



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية



أثر برنامج ارشادي بأسلوب اللعب

لخفض الضجر لدى الاحداث

رسالة مقدمة

إلى مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية / جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية

(الارشاد النفسي والتوجيه التربوي)

تقدم بها الطالب

محمد عزيز دخيل السهلاني

بإشراف

الاستاذ الدكتور

عبد الكريم محمود صالح

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ فَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ وَلَا تَكُنْ كَصَاحِبِ

الْحُوتِ إِذْ نَادَىٰ وَهُوَ مَكْظُومٌ ﴿٤٨﴾

صدق الله العلي العظيم

سورة القلم/ الآية : ٤٨

اقرار المشرف

أشهد أن اعداد هذه الرسالة الموسومة ب (أثر برنامج ارشادي بأسلوب اللعب لخفض الضجر لدى الاحداث) المقدمة من الطالب (محمد عزيز دخيل) ، تمت بأشرافي في جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية ، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية (الارشاد النفسي والتوجيه التربوي) .

التوقيع :

المشرف

أ. د عبد الكريم محمود صالح

٢٠٢١ / /

بناءً على التوصيات أشرح هذه الرسالة للمناقشة

التوقيع:

أ.م. د حسام يوسف صالح

رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية

٢٠٢١ / /

اقرار الخبير اللغوي

أشهد أن الرسالة الموسومة ب (أثر برنامج ارشادي بأسلوب اللعب لخفض الضجر لدى الأحداث) المقدمة من الطالب (محمد عزيز دخييل) ، صحت من الناحية اللغوية واصبحت بأسلوب علمي خالٍ من الاخطاء والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة ولأجله وقعت .

التوقيع :

الاسم : م.د. ولاء فخري قدوري

التاريخ: / / ٢٠٢١

اقرار الخبير العلمي

أشهد أنني قرأت الرسالة الموسومة ب (أثر برنامج ارشادي بأسلوب اللعب لخفض الضجر لدى
الاحداث) المقدمة من الطالب (محمد عزيز دخيل) ، وجرى مراجعتها من الناحية العلمية واصبحت
جاهزة للمناقشة قدر تعلق الامر بالسلامة العلمية .

التوقيع :

الاسم :أ.م. د ياسمين طه ابراهيم

التاريخ : / / ٢٠٢١

اقرار الخبير العلمي

أشهد أنني قرأت الرسالة الموسومة ب (أثر برنامج ارشادي بأسلوب اللعب لخفض الضجر لدى
الاحداث) المقدمة من الطالب (محمد عزيز دخيل) ، وجرى مراجعتها من الناحية العلمية واصبحت
جاهزة للمناقشة قدر تعلق الامر بالسلامة العلمية .

التوقيع :

الاسم : أ.م.د. خضر عباس غيلان

التاريخ : / / ٢٠٢١

اقرار الخبير الاحصائي

أشهد أنني قرأت الرسالة الموسومة ب (أثر برنامج ارشادي بأسلوب اللعب لخفض الضجر لدى
الاحداث) المقدمة من الطالب (محمد عزيز دخيل) ، وجرى مراجعتها من الناحية الاحصائية
وبذلك اصبحت مؤهلة للمناقشة قدر تعلق الامر بالجانب الاحصائي.

التوقيع :

الاسم : أ.د جاسم محمد علي

التاريخ: / / ٢٠٢١

إقرار لجنة المناقشة

نحن أعضاء لجنة المناقشة نشهد أننا أطلعنا على الرسالة الموسومة ب(أثر برنامج ارشادي بأسلوب اللعب لخفض الضجر لدى الأحداث) وقد ناقشنا الطالب (محمد عزيز دخيل) في محتوياتها وفيما له علاقة بها، ونعتقد أنها جديرة بالقبول لنيل شهادة الماجستير في التربية / الارشاد النفسي والتوجيه التربوي وبتقدير (مستوفي).

التوقيع:

التوقيع:

الاسم: عبدالعباس غضيب شاطي
عضوا
التاريخ: / / ٢٠٢١

الاسم: سمیعة علي حسن
عضوا
التاريخ: / / ٢٠٢١

التوقيع:

التوقيع:

الاسم: عدنان محمود عباس
رئيسا
التاريخ: / / ٢٠٢١

الاسم: عبدالكريم محمود صالح
عضوا ومشرفا
التاريخ: / / ٢٠٢١

صدقت الرسالة من مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة ديالى بتاريخ / / ٢٠٢١

الأستاذ الدكتور

نصيف جاسم محمد الخفاجي

عميد كلية التربية للعلوم الإنسانية

التاريخ / / ٢٠٢١

الإهداء

الى من كان ..

نبعاً سخياً..... ومصدراً ثرياً... وكان معي في حركاتي وسكناتي.... والدي العزيز
الى من غرست غرسها لترى بعينها ثمارها والدتي الغالية
الى من

أعطاني من وقته الثمين وتعلمت منه الكثير والكثير

مشرفي الفاضل الاستاذ الدكتور (عبد الكريم محمود صالح).

الى من....

يحيون في نبضات قلبي ويمدونني بالحب والحياة اخواني واخواتي.

الى الارواح التي سكنت مآواها الاخير اخوتي رحمهم الله

الى من سرنا معاً نشق طريقنا متكاتفين زملائي الاعزاء

الى اللذين انقطعوا عن اهلهم وتحملوا هموم الحياة وحدهم ... دار تأهيل الاحداث

اهدي ثمرة جهدي المتواضع...

الباحث

شكر وامتنان

الحمد لله على جعل عسير الأمر يسيراً، والصلاة والسلام على خاتم الأنبياء صل الله عليه وآله وصحبه أجمعين.....

