تقويم الصحة النفسية لمدرسي التربية الرياضية لتربية الرصافة الاولى

م.د. علي عبد الهادي صالح الزبيدي
وزارة التربية/ المديرية العامة لتربية بغداد– الرصافة الاولى

الملخص:

أن المشكلات النفسية التي تواجهها المدارس مع كادرها التدريسي كانت اهمها ان لديهم شعورا بالتعب والضيق ويتهربون من القيام بمسؤولياتهم كمدرسين ويعانون نقصا في الميول والاهتمامات والخوف والقلق وليست لديهم خطة للحياة المستقبلية، وهذه تمثل بعض خصائص الشخصية التي تعاني من اعتلال في الصحة النفسية.حيث هدفت الدراسة الى:التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى مدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية الرصافة الاولى..

واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملائمته مشكلة البحث وهدفه,اما عينة البحث فقد اشتملت على مدرسي تربية الرصافة الاولى (قاطع فلسطين–قاطع الشعب–قاطع الاعظمية) وعددهم(60) مدرسا,اما ادوات البحث فكانت مقياس الصحة النفسية ل(سهام كاظم نمر),واستخدم الباحث الحقيبة الاحصائية spss لمعالجة البيانات والحصول على النتائج من خلال الوصول لاهم الاستنتاجات وهي ان مدرسي التربية الرياضية لتربية الرصافة الاولى يتمتعون بصحة نفسية متوسطة المعدل ويوصي الباحث توفير الاجواء البيئية الملائمة للمدرسين من الاجهزة والادوات والساحات في المدرسة والمسابقات الخارجية.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية.مدرس التربية الرياضية

الفصل الاول:

1- التعريف باليحث

1-1مشكلة البحث:

يعد الاعداد النفسي احد الاعمدة التي ترتكز عليها العملية التدريسية والتدريبية اضافة إلى ان المدرسة تعد نظام يتطور وفق حاجات المجتمع ,ويعد مدرس التربية الرياضية جزء امن هذا النظام وحلقة مهمة وحيوية في سير عملية اعداد مدرس التربية الرياضية تماشيا مع رفع كفاءة الطالب ذهنيا وبدنيا من خلال تنفيذ منهاج وخطة درس التربية الرياضية باسلوب علمي مدروس وتشكل

موضوعات علم النفس ومن اهم العوامل النفسية التي يجب ان يتمتع بها مدرس التربية الرياضية هو الصحة النفسية لأنها تفسر حالة الاستقرار النفسي الذي يتمتع به المدرسون.حيث تمثل الصحة النفسية احد العوامل المهمة التي يجب توافرها والاهتمام بها الى جانب العوامل البدنية والمهارية , وتتمركز مشكلة االبحث في طبيعة المجتمع وعينته المراد دراستها والمتمثلة بمدرسي التربية الرياضية لتربية الرصافة الاولى والذين يمثلون حلقة مهمة واساسية في الارتقاء بالعملية التربوية والرياضية داخل المدرسة من خلال رفع كفاءة الطالب ذهنيا وبدنيا وتكوين العلاقات الاجتماعية بين الهيئات التدريسية والادارية.

1-2اهمية البحث:

أن من بين ما تعنيه الصحة النفسية هي القدرة على تحقيق التوافق والتكامل بين طاقات الفرد المختلفة العقلية والانفعالية والدافعية وتوجيهها نحو تحقيق أهداف معينة في أوقات معينة وبما يحقق الوجود الايجابي للفرد. ومن هنا يتضح لنا أهمية الصحة النفسية للفرد، فهي من جهة تؤدي إلى تحقيق التوافق والانسجام والتكامل بين خصائص شخصية الفرد في جوانبها العقلية والانفعالية، ومن جهة أخرى تسهم في استثمار طاقاته المختلفة على أفضل شكل ممكن بما يحقق أهدافه في الحياة ويجعله يشعر بكيانه ووجوده. فهي إذا أساس لممارسة الإنسان لدوره في الحياة فالطالب والمعلم والعامل والمقاتل لا يمكن لكل منهم أداء دوره على وفق ما مطلوب منه ما لم يتمتع بالصحة النفسية

وهكذا يمكن للصحة النفسية أن تقدم الكثير نحو تحقيق شخصيات ايجابية متوافقة مع نفسها ومع مجتمعها، قادرة على تجنب كل ما يعتري حياتهم ويسبب لهم الاضطراب والقلق، وتهتم بمساعدة الأفراد في تأدية أدوارهم في الحياة في أحسن صورة مما يؤدي بهم إلى حالة من الرضا والسعادة والثقة بالنفس..

