التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط لدى طلاب كلية التربية الرياضية

م.د.فاضل كردي الشمري

ملخص البحث

المقدمة وأهمية البحث وهي مدى أهمية التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط وكانت مشكلة البحث من خلال ملاحظة العديد من المواقف التي يمر بها الأشخاص والرياضيين وجد أنهم يتصفون بضعف التوافق النفسي الاجتماعي في مواجهة المواقف الصعبة التي تواجههم في حياتهم لذلك ارتى الباحث بضرورة دراسة التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط

وقد هدف البحث التعرف على العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي ومركز الضبط لدى طلاب كلية التربية الرياضية اما فروض البحث فقد افترض الباحث بوجود علاقة ارتباط معنوية بين التوافق النفسي الاجتماعي ومركز الضبط لدى طلاب كلية التربية الرياضية

أما الدراسات النظرية وهو التوافق النفسي الاجتماعي ونظريات التوافق النفسي ومركز الضبط .

أما منهجية البحث وإجراءاته الميدانية فقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لحل مشكلة البحث وقد استخدم الباحث مقياس التوافق النفسي ومقياس الضبط وقد تم معالجة النتائج بواسطة بعض القوانين الاحصائية من (الوسط الحسابي , الانحراف المعياري) لإيجاد العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي ومركز الضبط , أما عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها فقد ظهرت من خلال النتائج وجود علاقة ارتباط معنوية بين التوافق النفسي الاجتماعي ومركز الضبط , اما الباب الخامس تضمن :- اهم الاستنتاجات والتوصيات فقد اظهرت النتائج بوجود علاقة ارتباط معنوية بين التوافق النفسي الاجتماعي ومركز الضبط , وقد اوصى الباحث مجموعة توصيات :

• تنمية القيم الاجتماعية لدى طلبة الكلية من خلال المناهج والوسائل التعليمية والترفيهية .

• تعزيز القيم الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية الرياضية.

Psychological adjustment and social relationship discipline status with the students of the Faculty of Physical Education

M. D. Fadel Kurdish Shammari

Research Summary

Provided and the importance of research is how important compatibility psychosocial and its relationship to the status of the settings and the research problem by observing a variety of situations experienced by the people and athletes found they are characterized by weak compatibility psychosocial in the face of difficult situations they face in their lives so Arti researcher need to study the psychological adjustment and social relationship Center Settings

The objective of this research is to identify the relationship between psychological adjustment and social setting status with students of the Faculty of Physical Education either hypotheses researcher assumed the existence of a significant correlation between social psychological adjustment and control center with students from the Faculty of Physical Education

The theoretical studies which psychological adjustment and social theories of psychological adjustment and control center.

The research methodology and procedures field has researcher used the descriptive style survey to solve the problem search researcher has used measure of psychological adjustment and scale settings have been processing the results by some statistical laws of (arithmetic mean, standard deviation) to find a relationship between psychological adjustment and social center settings, the display Results and analysis and discussion has emerged through the results correlated significantly between psychological adjustment and social center settings, either Title V included: - the most important conclusions and recommendations, the results show that there is a correlation correlation between psychological adjustment and social center settings, has recommended the researcher set of recommendations:

- the development of social values among college students through the curriculum and learning tools and entertainment.
- promote social values among students of the Faculty of Physical Education.

1- التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

إن تطور التربية الرياضية في اي بلد يعتمد اولاً وأخيراً على التخطيط العلمي الذي يستخدم العلوم والمعارف بوعي كامل لإرساء مقومات البناء الرياضي وتقدمة على اسس قويه وصلبه ،ومن العلوم المهمة

(علم النفس الاجتماعي الرياضي) إذ لهذا العلم جذور عميقة تمتد إلى عصور قديمة كجزء من علم النفس العام لكنه تبلور بشكله الحالي كعلم قائم بذاته ،عندما بدء العاملون في المجال الرياضي الاهتمام بالنواحي الاجتماعية التي اخذت مجالها بجانب النواحي الفلسفية .إن للتربية الرياضية وأنشطتها إمكانات عالية في مجال تربية وتهذب مقومات الشخصية وتنمية بعض السمات الشخصية كالشجاعة والجرأة والثقة بالنفس وروح التعاون وهذه تتضح من خلال تفاعله مع نفسه ومع البيئة التي يعيش فيها لذا لا يمكن للجماعة لاجتماعية اداء مهامها وتحمل مسؤولياتها وتخطيط انشطتها وتنمية ذاتياتها دون وجود علاقات اجتماعية ، ويعد التوافق النفسي والاجتماعي من اهم المجالات التي يتطلب الاهتمام بها نظرا لما يترتب عليه من تلبية حاجات الانسان النفسية والاجتماعية وهو ناتج عن العلاقات المتبادلة بين الفرد والبيئة المادية والاجتماعية المحيط به .

