

تأثير ممارسة الرياضات القتالية على خفض السلوك العدواني  
 effect of participating in martial arts  
 competitions (Karate Do) on aggressive behavior'

<p>بورغدة مسعود محمد          أستاذ التعليم العالي          جامعة عبد الحميد مهري قسنطينة 2          bourehda25@yahoo.fr</p>	<p>ميرواح عبد الوهاب          أستاذ محاضر قسم ب          جامعة 20 أوث 55 سكيكدة          mirouhabdelwahab@yahoo.fr</p>
--	--

ملخص:

نحاول من خلال هذا البحث دراسة تأثير المشاركة في المنافسات الرياضية-للرياضات القتالية-على خفض درجة السلوك العدواني، وقد تمت الدراسة على عينتين عدد كل واحدة منهما 12 رياضي، الأولى تمارس رياضة الكراتي دون المشاركة في المنافسات، والأخرى تشارك في المنافسات الرياضية، وتم استخدام مقياسين لمحمد حسن علاوي، الأول يقيس السلوك العدواني العام، والثاني يقيس السلوك العدواني في الرياضة. تشير النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين السلوك العدواني العام والسلوك العدواني في الرياضة لدى كلتا عينتي الدراسة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المشاركين وغير المشاركين في المنافسات الرياضية في رياضة الكراتي في مقياس السلوك العدواني العام، إلا أنه وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في السلوك العدواني في الرياضة لصالح المشاركين في المنافسات الرياضية.

Abstract:

This study aims to study the effect of participating in martial arts' competitions (Karate Do) on aggressive behavior. The sample is consisted of two groups which contain 12 members each, the first group its members participate in competition where else the second group members didn't participate in competition.

Two questionnaires of Mohamed Hassan Alwi, has been used the first measures the aggressive behavior in sport while the second measures the general aggressive behavior.

The results reveal; a negative relation between general and sport aggressive behavior in our sample. While there were no significant differences, in general aggressive behaviors between the two groups, there were significant differences in sport aggressive behaviors between them in favor of the group participating in competition.

#### -المقدمة وطرح الإشكالية:

إن من طبيعة كل إنسان أن يسعى في مختلف مراحل ومجالات حياته إلى تحقيق جملة من الأهداف والغايات التي يرى فيها إشباعا لحاجاته ورغباته وتأكيذا لذاته وضمانا لمكانته بين أقرانه وكذا داخل المجتمع الذي ينتمي إليه، غير أنه وتبعاً لكثير من العوامل المحيطة به قد يئى عند إدراكها. سواء لوقوف حواجز تحول دون تحقيقها كغياب العدالة الاجتماعية من رداءة الوضع الاقتصادي أو الأمني، أو لمشاكل عائلية، أو لبطالة أو تهميش، إلخ، ما قد ينتج عنه انفعالات قد تتفاوت بين مشاعر الغضب، الإحباط والاكئاب... إلخ هذه الانفعالات التي قد تترجم إلى بعض السلوكيات كتعاطي المخدرات، السرقة، وبدرجة أكثر انتشاراً إلى سلوكيات عدوانية وعنيفة مثل الاعتداء على الآخرين أو النفس من خلال ممارسة مختلف أشكاله الجسدية واللفظية.

ويعرف العدوان على أنه سلوك يؤدي إلى إلحاق الأذى الشخصي بالغير أو بالملكات وقد يكون الأذى نفسياً، جسماً أو لفظياً. (سلمان خلف الله، 2004، ص 197) كما يعرف على أنه استجابة أو سلوك ينتج عنه ضرر نحو الآخر (Simpson. K,2001,p33). إما باعتباره كفعل ووسيلة (Proactive) للحصول على عوائد مثل استحسان جماعة الأقران، أو كرد فعل (Reactive) نحو الإحباط والاعتداء والتهديد من الآخر (Berg .J,2012,pp16-17)، ومن ما يزيد خطورة هذا الأخير أنه قد يحدث في أي مكان بدأ من المنزل، المدرسة، الشارع، ووصولاً إلى مختلف الدول (GreeneM.B,2005,p236) بل أصبح شيئاً مألوفاً وخبرة يومية في الحياة المعاصرة انطلاقاً من وسط أفريقيا إلى أشد سجون أمريكا حراسة (Geen R.G,2001,p01)، ومروراً بأوروبا إذ أن 83% من العدوان الممارس في إنجلترا هو من نوع فرد ضد فرد، ووصولاً إلى الشرق الأوسط وما تشهده الدول العربية من أحداث العنف والتي من بينها الجزائر، مما يجعلنا نقر بأن السلوك العدواني مشكلة اجتماعية وعالمية بحق (Simpson.K,2001,p33).

وعلى عكس ما يتبادر إلى أذهاننا بمجرد سماع كلمة عدوان معنى "القوة البدنية" أو القتال بالأيدي (Geen R.G,2001,p03) هناك أشكال أخرى له كالعدوان اللفظي، والعدوان المباشر وغير المباشر، السلبي والناشط حسب تصنيف Buss (1961)، هذا وكونه لا يقتصر على الذكور وحسب بل الإناث كذلك ولكن بدرجات أقل، ولا يقتصر على مرحلة عمرية فقط لكن يتركز بصورة أكبر بمرحلة المراهقة (Lindeman.M, et al 1997,p340) ولاسيما في مواقف المنافسة التي تتسم بها هذه المرحلة العمرية، ولذا كان لا بد من الاهتمام بالوسائل والطرق المستخدمة في مواجهة السلوكيات العدوانية.

