



فاعلية برنامج رياضي ترفيهي في السلوك الأخلاقي والفكري واتخاذ القرار الى الحد من ظاهرة تعاطي المخدرات لدى الشباب من عمر (15 الى 25) سنة

ديار نصر مجيد

diyarnaser@ uomustansiriyoh.edu.iq

تاريخ الاستلام : 2025/ 9/6

تاريخ القبول: 2025/ 11/6

تاريخ النشر: 2026/1/1



هذا العمل مرخص من قبل Creative Commons Attribution 4.0 International Licens

ملخص البحث:

هدف الدراسة : هو فاعلية برنامج رياضي ترفيهي في السلوك الأخلاقي والفكري وتعزيز مهارات اتخاذ القرار للحد من الميل نحو تعاطي المخدرات لدى الشباب بعمر (15-25) سنة، و التعرف على فاعلية برنامج رياضي ترفيهي في السلوك الأخلاقي والفكري واتخاذ القرار لدى عينة البحث . استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي بتصميم قبلي-بعدي، ذو المجموعة الواحدة حيث تم اختيار عينة عمدية بلغت (17) شابًا من مراجعي مركز التأهيل الاجتماعي في بغداد/القناة، وتم تطبيق برنامج تدريبي ترفيهي استمر (6-8) أسابيع بواقع جلسة واحدة أسبوعيًا، تضمن أنشطة رياضية (كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة)، وتمارين بدنية وترفيهية، إلى جانب ورش تثقيفية عن أضرار المخدرات ومهارات حياتية مرتبطة بالتحكم في الضغوط واتخاذ القرار. جُمعت البيانات باستخدام استبيانات لقياس الاتجاه نحو المخدرات، ومقاييس السلوك الأخلاقي، واختبارات اتخاذ القرار، إضافة إلى الملاحظة السلوكية. ومن هنا تكمن أهمية البحث ان للانشطة الرياضية والترفيهية دور فعال في الحد من ظاهرة المخدرات وتوجيه السلوك الأخلاقي ، ويوصى بتعميمه في المراكز الشبابية والمدارس، مع إشراك الأسرة لضمان استدامة الأثر.

الكلمات المفتاحية : البرنامج الرياضي الترفيهي ، السلوك الأخلاقي والفكري، اتخاذ القرار ، المخدرات .

An Entertainment Sports Program and Its Impact on Moral and Intellectual Behavior and Decision-Making to Reduce the Phenomenon of Drugs Abuse among Young People aged 15 to 25 Years

Diyar Naser Mjeed

Abstract

The aim of the study is the effectiveness of an entertaining sports program in ethical and intellectual behavior and to enhance decision-making skills to reduce the tendency to use drugs in young people aged 15-25 years. And decision-making at the research sample. The researcher used the semi-experimental approach with a pre-designed, one-group design, where a deliberate sample of (17) young men from the Social Rehabilitation Center in Baghdad/Channel was applied. One week, including sports activities (football, basketball, volleyball), physical and recreational exercises, as well as educational workshops on drug damage and life skills related to stress control and decision-making. The data were collected using questionnaires to measure the attitude towards drugs, ethical behaviors, decision-making tests, as well as behavioral observation. Hence the importance of the research, that sports and recreational activities have an effective role in reducing the phenomenon of drugs and guiding ethical behavior.

Keywords: recreational sports program, ethical and intellectual behavior, decision-making, drugs.

مقدمة :