ومما عزز هذا الاعتقاد نتائج الدراسة الاستطلاعية التي أجراها الباحث على للتعرف على أهم المشكلات النفسية التي تواجهها المدارس مع كادرها التدريسي, وكانت اغلب هذه المشكلات هي: ان لديهم شعور بالتعب والضيق ويتذمرون من تكليفهم بأيسر الواجبات ويتهربون من القيام بمسؤولياتهم كمدرسين ويعانون نقصا في الميول والاهتمامات والتهور والاندفاع والخوف والقلق واليأس والغيرة والغضب والعدوان وليست لديهم خطة للحياة المستقبلية، وهذه تمثل بعض خصائص الشخصية التي تعاني من اعتلال في الصحة النفسية.

1-3هدفي البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف على:

1-تقويم الصحة النفسية لدى مدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية الرصافة الاولى.

2-الفروق في مستوى الصحة النفسية تبعا لمتغيري الجنس(ذكور-اناث).

1-4 حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بمدرسي التربية الرياضية العاملين في المدارس التابعة لمديرية تربية الرصافة الاولى في قواطعها الثلاث(فلسطين المركز-الاعظمية-الشعب) للعام الدراسي 2017-2018.

1-5مجالات البحث:

1- المجال الزماني:المدة من 2017/7/10 ولغاية 2017/12/1

2- المجال البشري:مجموعة من مدرسي التربية الرياضية في تربية الرصافة الاولى.

المجال المكاني: المدارس الثانوية التابعة لمديرية تربية الرصافة الاولى.

1- 6 تحديد المصطلحات:

اهم المصطلحات الواردة في البحث مايلي:

1-الصحة النفسية:

عرفها منظمة الصحة العالمية (W,H,O) أنها " ليست مجرد خلو الفرد من المرض العقلي أو النفسي فقط , وإنما فوق ذلك أنها حالة من الاكتمال الجسمي والنفسي والاجتماعي لدى الفرد " (الهابط , 1985 , ص17) .

عرفتها جنان (1999) أنها " حالة من التوازن في السلوك العقلي والنفسي والجسمي والاجتماعي والروحي والخلقي, والتي تمكن الفرد من استثمار قدراته وطاقاته في تحقيق ذاته, وتشعره بالرضا والسعادة " (جنان عبد الحميد, 1999, ص12).

التعريف الاجرائي للصحة النفسية فهو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عن فقرات مقياس الصحة النفسية ..

مدرس التربية الرياضية:احد اعضاء الهيئات التدريسية وحجر الزاوية في العملية التعليمية وينطلق مدرس التربية البدنية بالقيام بمهام عملة من معرفته وفهمه لأهداف مادة التربية البدنية العامة وأهداف كل مرحلة وصف دراسي وتنمية المفاهيم المعرفية المرتبطة بممارسة النشاط البدني والآثار المترتبة عليه تنمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والمحافظة عليها(عزيز حنا, داود2000

الفصل الثاني

1.2 الإطار النظري:

1.1.2 الصحة النفسية:

يذكر (بولبي) أن الصحة النفسية هي الأساس في بناء الطمأنينة النفسية التي هي منطلق الانفتاح على الدنيا والثقة بالذات بعيدا عن الانعزال والوحدة, ويرى (ديتاماسو وزملاؤه) أن الأفراد المطمئنين نفسيا يملكون مشاعر ايجابية عن أنفسهم وعلاقاتهم فضلا عن تمتعهم بمهارات اجتماعية ..متوازنة يحققون بواسطتها ارتقاء طبيعيا وتحولا انسيابيا في اثناء مراحل نموهم

أن الصحة النفسية تمكن الإنسان من مواجهة مشكلات الحياة، وهذا ما يدل عليه التطور التكنولوجي المتسارع والمدنية الحديثة قد عبأت الإنسان بالعديد من الدوافع التي ينبغي إشباعها وفي حال عدم إشباعها يترتب على ذلك احباطات متعددة وشعوره بالقلق المستمر، والإنسان المتمتع بالصحة النفسية يسعى دائما إلى البحث عن الحلول البديلة في إشباعه لدوافعه حتى لا يكون عرضة للانهيار أمام هذه الاحباطات،

2-1-1-1 مدارس ونظريات الصحة النفسية

ظهرت نظريات وآراء مختلفة في أسباب الأمراض النفسية، ولا نعتقد ان هناك من موضوعا واحدا تعددت فيه سبل البحث وتضاربت فيه وجهات النظر كما تعددت وتضاربت في موضوع الأمراض النفسية وأسبابها. وتكاد النظريات التي تناولت الصحة النفسية مختلفة بجوانبها بحسب المدارس التي تنتمي إليها, وفيما يلي عرض للمدارس والنظريات المفسرة للصحة النفسية:

1-مدرسة ونظرية الوجودية:

واهتم هذا المنظور بدراسة جوهر الفرد، وركز بشكل مباشر على الخبرات الشخصية وطرح نمطا أساسيا للأشخاص هو نمط الشخص الأصيل الذي يدرك في سلوكه تماما الافتراضات الوجودية المتعلقة بطبيعة الإنسان ومثل هذا الشخص قادر على تغيير العلاقات السببية و نتائجها عن طريق حرية الإرادة واختيار المعنى وخلق المعنى والهدف ..وترى المدرسة الوجودية ان اساس فهم نفسية الفرد هو التجربة الشخصية ولذلك فهي تعطي أهمية كبيرة للغة لتعبير الفرد عن هذه التجربة