لا يسعني وأنا أضع اللمسات الأخيرة في هذا البحث وإيماناً بفضل الاعتراف بالجميل وتقديم الشكر والامتنان وانطلاقاً من قول الباري عز وجل ((وَلَا تَسْأُوا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ إِنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ)) صدق الله العلي العظيم (البقرة آية ٢٣٧).

يدفعني واجب الوفاء والإخلاص أن أتقدم بخالص الشكر الجزيل والعرفان والاحترام لمن غمرني بالفضل وتفضل بقبول الإشراف على الرسالة أستاذي الفاضل الدكتور عبد الكريم محمود صالح وما بذله من جهد مميز في سبيل إغناء البحث وإرشاداته وتشجيعه المتواصل فقد كان نعم الأستاذ، أسأل الله أن يجزيه عني خير الجزاء، وأقدم خالص شكري وامتناني الى اعضاء لجنة السمنار (الاستاذ الدكتور عدنان المهداوي والاستاذ الدكتور سالم نوري والاستاذ الدكتور سميرة علي) لما قدموه من خبره علمية ولملاحظاتهم القيّمة. ولا يفوتني ان اتقدم بخالص الشكر والامتنان الى عمادة كلية التربية للعلوم الانسانية ورئاسة قسم العلوم التربوية والنفسية، المتمثلة بالأستاذ المساعد الدكتور (حسام يوسف).

وشكراً لكل من مد يد العون، وساندي - ولو بكلمة - وخاننتي الذاكرة عن ذكر اسمه في هذا المقام. وأختتم كلامي بما بدأت... أن الحمد لله العلي القدير على فضله وكرمه، والصلاة والسلام على خير نبي سيدنا محمد وعلى آله الطيبين الطاهرين وصحبه أجمعين ومن تبعهم بالإحسان إلى يوم الدين.

والله ولي التوفيق

الباحث

المستخلص

مستخلص البحث

يستهدف البحث الحالي التعرف الى (أثر برنامج ارشادي بأسلوب اللعب لخفض الضجر لدى الأحداث) وذلك من خلال التحقق من صحة الفرضيات الآتية:

١- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الضجر بعد تطبيق البرنامج الارشادي.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الضجر بعد تطبيق البرنامج الارشادي .

٣- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى(٠,٠٥) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الضجر بعد تطبيق البرنامج الارشادي .

ولتحقيق هدف البحث وفرضياته استعمل الباحث التصميم التجريبي (تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات القياس القبلي والبعدي، لعينة تكونت من (٢٠) حدثاً من الذكور ممن حصلوا على درجات عالية في مقياس الضجر .

وقد تحدد البحث الحالي بالإحداث في وزارة العمل والشؤون الاجتماعية للذكور للعام الحالي (٢٠٢١) البالغ عددهم (٢٠٠) حدث توزعوا على (٢) من الدور وتكونت عينة التحليل الاحصائي من (٢٠٠) حدثاً، من دار تأهيل الأحداث ودار البيت العراقي للأحداث المشردين، بطريقة عشوائية، اما عينة تطبيق البرنامج الارشادي فقد بلغت (٢٠) حدثاً تم توزيعهم على مجموعتين بواقع (١٠) حدثاً من (دار التأهيل الأحداث للمشردين) للمجموعة التجريبية، و(١٠) من دار(البيت العراقي) للمجموعة الضابطة وجرى اختيار الأحداث بصورة قصدية من الأحداث الذين حصلوا اعلى درجات من الوسط الفرضي على مقياس الضجر والذي تكون وتم اجراء التكافؤ في عدد من المتغيرات .

قام الباحث ببناء مقياس الضجر الذي تكون من (٣٢) فقرة بصيغة النهائية بعد عرضه على مجموعة من المحكمين في القياس والتقويم وعلم النفس ، اما الثبات يتم بطريقتين وهي ، الاختبار واعداد الاختبار حيث (٠,٩١) والفاكرونباخ حيث بلغ (٠,٨٤)

كذلك قام الباحث بتطبيق اسلوب ارشادي (الاسلوب باللعب) تم تنفيذه من خلال برنامج ارشادي اعد لغرض تخفيض الضجر، وتم التحقق من صدق البرنامج الارشادي عن طريق الصدق الظاهري ومن خلال عرضه على مجموعة من المحكمين في الارشاد والتوجيه التربوي ، فقد تكون البرنامج من (١٢) جلسة ارشادية وبواقع اثنان جلسة في الاسبوع وزمن الجلسة الواحدة (٦٠) دقيقة، والجلسة الافتتاحية والختامية (٤٥) دقيقة .

ولمعالجة البيانات استعمل الباحث الوسائل الاحصائية الاتية(معامل ارتباط بيرسون ، معادلة الفاكرونباخ، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، اختبار ولكوكسن، اختبارمان وتتي، اختبارمربع كاي) وقد اظهرت نتائج البحث الحالي بما يأتي:-

١- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى(٠,٠٥) بين رتب درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الضجر بعد تطبيق البرنامج الارشادي.

٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح المجموعة التجريبية عند مقياس الضجر بعد تطبيق البرنامج الارشادي.

٣- توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى(٠,٠٥) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الضجر ولصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الارشادي .

وقد اظهرت النتائج أن الاسلوب باللعب أثر في خفض الضجر لدى الاحداث المتواجدين في دور الدولة التابع لوزارة العمل والشؤون الاجتماعية.

وفي ضوء نتائج البحث قدم الباحث عدداً من التوصيات والمقترحات.

