

النشاط البدني الرياضي الترويحي والوقاية من آفة المخدرات لدى المراهقين

أ.زياني محمد

جامعة الجزائر 3

أ.طهير ياسمين

جامعة الجزائر 3



ملخص الدراسة:

أصبحت ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي في وقتنا مرادف لمفهوم حرية النشاط والتسلية، لذا اهتمت به الدول المتقدمة لإدراكها أنه أفضل وسيلة لاستثمار وقت الفراغ وانه مكسب العديد من القيم البدنية والخلقية والاجتماعية، وأكدت معظم الدراسات والبحوث على أهميته في الوقاية والعلاج من آفة المخدرات، بل وأصبحت المراكز الصحية المتخصصة على مستوى العالم تعتمد على النشاط الرياضي الترويحي.

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى مساهمة الأنشطة الرياضية الترويحية والوقاية من آفة المخدرات لدى المراهقين، من خلال ما لاحظناه عن عدم إدراك أهمية النشاط الرياضي الترويحي في خلق التوازن النفسي والاجتماعي، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها 05 من المراهقين تم التواصل معهم من خلال بيت الشباب المتواجدة بالمسيلة، ومن خلال نتائج الدراسة توصل الباحث إلى أن للأنشطة الرياضية الترويحية دور وقائي وعلاجي من آفة المخدرات لدى المراهقين، وان نقص المراكز والمرافق الترويحية من الأسباب التي تؤدي إلى تفشي آفة المخدرات.

الكلمات الدالة: النشاط الرياضي، الترويح، الإدمان، المخدرات، المراهقين.

Study Summary:

Physical activity has become a synonym for the concept of freedom of activity and entertainment, so developed countries have taken it for granted that it is the best way to invest leisure time and that it has gained many physical, moral and social values. Most studies and research have emphasized its importance in the prevention and treatment of the scourge of drugs. Specialized health centers around the world rely on recreational sports activities.

This study aimed at finding out the extent of the contribution of sports recreational activities and prevention of the scourge of drugs in adolescents, by noting the lack of awareness of the importance of recreational sports activity in creating psychological and social balance. The researcher used the descriptive approach on a sample of 50 adolescents, the study found that recreational sports activities play a preventive and therapeutic role in the adolescent drug scourge, and that the lack of centers and recreational facilities are among the reasons leading to the spread of the drug scourge.

Keywords: sports activity, recreation, addiction, drugs, teenagers.



1. الخلفية النظرية:

• مقدمة وأهمية البحث:

إن للرياضة دور كبير في كل جوانب الحياة في الصحة البدنية واستثمار أوقات الفراغ وتكوين علاقات جيدة مع الآخرين، وهي المجال الذي توحدت فيه كافة دول العالم وشعوبها في ممارستها والتنافس الشريف فيها، ولأهمية دور الرياضة في إشغال الشبابو إبعادهم عن الانحرافات السلوكية فقد ركزت كل المؤسسات الرسمية والأهلية العاملة في مجالات مكافحة والوقاية والعلاج على الأثر الحقيقي للرياضة في الوقاية من المخدرات وفي تحصيل المراهقين من الانحرافات، وقد أصبحت مشكلة الآفات الاجتماعية في المجتمع خاصة الشباب إحدى أكبر المشكلات التي واجهت وتواجه كل دول العالم منذ سنوات، حيث يظهر الأثر الكبير لمشكلة الآفات الاجتماعية على المجتمعات في تعقيدها والسلوكات الإنسانية التي تصاحبها. وقد أصبح الترويج الرياضي في وقتنا الحاضر مرادفا تماما لمفهوم حرية النشاطو التسلية واللعب، ومرتبطا بمفاهيم أخرى وملزمة له كالتعب والملل والكره لذلك أصبح يدخل ضمن نسيج النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع، وكأحد مظاهر السلوك الحضاري للفرد، لذا فقد تزايد الاهتمام بالترويج وتعددت مجالاته لمواجهة الزيادة النامية لوقت الفراغ في المجتمع المعاصر وشملت هذه الاهتمامات آثاره على الأشخاص العاديين وغير العاديين على حد السواء، واهتمت الدول المتقدمة بالترويج الرياضي لإدراكها بأنه يعد أفضل وسيلة لاستثمار وقت الفراغ والذي يكون من نواتجه اكتساب العديد من القيم البدنية والخلفية والاجتماعية والمعرفية. (كمال درويش وآخرون، 1997:56)