وبالعكس فان الإخفاق في تحقيق التوافق يجعل الفرد في صراعات نفسيه مستمرة تمتص جزء كبيرا من طاقاته فيكون عرضه للتعب العصبي والنفسي لأقل جهد يبذله فيكون نافذ الصبر سريع الغضب مما يؤدي الى تدهور صحته النفسية والى سوء علاقته الاجتماعية مع الآخرين وسوء التوافق هو الفشل او عدم القابليه على ملائمة ما هو نفسي بما هو اجتماعي او عدم قدرته على تخطي عقبات البيئة أو التغلب على صعوبات المواقف او عدم الرغبة في مسايرة المستويات الثقافية او الاجتماعية السائدة . وهنا تكمن أهمية البحث بدراسة التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط لدى طلاب كلية التربية الرياضية .

1-2 مشكلة البحث :

إن التوافق النفسي الاجتماعي يعد من الأمور الهامة في التعامل مع المواقف التي يمر بها الفرد في حياته اليومية وتعزز ثقته بنفسه وتحمله للصعاب بشجاعة والاعتماد على النفس والالتزام بالواجبات المطلوبة منه للقيام بها .
ومن خلال ملاحظة الباحث للعديد من المواقف التي يمر بها الأشخاص وخاصة الطلبة يتصفون بصفة ضعف التوافق النفسي الاجتماعي في مواجهه المواقف الصعبة التي تواجههم في حياتهم .
ومن خلال هذا ارتئى الباحث بضرورة دراسة التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط لدى طلاب كلية التربية الرياضية .

1-3 أهداف البحث :

التعرف على العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي ومركز الضبط لدى طلاب كلية التربية الرياضية

1-4 فروض البحث :

هناك علاقة ارتباط معنوية بين التوافق النفسي الاجتماعي ومركز الضبط لدى طلاب كلية التربية الرياضية

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري :- طلاب كلية التربية الرياضية جامعة الكوفة

1-5-2 المجال الزمني :- المدة من 0 2012/2/1 الى 2012/6/11

1-5-3 المجال المكاني :- قاعات كلية التربية الرياضية جامعة الكوفة

2- الدراسات النظرية والمشابهة :

1-2 الدراسات النظرية :

1-1-2 التوافق النفسي الاجتماعي

التوافق في اللغة يعني الانسجام والمؤازرة ، المشاركة ، والتضامن وهذه كلها تقارب المصطلح الانكليزي

(Conformity) ويعني التآلف و التقارب ، واجتماع الكلمة، فهي نقيض التخالف ، و التنافر ، والتصادم

وهي غير الاتفاق الذي يعني المطابقة التامة <1>.

وفي علم النفس يعد التوافق من المفاهيم المركزية فيه وهو المفهوم الأكثر شيوعاً وتبيناً في فهمه وتفسيره <2>.

وهناك من يرى ان التوافق هو علم النفس بأسره، اذ يشير العالم مونن (Munn) في تعريفه لعلم النفس " انه

العلم الذي يهتم بالعمليات التوافقية العامة للكائن الحي، ويدرسها <3>.

والتوافق في الدراسات النفسية هو تلك العملية المتفاعلة والمستمرة (ديناميكية) يمارسها الفرد الانساني شعورياً او

لا شعورياً، والتي تهدف الى تغيير السلوك ليصبح اكثر توافقاً مع بيئته، ومع متطلبات دوافعه، وبذلك يصبح الفرد

راضياً عن نفسه مشبعاً لدوافعه ، وسعيداً في بيئته سواء كانت البيئة طبيعية في ظروفها المناخية أو الثقافية أو

النفسية أو الاجتماعية أو التربوية أو الصحية أو الصناعية <4>.

1. لطفي، عبد الحميد؛ علم الاجتماع، ط8، مصر ، مطبعة الإسكندرية، (1997).

2. سهى خليل العلي بك ؛ الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعة: (رسالة ماجستير، جامعة الموصل ، كلية التربية (2004))

3. محمود رحيم جاسم الشمري ؛دراسة مقارنة في التحصيل الدراسي والتوافق النفسي والاجتماعي والاتجاه نحو الاختلاط بين طالبات كلية التربية للبنات وطالبات كليات التربية المختلطة: (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد ، كلية التربية/ ابن رشد (1997)).

4. عبد الحميد محمد الهاشمي؛ التوجيه والإرشاد النفسي، ط، جدة، السعودية 1، دار الشروق (1986)

ويشير مورار وكلاكهون (Kiluchho and Muror) الى ان الافراد يميلون الى الاحتفاظ بحالة من الاتزان الداخلي، إلا إن

الصراع صفة ملازمة لكل سلوك، أي ان كل فعل مهما كان مريحاً فإنه يشمل بعض التضحيات او الخسائر فلا يمكن ان تحدث

