

تأثير برنامج أنشطة ترويجية جماعية على أعراض الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الأولى من التعليم الأساسي

د/ أميرة فتحي عطية بدر

مدرس بقسم الترويج والإدارة الرياضية كلية التربية الرياضية جامعة طنطا

المقدمة ومشكلة البحث

يولد الطفل مزودا بعدة غرائز و ميول تنتقل إليه بالوراثة و تحركه الفطرة و تدفعه لأن يسلك سلوكا معيناً ليحقق غرضا خاصا وفي العصر الحالي الذي يموج بالكثير من التطورات في شتى المجالات على المجتمعات الاهتمام بإعداد تلاميذها إعداداً متكاملأ لمواجهة تلك التحديات ولما كبة متغيرات القرن الجديد و يشير علماء الاجتماع و الأنثروبولوجي إلى أن الإعداد الثقافي والاجتماعي للطفل يحدث من خلال اللعب فالألعاب تساعد على النمو الاجتماعي فالطفل أثناء اللعب يكتشف مسؤوليته نحو الجماعة و الحاجة إلى التبعية و القيادة و إلى ممارسة النجاح و الشعور بالانتماء كما يتعلم كيف يواجه مواقف الرضا و الهزيمة و يتحقق أثناء اللعب التعاون و الحب و الإخاء و تحقيق الذات و إحترام حقوق الآخرين. (٣ : ٢٥)

ويشير "محمد أبو النور" (٢٠٠٩م) إلى أن الإنفعالات لها دوراً هاماً في تشكيل شخصية الفرد ومن ثم سلوكياته ، حيث أن الانفعالات تتكون من جانبين إحداها شعوري ذاتي و يتمثل في الإستجابة الفسيولوجية لموقف الإنفعال ، والأخر خارجي ظاهري و يتمثل في الحركات و التعبيرات التي يبديها الفرد كإستجابة لموقف الانفعال. (١٨ : ٨٤)

ويشير ليفين Levine (٢٠٠٧) أن بعض التلاميذ يمكن أن يكون لديهم صعوبات إجتماعية وإنفعالية ولكن أداءهم الأكاديمي يندرج تحت نطاق العاديين والبعض الآخر يمكن أن يكون لديهم هذين النمطين من الصعوبات: الصعوبات الأكاديمية والصعوبات الانفعالية الإجتماعية، والبعض الآخر تكون الصعوبات الإنفعالية الإجتماعية نتيجة للصعوبات الأكاديمية. و يترتب على ذلك في جميع الحالات ظهور بعض المشكلات السلوكية. (٣١ : ٢٤٠-٢٤٦)

بعض التلاميذ يحتاجون للمهارات الإجتماعية وإلا سيصبحون منعزلون إجتماعياً فالتلاميذ الذين يشتركون في سلوكيات تنم عن وجود مشاكل يعتقد بأن لديهم أوجه عجز في نظام تشغيلهم للمعلومات الإجتماعية والأشخاص الذين يعانون من القصور في القدرة على تحديد المشاعر و وصفها (الشخصية التجنبية) أكثر عزله و عدوانية، بل يتجنبون معظم المواقف الاجتماعية التي

تتطلب منهم الحديث عن مشاعرهم الخاصة ووصفها للآخرين ، و تحديد أرائهم و أفكارهم.(٦٢:٥) (٣٠ :٢٦-٣٢)

ووجد كامبل (٢٠٠٠) وتعد اضطرابات الشخصية فئة من الاضطرابات النفسية التي تأخذ خصائص وملامح محددة تميزها عن غيرها فئات الاضطراب وقد يظهر الافراد في هذه مستويات عالية من الصعوبات الشخصية وضعف مفهوم الذات وعجز في الأداء في العديد من المجالات وانخفاض مستوى جودة الحياة وتشمل هذه الفئة مجموعة متميزة من الاضطرابات والتي تصف باسم الشخصية التجنبية.(٣٠ :١٥)

ويذكر "هشام الخولي" (٢٠١٠م) و علاء الدين كفاي (٢٠١١) ويعتبر اضطراب الشخصية التجنبية واحد من اضطرابات الشخصية وهو اضطراب شائع نسبياً وغير متجانس ويعرف في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية الخامس بانه نمط من الكف الاجتماعي، والشعور بعدم الكفاية، وفرط الحساسية للتقييم السلبي.(٨٤:٢٤) (١٢ :٥)

ويوصف اضطراب الشخصية التجنبية بانه اضطراب منتشر مرتبط بدرجة عالية من عدم التجانس ويترتب عليه اضطرابات نفسية واجتماعية واقتصادية كبيرة وقد يترتب عليه أيضا عبء اقتصادي وصحي واجتماعي كبير ويعاني الأشخاص ذوى اضطرابات الشخصية التجنبية من شعور بالخلج واسع الانتشار وعدم كفاية الشخصية والقلق الاجتماعي وتسهم هذه الأنماط الشخصية اللاتكيفية في سلوكيات الانسحاب والتجنب ، ويظهر الأشخاص ذوى اضطرابات الشخصية التجنبية تجنباً ملحوظاً من التفاعلات الاجتماعية معتبرين انفسهم غير مرغوب فيهم ومعزولين عن الآخرين وترتبط هذه الاعراض بضعف واضح في أنشطة الحياة اليومية والتكاليف المجتمعية.(٨٨:٦)

ويتفق كلا من سامي محمود، عبد السلام علي (٢٠٠٢م) ، هشام الخولي (٢٠٠٨م) أن المشاعر والإنفعالات لها دور كبير في تشكيل شخصية الفرد وتؤثر بدورها على سلوكياته وبالتالي فإن أي خلل في هذا التكوين يؤدي إلى العديد من الإضطرابات وتعتبر قدرة الإنسان على تحديد ووصف وتمييز هذه المشاعر هي أساس تواصل الفرد مع من حوله فإذا أستطاع الإنسان فهم ووصف مشاعره ثم قام بالتعبير عنها للآخرين يصبح أكثر فاعلية في المجتمع بينما الشخص الذي لا يستطيع فهم ووصف مشاعره لا يستطيع التعبير عنها وبالتالي فهو لا يستطيع إشباع حاجته في التواصل الاجتماعي والانفعالي مع الآخرين الأمر الذي يؤدي إلى ظهور العديد من المشكلات والإضطرابات النفسية المختلفة.(٨٤:٧)(٣٢:٢٥)

ومن ثم فإن القدرة على إدراك المشاعر و التعرف عليها و وصفها و التمييز بينها ، تعد إحدى المحددات المهمة للسلوك الإنساني.(٤١:٣٤)

و يؤكد أشرف عطيه (٢٠١٠) وأوضحت نتائج البحوث ان اضطرابات الشخصية التجنبية قد يؤثر على العديد من مجالات الحياة ففي الجانب العقلي قد تؤدي الى انخفاض الكفاءة الذاتية وفي الجانب الاجتماعي قد تؤدي الى انخفاض مستوى التعليم والدخل وضعف القدرة على الحصول على العمل باجر وفي الجانب الجسمي قد يعاني ذوي اضطرابات الشخصية التجنبية من امراض

جسدية وحتى عند مقارنتها بذوي اضطرابات الشخصية الأخرى تبين انهم يعانون من مستوى منخفض جدا في الوظيفة اليومية. (١١: ٨)