تترك ظاهرة الإدمان على المخدرات لدى الأفراد تأثيرات سلبية خطيرة على سلوكياتهم، سواء اتجه أنفسهم أو اتجه الآخرين، وهذا يتطلب من المؤسسات ذات صلة سواء المؤسسات الحكومية أو الأمنية و المستشفيات ومراكز الأبحاث والباحثين في السعي من أجل الوصول إلى حلول مهمة وبناء الإصلاح ومعالجة وإعطاء حلول ومعالجة فعالة في التجنب والابتعاد عن مثل هكذا ظواهر ونشر الوعي الكافي والمعلومات المهمة حول أضرارها وتأثيراتها السلبية ، ومن ثم العمل على تأهيل الأفراد الذين أصبحوا ضحية رغبة خطيرة وسلوك خاطئ ويجب تخليصهم من هذا السلوك المنحرف وإعادة تأهيلهم وإدماجهم في المجتمع ،ليصبحوا أفراداً نشطين وفاعلين من خلال تبنيهم للسلوكيات الإيجابية والأنشطة الحيوية الرياضية المهمة التي تتماشى بصورة مقبولة مع قيم وعادات وتقاليد المجتمع الذي ينتمون إليه و هنا تكمن أهمية دور البرامج التدريبية الرياضية والتأهيلية في مجال معالجة هذا المشكلة و تنمية الاهتمامات بأنشطة ذات تأثير مباشر وملحوس وفعال في تعليم الأبناء كيفية التعامل مع الضغط النفسي والإحباط ومواجهه الحياة والمشاكل والضغوطات ،والمخدرات هي مجموعة من المواد التي تسبب الإدمان وتسمم الجهاز العصبي، ويطلق لفظ (مخدر) على ما يُذهب العقل ويغيبه، لاحتوائه على مواد كيميائية تؤدي إلى النعاس والنوم أو غياب الوعي.(المندلأوي سوزان واخرون 200) .

و قد يؤدي استخدام المخدرات إلى ما يسمى (متلازمة التبعية)، وهي مجموعة من الظواهر السلوكية والمعرفية والفسولوجية التي تتطور بعد الاستخدام المتكرر للمواد، وتتضمن عادة رغبة قوية في الاستمرار بذلك على الرغم من العواقب الضارة، حتى يصل إلى مرحلة الاعتماد عليها وظهور أعراض والإدمان هو رغبة قهرية للاستمرار في تعاطي المادة المخدرة أو الحصول عليها بأي وسيلة، مع الميل إلى زيادة الجرعة المعاطاة؛ مما يسبب اعتماداً نفسياً وجسماً وتأثيراً ضاراً في الفرد والمجتمع.(عطيات عبد الرحمن 2002،

أنواع المخدرات كثيرة وأشكالها متعددة، وهي خطيرة، سواء ذات المصدر الطبيعي (القات، الأفيون، المورفين، الحشيش، الكوكايين، وغيرها)، أو ذات المصدر الاصطناعي (الهيروين والفيتامينات وغيرهما)، وأيضاً الحبوب المخدرة والمذيبات الطيارة. (قمر عصام، 2008)

ومن اسباب الوقوع في تعاطي واخذ المخدرات هي قد تكون ا أسباب أسرية او أسباب بيئية فالتفكك الأسري و إهمال الوالدين لأولادهم وأصدقاء السوء و الفراغ و السفر إلى الخارج دون رقابة و ضعف الرادع الديني. واضطرابات الشخصية و حب الاستطلاع. كلها أسباب رئيسية تساعد على تفشي وانتشر هذا الظاهرة الخطرة

ويمكن ملاحظة او اكتشاف الإدمان او أعراض إدمان المخدرات من خلال عدة علامات و هي :
 النعاس.الرجفة.احمرار العينين، واتساع حدقة العين.عدم الاهتمام بالنظافة الشخصية والمظهر العام.فقدان
 زيادة الشهية. هالات سوداء تحت العينين واضطرابات النوم وان من آثار مضاعفات إدمان المخدرات
 مضاعفات نفسية (مثل: التغير في الشخصية، والتدني في الأداء الوظيفي والمعرفي).
 وأعراض ذهنية (مثل: الشعور باللامبالاة، وفقدان الحكم الصحيح على الأشياء) .او إصابة جهاز المناعة
 (مثل: الإصابة بالأمراض الجنسية، والأمراض الفيروسية كالتهاب الكبد الفيروسي).
 وأيضاً الاضطرابات الهرمونية (مثل: العقم والتأثير في عملية الإخصاب).(الحميدان عايد ،2011).