كما تشير "منتسوري": بأن رغبات الفرد وحاجاته حين تصطم بموانع المراهقين خاصة الوالدين، والمحيط، وقد تشكل أرضية خصبة لظهور بعض مشكلات والتي تمتد للمراحل الموالية إذا لم تعالج كالإفراط الحركي من أجل جلب اهتمام المحيطين به وعدم تقدير الذات وهذه المشكلات تكون بسيطة ولكنها تتعقد مع الوقت، فتظهر على شكل سلوكات مرضية وتصبح مصدرا للإزعاج والمشاكل، يتجه الفرد إما نحو الانطواء والانعزال أو يتجه نحو الشارع، وحينها يلتقي برفقاء السوء فيصبح مستعدا للانحراف والسرقة والإجرام، وكثيرا ما يحدث هذا في مرحلة المراهقة حيث أن المراهق في هذه المرحلة يتميز بالفصول وحب المغامرة والاكتشاف وهذا ما قد يدفعه لتذوق المخدرات، والمعروف أن الفرد في المراهقة



يكتسب سلوكات جديدة منها التعاطي فالإدمان على المخدرات.(عبد العالي الجسماني 1994:85).

ولعل من أساسيات الوقاية والعلاج من هذه الآفة تنمية حب ممارسة الرياضة في نفوس المراهقين من خلال تسليط الضوء على نماذج مشرقة مؤثرة من الرياضيين وبيان فوائد ممارسة الرياضة من الناحيتين الذهنية والبدنية، وتكمن أهمية الرياضة في الفوائد الصحية والاجتماعية الناتجة عن تلك الممارسة وتكمن أهمية الرياضة كذلك في الاهتمام بالرياضة والرياضيين وإنشاء النوادي الرياضية في جميع المناطق والمزيد من بيوت الشباب التي لا تألوا جهداً في استقطاب الشباب إليها وتعليمهم ما يميلون إليه من أنواع الرياضة. فمن خلال الدراسة الاستطلاعية توصلنا إلى أن مختلف المراكز المتخصصة في معالجة الآفات الاجتماعية تعتمد على البرامج الرياضية الترويحية، رغم أن هناك العديد من الدراسات والبحوث أكدت على أهمية الممارسة الرياضية، والعديد من المراكز المتخصصة على مستوى العالم تعتمد على النشاطات الرياضية في الوقاية والعلاج، ويؤكد الدكتور "عطيات محمد خطاب": « أنه في الوقت الحالي أصبح الترويح مجالاً هاماً ليس فقط في الوقاية من الأمراض النفسية بل أيضاً في علاجها، وأصبح الأطباء يعتقدون في أهمية الأنشطة الترويحية كعلاج مكمل للعلاج النفسي، وانتشرت الأنشطة الترويحية المتعددة على نطاق واسع في المصحات العقلية والنفسية ».

ومن خلال ملاحظتنا الميدانية لواقع النشاط الترويحي في بيوت الشباب، لاحظنا أن هناك تقصير كبير في حق فئة المدمنين والذي يرجع إلى عدم الإدراك لأهمية الأنشطة الترويحية في خلق التوازن النفسي والاجتماعي وتأثيرها في التغلب على الانحرافات السلوكية. وعليه جاءت هذه المداخلة لتسلط الضوء على هذه الظاهرة العالمية والبحث في سبل الوقاية منها أمليين في ذلك تقديم السبل الأساسية لممارستها وإبراز الدور الفعال لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى المراهقين ، ومما سبق تم صياغة الإشكالية على النحو التالي:

هل للأنشطة الرياضية الترويحية دور في محاربة آفة المخدرات لدى المراهقين ؟

وقد تفرع عن هذا التساؤل الجوهري التساؤلات التالية:

- هل تساهم الأنشطة الرياضية الترويحية في محاربة آفة المخدرات لدى المراهقين ؟
- ما هي الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى تفشي آفة المخدرات لدى المراهقين ؟



- هل للأنشطة الرياضية الترويحية دور وقائي علاجي من آفة المخدرات لدى المراهقين ؟
• فرضيات البحث:

للأنشطة الرياضية الترويحية دور في محاربة آفة المخدرات لدى المراهقين.
الفرضيات الجزئية:

- تساهم الأنشطة الرياضية الترويحية في محاربة آفة المخدرات لدى المراهقين.
- من الأسباب المؤدية إلى تفشي آفة المخدرات قلة وجود بيوت الشباب والمراكز الترويحية.
- للأنشطة الرياضية الترويحية دور وقائي علاجي من آفة المخدرات لدى المراهقين.
2- أهداف البحث:

- إبراز الدور الفعال للأنشطة الرياضية والترويحية في الجانب الوقائي العلاجي.
- معرفة السياسة المنتهجة للحد من هذه الظاهرة.
- معرفة الأسباب الرئيسية المؤدية إلى تفشي آفة المخدرات في أوساط المراهقين.
- لفت انتباه المختصين في مواجهة الإدمان على المخدرات إلى ضرورة إعداد برامج رياضية إرشادية
- معرفة ثقافة الفرد والمجتمع تجاه المخدرات من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية
- التعرف على مختلف الأنشطة الرياضية الترويحية الممارسة داخل مراكز الترفيه وبيوت الشباب.

3- تحديد مصطلحات ومفاهيم الدراسة:

• الأنشطة الرياضية الترويحية:

يرى فروبل "Frobel" أن الرياضة الترويحية هي مرآة للحياة، تعطي للطفل لمحة عن العامل الذي عليه أن يتعلم من أجله، وهي تخدم دائما غرضا ما، فهي تعبيراً عن إنسانية الطفل الداخلية وانعكاسا لاستعداداته وقدراته الخلاقة.(عطيات محمد، 1982: 66).

• الترويح:

يشير كل من كراوس "Kraous"، وباربارا باتس "Berbara Bates" إلى الترويح على أنه نشاط وخبرة وحالة انفعالية تطرأ على الفرد من مشاركته في نشاط وقت الفراغ بدافع شخصي.

(كمال درويش وآخرون، 1997: 54).



• أهمية الترويح:

قررت الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح في اجتماعها السنوي سنة 1978 بأن حقوق الإنسان تشمل حقه في الترويح الذي يتضمن الرياضة إلى جانب الأنشطة الترويحية الأخرى ومع مرور الوقت بدأت المجتمعات المختلفة في عدة قارات مختلفة تعمل على أن يشمل هذا الحق الخواص وقد اجتمع العلماء على مختلف تخصصاتهم في علم البيولوجيا والنفس والاجتماع بأن الأنشطة الرياضية والترويحية هامة عموما وللخواص بالذات وذلك لأهمية هذه الأنشطة بيولوجيا، اجتماعيا، نفسيا، تربويا، اقتصاديا وسياسيا.

• أهمية الأنشطة الرياضية الترويحية العلاجية:

قد تعيد الألعاب الرياضية والحركات الحرة توازن الجسم فهي تخلصه من التوترات العصبية ومن العمل الآلي وتجعله كائنا أكثر مرحا وارتياحا في البيئة الصناعية وتعقد الحياة قد يؤديان إلى انحرافات كثيرة كالإفراط في شرب الكحول والعنف، وفي هذه الحالة يكون اللجوء إلى البيئة الخضراء والهواء الطلق والحمامات المعدنية وسيلة هامة للتخلص من هذه الأمراض العصبية وربما تكون خير وسيلة لعلاج بعض الاضطرابات العصبية. (a.domart et all. 1986 :589)

• مفهوم الإدمان:

هو حالة من التسمم المزمن، تضر الفرد والمجتمع، تنتج عن تكرار تعاطي عقار محدد قد يكون ذو أصل نباتي مثل الأفيون والكوكايين أو صناعي يتم استنشاقها أو شربها أو حقنها مثل المورفين.

(فتحي دردار، 2005: 08)

• تعريف المخدرات:

هي كل المواد والعقاقير التي تضر العقل والجسم وتسبب الأذى لمتعاطيها والمجتمع ككل وهي كافة المواد التي حرمتها كل الشرائع والأديان، والشخص السوي ينبذها، والعقل السليم يرفضها.

(فتحي دردار، 2005: 37)



4- الدراسات السابقة والمرتبطة:

• الدراسة الأولى:

هي دراسة عالمية أجريت في كل من الدول التالية: ألمانيا، الاتحاد السوفياتي، وم.أ، فرنسا، بلجيكا، بيرو، بلغاريا، يوغسلافيا، تشيكوسلوفاكيا، بولندا، والمجر، وكان الهدف من هذه الدراسة هو تقدير الوقت الذي يقضيه الأفراد في العديد من النشاطات الرياضية والترويح.