وللتدريب على المهارات الاجتماعية أهمية في علاج مختلف الاضطرابات والانحرافات السلوكية، وقد امتد التدريب على المهارات الاجتماعية ليشمل الأفراد ذوي الميول أو السلوك الإنسحابي والأفراد المعزولين اجتماعيا من قبل النظير وكذلك التلاميذ الذين يعانون من القصور في العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، ويجب الاهتمام بهذه الفئة من التلاميذ المحرومين من المشاركة في التفاعل مع الرفاق وتأييدهم (٤: ٥١)

وقد أجمع الكثير من العلماء ومنهم "عمر خليل" (٢٠٠١) "عادل عبد الله" (٢٠٠٤)، و"محمد عدنان" (٢٠٠٧) على وجود قصور شديد في العلاقات الاجتماعية حيث يعيش هؤلاء الأفراد بمعزل عن الآخرين، فلا يقيمون معهم سوى اتصالات قليلة فهم لا يعيرون الآخرين أو ما يفعلونه أي اهتمام. (١٣: ٦٦) (٨: ٣١) (١٩: ٤٥)

ويعتبر مجال الرياضة والممارسات الترويحية مجالا خصبا لتحسين السمات النفسية الإيجابية وخفض الاضطرابات النفسية بأكثر من شكل وذلك لاحتوائها على العديد من الأنشطة الرياضية الفردية او الجماعية والتي تسهم بشكل كبير في تحسين العلاقات الاجتماعية على مختلف المستويات بالإضافة الى القدرة على زيادة التماسك والارتباط بين أعضاء الفريق الواحد الامر الذي تراه الباحثة أداة جيدة لخفض مستوى تجنب الشخصية. (٢٨: ٥١) (٩: ٥١) (١: ٧٤)

وتسهم الألعاب الترويحية في تحسين الكفاءة البدنية والصحة العامة للتلاميذ معتمدة على الحركات السهلة البسيطة، فتتمى لديهم الإدراك الحسي ويتم الترفيه عنهم خاصة عند استخدام المثيرات المختلفة كأدوات تساعد على إبتداء النشاط الرياضي كالتصفيق والموسيقى والإيقاع، ووجود التلاميذ في الملاعب المفتوحة بعيدا عن جدران الفصل الذي يقضون فيه معظم أوقاتهم يساعد في إنجاح عملية التعليم عندهم ودمجهم بفاعلية (٢٠: ٥٧) (٢٣: ٣٠)

كما تسهم الألعاب الترويحية في رفع مستوى تركيزهم وإنتباههم وقدراتهم على الإحساس، فاللعب نشاط له جاذبيته الخاصة لأنه يمنحهم الشعور بالمشاركة والفاعلية والمنافسة والتشجيع والرضا، وبذلك يعد اللعب وسيطاً ممتازاً لتعليمهم الكثير من المفاهيم والمعلومات والعادات والأنماط السلوكية المرغوبة اجتماعيا وتتضح قيمة الأنشطة الرياضية الحركية في كونها وسيلة أساسية للتفريغ أو التنفيس الأنفعالي، والتخلص من العزلة والأنسحاب ومقاومة ميول العدوانية وإكساب بعض المهارات التي تمكنهم من شغل وقت فراغهم والاندماج مع الآخرين (٢٦: ٣٧٦)

ومن خلال ما اطلعت عليه الباحثة من المراجع العلمية والدراسات السابقة كدراسة نيكول روسبراش (٢٠١٣) (٣٣) بعنوان العلاقة بين الشخصية التجنبية واستثمار الجسم بالوشم والتعرض للصدمة للشباب الجامعي، ودراسة محمد شعبان احمد (٢٠١٥م) (١٧) بعنوان " اثر العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي في علاج الشخصية التجنبية لدى عينة من طلبة الجامعة المتأخرين دراسياً، ودراسة محمود سليمان شحاتة (٢٠١٣م) (٢١) بعنوان " فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في تخفيف الشخصية التجنبية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، ودراسة بريتاني بربتي (٢٠١٢) (٢٧) بعنوان "تنظيم العاطفة بين الشخصية التجنبية واضطرابات الأكل، ودراسة مارك لوفيس Marc Lovis (٢٠١٢) (٣٢) بعنوان "الشخصية التجنبية و السيطرة على الإندفاع ومخاطر الإنتحار لطلاب الجامعات، ودراسة سابرينا فرويند Sabrina Freund (٢٠١٢) (٣٥)

بعنوان اختبار الجوانب المعرفية والوجدانية والفسولوجية للأليكسيثيميا، ودراسة مسعد نجاح الرفاعي أبو الديار (٢٠١١) (٢٢) بعنوان "تنمية أساليب المواجهة لخفض الأعراض الإكلينيكية المصاحبة للأليكسيثيميا لدى عينة من التلاميذ ذوى الأعراض الذاتية، ودراسة فؤاد محمد الداوشى (٢٠١١) (١٤) بعنوان الشخصية التجنبية كمؤشر تنبؤي في الأعراض المرضية لدى المراهقين، ودراسة محمد شعبان احمد (٢٠٠٨م) (١٦) بعنوان " الشخصية التجنبية وعلاقتها بسلوك المشاغبة لدى عينة من مراحل تعليمية مختلفة والتي أشارات جميعها إلى أهمية استخدام الألعاب في تحسين مستوى السلوكيات الاجتماعية لدى المصابين الشخصية التجنبية وهذا ما دفع الباحثة الى اجراء هذه الدراسة للتعرف على

هدف البحث

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج أنشطة ترويحية جماعية على أعراض الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الأولى من التعليم الأساسي.

فروض البحث

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية في مستوى التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي عينة البحث.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية في مستوى اضطرابات الشخصية التجنبية لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي عينة البحث.

بعض المصطلحات الواردة في البحث:

الشخصية التجنبية

يعرف بانه نمط منتشر من الكف الاجتماعي والشعور بعدم الكفاءة وفرط الحساسية للتقييم السلبي، بدءاً من مرحلة البلوغ المبكرة ويوجد في مجموعة متنوعة من السياقات.

(٢٩: ٥٤-٥٥)

المهارات الاجتماعية Social Skills

"قدرة الطفل على المبادأة بالتفاعل مع الآخرين ، والتعبير عن المشاعر السلبية والإيجابية إزائهم ، وضبطه الإنفعالات في مواقف التفاعل الاجتماعي بما يتناسب مع طبيعة الموقف " (٢٨ : ١٦).

التفاعل الاجتماعي

هو أى سلوكيات لفظية أو غير لفظية يبادر بها الطفل كمحاولة للأشتراك مع الآخرين في علاقة ما أو يستخدمها الطفل كاستجابة لمحاولات الآخرين للتفاعل معه (٢٨ : ١٦)

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم القياس القبلي- البعدي لمجموعة تجريبية واحدة وذلك لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث:

يشمل مجتمع البحث على التلاميذ المصابين بالشخصية التجنبية والمترددين على مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي مدرسة (الصقلاوى الابتدائية بنين - المثني الابتدائية بنين الابتدائية) بمنطقة الفروانية بالكويت للمستوى السني من (١٠-١٢) سنة وتم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من التلاميذ من الصفوف (الخامس والسادس) وعددهم (١٢) تلميذ بالإضافة إلى (٨) تلاميذ لإجراء الدراسة الاستطلاعية للبحث.