2-المدرسة العضوية :

عدت هذه المدرسة الاضطرابات النفسية والعقلية ناشئة عن اضطرابات تصيب المخ ويبدو ذلك الراي واضحا عند مؤسس هذه النظرية (فرويد) , وبظهور هذه المدرسة حظي المرض

النفسي من العناية ما كان يحظى به المرض العضوي ، لاسيما بعد اكتشاف الأسباب العضوية لبعض الاضطرابات النفسية، وعمل التصنيف المبدئي على دفع الأبحاث التجريبية في مجالات التشريح والكيمياء الحيوية وغيرها.. من العلوم لتقصي الأسباب العضوية في باقي الأمراض.

بين (فرويد) إن اضطراب الصحة النفسية تحدث بوجود ثلاثة شروط تعمل على خلق العصاب، وهي الحرمان، والتثبيت، والصراع الناشيء عن (الأنا) الذي يولده الشعور بالحرمان ووجود الرغبات المتناقضة، فيحاول (اللبيدو) إيجاد طرائق وأهداف أخرى لإشباعه، فالشخص الذي لايجد إشباعا خارجيا لطاقته النفسية بسبب المتطلبات الخلقية، يضطر إلى كبتها حتى إذا ما وصلت حد الأزمات، ظهرت عليه أعراض العصاب، وهو ما يؤدي أيضا إلى التثبيت الذي يحدث في الطفولة، أما إذا حرم (الأنا) من عمله التركيبي.

نظرية ايزنك (Eysenck)

حاول ايزنك (Eysenck) إيجاد تشكيلة علمية لبناء الشخصية، تجمع بين السمات والأنماط والطباع في نظرية أبعاد مجسمة وتشتمل على جوانب ثابتة في شكل تدرج هرمي Hierarchy (الرحو، 2005،ص 306) . يتكون من أربعة عوامل رئيسة هي:-

1-الانبساط (E) Extraversion : إن الانبساط من حيث عامل من الدرجة الثانية له مكونان أساسيان هما الاجتماعية (Sociability) والاندفاعية (Impulsiveness) ، ولكن الأخيرين يرتبطان جوهريا مما يعطي عامل الانبساط طبيعته الوحدوية، وفي مستوى أدنى فان عامل الانبساط الوحدوي الراقي يتكون من السمات الأولية الآتية: (الميول الاجتماعية، والاندفاعية، والميل إلى المرح، والحيوية، والنشاط، والاستثارة، وسرعة البديهة، والتفاؤل).

2-الكذب (L) Lie : ويختص هذا البعد بتحديد درجة مصداقية المفحوص من حيث الميل للخداع والتزييف وتجميل الذات والدفاعية، والحساسية والجمود والسلبية وفقد الشعور بالأمن ونقص الاستبصار بالذات وغلبة التوتر أو الاستقلال والإفصاح والنضج ورغبة في الإقرار بالعيوب .

3-العصابية (N) : Neuroticism وتشير إلى الاستعداد للإصابة بالاضطراب النفسي أي العصاب Neurosis وتشير الدرجة المرتفعة للأفراد وعلى بعد العصابية إلى عدم الثبات الانفعالي، والمبالغة في الاستجابة الانفعالية، ومن سماتهم : القلق والاكتئاب، والشعور بالذنب، وانخفاض احترام الذات، والتوتر، وعدم المعقولية، والخجل، وتقلب المزاج، والانفعالية .

4-الذهان (P) : Psychoticism يعد أساس أو نمط في الشخصية مقلوبة التحكم في الاندفاعات Impulse control ويشير ارتفاع درجة الذهانية إلى قابلية الفرد لتطوير شذوذ نفسي، ويوصف بما يلي :- عدواني، بارد، قاس، مضاد للمجتمع، متمركز حول ذاته، لايتأثر

بالمشاعر الشخصية، مندفع، متبلد، قادر على الإبداع أحيانا، صارم العقل، متصلب، يصفه من حوله بأنه غريب (السيد، 2003 ، ص 12).

ويرى (ايزنك) بان الدراسة المناسبة للشخصية، يجب أن تستند على النتائج التجريبية التي تعالج بالوسائل الإحصائية، وان توضع فروض خاصة بتركيب الشخصية، ثم تختبر تلك الفروض للتحقق من صحتها ودقتها، ولهذا اعتمد أسلوبه في اختبار الفروض على الحقائق المكتشفة بالمشاهدة الميدانية، والتجربة المباشرة المتضمنة الفحص الموضوعي للشخصية، ومقاييس فسيولوجية، وإدراكية، وحركية . (Mischel,1986, p 179).

