

الرياضة ضد الجريمة

لم تعد الرياضة لعباً ولهواً، بل باتت شريكاً أساسياً في مكافحة الجريمة والوقاية ومنها عبر طرق وأساليب علمية، وهذا ما كشفته وتسعى إليه القيادة العامة لشرطة دبي عبر تنظيم مؤتمر الرياضة في مواجهة الجريمة، الذي وصل إلى نسخته السادسة، حيث تابع «البيان الرياضي» فعاليات النسخة السادسة وبحث فيما فُدم وكواليس البحوث وآراء المشاركين لتقديم ملف متكامل عن جدوى ومعايير مواجهة الرياضة للجريمة لتعميم التجربة، خاصة البحوث التي تحدثت عن كيفية التعامل مع المراهقين وشغل اوقات فراغهم بما يفيد أبعادهم عن رفقاء السوء، ويتم تناوله في هذا الملف بصورة متكاملة ومن كافة الجوانب وفق دراسة علمية في سبيل الوقاية قبل أن تصبح الحالات المبحوثة ظاهرة مجتمعية يصعب إيجاد الحلول لها بمشاركة الأندية التي كان حضورها ضعيفاً في فعالية تهتم بهم وتقدم لهم مبادرات علمية لمحاربة السلوكيات الضارة والجريمة.

■ تحقيق - عماد الدين إبراهيم - علي الظاهري

الرياضة صمام أمان ضد الدولة أنشأت مراكز متخصصة للشباب لاست



علاقة الرياضة بالقضاء المبكر على الجريمة الوقاية منها لم تعد خيط عشوائي ونظريات غير مثبتة، بل هي نتاج العشرات من البحوث والدراسات العلمية التي أكدت أن الرياضة علاج ووقاية مبررة من الجريمة والسلوكيات العدوانية في كثير من المجتمعات وتقي المراهقين والشباب من كثير أمراض العصر خاصة المتعلقة بالفراغ والتأثير السلبي لكثير من شبكات التواصل الاجتماعي، التي باتت تشكل خطراً داهماً على كثير من المجتمعات، فيما تقدم بعض من الدراسات والأبحاث العلمية التي أجريت على مجتمعات مختلفة، منها المجتمع الإماراتي.

دراسة إماراتية

ومن الدراسات المهمة التي أجريت على عينات المجتمع الإماراتي قامت بها الباحثة الإماراتية هالة إبراهيم سالم الإبلم نائب مدير قرية العائلة للأيتام

التابعة لشؤون القصر في دبي، وهي استشارية نفسية تربوية وأسرية بجمعية النهضة النسائية بدبي، مشرف عام مركز حور للفتيات، عضو مجلس إدارة جمعية النهضة النسائية، محاضر دولي في مجال الإرشاد النفسي والأسري والتربوي.

تقنيات بحثية

وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر ممارسة الرياضة وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة عشوائية من الطلبة والطالبات المراهقين في المرحلة الثانوية في المجتمع الإماراتي، كما هدفت إلى معرفة العلاقة بين تأثير الرياضة على تحسين التوافق النفسي للبنات والبنين، لدى عينة من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية، كذلك هدفت لمعرفة درجة التوافق النفسي للممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين لدى عينة من المراهقين البنين والبنات بالمرحلة الثانوية.

منهاج وصفي

وللإجابة عن أسئلة الدراسة واختبار فرضياتها استخدم الباحث المنهج الوصفي، حيث تكون مجتمع الدراسة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في الإمارات العربية المتحدة، وطبقت الدراسة إلكترونياً على عينة عشوائية من الإناث والذكور، واستهدفت المرحلة الثانوية، وقد بلغ عددهم (200) طالب وطالبة من خلال موقع www.surveymonkey.com/ وكانت نصف العينة من الممارسين للأنشطة الرياضية، والنصف الآخر من غير الممارسين للنشاط الرياضي، وذلك في الفصل الدراسي الأول من العام (2016-2017)، وقد طبقت على عينة الدراسة.

نتائج مبهرة

ولقد أظهرت نتائج التحليل الإحصائي ما يلي:
لا توجد فروق دالة إحصائية بين عينة الذكور وعينة الإناث في ما يتعلق بعلاقة التوافق النفسي بممارسة الرياضة، وتوجد فروق دالة إحصائية على مستوى 0.1 بين عينة الرياضيين وغير الرياضيين في ما يتعلق بعلاقة التوافق النفسي بممارسة الرياضة.

مشاكل العصر

وأكدت الباحثة أن هناك فئة كبيرة من الشباب غير ممارسين للنشاط الرياضي، ويقضون معظم أوقات

شرطة دبي تسبق الجرائم بالتوعية.. وتساولات بشأن غياب دور الفعاليات الرياضية الوقاية تحمي المجتمع وتحافظ على الأمن والأمان بعيداً عن مخاطر الشرطة



■ سميرة عرابي

ويجنبهم المخاطر التي ربما تواجههم خلال العطلات وخاصة الصيفية. وقدم صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، خلال الصيف المنصرم مكرمة للشباب من أجل التوسع في إنشاء مشروع النشاط الصيفي للشباب من الجنسين، وذلك لحمايتهم خلال العطلة الصيفية من أخطار الفراغ وتوجيههم، بما يتفق مع توجيهات سموه ومبادئه، كما اهتمت الدولة بالمرأة ودورها في المجتمع الرياضي، حيث كان لتوجيهات سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك ودعمها الكبير الفضل في إتاحة الفرصة للمرأة الإماراتية للانخراط في جميع الأنشطة الرياضية مثل: اتحادات الرماية، والشطرنج، وتنس الطاولة، ومشاركاتها في اللجان الرئيسية للهيئة



■ هالة إبراهيم

أفضل مما له أكبر الأثر الإيجابي على المستوى الفردي ومستوى الدولة. وهذا يشير إلى ضرورة البحث والعمل على رفع قطاع الشباب المشاركين في الأنشطة الرياضية، ويتطلب الاهتمام بتصميم البرامج الرياضية، وإلحاق الشباب بها على مستوى المدارس والجامعات، هذا إضافة للتوعية الإعلامية للشباب بأهمية ممارسة الرياضة، وما لها من تأثير إيجابي على حياة الفرد وصحته.