جدول (١)

تجانس عينة البحث في معدلات النمو ومستوى السلوك العدواني والمهارات الاجتماعية ومستوى الشخصية التجنبية لدى عينة البحث

(ن = ٢٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
المتغيرات الانثربومترية					
العمر الزمني	سنة	١٠.٦٨	٠.٣٢	١٠.٦٥	٠.٥٨
الطول	سم	١٥٠.٤١	٠.٨٧	١٥٠.٤٠	٠.٥٢
الوزن	كيلوجرام	٥٤.٥١	٠.٦١	٥٧.٥٠	٠.٦٣
التفاعل الاجتماعي					
سلوكيات الطفل					
تكوين الصداقات	درجة	٢٨.١٨	١.١٢	٢٨.١٠	٠.٢٨
المشاركة الوجدانية للآخرين	درجة	٢٧.٣٦	٠.٩٦	٢٧.١٥	٠.٧١
المبادأة في انشاء علاقات مع الآخرين	درجة	٣٠.١٤	٠.٧٨	٣٠.٠٠	٠.٥٥
التعاون وتدعيم العلاقات مع الآخرين	درجة	٣٤.٩٨	١.٧٢	٣٤.٥٠	٠.٢١
مجموع درجات المقياس الاول	درجة	١٢٠.٦٦	٤.٥٨	١١٩.٧٥	٠.٣٢
المقابلة الشخصية					
المحادثة والحوار	درجة	٦.٥٢	٠.١٨	٦.٥٠	٠.٧٥
الفهم الاجتماعي	درجة	١٢.٨٨	٠.٧٢	١٢.٨٠	٠.٢٨
انشطة الاهتمامات والالعاب المفضلة	درجة	٤.٩٢	٠.١١	٤.٩٠	٠.٢٣
التصرف في المواقف الاجتماعية	درجة	٤.١٨	٠.٢٨	٤.١٠	٠.٧١
مجموع درجات المقياس الثاني	درجة	٢٨.٥٠	١.٢٩	٢٨.٣٠	٠.٦٢
مجموع المقياس ككل	درجة	١٤٥.١٦	٥.٨٧	١٤٨.٠٥	٠.٨٢
الشخصية التجنبية					
صعوبة تحديد الأحاسيس	درجة	٢٨.٦٢	١.١٠	٢٨.٦٠	٠.٦٢
صعوبة وصف الأحاسيس	درجة	١٩.٥٢	١.٣٢	١٩.٥٠	٠.٣١
التفكير المتوجه للخارج	درجة	٣٢.٨٤	٠.٨٥	٣٢.٨٠	٠.٩٢١
مجموع المقياس	درجة	٨٠.٩٨	٠.٩٨	٨٠.٩٠	٠.٠٢٦٥

يتضح من جدول رقم (١) أن معامل الالتواء ينحصر ما بين (٠.٩٨ -) وهذا يعنى أن المتغيرات تحقق المنحنى الأعتدالي حيث تنحصر ما بين ± 3 مما يؤكد على مدى التجانس بين أفراد العينة ككل

وسائل جمع البيانات

اولاً: الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

استخدمت الباحثة الأجهزة التالية لجمع البيانات:

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر.
- الميزان الطبي لقياس الوزن بالكيلو جرام.
- شريط قياس لقياس المسافات.
- ساعة إيقاف لحساب الزمن.

كما استخدمت أيضا الأدوات التالية في تطبيق البرنامج الألعاب الترويحية المقترح:

- * كرات تنس
- * كرات يد
- * صندوق خشبي
- * مقاعد سويدية
- * مسطرة مدرجة بالسنتيمتر
- * أطواق
- * عارضة معدنية أو خشبية
- * أكياس حبوب

ثانياً: المقياس المستخدمة في البحث:

- مقياس التفاعل الاجتماعي اعداد عبد العزيز السيد الشخص (٢٠١٤م)

ويتضمن هذا المقياس جزئين اساسيين يركز الاول على تقدير سلوكيات التلاميذ (التي تعكس مهارتهم وتفاعلهم الاجتماعي) من وجه نظر الوالدين والمعلمين ويشمل اربعة محاور هي (تكوين الصداقات- المشاركة الوجدانية، والمبادأة في انشاء علاقات مع الاخرين- التعاون وتدعيم العلاقات مع الاخرين).

اما الجزء الثاني فهو عبارة عن استمارة مقابلة شخصية (تشخيصية) للطفل يقوم بتطبيقها الباحث او الفاحص او الأخصائي، وتشمل خمسة محاور وهي المحادثة والحوار، الفهم الاجتماعي، الانشطة والاهتمامات، التصرف في المواقف الاجتماعية، وملاحظات عامة عن الطفل.

المعاملات العلمية لمقياس التفاعلات الاجتماعية

معامل الصدق والثبات

تم إيجاد معامل الصدق والثبات لاختيار التفاعلات الاجتماعية على عينة قوامها (٨) تلاميذ من خارج عينة البحث الأساسية، بطريقة التمايز بين الأرباعين الأعلى والأدنى لدرجات الاختبارات كما هو في جدول كما في جدول (٢)، (٣)

جدول (٢)

"دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في التفاعلات الإجتماعية"

ن = ٨

م	الاختبارات	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		قيمة (ت)	الدالة
		س	ع	س	ع		
اولا: سلوكيات التلاميذ							
١	تكوين الصداقات	٣٢.١٧	٠.٢٧	٢٥.١٢	٠.٢٢	٣.٢٨	دال
٢	المشاركة الوجدانية للآخرين	٢٩.١٨	٠.٣٨	٢٣.٢٨	٠.٥١	٣.٤٥	دال
٣	المبادأة في انشاء علاقات مع الاخرين	٣٢.١٧	٠.١٧	٢٦.٥٥	٠.٢٦	٣.١٨	دال
٤	التعاون وتدعيم العلاقات مع الاخرين	٣٥.٢٠	٠.٥٢	٢٧.٦٠	٠.١٨	٣.٤٥	دال
مجموعة درجات المحور الاول		١٢٨.٧٢	١.٤٣	١٠٢.٣٩	١.١٧	٣.٥٧	دال
ثانيا: الاستمارة التشخيصية							
١	المحادثة والحوار	٧.١٨	٠.٦٢	٥.٢٢	٠.٢٢	٣.٢٢	دال
٢	الفهم الاجتماعي	١٣.٢٧	٠.٢٨	١١.١٦	٠.١٧	٣.١٨	دال
٣	انشطة الاهتمامات والالعاب المفضلة	٥.٥٨	٠.٢٢	٤.١٨	٠.١١	٣.٤٥	دال
٤	التصرف في الاجتماعية	٥.١٠	٠.١٩	٣.٩٨	٠.١٥	٣.١٧	دال
مجموعة درجات المحور الثاني		٣١.١٣	١.٣١	٢٤.٥٤	٠.٦٥	٣.٤٥	دال
مجموعة المقياس كامل		١٥٩.٨٥	٢.٧٤	٣٦.٩٣	١.٨٢	٣.٦٨	دال

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) = ٢.١٣

يتضح من الجدول رقم (٢) وجود فروق دالة إحصائية بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في مقياس التفاعلات الإجتماعية مما يدل على صدق المقياس المستخدم في قياس ما وضع لقياسه.