وتعد ظاهرة المخدرات والمهلوسات من أخطر التحديات الاجتماعية والصحية التي تواجه المجتمعات
 المعاصرة، لاسيما عمر الشباب التي تمثل الركيزة الأساسية لبناء المجتمع وتنميته. إذ يرتبط تعاطي
 المخدرات بآثار سلبية متعددة تشمل تدهور الصحة البدنية والنفسية، تفكك اسري و ضعف التحصيل
 الدراسي، تراجع القيم الأخلاقية، وانحراف السلوك الاجتماعي. وتشير الأدبيات الحديثة إلى أن ضعف
 الوعي بالقيم الأخلاقية والفكرية، وقصور مهارات اتخاذ القرار في مواجهة الضغوط الحياتية، يُعدّان من
 أبرز العوامل المؤدية إلى الانخراط في سلوكيات سلبية، منها تعاطي المخدرات...

مشكلة البحث هي مشكلة ذات أهمية بالغة وتشكل خطر يهدد المجتمع حيث ان سرعة التنقل والسفر من بلد
 الى اخر وسهولة الاتصال والتواصل والانفتاح ما بين الدول ساهم وساعد وسهل في نقل مثل هكذا عادات
 وظهور سلوكيات سيئة ومضرة تكاد تكون دخيلة على مجتمعتنا الملتمزم بعادات وتقاليد وقيم ومبادئ دينية
 ترفض مثل هذا الأشياء المضرة والتي تهدد كيان مجتمع واجيال المستقبل ، وبعد اطلاع الباحثة والبحث
 والتحري واجراء اللقاءات والمقابلات الشخصية مع بعض الشباب الذين تبين ان هشاشة المجتمع الذين
 يعيشون فيه وفقدان الثقة بالنفس وعدم وجود مراكز تثقيفية توعوية وترويجية ورياضية تساعد وتساهم في
 بناء شخصية الفرد واعدادها وتأهيلها للتحكم والسيطرة على تصرفاتهم وانفعالاتهم تحت جميع الظروف
 التي يمر خلالها ومن خلال عمل الباحثة لاحظت انتشار هذا الظاهرة والتي من ضمن أسبابها انتشارها
 بين الشباب هو عدم ممارسة الأنشطة الرياضية والترويجية التي تساهم في تعزيز الصحة النفسية والجسدية
 والتميز ما بين الصواب والخطأ واتخاذ القرار وحمايتهم من تبعات سلبية تؤثر على حياتهم الشخصية
 وحياة مجتمع بأكمله ، لذا ارتأت الباحثة انه بالإمكان دراسة هذا المشكلة من خلال اعداد وتصميم برنامج
 رياضي ترفيهي في السلوك الأخلاقي والفكري واتخاذ القرار الى الحد من ظاهرة تعاطي المخدرات لدى
 الشباب اعمار (15 - 25) سنة

أذا تعد أهم الأسباب الرئيسية لمشكلة البحث هي :انتشار تعاطي المخدرات بين الشباب وضعف الوازع الأخلاقي وقلة البرامج التربوية والارشادية والدينية التي تجمع بين التدريب والتثقيب والترفيه لتعديل السلوك والحاجة لتعزيز مهارات اتخاذ القرار لمواجهة ضغوط التعاطي .

وهدف الدراسة : -الهدف الأول هو فاعلية برنامج رياضي ترفيهي في السلوك الأخلاقي والفكري وتعزيز مهارات اتخاذ القرار للحد من الميل نحو تعاطي المخدرات لدى الشباب بعمر (15-25) سنة، **والهدف الثاني** التعرف على فاعلية برنامج رياضي ترفيهي في السلوك الأخلاقي والفكري واتخاذ القرار لدى عينة البحث اما **فروض البحث** هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لدى افراد عينة البحث .

