

الانشطة المدرسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الاعدادية بمركز محافظة بابل

استلام البحث: ٢٠٢٤/٦/٢

قبول البحث: ٢٠٢٤/٧/١٠

معاذ صالح جواد عليوي السالم
المديرية العامة لتربية بابل
maathalsalm@gmail.com

ملخص البحث

تعدد الانشطة المدرسية ادى الى اتساع قاعدة ممارسيها واتساع قاعدتها الجماهيرية فهناك من يهتم بممارسة او متابعة نوع من انواع الانشطة وهناك من يهتم بكيفية او طريقة اداء هذا النوع او ذلك. ويبقى الشباب الاكثر اهتماماً بالأنشطة الرياضية باعتبارها احد العوامل التي تساعد على ازالة التوتر وتساعد ايضاً ازالة العديد من الفوارق الاجتماعية والاقتصادية .

وبما ان المدرسة تعد عنصراً فعالاً في تطوير المجتمع وامداده بما يحتاجه من كوادر وقيادات واعية تمتلك القدرة على ادارة دقة الصراع من التغير السريع بالشكل الذي يخدم المجتمع ويحافظ على هوية الثقافة الخاصة بذلك المجتمع تبرز الحاجة الى دراسة العديد من العوامل المكونة لتلك الثقافة ومن ابرزها الاتجاه نحو ممارسة الانشطة الرياضية المدرسية وعلاقة هذه الانشطة بتوافق الافراد نفسياً .

فقد استهدفت الدراسة الحالية ما ياتي : التعرف عن التوافق النفسي لدى طلاب المدارس الاعدادية بمركز محافظة بابل . - الكشف عن طبيعة العلاقة بين الأنشطة المدرسية والتوافق النفسي لدى طلاب المدارس الاعدادية. وتحقيقاً لاهداف البحث فقد قام الباحث باعداد مقياس الانشطة المدرسية والاستعانة بمقياس التوافق النفسي المعد من قبل (التكريتي، ١٩٨٩) .

وتكونت عينة البحث من (٣٠٠) طالب من المدارس الاعدادية بمركز محافظة بابل وتكون مقياس الانشطة المدرسية بصورته النهائية مكوناً من (٤٢) فقرة ، وقد تم حساب ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار فبلغ (٠,٨٢) ويعد معامل ثبات جيد .

اما بالنسبة للمتغير الثاني وهو (التوافق النفسي) فقد استعان الباحث بمقياس (التكريتي، ١٩٨٩) حيث تم عرضه على مجموعة من المحكمين للتحقق من الصدق الظاهري له وكذلك استخراج الثبات له بطريقة اعادة الاختبار حيث بلغ معامل الثبات (٠,٨٣) وهو معامل ثبات جيد .

وبعد استخراج الصدق والثبات لمقياس التوافق النفسي قام الباحث بتطبيق المقياسين على عينة البحث والبالغة (٣٠٠) طالباً وبعد جمع الاستمارات ومعالجة البيانات احصائياً توصل الباحث للنتائج التالية :-

- ١- ان طلاب المدارس الاعدادية يمارسون الانشطة الرياضية المدرسية .
- ٢- ان طلاب المدارس الاعدادية يتصفون بمستوى جيد من التوافق النفسي .
- ٣- هناك علاقة ايجابية بين الاتجاهات نحو الانشطة الرياضية والتوافق النفسي .

الكلمات المفتاحية: (الانشطة المدرسية ، التوافق النفسي)

School activities and their relationship to psychological adjustment among middle school students in the Babylon Governorate Center

Maadh Saleh Jawad AL-Salim

Babylon Education Directorate

Abstract

The multiplicity of school activities has led to the expansion of the base of its practitioners and the expansion of its popular base. There are those who are interested in practicing or following one type of activity, and there are those who are interested in how or how this or that type is performed.

Young people remain the most interested in sporting activities as it is one of the factors that help relieve stress and also help eliminate many social and economic disparities.

Since the school is an effective element in developing society and providing it with the cadres and conscious leaders it needs, possessing the ability to manage the precision of conflict due to rapid change in a way that serves society and preserves the identity of that society's culture, the need arises to study many of the factors that make up that culture, the most prominent of which is the

trend toward... Practicing school sports activities and the relationship of these activities to the psychological compatibility of individuals.

The current study aimed at the following: identifying psychological adjustment among middle school students in the center of Babylon Governorate. -Discovering the nature of the relationship between school activities and psychological adjustment among middle school students.

To achieve the objectives of the research, the researcher prepared a measure of school activities and used the psychological adjustment measure prepared by (Al-Tikriti,) ١٩٨٩

The research sample consisted of ٣٠٠ students from middle schools in the center of Babylon Governorate, and the school activities scale in its final form consisted of ٤٢ items. The reliability of the scale was calculated by re-testing and reached ٠,٨٢ which is considered a good reliability coefficient.

As for the second variable, which is (psychological compatibility), the researcher used the scale (Al-Takriti, ١٩٨٩) which was presented to a group of arbitrators to verify its apparent validity, as well as extract its reliability by re-testing, where the reliability coefficient reached ٠,٨٣ which is a good reliability coefficient

After extracting the validity and reliability of the psychological adjustment scale, the researcher applied the two scales to the research sample of ٣٠٠ students, and after collecting the questionnaires and processing the data statistically.

Keywords: (school activities, psychological adjustment).

١ - المقدمة.