وقد انتهج (ايزنك) أساليب إحصائية مطولة وشاقة في سبيل الحصول على الأبعاد المطلوبة لمفهوم ملائم لبنية الشخصية فهو فضلا عن تقديم طائفة من الأبعاد الوصفية، فقد درس الرابطة بين موقع الناس بالنسبة لهذه الأبعاد وبين درجاتهم على مقاييس شخصية وعقلية متنوعة إذ استعمل ايزنك التحليل ألعاملي في كشفه عن عوامل الشخصية (الشرقاوي ، 1983، ص 76).

نظرية جلفورد (J.P.Guilford)

وهو احد أعلام نظرية السمات وهو يتفق مع (كاتل) في تعريفه للسمات وتقسيمها إلى نماذج وان كان اختياره للتقسيمات فيه شيء من الاختلافات، فقد استعمل في تقسيمه جوانب كالميول والاستعدادات والحاجات والاتجاهات (الشرقاوي، 1983، ص 76).

وعد جلفورد (Guilford)السمة أسلوبا عموميا وثابتا نسبيا ويختلف من فرد لآخر والشخصية عنده تحتوي على السمات الفيزيائية البدنية مثلما تحتوي على السمات السلوكية والقدرات العقلية والخصائص المزاجية (Guilford,1952, p 525).

وينظر (جلفورد) إلى الشخصية هي ذلك النمط الفريد من السمات لذا فقد اعتمد على السمات في دراسته بهدف التوصل إلى العوامل التي فضلها على مصطلح الأنماط والتي يعدها سمات أولية حددت بالتحليل العاملي لتعطي وصفا فعالا للشخصية (Salvia, 1978, p 33).

وأكد (جلفورد) على الفروق الفردية بقوله " إننا نستطيع أن نفهم الشخصيات فهما أفضل بمقارنتها أحداها بالأخرى، في ضوء السمات وان بنيان الشخصية يتركب من سمات مختلفة من حيث الدرجة والعمومية، وان السمات يمكن التمييز بينها في ضوء عموميتها أو درجة تواجدها لدى كل الناس " (الشرقاوي ، 1983، ص 76). وقد حدد (جلفورد) أربعة عوامل للشخصية وحسب عموميتها في مدرج هرمي من مجموعة من السمات هي :-

1- النماذج
2- الاستعدادات الخاصة (العادات)

3- السمات الأولية

4- الأفعال النوعية (الزبيدي, 2006,ص58).

2-1-2الصحة النفسية في المجال الرياضي:

وأن الصحة النفسية يمكن أن تتخذ أشكالاً مختلفة يعبر عنها عدم الارتياح أو العرقلة في الحركة أو الخلل في التنسيق أو الاضطراب الذهني والفكري، وتحمل كيفية التصرف والسلوك وتأثيرات الإجهادات النفسية طابعاً فردياً يتلاءم والظروف الداخلية للرياضي نفسه ويعني ذلك أن أوضاع التحمل المتجانسة ظاهرياً تحفز رياضياً لزيادة أنجازه بينما تعيق عند بدأ قواه الرياضية التي اكتسبها وبرهن عليها بنجاح في التدريب.

إنّ الرياضي مثل أي فرد في المجتمع يتأثر بالعوامل والمؤثرات الخارجية والتي تؤثر في أدائه وانجازه, وهو يتأثر بالبيئة الخارجية أكثر من غيره من الأفراد لأنه يتأثر بالبيئة إما سلباً أو إيجابا فكلما تكون بيئته المحيطة نظيفة أو صحية وخالية من الملوثات كلما زاد النشاط وبرزت المواهب وارتقى الأداء الرياضي وظهرت الانجازات, ويحدث العكس عندما تكون البيئة المحيطة ملوثة وكئيبة في المظهر فتجد أن الأداء الرياضي يقل وتظهرآثار سلبية على صحة الرياضي وسلوكه خلال فترات التدريب أو أثناء المنافسات ,فيحدث اضطراب وصعوبة في التنفس وتتأثر الأعصاب والقلب على المدى الطويل ويحدث خلل في التوازن والاتزان النفسي مما يجعل الرياضي يسلك سلوكا مخالفا للسلوك السوي قد يؤثر في أدائه أثناء المباراة وبالتالي عدم تحقيق النتائج التي يصبوا إليها. فبعد اطلاع الباحث على المصادر والدراسات وبعد حضوره لعدة بطولات ومنافسات ومن خلال مشاهدة المباريات وجد وتوصل الى وجود عدة ملوثات تؤثر في الرياضيين وتسبب لهم مشاكل واضطرابات وضغوط نفسية وبالتالي تؤدي الى تقييم مسنوى الصحة النفسية لديهم...

حيث ان تعرض الرياضي لملوثات خارجية لا يمكن التحكم بها والتي تؤثر في سلوكه وانفعالاته داخل المباراة أوالمنافسة من خلال الضغط النفسي الذي تولده تلك الملوثات والتي تؤدي الى عدم تحقيق الأهداف والنتائج التي يطمح إليها.