دراسه : "نسرین جواد شرقی 2018 عنوان الدراسة : (لمؤسسات التربوية في الوقاية من المخدرات " المدرسة أنموذجاً) ملخص الدراسة: هدف البحث التعرف على دور المؤسسات التربوية في الوقاية من المخدرات حيث تتسارع المتغيرات ومتطلبات العصر الحالي، ومع انتشار وسائل الاتصال الحديثة التي لا تحدها حدود، إذ يتعاظم دور المؤسسات التعليمية، وتبرز أهميتها الجلية في تشكيل وبناء وحصانة النشء من كل خطر يحيط بهم ومن كل آفة تهدد حياتهم ومن كل تحدي يواجههم، وإن كان تحصينهم ووقايتهم من الآفات والمخاطر يعتبر مهمة مختلفة عن الدور الرئيس والوظيفة الأساسية للتعليم والتي تتضمن المادة العلمية والمعرفية، وقد توصلت الدراسة إلى نتائج منها، ضعف البرامج الوقائية في مدارس التعليم العامة وقلة الفائدة فيها حول الوقاية من المخدرات، اقتصار البرامج الوقائية على الأساليب التقليدية في النشرات الحائطية والمحاضرات الدينية والزيارات، أما التوصيات التي توصلت إليها الدراسة ومنها، اختلاف نوع الإدمان من أنواع المخدرات الأخرى، لذلك في هذه الحالة نؤكد على الباحثين دراسة موضوع سن الطالب إعداد برنامج إعداد طرق العلاج، أي يؤخذ السن والمرحلة التعليمية والثقافية والوسط الاجتماعي بعين الاعتبار لدى دراسة حالات الإدمان. دور المؤسسات التعليمية في الوقاية من المخدرات نموذج المدرسة .

دراسه : توفيق برغوتي 2019عنوان الدراسة : (دور المدرسة في الوقاية من المخدرات)

ملخص الدراسة : الغرض من هذه الدراسة هو التعرف على ماهية الظاهرة وأسبابها وكذا الأدوار المنوطة بكل من الإدارة المدرسية والمعلم والمرشد لتحقيق التربية الوقائية من المخدرات.

ظاهرة استهلاك المخدرات تمس المؤسسات التربوية والمدرسية، فتعمل على تخريب وطمس هوية التلاميذ وانحرافهم عن المسار السليم بنشويهم أفكارهم تغيير سلوكياتهم، ولهذا تعمل المدرسة بكل طاقمها المختص على تفعيل أدوارها الحماية ووقاية تلاميذها من هذه الآفة الاجتماعية التي تهدم الفئة الأساسية في المجتمع.

كلمات مفتاحية مدرسة، وقاية.. مخدرات

منهج البحث المستخدم :

استخدمت الباحثة المنهج شبه تجريبي ضمانا الى تحقيق ما تصبوا اليه والذي ولأنه " يتضمن تطبيق برنامج تدريبي (متغير مستقل) وقياس تأثيره على المتغيرات التابعة (السلوك أخلاقي , والفكري , واتخاذ القرار) وقامت الباحثة بتحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية ذو المجموعة الواحدة من الشباب عمر (15 - 25) مركز التأهيل الاجتماعي وبعد اجراء بعض اللقاءات والمقابلات تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقد بلغ عددها (20) فرد تم اختيار (17) فرد الذين التزموا بالبرنامج والحضور في الزمان والمكان المعينين وتم اجراء التكافؤ والتجانس بين افراد مجموعة كما موضح بالجدول التالي :

جدول رقم (1) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لتجانس عينة البحث في العمر الزمني والعمر التدريبي و BMI .

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1-	عمر	1.2	17.8	0.64	0.53
2-	طول	6.5	171.3	0.71.	0.48
3-	الوزن	5.8	64.4	0.59	0.56

وسائل جمع المعلومات لقد تم الاستعانة بما يأتي

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية والملاحظة التقنية والتجريب والمقابلات الشخصية
- الاختبار والقياس (استبيان قبلي/بعدي لقياس الاتجاه والميل نحو المخدرات .
- مقياس السلوك الأخلاقي باستخدام معايير مثل مقياس "كولبرج" للأخلاق- اختبارات مهارات اتخاذ القرار
- ملاحظة سلوكية خلال الأنشطة)

الأجهزة والأدوات : كرات قدم عدد 10 ، كرات سلة عدد 10 ،كرات طائرة عدد 10 ، حبال عدد 10 ، شواخص عدد 10 ، اثقال متعددة الاوزان ، بساط تدريب ارضي عدد 10 ، سلم تدريب ارضي عدد 4

