرات الكفاءة الذاتية الأكاديمية كما تقاس بالتحصيل

الأكاديمي لطلاب العينة هى بنية أحادية العامل ذات طبيعة عامة مستعرضة .

يوجد ثبات أو اتساق دال في اداءات الطلاب كما تقاس بالتحصيل الأكاديمي عبر السنوات الدراسية المختلفة .

- لا تختلف البنية العاملية للكفاءة الذاتية الأكاديمية .

١. التعليق على الدراسات المرتبطة :

أولاً - التعليق على الدراسات التي تناولت برامج الترويح الرياضي :

يتضح من الدراسات السابقة أنها اهتمت بالبرامج الترويحية في المجالات الرياضية وكذلك الاستفادة من البرامج الترويحية في تحقيق الأهداف التربوية والبدنية والمهارية والمعرفية والنفسية ، مما أفاد الباحثة في تحديد أهداف دراستها ، " وهى معرفة تأثير برنامج ترويحى رياضى لذوى السلوك الانسحابى على فاعلية الذات " كما فى دراسة سلوى رشدى (١٩٧٩) (٢١) ، إسماعيل حسن حسين (١٩٨٥) (٤) ، صفاء محمد متولى الغرباوى (١٩٨٦) (٢٦) ، إسماعيل احمد حسن (١٩٨٨) (٣) ، آمال محمد فوزى (١٩٩٠) (٧) ميرفت عبد الغفار الجوهري (١٩٩٢) (٤٦) .

٢. من حيث المنهج :

اتفقت كل الدراسات السابقة على استخدام المنهج التجريبي وذلك لملاءمته لطبيعة ونوعية الدراسة بإستخدام المجموعة الواحدة مثل دراسة فانتن زكريا النمر (١٩٨٧) (٣٣) ، يحيى محمد حسن عبده (١٩٩٠) (٥٢) ، ميرفت عبد الغفار الجوهري (١٩٩٢) (٤٦) ، ومنهم من استخدم مجموعتين مثل دراسة تهنى محمد عبد الباقي (١٩٨٢) (١٤) ، إسماعيل حسن حسين (١٩٨٥) (٤) ، عايدة عبد العزيز وسهير لبيب (١٩٨٥) (٢٧) ، سهير المهندس (١٩٩٠) (٢٢) ، نبيلة أبو رواش (١٩٩١) (٤٨) ، صفاء عوده (١٩٩٦) (٢٥) ، ، فاطمة إبراهيم صقر (١٩٩٩) (٣٥) ، ما عدا دراسة صديقة أحمد يوسف (١٩٨٩) (٢٤) فقد استخدمت المنهج الوصفى .

٣. من حيث العينة :

اتفقت أغلب الدراسات السابقة على اختيارها لعينة البحث ، حيث طبقت أغلب هذه الدراسات على عينات من الأحداث ودور الرعاية الاجتماعية وذوى السمات الخاصة ، وكان أقلها عددا دراسة صديقة أحمد يوسف (١٩٨٩) (٢٤) ، وكان أكثرها عدداً دراسة كلا من إسماعيل حسن حسين (١٩٨٥) (٤) ، عايدة عبد العزيز وسهير لبيب (١٩٨٥) (٢٧) ، ميرفت عبد الغفار الجوهري (١٩٩٢) (٤٦) ، مما أفاد الباحثة في تحديد حجم العينة .

— من حيث الأدوات :

اتضح للباحثة أن معظم الدراسات السابقة اتفقت على استخدام البرنامج الترويحى الرياضى مما أفاد الباحثة فى اختيارها لأدوات البحث باستخدام البرنامج الترويحى الرياضى .

— من حيث النتائج :

أظهرت أغلب الدراسات السابقة أن البرنامج الترويحى الرياضى فى جميع الدراسات يؤثر تأثيراً إيجابياً فى تحسين السلوك والمهارات والصفات المعرفية والبدنية .

— من حيث المعالجات الإحصائية :

إنفقت جميع الدراسات السابقة التى إستخدمت التصميم التجريبي على إستخدام المتوسط الحسابى ، الانحراف المعيارى ، اختبار (ت) لدلالة الفروق كمنهج إحصائى ، مثل دراسة سلوى محمد رشدى (١٩٧٩) (٢١) ، تهانى محمد عبد الباقي (١٩٨٢) (١٤) ، سهير مصطفى المهندس (١٩٨٤) (٢٢) ، آمال نوح خيرى (١٩٨٤) (٨) ، إسماعيل حسن حسين (١٩٨٥) (٤) ، عايدة عبد العزيز وسهير لبيب (١٩٨٥) (٢٧) ، إسماعيل أحمد حسن (١٩٨٨) (٣) ، ماهر أحمد على (١٩٨٨) (٤٢) ، آمال محمد فوزى (١٩٩٠) (٧) ، نبيلة أبو رواش (١٩٩١) (٤٨) .

ثانياً — التعليق على الدراسات التى تناولت السلوك الانسحابى :

يتضح من الدراسات التى تناولت السلوك الانسحابى أن معظمها يدور حول تعليم الأطفال المنسحبين مهارات التفاعل الاجتماعى مثل دراسة بيترسون ، ويونج ، ومورجان (١٩٨٨) (٧٦) ، وبعض الدراسات كان الهدف منها تعديل السلوك الانسحابى مثل دراسة جونى و هاين (١٩٦١) (٦١) ، سترلين ، جيورلنيس (١٩٨٦) (٧٤) ، خالد الفخرانى (١٩٩٢) (١٨) .