وتعتبر الوقاية أو التخفيف من السلوكيات العدوانية والأسباب المؤدية إليها إحدى المداخل التي تساهم من خلالها الممارسة الرياضية في مواجهة ظاهرة العدوان، حيث تؤكد العديد من الدراسات على التأثير الإيجابي للممارسة الرياضية المنتظمة في ذلك من خلال خفض أعراض القلق والتوتر وزيادة الإحساس بالصحة الجسمية والثقة بالنفس وتقدير الذات، وخلق محيط يحس فيه الفرد بالرضا والأمان البدني والانفعالي (Morris.L,et al,2003,pp2-20).

وانطلاقاً من الرأي الذي يعتبر العدوان كغريزة في الإنسان يجب إشباعها أو تفرغها، والفكرة القائلة بأن أول الخطوات في مواجهة أي ظاهرة وعلاجها هي الاعتراف بوجودها، تعتبر رياضة الكراتي من الرياضات التي تقر وتسمح ببعض السلوكيات العدوانية في الإطار القانوني المعمول به، حيث أنها تندرج ضمن العشر رياضات القتالية الأكثر ممارسة في العالم، وتمثل ما بين 50-80% من نسبة الأطفال والشباب الممارسين للرياضات القتالية في العديد من بلدان العالم (Jikkemien.V, & Marc.T,2010,pp228-229)، وعلى عكس عدد من الدراسات تؤكد أخرى التأثير الإيجابي لهذه الرياضة على خفض السلوكيات العدوانية في الحياة اليومية، حيث تؤكد دراسة Nosanchuk (1981) والتي أجراها على 42 شاباً بأن ممارسة رياضة الكراتي لا تزيد من درجة العدوانية & Stuart W.T, Frank (C.S,1991,p509)، وتشير دراسة Parkin & Szabo (2001) إلى ظهور علامات الانزعاج والقلق والتوتر على مجموعة من رياضي الكراتي الحاملين للحزام الأسود والبني بعد مدة أسبوع من حرمان الممارسة، وقد فسر الباحثان نتيجة الدراسة بأن الرياضيين في المستويات المتقدمة اكتسبوا سمات وخصائص تم تنميتها من خلال قيم وتدريب المستوى العالي في الحزام الأسود والبني (Kavoura.A, et al,2012,p05) وذلك كدليل عن الإصرار والمثابرة في سبيل الوصول إلى هذا المستوى من خلال تجاوز عدة مواقف من امتحانات ومنافسات.

وعلى عكس ما هو سائد في الحياة الاجتماعية، فإن المنافسة قد تشجع وتكافئ السلوك العدواني وخاصة في بعض الرياضات مثل الكراتي (Lori W. T, & Janet B. P,2001,p404) وتزداد أثناء

المنافسة في هذه الرياضية العناصر الضاغطة والمثيرة للقلق والعدوان مثل الجمهور، توقعات المدرب، الحكام، سلوك المنافس، قوانين المنافسة، وقت المنازلة... الخ، حيث يؤكد كل من Hill and Barton (2005) في دراسة أجريت أثناء الألعاب الاولمبية لعام 2004 أنه حتى لون البذلة قد يؤثر على سلوك وأداء الرياضي في الرياضات القتالية، وأن أصحاب اللون الأحمر أكثر احتمالاً للفوز على ذوي البذلة زرقاء اللون (Kavoura.A,et al,2012,p7).

وبصورة أوضح قد تساهم المنافسة في رياضة الكراتي سواء تلك المطبقة أثناء التدريب أو أثناء المنافسات الرسمية بما تحتويه من عناصر ومواقف مثيرة للعدوان بدرجات عالية مقارنة بما هي عليه في الحياة اليومية ولو نسبياً في إكساب الرياضي خبرة التعامل معها ومع المواقف المشابهة لها في الحياة اليومية، هذا من جهة، كما قد تساهم في امتصاص جزء من العدوان الذي قد يمارسه الفرد في حياته اليومية وذلك بالسماح ببعض السلوكيات العدوانية في إطار طبيعة اللعبة وقوانينها من جهة أخرى.

ونظراً لما تأكده الدراسات السابقة على أهمية ممارسة رياضة الكراتي بشقيها (التدريب/المنافسات الرسمية) في مواجهة السلوكيات العدوانية ولو على الأقل تخفيضها والوقاية منها، نقدم التساؤل الآتي:

هل هنالك تأثير لممارسة رياضة الكراتي في خفض كل من السلوك العدواني العام والسلوك العدواني الرياضي من وجهة نظر عينة بحثنا؟  
2-فرضيات الدراسة:

- 1-2- هناك علاقة ارتباطيه موجبة بين السلوك العدواني الرياضي والسلوك العدواني العام عند الرياضيين المشاركين في المنافسات الرياضية الرسمية لرياضة الكراتي دو.
  - 2-2- هناك علاقة ارتباطيه موجبة بين السلوك العدواني الرياضي والسلوك العدواني العام عند الرياضيين غير المشاركين في المنافسات الرياضية الرسمية لرياضة الكراتي دو.
  - 3-2- ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المشاركين وغير المشاركين في المنافسات الرياضية الرسمية في السلوك العدواني الرياضي.
  - 4-2- ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المشاركين وغير المشاركين في المنافسات الرياضية الرسمية في السلوك العدواني العام.
  - 5-2- ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك العدواني الرياضي تعزى إلى متغير السن.
- 3-مصطلحات الدراسة:

3-1- السلوك العدواني: العدوان لغة من عدا عليه عدوا أي ظلمه وتجاوز الحد (الضيدان، 2003، ص 09)، وهو كل قول أو فعل أو تقرير أو إشارة يقصد بها إلحاق الأذى بالآخرين أو بذات الإنسان نفسه (ياسين مسلم محارب أبو حطب، 2002، ص 24)، كما يمثل إحساسات الغضب والكره التي قد تكون نتاج معاملة أو سلوك عنيف، أو المعاملة العنيفة لشخص ما ضد آخر (Wehmeier.S, 2000,p24).