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني في مقياس التفاعلات الاجتماعية

(ن = ٨)

م	الاختبارات	التطبيق الاول		اعادة التطبيق		معامل الارتباط	الدالة
		س	ع	س	ع		
اولا: سلوكيات التلاميذ							
١	تكوين الصداقات	٢٨.٦٤	٠.٥٢	٢٨.٩١	٠.٥٩	٠.٩٥٠	دال
٢	المشاركة الوجدانية للآخرين	٢٦.٣٢	٠.٣٣	٢٧.٦٠	٠.٨٤	٠.٩٤١	دال
٣	المبادأة في انشاء علاقات مع الاخرين	٢٩.٣٦	٠.٥٨	٣٠.١١	٠.٦٣	٠.٩٦٠	دال
٤	التعاون وتدعيم العلاقات مع الاخرين	٣١.٤٠	٠.٤١	٣١.٣٧	٠.٨٥	٠.٩٨٠	دال
مجموعة درجات المحور الاول		١١٥.٦٣	١.٨٤	١١٨.٣٧	٢.٩١	٠.٩٦٠	دال
ثانيا: الاستمارة الشخصية							
١	المحادثة والحوار	٦.٥٥	٠.٥٥	٦.٨٠	٠.٨٩	٠.٩٥٥	دال
٢	الفهم الاجتماعي	١٣.١٠	٠.٣٢	١٣.٥٥	٠.٤١	٠.٩٧١	دال
٣	انشطة الاهتمامات والالعب المفضلة	٥.٥٥	٠.١٤	٥.٨٠	٠.٣٢	٠.٩٦٠	دال
٤	التصرف في المواقف الاجتماعية	٤.٩٠	٠.٣٢	٤.٩٨	٠.٢١	٠.٩٦٦	دال
مجموعة درجات المحور الثاني		٣٠.١٠	١.٣٣	٣١.١٣	١.٨٣	٠.٩٨٠	دال
مجموعة المقياس كامل		١٤٥.٧٣	٣.١٧	١٤٩.٥٠	٤.٧٤	٠.٩٥٥	دال

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) = ٠,٤٩٧

يتضح من الجدول رقم (٣) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس التفاعلات الاجتماعية قد تراوحت ما بين (٠.٩٤١ إلى ٠.٩٨٠) مما يدل على ثبات المقياس.

٣- مقياس تورنتو لاضطراب الشخصية التجنبية "وترجمة" علاء الدين كفاي" (٢٠١٥م):-

- وصف المقياس:

ويتكون المقياس من (٢٠) عبارة تقيس الشخصية التجنبية، وقد صيغت العبارات على شكل عبارات ايجابية وأخرى سلبية، بواقع (١٥) عبارة ايجابية، (٥) عبارات سلبية، ويصحح المقياس على متصل من (٥) نقاط تبدأ بالرفض القوي وتنتهي بالموافقة القوية وتمثل نقطة الوسط الحياد ويعتبر الحد الأعلى للدرجة (١٠٠) درجة عند ارتفاع الشخصية التجنبية بينما يعبر الحد الأدنى للدرجة (٢٠) درجة عند انخفاض الشخصية التجنبية ويتكون مقياس الشخصية التجنبية من ثلاث عوامل رئيسية وهي:-

- صعوبة تحديد الأحاسيس تجاه الآخرين:

ويشير هذا المكون إلى نقص كفاءة الشخص في تحديد أحاسيسه والغالب على هذه الأحاسيس كونها أعراض جسمية يتغيب عنها في الغالب قدرة معرفية تعطى معنى لهذا الإحساس الذي تتم خبرته عبر الجسد ويتكون هذا البعد من (٧) عبارات ايجابية ويعتبر الحد الأعلى من (٣٥) درجة والحد الأدنى (٧) درجات.

- صعوبة وصف الأحاسيس والانزعاج عنهم:

يشير هذا المكون إلى نقص الكفاءة فيما يتعلق بالتعبير اللغوي عن الأحاسيس ويعود ذلك إلى هيمنة النشاط العصبي الفسيولوجي على الاستجابات بالانفصال على النظام المعرفي والذي يشمل المخططات " حيث يوجد بداخلها الترميز التخيلي" التي تعطى الوصف والمسميات للأحاسيس ويتكون من (٥) عبارات بواقع (٤) عبارات ايجابية، (١) عبارة سلبية ويتكون الحد الأقصى لمقياس من (٢٥) درجة والحد الأدنى من (٥) درجات.

- التفكير المتوجه نحو الخارج والبعد عن المجتمع:

ويشير هذا المكون إلى نقص الكفاءة التأملية لدى الشخص وبالتالي يتوجه تفكيره للخارج لنقص كفاءته في تحديد وصف أحاسيسه الخاصة ويتكون من (٨) عبارات بواقع (٤) عبارات ايجابية، (٤) عبارات سلبية ويكون الحد الأعلى من (٤٠) درجة والحد الأدنى من (٨) درجات.

المعاملات العلمية لمقياس الشخصية التجنبية

معامل الصدق والثبات

تم إيجاد معامل الصدق والثبات لاختبار الشخصية التجنبية على عينة قوامها (٨) تلاميذ من خارج عينة البحث الأساسية، بطريقة التمايز بين الأرباعين الأعلى والأدنى لدرجات الاختبارات كما هو في جدول كما في جدول (٤)، (٥)

جدول (٤)

"دلالة الفروق بين الربع الأعلى والربع الأدنى في الشخصية التجنبية "

ن = ٨

م	الاختبارات	وحدة القياس	الربع الأعلى		الربع الأدنى		قيمة (ت)	الدلالة
			ع	س	ع	س		
١	صعوبة تحديد الأحاسيس	درجة	٢٥.٣٢	١.٢١	٣١.٥٢	١.٠١	٣.٧٧	دال
٢	صعوبة وصف الأحاسيس	درجة	١٦.٨٥	١.٣٢	٢١.٦٥	١.٦٢	٣.٦٢	دال
٣	التفكير لمتوجه للخارج	درجة	٢٨.٦٢	٠.٩٨	٣١.١٨	٠.٦٢	٣.٤٥	دال
	المقياس الكامل	درجة	٧١.٧٩	٢.١٨	٦٨.٢٢	٢.١١	٤.١٠	دال

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) = ٢.١٣

يتضح من الجدول رقم (٤) وجود فروق دالة إحصائية بين الربع الأعلى والربع الأدنى في مقياس الشخصية التجنبية مما يدل على صدق المقياس المستخدم في قياس ما وضع لقياسه.