صورة من صور التوافق (خفض التوتر) ألا ويكون هناك نوع من انعدام التوافق " زيادة التوتر " ولا تتعارض هذه الحقيقة بأي حال من الاحوال مع الافتراض القائل بأن الافراد يميلون الى انتقاء اشكال التوافق التي لا تحمل إلا اقل صراع ممكن أي التي تؤدي الى اقصى تكامل وبعبارة اخرى فان التوافق عبارة عن " محصلة قوى عديدة متصارعة بين الفرد وبيئته ، وإمكانياته والفرص المتاحة له في البيئة ولا يمكن لعالم النفس ان يدرس الانسان ان لم ينظر الى التوافق كونه لحظة توازن بين الجانبين"1>. وهناك من يرى ان مفهوم التوافق يعني القدرة على اقامة علاقات اجتماعية مثمرة وممتعة، تتسم بقدرة الفرد على الحب والعطاء هذا من ناحية، ومن ناحية اخرى هو القدرة على العمل المنتج الفعال الذي يجعل الفرد يرمز الى حالة معينة من النضج يصل اليها <2>. والتوافق هو قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقاً يرضيها جميعاً ارضاءً متزاناً، وهو ايضاً مفهوم يشير الى محصلة لعلاقة جدلية بين الذات بكل خبراتها السابقة وإمكاناتها العقلية النفسية وطموحاتها، والعناصر، والمعطيات الموضوعية كما يدركها الانسان في المواقف المختلفة<3>. ويرى الباحث ان الصحة النفسية هي مدى قابلية الانسان على التوافق النفسي، والتوافق الاجتماعي مع الآخرين، إذ يشعر الفرد بالكفاءة والرضا. اما التوافق هو حالة انسجام بين الفرد وبيئته، فتظهر قدرته على ارضاء اغلب حاجاته، وتصرفه تصرفاً مرضياً ازاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية، كما يضمن قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفاً جديداً أو مشكلة مادية او اجتماعية ،او خلقية، او صراعاً نفسياً، تغييراً ينسجم مع هذه الظروف الجديدة حتى يستطيع من خلال هذا معايشة الحالة والانسجام والتوافق مع الظروف المحيطة به ، وان يكون دائماً مستعداً لها، وكذلك له القدرة على التقاهم والانسجام وإحداث الترابط والتالف مع الآخرين.

1- نجمة بنت عبد الله محمد الزهراني ;النمو النفس -اجتماعي وفق نظرية اريكسون وعلاقته بالتوافق التحصيلي الدراسي لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف :
(رسالة ماجستير، جامعة ام القرى ،كلية التربية (2005)).

2- كامل عبد الحميد; التوافق النفسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة وعلاقته بالتحصيل الدراسي :
(مجلة التربية والعلم، العدد (14) (1994)).

3- نشعة كريم اللامي ; الترتيب الولادي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي والنفسي لدى طلبة المتوسطة:
(مجلة كلية المعلمين، العدد (3)

2-1-2 النظريات التي تفسر التوافق النفسي الاجتماعي

1-2-1-2 نظرية سوليفان Sullivan

يرى (هاري ستاك سوليفان) (1892-1949) ان الشخصية هي نتاج التفاعل مع الاخرين في المواقف المختلفة، فالفرد يدخل في مواقف ذات علاقات متبادلة تسهم في تحديد شخصيته ويظهر فيها تطوره الطبيعي والمرضي من الناحية النفسية⁽¹⁾. ويرى سوليفان انه لا يمكن رؤية الشخص بمعزل عن المواقف الشخصية المتبادلة ويرى بان تنظيم الشخصية يتكون من الوقائع المتبادلة بين الأشخاص، وليس من الوقائع الشخصية الداخلية، والشخصية لا يمكن ان تعرف إلا من خلال سلوك الفرد في علاقاته مع الاخرين. ويعد سوليفان الشخصية مركزا ديناميكيا لعمليات عديدة تحدث في سلسلة من المجالات الشخصية المتبادلة ويرى بأن هذه العمليات الديناميكية هي، نظام الذات، والتشخيصات. اما المبادئ والافتراضات التي قامت عليها نظرية سوليفان فهي: العلاقات الشخصية المتبادلة، نظام التوتر وتحولات الطاقة⁽²⁾. ويضع سوليفان سبع مراحل لنمو الشخصية هي: مرحلة الرضاعة، مرحلة الطفولة، مرحلة الصبا، مرحلة ما قبل المراهقة، مرحلة المراهقة المبكرة، مرحلة المراهقة المتأخرة وفي هذه المرحلة يقوم الفرد بتنمية العلاقات الاجتماعية المتبادلة، وتقويتها أي يسعى للتوافق النفسي والاجتماعي اما المرحلة الاخيرة فهي مرحلة البلوغ وهنا تتضح العلاقات الشخصية المتبادلة مع الاشخاص الاخرين⁽³⁾. ويرى الباحث إن عملية التوافق لدى الفرد في هذه النظرية هي درجة نجاح الفرد في اقامة علاقات جيدة مع الاخرين اثناء محاولات الفرد في تحقيق الاشباع لحاجاته الاولى وحاجات الأمن .