دور الدولة

وأوضحت الباحثة من خلال دراستها أن الدولة أنشأت عدداً من مراكز الشباب الدائمة في أبوظبي ودبي والشارقة والفجيرة ورأس الخيمة، لتوفر للشباب خاصة الطلاب فرص استثمار وقت فراغهم في ما ينفعهم

فراغهم في أشياء لا تفيد، فني معظم الشباب يقضون أوقاتهم في الألعاب الإلكترونية ومواقع التواصل الاجتماعي، وكلما زاد وقت الفراغ لدى الشباب في سن المراهقة ازدادت الجرائم ومشاكل انحراف السلوك.

وقد اهتمت الباحثة بالجانب الرياضي ضمن برامجها الإرشادية، التي هدفت للترويج والتنقيح وتعديل السلوك، وتشغل الباحثة منصب استشارية نفسية وتربوية وأسرية بجمعية النهضة النسائية بدبي، ومشرف عام مركز حور للفتيات، وعضو مجلس إدارة جمعية النهضة النسائية، ولمعرفتها الجيدة بأهمية الرياضة ودورها الفعال في تحسين الجانب النفسي والتكيف النفسي والاجتماعي فقد أدخلت الأنشطة الرياضية، ضمن برامجها الإرشادية، في شكل أنشطة فردية وجماعية، من خلال البرامج المختلفة، إضافة للمسابقات الرياضية، والأنشطة الصيفية، وللأثر الإيجابي لتلك الأنشطة جاءت أهمية البحث، حيث هدفت الباحثة من بحثها إلى التأكد من أثر الرياضة على التكيف النفسي للتأكد على تفعيل الأنشطة الرياضية في مؤسسات الدولة المختلفة في النوادي، ومؤسسات الدعم والتنمية الأسرية، والمدارس، والجامعات، لأنه حتى الآن لا يوجد لدينا محامون على مستوى عالي لديهم القدرة للدفاع عن الحقوق لتسفر الفترة الماضية عن وجود حالة إهدار مال، بينما هناك «سماسة» آخرون يتحدثون عن اللاعب

بشرطة دبي في تنظيم العديد من المؤتمرات، وتوعية الأفراد في المجتمع على مكافحة الجريمة بالرياضة. واستطرد قائلاً: الطفل أو الشاب إذ استنفدت الرياضة جل يومه، فكيف يستطيع التفكير في الانحراف أو ارتكاب الجريمة!! وبعض الأندية نجحت في توجيه الأطفال والشباب، عبر تهيئة الأجواء المناسبة كي لا يغفل اللاعب الجانب التعليمي، مضيفاً أن الاتحادات الرياضية أو الأندية يجب أن تتكاتف لاستقطاب المنتسبين في أجواء أكثر مثالية.

المميز والمتثقف القادر على المساهمة في الارتقاء بالكرة الإماراتية.

خفض النفقات

وقال المعيني إن الرياضة تعتبر عنصراً مهماً في خفض النفقات والأعباء على الحكومات والدول، وفي الإمارات ارتفعت نسبة مرضى السكري، لكن تعزيز الرياضة واعتمادها أسلوب حياة في الدولة يحارب ارتفاع عدد مرضى السكري، مما يؤدي إلى تخفيف الكثير من الأعباء على الدول. وأشاد المعيني بدور القيادة العامة

العقود وصياغتها مازالت محدودة وضعيفة، فالنادي يحاول الالتفاف على القانون أحياناً، إلا أن ثقافة الحد من الجرائم في دولة الإمارات باتت أكثر قوة حالياً، ولأسف وكلاء بعض اللاعبين «السماسة» همهم الأول الربح المادي والذي قد يرتكب بعض الجرائم بد «سوء نية» في بعض العقود المالية إلا أنه حتى الآن لا يوجد لدينا محامون على مستوى عالي لديهم القدرة للدفاع عن الحقوق لتسفر الفترة الماضية عن وجود حالة إهدار مال، بينما هناك «سماسة» آخرون يتحدثون عن اللاعب



انخفاض عدد الرياضيين، إلا أن دولة الإمارات عززت مفهوم الرياضة بين الشباب، حيث تولي القيادة والحكومة الرشيدة اهتماماً كبيراً بالرياضة باعتبارها من الركائز المهمة والأساسية، لافتاً إلى أن رياضة الجوجيتسو حققت الكثير من الإنجازات في وقت قصير واستقطبت العديد من الشباب والنشء.