جدول (٥)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس الشخصية التجنبية

(ن = ٨)

م	الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط	الدالة
			س	ع	س	ع		
الشخصية التجنبية	صعوبة تحديد الأحاسيس	درجة	٢٨.٤٢	٠.٦٩	٢٨.٢٠	٠.٢١	٠.٩١٠	دال
	صعوبة وصف الأحاسيس	درجة	١٩.٢٥	٠.٢١	١٩.١٠	٠.٢٨	٠.٨٩٨	دال
	التفكير لمتوجة للخارج	درجة	٢٩.٩٠	٠.٢٥	٢٩.٩٨	٠.٥٤	٠.٩٨٧	دال
	المقياس الكامل	درجة	٧٧.٥٧	٠.٩٨	٧٧.٢٨	٠.٥٩	٠.٩٢٢	دال

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) = ٠,٤٩٧

يتضح من الجدول رقم (٥) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس الشخصية التجنبية قد تراوحت ما بين (٠.٨٩٨ إلى ٠.٩٨٧) مما يدل على ثبات المقياس.

برنامج أنشطة ترويحية جماعية:

١ - الهدف من البرنامج:

- معرفة تأثير استخدام الألعاب الترويحوية الجماعية كأسلوب مقترح لخفض مستوى الشخصية التجنبية لدى التلاميذ المصابين باضطراب الشخصية التجنبية.
- تأثير استخدام البرنامج المقترح برنامج أنشطة ترويحوية جماعية على المهارات الاجتماعية لدى التلاميذ المصابين باضطراب الشخصية التجنبية.

٢ - وحدات البرنامج:

لتحقيق أهداف الدراسة وضبط المتغيرات التي قد يكون لها تأثير على المجموعة قامت الباحثة بتحديد الآتي :

- بلغ زمن الوحدة اليومية للبرنامج (٣٠) دقيقة (زمن حصة).
- تراوح زمن تطبيق كل لعبة ما بين ٨ - ١٠ دقيقة.
- تم تحديد عدد (٣) تدريبات لمحتوى المهارات الأساسية (٢) تدريب ألعاب ترويحوية لمحتوى الوحدة اليومية بناءً على زمن تطبيق كل لعبة.
- مناسبة برنامج الألعاب الترويحوية المقترح للتلاميذ.

جدول (٦)

التوزيع الزمني لفترة تطبيق التجربة الأساسية للبحث

م	عناصر التطبيق	الزمن
١	عدد أسابيع التطبيق	٨ أسبوعاً
٢	عدد الوحدات الترويحية (الوحدة الترويحية) في الأسبوع	٣ أسبوعياً
٣	زمن الوحدة الترويحية	٣٠ دقيقة
٤	الزمن الكلي للبرنامج المقترح	٧٢٠ دقيقة (١٨ ساعة)

محتوى البرنامج الترويحي:

أسس اختيار الألعاب الترويحية الجماعية للبرنامج:

لقد راعت الباحثة عند اختيار وتوزيع هذه الألعاب الآتي :

- ١- توزيع هذه ألعاب على الوحدات الترويحية تبعاً لأهدافها.
- ٢- أن تحقق في مجموعها الهدف العام للبحث وأن تحقق الألعاب المختارة لكل وحدة الغرض منها.
- ٣- أن تتلائم مع المرحلة السنوية للتلاميذ عينة البحث مع مراعاة عامل التشويق والتدرج.
- ٤- أن يتناسب زمن أداء اللعاب مع زمن الجزء المخصص لها خلال كل وحدة تعليمية.
- ٥- أن تتميز بالمرونة وسهولة التطبيق والتنوع.
- ٦- أن تتناسب الألعاب المختارة مع الأدوات والإمكانات المتاحة.
- ٧- مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ.
- ٨- مراعاة عامل الأمن والسلامة عند تطبيق الألعاب الترويحية الجماعية المختارة.
- ٩- مراعاة توافر الألعاب الترويحية الجماعية لتطوير المهارات الاجتماعية.

توزيع الألعاب الترويحية الجماعية في الوحدة الترويحية:

- ١- ألعاب صغيرة خاصة لتنمية عناصر اللياقة البدنية العامة وتدرس في جزء الإحماء.
 - ٢- ألعاب صغيرة لتنمية المهارات الاجتماعية وخفض السلوك العدواني لدى التلاميذ.
- وقد راعت الباحثة عند اختيارها للألعاب الترويحية الجماعية توازنها وتنوعها ومرونتها وفقاً للقدرات البدنية لهؤلاء التلاميذ وأن تتطلب ممارستها قدراً من الصعوبة لتحقيق الغرض الذي أختيرت من أجله اللعبة، ولزيادة عامل الدافعية والتشويق نحو الممارسة راعت الباحثة التنوع عند التكرار، وأعتمدت الباحثة على الألعاب الجماعية لتنمية وتطوير المهارات الاجتماعية والسيطرة على جانب العدوان لدى التلاميذ.

تطبيق البرنامج:

قامت الباحثة باستبدال الطريقة المتبعة بجزء الإحماء والإعداد البدني بالألعاب الترويحية الجماعية التي تنمي نفس العناصر، وكذلك استبدال الطريقة المتبعة للتعليم في الجزء الرئيسي بالألعاب الترويحية الجماعية، مع مراعاة التدرج من السهل للصعب وحسب أهمية كل مهارة وذلك عن طريق شرح اللعبة مع تصحيح الأداء، وقامت الباحثة بتدريس الوحدة كاملة مع استخدام الألعاب الترويحية الجماعية في جزئي الإعداد البدني والجزء الرئيسي.

التجربة الاستطلاعية الثانية

قامت الباحثة بإجراء التجربة الاستطلاعية الثانية على عينة التجارب الاستطلاعية وقوامها (٨) تلاميذ من مجتمع البحث وليست من العينة قيد الدراسة يوم ٢٠٢١/٩/١٤ ، وقد أجريت هذه الدراسة لتنفيذ وحدة ترويحية باستخدام الألعاب الترويحوية الجماعية (البرنامج المقترح) بهدف التعرف على أي صعوبات قد تواجه الباحثة عند تنفيذ التجربة الأساسية للبحث وذلك من خلال:

- ١- التأكد من ملائمة المكان الخاص بتطبيق الدراسة الأساسية.
- ٢- مدى توافر الأدوات المستخدمة وملائمتها للاستخدام.
- ٣- مدى تفهم التلاميذ للألعاب والتدريبات وطريقة أدائها.
- ٤- التأكد من قدرة التلاميذ على مزاولة الألعاب.
- ٥- تحديد الألعاب المناسبة لزم من كل جزء من أجزاء الوحدة الترويحوية.

وقد أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية الثانية عن مايلي:

- ١- إعداد المكان الخاص بتطبيق الدراسة الأساسية مع توفير الأدوات اللازمة.
 - ٢- الألعاب في مستوى التلاميذ وأتضح فهمهم لطريقة أدائها.
 - ٣- تم تحديد الألعاب المناسبة لزم من كل جزء من أجزاء الوحدة الترويحوية، ولقد تم توزيع محتوى أجزاء الوحدة الترويحوية وفقا للتوزيع الزمني للوحدة الدراسية المدرسية.
- القياسات القبلية**

- قامت الباحثة بإجراء القياسات القبلية للبحث وذلك بتطبيق اختبار المهارات الاجتماعية واختبار الشخصية التجنبية خلال الفترة من ٢٠٢٢/٩/١٧ حتى ٢٠٢٢/٩/٢٧ على جميع أفراد عينة البحث طبقا للتوزيع الزمني الذي أتبع في التجربة الاستطلاعية

تطبيق تجربة البحث الأساسية

قامت الباحثة بتطبيق التجربة الأساسية لمجموعة البحث خلال الفترة الزمنية من يوم ٢٠٢٢/٩/٣٠ حتى يوم ٢٠٢٢/١٢/٢ م .