1. الموسوي، حسن علي فاضل؛ الحاجات النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة: (رسالة ماجستير، الجامعة المستنصرية، كلية الاداب. (1999))

2. سعيد حسني وعبد الهادي، جودت عزت؛ نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ط1(عمان، مكتبة دارا لثقافة (1999)) 3. شلتز، دوان؛ نظريات الشخصية، ترجمة:- احمد دلي الكربولي وعبد الرحمن القيسي، بغداد، مطبعة جامعة بغداد (1983) .

3. حسن علي فاضل الموسوي؛ الحاجات النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة: (رسالة ماجستير، الجامعة المستنصرية، كلية الاداب (1999)).

1-2-3 النظريات التي تفسر مركز الضبط

1-3-1-2 نظرية التعلم الاجتماعي Social Learning Theory

يرى أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي باندورا (Bandura) وولترز ان بناء شخصية الفرد تتكون من التوقعات والأهداف والمطامح وفعاليات الذات , حيث تعمل هذه الابنية بشكل تفاعلي عن طريق التعلم بالملاحظة والذي يتم في ضوء مفاهيم المنبه والاستجابة والتدعيم لذلك فان سلوك الفرد يرتبط بتاريخ التدعيم لبعض المواقف ,وبناء على ذلك فقد ينجح بعض الافراد في اداء بعض المهمات في المواقف الحياتية ومن ثم تتكون لديهم توقعات ايجابية للنجاح في المستقبل ازاء هذه المواقف وكثيرا ما يغلب عليهم التفاؤل في حين قد يفشل بعض الافراد في اداء بعض المهمات ومن ثم تتكون لديهم توقعات سلبية تجاه هذه الامور والمواقف وكثيرا ما يغلب عليهم التشاؤم , وبهذا يختلف الافراد في توقعاتهم للنجاح والفشل ازاء الاحداث المستقبلية <1>. ويرى باندورا ان قدرة الشخص على التحكم بسلوكه يعد حجر الاساس , اذ يشعر الفرد بأنه قادر على مواجهة الصعاب والتحديات وتادية السلوك المطلوب وهي تعد احدى العوامل المهمة التي تؤثر في السلوك كما انها تحتل مكانة مهمة في تعديل السلوك المعرفي لاسيما الاكتئاب والتشاؤم <2>.

وهكذا نظرية التعلم الاجتماعي (Social Learning Theory) تؤكد على ان سلوك الفرد يحدد من خلال الاعتقاد أكثر من المعطيات الواقعية أي أننا نتصرف ليس طبقا للواقع ولكن طبقا لإدراكنا لهذا الواقع . فالإنسان لا يستجيب للمثيرات البيئية فحسب ولكنه يتفاعل معها ويكون مفاهيم حولها تؤثر في سلوكه , فالتغيير وحل المشكلات يبدأ من إدراكها وتفسيرها وليس من تغيير هذه الظروف البيئية نفسها بطريقة مباشرة , لأنه لا ينزعج من الأشياء التي تحدث له بحد ذاتها وإنما من تفسيره لتلك الأشياء <3>

1. جمال الخطيب : تعديل السلوك الانساني , طبعة الثالثة: (عمان, مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع) , 1995.

2- Fibel , B & Hale ,A Generalized expectancy for success scale . Journal of Consulting and Clinical psychology, (1978).

3. ربيع , محمد شحاته , قياس الشخصية , (الاسكندرية , دار المعرفة الجامعية), (1994).

2-2 الدراسات المشابهة

2-2-1 دراسة عبد الله محمد قاسم 2004 <1> (مصدر الضبط وعلاقته بكل من التفاؤل والتشاؤم)

هدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين مصدر الضبط والتفاؤل والتشاؤم , ومن اهداف الدراسة ايضا التعرف على الفروق بين الجنسين في التفاؤل والتشاؤم ومصدر الضبط. تألفت عينة الدراسة من (230) طالبا وطالبة من المدارس الابتدائية السورية بواقع (115) طالبا و(115) طالبة تتراوح اعمارهم ما بين (6-11) سنة . اشتملت ادوات الدراسة على مقياس مصدر الضبط , والقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من اعداد احمد عبد الخالق (1996) أشارت نتائج الدراسة الى وجود ارتباط موجب ودال احصائيا بين مصدر الضبط الداخلي والتفاؤل وبين التشاؤم ومصدر الضبط الخارجي. وأشارت نتائج الدراسة ايضا الى انه لا توجد فروق جوهرية بين لذكور والإناث في التفاؤل والتشاؤم ومصدر الضبط .

1- محمد قاسم عبد الله , : مصدر الضبط وعلاقته بكل من التفاؤل والتشاؤم , (مجلة الطفل العربي , مصر , العدد(21)), (2004) .

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :-

3-1 منهج البحث :

ان طبيعة المشكلة المدروسة هي التي تحدد طبيعة البرنامج المستخدم وان اختيار المنهج الملائم لبحث المشكلة يعد من الخطوات التي يترتب عليها نجاح البحث وعلى هذا الأساس استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمة طبيعة المشكلة المراد حلها .