### 3-2- المنافسة الرياضية:

هي الوضعية أو الموقف الذي ينتج عنه توزيع غير متساو للمكافآت فدوما هناك رابح وخاسر ((Robert S.W, Daniel.G,1997,p116)، وهي موقف اختبار يعكس التقييم لعملية التدريب الشاقة، حيث يسعى كلا المتنافسين إلى تحقيق أهداف متشابهة وهي الفوز، غير أنها تتضمن خبرة النجاح وخبرة الفشل وهذه الأخيرة تمثل إحباط تجعل الرياضي أكثر تهيؤا لظهور السلوك العدواني (أسامة كامل راتب، 1998، ص 115).

3-3- الكراتي دو: هو رياضة احتكاكية يابانية الأصل تمارس دون استخدام أسلحة (Ziaee.V, 2012,p01)، وتنقسم إلى جزئيين "كارا" وتعني في اليد و"تي" تعني الخالية، أي اليد الخالية من السلاح، تجرى مبارياتها على نوعين القتال والكاتا (سهي أديب عيسى، مصطفى "محمد علي" نمر الزغلول، 2005، ص 77).

### 4- حدود البحث:

أجري البحث على مستوى جمعية نادي الهواة للكراتي-دو بدائرة سيدي مروان-ولاية ميله- وحدد البحث الخصائص الآتية: الرياضيين الممارسين للكراتي من سنتين فما فوق، الرياضيين المشاركين في المنافسات الرسمية للكراتي والرياضيين غير المشاركين، ويقتصر البحث على 24 بندا فيما يخص مقياس العدوان في المجال الرياضي، و40 بندا لقائمة العدوان العام أو العدوان كسمة موزعة على أربعة أبعاد: التهجم أو الاعتداء، العدوان اللفظي، سرعة الاستثارة، العدوان غير المباشر.

### 5- مجالات الدراسة:

5-1- المجال المكاني: أجريت الدراسة بنادي الهواة للكراتي دو بدائرة سيدي مروان بولاية ميله.  
5-2- المجال الزمني: تم إجراء البحث في شهر فيفري-مارس من السنة الجامعية 2012-2013.  
5-3- المجال البشري: أجريت الدراسة على 12 رياضيا مشاركا في منافسات رياضة الكراتي، و12 رياضيا غير مشارك.

### 6- منهج الدراسة:

يعني المنهج مجموعة القواعد والأسس التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى الحقيقة (بوحوش، دنيبات، 1998، ص 89)، ويتم ذلك عبر تحديد عملياته حتى يصل إلى نتيجة معلومة، وقد استخدم المنهج الوصفي في دراستنا على اعتبار أنه مسح شامل للظواهر الموجودة في جماعة معينة وفي مكان معين ووقت محدد بحيث يحاول الباحث كشف ووصف الأوضاع القائمة والاستعانة بما يصل إليه في التخطيط للمستقبل. (أحمد السعاف صالح، 1989، ص 18-169). إذ يعد طريقة وصف دقيقة وتفصيلية للظاهرة كمية كانت أم كيفية. فالجانب الكيفي لها يصف الظاهرة في حين الجانب الكمي فيعطها وصفا رقميا دقيقا. ما يغيرها من مجرد ظاهرة بسيطة إلى اقترانها بجانب عددي يعطيها معنى كفي جديد. (النمر، 2003)

7-الدراسات السابقة:

قام كل من "غفار سعد عيسى" و "خالد أسود لاخ" بدراسة أخذت عنوان: السلوك العدواني عند الرياضيين وغير الرياضيين، حيث هدفت الدراسة إلى معرفة الفرق بين كل من الممارسين وغير الممارسين للرياضة في كل من بعدي العدوان (التهجم والعدوان اللفظي)، وقد تم استخدام قائمة العدوان التي قام "محمد حسن علاوي" بإعدادها إلى النسخة العربية، وذلك على عينة من 50 ممارسا للرياضة بشكل مستمر، و50 من غير الممارسين للرياضة، وبعد حساب الصدق الذاتي الذي بلغت قيمته (0.84)، و معامل الثبات من خلال طريقة (Test-Retest) والذي بلغت قيمته (0.78)، أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الممارسين وغير الممارسين للرياضة وهذا لصالح الممارسين (غفار سعد عيسى، خالد أسود لاخ، 2009، ص 319-333).

كما قام "رمزي جابر" بدراسة هدفت إلى دراسة أثر ممارسة الأنشطة الرياضية على سمات الشخصية لدى الأحداث والتي من بينها سمة العدوانية وسمة العصبية، وقد تم إجراء الدراسة على 14 حدثا على مستوى مؤسسة الربيع لرعاية الأحداث الجانحين بمدينة غزة، وقد اعتمدت الدراسة في ذلك المنهج التجريبي بتطبيق قائمة فرايبورغ لقياس سمات الشخصية قبل وبعد البرنامج الرياضي المطبق، كما تم حساب كل من صدق المحكمين والصدق الذاتي حيث تراوحت قيمة هذا الأخير بين (0.55-0.93)، وتم حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وبلغت قيمته (0.68).