ثبت المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	العنوان
ب	الآية القرآنية
ت	أقرار المشرف
ث	أقرار الخبير اللغوي
ج-ح	أقرار الخبير العلمي
خ	أقرار الخبير الاحصائي
د	أقرار لجنة المناقشة
ذ	الاهداء
ر	شكر وامتنان
ز - ش	مستخلص البحث
ص - ط	ثبت المحتويات
ظ	ثبت الجداول
ظ - ع	ثبت الاشكال
ع	ثبت الملاحق
١٤-١	الفصل الاول : التعريف بالبحث
٤-٢	اولا : مشكلة البحث
٩-٤	ثانيا : اهمية البحث
٩	ثالثا : هدف البحث
١٠-٩	رابعا : حدود البحث
١٤-١٠	خامسا: تحديد المصطلحات
٥٠-١٥	الفصل الثاني : اطار نظري ودراسات سابقة
٢٨-١٦	١ - ادبيات الارشاد
٣٠-٢٨	٢ - ادبيات الضجر ومفهومه
٣٨-٣٠	- النظريات التي تفسر الضجر
٣٢-٣٠	اولاً- نظرية التحليل النفسي
٣٣-٣٢	ثانياً- المنظور المعرفي
٣٤-٣٣	ثالثاً- نظرية زيو-كرمان
٣٥-٣٤	رابعاً- منظرون او هاتلون

٤٨-٣٥	مناقشة تفسير النظريات للضجر
٤٣-٣٨	دراسات سابقة تناولت الاسلوب باللعب
٣٩-٣٨	١- دراسة كامل (٢٠١١)
٤٠-٣٩	٢- دراسة ابراهيم (٢٠١٩)
٤٠	١- دراسة ماكنير وارمان (٢٠٠٢)
٤١	٢- دراسة Rost & Bruyn (2002)
٤٣-٤١	- مقارنة بعض الدراسات السابقة بأسلوب اللعب
٥٠-٤٤	٢- دراسات سابقة تناولت الضجر
٤٤	١- دراسة مظلوم (٢٠١٤)
٤٥-٤٤	٢- دراسة الشافعي (٢٠١٦)
٤٥	٣- دراسة الحميدي (٢٠١٩)
٤٦	١- دراسة ويجنر (٢٠٠٦)
٤٧-٤٦	٢- دراسة ايستوود (٢٠٠٦)
٥٠-٤٧	مقارنة الدراسات السابقة مع البحث الحالي
٥٠	جوانب الافادة من الدراسات السابقة
٨٠-٥١	الفصل الثالث : منهجية واجراءات البحث
٥٢	اولاً: منهج البحث
٥٤-٥٢	ثانياً: التصميم التجريبي
٥٥-٥٤	ثالثاً: مجتمع البحث
٥٧-٥٦	رابعاً: عينة البحث
٦٣-٦٨	خامساً: تكافؤ المجموعتين
٨٩-٦٣	سادساً: اداتا البحث

٨٠	سابعاً: الوسائل الاحصائية
١٤٠-٨١	الفصل الرابع : البرنامج الارشادي
١٤٩-١٤١	الفصل الخامس : عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها
١٤٧-١٤١	اولا : عرض النتائج
١٤٨	ثانيا : تفسير نتائج البحث الحالي
١٤٩-١٤٨	ثالثا : التوصيات
١٤٩	رابعا : المقترحات
١٥٩ -١٥٠	المصادر العربية والاجنبية
١٥٦ -١٥١	اولا : المصادر العربية
١٥٩ -١٥٦	ثانيا : المصادر الاجنبية
١٧٦ -١٦٠	الملاحق
A-C	ملخص البحث باللغة الانكليزية

ثبت الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٥٥	حجم مجتمع البحث موزع حسب الدار	١
٥٦	عينة البحث الاستطلاعية	٢
٥٧	عينة البرنامج الارشادي	٣
٥٩	نتائج (مان وتني) للتحقق من تكافؤ المجموعتين في متغير درجات الاحداث على مقياس الضجر	٤
٦٠	نتائج (كولموجروف- سميرنوف) للتحقق من تكافؤ المجموعتين في متغير تاريخ دخول الدار	٥

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٦١	نتائج (كولموجروف- سميرنوف) للتحقق من تكافؤ المجموعتين في متغير التحصيل الدراسي	٦
٦٢	نتائج (كولموجروف- سميرنوف) للتحقق من تكافؤ المجموعتين في متغير سبب دخول الدار	٧
٦٣	نتائج (كولموجروف- سميرنوف) للتحقق من تكافؤ المجموعتين في متغير مدة البقاء في الدار	٨
٦٨	قيم اختبار(مربع كاي) لآراء المحكمين في صلاحية فقرات مقياس الضجر	٩
٦٩	الفقرات بعد التعديل من مقياس الضجر بحسب رأي المحكمين	١٠
٧٢	القيم التائية لفقرات مقياس الضجر بأسلوب المجموعتين المتطرفتين	١١
٧٤	القيم التائية لمعامل ارتباط بيرسون لعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الضجر	١٢
٧٥	معاملات الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة المجال	١٣
٧٦	قيم معامل ارتباط مجالات مقياس الضجر (مصفوفة الارتباط)	١٤
٧٩	المؤشرات الاحصائية لمقياس الضجر	١٥
٩٢ - ٩١	الايوساط المرجحة والاوزان المنوية مرتبة تنازليا لفقرات مقياس الضجر	١٦
٩٥ - ٩٤	تحويل الفقرات الى مواضيع للجلسات الارشادية	١٧
١٠٥	الجلسات الارشادية حسب اليوم والتاريخ والعنوان والمدة الزمنية	١٨
١٤٢	نتائج اختبار ولكوكسن للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لمتغير الضجر	١٩
١٤٤	نتائج اختبار ولكوكسن للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية	٢٠
١٤٦	نتائج اختبار مان وتني للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي لمتغير الضجر	٢١