— من حيث المنهج :

إنفقت معظم الدراسات السابقة على إستخدام المنهج التجريبي بإستخدام مجموعتين مثل دراسة بيترسون ، ويونج ، ومورجان (١٩٨٨) (٧٦) ، ما عدا دراسة روس و ألون (١٩٨٠) (٧٠)

— من حيث العينة :

إنفقت أغلب الدراسات على إختيارها عينة البحث ، حيث طبق أغلب الدراسات على عينات من الأطفال كان اقلها دراسة روس و ألون (١٩٨٠) (٧٠) ، وأكثرها دراسة جونت و هاين (١٩٦١) (٦١) .

— من حيث الأدوات :

إتضح للباحثة أن معظم الدراسات السابقة التى تناولت السلوك الإنسحابى إنفقت على استخدام اللعب والتدريبات التوكيدية فى تعديل السلوك الإنسحابى .

— من حيث النتائج :

فقد أظهرت أغلب الدراسات أن اللعب يؤثر تأثيراً إيجابياً فى تعديل السلوك الإنسحابى مثل دراسة جونت و هاين (١٩٦١) (٦١) ، ستيران (١٩٨٦) (٧٤) ، خالد الفخرانى (١٩٩٢) (١٨) ، كما أن التدريبات التوكيدية تؤثر فى تعديل السلوك الانسحابى مثل دراسة ستيفون (١٩٨٩) (٧٣) .

— من حيث المعالجات الإحصائية :

اتفقت جميع الدراسات على استخدام المتوسط الحسابى الانحراف المعيارى اختبار (ت) .

ثالثاً ... التعليق على الدراسات التى تناولت فاعلية الذات :

من خلال العرض السابق للدراسات التى تناولت فاعلية الذات يتضح أنها استهدفت جميعها التعرف على فاعلية الذات وعلاقتها بمستوى الطموح ومظاهر التفاعل الاجتماعى والاضطرابات النفسية والأداء الرياضى مثل دراسة وينبرج وآخرون (١٩٨٢) (٧٥) ، راوية محمود حسين (١٩٩٥) (١٩) ، فتحى الزيات (١٩٩٩) (٣٦) .

— من حيث المنهج :

إنفقت الدراسات التى تناولت فاعلية الذات على استخدام المنهج التجريبي مثل دراسة عبد العال عوجة (١٩٩٣) (٢٩) ، راوية محمود حسن (١٩٩٥) (١٩) ، فتحى الزيات (١٩٩٩) (٣٦) ، ما عدا دراسة هارون الرشيدى وصبحى الكافورى (١٩٩٦) (٥١) فقد استخدمت المنهج الوصفى .

— من حيث العينة :

اختلفت الدراسات على اختيارها للعينة فمنهم من طبقة على أطفال مثل دراسة هارون توفيق الرشيدى ، وصبحى الكافورى (١٩٩٦) (٥١) .
ومنهم من طبق على طلاب جامعة مثل دراسة وبنبرج وآخرون (١٩٨٢) (٧٥) ، عبد العال حامد عبد العال (١٩٩٣) (٢٩) ، راوية محمود حسين (١٩٩٥) (١٩) .

— من حيث الأدوات :

فقد استخدمت جميع الدراسات مقياس فاعلية الذات كأدوات للدراسة كدراسة عبد العال حامد عجوه (١٩٩٣) (٢٩) ، راوية محمود دسوقي (١٩٩٥) (١٩) ، هارون توفيق الرشيدى وصبحى الكافورى (١٩٩٦) (٥١) ، ، فتحى الزيات (١٩٩٩) (٣٦) .

— من حيث النتائج :

أظهرت أغلب الدراسات أن فاعلية الذات له تأثير إيجابيا على مظاهر التفاعل السلوكى ومستوى الطموح ودفاعيه الإنجاز ، وله علاقة بأحداث الحياة الضاغطة كدراسة عبد العال حامد عبد العال عجوه (١٩٩٣) (٢٩) ، راوية محمود حسين دسوقي (١٩٩٥) (١٩) ، هارون الرشيدى وصبحى الكافورى (١٩٩٦) (٥١) .

من حيث المعالجات الإحصائية:

لقد تناولت أغلب الدراسات معامل الارتباط ، قيمة (ت) ، المتوسط ، الانحراف المعياري ، تحليل التباين مثل دراسة راوية محمود دسوقي (١٩٩٥) (١٩) ، هارون الرشيدى ، صبحى الكافورى (١٩٩٦) (٥١) ، عبد العال حامد عجوه (١٩٩٩) (٢٩)

من خلال تحليل العرض السابق للدراسات السابقة تمكنت الباحثة من الاستفادة بالدراسات السابقة بالنقاط التالية :

- تحديد المنهج المستخدم وهو المنهج التجريبي .
- إختبار عينة البحث .
- كيفية وضع البرنامج والزمن الكلى وتوزيع الوحدات .
- تحديد الأسلوب الإحصائى المناسب .

فروض البحث :

١ - الفرض الأول :

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في فاعلية الذات لدى عينة البحث لصالح القياس البعدي وذلك لتأثير البرنامج التروحي الرياضى ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي والقياس التتبعي في هذا المتغير .

٢ - الفرض الثانى :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي فى متغير الإنسحابية كمؤشر من مؤشرات إكتساب فاعلية الذات لدى عينة البحث لصالح القياس البعدي وذلك لتأثير البرنامج التروحي الرياضى ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي والقياس التتبعي فى هذا المتغير .