2-3 مجتمع وعينة البحث :

تم تحديد مجتمع البحث وهم جميع طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية للعام الدراسي

2011- 2012 و يبلغ عددهم (90) وهم يمثلون نسبة 95% من مجتمع البحث وقد تم استبعاد (10) طلاب من مجتمع البحث بسبب إجراء التجربة الاستطلاعية عليهم .

3-3 أدوات البحث :

- المصادر والمراجع العربية

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي* : للباحثة ابتسام محمد محمود ويتكون من (58) فقرة و(5) بدائل للإجابة وان مفتاح التصحيح للمقياس هي من (1- 5) لل فقرات الايجابية ومن (5- 1) لل فقرات السلبية وان اعلى درجة هي (290) .

مقياس موقع الضبط** : للباحثة ذكريات عبد الواحد محمد علما ان المقياس يتكون من (42) فقرة و(6) بدلائل اجابة وان مفتاح التصحيح لل فقرات السلبية هي من 1 - 6 , وال فقرات السلبية من 6 - 1 , وان اعلى درجة هي (252) .

- حاسبة الكترونية

*انظر ملحق <1>

**انظر ملحق <2>

3-4 التجربة الاستطلاعية :-

جدول (1)

يبين الاوساط الحسابيه والانحرافات المعياريه لمقياس التوافق الاجتماعي ومركز الضبط

الدلالة	قيمة(ر) الجدولية	قيمة(ر) المحسوبة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المعالم الاحصائية
			27,9	175,75	المتغيرات التوافق النفسي الاجتماعي
معنوي	0,21	0,77	35,09	135,05	مركز الضبط

من خلال الجدول (1) ان قيمة (ر) المحسوبة والبالغة (0,77) اكبر من قيمتها الجدولية والبالغة (0,21) تحت مستوى دلالة (0,05) مما يدل ان هناك علاقة ارتباط بين التوافق النفسي الاجتماعي ومركز الضبط لدى عينة البحث .

4-2 مناقشة النتائج

من خلال ما تم عرضه في الجدول (1) والذي دل على ان هناك علاقة ارتباط معنوية بين التوافق النفسي الاجتماعي ومركز الضبط لدى عينة البحث لان مركز الضبط يلعب دور اساس في سلوك الانسان اتجاه الاخرين من خلال التحكم بالتوافقات معهم وبناء علاقات اجتماعية جيدة والتفاعل مع البيئة على اساس ادراك الفرد للعلاقة مع الاخرين على انها سلوك متكامل والتأثير المتبادل من خلال الاندماج في التركيبات الاجتماعية والاتصال بين افراد الجماعة حيث ان الانتماء الاجتماعي بين الافراد هو احد العناصر النابعة من المشاعر الداخلية للإنسان والتي تنتج عن مركز الضبط للسلوكيات المختلفة على ان العلاقات بين طلبة كلية التربية الرياضية هي علاقات اجتماعية مبنية على اساس فهم الاخر والاندماج معه داخل الكلية او خارجها بعلاقات اجتماعية مستقبلية قد تتخذ خطوات جادة وتتحسن باستمرار من خلال التوافقات الاجتماعية .

5 - الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

من خلال النتائج توصل الباحث الى ان هناك علاقة ارتباط معنوية بين التوافق النفسي الاجتماعي ومركز الضبط .

1- درجة التوافق النفسي الاجتماعي تتأثر بمقدار العلاقات الاجتماعية بين الطلبة

2- إن لمركز الضبط دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي

2-5 التوصيات

في ضوء النتائج التي توصل اليها البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي

1- تنمية القيم الاجتماعية لدى طلبة الكلية من خلال المناهج والوسائل التعليمية والترفيهية

2- تعزيز القيم الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية الرياضية

3- زيادة النشاطات الاجتماعية في الكلية لتقوية اواصر العلاقات الاجتماعية بين الطلبة