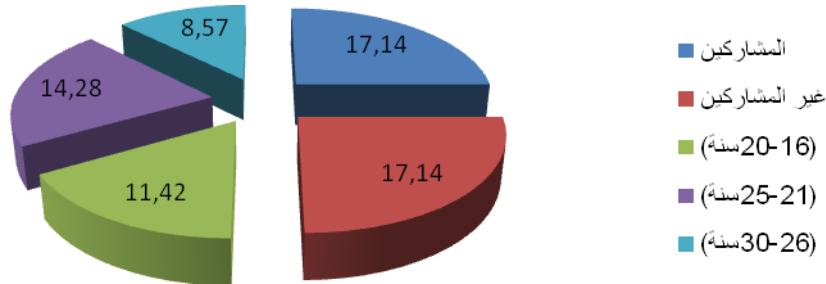
وقد أشارت نتائج اختبار (T) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيق القبلي والبعدي في إجمالي كل من محور العدوانية والعصبية والاكنتاب عند مستوى دلالة 0.05 (رمزي جابر، 2008، ص 40-54).

وقدم كذلك "نضال عبد الناصر فهبي أبو زهرة" دراسة هدفت إلى معرفة أثر متغيرات الممارسة الرياضية والجنس على بعض المشكلات السلوكية والتي من بينها السلوك العدواني لدى طلبة

المرحلة الأساسية العليا في محافظة نابلس، وقد اعتمدت الدراسة في كل هذا على المنهج الوصفي على عينة عشوائية عددها (1935) طالب وطالبة، بالاعتماد على استبيان مكون من 50 عبارة موزعة على خمسة أبعاد، والتي من بينها السلوك العدواني بـ 10 بنود. وقد أظهرت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين الممارسين والغير ممارسين للأنشطة الرياضية في السلوك العدواني ومختلف المشكلات السلوكية المدروسة (أبو زهرة، 2011، ص14).

#### 8-عينة الدراسة:

تم أخذ عينة عددها 24 رياضيا يمارسون رياضة الكراتي دو من مجموع 70 رياضيا بجمعية نادي الهواة للكراتي دو بدائرة سيدي مروان بولاية ميله، وهذا ما يمثل 34.28% من مجتمع الدراسة، وتتوزع هذه العينة على كل من المشاركين في المسابقات الوطنية وغير المشاركين بها ما مثل 12 رياضيا لكل فئة، وهذا ما يمثل نسبة 17.14% لكل فئة من مجتمع الدراسة. وقد توزع أفراد عينة البحث على ثلاث فئات عمرية وهي كالتالي: (من 16-20 سنة) بـ 08 رياضيين مما يمثل 33.33% من عينة البحث، ونسبة 11.42% من مجتمع الدراسة، والفئة من (21-25 سنة) بـ 10 رياضي وهو ما يمثل 41.66% من عينة البحث و14.28% من مجتمع الدراسة، والفئة من (26-30 سنة) بـ 06 وهو ما يمثل 25% من عينة البحث و8.57% من مجتمع الدراسة، والشكل الآتي يلخص النسب المئوية المذكورة أعلاه:



شكل رقم (01): النسبة المئوية لخصائص عينة الدراسة من المجتمع الأصلي.

#### 9-أداة الدراسة:

اعتمدت الدراسة على مقياسين من إعداد "محمد حسن علاوي" وهما كالتالي:

9-1-1 مقياس العدوان الرياضي **Athletic Aggression**: يتكون من 24 عبارة ويقوم الرياضي بالإجابة على عبارات المقياس طبقاً لمقياس خماسي التدرج (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) في ضوء تعليمات المقياس، والدرجات العالية على المقياس تشير إلى اللاعب الرياضي الذي يغلب عليه طابع الخشونة والعنف في مواجهة منافسيه وشعوره برغبة في إيذاء منافسيه والمبادرة بالعدوان وخاصة في حالات الإحباط واعتقاده بأن اللعب الخشن العنيف مفتاح الفوز في المنافسات ويساعد في إرهاب المنافس.

9-2-2 قائمة العدوان العام **General(Trait) Aggression**: تتكون القائمة من 40 عبارة موزعة على أربع محاور (التهجم والاعتداء، العدوان اللفظي، سرعة الاستثارة، العدوان غير المباشر) بمعدل 10 عبارات لكل محور، ويقوم الرياضي بالإجابة على عبارات القائمة على مقياس خماسي التدرج (أوافق بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً) (علاوي، 1998، ص 468-473).

### 9-3-3 صدق وثبات أداة الدراسة:

فيما يخص ثبات مقياس السلوك العدواني الرياضي بلغ معامل ألفا لإيجاد الاتساق الداخلي للمقياس (0.86) عند تطبيقه من طرف صاحبه على رياضيين في كرة القدم كرة اليد وكرة السلة والهوكي، أما فيما يخص الصدق فقد تم التحقق من الصدق المرتبط بالمحك عند تطبيق المقياس بالتلازم مع بعض الاختبارات المشابهة التي تقيس بعد العدوان الرياضي أو العداوة *Hostility*، وأسفر التطبيق عن وجود ارتباطات مقبولة. (علاوي، 1998، ص 468).

أما نحن فقد قمنا بإعادة حساب الثبات بطريق التطبيق وإعادة التطبيق (*Test-Retest*)، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.71)، كما أسفر الصدق الظاهري عن نسبة (79%) من اتفاق المحكمين على قدرة عبارات المقياس لقياس السلوك العدواني الرياضي.

أما فيما يخص ثبات قائمة العدوان العام (كسمة) بلغت قيمة معامل الارتباط (0.66) بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق، ونسبة (72%) من اتفاق المحكمين على قدرة عبارات القائمة للمقياس السلوك العدواني العام (كسمة).

10- الأدوات الإحصائية المستخدمة: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون، اختبار (T) لدراسة الفروق بين مجموعات الدراسة، اختبار (F) لتحليل التباين بين مجموعات الدراسة.