، حواجز عدد 5 ، صافرة عدد 2 /المنشأ الصين ، جهاز لابتوب لادخال البيانات/نوع dell ، مؤقت
 عداد عدد 1 /المنشأ الصين ، كامرة تصوير/نوع كانون ، جهاز تسجيل صوتي محمو /المنشأ كوريا
 تحديد القياسات والاختبارات الخاصة بمتغيرات البحث :

استبيان قبلي/بعدي (قياس الاتجاه نحو المخدرات) (مثبتة في الملاحق)

- مقياس السلوك الأخلاقي (باستخدام معايير مثل مقياس "كولبرج" للأخلاق) .

- اختبارات مهارات اتخاذ القرار

ملاحظة سلوكية خلال الأنشطة

تصميم البرنامج التدريبي والترفيهي

المدة 6-8 أسابيع (جلسة واحدة أسبوعياً)

الجلسة لمدة 60 دقيقة مقسمة الى فقرات تشمل التدريب البدني و ورش ومحاضرات

وأنشطة ترويحية ورياضية

حيث يتمثل الجانب التثقيفي والتوعوي ب:

- ورش عن أضرار المخدرات (طبيياً ونفسياً) .
- تدريبات على المهارات الحياتية (كرفض الضغط الاجتماعي) .
- تعزيز القيم الأخلاقية عبر القصص والنقاشات .

ويتمثل الجانب التدريبي والترفيهي ب :

- أنشطة رياضية (ككرة القدم مع تركيز على العمل الجماعي) .
- مسرح تفاعلي لتمثيل مواقف اتخاذ القرار .
- رحلات ترفيهية تشمل أنشطة تعليمية.

المعالجات الإحصائية :

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية من خلال الحقيبة الإحصائية (SPSS)

- اختبار *T-test*

عرض ومناقشة النتائج

جدول (2): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري

القياس البعدي	القياس القبلي	المتغير
0.6 ± 2.1	0.8 ± 4.2	الاتجاه نحو المخدرات
0.6 ± 4.3	0.5 ± 2.5	السلوك الأخلاقي
0.3 ± 4.5	0.7 ± 2.8	اتخاذ القرار

• تحليل اختبار T-test

جدول (3) مقارنة داخل المجموعة (Paired T-test)

للتأكد من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي :

المتغير	p-value	t-value	الدلالة
الاتجاه نحو الم خدرات	0.000	12.4	نعم (p < 0.05)
السلوك الأخلاقي	0.000	15.1	نعم
اتخاذ القرار	0.000	13.8	نعم

• مقارنة بين افراد العينة (Independent T-test)

جدول (4) لقياس الفروق بين افراد العينة القياس البعدي

المتغير	t-test	الفرق (بعدي-قبل)	الدلالة
الاتجاه نحو المخدرات	2.1-	12.4	نعم
السلوك الأخلاقي	1.8+	15.1	نعم
اتخاذ القرار	1.7+	13.8	نعم

(p < 0.001)

تفسير النتائج :

"أظهرت نتائج اختبار (T-test) وجود فروق ذات دلالة إحصائية (p < 0.05) بين متوسطي درجات افراد العينة في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الاتجاه نحو المخدرات (t = 12.4 ، (p = 0.000) ، مما يشير إلى انخفاض الميل نحو التعاطي بعد تطبيق البرنامج. مما يعزز فرضية تأثير البرنامج. من خلال انخفاض المتوسط في افراد العينة من (4.2) إلى (2.1) (تحسن كبير) . وان الانحراف المعياري الصغير (0.6 بعدياً) يشير إلى تجانس استجابات الأفراد اما السلوك الأخلاقي ارتفع المتوسط من (2.5) إلى (4.3)، هذا ما يؤكد ويشير الية (الصمدي، 2003، ص 2423) حيث يشير مفهوم القيمة إلى حالة عقلية ووجدانية، يمكن ان تعرفها في الافراد والجماعات والمجتمعات، من خلال مؤشرات هي المعتقدات الأغراض الاتجاهات الميول الطموحة السلوك العملي، وتدفع الحالة العقلية والوجدانية صاحبه الى ان يصفي بإرادة حرة وواعية وبصورة متكررة نشاطا إنسانيا، يرجحه على ما عداه من أنشطة بديلة متاحة فيستغرق فيه ويسعد به، ويحتمل فيه ومن أجله أكثر مما يحتمل في غيره دون انتظار لمنفعة ذاتية. ومن كل ما سبق يمكن اعتبار القيم بانها الإطار المرجعي الذي يشمل الاتجاهات والمعتقدات والقناعات في البيئة المعرفية للفرد،