ان التخطيط التعليمي والاجتماعي يوجب دراسة الخصائص النفسية لافراد المجتمع وجماعاته (بما في ذلك الطلاب ومن بين اهم هذه الخصائص الواجب دراستها هي التوافق النفسي وذلك لان الدراسة العلمية تعد من اهم الضمانات التي يعتمد عليها في سلامة وضع برنامج التطوير في مختلف المجالات). (٨ : ٢٥)

ويرجع سبب الاهتمام بالتوافق النفسي وبصورة خاصة التوافق النفسي لدى الطلاب المرحلة الاعدادية لما لها من اهمية كبيرة في توجيه السلوك الانساني فهي تقوم بدور اساس في توجيه السلوك الاجتماعي للفرد في كثير من مواقف الحياة. (١٢ : ٤) ويعد النشاط الرياضي ضرورة ملحة لانسان العصر الحديث عصر التكنولوجيا عصر النشاط ، كما انه ضروري لكل فرد من كلا الجنسين وفي جميع مراحل العمر لانه وسيلة للمحافظة على الصحة العامة في حالة جيدة والطريقة المثلى في تنشيط العمليات الحيوية التي تقوم بها اجهزة الجسم .

لقد اشارت الكثير من الدراسات الى ان النشاط الرياضي المناسب يرفع من مستوى الاجهزة الحيوية كالقلب والرئتين وكما انه يقوي الجسم والعقل فالأفراد الذين يمارسون الانشطة الرياضية اثناء الدراسة يكونون اكثر يقظة وانتاجاً واكثر قدرة على السهر لساعات اطول ، وعندما ينامون فانهم ينامون فترات اقل ويستيقظون بعدها وكلهم نشاط لذلك فهم مؤهلون لان يكون تحصيلهم العلمي افضل من غير الممارسين كما انهم اقل عرضة للتوتر والقلق الذي يسبق الامتحانات (٢ : ٥٨٢).

وتمثل الرياضة طريقاً واضحاً لممارستها حيث يتنافس فيها ويندفع اليها الرجال والنساء الاطفال والشيوخ الاصحاء والمعاقون لما لها من اثار ايجابية تعود بالنفع لمزاويلها .

فالرياضة مطلب حضاري للجميع تعبر عن المجتمع المتطور وهي اداة فاعلة في توجيه الفرد للتوجيه الصحيح كونها اداة حقيقية لتربيته بدنياً وصحياً وذهنياً من خلال تطوير قدراته وامكاناته الجسمية والفكرية (١ : ٥) .

وتؤثر الانشطة الترويحية المختلفة ومنها الانشطة الرياضية المدرسية تأثيراً واضحاً في سلوك طلاب المدارس الى جانب اكتسابهم لبعض السمات الانسانية والشخصية كالثبات الانفعالي وإقامة العلاقات الاجتماعية الطيبة وتحمل المسؤولية والتوافق الشخصي

ان هذه الافعال البدنية وجميع الأنشطة الأخرى هي جزء اساس من العملية التربوية حيث ان العلاقة بين التربية الرياضية والتربية العامة هي علاقة حميمة ترمي الى نمو الفرد اجتماعياً ونفسياً وعقلياً بالإضافة الى النمو البدني عن طريق الفعاليات الرياضية المختلفة .

وتكمن اهمية البحث في دراسة ممارسة الانشطة المدرسية وعلاقتها في التوافق النفسي لطلاب المرحلة الاعدادية في محافظة بابل من خلال الاستبيان الذي سيقوم بأعداده الباحث على عينة البحث من طلاب المدارس الاعدادية في مركز محافظة بابل والوقوف على جوانب القوة وتطویرها وجوانب الضعف وتقديم التوصيات اللازمة بصورة علمية وايجاد الطرق الكفيلة لحلها خدمة للبلد العزيز يصور عامة ومحافظة بابل بصورة خاصة. وتعتبر بيوكر (Bucker. T) بانها : هي مجموعة من الانشطة

التي تهدف الى بناء الفرد من الناحيتين البدنية والنفسية واكسابه القدرة على اداء الممارسات الرياضية وتتضمن مجموعة اهداف مثل القدرة على التكيف وتنمية النواحي اللياقة واغراض ثقافية وترويجية ووقائية واصلاحية وتعد احد البرامج التربوية الفعالة (١ : ٨٧).

ثالثاً :- التوافق النفسي

عرفه شاذلي (٢٠٠١) بأنه :- " محاولات الفرد لتحقيق توافقه اما على المستوى الشخصي او على المستوى الاجتماعي كما يشير الى وجود علاقات منسجمة مع البيئة تتضمن القدرة على اشباع معظم حاجات الفرد وتلبية معظم مطالبه البيولوجية والاجتماعية ". (١١ : ٥٥)

٢- الغرض من الدراسة :

- ١- التعرف على التوافق النفسي لدى طلاب المدارس الاعدادية بمركز محافظة بابل.
 - ٢- التعرف على نوع وطبيعة العلاقة بين ممارسة الانشطة الرياضية المدرسية والتوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الاعدادية بمركز محافظة بابل.
 - ٣- التعرف على مستوى ممارسة الانشطة المدرسية لطلاب المدارس الاعدادية بمركز محافظة بابل.
- ### ٣- منهج البحث واجراءاته الميدانية :
- #### ٣-١ منهج البحث :
- استخدم الباحث المنهج الوصفي والعلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة البحث .

٣-٢ مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلاب السادس الاعدادي في المدارس الاعدادية بمركز محافظة بابل للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) والبالغ عددهم (١٠١٨) طالباً موزعين على المدارس الاعدادية في مركز المحافظة , اما **عينة البحث** . بعد ان قام الباحث بتحديد مجتمع البحث المتمثل بطلاب المرحلة الاعدادية بمركز محافظة بابل والبالغ عددها (١٠١٨) طالباً وقد قام الباحث بسحب عينة عشوائية من طلاب المدارس العدد (٣٠٠) طالب موزعون على (١٠) مدارس .