### 11- تحليل ومناقشة النتائج:

#### 11-1 نتائج معامل الارتباط ودلالة الفروق بين المشاركين وغير المشاركين:



R	(T) الجدولية	(T) المحسوبة	DF	غير المشاركون		المشاركون		
				ع	م	ع	م	
.	1.71	0.89	22	0.30	2.24	0.25	2.55	التهجم أو الاعتداء
.	1.71	-1.20	22	0.21	3.05	0.84	2.17	العدوان اللفظي
.	1.71	1.39	22	0.75	1.69	0.23	1.80	سرعة الاستثارة
.	1.71	1.09	22	0.37	3.00	0.15	2.55	العدوان غير المباشر
R1 *-0.64	1.71	-0.64	22	0.86	2.49	0.45	2.01	السلوك العدواني العام ككل
R2 *-0.77	1.71	*2.80	22	0.27	2.66	0.21	3.98	السلوك العدواني الرياضي

R1: معامل الارتباط بين السلوك العدواني الرياضي والعام عند غير المشاركين في المنافسات الرياضية.

R2: معامل الارتباط بين السلوك العدواني الرياضي والعام عند المشاركين في المنافسات الرياضية.

\*: دال عند مستوى دلالة (0.05).

يتضح من خلال الجدول المبين أعلاه وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين السلوك العدواني الرياضي والسلوك العدواني العام سواء عند المشاركين في المنافسات الرياضية أو غير المشاركين، حيث كانت قيمته (-0.64) بالنسبة للمشاركين و (-0.77) لغير المشاركين، وبعبارة أخرى يعني هذا أنه كلما زادت درجة العدوان الرياضي كلما نقصت درجة العدوان العام أو العدوان كسمة وهذا بالنسبة لعينة الدراسة، ونلاحظ كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المشاركين وغير المشاركين في السلوك العدواني الرياضي وذلك لصالح المشاركين في المنافسات الرسمية حيث كانت قيمة المتوسط الحسابي لديهم (3.98).

وتتشابه نتائج دراستنا مع نتائج دراسة كل من "غفار سعد عيسى" و "خالد أسود لاخ" التي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة أي فروق ذات دلالة معنوية بين الممارسين وغير الممارسين للرياضة وهذا لصالح الممارسين (غفار سعد عيسى، خالد أسود لاخ، 2009، ص 319-333)، وتتفق كذلك مع ما

ذهب إليه كل من (Burt & Butler, 2011) بأن المراهق الممارس للرياضات القتالية لا ينخفض عنده السلوك العدواني بالضرورة، ولكن في الغالب يحدث انخفاض في السلوكيات العدوانية السلبية في شخصيته (Burt.M,& al,2012,p3) حيث أن انخفاض السلوك العدواني العام (كسمة) يعتبر من الجوانب السلبية للسلوك العدواني، في حين السلوك العدواني داخل رياضة الكراتي تحكمه قوانين اللعبة ولا يخرج عن الإطار المسموح به، كما أنه في الغالب ليس عدوان كفاية أي ليس بنيته إلحاق الأذى بالخصم ولكنه عدوان كوسيلة أي يهدف ضمان بعض العوائد، أو انجاز بعض الأهداف الخارجية مثل الفوز (Kharkan.M,& al,2013,p594).

### 2-11- نتائج تحليل التباين بين مجموعات الدراسة على أساس العمر في السلوك العدواني الرياضي:

مصدر التغير	مجموع المربعات	درجة الحرية DL	تقدير التباين $\sigma^2$	نسبة F
بين المجموعات	128.74	2	64.37	*14.46
داخل المجموعات	93.6	21	4.45	
مجموع التغير	222.34	23		

\*دال عند مستوى دلالة (0.05).

يشير الجدول المبين أعلاه أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات العمرية الثلاثة في السلوك العدواني الرياضي عند مستوى دلالة (0.05) تعزى إلى متغير السن، حيث بلغت قيمة (F) المحسوبة (14.46) وهي قيمة أكبر من قيمة (F) الجدولية التي بلغت قيمتها (3.47)، وهذا لصالح الفئات العمرية على التوالي (من 16-20 سنة) وذلك بمتوسط حسابي بلغت قيمته (14.37)، ثم الفئة من (21-25 سنة) بمتوسط حسابي قيمته (11.66) وأخيرا الفئة العمرية من (26-30) بمتوسط حسابي قيمته (09)، أي أن السلوك العدواني الرياضي يتناقص كلما زاد سن أفراد العينة، الذي قد يكون دلالة لزيادة عدد سنوات الممارسة.

نلاحظ أن الفئات العمرية لعينة دراستنا تنحصر بين 16 30 سنة وهذه هي المرحلة التي غالبا ما تحدث وتنتشر فيها السلوكيات العدوانية ذلك كونها تمثل في جزئها الأكبر مرحلة المراهقة أي الفئة

العمرية من 16 إلى 20 سنة ثم الفئة من 21 إلى 25 سنة إذا ما ذهبنا إلى المراهقة المتأخرة وبداية سن النضج، وهذا ما ذهب إلى توضيحه كل من (Hog M.A, & Cooper.J, 2003,p300) بأن السلوكيات العدوانية غالباً ما تظهر بين 15 و35 سنة.

وتتماشى هذه النتيجة كذلك مع ما يؤكدّه (Nosanchuk 1981) وبعده & Lamarre وNosanchuk (1991) أن ممارسة وتدريب الرياضات القتالية الأسيوية يخفض من السلوكيات العدوانية وخاصة كلما زادت سنوات الممارسة (Kavoura.A,et al, 2012, p8)، وكذلك دراسة Rothperl (1980)، وNosanchuk (1981) وMacneil & Nusanchuk (1989) بأن هناك علاقة بين ممارسة الرياضات القتالية وخفض السلوكيات العدوانية عند المشاركين من مختلف الأعمار (Kellogg. F B S, 2003,p6).