ثبت الاشكال والمخططات

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
٥٤	التصميم التجريبي المستخدم في البحث	١
٧٩	منحنى التوزيع لأفراد عينة البحث على مقياس الضجر	٢

٨٩	الخطوات المتبعة في بناء البرنامج الارشادي وفق نموذج بوردز ودراري	٣
١٤٣	المتوسطات الحسابية للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي	٤
١٤٥	المتوسطات الحسابية للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي	٥
١٤٧	المتوسطات الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي	٦

ثبت الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	رقم الملحق
١٦١	كتاب تسهيل المهمة الى وزارة العمل والشؤون الاجتماعية	١
١٦٢	كتاب تسهيل المهمة دور الدولة الاحداث	٢
١٦٣	استبانة استطلاعية مقدمة الى الاحداث في دور الدولة	٣
١٦٤	استبانة استطلاعية مقدمة الى الباحثين في دور الدولة	٤
١٦٩-١٦٥	استبانة اراء السادة المحكمين لمقياس الضجر (بصورته الاولى)	٥
١٧٠	استبانة اراء السادة المحكمين حول صلاحية جلسات البرنامج الارشادي	٦
١٧١	اسماء السادة المحكمين حول صلاحية البرنامج الارشادي مرتبة حسب الحروف الهجائية واللقب العلمي	٧
١٧٤-١٧٢	مقياس الضجر بصيغته النهائية	٨
١٧٥	اسماء السادة المحكمين حول صلاحية مقياس الضجر مرتبة حسب الحروف الهجائية واللقب العلمي	٩
١٧٦	استبان التكافؤ بين المجموعتين	١٠

الفصل الأول

التعريف بالبحث

- ◆ مشكلة البحث
- ◆ أهمية البحث
- ◆ هدف البحث
- ◆ حدود البحث
- ◆ تحديد المصطلحات

مشكلة البحث :

يمر مجتمعنا بأزمات وصعوبات والتي القت بظلالها على الحالة النفسية للمجتمع عامة،لذا تعد مشكلة الضجر ذات المشكلات الانفعالية والتي تكون الاكثر انتشارا التي يعاني منها فئات الاحداث، التي ما تورق الى العديد من الافراد وتفسد عليهم امزجتهم وتصيبهم بحاله من حالات الخدر واللاوعي، فهي تلك الحالة التي اصبح يعيش هؤلاء الافراد على اثارها احساسا عاما بالملل والغضب،ويكون الضجر كحالة انفعالية سلبية التي تسبب عنها الاضرار (Farmer,1986.p4-17).

يعد الضجر اكثر انتشاراً بين الاحداث واكثر حدة وخطورة ، فيؤكد الباحثون ان التعرض للضجر يصاحبه العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية، وكذلك السلوكيات المنحرفة غير الملائمة كالعدوان والشغب وازعاج الاخرين،والافتقار الى التواصل مع البيئة والانخفاض في الاداء والمهام ، والعمل في معاشة الحالات الوجدانية السلبية كاليأس وعدم الرضا عن الحياة والقلق والشعور بالوحدة النفسية والغضب والملل،(Miller,2014:57).

كذلك الضجر يتمثل في الحالة النفسية السلبية للفرد والتي تثير فيه الإحساس بالتعب والإنهاك وتشعره بنوع من الاستثارة المنخفضة ويرجع ذلك لضعف كفاءة المثيرات البيئية والتعرض لمدة طويلة للمواقف الرتيبة ، كما تتميز هذه الحالة بضعف الاهتمام بالنشاط ولصعوبة التركيز فيه والرغبة في الانصراف عنه(Chrien,2014:237).

ومما يزيد من انتشار حالة الضجر بين الاحداث هي ارتفاع مستوى تعرضهم للضغوط البيئية والنفسية وتشتت أفكارهم والافتقار للأنشطة التي من خلالها يحققون طموحاتهم، وكذلك القصور في توافر بعض الإمكانيات المادية، فضلاً عن ضعف قدرة الحدث على معرفة كيفية استثمار قدراته وطاقته الكامنة لديهم(الفتي، ٢٠١٩: ٥٥).

واشارت دراسة (Preck&Hall,2007) الى انتشار الضجر بين الافراد في مختلف المراحل العمرية وخاصة في مرحلة المراهقة التي تعد من اهم او اصعب المراحل العمرية التي يمر بها

الانسان ضمن اطواره المختلفة التي تنتم بالتغيرات والصراعات المتعددة الداخلية والخارجية(مظلوم ٢٠١٤: ٢٢٥).

ان الضجر يعد تلك المشاعر السلبية والانفعالية التي تضي على الذات حالة من الكدر والكسل والسمت والذي يجعل الذات خالية من المعنى (عبد العال، ٢٠١٢: ٤٤٥).

يعد الضجر حالة نفسية اذ تنشأ من قيام الفرد بمزاولة نشاط في موقف لا يميل اليه الفرد، وتتميز هذه الحالة بضعف الاهتمام بالنشاط او الموقف وكراهية استمراره فيه والرغبة في الانصراف عنه (عبد القادر واخرون، ٢٠٠٥: ١١٢)

ان الضجر هو حالة انفعالية غير سارة يشعر فيها الفرد بفقدان وضعف الاهتمام ، وتنشأ تلك الحالة عند ممارسته أنشطة تنقصها الاثارة او نتيجة للاستمرار في موقف لا يميل لها(الشافعي ٢٠١٦: ٣٦٥،