٣-٢ :- أداتا البحث .

لغرض تحقيق اهداف البحث استخدم الباحث اداتين هما :-

١ . مقياس ممارسة النشاط الرياضي المدرسي الذي قام الباحث ببنائه .

٢ . مقياس التوافق النفسي المعد من قبل (التكريتي ، ١٩٨٩) .

الأداة الأولى : مقياس الاتجاه ممارسة الانشطة الرياضية المدرسية .

فيما يلي الخطوات التي اتبعها الباحث في بناء هذا المقياس .

قام الباحث بالاطلاع على عدد من البحوث والدراسات السابقة في هذا المجال والتي تناولت هذا المتغير ، والمقاييس التي اعدت او اعتمدت لقياس ممارسة النشاط الرياضي او المقاييس التي استخدمت في هذا المجال ، وبعد دراسة هذه المقاييس واستشارة الاساتذة المختصين في مجال التربية وعلم النفس وعلم النفس الرياضي ، وجد الباحث ان من الضروري بناء مقياس يقيس ممارسة النشاط الرياضي بما يتلائم مع خصائص مجتمع البحث الحالي بالشكل الذي تراعى فيه الشروط العلمية من صدق وثبات وقدرة على التمييز وذلك لعدم وجود مقياس لممارسة النشاط الرياضي في العراق وبحسب اطلاع الباحث . (١٠ : ٦١)

(أ) بناء فقرات المقياس .

وبناءً على ذلك تم صياغة (٥٠) فقرة بصيغتها الاولى ، واختار الباحث البدائل الثلاثية وهي (تنطبق علي كثيراً ، تنطبق علي ، لا تنطبق علي) .

الصدق الظاهري للمقياس .

وفي ضوء ذلك قام الباحث بعرض المقياس في صيغته الاولى ملحق (١) على عدد من المحكمين والخبراء المختصين في العلوم التربوية والنفسية وكلية التربية الرياضية ملحق (٢) حيث طلب منهم الحكم على مدى صلاحية فقرات المقياس بوصفها اداة لقياس ممارسة الانشطة الرياضية وبعد جمع اراء المحكمين ومن ثم تحليلها باستخدام مربع كاي لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفرق بين المحكمين كذلك استخراج النسب المئوية لاراء المحكمين الموافقين ودلائلها احصائياً تم قبول نسبة (٨٠٪) فما فوق من اراء المحكمين للدلالة على صلاحية الفقرات كما هو موضح في جدول (١) .

جدول (١)
يبين نسب صلاحية الفقرات بعد عرضها على المحكمين

ارقام الفقرات	عدد الفقرات	الموافقون		غير الموافقين		قيمة مربع كاي	مستوى الدلالة ٠,٠٥
		النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار		
١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٩، ١٠، ١١، ١٤، ١٧، ١٨، ١٩، ٢١، ٢٢، ٢٥، ٢٧، ٣٠، ٣١، ٣٤، ٣٥، ٣٧، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤٢، ٤٤، ٤٦، ٤٧، ٤٨، ٤٩، ٥٠	٣١	١٢	٪١٠٠	-	-	١٢	دالة احصائياً
٣، ٤، ١٢، ٢٠، ٢٤، ٢٨، ٢٩، ٣٣، ٣٦، ٤١، ٤٣	١١	١٠	٪٨٣	٢	٪١٧	٥,٣	دالة احصائياً
٨، ١٣، ١٥، ١٦، ٢٣، ٢٦، ٣٢، ٤٥	٨	٩	٪٧٥	٣	٪٢٥	٣	غير دالة احصائياً

٣-٣ التطبيق الاستطلاعي لمقياس الاتجاه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية .

بعد استخراج الصدق الظاهري للمقياس قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة عشوائية بلغت (٤٠) طالباً . كان الهدف من التطبيق هو معرفة مدى وضوح تعليمات المقياس ومدى وضوح فقرات المقياس ودقة صياغتها ولغتها ومحاولة معرفة الصعوبات التي قد تواجه افراد العينة أثناء الاستجابة لغرض تلافيها قبل التطبيق بصيغتها النهائية فضلاً عن تحديد الزمن المستغرق في الاجابة عن فقرات المقياس حيث تراوح زمن الإجابة ما بين (١٥ - ٢٠) دقيقة .

تصحيح المقياس .

لقد تم وضع ثلاثة بدائل لكل فقرة من فقرات المقياس وهذه البدائل هي (تنطبق علي كثيراً ، تنطبق علي، لا تنطبق علي) وكانت اوزان الدرجات هي (٣، ٢، ١) في حالة الفقرات الايجابية و(١، ٢، ٣) في حالة الفقرات السلبية . وبعد التصحيح تجمع درجات المفحوصين وقد احتسبت الدرجة الكلية على اساس مجموع البدائل الثلاثة على إجابات فقرات المقياس .

٣-٤ التحليل الاحصائي لفقرات مقياس الاتجاه نحو الانشطة الرياضية.

تمييز الفقرات .

قام الباحث باستخدام اسلوبين لحساب القوة التمييزية للفقرات المكونة للمقياس هما اسلوب المجموعتين المتطرفتين واسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

١- اسلوب المجموعتين المتطرفتين .

تطبيق المقياس بصورته الاولى ملحق (١) على عينة عشوائية بلغت (٢١٠) طالباً تصحيح استمارات الافراد المستجيبين والبالغ عددها (٢١٠) وفق اوزان البدائل المشار اليها سابقاً وترتيبها ترتيباً تنازلياً حسب مجموع الدرجات من اعلى الى ادنى فتراوحت الدرجات ما بين (١١٧ - ٧١) درجة .