وكانت تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن ممارسة الرياضة والترويح تتأثر بالعديد من المتغيرات التي ترتبط ب: الجنس، السن، درجة التعلم، نوع العمل، حجم الأسرة، المستوى، الاجتماعي والاقتصادي.

• الدراسة الثانية:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة علاقة ممارسة النشاطات الدراسية بالتحصيل الدراسي، حيث قام " Kyle، كايل" بمراجعة 24 دراسة للماجستير أجريت على طلاب الكليات وم.أ، وقد أشارت نتائج هذه الدراسة إلى مايلي:

- دلت نتائج 10 دراسات على أن ممارسة النشاطات الرياضية لها تأثير ايجابي على مستوى التحصيل الدراسي للطلاب وهي تمثل نسبة 47.67% من مجموع تلك الدراسات.
- أوضحت نتائج 09 دراسات أنه لا يوجد تأثير سلبي لممارسة الطلاب النشاط الرياضي على تحصيلهم الدراسي، وهي تمثل نسبة 37.50% من مجموع تلك الدراسات.
- أشارت نتائج 05 دراسات أنه يوجد تأثير سلبي لممارسة الطلاب النشاط الرياضي على تحصيلهم الدراسي، وهذه الدراسات تمثل نسبة 20.83% من مجموع تلك الدراسات.

• الدراسة الثالثة (KACHA، كاشا) 1985:

قام الباحث السيكولوجي الجزائري كاشا بدراسة ميدانية، لظاهرة إدمان المخدرات ومدى انتشارها في أوساط الشبيبة الجزائرية، فخرج منها بالنتائج الآتية:

- ظاهرة إدمان المخدرات، منتشرة عند الذكور، أكثر منها عند الإناث وهذا بين سن 18-35 سنة.
- ظاهرة إدمان المخدرات في الجزائر لم يهتم بها الاهتمام اللازم من طرف وزارة الصحة العمومية، فهي ظاهرة عامة لكنها مهمة. (kacha.a.1985)



• **الدراسة الرابعة:**

تتناول "Brook، بروك" وآخرون دراسة سنة 1973 حول مجموعة من المراهقين المتعاطين للفيتامينات المتكونة من 60 مراهق، قارنوا بينهم وبين مجموعة أخرى غير متعاطين بلغ حجمها 24 فردا، وتبين من خلال المقارنة أن المتعاطين كانوا يعانون من كثرة اضطرابات الشخصية والمظاهر الذهانية أكثر من غير المتعاطين للمخدرات. (مصطفى سوييف، 2001: 85).

• **دراسة مخبر علم النفس الفرنسي لنمو الطفل:**

تؤكد دراسة المخبر الفرنسي لعلم نفس الطفل في أبحاثها الخاصة بظاهرة المخدرات وجود عوامل مساعدة في إرزاها وهذا ما تؤكد هذه الدراسة" توجد عدة عوامل تشترك في توسيع ظاهرة إدمان المخدرات عند الأطفال والمراهقين على السواء، ومن أهمها أسباب سيكولوجية كالتفكك الأسري، وهذا النمط التربوي يخلف عندهم ما يسمى بعدم التكيف والتوافق الاجتماعي ورد فعلهم على هذه الحالة أنهم يهربون من محيطهم الاجتماعي، ومن كل برامجه المسطرة ويتبعون طريق الانحراف والإجرام.

5- **الإجراءات المنهجية للبحث:**

- **المنهج البحث:** استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث.
- **عينة البحث:** شملت عينة البحث على 05 من المراهقين تم الاتصال بهم من خلال بيوت الشباب المتواجدة بمدينة المسيلة.

• **مجالات البحث:**

- المجال البشري والمكاني: قمنا بتوزيع الاستمارات على 05 من المراهقين في بيت الشباب المتواجد بمدينة المسيلة.
- المجال الزمني: الفترة الممتدة من 2018/04/03 إلى غاية 2018/06/18.