من خلال ما عرض من الدراسات والادبيات السابقة وجد الباحث مشكلة البحث تتطرق من حقيقة ان الحدث يواجه تحديات كثيرة ويعيش اوضاع متقلبة في فقدان الامان والرفض الاجتماعي والفقر فأنها تؤثر على ذاته وعدم السيطرة على انفعالاته ومشاعره وسلوكه، و لما يمرون به من ظروف لدى الفرد منها الاقتصادية والاجتماعية والاسرية قد تؤثر على مستقبلهم . ولكي يتحقق الباحث من وجود الضجر عند الاحداث حيث قام بأجراء استبانة استطلاعية وزعها على (٣٠) فرداً من الاحداث المتواجدين في دار التأهيل للتأكد من معرفة او وجود الضجر لديهم والاجابة على بعض الاسئلة، كما موضح في مطلق (٣) ،بعد ذلك قام الباحث بأجراء استبان استطلاعي وزعة على (٢٠) من الباحثين الاجتماعيين العاملين في دور الدولة لمعرفة مشكلة الضجر لدى الاحداث، كما موضح في مطلق(٤)،لذا وبعد جمع الاجابات التي حصل عليها الباحث من الاحداث أنفسهم ومن الباحثين الاجتماعيين المتواجدين في دور الدولة تؤكد وجود ارتفاع في مستوى درجة الضجر لدى الاحداث، ومن هنا برزت مشكلة البحث التي سوف سعى الباحث

لدراستها لذا سيقوم الباحث بتطبيق اسلوب ارشادي(بأسلوب اللعب) بالاعتماد على مجتمع البحث التجريبي لمساعدة الاحداث على الحد قدر الامكان من هذه المشكلة وبذلك اصبح الباحث امام تساؤل مطروح ويحاول الاجابة عنه وهو:-

هل للبرنامج الارشادي بأسلوب اللعب أثر في خفض الضجر لدى الاحداث ؟

اهمية البحث :

يعد الارشاد النفسي من اهم الخدمات التي يحتاج اليها الفرد في مراحل حياته المختلفة، اذ ان جميع الافراد يمرون بصعوبات واوراق انتقال حرجه من خلال مراحل حياتهم المهمة ، وان وجود الارشاد في هذه الاوقات تتركز على مساعده الفرد ان يعيش في هدوء واتزان نفسي بعيدا عن الاحباط والتوتر والاكتئاب (ابو زعيزع، ٢٠٠٩: ١٢).

والارشاد النفسي عملية تعليمية تساعد الفرد على ان يفهم نفسه، وذلك من خلال التعرف على الجوانب الكلية للشخصية ، حتى يتمكن من اتخاذ قراراته المناسبة ويسلك بموضوعية محددة تسهم في نمو الفرد وتطوره الاجتماعي والتربوي والمهني ، حيث يتم ذلك من خلال علاقة إنسانية تتكون بين المسترشد وبين المرشد النفسي ،ويتولى العملية الارشادية نحو تحقيق الغاية والهدف منها بخبراته المهنية (عمر ، ١٩٩٢: ٤٦).

وان لابد من الاشارة الى اساليب الارشاد النفسي جميعها هدفها هو تعليم الافراد كيف يفكرون ويشعرون ويسلكون بطرائق ملائمة كون نجاح الفرد يحصل في التفسير الايجابي مصحوبا بتحسين طرق التفكير (ابراهيم ، ١٩٨٠: ١٨٤).

لذا فان خدمات الارشاد النفسي تسعى الى تشجيع الافراد على معرفه قدراتهم ومكاناتهم من خلال الوصول الى اقصى درجات الفاعلية، بحيث يكون قادراً على توظيف خبراتهم وكذلك الاستفادة من فرص الحياة الواقعية (الحريري والامامي، ٢٠١١: ٥٧) .

وان العملية الارشادية تهدف الى تنمية مفهوم الذات وهو حجر الزاوية في الشخصية الانسانية وتحقيق التوافق النفسي والتوازن بين الفرد وبيئته(زهران ،٣٥:١٩٨٠).

من خلال هذا اصبح الارشاد علماً له خطته ومناهجه وقد تعددت اساليبه ونظرياته بتعدد وتنوع المشكلات التي يواجهها الفرد(الشمري والتميمي ، ٢٠١٢ : ٤٧).

ويعد البرنامج الارشادي وسيلة هامة تعكس التطور الملموس في ميدان الارشاد النفسي وذلك ما يتضمنه من اسس يستند عليها ، واهداف يسعى الى تحقيقها، ومصادر يبني عليها، والبرنامج الارشادي يبني على أساس نظري وذلك ،لمساعدة المرشد على تقييم وتقويم النتائج التي توصل اليها في اثناء وبعد الانتهاء من تطبيق للبرنامج (الدفاعي والخالدي،٢٠١٧: ١٠٨).

وقد بدأت الدراسات التربوية والنفسية في الآونة الاخيرة نحو استخدام البرامج الارشادية في تشخيص المشكلات والتدخل الارشادي في حل اغلب المشكلات التي يعاني منها الاشخاص والاحداث من ضمنهم (الفحل ،٢٠٠٩: ١٦) .

وبذلك فأن برامج الارشاد النفسي والتوجيه التربوي لها دور واضح في تخفيف حدة المشكلات ومساعدة الافراد في فهم انفسهم، وحل مشكلاتهم واشباع حاجاتهم النفسية والاقتصادية والاجتماعية، اذ يرمي برنامج الارشاد النفسي الى مساعدة الافراد في تحسين ذواتهم وتحديد امكانياتهم وقدراتهم واستعداداتهم واتجاهاتهم ودوافعهم وطموحاتهم، ومعرفة مشكلاتهم وظروفهم التي يعيشونها فضلاً عن مساعدتهم في تحديد اهداف واضحة على اتخاذ القرار الصحيح (الجمال،١٩٧٦: ٥٢).