(١) بعد ترتيب الدرجات اخذت نسبة (٢٧٪) من الدرجات العليا و (٢٧٪) من الدرجات الدنيا من افراد عينة التحليل الاحصائي اذ يوصي (Kelley) بضرورة الاعتماد على نسبة (٢٧٪) بين افراد المجموعتين واستبعاد فئة الوسط ونسبتها (٤٦٪) وهذه النسبة تعطي اعلى تمييز للفقرة . (عودة، ١٩٩٣ : ٢٨٦)

(٢) بما ان عدد افراد العينة التمييزية (٢١٠) فان نسبة (٢٧٪) تساوي (٥٧) استمارة في المجموعة العليا و (٥٧) استمارة في المجموعة الدنيا ويكون العدد للمجموعتين هو (١١٤) استمارة .

٣) بعد ذلك طبق الباحث الاختبار التائي (T.test) لعينتين مستقلتين بغرض اختبار دلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة من فقرات المقياس .
كانت القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢٠٨) تساوي (١,٩٦) وجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢)

نتائج تمييز فقرات مقياس اتجاه نحو ممارسة الانشطة الرياضية باستخدام اسلوب المجموعتين المتطرفتين

رقم الفقرة	القيمة التائية المحسوبة	رقم الفقرة	القيمة التائية المحسوبة
١	٣,١٤	٢٢	٣,٩١
٢	٢,٩٩	٢٣	٤,٣١
٣	٥,٢١	٢٤	٣,٩٣
٤	٤,٢١	٢٥	٢,٤١
٥	٤,٤١	٢٦	٢,٩٧
٦	٣,١٩	٢٧	٣,٧٥
٧	٦,٥٥	٢٨	٤,٠٠
٨	٣,٣٧	٢٩	٢,٥١
٩	٢,٧٢	٣٠	٢,٩٦
١٠	٥,٤٢	٣١	٢,٩٤
١١	٢,٧٣	٣٢	٣,٧٢
١٢	٤,٢١	٣٣	٣,١٩
١٣	٥,٠١	٣٤	٤,٣٣
١٤	٣,٦٥	٣٥	٣,٦١
١٥	٣,٤٢	٣٦	٥,٧٣
١٦	٢,٩٧	٣٧	٤,١٣
١٧	٢,٤١	٣٨	٥,٢٧
١٨	٣,٩٢	٣٩	٦,٢٩
١٩	٤,٢٩	٤٠	٢,٩٣
٢٠	٣,١٧	٤١	٣,٦٩
٢١	٣,٤٣	٤٢	٢,٤٧

٢- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية .

لغرض التأكد من ان المقياس يتمتع باتساق داخلي تطلب الامر استخراج العلاقة الارتباطية بين درجات عينة التمييز والبالغ عددهم (٢١٠) طالباً وطالبة الذين اجابوا على كل فقرات المقياس وبين درجاتهم الكلية على المقياس بعد تحليل الاستجابات وفقاً لمعامل ارتباط بيرسون . (٦ : ٥١)

اظهرت النتائج ان معاملات الارتباط للفقرات بالدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٠,٣٩ - ٠,٦٧) وهي ذات دلالة احصائية، واتضح أنَّ جميع الفقرات ذات ارتباط قوي وكما هو مبين في جدول (٣) .

جدول (٣)

معاملات ارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس اتجاه نحو ممارسة الانشطة الرياضية

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٤٧	٢٢	٠,٤١
٢	٠,٦٧	٢٣	٠,٥٣
٣	٠,٥١	٢٤	٠,٦١
٤	٠,٥٤	٢٥	٠,٦٣
٥	٠,٦٢	٢٦	٠,٥٤
٦	٠,٥٣	٢٧	٠,٥٢

٧	٠,٦٣	٢٨	٠,٤٧
٨	٠,٤١	٢٩	٠,٥١
٩	٠,٥١	٣٠	٠,٣٩
١٠	٠,٤٩	٣١	٠,٤٧
١١	٥١,٠	٣٢	٠,٦٣
١٢	٠,٥٥	٣٣	٠,٤٧
١٣	٠,٤٧	٣٤	٠,٥٩
١٤	٠,٦٢	٣٥	٠,٥٧
١٥	٠,٤٢	٣٦	٠,٦٧
١٦	٠,٦٧	٣٧	٠,٥١
١٧	٠,٥٧	٣٨	٠,٤٩
١٨	٠,٥١	٣٩	٠,٦٥
١٩	٠,٤٦	٤٠	٠,٤١
٢٠	٠,٦٤	٤١	٠,٦٤
٢١	٠,٥٢	٤٢	٠,٥٣

٣-٥ الصيغة النهائية للمقياس .

بعد تحليل فقرات مقياس الاتجاه نحو الأنشطة الرياضية واستخراج القوة التمييزية لكل فقرة من فقراته وإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس حيث اتضح ان جميع الفقرات تتصف بالتمييز والصدق وبذلك تم الابقاء على جميع فقرات المقياس بصورته المطبقة استطلاعيًا . والبالغة (٤٢) فقرة حيث تمت صياغة الفقرات باتجاهين سلبي وإيجابي تضمن كل اتجاه (٢١) فقرة حيث كانت الفقرات الايجابية تحمل التسلسل التالي (١، ٢، ٥، ٦، ٧، ١٢، ١٣، ١٤، ١٧، ١٨، ٢١، ٢٣، ٢٤، ٢٧، ٢٨، ٣٠، ٣٢، ٣٥، ٣٧، ٣٩، ٤٠) وكانت الفقرات السلبية تحمل التسلسل (٣، ٤، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٥، ١٦، ١٩، ٢٠، ٢٢، ٢٥، ٢٦، ٢٩، ٣١، ٣٣، ٣٤، ٣٦، ٣٨، ٤١، ٤٢) ليصبح العدد الاجمالي (٤٢) فقرة حيث وزعت على عينة البحث متسلسلة من (١- ٤٢) كما هو موضح في ملحق (١) .