ثقافة محدودة

وتابع: معظم الجرائم بين الرياضيين سببها الأمور المالية مثل العقود، ونحن في دولة الإمارات ثقافتنا في تحرير

أكد الدكتور سرحان المعيني رئيس اتحاد الشطرنج في دولة الإمارات، أن الرياضة تعتبر متنفساً كبيراً في دول العالم وتحديداً في الوطن العربي كونها أداة للابتعاد عن العديد من الجرائم، حيث تساهم المؤتمرات في توعية وتنقيف الأندية واتحادات اللعبة منها على سبيل المثال مؤتمر «الرياضة في مواجهة الجريمة» الذي أقيم في دبي مؤخراً، والهادف إلى تنمية المجتمع.

وأضاف المعيني أن الدول التي تشهد ارتفاع نسبة الجريمة، تعاني من

بنة بوزبون: التعصب داء الرياضة

وصفت الدكتورة البحرينية بنة يوسف بوزبون التعصب بظاهرة موجودة داخل الحياة الرياضية، وهو مرض يصيب مرتكبيه بالكراهية العمياء للمتنافسين في نفس الوقت هو مرض الحب الأعمى للفريق، والمتعصب يفقد توازنه العصبي والاجتماعي بسبب هذا الداء الفكري السرطاني وآثاره المجتمعية.. فيجعل الفرد يشجع



فريقه على الحق والباطل بمعنى المشجع يدعم فريقه على السلوكيات الجيدة وعند الحالات النشار، وهنا يأتي دور الأسرة في التنشئة الاجتماعية السليمة بحيث يصبح التشجيع سلوكاً سوياً وللوالدين دور رئيسي في زرع السلوكيات السليمة والتعصب سلوكيات غير مرغوب فيها وهي تراكمية يتوارثها الأبناء عن الآباء وتصبح الأمر بإعادة التنشئة الاجتماعية في جميع حقول التربية وكذلك على الأندية زرع التنافسية السليمة في الأجيال بعيداً عن الكره والبغضاء وفي إطار الروح الرياضية، لأن التعصب، له آثار سلبية على البناء الاجتماعي، ولا سيما أنه يدفع صاحبه إلى سلوكيات غير مقبولة تتنافى مع القيم الأخلاقية والمعايير الاجتماعية الأصلية، والأسس التربوية وتؤدي بالتالي إلى التعصب الفكري وشيوع ثقافة الإقصاء.

جاسم الطنجي: رواد التواصل بحاجة إلى إعادة تثقيف

أكد الرائد الركن جاسم محمد علي الطنجي أهمية تثقيف رواد شبكات التواصل الاجتماعي أو ما يسمى بالإعلام الجديد حتى يؤدي دورهم بمسؤولية كاملة في إطار الوقاية وحماية المجتمع، لا أن يكونوا سيوفاً مسلطة على



رقاب إدارات الأندية والاتحادات الرياضية، مشيراً إلى الهجمة الشرسة التي تعرض لها مدرب منتخبنا الوطني الأول مهدي علي بعد خسارة المنتخب أمام السعودية وبات رواد التواصل يشككون رأياً عاماً سلباً عبر الإعلام الجديد وهو أمر يحتاج إلى وقفات توعوية سواء من الأجهزة الإعلامية أو الهيئة العامة للشباب والرياضة حتى يصبحوا شريكاً فاعلاً لا أداة هدم، حيث كانت الظاهرة تمارس من قبل قلة من الجماهير، لكن بتطور شبكات التواصل انتشرت وباتت سلاحاً في يد الجميع.

07

أشارت الدكتورة ليندا محروس توفيق، مديرة الاستثمار والتسويق بوزارة الشباب والرياضة في جمهورية مصر، إلى أن الجريمة ليست مصورة على العنف في الملاعب، وإنما لها جوانب أخرى تصدر من المؤسسات الرياضية التي قد تكون طرفاً في الجريمة عبر تجاوز القوانين، مما يشجع على الجريمة.

وأكدت مديرة الاستثمار والتسويق بوزارة الشباب والرياضة في جمهورية مصر أن المؤسسة الرياضية لديها معايير ونهج واضح يتطلب اتباعه مثل نظام «الحوكمة» أو الاستدامة، حيث يتعين على المؤسسة الرياضية تطبيق 7 معايير في هذا الاتجاه كي تكون مؤسسة فعالة باعتبارها تستهدف أكبر شريحة من جيل الشباب القادر والمؤهل لمواجهة الجريمة، مؤكدة أن المؤسسات الرياضية تتحمل مسؤولية كبيرة نحو توجيه الشباب وإظهار طاقاتهم المكنونة.

60

تؤكد الدكتورة سميرة عرابي أن المشي من أفضل الأنشطة الهوائية المناسبة للمصابين بالاكنتاب لعدم حاجته إلى إمكانات وعدم حدوث الإصابات، كما أظهرت الدراسات أن الشدة المعتدلة تحسن الحالة المزاجية أفضل من التمرينات ذات الشدة العالية ولمدة طويلة، وهذا ما يميز الأنشطة البدنية الهوائية، وأوصت الجمعية الأميركية للطب الرياضي باستخدام التشكيل التالي وهو استمرار النشاط الهوائي 20 - 60 دقيقة 3 - 5 مرات في الأسبوع من المشي أو أي أنشطة هوائية أخرى، وتدريب الأثقال 3 - 2 مرات في الأسبوع، وتدريب المرونة 2 - 3 مرات في الأسبوع، ويجب التدرج في التدريب للوصول لهذا المستوى، لذلك يجب البدء ببطء ومع تقدم العلاج يمكن التدرج بالبرنامج، وتجزئة فترة التدريب الكلية إلى مقاطع زمنية قصيرة على مدار اليوم بدلاً من الأداء دفعة واحدة، لأن الحماية من الاكنتاب وقاية من الجرائم

سرحان المعيني: جرائم العقود مصدرها «السماسة»

انخفاض عدد الرياضيين، إلا أن دولة الإمارات عززت مفهوم الرياضة بين الشباب، حيث تولي القيادة والحكومة الرشيدة اهتماماً كبيراً بالرياضة باعتبارها من الركائز المهمة والأساسية، لافتاً إلى أن رياضة الجوجيتسو حققت الكثير من الإنجازات في وقت قصير واستقطبت العديد من الشباب والنشء.