المصادر

- ابتسام محمود محمد : المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي , أطروحة دكتوراه , جامعة بغداد , كلية التربية ابن الهيثم , 2005 .
- حسن علي فاضل الموسوي ; الحاجات النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة: (رسالة ماجستير , الجامعة المستنصرية , كلية الآداب. (1999))
- ذكريات عبد الواحد محمد : التناؤل والتشاؤم وعلاقته بمفهوم الذات وموقع الضبط لدى طلبة الجامعة , رسالة ماجستير , جامعة بغداد , كلية التربية ابن الهيثم , 2000 .
- سعيد حسني وعبد الهادي , جودت عزت : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي , ط1(عمان , مكتبة دار الثقافة (1999))
- سهى خليل العلي بك : الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعة: (رسالة ماجستير , جامعة الموصل , كلية التربية (2004))
- عبد الحميد محمد الهاشمي ; التوجيه والإرشاد النفسي , ط , جدة , السعودية 1, دار الشروق (1986).
- قيس ناجي ,شامل كامل, مبادئ الإحصاء في التربية الرياضية, (جامعة بغداد , مطبعة التعليم العالي, (1988)) ص (95)
- قيس ناجي وبسطويسي احمد , الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي , (بغداد , مطبعة التعليم العالي , (1983)) ص(247).
- كامل عبد الحميد; التوافق النفسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة وعلاقته بالتحصيل الدراسي: (مجلة التربية والعلم, العدد(14) (1994)).
- لطفي, عبد الحميد; علم الاجتماع, ط8, . مصر , مطبعة الإسكندرية, (1997).
- محمد قاسم عبد الله; مصدر الضبط وعلاقته بكل من التناؤل والتشاؤم, (مجلة الطفل العربي , مصر, العدد(21)), (2004)
- محمود رحيم جاسم الشمري; دراسة مقارنة في التحصيل الدراسي والتوافق النفسي والاجتماعي والاتجاه نحو الاختلاط بين طالبات كلية التربية للبنات وطالبات كليات التربية المختلطة: (أطروحة دكتوراه, جامعة بغداد , كلية التربية/ ابن رشد (1997)).
- نجمة بنت عبد الله محمد الزهراني ;النمو النفس - اجتماعي وفق نظرية اريكسون وعلاقته بالتوافق ألتحصيلي .
- نشعة كريم اللامي ; الترتيب الولادي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي والنفسي لدى طلبة المتوسطة: (مجلة كلية المعلمين , العدد(31)(2001)).
- Fible , B & Hale, A Generalized expectancy for success scale . Journa of Consulting and Clinical psychology ,(1978).

بسم الله الرحمن الرحيم

مقياس موقع الضبط

جامعة الكوفة

كلية التربية الرياضية

م/ استبانة الخبراء والمختصين

حضرة الاستاذ المحترم

تحية طيبة وبعد

يروم الباحث اجراء دراسة تهدف الى (التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط لدى طلاب كلية التربية الرياضية) ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال علم النفس الرياضي والاختبارات لذا نرجو من سيادتكم بيان مدى صلاحية المقياس لعينة البحث .

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للمسيرة العلمية والله الموفق .

الباحث

جامعة بغداد

كلية التربية ابن الهيثم

استبيان مقياس موقع الضبط

تعليمات الإجابة على مقياس موقع الضبط

عزيزتي الطالبة....

عزيزي الطالب...

تروم الباحثة بإجراء بحث حول بعض ما يشعر به طلبة الجامعة او يعانون منه , تود الباحثة معاونتكم في الإجابة عن فقرات المقياس المرفق طيا بكل دقة وصراحة وذلك بوضع علامة () بخط واضح تحت البديل الذي ينطبق عليك .

- يرجى الإجابة عن جميع الاسئلة ولا تترك أي سؤال من غير اجابة .
- علما الإجابة سرية ولا يطلع عليها سوى الباحثة ولأغراض البحث العلمي دون ذكر اسم واليك مثال يوضح ذلك ..

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	اميل للموافقة	اميل للرفض	الرفض	ارفض بشدة
3	لا تؤدي الصدفة او الحظ دورا مهما في حياتي						

مع جزيل الشكر والامتنان

الباحثة

ذكريات عبد الواحد محمد

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	اميل للموافقة	اميل للرفض	ارفض	ارفض بشدة
1	فكرة ان المدرسين غير منصفين مع الطلبة هي فكرة خاطئة						

						ان ما قدر له ان يحدث سيحدث ولا شان للفرد من منعه مهما بذل من جهود	2
						لا اعتقد ان الانسان يستطيع ان يكون سيد مصيره	3
						يبدو في كثيرا من الاحيان ان الدرجات التي يحصل عليها الطلبة تعتمد كثيرا على اهواء المدرسين اكثر من اعتمادها على قدرات الطلبة	4
						لا يمكنني تحديد مستقبلي لان معرفة ما سيواجهني في مسيرتي شئ مستحيل	5
						العمل والنجاح في معظم الاحيان دليل على امتلاك صاحب العمل قدرات متميزة وليس للحظ دخل في ذلك النجاح	6
						لا يقف الحظ حائلا امام ما اتخذه من قرار في عملي	7
						نجاح الطلبة المستمر في الامتحانات يعود الى اساليبهم الجيدة في الدراسة	8
						يتحدد قدر الفرد ومصيره في اللحظة التي يولد فيها لذلك فان اجتهاده لا يؤثر في تقدمه	9
						يتحدد قدر الفرد ومصيره في اللحظة التي يولد فيها لذلك فان اجتهاده لا يؤثر في تقدمه .	10
						في كثير من الاحيان اشعر اني لا املك السيطرة الكافية على مجرى حياتي	11
						لا اؤمن بالقدر بقدر ايماني بقابلياتي وجهودي	12
						حصول الطالب على معدل عال يؤهله للدخول في الجامعات يعتمد على الحظ اكثر من اعتماده على الدراسة	13
						للحظ والصدفة تأثير قليل أو لا يحسب له حساب على النجاح او الفشل في العمل الذي اقوم به	14
						قدر الفرد والجهد الذي يبذله يقودانه الى ما يريد ان يصل اليه	15
						يبدو ان النجاح في التعامل مع الناس يرتبط بأهوائهم ومشاعرهم أكثر مما يعتمد يرتبط بكيفية تعامل الفرد معهم	16
						كثيرا ما حالفني الحظ في الاعمال التي اتفوق بها	17