الوثبات :

ولغرض التحقق من الوثبات قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة عشوائية بلغت (٤٠) طالباً

تم استخراج وثبات المقياس من خلال :-

- طريقة اعادة الاختبار Test- Retest.

حيث كانت المدة بالنسبة للباحث هي (١٦) يوماً وباستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات اختبار في التطبيق الاول وبين درجات الاختبار في التطبيق الثاني ، كان معامل الوثبات هو (٠,٨٢) وهو معامل وثبات جيد ومقبول .

الأداة الثانية :- مقياس التوافق النفسي .

لغرض تحقيق اهداف البحث تطلبت الحاجة الى اداة اخرى ملائمة لقياس التوافق النفسي لدى عينة البحث وبعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة في هذا المجال فقد وجد الباحث في مقياس التوافق النفسي المعد من قبل (التكريتي، ١٩٨٩) ملحق (٢) امكانية استخدامه في البحث الحالي وذلك لكونه مقياس اعد لقياس التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة ، والمقياس طبق اكثر من مرة وتناول التوافق النفسي حيث ان اغلب مقاييس التوافق تتناول التوافق النفسي والاجتماعي معاً .

وصف المقياس .

قام ببناء المقياس (التكريتي، ١٩٨٩) وطبق على طلبة الجامعة حيث يتكون من (٥٠) فقرة تمت صياغتها باتجاهين سلبي وإيجابي ووزعت الفقرات على (٥) مجالات وبواقع (١٠) فقرات لكل مجال والمجالات هي (التوافق الصحي والجسمي، التوافق الانفعالي، التوافق الاسري، التوافق الاجتماعي ، التوافق الدراسي) وكانت بدائل الاجابة هي ثلاثة بدائل (نعم ، لا ، متردد) .

تصحيح المقياس واحتساب درجته .

حسبت الدرجة لمقياس التوافق النفسي لكل مستجيب من افراد العينة وذلك بإيجاد مجموع الدرجات التي حصل عليها من خلال استجابته على فقرات المقياس وكانت بدائل المقياس هي (نعم ، لا ، متردد) حيث اعطيت (٣) درجات للبديل (نعم) اذا كانت الفقرة ايجابية و(٢) درجتان للبديل (متردد) و(١) درجة للبديل (لا) اذا كانت الفقرة ايجابية و العكس في حال كون الفقرة سلبية(٤: ٦٨) .

مؤشرات صدق المقياس وثباته .

١- صدق المقياس

٢- الصدق الظاهري للمقياس

وقد تحقق هذا الصدق في مقياس التوافق النفسي من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال التربية وعلم النفس لتقدير مدى صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس مع اجراء التعديل اللازم لتصبح الفقرات اكثر ملائمة لطبيعة البحث الحالي واهدافه وطبيعة مجتمع البحث . وبعد الاطلاع على اراء المحكمين وتحليلها باستخدام مربع كاي لمعرفة الفرق بين الموافقين وغير الموافقين عند مستوى دلالة (٠,٠٥) تم تعديل بعض الفقرات ولم تحذف أي فقرة وجدول (٤) يوضح ذلك .

جدول (٤)

النسبة المئوية للمحكمين الموافقين وغير الموافقين

الفقرات	عدد الفقرات	الموافقون		غير الموافقين		قيمة مربع كاي المحسوبة	مستوى الدلالة ٠,٠٥
		النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار		
١، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٩، ١٠، ١١، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٨، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦، ٣٧، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤٣، ٤٤، ٤٥، ٤٦، ٤٨، ٤٩، ٥٠	٤١	١٠٪	١٠	-	٠	١٠	دالة إحصائية
٢، ٨، ١٢، ١٧، ١٩، ٤١، ٤٢، ٤٧	٨	٨٠٪	٨	٢٠٪	٢	٦,٤	دالة إحصائية

٣-٦ التجربة الاستطلاعية لمقياس التوافق النفسي .

بعد استخراج الصدق الظاهري لمقياس التوافق النفسي قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغت (٥٠) طالباً وطلب الباحث من الطلبة المستجيبين قراءة تعليمات المقياس بكل دقة ووضوح لمعرفة كيفية الاجابة على فقراته وابداء ارائهم او ملاحظاتهم حول وجود أي صعوبة او غموض في فهم تعليمات الاجابة او صياغة الفقرات . وقد اسفرت نتائج العينة الاستطلاعية عن وضوح تعليمات الاجابة ووضوح فقرات المقياس وعدم وجود أي غموض في الفقرات وكان الوقت المستغرق للاجابة يتراوح بين (٢٠-٢٥) دقيقة وبمتوسط مقداره (٢٢) دقيقة .

الوثبات :

ومن الطرق التي اعتمدها الباحث في حساب الوثبات لمقياس التوافق النفسي هي طريقة اعادة الاختبار حيث قام الباحث بتطبيق الاختبار على نفس عينة التطبيق الاستطلاعي لمقياس التوافق النفسي وكان الفاصل الزمني لاعادة الاختبار اسبوعين بعد التطبيق الاول وباستخدام معامل ارتباط بيرسون (Person) لمعالجة الدرجات بلغ معامل الوثبات (٠,٨٣) وهو معامل وثبات عالٍ ومقبول .