وقد بدأت البرامج الارشادية تبني على اساليب متعددة، ومن هذه الاساليب اسلوب اللعب، اذ يعد الاسلوب باللعب من افضل وسائل النمو الشامل المتكامل، فيزود الحدث بالمعلومات والمهارات المختلفة والخبرات الجديدة، وذلك من خلال انواع اللعب المختلفة التي تثري امكاناته العقلية والمعرفية والاجتماعية (العزي،٢٠١٣: ٤٣).

ولقد اهتم الارشاد النفسي بأسلوب اللعب بانه احد هذه الاساليب المهمة التي يمكن من خلالها تحقيق النضج الاجتماعي والمساعدة في اكتشاف بيئة الافراد والتفاعل معها، كما يساعد على تطوير الجانب الانفعالي للفرد والاتزان النفسي له وتخليصه من بعض حالات التوتر والقلق والاضطرابات والكبت والحرمان ومساعدتهم على حل المشكلات النمائية التي يمرون بها مما يساعدهم في تحقيق التوافق النفسي (العلي وغيث، ٢٠١٣ : ٥٤).

وان الارشاد باللعب هو الطريقة التي تستخدم في مجال ارشاد مع الافراد ويفيد تشخيص مشكلاته وعلاج اضطرابه السلوكي ،ويقوم الارشاد باللعب على اساس نظريات اللعب، اذ يعتبر ان اللعب هو وسيلة للفرد ،وانه حاجة نفسية اجتماعية لابد أن تشبع، فأصبحت مراكز الارشاد تعد غرف خاصة للإرشاد باللعب تضم اشكال متنوعة من اللعب، ويستخدم اللعب في التشخيص من خلال الملاحظة اثناء اللعب واختبارات اللعب الاسقاطية يستخدم ايضا في ضبط وتوجيه وتصحيح سلوك الفرد ولدعم النمو واشباع حاجات الافراد واتاحة للتعبير والتنفيس الانفعالي ولتحقيق اغراض وقائية(زهران، ٢٠٠٣: ١٥٦).

ويساعد اسلوب اللعب الفرد على التدريب على المهارات الاجتماعية مثل التعاون وتنمية قدرته على التفاعل الاجتماعي والتعبير عن انفعالاته، كما يساعد على حل مشكلاته واتخاذ القرار، كما يتيح للفرد، الفرصة للتنفيس الانفعالي فانه يخفض شعوره بالتوتر والقلق كما ان اللعب له اهمية كبيرة وواضحة في الفهم والتشخيص ، فمن خلال ملاحظة المرشد لتفاعلات الفرد وتعبيراته ومشاعره وافكاره يمكن التوصل الى فهم افضل لطبيعية مشكلة الفرد (Green,2005:75).

ويستخدم اسلوب اللعب من خلال ازاله الالم الانفعالي الناتج عن الاساءة من خلال الادوات التعبيرية والخيالية المختلفة، اضافة الى انه يساعد الفرد في التعبير الذاتي ،كما انه يجعل الفرد ان يحضر انفعالاته المخفية، ويمكن الاسلوب باللعب ان يعلم الفرد مهارات حياتية وطرقاً جديدة للتوافق

مع بيئة فان الافراد بحاجة الى المساعدة على التوافق مع بيئتهم فتلك المهارة التي يفقدها العديد منهم مما ينمي لديهم الشعور بالقلق (Schaefer,2001:142).

وان لأسلوب اللعب قدراً كبيراً من الأهمية لحياة الآخرين او الافراد وتكوين شخصياتهم ومن ضمن هذه الأهمية هناك ما يسمى بالأهمية العلاجية والارشادية، وهي تشير الى ان النمو لا يسير في كل الحالات بصورة تبحث عن الارتياح في نفوس الافراد التي تنطوي على عديد من التغيرات في داخل الفرد وخارجه في علاقته مع الآخرين ، وينبغي على الآباء والمربين ان يكونوا على وعي بالمصاحبات السلبية لحياة الأفراد وكيفية تشخيصها فالفرد بحاجة الى التخفيف من التوترات والمخاوف التي تخلقها البيئة، لذلك يعد الاسلوب باللعب من الطرق الفعالة للإرشاد النفسي لأنه يساعد الفرد عن التعبير عن انفعالاته كمخرج عن القلق والتوتر (العناني، ٢٠١٤: ٢٣) .

وان الضجر وما ينتج عن هذه الحالة من اثار وسلوكيات غير مرغوبة، والتي تؤدي الى سوء التوافق النفسي وتجعل من المراهقين فاقدين للإثارة والاستمتاع والرضا والحماس والاهتمام بالفرص المحيطة والنشاط العلمي (Pupp& Vodanovich,1997: p931) .

ويعد الضجر هو احد المشكلات العصر الحديث فهو شعور ينتاب الفرد عندما لا يوجد ما يستأثر باهتماماتهم، مما يولد ضعف الاستقرار النفسي والداخلي وخاصة في مرحلة المراهقة تلك المرحلة التي تعد من اهم مراحل النمو في حياة الانسان ، وقد تتولد لديه مشكلات اخرى منها النفسية والاجتماعية والتعليمية والتي تؤثر على الافراد، فعلياً ان ندرك ما يجول في نفوسهم وان نتفهم ذاته وتكوينه الوجداني للعمل على مساعدته (عبيد، ٢٠١٠: ٣٢٥).