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	اميل للموافقة	اميل للفرض	ارفض بشدة	ارفض
18	كثيرا ما تحدث بعض العوائق غير المتوقعة من قدرات الفرد						

					هنالك علاقة قوية ومباشرة بين الجهد الذي يبذله الطلبة في الدراسة وبين الدرجات التي يحصلون عليها في الامتحانات	19
					اذا قدر لمشكلة ان تحدث فذلك بسبب عدم بذل الافرد جهودا لمنعها	20
					يستطيع الأفراد أن يضبطوا ويتحكموا باندفاعاتهم المتهورة	21
					في معظم الاحيان لي ان مستقبلي غير واضح وغير محدد	22
					اشعر انني لا املك تأثير على الطريقة التي يتصرف بها الاخرون	23
					يؤدي الحظ العاثر الى الرسوب في الامتحان حتى لو كانت الدراسة التي يتبعها الطلبة جيدة ومنظمة	24
					ان ما يصيب الفرد من محن هي في الغلب نتيجة الكسل والجهل وضعف القدرة ولا دخل للحظ فيها	25
					في حالة استعداد الطلبة للامتحان استعدادا جيدا فانه لا يوجد امتحان منصف	26
					ان ما سيحدث للفرد في المستقبل يعود لما يخطط له اليوم	27
					من الصعب على الفرد ان يكون له دور مؤثر وفاعل على بعض المواقف في الحياة	28
					الحظ الجيد هو الذي يقود الطلبة للتركيز قبل الامتحان على المادة التي ستتكون منها اسئلة الامتحان	29
					ان التخطيط والتفكير يقودان الى قرارات ناجحة مهما كانت ضغوط البيئة وتوقعياتها	30
					الكثير من الخبرات السارة في حياة الافراد هي بسبب حظهم الجيد	31
					سيحصل الناس على ما يريدون من المستقبل نتيجة جهودهم المتواصلة	32

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	اميل للموافقة	اميل للفرض	ارفض بشدة	ارفض
33	ان قول نحن مسيرون وغير مخيرون صحيح وواقعي						
34	لا يمكن ان يصل الفرد الى ما يبغيه اذا لم يكن محظوظا						

					نجاح او رسوب الطلبة يعتمد على قابلياتهم اكثر ما يعتمد على احداث عارضة	35
					الضمان الوحيد لمستقبل الفرد مرهون بما يبذله من جهود وليس للأمور غير المتوقعة دخل كبير في ذلك	36
					يقوم الافراد احيانا رغما عن ارادتهم بأفعال لا يريدون القيام لها	37
					اشعر في كثير من الاحيان انني لا املك تأثيرا على سير الاحداث المحيطة بي	38
					القيام بأفعال خاطئة هي نتيجة سوء الحظ	39
					ليس لسعي الفرد تأثيرا كبير في الحصول على عمل مناسب وإنما الأمر مرهون بالظروف الزمانية والمكانية الملائمة	40
					تعقيدات الحياة لا تؤثر على قدرة الفرد وكفاءته في كسب الاصدقاء	41
					ليس الحكمة ان تخطط للمستقبل لان الظروف والحظ يتدخلان في تقرير مجرى الاحداث	42
					اجد صعوبة في معرفة مشاعر الآخرين الحقيقية نحوي	43
					ان ما يحدث لي هو سبب انفعالي	44
					الصدفة والحظ السيئ يعرقلان ما اريد ان اصل اليه	45
					افضل الطرق في معالجة المشاكل هي تركها للزمن وعدم التفكير فيها	46
					اشعر انني اسيطر سيطرة تامة على نتائج الاعمال التي اقوم بها	47
					اذا رأيت فردا ناجحا في عمله فان ذلك لا يعني انه قد وصل الى ذلك بجهد وقدراته	48

بسم الله الرحمن الرحيم

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي

جامعة الكوفة

كلية التربية الرياضية

م/ استبانة الخبراء والمختصين

حضرة الاستاذ المحترم

تحية طيبة وبعد

يروم الباحث اجراء دراسة تهدف الى (التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط لدى طلاب كلية التربية الرياضية) , ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال علم النفس الرياضي والاختبارات لذا نرجو من سيادتكم بيان مدى صلاحية المقياس لعينة البحث .

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للمسيرة العلمية والله الموفق .

الباحث

جامعة بغداد

كلية التربية ابن الهيثم

استبيان مقياس التوافق النفسي

تعليمات الإجابة على مقياس التوافق النفسي والاجتماعي

عزيزي الطالب.....

عزيزتي الطالبة.....