وكل هذا يتفق مع رأي Klavora & Konzak (1980) وLayton (1990) الذي يؤكد أن تأثير ممارسة الرياضات القتالية في خفض السلوكيات العدوانية يزداد وضوحاً مع زيادة عدد سنوات الممارسة، ما يمكن تفسيره بزيادة خبرة الرياضي في التعامل مع مختلف مواقف المنافسة والتي منها المثيرة لقلق والعدوان (Jikkemien V., & Marc T, 2010,p534)

غير أن نتيجة دراستنا تختلف فيما ذهب إليه Lamarre and Nosanchuk (1999) أنه ليس هناك تأثير للعمر في خفض السلوك العدواني (Jikkemien.V, Marc T, 2010) ويمكن تقديم تفسيرات لنتائج الدراسة ككل من عدة نواحي:

فمن الناحية الاجتماعية إذا كان سلوك العدواني يكتسب ويتعلم كبقية السلوكيات الاجتماعية الأخرى من خلال الخبرة المباشرة أو من خلال الملاحظة ومشاهدة الآخرين (Craig. A A, & Brad. J, 2002,p31)، فالرياضي المشارك في منافسات رياضة الكراتي قد يكتسب من خلال الخبرة الذاتية المباشرة ومشاهدة الآخرين أن الفوز لا يكون من خلال السلوك العدواني، وأن استخدام هذا الأخير قد يعرضه إلى خصم النقاط والحصول على الإنذارات، كما أنه يتحصل على التدعيم الإيجابي بحصوله على الجوائز في حال فوزه أو احتلاله تصنيف ضمن المراتب الأولى وابتعاده عن السلوكيات العدوانية.

وفي نفس السياق إذا كانت السلوكيات العدوانية الرياضية هي استجابة ونتيجة لمختلف المواقف المحيطة (Weinberg.R S, & Gould.G, 1997, p497)، فإن ممارس رياضة الكراتي سواء في التدريب أو المنافسة تزيد درجة الضغوط التي يتعرض لها الرياضي بدأ من حمل التدريب والانضباط بقوانين الرياضة وضغط الجمهور وتوقعات المدرب والزملاء، بالإضافة إلى مستوى المنافسة والأخطاء المرتكبة أحياناً من طرف الحكام وضغط وقت المباراة، والتعب... الخ، كل هذه المواقف اعتاد

واكتسب الرياضي خبرة في التعامل معها، وانطلاقاً من مبدأ انتقال أثر التعلم يتعلم الرياضي كيفية التعامل مع المواقف المشابهة في الحياة اليومية ويكون أقل استثارة وأكثر اتزاناً وبعداً عن الغضب والعدوان.

كما يمكننا كذلك من جانب موضوع الدافعية تفسير نتيجة انخفاض السلوك العدواني العام عند الممارسين لرياضة الكراتي سواء المشاركين أو غير المشاركين في المنافسات الرسمية، وذلك من خلال ما يطلق عليه اسم "خبرة الطلاقة" Flow Experience وهي حالة الإثارة المثلى حيث ينغمس فيها الشخص كلياً في النشاط، ويفقد الإحساس بالزمن ويشعر أن كل شيء يسير على النحو الصحيح فهو غير ضجر أو قلق، وهذه الخبرة تتسم بالتركيز الشديد والشعور بسيطرة الرياضي على نفسه وعلى البيئة المحيطة (راتب، 1997، ص75)، أي أن ممارسة الرياضة تتيح للفرد وقتاً ينسى فيه مختلف مشاكله وضغوطه في الحياة اليومية، وهذا ما يخلق لدى الفرد دافعاً لإعادة هذه الخبرة وتصريف طاقته في الممارسة الرياضية ومحاولة الوصول إلى هذه الخبرة مرات عدة بدلاً من تصريف طاقته في سلوكيات عدوانية خارج هذا المجال التي قد تنجر عنها مشاكل عدة اجتماعية وعائلية وقانونية... الخ. ومن ناحية فيزيولوجيا الرياضة هناك تأكيد على أن الممارسة الرياضية المنتظمة يؤثر على الحالة المزاجية، حيث أثبتت دراسة كل من Joseph, J. Schidkraut من جامعة هارفارد وجود علاقة بين النورابنفرين (النور أدرينالين) مع اضطرابات الحالة المزاجية. وافترض أن الاكتئاب ينشأ من نقص النورابنفرين أو زيادته بشكل مفرط، وتنظم نسبته من خلال التدريب المنتظم، وتنخفض زيادة النورابنفرين في البلازما خلال التدريب لمدة ثلاثة أسابيع بشكل سريع. (أبو العلا عبد الفتاح، 2003، ص162)

كما تثبت العديد من الدراسات أن انخفاض نسبة السيروتونين Serotonin يسبب الاكتئاب والسلوكيات العدوانية، حيث اكتشف كل من Eric Newsholme وزملائه من جامعة أكسفورد أن من أسباب حدوث التعب المركزي هو زيادة تركيز السيروتونين في المخ، وكذا يتضح أن التدريب الرياضي الذي يصل إلى مستوى التعب يزيد من تركيز السيروتونين في المخ وهذا ما تعمل على تحقيقه العقاقير المضادة للاكتئاب، وغالباً ما يحدث التعب أثناء التدريب وبالأخص أثناء المنافسة في رياضة الكراتي دو.