2-2الدراسات السابقة :

2-2-1دراسة سهام كاظم نمر):

(بناء مقياس الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية للأعمار (17-19) ، ذكورا وإناثا وللفرعين العلمي والأدبي .).

هدفت الدراسة إلى بناء مقياس الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية وتألفت عينة البحث من (20) طالباً من طلبة المرحلة (الثانية) لبعض الدروس المنهجية العملية في العراق للعام (2010.2009) وتكون المقياس من (6) مجالات يتألف المقياس من (33) فقرة. وبعد أن تم بناء المقياس تم الوصول إلى بعض الاستنتاجات والتي أهمها التوصل إلى بناء مقياس لمفهوم قوة التحمل في المجال الرياضي لدى عينة البحث، وتم التوصل أيضاً إلى بعض الاستنتاجات التي من أهميتها تأكد إمكانية تطبيق هذا المقياس من قبل الباحثين والمختصين في القياس النفسي والدراسات كذلك إجراء دراسات وبحوث أخرى مشابهة على عينات مختلفة غير الدروس المنهجية وإمكانية استخدام هذا المقياس للمقارنة بين اللاعبين في الألعاب المختلفة

2-2-2 دراسة الزبيدي والهزاع (1997)

هدفت الدراسة الى قياس الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة وتعرّف الفروق بين الإناث والذكور، وقد اقتصر البحث على طلبة جامعة بغداد إذ بلغ مجموع العينة (103) ، (53) إناث و(50) ذكورا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، ولتحقيق أهداف البحث قام الباحثان ببناء مقياس للصحة النفسية، وحدد بالمجالات الاتية: الاجتماعي، والنفسي، والجسمي، والروحي، والصحي، والعقلي، ومن ابرز النتائج إن الطلبة يعانون من بعض المشكلات الوجدانية التي تبعدهم عن تحقيق بعض الحاجات وصعوبة اتخاذ قرارات مستقبلية تجعل حياتهم حافلة بروتين وضغوط الحياة اليومية والأدوات المستخدمة في البحث مقياس الصحة النفسية و استخبار فرايبورج للشخصية واستنتج الباحث إن العمداء اتسموابحدود الوسط في معظم سمات الشخصية باستثناء سمات (العصبية) و(الاكتئابية) و(الكف) إذ كانت في المستوى الواطئ وتمتع العمداء بدرجة عالية من الصحة النفسية وأوصى الباحث بضرورة الاهتمام بالجوانب الشخصية عن طريق تطوير السمات الشخصية عن طريق تاهيلهم بدورات الممارسات القيادية وفق الاساليب الحديثة .

2-3 التعليق على الدراسات السابقة

1- اتفقت كلتا الدراستين مع الدراسة الحالية في تناولها الصحة النفسية
2- اختلفت الدراسة الحالية عن دراسة حيدر ناجي حبش بأسلوب البحث بكون الدراسة الحالية تناولت تقويم الصحة النفسية لمدرسي التربية الرياضية..
3- اختلفت الدراسة الحالية عن الدراستين السابقتين في عينة البحث اذ كانت عينة البحث الحالية هي مدرسي التربية الرياضية في حين كانت عينة دراسة سهام نمر هم طلاب المرحلة الاعدادية وعينة دراسة هزاع والزبيدي طلاب الجامعة..

الفصل الثالث

3-اجراءات البحث

3-1 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملائمته وطبيعة البحث الحالي.

3-2 مجتمع البحث:

تمثل مجتمع البحث بمدرسي التربية الرياضية لبعض مدارس تربية الرصافة الأولى (قاطع الاعظمية –قاطع الشعب– قاطع فلسطين).والبالغ عددهم (261)مدرسا,اما عينة البحث فقد تمثلت ب(60) مدرسا بعد استبعاد الاستمارات الغير مكتملة الاجابات ,وبذلك كانت نسبة عينة البحث (78,57)من المجتمع الكلي للبحث.

جدول (1) يوضح توزيع مجتمع البحث حسب قواطع مديرية تربية الرصافة الاولى

ت	القاطع	العينة		العدد الكلي	النسبة المئوية
		ذكور	اناث		
1	فلسطين(المركز)	14	8	94	23,21
2	الاعظمية	13	7	88	20,06
3	الشعب	11	7	79	25,31
المجموع		38	22	261	78,57

3-3عينة البحث

من الخطوات المهمة في البحوث التربوية والنفسية هي اختيار افراد العينة والتي ينبغي ان تكون ممثلة للمجتمع الاصلي على نحو صحيح(اسامة راتب,2004).