التطبيق النهائي :

بعد ان استكمل الباحث الاجراءات اللازمة لبناء مقياس ممارسة النشاط الرياضي ملحق (١) والتحقق من مؤشرات الصدق والوثبات لمقياس التوافق النفسي ملحق (٢) قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة البحث البالغة (٣٠٠) طالباً وقد امتدت فترة التطبيق للمقياسين من (٢٠٢٤/٣/١٨) ولغاية (٢٠٢٤/٤/١٥) .

٣-٧ الوسائل الإحصائية .

١- مربع كاي X^2

٢- الاختبار (T.test)

٣- معامل ارتباط بيرسون

٤- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

٤-١- عرض وتحليل ومناقشة النتائج نتائج ممارسة الانشطة الرياضية والتوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الاعدادية. بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الذكور في المدارس الاعدادية على مقياس ممارسة الانشطة الرياضية (١٠٠,١٠) وبانحراف معياري مقداره (١٨,٦١) و بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الطلاب في المدارس الاعدادية على مقياس التوافق النفسي (١٠٦,٩٠) وبانحراف معياري مقداره (١٩,٦٤) والجدول (٥) يبين ذلك .

جدول (٥)

المقاييس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ممارسة الانشطة الرياضية	٣٠٠	١٠٠,١٠	١٨,٦١
التوافق النفسي	٣٠٠	١٠٦,٩٠	١٩,٦٤

التعرف على طبيعة العلاقة بين ممارسة الأنشطة الرياضية والتوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الاعدادية .

تم حساب معامل الارتباط بين افراد عينة البحث من طلاب المدارس الاعدادية وذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Persson) (٥: ٣٣) حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٦٨) وهو معامل ارتباط جيد ودال احصائياً لأن القيمة التائية المحسوبة بلغت (١٢,٢٠) وهي اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) كما هو مبين في جدول (٦) .

جدول (٦)

العلاقة	قيمة معامل الارتباط	القيمة التائية		مستوى الدلالة ٠,٠٥
		المحسوبة	الجدولية	
ممارسة الانشطة الرياضية والتوافق النفسي	٠,٦٨	١٢,٢٠	١,٩٦	دال احصائياً

ونلاحظ من خلال الجدولين (٥ و ٦) بان قيمة معامل الارتباط بين ممارسة الانشطة الرياضية والتوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الاعدادية ارتباط قوي بسبب وجود اتجاه ايجابي لدى طلاب المدارس الاعدادية مدعوم بممارسة العديد من الانشطة الرياضية .

٥- الاستنتاجات :-

- ١- طلاب المدارس الاعدادية لديهم اتجاه جيد نحو ممارسة الانشطة الرياضية.
- ٢- يتمتع طلاب المدارس الاعدادية الذين يمارسون الانشطة الرياضية بمستويات جيدة من التوافق النفسي.
- ٣- توجد علاقة ارتباط جيدة بين ممارسة الانشطة الرياضية والتوافق النفسي.

٦-المصادر

- ١- ابراهيم ، محمد الكيلاني (١٩٨٦) دراسة تحليلية لانشطة وقت الفراغ لدى طلاب كلية التربية ، جامعة طنطا .
- ٢- ابو طامع ، بهجت (٢٠٠٥) اتجاهات طلبة كلية فلسطين التقنية نحو النشاط الرياضي، بحث منشور ، مجلة النجاح للابحاث .
- ٣- احمد ، لقاء محفوظ (١٩٩٧) فاعلية منهج وحدة الخبرة المتكاملة في التوافق النفسي والاجتماعي لاطفال الرياض ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الموصل .
- ٤- احمد الحمداني، محمد عبد السلام (٢٠٠٥) القياس النفسي والتربوي ، القاهرة .
- ٥- اسماعيل ، بشرى (٢٠٠٤) المرجع في القياس النفسي ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية .

- ٦- الامام ، مصطفى محمود عبد اللطيف وآخرون (١٩٨٩) التقويم والقياس .
- ٧- التكريتي ، واثق عمر موسى (١٩٨٩) بناء مقياس التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الاداب ، جامعة بغداد .
- ٨- جابر ، جابر عبد الحميد والشيخ سليمان الخضير (١٩٧٨) دراسات نفسية في الشخصية العربية ، القاهرة ، عالم الكتب .
- ٩- جابر ، جودة بني (٢٠٠٤) علم النفس الاجتماعي ، ط١ ، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن .
- ١٠- جابر ، محمد حسن (١٩٩٥) موقع الضبط وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لطلبة جامعة بغداد ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية (ابن رشد) جامعة بغداد .
- ١١- شادلي، عزت وآخرون ٢٠٠١ (د.ت) مبادئ القياس والتقويم ، المكتبة التربوية المعاصرة.
- ١٢- الحمداني ، ابراهيم اسماعيل (٢٠٠٥) اتجاهات طلبة الجامعة نحو اختصاصاتهم الدراسية وعلاقتها بالانجاز الدراسي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية / جامعة تكريت .