كل منا له أفكار ومشاعر وأراء خاصة يتفرد بها عن الآخرين ، وهذه الأفكار والمشاعر والآراء قد لا تتشابه مع ما يعتقد به الآخرون أو ما يتصرفون به ، وسنطرح عليك بعض الأسئلة التي لا يوجد فيها ما يعد إجابة صحيحة أو خاطئة ، إذ أن الإجابة الصحيحة هي الإجابة التي تتفق مع رأيك ، لذا ارجو ان تضع إشارة () في الحيز الذي تراه مناسباً لرأيك على ورقة الإجابة المرفقة مع استمارة الفقرات.

- يرجى الإجابة عن جميع الاسئلة ولا تترك أي سؤال من غير اجابة .
- علما الإجابة سرية ولا يطلع عليها سوى الباحثة ولأغراض البحث العلمي دون ذكر اسم

مع الشكر والتقدير ..

الباحثة

ابتسام محمود محمد

ت	الفقرات	كثيرا جدا	كثيرا	قليلا	نادرا ما	لا
1	أكون متماسكا وهادئا في المواقف المحرجة .					

					اشعر أنني راض عن قدراتي .	2
					اشعر بالخجل عند الحديث مع الآخرين .	3
					اشعر بأنني مستقر اسريا .	4
					أجد النظام الجامعي صارما أكثر مما يجب .	5
					أشارك الناس أفراحهم وإحزانهم .	6
					اشعر بالراحة أثناء وجودي مع الآخرين .	7
					احترم دوري في الحياة .	8
					علاقتي بالجنس الآخر يسودها الاحترام .	9
					استمتع بالحديث مع أفراد أسرتي .	10
					يقدر أساتذتي نكائي .	11
					علاقاتي الاجتماعية بجيران متوترة .	12
					أعاني من الشعور بالذنب .	13
					أتوقع الفشل في اغلب الأعمال التي أنجزها .	14
					اعتقد أنني غير مرغوب فيه من الجنس الآخر .	15
					أتمنى إسعاد أفراد أسرتي .	16
					افتخر بانتمائي إلى كليتي .	17
					أحب البقاء مع الآخرين أطول وقت ممكن .	18
					تراودني المخاوف .	19

ت	الفقرات	كثيرا جدا	كثيرا	قليلا	نادرا ما	لا
20	أهدافي تفوق حدود قدراتي .					

					21	تربطني الصداقة الأخوية بزملائي من الجنس الآخر .
					22	اشعر بان أفراد أسرتي يحترموني .
					23	اشعر بالرضا عن تخصصي الدراسي .
					24	افتخر بانتمائي إلى مجتمعي .
					25	يتغير مزاجي بسرعة بين الفرح والحزن .
					26	اشعر بأنني افهم نفسي .
					27	اعتز بزملائي كلهم من الجنس الآخر .
					28	أجد صعوبة في تأدية التزاماتي الأسرية .
					29	أثق بقدرتي على تحقيق نتائج جيدة في الكلية .
					30	اشعر بالحرج إذا ما بدأت الحديث مع جماعة من الناس .
					31	أعاني من الشرود الذهني .
					32	أتمكن من اتخاذ القرارات المهمة في حياتي .
					33	أبادر إلى مصارحة أية زميلة بمشاعري من دون إحراج .
					34	أعاني من المشكلات السارية .
					35	أود ترك الدراسة في الجامعة .
					36	استعيد هدوئي بعد زوال سبب الاستتارة .
					37	اعتقد أنني سوف أحقق أحلامي في المستقبل .
					38	اشعر إنني محظوظ مع الجنس الآخر .

ت	الفقرات	كثيرا جدا	كثيرا	قليلا	نادرا ما	لا
39	ينتابني شعور باليأس من أسرتي .					

					40	أتمنى أن لا تفوتني أية محاضرة طيلة العام الدراسي .
					41	أفضل الانعزال عن الزملاء والزميلات في الكلية .
					42	اغضب بسرعة لأهون الأسباب .
					43	أتوقع لنفسي مستقبلا باهرا .
					45	ارغب في مساعدة الجنس الآخر .
					46	افتخر بانتمائي إلى أسرتي .
					47	ارتاح إلى غياب التدريسيين عن المحاضرات .
					48	اشعر بالسعادة والرضا لان علاقتي بمن حولي مستقرة .
					49	أتجنب الأشياء غير السارة بالتهرب منها .
					50	لا ارغب بالتعامل مع الجنس الآخر .
					51	تتصف علاقتي بإفراد أسرتي بأنها سيئة .
					52	أشارك مع زملائي في نشاطات الكلية .
					53	اشعر بتعاطف الآخرين معي وحبهم لي .
					54	استغرق في أحلام اليقظة أثناء المحاضرات .
					55	أسعى إلى تحقيق أهدافي في الحياة .
					56	تسود الثقة والاحترام علاقتي بالجنس الآخر .
					57	اعتذر لأفراد أسرتي عندما اخطيء في حقهم .
					58	يهمني التحصيل العلمي أكثر مما يهمني الحصول على الدرجات العالية.