لذلك تم اختيار عينة اللبحث بالطريقة العشوائية ذات التوزيع المتناسب,وقد بلغ افراد عينة البحث (60)مدرسا ومدرسة من مجتمع البحث الحالي موزعين حسب قواطع مديرية الرصافة الاولى كما موضح في الجدول رقم (1)

3-4 وسائل جمع المعلومات والبيانات:

3-3-1مقياس الصحة النفسية

اعتمد الباحث مقياس الصحة النفسية (ملحق1) المصمم من قبل (سهام كاظم نمر2005)اذ يتكون المقياس من 3 مجالات(مجال الشخصية–المجال الاجتماعي–المجال التدريبي) وتكون كل مجال من(20) فقرة.وبهذا يصبح المقياس متكون من (60)فقرة بصيغته النهائية,اما تصحيح الفقرات فيكون باعطاء الدرجات(1–2–3)للفقرات الايجابية وبالعكس للفقرات السلبية..

3-3-2الخصائص السايكومترية للمقياس:

1-الصدق:

لغرض التاكد من قدرة المقياس على قياس مانم وضع من اجله تم اللجوء الى الصدق الظاهري وذلك بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء المختصين في العلوم النفسية ملحق(2) لاخذ بارائهم حول مدى صدق المقياس ,وبعد ذلك تم جمع استمارات المقياس وظهرت نسبة اتفاق بين السادة المختصين تصل الى تسبة80% بالنسبة لمقياس الصحة النفسية ..

2- الثبات

لغرض ايجاد معامل ثبات المقياس اعتمد الباحث طريقة الاختبار واعادة الاختبار، وقد تم تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (10)مدرسين من مدرسي التربية الرياضية من مدارس قاطع المركز(فلسطين) والذي هم ضمن مجتمع البحث وبعد مرور (10) يوم تم تطبيق المقياس مرة اخرى على نفس المدرسين وباستخام معامل الارتباط بيرسون بيت الاختبارين الاول والثاني,وتم ايجاد معامل الثبات لكل بعد من ابعاد المقياس الثلاثة.

جدول(2) يبين قيم معامل الارتباط بين الاختبارين لايجاد معامل الثبات لاداة البحث

الابعاد	معامل الارتباط البسيط(بيرسون)
الشخصية	0.86
الاجتماعي	0.82
الخبرة التدريبية	0.88

3-4 التطبيق النهائي للبحث:

تم تطبيق المقياس الصحة النفسية على عينة البحث البالغة(60)مدرسا للتربية الرياضية لتربية الرصافة الاولى وذلك للفترة من2017/9/13 ولغاية2017/11/22

3-5 الوسائل الاحصائية(صباح العجيلي2010)

-النسبة المئوية

-الوسط الحسابي

-الانحراف المعياري

-تحليل التباين

-المتوسط الفرضي

الفصل الرابع

4-عرض ومناقشة النتائج

جدول(3)

يبين المعالم الاحصائية لمقياس الصحة النفسية لدى مدرسي التربية الرياضية لتربة الرصافة الاولى

ت	القاطع	العينة	س-	ع	المتوسط الفرضي
1	فلسطين	22	91,33	3,27	120
2	الاعظمية	18	81,67	4,15	120
3	الشعب	20	89,34	3,68	120

يتبين من الجدول(3) ان افراد العينة في القواطع الثلاثة يتمتعون بدرجة متوسطة من الصحة النفسية.

والجدول (4) يبين نتائج تحليل التباين بين افراد القواطع الثلاثة في متغير الصحة النفسية من اجل تحقيق هدف البحث..

جدول(4)

يبين الفروقات في الصحة النفسية بين القواطع الثلاثة لتربية الرصافة الاولى

مصدر التباين	درجة الحرية	قيمة t		الدلالة
		المحسوبة	الجدولية	
بين المجموعات	3	1,215	2,333	غير دالة
داخل المجموعات	37			

يتبين من الجدول(4)عدم وجود فروقات ذات دلالة معنوية في متغير الصحة النفسية بين مدرسي التربية الرياضية في تربية الرصافة الاولى(قاطع الاعظمية—قاطع الشعب—قاطع فلسطين المركز).

وبهذا تقبل الفرضية الصفرية للبحث وترفض الفرضية البديلة,وهذا اذا دل على شئ فانه يدل ان اغلب مدرسي التربية الرياضية في الرصافة الاولى وحسب كل قاطع يمتازون بصحة نفسية معتدلة

وبالتالي يخلق نوعا من النجاح خلال مساره الوظيفي داخل المدرسة,ونوعا من السلوك المهني الايجابي الذي يركز على تقديم النصح والارشاد والداعم لمهارات الطلبة وتطوير امكاناتهم خدمة للرياضة عامة.وبالتالي ينعكس ذلك في النهاية لصالح المؤسسة التربوية والرياضية في العراق.

هناك فروق بين الذكور والاناث للمدرسين في مستوى الصحة النفسية لصالح الذكور ,واوضحت نتائج الدراسة ان الصحة النفسية يختلف باختلاف الجنس (ذكور–اناث) ..