٧- التوصيات :

في ضوء نتائج البحث يوصي الباحث بالاتي :-

- ١- ضرورة الاهتمام بالانشطة الرياضية في المدارس لما لها من اثار ايجابية على الفرد والمجتمع مثل المساهمة في الاستغلال الامثل لافاق الفراغ بالنسبة للشباب وبالتالي تقليل فرص انخراط الشباب في ممارسة بعض السلوكيات الخاطئة.
- ٢- ضرورة انشاء ملاعب في جميع مدارس المحافظة بالإضافة الى تطوير الملاعب الموجودة في المدارس وان تكون هذه الملاعب ملائمة لممارسة اكثر من نشاط بدلاً من اقتصرنا على ملاعب كرة القدم .
- ٣- ضرورة اجراء دراسة تتناول الانشطة الرياضية مع بعض المتغيرات مثل العلاقة بين الاتجاه نحو الانشطة الرياضية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لطلبة الجامعة .
- ٤- اجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين الانشطة الرياضية والالتزام الديني لطلبة الجامعة او المرحلة الاعدادية .
- ٥- اجراء دراسة لمعرفة تأثير بعض المتغيرات على الاتجاه نحو النشاط الرياضي مثل الريف والمدينة او مستوى الحالة الاقتصادية .
- ٦- اجراء دراسة تستهدف معرفة العلاقة بين النشاط الرياضي والتحصيل الدراسي.

ملحق (١)

مقياس ممارسة الأنشطة الرياضية بصورته النهائية

عزيزي الطالب ...

تحية طيبة .

يروم الباحث في دراسته الموسومة (الانشطة الانشطة المدرسية وعلاقتها بالتوافق النفسي) . ولغرض التعرف على اتجاهات طلاب المدارس نحو ممارسة الأنشطة الرياضية فان الباحث يرجو منكم قراءة عبارات المقياس بدقة والاجابة عليها وفيما يلي مثال يوضح كيفية الاجابة :

ت	الفقرات	تنطبق علي كثيراً	تنطبق علي	لا تنطبق علي
١	ممارسة الأنشطة الرياضية تكسبني الثقة بالنفس			

فاذا كنت تؤيد الفكرة تاييداً تاماً ضع علامة (✓) في الحقل الاول ، واذا كنت ترى ان المجال الثاني هو الذي ينطبق عليك فضع علامة (✓) فيه واذا كنت لا تاييد الفكرة فضع علامة (✓) في الحقل الثالث .
 علماً انه لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة وانما تستخدم لاغراض البحث العلمي فقط ولن يطلع عليها احد سوى الباحث فقط .

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي ... مع التقدير

الباحث

ت	الفقرات	تنطبق علي كثيراً	تنطبق علي	لا تنطبق علي
١	امارس الانشطة الرياضية لتكسبني الثقة بالنفس			
٢	امارس الرياضة لتساعد في التعرف على زملاء وزميلات جدد			
٣	الانشطة الرياضية تتسبب في ضياع الوقت			
٤	بعض الانشطة الرياضية تسبب المشاحنات			
٥	الرياضة الجماعية تنمي روح التعاون بين افراد المجتمع			
٦	الانشطة الرياضية تساعد الشباب على تجنب الكثير من العادات السيئة			
٧	الانشطة الرياضية تساعدني بالتعرف على عادات وتقاليد الشعوب			
٨	افضل الانشطة الرياضية ذات الطابع الفردي			
٩	اخجل من مشاهدة الآخرين لي اثناء ممارسة الانشطة الرياضية			
١٠	الاشتراك في الانشطة الرياضية لا يليق بمكانة الفرد الاجتماعية			
١١	ممارسة الانشطة الرياضية لاتجعلني احافظ على صحتي			
١٢	ممارسة الانشطة الرياضية تنشط القلب والدورة الدموية			
١٣	ممارسة الانشطة الرياضية تساهم بشكل فعال في مقاومة الامراض			
١٤	الممارسة للانشطة الرياضية تساعدني على اكتساب لياقة بدنية عالية			
١٥	الممارسة المتواصلة للانشطة الرياضية تؤدي الى الارهاق			
١٦	لا افضل الانشطة الرياضية ذات الطابع الحماسي			
١٧	افضل الانشطة الرياضية التي تتطلب الاقدام			
١٨	امارس الرياضة من اجل الاثارة الموجودة في بعض الالعاب			
١٩	بعض الانشطة الرياضية الخطرة تعرضني للاصابات			
٢٠	ممارسة بعض الانشطة الرياضية بعنف تجعلني اكثر قوة			
٢١	ممارسة الانشطة الرياضية تساعد على الاهتمام باناقتي			
٢٢	لا افضل الانشطة الرياضية التي تتطلب الدقة في داء حركاتها			
٢٣	تعجبنني الانشطة التي تجعل الجسم اكثر رشاقة			
٢٤	بعض الانشطة الرياضية تؤثر في اختياري للملابس			

٢٦	بعض الانشطة الرياضية تسبب تشوهات في الوجه			
٢٧	الانشطة الرياضية تجعلني اكثر قدرة على ضبط النفس			
٢٨	امارس الرياضة من اجل الوصول الى الاسترخاء			
٢٩	الانشطة الرياضية لا تعد وسيلة ترفيهية			
٣٠	المساهمة في النتائج الايجابية لفريقي الرياضي يخفف من مستوى توتري			
٣١	الانشطة الرياضية تعتبر احدى الوسائل الترفيهية			
٣٢	النشاط الرياضي فترة اللعب الحر غير الموجه			
٣٣	بعض الانشطة الرياضية الجماعية تؤدي الى التوتر			
٣٤	الانشطة الرياضية لا تساعد جميعها على تخفيف حدة التوتر			
٣٥	الانتظام في التدريب يساعد في التفوق			
٣٦	النشاط الرياضي يقتصر على ذوي المهارات المرتفعة			
٣٧	الاستعداد البدني والنفسي يساعد في تحقيق الفوز في المنافسات الرياضية			
٣٨	امارس الانشطة الرياضية لاكتسب مهارات حركية صعبة على الآخرين			
٣٩	اتحمل التدريب الشاق لآكون رياضياً مميزاً			
٤٠	احاول قدر الامكان تحقيق الفوز في المنافسات الرياضية			

٤١	امارس الرياضة رغبة في التفوق والشهرة		
٤٢	رغبتي في الفوز تجعلني اميل الى استخدام العنف ضد الآخرين		

ملحق (٢)

مقياس التوافق النفسي بصورته النهائية

عزيزي الطالب ...