وقد يوصف الضجر بانه شعور من الرتابة واللامبالاة والمعنى والفراغ وعدم الاهتمام او الاتصال بالبيئة الاجتماعية بصورة مقبولة، والضجر يتناقض مع الانفعالات او المواقف الايجابية مثل الاهتمام والحماس والمشاركة والدافعية والحافز ، والتي يجب ان تكون متوفرة لدى الافراد اذ تؤثر على أنشطة حياته المختلفة، وان الضجر يعكس مكونات انفعالية محددة وعادتها ما بطبيعتها

توصف مشاعر الضجر بانها غير سارة للمكون الانفعالي والشعور كما لو ان الوقت قد تباطا المكون المعرفي وتتطوي على الرغبة في الهروب من المواقف المملة ، وتظهر اعراض الضجر من خلال تعبيرات الوجه والجسد التي تشير الى عدم الاهتمام (Taylor,Acee,2010: p17) .

وتكتسب اهمية البحث الحالي في انها تركز على مفهوم الضجر وتأثيره المهم في سلوك الانسان، ولاسيما عند شريحة الاحداث في المجتمع العراقي، لكونهم يشكلون تحدياً خاصاً في مكان تواجدهم فانهم شريحة تمتلك قدرات متميزة تجعلهم مختلفين اختلافاً جوهرياً ونفسياً، عن اقرانهم العاديين فهم يمثلون مصادر عطاء واسهام متميز تحتاج اليها جميع المجتمعات الانسانية وتثمنها ومن خلال ما تم استعراضه تبرز اهمية البحث الحالي فيما يأتي:

الجانب النظري:-

- ١- يسهم البحث الحالي بالتعرف على الضجر وتأثيراته وكذلك بعرض اطار نظري يتضمن النظرية المعرفية .
- ٢- عرض معلومات عن اسلوب اللعب وإيجابياته .
- ٣- يسهم البحث الحالي برفد المكتبة العراقية بموضوع الضجر .
- ٤- يعد البحث الحالي اول دراسة محلية على حد علم الباحث تهدف الى خفض الضجر بأسلوب اللعب .
- ٥- يتناول شريحة مهمة وصعبة هم الاحداث .

الجانب التطبيقي

- ١- استخدام المقياس من قبل المرشدين والباحثين لتحديد الطلاب والاحداث المضجرين .

٢- يزود الباحثين في دور الرعاية الاجتماعية بمقياس الضجر للأحداث

٣- استخدام البرنامج من قبل الباحثين الاجتماعيين في دور الدولة لخفض الضجر.

هدف البحث وفرضياته :

يستهدف البحث الحالي بالتعرف على اثر برنامج ارشادي بأسلوب اللعب لخفض الضجر لدى الاحداث .

ولغرض تحقيق هذا الهدف يقوم الباحث باشتقاق الفرضيات الاتية :

• لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الضجر بعد تطبيق البرنامج الارشادي.

• لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الضجر بعد تطبيق البرنامج الارشادي .

• لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الضجر بعد تطبيق البرنامج الارشادي .

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بالاتي :-

١- الحد الموضوعي : يهدف البحث الحالي الى تناول مفهوم الضجر واسلوب اللعب .

٢- الحد المكاني : يقوم الباحث بتنفيذ الدراسة الحالية في دور الدولة التابع لوزارة العمل والشؤون الاجتماعية في محافظة بغداد.

٣- الحد الزمني : يتم اجراء البحث خلال العام الحالي (٢٠٢١) م

٤- الحد البشري : يتم تطبيق البحث على الاحداث (الذكور) في وزارة العمل والشؤون الاجتماعية والذين تتراوح اعمارهم (٩ - ١٨) سنوات

تحديد المصطلحات :سيتم تحديد اهم المصطلحات الواردة في البحث كالآتي :-

أولاً: الاثر: The Effect: وعرفه :-

- بيرل (pear,2001)

هو مقدار التغير الذي يحدثه المتغير المستقل في المتغير التابع (pear,2001:1).

ثانياً: البرنامج الإرشادي : Counseling Program عرفة كل من :-

- زهران (١٩٨٠)

هو برنامج مخطط ومنظم يتضمن عده خدمات إرشادية تكون مباشر وكذلك غير مباشرة فردية وجماعية ،لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي، والقيام بالاختيار الواعي وتحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة التعليمية وخارجها. (زهران،١٩٨٠: ٤٥١)

- بوردز ودراري (Borders&Dreary,1992)

وهو برنامج مخطط ومنظم وفق اسس علمية سليمة والذي يقوم على مجموعة من الخدمات الارشادية المباشرة وغير مباشرة لجميع الافراد (Border&sDreay,1992:P461).

- الزغبى (١٩٩٤)

برنامج علمي مخطط ومنظم لتقديم مجموعة من الخدمات المهمة من خلال الارشاد المباشر وغير المباشر ، فردياً او جماعياً للمسترشدين داخلها او خارجها ، بهدف مساعدتهم على تحقيق

النمو السوي ، وتحقيق الصحة النفسية وكذلك التوافق النفسي والاجتماعي والتربوي بشكل سليم (الزغبى، ١٩٩٤ : ٣٠٥).

- عبد العظيم (٢٠١٣)

هو برنامج الذي يهدف الى ارشاد الطلبة وتوجيههم وتوعيتهم بموضوعات تتعلق بمراحلهم العمرية المختلفة، وكذلك بالبيئة النفسية المحيطة بالفرد وهو في المنزل والمدرسة والمجتمع وبصفه عامة (عبد العظيم، ٢٠١٣ : ١٣) .

- صالح (٢٠١٦)

هي عبارة عن مجموعة من الخبرات الارشادية المباشرة وغير مباشرة المخططة والمنظمة على اسس علمية سليمة (صالح، ٢٠١٦ : ١٨).

- التعريف النظري

اعتمد الباحث تعريف بوردرز ودراري (Barders@Dreay,1992) كون البحث الحالي اعتمد نمودجه كمخطط للبرنامج الارشادي.