ثقافة محدودة

وتابع: معظم الجرائم بين الرياضيين سببها الأمور المالية مثل العقود، ونحن في دولة الإمارات ثقافتنا في تحرير

■ سعادة

أسامة اللالا: بناء مجتمع صحي

قال الدكتور أسامة اللالا، اختصاصي الجهد البدني والتغذية، إن الرياضة تلعب دوراً مهماً في مواجهة الجريمة، وتوجيه الشباب والنشء نحو ممارسة سلوكيات صحية، تبعدهم عن برائن الجريمة. وأضاف اللالا أن مفهوم الرياضة اختلف حالياً، حيث كان في السابق الفرد كونه عاملاً وقائياً، حيث أكدت في عام 2012 أن التوتر والقلق والاكتئاب هو طاعون العصر، يمكن معالجتها بتغيير نمط الحياة، عبر النوم لساعات كافية يومياً واتباع نمط غذاء صحي، إضافة إلى دور الحركة والنشاط البدني، الذي يساعد على زيادة كفاءة القلب وزيادة كمية الدم المحمل بالأوكسجين والجلوكوز للدماغ وهو الجزء المسؤول عن المشاعر والعواطف. وتحدث الدكتور اللالا عن الإدمان السلبي، وهو سلوك ناتج عن مشاهدة الأجهزة الإلكترونية لفترات طويلة وقلة ساعات النوم والعادات الغذائية السيئة، حتى يصبح البعض هذا النشاط متطلباً خارجياً على خلاف النشاط البدني، الذي يؤدي إلى السعادة الداخلية المستمر الهادفة إلى ضبط سلوك الفرد وتقليل الأعباء المالية على الدولة، وما تصرفه الحكومة على النفقات الناجمة عن الضغوط النفسية والقلق والتوتر للعيش وسط مجتمع صحي يتمتع بالسعادة. وذكر اللالا أهم الخصائص للرياضة، ودورها الكبير في تعزيز بعض الخصائص لدى الشخص، وقال إن النشاط البدني يؤدي أدواراً رئيسة في تفعيل وزيادة كفاءة الجهاز الأيضي والهرموني المرتبطان بشدة في تعزيز هرمونات السعادة لدى الإنسان، حيث تعتبر ممارسة الرياضة بمثابة إدمان إيجابي، ما يحفز على زيادة إفراز هرمون آخر، وهو السيروتونين المؤدي إلى وظائف مشابهة تعمل على بث شعور الفرح والبهجة، لافتاً إلى أن هذه العملية العلمية ينتج عنها في المحصلة إفراز هرمون آخر صديق مسؤول عن الإحساس بالنشوة.

حدهم محمد: الرياضة روح الحياة

قالت الدكتورة حدهم محمد العابد عضو هيئة تدريسي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في ليبيا: إن الرياضة هي التعبير عن الحياة والنشاط والحيوية، فالإنسان الذي يمارس الرياضة في حياته هو الإنسان الأقدر على التعبير عن روح الحياة التي تتسم بالحركة والديناميكية، بل إن الإنسان بممارسته للرياضة يحقق مقاصد الحياة وأهدافها التي تتطلب بذل الجهد والنشاط، هي وسيلة الحصول على جسد سليم معافى، كما أنها وسيلة للتخلص من الأمراض، فالإنسان الذي يمارس الرياضة يستطيع الوصول إلى جسم متناسق قوي، كما أنه بممارسة الرياضة يستطيع وقاية جسده من الأمراض وعلى رأسها مرض السمنة الذي يكون سبباً في أمراض أخرى مثل السكري والانزلاق الغضروفي، وبالتالي على الإنسان أن يحرص على الرياضة لما فيها من فوائد جمة لصحة الجسم، تعزز الرياضة الجوانب الإيجابية في نفس من يمارسها كما تبعد عنه الجوانب السلبية، فقد أثبتت كثير من الدراسات دور ممارسة الرياضة في تحسين الصحة النفسية للإنسان وتعزيز الروح الإيجابية لديه، حيث إن الإنسان أثناء ممارسته للرياضة يفرز هرمونات معينة تبعث على الراحة والسعادة. تعد الرياضة أسلوباً لبناء العلاقات الاجتماعية البناءة مع الناس وتعزز معاني العوذة والألفة بينهم، فكثير من الرياضات تمارس بشكل جماعي مثل رياضة كرة القدم وكرة السلة وغيرها، وهذه الرياضات تتطلب من الإنسان الاجتماع مع غيره في الفريق وبالتالي يبنى الإنسان علاقات اجتماعية معهم وهذا يعزز الجانب الإيجابي في الإنسان تشعل الرياضة روح المنافسة بين المتبارين، فكثير من الرياضات يلتقي فيها الإنسان مع فريقي خصم له ويحرص كل فريق منهم على الظفر باللقب والفوز بالمنافسة وهذا يزرع روح التحدي بين اللاعبين ويرفع معنوياتهم ويشدح همهم باستمرار نحو تحقيق الهدف وإدراك الفوز.