كما أن المجهود الأعلى شدة والأقصر وقتاً دوماً يسبب زيادة إفراز الاندروفين Endorphin الذي يقلل من الألم والاكتئاب وهذا ما تتميز به مختلف الحركات المنفذة في الكراتي دو سواء أثناء التدريب أو المنافسة، حيث تنفذ بسرعة وقوة وذلك باستخدام كل من النظام الفوسفاتي ATP-PC ونظام الجلكزة اللاهوائية Anaerobic Glycolysis (أبو العلا عبد الفتاح، 2003، ص165)

وفي الأخير إن اعتبار العدوانية سلوك غريزي عند الإنسان يجعل من الرياضة والتي من بينها الكراتي دو إحدى الوسائل والمداخل الاجتماعية المقبولة التي تسمح بتفريغ هذه الطاقة عبر بعض السلوكيات العدوانية في إطار قانون الرياضة (Cox.R H, 2005,p257)، حيث تؤكد Ervin Stanb أن الأطفال والشباب إن لم يكن لديهم الوسائل الاجتماعية القيمة لكسب الصورة الاجتماعية الجيدة وكسب الكفاءة والأداء الجيد والعلاقات الجيدة مع الأصدقاء سوف يتجهون إلى السلوك العدواني. (الضيدان، 2003)

## 12-الخاتمة:

إن الحقائق تؤكد بما ليس فيه شك صعوبة التعامل مع السلوك العدواني وذلك بالنظر إلى طبيعة هذا الأخير الذي قد ينشأ من مركب من الأسباب، أو قد تعود عدة أنواع من العدوان مثل العدوان اللفظي، العدوان غير المباشر، التهجم والاعتداء.. الخ إلى سبب واحد أو مجموعة متشابهة من الأسباب، و كل هذا يصعب من عمل المرشد أو المعالج النفسي في التعامل معه وخاصة إذا كان مع عينة من المراهقين الذي يتزامن نموهم النفسي مع نمو بدني فسيولوجي الذي يشكل أزمة هوية ومحاولة تأكيد الذات (نيبي، 2006، ص08) والذي قد يظهر على شكل حركات عدوانية، مما يحتم ضرورة المزوجة بين الطريقة التقليدية التي تعتمد على التعامل والإرشاد بالكلام والطرق التي تعتمد العلاج بالحركات (العلاجات السلوكية)، حيث أثبت استخدام هذا الأسلوب انخفاض مستويات التوتر، وإحساس الفرد بالكفاءة والفعالية الذاتية، وقد يوفر استخدام الرياضات القتالية مع هذه الطرق العلاجية أسلوباً جديداً في التعامل مع المراهقين. (Isaac Burt,2012,p04).

ولعل أبرز ما قد تساهم به رياضة الكراتي في مجال مواجهة السلوكيات العدوانية هو ذلك الذي ينبع من طبيعتها، وهو أنها تنتمي إلى مجموعة الرياضات الاحتكاكية التي تسمح باحتكاك جسم الرياضي بمنافسه (Baccouche M. A, et al,2013,P77) بل أكثر من ذلك أن الفوز يعتمد على عدد النقاط المسجلة والتي تتم من خلال اللكمات أو الركلات الموجهة إلى الخصم، وهذا يسمح للفرد بممارسة وتفريغ جزء من طاقته العدوانية لكن في إطار قانوني وآمن، هذا من جهة، وتتيح للفرد خبرة التعامل مع المواقف المحبطة والضاغطة من جهة أخرى والتي تكون بشكل أكبر أثناء المنافسات الرسمية.

ولابد أن نلفت الانتباه هنا إلى فكرة أساسية وهي أن ما يحقق هذا الأثر الإيجابي قد يعود إلى طبيعة السلوك العدواني بحد ذاته، فنحن لا نركز بصورة كبيرة على أثر تلك السلوكيات التي يكون العدوان فيها كغاية أي التلذذ بالحق الأذى النفسي والبدني بالمنافس أو يكون العدوان فيها كوسيلة للحصول على تعزيز من الخارج كتشجيع الجمهور أو رضا المدرب مثل استخدام القوة أو ضربات نحو أماكن

غير مسموح بها بهدف إخافة المنافس وإضعاف قدرته على المواصلة، ولكننا نركز بصورة أكبر على ما يسمى العدوان الإيجابي أو السلوك الجازم Assertive behavior الذي يقصد به إظهار مقدرة و طاقة بدنية فائقة من أجل تحقيق الفوز ويتميز بزيادة الدافعية، الطاقة النفسية، عدم الخوف من الفشل و حدوث الإصابة فضلا عن أنه لا يخرج عن القواعد والقوانين الخاصة بالرياضة. (راتب، 1997، ص208)

وبالنظر إلى حدود دراستنا وعينتها فإنها لا تأتي لحصر أساليب مواجهة السلوكيات العدوانية أو فعاليتها مع المراهقين في الممارسة الرياضية عامة ورياضة الكراتي دو خاصة، ولكن لاعتبارها إحدى الطرق الفعالة في ذلك ولو كمدخل وقائي أو عامل مخفض من حدتها، وهذا لاعتبار السلوك العدواني كباقي الظواهر النفسية والاجتماعية لا يمكن دراسته كظاهرة منفردة ولكن في إطارها الاجتماعي أي الفرد وتكوينه الشخصي والسلوك الذي يظهره والمحيط الذي يحدث فيه، أي مختلف الظواهر والمتغيرات المرتبطة به. (ميروح وآخرون، 2012، ص168)

كل هذا يفتح المجال أمامنا لإجراء المزيد من الدراسات التي تمس السلوك العدواني ومختلف المتغيرات ذات العلاقة معه والمؤثرة فيه.

