

أثر برنامج إرشادي نفسي في خفض الأفكار اللاعقلانية لبعض مدرسي التربية الرياضية في مركز محافظة أربيل

د. عزيمة عباس السلطاني

م.د. فلاح سعدون عمر

مقدمة البحث

يعد علم النفس من العلوم التي لها علاقة مباشرة بجميع النواحي في حياة الإنسان عامة وفي عملية التربية والتعليم خاصة، وكذلك له تأثير على نفسية المدرسين عند تدريسهم للطلاب داخل المدارس. وتعد الحالة النفسية الجيدة إحدى أهم مقومات المدرس الناجح، لذا من الضروري أن يلمّ المدرسون بالجوانب النفسية بشكل متساوٍ مع الجوانب الأخرى.

لقد أصبح الإرشاد النفسي من التخصصات الهامة، وذلك لحاجة الأفراد الماسة للعون والمساعدة، وكذلك بسبب تزايد المشكلات الانفعالية والاجتماعية التي يتعرض لها العالم بسبب الضغوط الحياتية والنفسية التي تعيش فيها الشعوب. وأن المناهج الإرشادية النفسية التي يتم إعدادها على وفق أسس علمية، هي إحدى الوسائل المهمة المستخدمة في علاج وحل كثير من المشكلات النفسية لدى مدرسي التربية الرياضية، إذ تساعد هذه المناهج المدرس على وضع أهداف تتناسب مع إمكانياته وفهم ذاته فهماً سليماً وإستخدام قدراته إلى أقصى حدٍ ممكن.

يعد الحديث عن التغيرات و التحولات الاجتماعية والثقافية، و الاقتصادية السريعة التي يشهدها العالم في عصرنا الحديث، عصر العولمة والانفتاح، يجرنا إلى الحديث عن الكثير من الجوانب الإيجابية التي تقابلها الكثير من الجوانب السلبية، التي تشكل خطراً حقيقياً يهدد أمن و سلامة مجتمعاتنا، ولعل من أخطر الجوانب السلبية لهذه التحولات و التغيرات ظاهرة إنسانية و اجتماعية قديمة و جديدة في آنٍ واحد، ألا وهي ظاهرة الشعور بالأغتراب، التي تكاد تغزو وتسيطر على مختلف مؤسساتنا الاجتماعية و الاقتصادية

هناك ظاهرة سلبية ابتلى بها الإنسان وهي الأفكار اللاعقلانية، إذ أنها تلك الأفكار السالبة الخاطئة، وغير المنطقية، وغير الواقعية، والتي تتسم بعدم الموضوعية، والذاتية، وتتأثر بالأهواء الشخصية، والمبنية على توقعات وتعميمات خاطئة، وعلى مزيج من الظن والاحتمالية (١). وأن التفكير اللاعقلاني يتخذ شكل التشويه المعرفي، أو الإدراك المشوه، واللاواقعي للذات وللأحداث السلبية التي يتعرض لها الفرد، وأن النزعة للاتجاه العقلاني تظهر بوضوح في الرشد وربما بعد ذلك، ويتطلب ذلك الكثير من الجهد من جانب الفرد الذي يحمل أفكاراً لا عقلانية، وربما يحتاج إلى مساعدة علاجية. (١)

١. شايع عبدالله مجلي؛ الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية بصعده: (اطروحة دكتوراه- كلية التربية/ جامعة دمشق؛ مجلة جامعة دمشق - المجلد - 27 ملحق، ٢٠١١)، ص ١٩٥.

مشكلة البحث:

من خلال المعايشة لمدرسي التربية الرياضية في محافظة أربيل لفترة ليست بالقصيرة، لاحظنا وجود بعض الأفكار اللاعقلانية لديهم، إذ إن الأفكار اللاعقلانية تسبب كثير من المتاعب للفرد في الحياة، ولاشك أن هذا يؤثر على سير العملية التدريسية أو التربوية فيما يخص درس الرياضة. وهذا أمر خطير نظراً للدور المهم الذي يجب أن يقوم به مدرس التربية الرياضية فيما يتعلق بالأفكار العقلانية التي يجب أن يزرعها في أذهان الطلاب والتي بدورها تقود إلى بناء جيل متفتح على الحياة. وهذا كان باعثاً للباحثان للمساهمة في دراسة ملامح هذه الظاهرة لدى مدرسي التربية الرياضية في محافظة أربيل ومحاولة معالجتها من خلال العمل على إعداد البرنامج الإرشادي النفسي لخفض الأفكار اللاعقلانية لدى مدرسي التربية الرياضية في مركز محافظة أربيل.