القياسات البعدية

بعد الإنتهاء من تطبيق التجربة الأساسية، قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية للبحث وذلك بتطبيق اختبار المهارات الاجتماعية ومقياس اضطراب الشخصية التجنبية خلال الفترة من ٢٠٢٢/١٢/٥ حتى ٢٠٢٢/١٢/٦ لجميع أفراد عينة البحث وذلك بنفس شروط القياس القبلي وب نفس ترتيب الاختبارات وبعد الإنتهاء من تطبيق الاختبارات والقياسات ومراجعة البطاقات بدقة تم تفرغها في استمارة تفرغ البيانات وإعدادها للمعالجة الإحصائية.

المعالجات الإحصائية

وقد تم معالجة البيانات إحصائيا وذلك بحساب :

- * المتوسط الحسابي.
- * الانحراف المعياري.
- * دلالة الفروق باختبار "ت".
- * - الوسيط.
- * معامل الالتواء.
- * معدل التغير (نسبة التحسن).

جدول (٧)

دلال الفروق بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التفاعل

الاجتماعي لدى عينة البحث

ن = ١٢

م	الاختبارات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفروق بين المتوسطين	نسبة التحسن	قيمة (ت)	الدلالة
		س	ع	س	ع				
أولاً: سلوكيات التلاميذ									
١	تكوين الصداقات	٦.٥٢	٠.١٨	٤٤.٧٥	٢.١٨	١٦.٥٧	%٥٨.٨٠	٣.٦٩	دال
٢	المشاركة الوجدانية للآخرين	١٢.٨٨	٠.٧٢	٤٥.١٧	٠.٥٥	١٧.٨١	%٦٥.٠٩	٣.٢١	دال
٣	المبادأة في انشاء علاقات مع الآخرين	٤.٩٢	٠.١١	٤٨.٩٠	١.١٧	١٨.٧٦	%٦٢.٢٤	٣.٥٨	دال
٤	التعاون وتدعيم العلاقات مع الآخرين	٤.١٨	٠.٢٨	٥٢.١١	٠.٦٩	١٧.١٣	%٤٨.٩٧	٣.٩٨	دال
مجموعة درجات المحور الاول		٢٨.٥٠	١.٢٩	١٩٠.٩٣	٤.٥٩	٧٠.٢٧	%٥٨.٢٣	٣.٢١	دال
ثانياً: الاستمارة التشخيصية									
١	المحادثة والحوار	٦.٥٢	٠.١٨	١٠.٥٨	٠.٥٢	٤.٠٦	%٦٢.٢٦	٣.٢١	دال
٢	الفهم الاجتماعي	١٢.٨٨	٠.٧٢	٢١.٥٨	٠.٨٧	٨.٧٠	%٦٧.٥٤	٣.٨٨	دال
٣	انشطة الاهتمامات والالعاب المفضلة	٤.٩٢	٠.١١	٨.٥٢	٠.٢٢	٣.٦٠	%٧٣.١٧	٣.٢٤	دال
٤	التصرف في المواقف الاجتماعية	٤.١٨	٠.٢٨	٨.١١	٠.١٤	٣.٩٣	%٩٤.٠١	٣.٩٨	دال
مجموعة درجات المحور الثاني		٢٨.٥٠	١.٢٩	٤٨.٧٩	١.٧٥	٢٠.٢٩	%٧١.١٩	٣.٢١	دال
مجموعة المقياس كامل		١٤٥.١٦	٥.٨٧	٢٣٩.٧٢	٦.٣٤	٩٤.٥٦	%٥٦.١٤	٣.٨٨	دال

- قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) = ١.٧١٤
- يتضح من جدول رقم (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مستوى المهارات الاجتماعيّة لدى التلاميذ عينة البحث حيث جاءت قيمة (ت) الجدولية أكبر من قيمتها المحسوبة عند مستوى الدلالة (٠.٠٥)

جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في مستوى الشخصية التجنبية لدى عينة البحث

ن = ١٢

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفروق بين المتوسطين	نسبة التحسن	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
		ع	م	ع	م				
صعوبة تحديد الأحاسيس	درجة	٢٨.٦٢	١.١٠	١٩.١٠	٠.٢١	٩.٥٢	٤٩.٨٤%	٣.٢٥	دال
صعوبة وصف الأحاسيس	درجة	١٩.٥٢	١.٣٢	١١.٢٠	٠.٢٨	٨.٣٢	٧٤.٢٨%	٣.٨٤	دال
التفكير لمتوجة للخارج	درجة	٣٢.٨٤	٠.٨٥	١٩.٢١	٠.١١	١٣.٦٣	٧٠.٩٥%	٣.٦١	دال
المقياس الكامل	درجة	٨٠.٩٨	٠.٩٨	٤٩.٥١	٠.٧٤	٣١.٤٧	٦٣.٥٦%	٣.٦٦	دال

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) = ١.٧١٤

يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مستوى مقياس الشخصية التجنبية عينة البحث حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) ولصالح القياس البعدي.

ثانياً: مناقشة النتائج

يتضح من جدول رقم (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مستوى التفاعل الاجتماعي لدى التلاميذ عينة البحث حيث جاءت قيمة (ت) الجدولية أكبر من قيمتها المحسوبة عند مستوى الدلالة (٠.٠٥).

وترى الباحثة أن النشاط الحركي واللعب الترويحية يعد جانباً هاماً من أنشطة التعديل والتوجيه للطفل، للإثراء الذي يتميز به في تنمية القيم الاجتماعية والنفسية كالتحكم في النفس وخبرة النجاح بأبعادها الإنفعالية المختلفة، فالنشاط الحركي واللعب يساعد على إكتساب وتنمية قدراتهم العقلية والبدنية والاجتماعية إلى أقصى حد ممكن حتى يشعرون بإنسانيتهم وقيمتهم.

والتفاعل الاجتماعي يعنى بتنمية وإكتساب الطفل مهارات إجتماعية تساعده على الاندماج بفاعلية وبطريقة مناسبة مع أفراد المجتمع الذي ينتمي إليه، وزيادة حجم التعاون والتواصل بالآخرين ، بحيث تصبح علاقاتهم بالرفاق جيدة ونشطة وأن يكتسب القدرة في التعبير عن نفسه وفي تكوين علاقات إجتماعية وعاطفية مع المحيطين به من خلال الأهتمام بأعمالهم وأنشطتهم ومشاركتهم فيها ، وبذلك يصبح لديه إدراك بأهمية العلاقات الإجتماعية التي تساعده على التوافق مع الآخرين (٢٢ : ٢٧١).

وترى الباحثة ازدياد اهتمام الباحثين خلال النصف الثاني من القرن العشرين بدراسة الشعور المتزايد بالعزلة الاجتماعية كظاهرة انتشرت بين الأفراد في المجتمعات المختلفة، وتعزى ذلك إلى ما بهذه الظاهرة من دلالات تعبر عن أزمة الإنسان المعاصر ومعاناته وصراعاته الناتجة عن تلك الفجوة المتزايدة بين التقدم المادي الذي يسير بمعدل هائل السرعة وتقدم قيمي وأخلاقي واجتماعي ومعنوي ، الأمر الذي أدى بالإنسان إلى عدم الشعور بالأمن والطمأنينة حيال واقع الحياة.