### قائمة المراجع

- الحميدي محمد ضيدان الضيدان، (2003)، تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض، مذكرة ماجستير في العلوم الاجتماعية تخصص الرعاية والصحة النفسية، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية.
- أحمد السعاف صالح، (1989)، المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، سلسلة البحث في العلوم السلوكية، الرياض.
- أسامة كامل راتب، (1998)، علم نفس الرياضة، دار الفكر العربي، مصر.
- أبو العلا عبد الفتاح، (2003)، فسيولوجيا التدريب والرياضة، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة.
- رمزي جابر(2008)، أثر ممارسة الأنشطة الرياضية على سمات الشخصية لدى الأحداث، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)، مجلد22، العدد1.
- سهى أديب عيسى ومصطفى محمد علي نمر الزغلول (2005)، العلاقة بين الحوافز والسلوك العدواني لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية في رياضات الدفاع عن النفس (الكراتيه، التايكواندو، الجودو)، دراسات العلوم التربوية، المجلد 32، العدد1.

- سلمان خلف الله (2004)، الطفولة ومشكلاتها الرئيسية التعليمية والسلوكية، جبهة للنشر والتوزيع، عمان-الأردن
- عمار بوحوش ومحمد دنيبات، (1998)، منهج البحث العلمي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- غفار سعد عيسى، خالد أسود لاخ، (2009)، السلوك العدواني عند الرياضيين والغير رياضيين، مجلة واسط للعلوم الإنسانية، العدد 12.
- محمد زيان عمر(1997)، البحث العلمي ومناهجه وتقنياته، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- محمد حسن علاوي، (1998)، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، مصر.
- محمد نجيب نيني، (2006)، علم نفس النمو (الجزء الأول)، جامعة منتوري قسنطينة، الجزائر.
- محمد صبري فؤاد النمر، (2003). التفكير العلمي والتفكير النقدي في بحوث الخدمة الاجتماعية. المكتب الجامعي الحديث. الاسكندرية.
- ميرواح عبد الوهاب وآخرون(2012)، دافعية الانجاز لدى المشرفين بمديريات الشباب والرياضة، المؤتمر العلمي الدولي الثاني في تسيير الإدارة الرياضية غي ظل اقتصاد السوق، المسيلة، الجزائر.
- نضال عبد الناصر فهبي أبو زهرة، (2011)، تأثير متغيرات الممارسة الرياضية والجنس والصف على المشكلات السلوكية لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في محافظة نابلس، مذكرة ماجستير في التربية الرياضية، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- ياسين مسلم محارب أبو حطاب، (2002)، فاعلية برنامج مقترح لتخفيف السلوك العدواني لدى طلاب الصف التاسع الأساسي بمحافظات عزة، مذكرة ماجستير في علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- Berg. J.(2012), Aggression and its management in adolescent forensic psychiatric care, Department of Nursing Science, University of Turku, Finland.
- Burt. I.(2012), An innovative approach to working with angry adolescents using therapeutic principles and martial arts, Vistas,vol 01.

- Baccouche, M A. et al, (2013), Effect of gender and type of sport practiced on aggression and self-esteem in Tunisian athletes, IOSR Journal of Humanities and Social Science, Volume 8, Issue 4.
- Cox .R.H, (2005), Psychologie du sport, traduit de l'américain par Christophe Billon, 1<sup>er</sup> édition , De Boeck Université, Bruxelles.
- Craig A.A.,& Brad,J.B(2002), Human aggression, Annu. Rev. Psychol, vol53.
- Geen R.G., (2001), Human Aggression, 2<sup>nd</sup> edition, Open University Press, Buckingham,Philadelphia.
- Greene M.B.,(2005), Reducing violence and aggression in schools, Trauma, Violence,& Abuse, Vol.6, No.3.
- Hog,M.A., & Cooper,J.(2003), The sage handbook of social psychology, Sage Publication, Inc,2003.
- Jikkemien, V., &Marc,T.(2010), The social-psychological outcomes of martial arts practice among youth, Journal of Sports Science and Medicine (2010) 9
- Kavoura.A. et al, (2012),Psychological research on martial artists, Scandinavian Sport Studies Forum , vol.03
- Kellogg, F B S. (2003),The impact of martial arts training in adolescents, Master of Science thesis, Texas Tech University.
- Kharkan. M.& al (2013), The comparison of athletic aggression girl and boy athlete students, International Journal of Sport Studies. Vol. 3 (6)
- Lindeman.M.,et al (1997), Age and gender differences in adolescents reaction to conflict situation :Aggression, Prosociality, and withdrawal, Journal of Youth and Adolescence, Vol.26, No.3.
- Lori W. Tucker & Janet B. Parks(2001), Effects of Gender and Sport Type on Intercollegiate Athletes' Perceptions of the Legitimacy of Aggressive Behaviors in Sport, Sociology of Sport Journal, 18.
- Morris.L , et al (2003),Sport, Physical activity and antisocial behavior in youth, Australian Institute of criminology Research and Public Policy Series,No.49.



- Stuart W.T. & Frank C.S (1998), the application of traditional martial arts practice and theory of the treatment of violent adolescents, adolescence, Vol.33, No.131.
- Simpson, K.(2001), The role of testosterone in aggression, McGill Journal of Medicine , Vol.6 ,No.1.
- Vahid, Z. & al .(2012), Anger in adolescent boy athletes: a comparison among Judo, Karate, swimming and non athletes, Iran J Pediatr, Vol .22 ,No.1
- Weinberg, R.S. & Gould.G , (1997), Psychologie du sport, traduction par Paul Deshaies, Edisem, Vigot, France.
- Wehmeier,S.(2000),Oxford advanced learner's of current English, Oxford University Press, New York.