التي توجه سلوكه الى وجهة معينة، وهي نتاج اجتماعي يتعلمها ويكتسبها الفرد من خلال التنشئة الاجتماعية، وعن طريق التفاعل الاجتماعي يتعلم الفرد أن يفضل أو يختار بعض الدوافع والاهداف على غيرها، أي يعطيها أهمية أو قيمة عن غيرها جميع المتغيرات في المجموعة أظهرت فروقاً ذات دلالة إحصائية ($p < 0.05$) ، مما يؤكد تأثير البرنامج . إذاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($p < 0.01$) بين في جميع المتغيرات بعد تطبيق البرنامج مما تؤكد النتائج أن البرنامج كان فعالاً في تحقيق أهدافه، كما يتضح من حجم التأثير الكبير (Effect Size) بين القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات الدلالة الإحصائية العالية ($p < 0.01$) في جميع الاختبارات . 1.10.3 . وهذا ما تؤكد عليه اهداف الدراسة حيث تمثل القيم الخلقية جوهر الانسان الحقيقي، فبها يصير الانسان انسانا وبدونها يفقد انسانيته، ويرد الى أسفل السافلين، ويصبح كائنا حيوانيا يسيطر عليه الاهواء وتقوده الشهوات فينحط الى مرتبة يفقد فيها عنصر تميزه الذي وهبه الله له، وميزه به على سائر مخلوقاته. القيم الخلقية التي مسارات الفرد وسلوكياته في الحياة، اذ تعتبر كمنظمات لسلوك الافراد فيما ينبغي فعله والتحلي به، وفيما ينبغي تركه ولا تباعد عنه(الجلاذ، 2006 ، ص (41)

الاستنتاجات والتوصيات: -

خرجت الباحثة بالاستنتاجات التالية :

- 1- انخفاض معنوي في النوايا أو السلوكيات المرتبطة بتعاطي المخدرات بين أفراد العينة
- 2- تغير الاتجاهات المعرفية (من خلال زيادة الوعي بالأضرار الصحية والاجتماعية) .
- 3- تحسن مؤشرات السلوك الأخلاقي من خلال الصدق، المسؤولية، احترام الآخرين للمشاركين .
- 4- تأثير البرنامج لتعزيز القيم الدينية والاجتماعية كعامل وقائي .
- 5- قدرة المشاركين وزيادة القدرة على تحليل العواقب .

اما التوصيات :

- 1- تعميم البرنامج على المراكز الشبابية او المراكز الاجتماعية الجماهيرية بالتعاون مع وزارات التربية والصحة .
- 2- إشراك الأسر واولياء الأمور في بعض الأنشطة لضمان استمرار التأثير .
- 3- دراسات مستقبلية على العديد من فئات العمرية مختلفة .

المصادر :