في هذا الصدد يذكر " عبد الصبور منصور " (٢٠٠٣م) (١٠) أنه تحافظ الألعاب الرياضية على سلامة الجسم وصحته بجانب مساعدتها في تنمية العقل من خلال التدريب على قوة الملاحظة والتفكير السليم بالإضافة إلى ماكتسبه للفرد من صفات إجتماعية من خلال ما يتدرب عليه أثناء ممارستها من تعاون ومشاركة تتطلب كثيرا من الخصال الحميدة كضبط النفس والطاعة والشعور بالرضا والمسئولية والقيادة والتبعية ، وتمتد أيضا إلى إكسابه قوة العزيمة والجرأة والمبادأة وكثير من الصفات النفسية الأخرى المطلوبة وبذلك ينشأ فردا متكاملا بدنيا وعقليا ونفسيا وإجتماعيا ، فهي بذلك تضمن قيم تربوية وتعليمية كبيرة . (١٢:١٠)

وفى هذا الصدد تشير "أماني عبد المقصود (٢٠٠٣م) (٤) إلى أنه من ممارسة الألعاب يمكن تعلم أو إتقان بعض المهارات الاجتماعية مجتمعه أو منفردة في صورة لعبة صغيرة يمكن التغاضي فيها عن بعض نقاط القانون مثل عدد اللاعبين أو مساحة الملعب وذلك يساعدهم في تحقيق هدفهم بروح تعاونية دون النظر إلى حالة المنافسة بين التلاميذ (٤ : ٧٦).

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الاول والذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية في مستوى التفاعل الاجتماع لدى التلاميذ عينة البحث.

يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية في مستوى الشخصية التجنبية لدى عينة البحث حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) ولصالح القياس البعدى وترجع الباحثة ذلك التحسن إلى برنامج الألعاب الجماعية والمطبق على التلاميذ عينة البحث.

ويشير **فؤاد محمد الداوشى** (٢٠١١) (١٤) إلى أن نسبة إنتشار الشخصية التجنبية تتراوح ما بين ٩% - ١٧% بين عينات عمرية مختلفة وبين جنس الذكور أكثر من الإناث، في حين تبلغ نسبة الشخصية التجنبية بين التلاميذ ١٣% (١٤: ٧٤).

ويتسم الأفراد المصابون الشخصية التجنبية ببعض السمات الأساسية التي اعتبرها بعض الباحثين بل معظم الباحثين في مجال الشخصية التجنبية المكونات الأساسية لهذا الاضطراب حيث يتفق كل من محمد شعبان (٢٠١٥م) (١٧)، محمود شحاتة (٢٠١٣م) (٢١) أن هناك "أربع سمات أساسية للأفراد الذين يعانون من الشخصية التجنبية وهى صعوبة تحديد المشاعر ، و صعوبة التلطف بالمشاعر أو التعبير عنها للآخرين ، و محدودية الخيال ، و نمط تفكير ذو توجه خارجي وهذا ما لاحظته الباحثة مع عينة البحث أثناء الدراسة.

وتؤكد نتائج دراسة **مارس لوفنس Marc Lovis** (٢٠١٢م) أن الأفراد الذين يعانون من الشخصية التجنبية يعانون من نقص الثقة بالنفس والإحساس بالانتهاك النفسي بدرجة أعلى من ذويهم ، ويجدون صعوبة في استخدام بعض الأساليب الإنفعالية في مواجهة الضغوط وكذلك بعض السمات النفسية والسلوكية المميزة للأفراد الذين يعانون من الشخصية التجنبية وهى الميل شبه الدائم إلى الوحدة والعزلة، ضعف القدرة على تكوين صداقات، تقدير الذات المنخفض. (١٠٢: ٣٣)

و يذكر " عبد الصبور منصور " (٢٠٠٣م) (١٠) أن الألعاب الترويحية الجماعية تكسب الفرد كثير من الصفات الاجتماعية من خلال ما يتدرب عليه أثناء ممارستها من تعاون ومشاركة تتطلب كثيرا من الخصال الحميدة كضبط النفس والطاعة والشعور بالرضا والمسئولية والقيادة والتبعية ، وتمتد أيضا إلى إكسابه قوة العزيمة والجرأة والمبادأة وكثير من الصفات النفسية الأخرى المطلوبة وبذلك ينشأ فردا متكاملا بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا ، فهي بذلك تضمن قيم تربوية وتعليمية كبيرة . (١٢:١٠)

وترى الباحثة ان الشخصية التجنبية واحداً من الاضطرابات التي يمكن أن تؤثر على الأداء الوظيفي والمهني والاجتماعي للفرد بحيث تدفعه الى تجنب المشاركة الفعالة في مجالات الحياة المتعددة، وذلك بما ينشأ عنه من عزلة ووحدة شديتين مع انخفاض أدوار الفرد الوظيفية والاجتماعية، فضلا عن أن مستوى القلق المرتفع في المواقف الاجتماعية يمثل ضغطا شديدا على الفرد يمنعه من التفاعل الاجتماعي الناجح وأداء دوره المطلوب في مثل هذه المواقف.

حيث ان تجنب العلاقات الاجتماعية كمؤشر على القلق كأستجابة انفعالية لا يوجد في حالة نقاء؛ بل يرتبط بالعديد من الاستجابات التي يعبر عنها بمفاهيم غير مصطلح القلق ويتسق ذلك مع ما تبرزه الأوعية المعلوماتية و الأطر التنظيرية بأن القلق خليط مركب من أنفعالات كثيرة خوف، وغضب، وعدم استقرار، واحساسات غامضة لا يجد لها الانسان تفسيراً.

حيث أشارت منظمة الصحة العالمية أن اعراض الشخصية التجنبية يمثل مشكلة خطيرة على الصحة النفسية إذ يخاف الفرد أن يمعن الآخرين النظر فيه مما يؤدي إلي تجنب المواقف الاجتماعية ويكون شائعا لدي الرجال والنساء.

وأن استخدام البرامج الرياضية الفردية والجماعية يسهم في تحسين العلاقات الاجتماعية وتشير الدراسات الى أهمية وجود مرشد نفسي داخل تلك البرامج يركز علي وعي المسترشد وإدراكه لتنمية الفهم الذاتي لديه، وما يفعله لتحقيق ما يريده مع الأخذ في الاعتبار ضرورة التركيز علي هذا الوعي ورفع درجة هذا الإدراك لمساعدته علي تحقيق ذلك ، وهذه الرؤية الذاتية تعتبر حجر الزاوية في الممارسة الإرشادية المعرفية والهدف المنشود منها ، ولذلك يتم استخدام ملف العلاج النفسي داخل البرامج الرياضية.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني والذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية في مستوى اضطرابات الشخصية التجنبية لدى التلاميذ عينة البحث.

الاستنتاجات

- برنامج الألعاب الترويحية الجماعية المقترح له تأثير إيجابي على التفاعل الاجتماعي لدى التلاميذ عينة البحث.
- برنامج الألعاب الترويحية الجماعية المقترح له تأثير إيجابي على خفض مستوى الشخصية التجنبية لدى التلاميذ عينة البحث.