تحية طيبة .

بين يديك مجموعة من الاسئلة تدور حول بعض الصفات او المشاعر التي تتصف بها ، او المواقف التي قد تواجهك في حياتك ، والباحث اذ يتوجه اليك بهذه الاسئلة فانه يتأمل منك قراءة كل سؤال بدقة أو تجيب عنه بكل موضوعية وان لا تترك سؤالاً بدون اجابة علماً انه لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة وانما تمثل هذه الاجابة راياك الشخصي ولن يطلع عليها احد سوى الباحث ولا تستخدم الا لاغراض البحث العلمي .

وفيما يلي مثال يوضح كيفية الاجابة :

س/ هل تشعر بان معظم الاساتذة يثقون بك ؟

نعم	لا	متردد

فاذا كان السؤال ينطبق عليك فضع علامة (✓) تحت الحقل (نعم) اما اذا كنت ترى ان السؤال لا ينطبق عليك فضع علامة (✓) تحت الحقل (لا) اما اذا وجدت صعوبة في الاجابة عن السؤال لاي سبب من الاسباب فضع علامة (✓) تحت حقل (متردد).

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي ... مع التقدير

الباحث

ت	الاسئلة	نعم	لا	متردد
١	هل تستطيع ان تقيم علاقة صادقة بسهولة؟			
٢	هل تشعر بالندم على ما قمت به من اعمال؟			
٣	هل تتعب بسرعة؟			
٤	هل تفضل النزهة بمفردك؟			
٥	هل تتردد في الدخول الى غرفة فيها جماعة من الناس؟			
٦	هل تشعر بان اغلب وسائل الراحة متوفرة في منزلك؟			
٧	هل تتبع اسلوب التخطيط وتنظيم الوقت الدراسي؟			
٨	هل تعاني من اضطرابات في الجهاز الهضمي؟			
٩	هل يخيفك المستقبل؟			
١٠	هل لاحد افراد عائلتك عادات او صفات تثير فيك توتراً نفسياً؟			
١١	هل تشعر بان معظم الاساتذة يثقون بك؟			
١٢	هل تشعر بالخوف من شيء تعرف انه لا يضرك؟			
١٣	هل تجد من السهولة التفاهم مع اغلب الناس؟			
١٤	هل كان (المرض او الموت او الانفصال) بين افراد اسرتك سبباً في تعاستك؟			
١٥	هل تعاني من صعوبة في التنفس؟			
١٦	هل تشعر بانك وحيد معظم الوقت حتى لو كنت مع الناس؟			
١٧	هل تحدث خلافات بينك وبين الآخرين ؟			
١٨	هل يفرق والدك في المعاملة بينك وبين اخوتك ؟			
١٩	هل تتناول الطعام بدون ان تكون جائعاً ؟			

٢٠	هل انت راضٍ عن تخصصك الدراسي ؟			
٢١	هل تشعر بالملل من الحياة ؟			
٢٢	هل تتمنى لو كان مظهرك الجسمي يختلف عما انت عليه الان ؟			
٢٣	هل تراودك فكرة ترك الكلية باستمرار ؟			
٢٤	هل من السهولة ان تطلب المساعدة من الاخرين ؟			
٢٥	هل تتمنى لو كان لك أسرة من نوع آخر ؟			

ت	الأسئلة	نعم	لا	متردد
٢٦	هل تصاب بالتهاب اللوزتين والحنجرة ؟			
٢٧	هل تعاني من نقص في الشهية؟			
٢٨	هل يتغلب مزاجك بين السعادة والحزن دون سبب ظاهر؟			
٢٩	هل انت واثق من قدرتك على التحصيل الجيد؟			
٣٠	هل تعبر الى الجانب الثاني لمقابلة شخص لا ترغب برؤيته؟			
٣١	هل تناقش الافكار والمشاريع داخل اسرتك؟			
٣٢	هل تعتقد بان الاخرين يعتمدون ازعاجك؟			
٣٣	هل تجد النظام الجامعي صارماً اكثر مما ينبغي؟			
٣٤	هل انت سريع الوقوع في المشكلات ؟			
٣٥	هل تشعر في كثير من الاحيان بدوار او صداع ؟			
٣٦	هل تحسد الاخرين لما يتمتعون به من سعادة ؟			
٣٧	هل تجد صعوبة في فهم المواد الدراسية ؟			
٣٨	هل تستطيع التركيز على المحاضرات ؟			
٣٩	هل تحس بانه لا يوجد من يفهمك ؟			
٤٠	هل راودتك فكرة الهروب من المنزل ؟			
٤١	هل تعاني من الام المفاصل وتشنج العضلات ؟			
٤٢	هل تشعر بالضيق؟			
٤٣	هل تمنعك الاسرة من ممارسة حَقِّك في اختيار الاصدقاء او الدراسة او الهوايات ؟			
٤٤	هل تتأخر دراسياً في مادة او اكثر ؟			
٤٥	هل يسهل عليك ان تحتفظ بمزاج مرح داخل البيت ؟			
٤٦	هل يهملك النجاح اكثر مما تهملك المعرفة العلمية ؟			
٤٧	هل تشعر بانك متعب حينما تستيقظ من نومك ؟			
٤٨	هل تشعر بالارتياح والاطمئنان في بيتك ؟			
٤٩	هل تشعر بالفراغ ؟			
٥٠	هل تشعر بارتباك عندما تضطر للاعتذار لمغادرة جماعة من الناس ؟			