اهداف البحث

١. إعداد برنامج إرشادي نفسي لخفض الأفكار اللاعقلانية لدى مدرسي التربية الرياضية في مركز محافظة أربيل.
٢. التعرف على الفروق في الأفكار اللاعقلانية لدى المجموعتين التجريبية والضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي لبعض مدرسي التربية الرياضية في مركز محافظة أربيل.
٣. التعرف على الفروق في الأفكار اللاعقلانية بين الاختبارين البعديين لمجموعي البحث لبعض مدرسي التربية الرياضية في مركز محافظة أربيل.

فروض البحث:

يفترض الباحثان ما يأتي:

- توجد فروق ذات دلالة معنوية في الأفكار اللاعقلانية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمصلحة الاختبار البعدي لدى مجموعتي البحث.
- توجد فروق ذات دلالة معنوية في الأفكار اللاعقلانية بين الاختبارين البعديين لمصلحة المجموعة التجريبية.

مجالات البحث:

- المجال البشري: عينة من مدرسي التربية الرياضية في مركز محافظة أربيل.
- المجال الزمني: المدة من (١٣/٤/٢٠١٩) وإلى (٢٥/٨/٢٠١٩)



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة
دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

- المجال المكاني: القاعة الداخلية لمدرسة (فاخير ميركه سؤري) النموذجية في محافظة أربيل.

منهج البحث: استخدمت الباحثان المنهج التجريبي وذلك لملاءمته لطبيعة المشكلة .

مجتمع البحث: شمل المجتمع مدرسي التربية الرياضية في مركز محافظة أربيل والبالغ عددهم (١٠٤) مدرساً، حيث أعتمد الباحثان الطريقة العمدية في اختيارهما للمجتمع، وتم استبعاد أفراد التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (6) مدرسين من التجربة لإختيار أفراد العينة.

نتائج البحث : الجدول الاتي يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للاختبارين البعديين للأفكار اللاعقلانية للمجموعتين التجريبية والضابطة

ت	الابعاد	الاختبار	س ⁻	±ع	(ت) المحسوبة	احتمالية نسبة الخطأ	الدلالة
1	طلب التأييد والاستحسان	ت	5.90	.87	2.90	.00	معنوي
		ض	7.00	.81			
2	ابتغاء الكمال الشخصي	ت	5.30	.48	6.49	.00	معنوي
		ض	7.20	.78			
3	اللوم الزائد للذات والآخرين	ت	5.10	.73	7.42	.00	معنوي
		ض	7.50	.70			
4	توقع الكارثة أو المصيبة	ت	5.50	1.17	3.14	.00	معنوي
		ض	7.00	.94			
5	اللامسؤولية الانفعالية	ت	5.10	.56	6.83	.00	معنوي
		ض	7.20	.78			
6	القلق والاهتمام الزائد	ت	5.90	.56	2.09	.05	معنوي
		ض	6.50	.70			
7	تجنب المشكلات	ت	5.70	.82	2.41	.02	معنوي
		ض	6.60	.84			
8	الاعتمادية	ت	5.50	.97	3.38	.00	معنوي
		ض	6.90	.87			
9	الشعور بالعجز	ت	5.00	.47	9.00	.00	معنوي
		ض	7.40	.69			
10	الانزعاج لمتاعب الآخرين	ت	5.40	.69	4.83	.00	معنوي
		ض	6.70	.48			
11	كمال الحلول وتمامها	ت	5.60	.69	2.65	.01	معنوي
		ض	6.60	.96			
12	الرسمية والجدية	ت	5.50	.84	2.97	.00	معنوي
		ض	6.70	.94			
13	مثالية العلاقة بين الأزواج	ت	5.40	.69	6.03	.00	معنوي
		ض	7.20	.63			
14	المجموع الكلي	ت	70.90	3.95	14.37	.00	معنوي
		ض	90.50	1.71			

التوصيات :

- استخدام البرنامج المعد في مدارس إقليم كردستان - العراق لمساعدة مدرسي التربية الرياضية على خفض احساسهم بالافكار اللاعقلانية لديهم.



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة
دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

- الأهتمام بالتدريب النفسي لمدرسي التربية الرياضية وذلك من خلال فتح دورات في الارشاد النفسي الجمعي، وذلك لتمكينهم من التغلب على الصعوبات التي تواجههم في محيط عملهم والتي تجعلهم يشعرون بأنهم محط رعاية وإهتمام لخفض شعورهم بالإغتراب.
- أعمل على اطلاع مدرسي التربية الرياضية على احدث التطورات في الوسط الرياضي والاجهزة الحديثة المستخدمة في الرياضة من حيث التعلم والتدريب وقياس الانجاز الرياضي لابعادهم عن الانغماس في الافكار اللاعقلانية البعيدة عن الواقع.