• **أدوات البحث:**

الاستبيان: يحتوي الاستبيان على ثلاثة أنواع من الأسئلة تتمثل في أسئلة مغلقة تتضمن الإجابة بنعم أو لا فقط، وأسئلة مفتوحة فيها تعطى الحرية الكاملة للإجابة، وأسئلة نصف مفتوحة تحتوي على جزئين الأول يكون مغلق والثاني تكون فيه الحرية التامة للآراء المستجوبين. (كيفي ريمون، 1997: 199).

المقابلة: يعرفها "ألينا أوس" بأنها علاقة ديناميكية وتبادل لفضي بين شخصين أو أكثر، الأول هو أخصائي نفسي والثاني هو الذي يطلب المساعدة، ومحور هذه العلاقة هو الأمانة من اجل بناء علاقة ناجحة والهدف منها جمع اكبر قدر ممكن من المعلومات والبيانات حول المشكل، لتساعد الباحث والأخصائي النفسي على الفهم الشامل للحالة أو المشكلة التي بصدد دراستها أو تشخيصه. (عطوف ياسين، 2000: 405).

- **الطرق الإحصائية:** لتحليل البيانات واختبار الفرضيات قصد الخروج بنتائج تم استخدام الأدوات الإحصائية التالية (التكريري وآخرون، 1996: 101).
 - برنامج الحزمة الاحصائية spss
 - طريقة النسبة المئوية.
 - اختبار كاف تربيع.
 - الوسط الحسابي.
 - الانحراف المعياري.

6- عرض ومناقشة النتائج:

- **عرض ومناقشة نتائج الاستبيان الموجهة للمراهقين:**

السؤال الأول: هل تساهم الأنشطة الرياضية الترويحية في محاربة آفة المخدرات لدى المراهقين ؟

الجدول 01: يبين التوزيع التكراري والنسب المئوية و X^2 لنتائج السؤال الأول.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	X^2 المحسوبة	X^2 الجدولة	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدالة
التغلب على الانحرافات السلوكية	04	92.35%	14.8	3.84	01	0.05	دالة إحصائية
الوقاية والعلاج	01	7.65%					
المجموع	05	100%					

تحليل نتائج الجدول 01: من خلال تحليلنا لإجابات المراهقين نلاحظ أن هناك 04 من المراهقين يؤكدون أن للأنشطة الرياضية الترويحية دور فعال في التغلب على الانحرافات السلوكية بنسبة 92.35%، بالمقابل هناك مراهقين يرون أن الأنشطة الرياضية الترويحية تساهم في الوقاية والعلاج من آفة المخدرات بنسبة 7.65%. ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب X^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة X^2 المحسوبة تساوي 14,8 وهي أكبر من قيمة X^2 الجدولة 3,84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0,05، وهو ما يفسر وجود دلالة إحصائية.

السؤال الثاني: ما هي الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى تفشي آفة المخدرات لدى المراهقين ؟

الجدول 02: يبين التوزيع التكراري والنسب المئوية و X^2 لنتائج السؤال الثالث.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	X^2 المحسوبة	X^2 الجدولة	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدالة
ملا وقت الفراغ	01	7.65%	14,8	3,84	01	0,05	دالة إحصائية
أسباب أسرية واجتماعية	04	92.35%					
المجموع	05	100%					

تحليل نتائج الجدول 02: من خلال تحليلنا لإجابات الشباب نلاحظ أن هناك 04 من المراهقين يؤكدون عن أن الأسباب التي تدفع لتعاطي المخدرات هي أسباب أسرية واجتماعية بنسبة 92.35%، بالمقابل نجد أن هناك شاب يؤكد أنها لملا وقت الفراغ بنسبة 7.65%. ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب X^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة X^2 المحسوبة تساوي 14,8 وهي أكبر من قيمة X^2 الجدولة 3,84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0,05، وهو ما يفسر وجود دلالة إحصائية.

- السؤال الثالث: هل للأنشطة الرياضية الترويحية دور وقائي علاجي من آفة المخدرات لدى الوسط الشبابي ؟

الجدول 03: يبين التوزيع التكراري والنسب المئوية و X^2 لنتائج السؤال الثاني.							
الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	X^2 المحسوبة	X^2 الجدولة	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدالة
هدف وقائي علاجي	03	59.35%	14,8	3,84	01	0,05	دالة إحصائية
غير ذلك	02	41.65%					
المجموع	05	100%					

- تحليل نتائج الجدول 03: من خلال تحليلنا لإجابات المراهقين نلاحظ أن هناك 04 من المراهقين يؤكدون أن الهدف من ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية هو هدف وقائي علاجي بنسبة 59.35%، بالمقابل نجد أن هناك شاب يؤكد غير ذلك بنسبة 41.65%.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب X^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة X^2 المحسوبة تساوي 14,8 وهي أكبر من قيمة X^2 الجدولة 3,84 عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0,05، وهو ما يفسر وجود دلالة إحصائية.