جدول(5)

الاختبار التائي لدلالة الفروق بين متوسط درجات الذكور والاناث على مقياس الصحة النفسية

الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
ذكور	38	122,23	11,51	9,94	1,89	0.05
اناث	22	133,66	7,15			

وتفسر هذه النتيجة هناك فروق بين الذكور والاناث للمدرسين في مستوى الصحة النفسية لصالح الاناث ,واوضحت نتائج الدراسة ان الصحة النفسية تختلف باختلاف الجنس (ذكور–اناث) .. وان الرجال اكثر قدرة في التحكم بانفعالاتهم وضبطها في المواقف الصعبة التي تواجههم والتعامل معها من حيث التحكم في المشاعر السلبية والقدرة على الخروج منها وتفهم مشاعر الاخرين نحوهم كل هذا يتطور بزيادة الخبرات التي يمرون بها عبر سنوات الخدمة.

ويؤكد الباحث الى ان الاهتمام بالرياضة والرياضيين من قبل المؤسسات الحكومية والاتحادات الرياضية و توفير البيئة الملائمة لمدرسي ومدرسات التربية الرياضية سواء كانت اجتماعية او اقتصادية او صحية وكذلك توفير الاجواء المناسبة للمنافسات الرياضية المدرسية من ملاعب ومستلزمات أي زيادة الدعم المعنوي والمادي للرياضيين مقارنة بالدول الاخرى وقلة المكافآت والمحفزات للانشطة الرياضية المدرسية ,حيث ان علاقة الانشطة البدنية بالقوى الضابطة التي من شأنها أن تمد أو تحد من النشاط البدني تتصل بالبيئة الطبيعية المحيطة, كما تتصل بالمؤسسات الاجتماعية الموجودة كالاقتصاد والحكومة والسياسة باعتبارها قوى ضابطة مؤثرة, وهذا ما أكد عليه (احمد عودة سلمان(2000) "في ان قوى القيم والمعايير –السياسية– الاقتصادية– البيئية تؤثر في النشاط البدني والرياضة الى حد كبير"

الفصل الخامس

5–الاستنتاجات والتوصيات

5–1 الاستنتاجات:

التوصل الى الاستنتاجات الآتية :

1. إن عينة البحث بشكل عام يتمتعون بمستوى متوسط من الصحة النفسية .

2- وجود مؤشرات نفسية ايجابية لدى افراد عينة البحث من حيث التحكم بااعصابهم وضبط انفعالاتهم.

3- توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصحة النفسية بين مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في مديرية الرصافة الاولى ولصالح المدرسين(الاناث)..

5-2التوصيات

1- توفير الاجواء البيئية الملائمة للمدرسين من الاجهزة والادوات والساحات في المدرسة والمسابقات الخارجية.

2- اجراء دراسات مشابهة بدراسة ظاهرة الصحة النفسية وعلاقتها بظواهر نفسية أخرى.

3- اجراء دراسات مقارنة في الصحة النفسية بين المدرسين والمدرسات ...

المصادر العربية والاجنبية:

1-عناني, جنان عبد الحميد(2000)"الصحة النفسية"عمان,دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

2- عودة, احمد سلمان(2000)"القياس والتقويم في العملية التدريسية"عمان,المطبعة الوطنية,ط.1

3- عودة, احمد سليمان,والخليلي,يوسف(2004)"الإحصاء للباحث في التربية والعلوم الإنسانية"الأردن,دار الأمل.

4- عودة, محجم, ومرسي كمال(2001)"الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام", الكويت, دار القلم.

5- عوض,عباس محمود(1999)"علم النفس العام"الإسكندرية,دار المعرفة الجامعية.

6- العيد, فقيه(2003)"الصحة النفسية لدى الشباب وعلاقتها بالعنف الإجرامي على عينة من الشباب المنحرف بمؤسسات الوقاية",شبكة المعلومات الدولية(الانترنيت).

7-سهام كاظم نمر ,(2005)" مقياس الصحة النفسية وعلاقتهُ بسمات الشخصية لدى طلبة المرحلة الإعدادية (بناء وتطبيق)",الجامعة المستنصرية

8- داود,عزيز حنا(2000)"الصحة النفسية والتوافق"وزارة التربية,المديرية العامة للإعداد والتدريب,مكتبة المنتصر للطباعة.

9- الدباغ, فخري(1999)"مقدمة في علم النفس "لطلبة كليات طب الموصل ,وزارة التعليم العالي ,جامعة الموصل.

10-وديع ياسين,الطئي (1994)"أصول الطب النفسي"الموصل,جامعة الموصل.

11- الدسوقي,مجدي محمد(1996)"مقياس الرضا عن الحياة" شبكة المعلومات الدولية (الانترنيت).