ليلي أسعد: الأسرة حائط صد ضد السلوك السلبي

وصفت الدكتورة ليلي أسعد عضو اللجنة الأولمبية الليبية الأسرة بأنها حط صد في مواجهة السلوكيات الضارة والتعصب الرياضي وتأتي في مقدمة الأسباب التي تغذي التعصب الرياضي في نفوس الأبناء، حيث يولد الطفل صفحة بيضاء، ويتعلم الانتماء لشيء معين من خلال والديه أو الأسرة والبيئة المحيطة، وتعليمه التعصب من طريق التعزيز والتقليد جنائياً، إذ إن التعصب إذا زرع في الطفل يكون جزءاً من شخصيته، وقد أثبتت العديد من النظريات أن معظم الأطفال يكتسبون الاتجاهات الإيجابية والسلبية من داخل الأسرة، حيث إن الأسرة قد تكتسب الأطفال اتجاهات أو آراء معينة عن جماعات أو أفراد آخرين، وعادةً ما تكون اتجاهات الأطفال التعصبية قريبة من الاتجاهات الأبوين، فإن صلحت الأسرة وتوجهاتها صلح المجتمع الرياضي.



مؤثرات داخلية.

وتمضي الدكتورة سميرة عرابي في توضيحاتها حول علاقة النشاط البدني بالحد من السلوك الإجرامي بطريقة علمية بقولها: «لنشاط البدني دور أساسي في توفير التغذية والإثارة للمخ، وهذا يحدث بصفة خاصة عندما تتكامل مجموعة من مهارات النشاط البدني يمثل الجهاز العصبي أحد المؤثرات الداخلية الأساسية ذات الصلة بالسلوك الإجرامي من خلال التوازن في وظائف الناقلات العصبية، وبالتالي فإن التأثير على هذه الوظائف يتعكس على طبيعة السلوك البشري، ويعتبر التدريب على الأنشطة البدنية وسيلة لزيادة نشاط المخ، وأهم نقطة في ذلك هي زيادة كمية الدم الواردة إلى المخ، فبمجرد ما يقوم الجسم بالأداء الحركي يبدأ القلب في ضخ كمية من الدم خلال الأوعية الدموية إلى أعضاء الجسم، ومن بينها المخ وعند مستوى معين من النشاط البدني يزيد تواجد الكاتيكولامين (catecholamine)، ويرتفع مستوى نشاط الناقلات العصبية.

الهرمونات والعدوان

وحول علاقة الهرمونات بالعدوان توضح الدكتورة سميرة عرابي: «الهرمونات: هي رسائل كيميائية تنتجها الغدد الصماء والمخ، لها تأثير قوي على السلوك والصحة النفسية للإنسان. والنشاط البدني له تأثير إيجابي على الهرمونات ترجع إلى التغيرات البيوكيميائية، التي تحدث نتيجة الحركة والتي لها تأثير مباشر على الخلايا العصبية، كما أن الاضطرابات الهرمونية لبعض الغدد الصماء في الجسم تسبب في مزيد من وضع الجسم في حالات من الاستثارة المتكررة ما يؤدي أيضاً إلى زيادة السلوك العدواني، وتثبت أن هناك علاقة إيجابية بين العنف والعدوانية من ناحية و بين الهرمونات الذكورية من ناحية أخرى

علاج رياضي

وأثبتت الدراسات أن للتدريب البدني تأثيراً إيجابياً على السلوك العدواني. دراسة دون (1996) طبقت برنامجين باستخدام الأثقال بشدة (70%-60) و(85%-75) من أقصى قوة، وأظهرت النتائج تحسن معنوي في متغيري الثقة بالنفس والمزاجية. وأنواع البرامج المناسبة لخفض السلوك العدواني أهمها «برامج النشاط البدني، برامج الحركات التعبيرية والدراما، برامج التمرينات الاستراتيجية، برامج التحدي (المسابقات، البرامج الإرشادية، البرامج الترفيهية»، ويفضل العمل في مجموعات وتفعيل مبدأ القيادة والتعبية، وهو ما يتجسد في برامج النشاط البدني بصورة متكاملة، حيث تعمل على غرس القيم الاجتماعية المرغوب فيها مثل الروح الرياضية، التعاون، خفض العدائية والغضب، الالتزام بالنظام، تنمية العلاقات الطيبة، الثقة بالنفس، القيادة، وتعمل على تحسين المستوى الإيجابي لمظاهر السلوك العدواني بكل أشكاله، اللفظي المباشر وغير المباشر والبدني، وتعمل على تحسين المستوى الإيجابي للتكيف الشخصي والاجتماعي، وتعمل على تحسين المهارات العقلية والحركية، وتعمل على تحسين النواحي البيولوجية لأجهزة الجسم المختلفة.