- 1- عبد الرحمن عطيات ، دور البحث العلمي في تقليص الآثار السلبية الناجمة عن المخدرات الرياض. اكااديمية نايف العربية للعلوم الأمنية 20002.
- 2- عصام توفيق قمر ، القضايا الاجتماعية المعاصرة، الاردن، دار الفكر ناشرون وموزعون ط1، 20008
- 3- مخاطر المخدرات ، تعاطياً وإدماناً؛ جمعية أصدقاء البيئة والتراث ،ليبيا، الطبعة الأولى 1999.
- 4- مصطفى سويف ، المخدرات والمجتمع ، صدرت ضمن أرشيف الإنترنت برخصة مفتوحة. (إصدار فبراير 2007).
- 5- سليم الحساني ، المخدرات والمؤثرات العقلية وتأثيرها على الفرد والمجتمع ؛ 2023
- 6- خالد حمد المهدي ، المخدرات وأثارها النفسية والاجتماعية والاقتصادية في دول مجلس التعاون الخليجي ، (2013) .
- 7- عايد علي الحميدان للمخدرات التخليقية ، تقرير صادر عن اللجنة الوطنية بشأن المخدرات -الكويت ، 2011 .
www.nadc-kwor
- 8- عامر بن عيسى اللهو ، المخدرات والتدخين :الآثار، الأسباب، والعلاج؛ 2000
- 9- نسرين جواد شرقي ، دراسة :المؤسسات التربوية في الوقاية من المخدرات " المدرسة أنموذجا، 2018 ، بحث منشور في المؤتمر العلمي السنوي يوم الصحة النفسية . ،جامعة بغداد ، كلية التربية للبنات
- 10- توفيق يرغوتي دراسة : دور المدرسة في الوقاية من المخدرات ، بحث منشور في مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية ، العدد 2 المجلد 7 . مركز البحوث في العلوم الإسلامية، 2019،

الملاحق

ملحق رقم (1) قائمة السادة الخبراء :

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	علي نوري	ا.م.د	علم نفس	الجامعة المستنصرية
2	ساهرة رزاق	ا.د	علم نفس	جامعة بغداد
3	شيماء عبد مطر	ا.د	علم نفس	الجامعة المستنصرية
4	زينة خالد	ا.م.د	علم نفس	جامعة بغداد
5	اياة هيثم	م.د	علم نفس	الجامعة المستنصرية
6	اسيل ناجي	ا.م.د	علم نفس	الجامعة المستنصرية
7	رقل وليد	د.	طبيبة امراض نفسية وعصبية	مستشفى دار الشفاء
8	زنبب علي	ا.د	علم نفس	الجامعة المستنصرية

ملحق رقم 2- نموذج وحدة او جلسة تدريبية :
المكان: قاعة رياضية/ساحة متعددة الأغراض في مركز التأهيل الاجتماعي.
الهدف العام للجلسة: تعزيز السلوك الأخلاقي والتفكير الإيجابي،
الزمن: 60 دقيقة.
عدد المشاركين: 17 شابًا (15-25 سنة).
 وتنمية مهارة اتخاذ القرار من خلال الأنشطة الرياضية والترفيهية، مع ترسيخ الوعي بأضرار المخدرات

الجزء التمهيدي (5 دقائق)
تهيئة نفسية: ترحيب بالمشاركين، توضيح هدف الجلسة تهيئة بدنية: جري خفيف تمارين استطالة وحركات إحماء ديناميكية للذراعين والرجلين
الجزء الرئيس (50 دقيقة)
- نشاط بدني رياضي جماعي (20 دقيقة) لعبة: كرة القدم المصغرة (5 ضد 5) الهدف: تعزيز التعاون والانضباط والالتزام بالقوانين. (ملاحظة) المدرب يوقف اللعب عند حدوث سلوك غير أخلاقي (احتجاج، أنانية، عنف) ويطلب من الفريق اتخاذ قرار جماعي لتصحيح الموقف
- نشاط ترفيهي (10 دقيقة) لعبة: الكرات المتعددة توزيع كرات صغيرة على الفرق، الهدف جمع أكبر عدد من الكرات خلال وقت محدد. تشجع اللعبة على التخطيط واتخاذ القرار السريع، حيث يختار الفريق استراتيجيات مختلفة (الهجوم/الدفاع/التوزيع). - ورشة قصيرة (20 دقائق) الموضوع: "كيف تؤثر المخدرات على قراراتنا اليومية". الطريقة: عصف ذهني سريع + عرض حالة (شخص عرض عليه تعاطي مادة مخدرة) ويطلب من الفريقين مناقشة قرار الرفض وتبريره. الهدف: ربط القيم الأخلاقية والوعي بالمواقف الحياتية الواقعية.
الجزء الختامي (5 دقائق)
نقاش مفتوح: كل مشارك يذكر قرارًا إيجابيًا اتخذته أثناء اللعب أو الورشة.