1- Aronson,E(2004)"Social psychology"medida and research update,by pearson education,inc,new jersey.
2- Bodman,F.M(2009)Child psychiatry in war-time", journal of educational psychology,35,p293-301.
3-Feijo.R((1997)"Mental health screening by self-report questionnaire amony community adolescents in south ern,brazil, "journal adolesc-health",mar,20(3)p232-237

ملحق(1) مقياس الصحة النفسية لمدرسي التربية الرياضية

ت	الفقرات	دائما	أحيانا	نادرا
1	تضايق عندما يكلفني المدير بواجب معين			
2	أتقبل النقد من زملائي وأتعامل مع مصدره بهدوء			
3	اكرر المحاولات دون ملل في درس التربية الرياضية			
4	اشعر بلياقة بدنية عالية			
5	أعطي زميلي (زميلتي) إذا طلب مني حاجة			
6	طلبي الدائم من الادارة بزيادة حصصي التدريسية			
7	أقدم الهدايا الى زملائي(زميلاتي) في مناسباتهم الاجتماعية			
8	يقلقني عدم المساواة بين الطلبة من قبل الادارة			
9	اشعر بالقلق من التلوث البيئي			
10	انظر الى المستقبل بتفاؤل			
11	ارغب في تطوير حياتي			
12	اشعر باليأس عندما افشل في أداء عملي			
13	أرى أن الحياة متجددة			
14	اشعر أن الحياة لا تستحق العيش			
15	اشعر أني لا احصل على ما أتمناه			
16	أرى أن المشكلات التي تواجهني لا حل لها			
17	أومن بالمقولة " لا يوجد إنسان صادق "			
18	أحافظ على سر من يأتمنني			
19	انظر الى المستقبل بتفاؤل			
20	في الحياة أشياء كثيرة تستحق أن أعيش لأجلها			
21	يعجبني إن يكون كل شيء في مكانه			
22	أحب العمل المنظم			

23	أحاول إن ابتعد عن الأخطاء قدر الإمكان قبل الوقوع بها			
24	أؤدي المهام المطلوبة مني بصرف النظر عن تنظيمها أو ترتيبها			
25	اهتم بأي عمل أكلف به			
26	اعتني بحاجتي الشخصية			
27	لي استعداد في اخذ الحذر من المستقبل			
28	احسب كل الاحتمالات قبل الأقدام على تنفيذ أي عمل			
29	أتوقع حدوث مفاجآت في أي لحظة			
30	اقبل التنافس حتى عندما أتوقع الخسارة			
31	أتنازل عن أهدافي الدراسية إذا واجهتني الصعاب			
32	إذا لم افهم موضوعا دراسيا ابذل كل جهدي لفهمه واستيعابه			
33	أتعلم من أخطاء الآخرين واعمل بجد على تجاوزها			
34	أضحي براحتي من اجل تحقيق هدفي الدراسي			
35	استمر بعملي الدراسي حتى وان واجهتني المصاعب فيه			
36	احدد الهدف وأثابر لتحقيقه			
37	ارغب في الوصول الى مستوىالانجاز العالي			
38	أفكر بنوع العمل الذي سأقوم به عندما اكبر			
39	لدي أهداف واضحة اعمل للوصول إليها			
40	اخطط لمستقبل أفضل لي ولأسرتي			
41	أتردد في اتخاذ قراراتي			
42	أضع نهاية قاطعة للمشكلات التي تواجهني بعد دراستها بعمق			
43	أتردد في الاختيار عند الاشتراك في النشاطات الخارجية			
44	استطيع التخلص من الإحراج عندما أواجه بسؤال مفاجئ			
45	استجابتي سريعة للمواقف المفاجئة			
46	ارتبك في مواجهة المواقف الحرجة			
47	استطيع إن اصطنع إجابة مقنعة لموقف مفاجئ			
48	أبادر بالتحدث الى زملائي (زميلاتي)الجدد عندما التقي بهم			
49	أواجه المواقف الصعبة بثقة تامة			
50	أخشى مقابلة الغرباء لوحدي			
51	أتردد في قيادة من هم في عمري			

52	اعتمد على نفسي في انجاز دروسي			
53	أنجز واجباتيالني اكلف بها وحدي			
54	أخاف مواجهة الأخطار التي تصادفني			
55	أقول الحق ولو على نفسي			
56	أتردد في مناقشة المدرس عندما يخطا في حل مسالة ما			
57	امتلك الإرادة القوية في مواجهة مشكلات الحياة			
58	أقرر بحزم إن أصل الى الهدف الدراسي الذي اخطط له			
59	لي القدرة على مواجهة صعوبة المواصلات في الوقت الحاضر			
60	أرضى عن الافعال التي أقوم بها			

Abstract

The teacher has built up a scale to measure a mental health of secondary school students and found out its relation to personality traits by following question: What is the level of the mental health and its relation with personality traits of the secondary school students? The importance of this study lies in the study of the importance of mental health to build up positive personalities provided by self and social adaptability and capable of passing over all difficulties which cause disorder and anxiety. It also aims at helping individuals to play their roles in life in a proper way with a content, happiness and self-satisfaction. Due to the rareness in of mental health researches in Iraqi and its relation with personality traits, the researcher finds it necessary to show interest in this field of science.