والترويح- كلية التربية الرياضية والجامعة الأردنية قدمت تساؤلات مباشرة حول دور النشاط البدني في مواجهة الجريمة وتقول إن الوقاية من الجريمة ليست هدفاً أساسياً من أهداف التربية الرياضة أو النشاطات البدنية، ولكنها قد تكون أحد نواتجها الإيجابية، وهذا يطرح العديد من التساؤلات مثل، ما هي التأثيرات الخارجية والداخلية للنشاط البدني على السلوك؟ هل يمكن استخدام الرياضة أو النشاط البدني كاستراتيجيات للوقاية من الجريمة؟ كيف يؤثر النشاط البدني على طبيعة السلوك؟

وتقول الدكتورة سميرة إن موضوع تغيير السلوك يشكل أحد التحديات الكبرى التي واجهت الباحثين في مجال الرياضة والنشاط البدني، وفي هذا الصدد أشار الباحثون في المعهد الكندي لأبحاث اللياقة ونمط الحياة إلى أن (Craig) استخدم البرامج الرياضية كونها وسيلة في تغيير السلوك لمجموعة من المدمنين لمدة ستة شهور وقد حقق نجاحاً بنسبة 50%، ويشمل علم السلوك (Behavioral Science) فروعاً كثيرة للمعرفة تهدف إلى دراسة الأبعاد المختلفة للسلوك المضاد للمجتمع (Antisocial Behavior)، حيث يصنف السلوك الإجرامي أحد أشكال السلوكيات المضادة للمجتمع

سد السلوكيات الضارة ثمار أوقات الفراغ



■ الشراكة المجتمعية تتطلب حضوراً استراتيجياً من الأندية للمؤتمرات العلمية ■ شغب الملاعب والإرهاب الرياضي يقمعان السعادة ويفسدان السلام الأهلي

استنتاج

أشارت نتائج الأبحاث العلمية إلى أن نقص التدريب يرتبط بالسلوك السيئ، والإصابة بالاكتئاب، كما وأشارت أيضاً إلى التأثير الإيجابي للتدريب على التوتر والقلق والاكتئاب وإلى ارتباط هذه المتغيرات بالسلوك العدواني والمزاج السيئ، وأن حياة الخمول يمكن أن تؤدي إلى المزاج السيئ، ويعد الاكتئاب أحد العوامل التي تؤدي إلى زيادة تعاطي الكحول، ومن ثم زيادة العدوان والسلوك الإجرامي.

وجوده، وأن تعرف إلى أين يسير، وما الذي يجاهد في سبيله، ثم ما يأمل في تحقيقه، وميدان التربية البدنية لا يشذ عن هذه القاعدة، ولقد وضع الكثير من رواد التربية البدنية أهدافاً تجاهد هذه الأخيرة من أجلها وقصد تحقيقها في العالم، وتهدف إلى تنمية اللياقة الجسمية، وهذا حتى تكفل للفرد القدرة على اكتساب قوة تحمل كبيرة، وتنمية التوافق العضلي العصبي، وذلك للمساهمة في المقدرة على حذف الحركات غير المفيدة حتى تؤدي الأعمال برشاقة وبأقل جهد ممكن، وتنمية المهارات والاتجاهات، التي تؤدي إلى إحسان استغلال وقت الفراغ الصحي السليم.

دور النشاط البدني

أما الدكتورة سميرة عرابي أستاذة فسيولوجيا الرياضة بقسم الصحة

العامة لرعاية الشباب والرياضة وفق توجهاتها التي تهتم بتفعيل دور المرأة في المجتمع.

مراكز شبابية

وافتحته الهيئة العامة للشباب والرياضة في إطار جهودها لرعاية الشباب العشرات من مراكز الشباب الصيفية التي بلغ عددها 30 للبنين و24 للبنات في جميع مناطق الدولة، وأقامت المعسكرات الثقافية والفنية والترفيهية وهي خطوات استباقية لحماية شباب وبنات الإمارات من السلوكيات الضارة.

توافق كامل

وتنوه الباحثة هالة بأن دراسة أهداف التربية البدنية أمر مهم، إذ من الواجب أن تكون هناك أهداف محددة لأي عمل، إذا أردنا أن نبر

عبد العزيز المصطفى: مواجهة الإرهاب شعارنا القادم



«الرياضة في مواجهة الإرهاب» الذي داهم الرياض ويات أزمة جديدة. وأضاف المصطفى أن الرياضة أصبحت عبارة عن صناعة، وتحولت من هواية إلى «مال» تقابلها سلوكيات بلا أخلاق، الخفايا في الوقت الراهن مثل المنشطات والتحرش الجنسي والعنف والتنازل عن الكثير من الأخلاقيات، خاصة في ظل تراجع اللجان الأولمبية عن التحكم في الاتحادات الرياضية ليصبح دورها مهمشاً، مما ساهم في الأخير في ارتفاع معدلات الإجمام في قطاع الرياضة.

أكد الأستاذ الدكتور عبد العزيز المصطفى مدير مركز لول للدراسات الرياضية والتربوية في المملكة العربية السعودية، أن دولة الإمارات متمثلة في شرطة دبي قدمت تجربة رائدة في معالجة وطرق قضايا النقاش حول مواجهة الجريمة عبر الرياضة، في حين عجزت دول الوطن العربي عن تنظيم مثل هذه المؤتمرات التي تعتبر صمام أمان ضد الجريمة ودوافعها، وأضاف المصطفى قائلاً، في عام 2004، تحدثت عن العنف والمنشطات، إلا أن المعطيات والظروف الحالية تفرز علينا التفكير في قضية العصر عنوانها

وأشاد المصطفى بقوانين وتشريعات دولة الإمارات التي تساهم في التعايش واحترام الحريات والأديان مما جعلها في مقدمة الدول التي يتطلع غالبية الشباب العربي للعيش والعمل فيها.