- عرض ومناقشة نتائج المقابلة لأحد المختصين:
- السؤال الرابع: هل للأنشطة الرياضية الترويحية دور في محاربة آفة المخدرات لدى المراهقين؟

إن النشاط الرياضي الترويحي له دور كبير في القضاء على آفة المخدرات، خاصة وان هذا النشاط بطبيعته ترويحي، فهو يقضي على وقت الفراغ، ويجنب الرياضي كل ما يمس به كرياضي.

- السؤال السادس: في نظرك ما هي الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى تفشي آفة المخدرات لدى المراهقين؟



إن من بين الأسباب المؤدية إلى إدمان المخدرات سوء المعاملة الأسرية، وهذا ما يجعل المدمن يشعر بالخوف والقلق والضعف والضغط عليه من طرف الأولياء، كذلك نقص الحنان والرعاية في مرحلة الطفولة، والأسباب الاجتماعية بصفة عامة بما فيها أسباب أسرية تربوية في الطفولة واقتصادية عند الكبر، وأسباب راجعة لشخصية الفرد نفسه، ووفرة وقت الفراغ لديه ونقص المراكز والمرافق الترويحية.

السؤال التاسع: هل للنشاط الرياضي الترويحي دور وقائي علاجي للحد من آفة المخدرات ؟ يرى المختص أن الرياضة تلعب دورا كبيرا في الوقاية والعلاج من آفة المخدرات:

- يتمثل الدور الوقائي في الحملات التحسيسية التي يقوم بها المختصون وكذلك حث الشباب على ملاء أوقات فراغهم بنشاطات ايجابية كالرياضة لأن الرياضة تنهى عن السلوكات السلبية، والتعرف على أشخاص ذات سلوكات ايجابية.
- ويتمثل الدور العلاجي في استعمال تقنيات علاجية معرفية سلوكية خاصة، مثل الاسترخاء، والتقليل من حدة الضغوطات والمشاكل النفسية لدى المراهقين من خلال ممارسة الرياضة.

8- مناقشة النتائج:

- **مناقشة نتائج الفرضية الأولى:** من اجل التحقق من صحة الفرضية الأولى التي تشير إلى أن "الأنشطة الرياضية الترويحية تساهم في محاربة آفة المخدرات لدى المراهقين". من خلال النتائج المتوصل إليها في الفرضية الأولى جاءت إجابات المراهقين وأحد المختصين تثبت صحة هذه الفرضية حيث أكدوا أن للأنشطة الرياضية الترويحية دور في محاربة آفة المخدرات لدى المراهقين فهي تساهم في التغلب على الانحرافات السلوكية، وبطبيعة النشاط الرياضي ترويحي، فهو يقضي على أوقات الفراغ ويجنب الرياضي كل ما يمس به كرياضي، ومنه نستنتج أن الفرضية الأولى محققة.

- **مناقشة نتائج الفرضية الثانية:** من اجل التحقق من صحة الفرضية الثانية التي تشير إلى أن "من الأسباب المؤدية إلى تفشي آفة المخدرات قلة وجود بيوت الشباب والمراكز الترويحية".

من خلال النتائج المتوصل إليها في الفرضية الثانية جاءت إجابات الشباب والمختصين تثبت صحة هذه الفرضية، أي أن من أسباب تفشي آفة المخدرات هي قلة بيوت الشباب والمراكز الترويحية، بالإضافة إلى أسباب أسرية واجتماعية كالشعور بالخوف والقلق والضغط

عليه من طرف الأولياء، ونقص الرعاية في مرحلة الطفولة، وأسباب راجعة لشخصية الفرد نفسه، وعليه نستنتج أن الفرضية الثانية محققة من صحتها.

- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة: من أجل التحقق من صحة الفرضية الثالثة التي تشير إلى أن "للأنشطة الرياضية الترويحية دور وقائي علاجي من آفة المخدرات لدى المراهقين".