التوصيات

- ١- إجراء المزيد من الدراسات العلمية للتعرف على تأثير تطبيق الألعاب الترويحية الجماعية على السمات النفسية والاجتماعية لهذه المرحلة.
- ٢- الاهتمام باللعب الفناء للتلاميذ.
- ٣- تنفيذ البرنامج المقترح لتنمية العلاقات الاجتماعية الإيجابية لدى تلاميذ المرحلة الاولى من التعليم الأساسي.
- ٤- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث على مستوى المهارات الاجتماعية لتلاميذ المرحلة الاولى من التعليم الأساسي.

المراجع

- ١- أسامة رياض (٢٠٠٠): "رياضة المعاقين الأسس الطبية والرياضية"، القاهرة دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢- السيد عبد النبي السيد (٢٠٠٤): الأنشطة التربوية للتلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- ٥- إلين وديع فرج: خبرات في الألعاب؛ منشأة المعارف بالأسكندرية ط٢، ٢٠٠٢م
- ٤- أماني عبد المقصود عبد الوهاب (ب. ت): مقياس تقدير المهارات الاجتماعية للتلاميذ، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- ٥- إيمان عبد الله البنا: (٢٠٠٣م) الشخصية التجنبية (صعوبة تحديد وصف المشاعر) وأنماط التعامل مع الضغوط، مكتبة كلية الآداب، جامعة عين شمس، العدد (٣١).
- ٦- رشا محمد عبد العزيز، زينب بنت محمد زين العايش (٢٠٠١م) سيكولوجية مواجهة العنف ضد التلاميذ، عالم الكتب، القاهرة.
- ٧- سامي محمود حسن، عبد السلام على القفاش: " (٢٠٠٢م) الموجز في التحليل النفسي، (ط٤)، دار المعارف، القاهرة.
- ٨- عادل عبد الله محمد (٢٠٠١م) العلاج النفسي المعرفي السلوكي، ط١، دار الرشاد، القاهرة.
- ٩- عادل عبد الله محمد (٢٠٠٤): "الإعاقات الحسية" سلسلة ذوي الاحتياجات الخاصة، دار الرشاد، القاهرة.
- ١٠- عبد الصبور منصور محمد (٢٠٠٣): مقدمة في التربية الخاصة سيكولوجية غير العاديين وتربيتهم، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- ١١- عبد العزيز الشخص: مقياس التفاعل الاجتماعي للتلاميذ. مكتبة الأنجلو القاهرة ٢٠١٤م
- ١٢- علاء الدين كفاي، فؤاد الدواش: مقياس تورنتو للإكسثيميا. مكتبة الأنجلو. القاهرة ٢٠١١م
- ١٣- عمر الخطاب خليل (٢٠٠١): "الأساليب الفعالة في علاج التوحد" - مجلة معوقات الطفولة - العدد (٩) - جامعة الأزهر.
- ١٤- فؤاد محمد الداوشى (٢٠١١) بدراسة بعنوان الشخصية التجنبية كمؤشر تنبؤى في الإعراض المرضية لدى المراهقين، رسالة ماجستير، كلية نايف للعلوم الأمنية، المملكة العربية السعودية.
- ١٥- مجدى محمد دسوقي: مقياس تقدير أعراض السلوك الفوضوى. مكتبة الأنجلو القاهرة ٢٠١٤م
- ١٦- محمد شعبان احمد (٢٠٠٨م) "الشخصية التجنبية وعلاقتها بسلوك المشاغبة لدى عينة من مراحل تعليمية مختلفة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الفيوم.
- ١٧- محمد شعبان احمد (٢٠١٥م) "اثر العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي في علاج الشخصية التجنبية لدى عينة من طلبة الجامعيين المتأخرين دراسياً، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة الفيوم.

١٨- محمد عبد التواب أبو النور (٢٠٠٩م) "قراءات تحليلية في الصحة النفسية، مكتبة دار العلم ، الفيوم.

١٩- محمد عدنان عليوان (٢٠٠٧): "التلاميذ التوحديون" القاهرة، دار اليازوري العلمية للنشر.

٢٠- محمد ناصر (٢٠٠٥) : الرياضة الخاصة "رياضة المعاقين فنيا وتدريباً" ، ط ٣ ، دار العلم للملايين ، بيروت ، لبنان.

٢١- محمود سليمان شحاتة (٢٠١٣م) "فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في تخفيف الشخصية التجنبية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية، جامعة قناة السويس.

٢٢- مسعد نجاح الرفاعي أبو الديار (٢٠١١) بدراسة بعنوان "تنمية أساليب المواجهة لخفض الأعراض الإكلينيكية لدى عينة من التلاميذ ذوي الأعراض الذاتية، رسالة ماجستير، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

٢٣- ناصر، اشواق صبر (٢٠٠٢) بعد الشخصية (الانبساط-الانطواء-العصابية) وعلاقتها باضطرابات الشخصية التجنبية، رسالة ماجستير، غير منشورة، بغداد.

٢٤- هشام عبد الرحمن الخولى (٢٠١٠م) " الصحة النفسية ومشكلات الحياة ، ط٢ ، دار النهضة العربية، القاهرة.

٢٥- هشام عبد الرحمن الخولى (٢٠٠٨م) دراسات وبحوث في علم النفس والصحة النفسية ، دار النهضة للطباعة والنشر ، القاهرة.

26- American Psychiatric Association (2004); Diagnostic and statistical Manual of Mental Disorders, 4th ed; DSM-IV-Washington, DC; Author

27- Brittany Brepetta (2012) entitled "organizing passion between Alolixitemia and eating disorders," Journal of Behavior and Health, Iran

28-Creedon, Margaret P. ,(2000): Language development in nonverbal Autistic children using simultaneous communication system" paper presented at the society for Research in child Development meeting, Philadelphia, march.

29-Frans,M,Kerstin, P.,Ralf, S.,Wolfgang, S.,Christine, s.,jochen,H.,&et al. (2008).Alexithymia in the German general population. Psychiatry Epidemiology,143, 54-62

30-Hill,E.I.(2004)Executive dysfunction in autism. Trends in cognitive sciences vol.8,pp.26-32

- 31-Levine,D., Marziali ,E.,J.(2007) :Emotion processing in borderline personality Disorders. Jornal of Nervous Mental Disorders , 185,240-246
- 32- Marc Lovis (2012) entitled "Alolixitemia and control of the Stampede and the risk of suicide for college students, the journal Psychological Science and perfusion, France
- 33-Nicole Rosberash (2013) study entitled Alolixitemia the relationship between investment and tattooed body and exposure to a shock to the young university, mental health magazine, Britain
- 34-Offord, D.R., Boyle, M.H., & Racine, Y.A (2001): The epidemiology of antisocial behavior. In D.J. pepler & K.H. Rubin (eds), The development and treatment of child hood aggression.
- 35- Sabrina Freund (2012) study titled test of cognitive, emotional and physiological aspects of Olixitemia, the journal Psychological Science and Ttabaguetha, Britain
- 30-Todd, Teri, and Greg, Reid (2006): Increasing physical activity in Individual, with Autism, journal focus on Autism and other development al disabilities. Val (21) N (3) pp 167-176).