مشكلات أخرى ستكشف عنها السنوات المقبلة. وذكر المصطفى أنه أعد دراسة حول دوافع السلوك الإجرامي للشباب من وجهة نظر الرياضيين من مختلف الألعاب الجماعية والفردية، وأجرى دراسة على 2650 رياضياً تم اختيارهم عشوائياً من مختلف مدن المنطقة الشرقية في السعودية أسفرت عن تصدر العوامل الاقتصادية للدوافع الحقيقية ثم الاجتماعية والدينية والأسرية مشدداً على أهمية الأساليب الوقائية وإجراء المزيد من البحوث حول الموضوع.

«الأبيض».. مصدر سعادة مجتمع الإمارات



جاسم ميرزا:

إنجازات منتخبنا
فرحة وطن



شيماء إبراهيم:

اللاعب المحترف
يتغير سلوكه في
المجتمع

وظيفة وأمان

وقالت: إن الاحتراف في كرة القدم المطبق بقواعده المتعارف عليها يعتبر من أكبر النعم والمنافع التي تعود على اللاعبين المحترفين خاصة إذا علمنا أن اللاعب المحترف تصبح الرياضة مهنته وبالتالي يتغير سلوكه في الحياة العامة والخاصة، حيث يكون منضبطاً في كافة تعاملاته من حيث النوم والأكل والشرب وتضع له الأجهزة الفنية والطبية والغذائية برنامجاً صارماً يلتزم به.

والنفسية والاجتماعية كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية الجوانب الإيجابية للاحتراف بوصفه مصدر سعادة للاعبين في دولة الإمارات بعيداً عن السلبات الأخرى؛ فإن دخول كرة القدم في دولة الإمارات عالم الاحتراف يعتبر من من الجوانب المهمة في إسعاد اللاعبين وأسرههم والفعاليات المحيطة بهم فضلاً عن الآثار الطبية التي تنعكس على البنية التحتية في الدولة من جراء سيادة العقلية الاحترافية.

النشيد الوطني تكريماً لهم، لذا حق لنا أن نقول إن منتخبنا الوطني أسعد ولا يزال يسعد شعب الإمارات؛ فهو مقبل على استحقاقات مهمة تمنى أن تتوج بالصعود إلى نهائيات كأس العالم لتكون فرحة كبرى بعد فرحتنا بالمركز الثالث في كأس آسيا كإنجاز جديد لكرة الإمارات.

أموال الاحتراف

وكشفت الدكتورة الشيماء محمد إبراهيم مدرسة بقسم العلوم التربوية

وكانت الفرحة الأكبر لقيادات وشعب الإمارات وجسدتها سعادة صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي بهدف إسماعيل مطر الأسطوري في شبك المنتخب العماني الشقيق، وهي كانت فرحة دولة حكومة وشعب وقيادة رشيدة وتؤكد أن الرياضة بوابة للسعادة وأن علم الدولة يرفع لرئيس الدولة ولأبطال الرياضة مع عزف

منتخبنا الوطني الأول لكرة القدم الذي أسعد شعب الإمارات.

بداية الأفراح

ويوضح الدكتور ميرزا كيف تم إسعاد شعب الإمارات من قبل منتخبنا الوطني لكرة القدم، وأن المنتخب على مدى مسيرته كان مصدر فخر ومحل اعتزاز شعب الإمارات منذ أن كان هؤلاء اللاعبين يمثلون منتخبنا الأولمبي والنجاحات التي تحققت بمشاركة المنتخب الأولمبي في أولمبياد «لندن 2012».

أكد العقيد الدكتور جاسم خليل ميرزا، أستاذ العلاقات العامة المشارك بأكاديمية الشرطة في دبي، أن الرياضة باتت مصدر إسعاد المجتمعات من خلال الانتصارات التي تقوم بها وتنعكس إيجاباً على الجماعات والأفراد، سواء كانت تلك الانتصارات عبر المنتخبات الوطنية أو الفرق الرياضية المختلفة في جميع الرياضات، وهو الشعار الذي حملته النسخة السادسة من مؤتمر الرياضة في مواجهة الجريمة بعنوان «الرياضة تسعد المجتمع» وحققه على أرض الواقع

رؤية عميقة

الأحداث عالمية المستوى التي يتم تنظيمها في البلاد، على غرار سباق كأس دبي العالمي للسيارات جزء محوري من رؤية القيادة الرشيدة في الدولة التنموية الرامية لإحداث مزيد من العمق والتنوع والتكامل ضمن قطاعات الاقتصاد المحلي، بحيث تنعكس الآثار الإيجابية للأحداث التي يتم تنظيمها في أي قطاع بشكل إيجابي على القطاعات الأخرى، بما يساهم في إعطاء مزيد من الزخم لتنمو الاقتصاد الوطني وإسعاد المجتمع.

لغة الشعوب

تعتبر الرياضة هي اللغة الوحيدة المشتركة بين الشعوب بمختلف أجناسها وأسناتها، فالرياضة هي الشيء الوحيد الذي يجمع الشعوب بعضها رغم اختلافهم في باقي الأشياء وهي قبل كل شيء محبة وتأخ ومودة بين الشعوب قبل أن تكون مسابقة رياضية. وهذه العلاقة الطبية نجدها بوضوح في رياضة التنس وهي رياضة فردية يتقبل فيها اللاعب الخاسر الهزيمة ولا تنتهي المباراة إلا إذا تصافح اللاعبان قبل مغادرة الملعب.