ملحق رقم 3 - الاستبيان الخاص بالاتجاه نحو المخدرات

الغرض: قياس التغيير في اتجاهات المشاركين (قبل/بعد البرنامج).

العبرة	أوافق بشدة (1)	أوافق (2)	لا أوافق (3)	محايد (4)	لا أوافق بشدة (5)
أعتقد أن تعاطي المخدرات يسبب مشكلات صحية خطيرة	<input type="checkbox"/>				
أرى أن الأصدقاء لهم تأثير في دفع الشخص لتعاطي المخدرات	<input type="checkbox"/>				
يمكن مواجهة ضغوط الإدمان بالرياضة والنشاطات الإيجابية	<input type="checkbox"/>				
تعاطي المخدرات لا يشكل خطرًا كبيرًا على مستقبلي. (عكسي)	<input type="checkbox"/>				

ملحق رقم 4 - مقياس السلوك الأخلاقي (مستوحى من كولبرج)

الغرض: تقييم مستوى التفكير الأخلاقي.

الموقف	استجابتك (اختر)	مستوى السلوك (يحدد لاحقاً)
وجدت محفظة مليئة بالمال في الشارع، ماذا تفعل؟	<input type="checkbox"/> أحتفظ بها <input type="checkbox"/> أبحث عن صاحبها <input type="checkbox"/> أسلمها للشرطة	
صديقك يحاول إقناعك بتجربة مخدر، كيف تتصرف؟	<input type="checkbox"/> أرفض مباشرة <input type="checkbox"/> أظهار بالموافقة ثم أهرب <input type="checkbox"/> أجرب بدافع الفضول	
في مباراة، زميلك خالف القواعد وربح الفريق، ما موقفك؟	<input type="checkbox"/> أوافق على الغش <input type="checkbox"/> أتجاهل الأمر <input type="checkbox"/> أرفض الغش حتى لو خسرتنا	

ملحق رقم 5 - اختبار مهارات اتخاذ القرار

الغرض : معرفة قدرة المشاركين على حل المشكلات واتخاذ قرارات صحيحة.

المبررات/الأسباب	تقييم القرار 0= ضعيف 1=متوسط 2= جيد	القرار المقترح من المشارك	الموقف
.....	2 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/>	أحد الأصدقاء يدعوك لتجربة مادة منشطة قبل الامتحان
.....	2 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/>	لديك وقت فراغ، ماذا تختار؟ (رياضة/ الجلوس بلا هدف /شيء خطير)
.....	2 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/>	أثناء النشاط الرياضي تعرضت لاستفزاز لفظي، كيف تتصرف؟

ملحق رقم 6 - بطاقة الملاحظة السلوكية

الغرض : رصد التغيرات السلوكية الفعلية أثناء الأنشطة.

ملاحظات الباحث	البرنامج بعد	قبل البرنامج	السلوك
.....	<input type="checkbox"/> متوسيط <input type="checkbox"/> ضعيف <input type="checkbox"/> قوي	<input type="checkbox"/> متوسيط <input type="checkbox"/> قوي <input type="checkbox"/> ضعيف	المشاركة الإيجابية مع المجموعة
.....	<input type="checkbox"/> متوسيط <input type="checkbox"/> ضعيف <input type="checkbox"/> قوي	<input type="checkbox"/> متوسيط <input type="checkbox"/> قوي <input type="checkbox"/> ضعيف	احترام القواعد أثناء اللعبة
.....	<input type="checkbox"/> متوسيط <input type="checkbox"/> ضعيف <input type="checkbox"/> قوي	<input type="checkbox"/> متوسيط <input type="checkbox"/> قوي <input type="checkbox"/> ضعيف	القدرة على قول 'لا' للمثيرات السلبية
.....	<input type="checkbox"/> متوسيط <input type="checkbox"/> ضعيف <input type="checkbox"/> قوي	<input type="checkbox"/> متوسيط <input type="checkbox"/> قوي <input type="checkbox"/> ضعيف	ضبط الانفعالات