من خاللتوصيات:ج المتوصل إليها في الفرضية الثالثة جاءت إجابات الشباب تثبت صحة هذه الفرضية أي أن لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور وقائي علاجي من آفة المخدرات لدى المراهقين ، حيث تتمثل دور الوقاية في الحملات التحسيسية، أما دور العلاج تتمثل في تقنيات علاجية معرفية سلوكية خاصة، وبهذا نستنتج أن الفرضية الثالثة محققة.



9- الاستنتاج العام:

من خلال تحليل نتائج الدراسة تبين أن ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية دور فعال في محاربة آفة المخدرات لدى المراهقين من خلال توفير للشباب مراكز التسلية والترفيه الثقافي لاستثمار أوقات الفراغ في أشياء مفيدة والتخفيف من مختلف الاضطرابات. كما أن ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي يعد أحد الأسباب الرئيسية في تحسين العلاقات وتوطيدها بين الأشخاص، وكذا تحسين حالتهم النفسية، وتوازن شخصية المراهق وتحسين سلوكه، ويبقى الوصول إلى هذه الغايات النبيلة والتي تتمثل في ممارسة المراهق للنشاط البدني الرياضي من أجل اجتنابه من تعاطي المخدرات مرهون بعدة عوامل وهي توفير الإمكانيات اللازمة والتوعية الفعالة لترغيب المراهق في ممارسته لهذا النشاط .

10- التوصيات :

- إعطاء أهمية كبيرة لفئة المراهقين باعتبارها فئة تحتوي على طاقات هائلة يستوجب استغلالها و الاستفادة منها، وذلك بإنشاء النوادي الرياضية لأن الطاقة الزائدة عن الفرد إن لم يجد أين يفرغها قد تكون عاملا من العوامل الرئيسية في الانحراف.
- أن تكون هناك علاقة تفاهم بين الأبناء وآبائهم.
- تشجيع ودعم الأطفال على الممارسة الرياضية خصوصا من طرف الوالدين.
- الاهتمام بجانب التوعية لأهمية هذه المادة في خلق النشاط البدني الترويحي لتجنب تعاطي الآفات الاجتماعية وذلك عن طريق وسائل الإعلام ببيت برامج بيداغوجية ورياضية.
- توفير الهياكل والوسائل المادية للممارسة الجيدة للنشاط البدني الرياضي.
- تحبيب النشاط البدني للمراهقين من قبل الإطارات الخاصة بالنشاط الرياضي في المؤسسة التربوية.
- تعيين إطارات مختصة للاهتمام بالمشاكل النفسية والاجتماعية للمراهق و مساعدته على حلها عن طريق الممارسة الرياضية (مساعدين نفسانيين).
- إجراء دورات رياضية بين المراهقين على مستوى الوطن لتوسيع قاعدة التعاون وإثراء الجانب العلائقي.

المراجع:

- قائمة المراجع باللغة العربية:

 1. التكريتي، والبيدي عبد: التطبيقات الإحصائية في بحوث التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، 1996.
 2. عبد العالي الجسماني: سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية، ط1، دار العربية للعلوم، 1994.
 3. عطوف محمد ياسين: علم النفس الإكلينيكي، ط2، دار العلم للملايين، بيروت، لبنان، 2000.
 4. عطيات محمد خطاب: أوقات الفراغ والترويح، ط3، دار المعارف، القاهرة، 1982.
 5. فايز، مهيا، ، التربية الرياضية الحديثة، ليبيا : طرابلس للدراسات والتراجم والنشر ، 1995.
 6. فتحي دردار : الإدمان (المخدرات، الخمر، التدخين) ، ط5، الناشر فتحي دردار ، 2005.
 7. كمال درويش، ومحمد الحماحمي: رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997.
 8. كفي ريمون، فان كمبهود لوك: دليل الباحث في العلوم الاجتماعية، ترجمة يوسف الجباعي، المكتبة العصرية، بيروت، 1997.
 9. مصطفى سويف: مشكلات تعاطي المخدرات، ط1، دار المصرية اللبنانية، القاهرة، 2001.
 - قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

 10. KACHA.A, La toxicomanie, journal de la gendarmerie nationale, Alger.198510.
 11. A.Domart ET AL : Nouveau Larousse Médical, Libraire Larousse, Paris, 1986.