علاقات دولية

تعتبر الألعاب الرياضية من أهم الأنشطة الاجتماعية المؤثرة في المجتمعات السياسية وفي العلاقات الدولية، وتنبع تلك الأهمية من طبيعة الألعاب الرياضية ذاتها كظاهرة اجتماعية تنسجم بانتساع قاعدتها الجماهيرية، وبإمكانية متابعتها دون الحاجة إلى قدر كبير من التعقيد، وتضمنتها قدرًا كبيراً من المنافسة. ومن الثابت أن ربع القرن الأخير قد شهد تزايداً ملحوظاً في أهمية الألعاب الرياضية وفي طبيعة الدور الذي تلعبه كعامل مؤثر في العلاقات الدولية.



الرياضة.. بوابة السعادة

دبي - البيان الرياضي

اتفق معظم الباحثين على أن الرياضة هي بوابة السعادة الحقيقية، باعتبارها عنصراً مهماً في محاربة الكثير من السلوكيات السلبية، وتمد ممارسيها بالطاقة الإيجابية، فضلاً عن حجم السعادة الحقيقية التي يمكن أن يحققها اللاعبون والأبطال والمجتمع، وذلك ما أكده اللواء محمد سعيد المري مدير الإدارة العامة لإسعاد المجتمع بالقيادة العامة لشرطة دبي، الذي قال: إن الرياضيين من أهم أفراد المجتمع، يمكن وصفهم بالأبطال لدورهم الكبير في إسعاد المجتمع، مشيراً إلى أن الرياضة قد تساهم في إبعاد اللاعب أو الرياضي عن ارتكاب الجريمة، واصفاً كل شخص يمارس الرياضة بالبطل لدوره في إسعاد المجتمع.

ولعل أبرز المشاهد التي ترادف مفهوم السعادة، بحسب اللواء المري، الإنجازات التي حققها أبطالنا المعاقون في المحافل الدولية، علاوة على جميع الرياضيين

الإماراتيين الذين ساهموا في رفع علم دولة الإمارات على منصات التتويج. ولخص اللواء المري المكاسب التي يمكن اكتسابها من ممارسة الرياضة، مثل محاربة الشيخوخة المبكرة والتخلص من الحزن والشحنات السلبية في جسم الإنسان، مؤكداً أن ممارسة الرياضة من الوسائل التي تزيد من إفراز المخ لهرمون السعادة.

وأطلق أحمد الطيب، مدير إدارة الشؤون الفنية والرياضية باللجنة الأولمبية، وصفاً بأن «الرياضة تساوي السعادة». وقال: إن المفهوم الصحيح للرياضة التي لا يقتصر دورها على مجرد الحفاظ على اللياقة البدنية وتجنب الأمراض المتعددة، بل يكون لها بالغ الأثر في تحسين الحالة المعنوية والنفسية للجميع عن طريق تضاد التوتر والقلق. وأشار الطيب إلى أن ممارسة الرياضة تمنح الفرد طاقات إيجابية وتفكيراً مميّزاً يجعله يرى الأمور بصورة أفضل، فضلاً عن الشعور بالثقة في اتخاذ القرارات المختلفة.

محمد المري:
وسيلة للابتعاد
عن الجريمة

أحمد الطيب: ثقة
وطاقة إيجابية

40

قالت الدكتورة البولندية بينا مازوريك إن بولندا أعدت برنامجاً طموحاً يعمل على جذب الأطفال والمراهقين لممارسة الألعاب الرياضية مكون من 10 حلقات روجت لقيم مثل التواصل والعمل في فريق ثلاثة ملايين شخص شاهدها من حول العالم وتم إنتاج 40 حلقة للترويج للحياة الرياضية تحقيقاً لأهداف البرنامج والوقاية من الجريمة في سن مبكرة.

279

شهدت النسخة الماضية من مبادرة اليوم الرياضي الوطني تفاعلاً كبيراً من مؤسسات الدولة وقطاعاتها المتنوعة من خلال تدشين 279 فعالية رياضية شارك فيها أكثر من 30000 شخص ما بين كبار وصغار وذوي الاحتياجات الخاصة. وحققت المبادرة نتائج رائعة، وساهمت في نشر السعادة في مختلف أنحاء الدولة عبر المشاركة العريضة من الجميع، وتوجه الأنظار حالياً نحو النسخة الثانية من الحدث الذي سيقام في السادس من فبراير المقبل ضمن الأسبوع الرياضي الموحد لمجلس التعاون لدول الخليج العربية.

08

أكد الدكتور حسين حسن أبو الرز عميد كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك سابقاً، أن الجريمة ذات أبعاد وأسباب مختلفة، إلا أن وقت الفراغ يعد من أبرز العوامل المؤدية للجريمة بين فئة الشباب العربي، حيث تمتلك الغالبية وقت فراغ يقدر بـ 8 ساعات يومياً، مما يضع مؤسسات الدولة في المقام الأول والمؤسسات الأهلية أمام تحدٍ لملء وقت فراغ هذه الشريحة من الشباب بنشاط بناء يعود بالنفع.

توصيات «البيان الرياضي»

6

«صيف بلادي»
تجربة ناجحة
يجب أن تجد
حظها من
الدراسة

5

رعاية
المراهقين
والشباب بوابة
مكافحة الجريمة
والوقاية منها

4

ضرورة دعم
الباحثين
في الرياضة
وتفعيل دور
القطاع الخاص

3

السلوكيات
الضارة تحتاج
لمواجهة بدلا
عن دفن الرؤوس
في الرمال

2

الجهات
المختصة
مطلوبة بترجمة
توصيات المؤتمر
إلى واقع

1

ضرورة مشاركة
الأندية في
الرياضة
في مواجهة
الجريمة»