- التعريف الاجرائي

هو مجموعة من الجلسات الارشادية تحتوي على عدد من الانشطة والفنيات والفعاليات في ضوء اسس واستراتيجيات علمية مبنية على نظرية اوهانلون لخفض الضجر لدى الاحداث .

ثالثاً: اسلوب اللعب **play Style**: وعرفه كل من :-

- جود (God،2005)

نشاط موجه او غير موجه يقوم به الاطفال من اجل تحقيق المتعة والتسلية ويستغله الكبار عادة ليساهم في تنمية سلوكهم وشخصياتهم ويمتاز بأبعاد مختلفة الفعلية والجسمية والوجدانية (God,2005:P7).

- عبد الفتاح (٢٠٠٧)

عملية دينامية تعبر عن حاجة الفرد الى السرور والاستماع واشباع الميل الفطري للنشاط والترويح كما يعبر عن ضرورة بيولوجية في بناء ونمو شخصية الفرد المتكاملة (عبد الفتاح، ٢٠٠٧: ٢٣).

- العناني (٢٠٠٧)

نشاط حر موجه او غير موجه يمارسه الاطفال لغاية التسلية او المتعة ويستثمره الكبار عادة ليسهم في انماء شخصيات الاطفال بأبعادها المختلفة العقلية والجسدية والانفعالية والاجتماعية (العناني، ٢٠٠٧: ٩٣)

- التعريف النظري للباحث:-

من خلال التعريفات السابقة يعرف الباحث اللعب :-

بأنه نشاط ترفيهي يوديه الحدث من اجل تحقيق المتعة والتسلية وتفريغ طاقته حركياً وجسماً ونفسياً ، للتخلص من الحالة الانفعالية السلبية.

- التعريف الاجرائي للباحث :-

اسلوب ارشادي يستخدمه الباحث، وينفذ من خلال اشتراك الاحداث من ذوي الضجر العالي، في برنامج الارشادي القائم على اساس الترفيه ، مثل اللعب المستخدم وذلك للاستعانة بالألعاب الشعبية مثل لعبة كرة القدم و لعبة كرة السلة و لعبة المحيبيس و كرة الطائرة و لعبة المكعبات وغيرها من الالعاب، والذي يكون مدعم بالتعزيز والتغذية الراجعة والمناقشة وذلك لاستخراج الطاقة المشحونة بالانفعالات وسعيًا لخفض الضجر لدى الاحداث .

رابعاً: الضجر Boredom: وعرفه كل من :-

- اوهانلون: (O'Hanlon 1981)

هو حالة نفسية فريدة ناتجة خلال التعرض لفترات طويلة لمواقف رتيبة وقد اشار اوهانلون الى أربعة ابعاد الاستثارة - الرتابة - الجهد المبذول - ضغط الاعمال (O'Hanlon 1981:54).
- انطوان خوري (١٩٨١)

حالة انفعالية يعانيتها وعي الفرد بالفراغ الذي يعيشه، والتي تحتاج فيها الفرد للارتقاء بالذات من حالة الانفعال الى حالة الفعل (خوري، ١٩٨١: ١٥٢).

- دريفر (Drever, 1982)

حالة من تشتت الانتباه والكفاءة العملية المعطلة والتي تحتاج الى الانهاك لدي الفرد بسبب رتابة العمل (Drever, 1982:31).

- كمال دسوقي (١٩٨٨)

هو حالة نفسية ناتج خلال اي نشاط ينقصه الدفع او عن الاستمرار مفروض في موقف غير محبب للنفس ويتميز بضعف الانتباه والنفور من الاستمرار في الموقف (دسوقي ، ١٩٨٨ : ١٩٣).

- ديتشني (Dechenne, 1988)

وهي مشاعر وجدانية سلبية تتطلب الشعور بعدم الاستثارة بشكل كاف من البيئة المحيطة بالفرد (Dechenne, 1988: 173).

- Gama (2001)

الشعور بالفتور وعدم قدرته على التركيز مواقف الحياة مع انعدام المتعة في اوجه النشاط اليومية، والشعور بالإحباط والياس وفقدان الاهتمام (Gama, 2001 : 38)

- Vogel (2012)

وهو حالة من عدم الرضا والاشياء والشعور بالإحباط والسلبية، ويكون مصحوبا بأثارة منخفضة اثناء اداء المهام الدراسية الرتيبة وغير الشقية .(Vogel. 2012:98).

- **التعريف النظري :**

لقد تبني الباحث تعريف اوهالنون في بحثه الحالي وذلك للأسباب الاتية: -

- ١- ان التعريف عرف ووضح حالة الضجر هو حالة نفسية فريدة ناتجة عن التعرض لفترات طويلة لمواقف رتيبة.
- ٢ - تبني الباحث هذا التعريف النظري وان السبب للاعتماد عليه يعود تفسيراً معرفياً سيكولوجياً واجتماعياً عن الضجر .
- ٣- ان حالة الضجر الذي عرضها اوهالنون تناسب حالة الضجر عند الحدث .
- ٤ - ان التعريف واضحاً في مجالاته التي ساعدت في بناء مجالات للمقياس .

التعريف الاجرائي

هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال أجابته على فقرات المقياس الذي اعدّه الباحث في البحث الحالي.

خامساً: تعريف الحدث:-

هو كل من اتم السابعة من عمرة ولم يتم الثامنة عشرة ذكراً كان او انثى وهو على صنفين

١-الصبي :- من اتم من العمر سبع سنوات ولم يتم الخامسة عشرة من عمرة .

٢-الفتى:- من اتم من العمر خمس عشرة سنة ولم يتم الثامنة عشرة من عمره(القانون العراقي:١٩٨٣)